



Kartoffelnest mit Eierfüllung

Zutaten für 4 Pers.	Zubereitungszeit ca. 20 Min. + 1 Std 15 Min Backzeit
4 große Kartoffeln	Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Kartoffeln mit einer Gabel von allen Seiten mehrmals einstechen. Im Backofen bei 200 ° ca. 60 Min backen, bis sie weich sind. Jede Kartoffel längs halbieren und das Innere bis auf einen schmalen Rand mit einem Löffel herausheben. Das Kartoffelinnere mit einer Gabel zerdrücken und
4 EL Butter	mit der Butter und
2 EL Sahne	der Sahne vermischen.
Salz , Pfeffer	Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
8 Eier	Kartoffelmischung in die ausgehöhlten Schalen füllen und die halben Kartoffeln in eine Auflaufform legen. Ein Loch in die Mitte der Kartoffelmischung drücken und ein Ei hineingleiten lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn von der Kartoffelmischung etwas übrig bleibt, kleine Bällchen formen und mit in die Auflaufform setzen. Etwa 10-15 Minuten backen, bis die Eier stocken. Sofort servieren.

Dazu passt ein lecker Salat aus dem frischen Schnittsalat.

Pak Choy mit Ziegenkäse

Zutaten für 4 Pers.	Zubereitungszeit ca. 25 Min.
1 Pak Choy	Pak Choy putzen, waschen. Stiele in Streifen und grüne Blätter mundgerecht schneiden.
4 Tomaten, mittelgroß	Tomaten waschen und würfeln.
1 Zwiebel	Zwiebel und
2 Knoblauchzehen	Knoblauch schälen, fein hacken.
etwas Olivenöl	Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.
Salz, Pfeffer	Zwiebel, Knoblauch und die PakChoy-Stiele hinzufügen und darin ca. 3 Minuten anbraten. Dann die grünen Blätter, die Tomaten und die entsteinten, schwarzen Oliven zugeben.
100g Kalamata-Oliven	Mit Salz und Pfeffer würzen.
Salz, Pfeffer	Nochmals ca. 3 Minuten dünsten.
300g Ziegenfrischkäse	Gemüse in eine Auflaufform füllen. Käse mit Pfeffer würzen. Dann gleichmäßig auf dem Gemüse verteilen. Im vorgeheizten Backofen (225°C) ca. 6 Minuten gratinieren.



Spinat-Muffins

Zutaten für 12 Muffins Zubereitungszeit ca. 25 Min. + 30 Min Backzeit

300g Spinat, frisch Spinat putzen und kurz blanchieren. Abtropfen lassen und grob hacken.

5 Eier Die Eier in einer Schüssel aufschlagen und mit dem Kräuterfrischkäse und dem Spinat verrühren.
150 g Frischkäse mit Kräutern

2 Knoblauchzehen Knoblauch abziehen und dazu pressen.

Salz Mit Salz,
Pfeffer Pfeffer,
Paprikapulver Paprika und
Muskat wenig Muskat würzen.

Fett für die Form Muffinförmchen bei Bedarf ausfetten.
50 g Käse (Emmentaler) Käse reiben.

Die Spinatmasse in 12 gefettete Muffinförmchen füllen und mit dem Käse bestreuen.

Nach Belieben:
12 Kirschtomaten, Die Kirschtomaten waschen.
300 g Garnelen Garnelen und/oder Kirschtomaten mit in die Muffinmasse stecken.

Bei 180°C ca. 30 Min. backen.