

Nudeln sind sehr beliebt

... deshalb haben wir in dieser Ausgabe gleich zwei leckere Rezepte anzubieten.

Nudeln in einer norddeutschen Variante sind allgemein nicht so bekannt. "Nudelsalat mit Bohnen, Birnen und Speck" ist sehr bodenständig und lecker.

Gleich zweierlei Käsesorten kommen auf das "Nudel-Champignon-Gratin" und mit einem bunten Salat ist das Gericht perfekt. Der "Gemüsetopf mit Hähnchen" ist voll von verschiedenen Gemüsesorten, Hähnchenbrustfilet unterstützt den leckeren Geschmack.

"Cantuccini-Tiramisu mit Erdbeeren" ist ein fruchtiges aus Italien stammendes Dessert. Die Erdbeeren können frisch aber auch tiefgefroren sein.

Nudelsalat mit Bohnen, Birnen und Speck



Zutaten für 4 Personen:

200 g Nudeln, Spiralnudeln oder kurze Makkaroni
2 Schalotten
300 g grüne Bohnen, frisch oder TK, hier TK
3 reife aromatische Birnen
2 TL Butter
40 g Bacon (Frühstücksspeck)
1 TL milder Senf
Salz, Pfeffer
2 EL Zitronensaft
6 EL Olivenöl
evtl. 3 TL Röstzwiebel (Fertigprodukt)

Zubereitung:

Nudeln nach Vorschrift in Salzwasser al dente kochen. Schalotten pellen und in feine Ringe schneiden. Tiefkühlbohnen in kochendes Salzwasser geben und etwa 4 Minuten kochen lassen, mit kaltem Wasser abschrecken, damit die grüne Farbe erhalten bleibt.

Birnen vom Kerngehäuse befreien und schälen. In Würfel schneiden und in Butter etwa 5 Minuten braten. Hier zeigt sich das Aroma der Birnen.

Baconscheiben evtl. halbieren und in eine heiße trockne Pfanne legen und knusprig ausbra-

ten. Auf Küchenkrepp legen und auskühlen lassen.

Aus Olivenöl, Senf, Zitronensaft, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen.

Vinaigrette über Nudeln, Schalotten, Bohnen und Birnen geben und gut verrühren.

Anrichten:

In einer großen Schale oder kleinen Portionsschälchen anrichten. Den Salat einfüllen und knackige Bacon-Sticks in den Salat stecken.

Wer möchte kann auch noch Röstzwiebeln über den Salat streuen.

Eine andere Variante: Man kann auch Hackbällchen am Spieß dazu reichen.

Nudel-Champignon-Gratin



Zutaten für 4 Personen:

400 g kurze Nudeln, z. B. Penne oder andere
Salz
400 g braune Champignons, ersatzweise weiße Champignons
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL neutrales Öl
1 EL Butter
200 ml Sahne
3 Eier
100 ml Gemüsebrühe
Pfeffer, Muskat
60-70 g Mozzarella
60 g junger Gouda-Käse

Zubereitung:

Nudeln nach Anweisung im Salzwasser bissfest garen, Wasser abgießen.

Champignons putzen und in Scheiben hobeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.

Öl und Butter zusammen erhitzen und Zwiebel- und Knoblauchwürfel glasig anschwitzen, Champignons zugeben und 2-3 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer leicht würzen.

Sahne, Gemüsebrühe und Eier zusammen mit Salz, Pfeffer

und Muskat verquirlen. Mozzarella zerpfücken und Gouda in Streifen schneiden.

Eine Auflaufform mit Butter oder Öl ausstreichen. Die Nudeln einfüllen und verteilen, darauf kommen die Champignons. Eier-Sahne über das Gratin gießen und mit Mozzarella bestreuen.

Gouda-Streifen auf dem Gratin verteilen.

Backen im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze) etwa 20 Minuten.

Anmerkung:

Dazu schmeckt ein bunter oder grüner Salat.

Fortsetzung siehe nächste Seite

Gemüsetopf mit Hühnchen



Zutaten für 4 Personen:

500-600 g Hähnchenbrustfilet
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
500 g Steckrübe
200 g Lauch
350 g Möhren
250 g Kohlrabi
2 EL Öl
1000 ml Gemüsebrühe
150 g Erbsen TK
Salz, Pfeffer, Prise Zucker
½ Bund Petersilie oder Kerbel

Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Möhren schälen und in Scheiben, die Steckrübe ebenso schälen und in Stifte schneiden. Lauch putzen und in Ringe, die Kohlrabi schälen und in Würfel schneiden.

Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. In heißem Öl kräftig anbraten, danach mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hähnchenwürfel beiseite stellen.

Zwiebel und Knoblauch im Bratfett andünsten, Möhren, Porree, Steckrübe und Kohlrabi mit anschwitzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und etwa 15 Minuten garen. Danach die Erbsen und die Hühnchenwürfel zugeben und weitere 8 Minuten garen. Würzen mit Salz und Pfeffer, sowie mit einer Prise Zucker abschmecken.

Den Gemüsetopf mit gehackter Petersilie oder Kerbel servieren.

Anmerkung:

Dazu schmeckt frisches Baguette oder geröstetes Graubrot.

Cantuccini-Tiramisu mit Erdbeeren

Zutaten für 4 Personen:

300-350 g Erdbeeren frisch oder TK
Zucker oder Ahornsirup
1 P Vanillezucker
24 St. Cantuccini (italienisches Mandelgebäck)
250 g Mascapone
150 g Quark 40%
Zucker, Honig
evtl. zur Deko: Zitronenmelisse oder Minze

Zubereitung:

Erdbeeren mit Zucker und Vanillezucker im Mixer pürieren. Mascapone mit Quark, Zucker und Honig glatt rühren.

16 Cantuccini in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz darüber rollen und so zerkleinern.

Ein schönes längliches Glas befüllen mit: Zerkleinerter Cantuccini, gefolgt von der Mascapone-Creme, dann das Erdbeermus darauf verteilen.

Weitere 8 Cantuccini zerkleinern und auf das Erdbeerpüree geben.



Evtl. dekorieren mit Zitronenmelisse oder Minze

Anmerkung:

Das Dessert ist sehr lecker und geht sehr schnell.

Wer kein Nudelholz zum zerkleinern hat, kann auch einen Fleischklopfer oder einen Stieltopf nehmen.