



Rezept

SCHWIMMENDES TOASTBROT

zutaten:

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| • 8 Scheiben Vollkorntoast | • 2 Eier |
| • 100 ml Sahne | • 2 Eigelb |
| • 200 ml Milch | • 1 TL Zimt |
| • Beeren | • 1/2 TL Meersalz |
| • Honig | • 1 TL brauner Zucker |
| • Butter | |

zubereitung:

- Eier, Eigelb, Zimt, Meersalz und Zucker in eine Schüssel geben und mit Schneebesen verrühren.
- Sahne und Milch hinzufügen.
- Rühren bis sich alles verbunden hat.
- Masse in eine Auflaufform gießen, diese sollte so groß sein, dass 2 scheiben Toast reinpassen.
- 2 Scheiben Vollkorntoast hineinlegen.
- Butter in einer Pfanne schmelzen bis sie schäumt.
- Brotscheiben anbraten bis sie goldbraun sind.
- Schritt 4 – 6 wiederholen, bis alle Brote ausgebacken sind.
- Beeren halbieren, Toasts stapeln und mit Honig und Beeren verzieren





Rezept

GNOCCI Á LA MOPPI

zutaten:

- | | |
|-------------------|------------------------|
| • 1 kg Kartoffeln | • 150 g Mehl |
| • 2 Eigelb | • Butter oder Olivenöl |
| • Salz | |

zubereitung:

- Kartoffeln kochen und abkühlen lassen.
- Kartoffeln schälen.
- Schält die Kartoffeln.
- Kartoffeln in eine Schüssel pressen.
- Eigelb und Mehl dazugeben.
- Mit den Händen zu einer Masse kneten.
- Daumendicke lange Rollen aus dem Teig formen.
- In ca. 3 cm große Würfel schneiden.
- Würfel mit der Hand zu Murmeln rollen.
- Mit Gabel das typische Gnocchimuster in die Murmel drücken.
- Gnocchis 2-3 min in Salzwasser kochen.
- Die Gnocchis sind fertig, wenn sie an der Wasseroberfläche schwimmen.
- Gnocchis in einer Pfanne mit Olivenöl oder Butter anbraten.





Rezept

MONSTERPESTO

zutaten:

- 500 g Rote Beete (gekocht)
- 100 g Erdnüsse
- 75 g Parmesan
- 6 Nadeln Rosmarin
- 5 EL Rapsöl
- 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer
- Zucker

zubereitung:

- Rote Beete in Stücke schneiden, in den Mixer geben.
- Parmesan, Erdnüsse, Knoblauch und Rapsöl hinzufügen.
- Alles mixen oder pürieren.
- Zitrone auspressen.
- Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.





Rezept

LINSEN-BRATLINGE

zutaten:

- 500g rote Linsen
- 2 rote Paprika
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Thymian
- Salz
- Pfeffer
- Erdnussöl
- frische Petersilie
- optional: Mehl, Haferflocken

zubereitung:

- Linsen in einer Schüssel in ca. 2 l kaltem Wasser für 1-2 Stunden einweichen.
- Paprika vierteln, Strunk und Kerne entfernen.
- Ofen auf 250°C vorheizen.
- Paprika 20 min rösten, mit der Hautseite nach oben.
- Tuch auflegen, Schale abziehen, Paprika würfeln und Petersilie zerkleinern.
- Linsen abgießen, in den Mixer geben und pürieren, dabei zwischendurch umrühren.
- Linsenmasse mit Tomatenmark, Paprika, Petersilie und Gewürzen mischen, ggf. Mehl oder Haferflocken hinzufügen.
- Bratlinge formen, in Erdnussöl bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

