

# Rezepte der Woche

## für deine Biokiste

### Zutaten

1 rote Paprika  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
4 EL Brat-Olivenöl  
Salz + Pfeffer  
2 TL Paprika edelsüß  
400 g Farfalle  
120 ml Sahne  
30 g Grana Padano

### Pasta mit cremiger Paprika-Sauce

Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.  
Zwiebeln schälen und fein reiben. Knoblauch schälen und fein hacken.  
Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Paprika und Zwiebeln ca. 7 Minuten anschwitzen.  
Knoblauch zugeben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.  
In der Zwischenzeit Nudeln nach Packungsanweisung al dente kochen.  
Anschließend abgießen und etwas Kochwasser auffangen.  
Sahne und einen Schuss Nudel-Kochwasser in die Paprika-Pfanne geben und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Pasta unterheben und mit geriebenem Käse servieren.  
Super einfach und lecker!

### Zutaten

320 g Weizenmehl 405  
2 Eier  
8 EL Olivenöl  
100 ml Wasser  
200 g Steinchampignons  
2 Zwiebeln  
200 g Sauerkraut  
Salz + Pfeffer + Muskat  
20 g Butter  
1 Glas Crème fraîche  
Salat der Woche

### Polnische Piroggen mit Sauerkraut-Pilz-Füllung

Mehl, Eier, 6 EL Olivenöl, Wasser und Salz in eine Schüssel geben und mit den Händen zu einem glatten Teig verarbeiten. Zwiebeln schälen und fein würfeln.  
Champignons putzen und ebenfalls fein würfeln. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.  
Champignons und die Hälfte der Zwiebeln hineingeben und ca. 5 Minuten braten.  
Sauerkraut hinzufügen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.  
Alles gut vermengen und zur Seite stellen.  
Topf mit gesalzenem Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen.  
Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen.  
Mit einem Glas Kreise (Ø 8 cm) ausstechen. Jeweils 1 TL der Sauerkraut-Pilzfüllung in die Mitte der Kreise geben und die Ränder mit etwas Wasser befeuchten.  
Die Kreise zuklappen und mit einer Gabel den Rand festdrücken.  
Piroggen in das kochende Wasser geben und 3 Minuten gar kochen.  
In der Zwischenzeit restliche Zwiebeln in Butter anschwitzen.  
Anschließend mit angeschwitzten Zwiebeln und Crème fraîche servieren.  
Dazu passt wunderbar ein leckerer Salat! ☺

### Zutaten

350 g Spinat  
½ Bund Petersilie  
50 g Walnüsse  
50 g Grana Padano  
100 ml Olivenöl  
1 Knoblauchzehe  
20 g Butter  
Salz + Pfeffer  
1 Pck. Flammkuchenteig  
400 g Strauchtomaten

### Flammkuchen mit selbstgemachtem Spinatpesto & Tomaten

Spinat putzen, waschen und ganz klein hacken.  
Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken.  
Zusammen mit Walnüssen und Käse in einem Mixer zerkleinern.  
Olivenöl untermischen. Salzen und pfeffern. Knoblauch schälen und fein würfeln.  
Butter in einer Pfanne erhitzen und Spinat und Knoblauch darin ca. 4 Minuten andünsten.  
Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Pesto vermengen.  
Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.  
Flammkuchenteig mit Spinat-Pesto bestreichen.  
Tomaten darauf verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 200°C ca. 15 Minuten backen.  
Wer nicht zu viel Zeit hat, kann natürlich auch ein beliebiges Pesto aus dem Glas nehmen! ☺

## WICHTIG:

Bitte beachtet den verkürzten Bestellschluss für die Christi-Himmelfahrt-Woche!  
Dienstags- & Mittwochstouren: Freitag, 15. Mai um 9 Uhr morgens  
Donnerstags- & Freitagstouren: Montag, 18. Mai um 9 Uhr morgens

Falls ihr Fragen dazu habt, meldet euch gerne bei uns!