

# Rezepte der Woche

## für deine Biokiste

### Zutaten

1 Spitzkohl  
1 EL Brat- & Backöl  
250 ml Sahne  
2 TL Café de Paris-Gewürz  
Salz + Pfeffer  
2 EL Parmesan  
Basmatireis

### Ofen-Spitzkohl

Spitzkohl putzen als Ganzes waschen und trocknen.  
Dann der Länge nach in 4-6 gleichgroße Stücke schneiden.  
Den Strunk entfernen.  
Die Kohlstücke mit den Schnittflächen nach oben auslegen und leicht salzen.  
Mindestens 30 Minuten ziehen lassen.  
Eine Auflaufform mit Öl einfetten und die Spitzkohl-Stücke in die Form legen.  
Café de Paris-Gewürzmischung darüber geben  
(wer dies nicht zuhause hat, kann auch Gewürze nach Wahl verwenden).  
Die Auflaufform mit einem Deckel bedecken und im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 20 Minuten backen.  
In der Zwischenzeit Parmesan fein reiben und mit der Sahne vermengen.  
Form aus dem Ofen nehmen.  
Sahne-Käse-Mischung gleichmäßig auf dem Kohl verteilen und weitere 20 Minuten ohne Deckel backen.  
Dazu passt Basmatireis! ☺

Super lecker!

### Zutaten

250 g Cocktailtomaten  
20 Basilikum-Blätter  
6 EL Olivenöl  
Salz + Pfeffer  
1 Knoblauchzehe  
1 Baguette

### Cocktailtomaten in Basilikum-Öl aus dem Ofen

Cocktailtomaten waschen, abtrocknen und halbieren.  
Basilikumblätter von den Zweigen abzupfen, waschen, trocken schütteln und sehr grob zupfen.  
Knoblauch schälen und fein würfeln.  
Cocktailtomaten, Knoblauch und Basilikum in ein kleines ofenfestes Töpfchen geben und gut vermengen. Mit Olivenöl übergießen, salzen und pfeffern.  
Mit Deckel ca. 15-20 Minuten in den vorgeheizten Backofen bei 200°C geben.  
Mit Baguette servieren (super zum Eintunken)! ☺

### Zutaten

1 Salat der Woche  
100 g Cocktailtomaten  
100 g Feta  
½ Bund Radieschen  
1 Zitrone  
2 EL Ahornsirup  
Salz + Pfeffer  
6 EL Olivenöl  
400 g Pfirsiche

### Gegrillte Pfirsiche auf buntem Salat

Salat putzen, waschen, trockenschleudern und mundgerecht zupfen.  
Cocktailtomaten waschen und vierteln. Feta zerbröseln.  
Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.  
Aus 3 EL Zitronensaft, Ahornsirup, Salz, Pfeffer und 5 EL Olivenöl ein Dressing rühren.  
Pfirsiche waschen, halbieren und den Stein herauslösen.  
Mit etwas Olivenöl bestreichen und in einer Pfanne ca. 2 Minuten bei starker Hitze anbraten.  
Salat mit  $\frac{3}{4}$  des Dressings vermengen.  
Die Pfirsiche darauf anrichten und mit dem restlichen Dressing beträufeln.  
Mit grob gemahlenem Pfeffer garnieren und genießen! ☺

Viel Spaß beim Ausprobieren und einen guten Appetit wünscht dein Team von Biobote Emsland!