



Rucola aus der Speedykiste **Rucola-Pasta**

Zutaten:

1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote
100 g Rucola
300 g Kirschtomaten
40 g Parmesan
4 EL Walnusskerne
400 g Spaghetti
2 EL Olivenöl
Pfeffer
Salz

Zubereitung:

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilischote vorsichtig halbieren, Kerne entfernen, waschen und anschließend klein schneiden. Rucola waschen, trockenschleudern und grob hacken. Kirschtomaten waschen und halbieren. Parmesan fein reiben. Walnusskerne in einer Pfanne ohne Öl rösten, abkühlen lassen und grob hacken. Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Olivenöl in der zuvor verwendeten Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch sowie Chilischote darin bei mittlerer Temperatur andünsten. Kirschtomaten hinzufügen und kurz mitbraten. Spaghetti gut abtropfen lassen und mit in die Pfanne geben. Herdplatte ausstellen. Rucola, Walnusskerne und die Hälfte des Parmesans unterheben. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Pasta auf 4 Teller verteilen und mit restlichem Parmesan bestreut servieren.

Originalrezept entnommen aus: "eatbetter.de"

Schwarzkohl aus der Regionalkiste

Mettbällchen mit Schwarzkohl und Buttermilchsauce

Zutaten:

8 Scheiben Frühstücksspeck (à 10–15 g)
200 g Mett
250 g Rinderhackfleisch
30 g Vollmilchjoghurt
3 EL Schnittlauch (in Röllchen)
1 Ei (KL. M)
Salz, Pfeffer, ½ TL edelsüßes Paprikapulver
1 EL Butter (10 g)
1 EL Mehl
400 ml Milch
200 g Schwarzkohl
3 EL Olivenöl
100 ml Mineralwasser (mit Kohlensäure)
100 ml Buttermilch

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Speckscheiben nebeneinander auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad (Gas 1, Umluft 100 Grad) auf der 2. Schiene von unten 20 Minuten braten. Inzwischen in einer Schüssel Mett mit Hackfleisch, Joghurt, Schnittlauch und Ei verkneten, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und kalt stellen. Butter in einem Topf erhitzen. Mehl zugeben und unter Rühren kurz anschwitzen. Milch unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen nach und nach zugießen, aufkochen und bei milder Hitze 10 Minuten kochen, dabei gelegentlich umrühren. Béchamel-Sauce mit Salz würzen und beiseitestellen. Schwarzkohl putzen, waschen, trocken schleudern und grob in Stücke schneiden. 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Kohl darin bei mittlerer Hitze 2 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Mineralwasser zugeben, Kohl zugedeckt 12 Minuten garen. Aus der Hackmasse mit angefeuchteten Händen walnussgroße Bällchen formen. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und Mett-bällchen darin rundum hellbraun anbraten. Bei milder bis mittlerer Hitze 10 Minuten fertig braten, Pfanne dabei gelegentlich leicht rütteln. Sauce unter Rühren erhitzen, Buttermilch unterrühren. Sauce mit dem Schneidstab fein pürieren und aufkochen. Kohl und Mettbällchen auf Teller verteilen, Sauce darübergeben. Speck darauflegen. Nach Belieben mit Bratfett (von den Mettbällchen) beträufeln und servieren.

Originalrezept entnommen aus: "essen & trinken 2/2021"

Walnusscreme Dessert

Zutaten für 6 Gläser:

6 Blatt weiße Gelatine
100 g Zucker
1 Prise Salz
1 EL Orangensaft
150 g Walnüsse gemahlen
300 ml Milch
250 ml süße Sahne
1 Päckchen Vanillinzucker
6 Stück Walnüsse

Zubereitung:

Gib die Gelatine in eine Schüssel mit kaltem Wasser zum Einweichen.

In einem Topf erhitzt du Zucker, Salz und Orangensaft, bis sich der Zucker gelöst hat. Drücke die Gelatine aus und rühre sie in den heißen Orangensaft. Pass auf, dass sie sich ganz auflöst und nicht kocht.

Danach gibst du die gemahlene Walnüsse und nach und nach die Milch dazu. Lass alles gut erhitzen aber nicht kochen, bis die Creme dicklich ist.

Während die Walnusscreme abkühlt, schlage die Sahne mit Vanillinzucker in einer Schüssel steif. Lass etwas zum Garnieren übrig und hebe die andere Sahne unter die Creme.

Spüle eine Schüssel oder Dessertgläser mit kaltem Wasser aus, fülle die Creme ein und stelle sie abgedeckt an einem kühlen Ort. Garniere sie vor dem Servieren mit einer dicken Schicht Kakaopulver und den Walnusshälften.

Originalrezept entnommen aus: "omakocht.de"