

KÜCHENBOTSCHAFT



REZEPTE DER WOCHE BY  **BIOBOTE**

KW34 | 2024

Zutaten

1 kg Kartoffeln
Salz
0,6 kg Porree
500 g Mangold
½ Bund Petersilie
250 g Cherrytomaten
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Bratöl
1 TL Oregano
½ TL Thymian
100 ml Gemüsebrühe
Pfeffer

Kartoffel-Mangold-Pfanne mit Porree und Tomaten

Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Kartoffeln in Salzwasser für ca. 15 Minuten bissfest garen. Abgießen und kurz abtropfen lassen.
Porree putzen, halbieren, waschen und in halbe Ringe schneiden.
Mangold waschen, putzen, die Blätter von dem Mittelstrunk herausschneiden. Den Strunk in kleine Stücke und die Blätter in gröbere Streifen schneiden.
Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Tomaten waschen, halbieren. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.
Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin glasig anschwitzen, Porree, Mangold, Knoblauch, Oregano, Thymian dazugeben und für ca. 3 Minuten mitbraten. Mit Gemüsebrühe auffüllen und für ca. 5 Minuten köcheln lassen. Tomaten, Kartoffeln hineingeben, einmal aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer abschmecken.
Mit der gehackten Petersilie bestreuen und servieren.
Schnelles, einfaches, leckeres Sommergericht.

Zutaten

500 g Cherrytomaten
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin
3 – 4 EL Olivenöl
150 g Fetakäse
150 g Hüttenkäse
100 g Frischkäse
3 EL Milch
2 EL Dattelsirup
Saft & Schale von ½ Orange
½ Bund Petersilie
8 Blätter Basilikum

Ofentomaten mit Käsecreme

Cherrytomaten waschen und in eine Auflaufform oder auf ein Backblech geben. Knoblauch schälen, fein hacken. Die Nadeln vom Rosmarin abzupfen, ebenfalls fein hacken und zusammen mit Knoblauch, Olivenöl vermischen. Über die Tomaten verteilen würzen mit Salz, Pfeffer und im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 15 – 20 Minuten rösten, bis die Schale der Tomaten leicht aufplatzen. Fetakäse zerbröckeln, mit dem Hüttenkäse, Frischkäse, Milch, Dattelsirup gut miteinander verrühren. Abschmecken mit Orangenschale, etwas Orangensaft, Salz und Pfeffer.
Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken und unter die Käsecreme rühren. Käsecreme mit den Basilikumblätter garnieren und zusammen mit den Tomaten servieren. Hierzu kann ein frisch gebackenes Brot oder auch Röstbrot gereicht werden.

Optional z.B.:
Landbrot oder Baguette

Info: Der Hüttenkäse kann zur Hälfte oder auch ganz mit einem Ziegenfrischkäse ersetzt werden.

Alle Rezepte auch zum Nachkochen unter:
biobote-emsland.de/service/rezept-archiv-2-1.html



Für Neuigkeiten vom
Bioboten bitte wenden 