

Rezept für KW 18-39



Möhren-Kartoffel- Gemüse mit Champignons

180 g Champignons
ca. 400 g Möhren
ca. 200 g Kartoffeln
1 EL Butter
150 ml Gemüsebrühe ½ TL Rohrohrzucker
Kräutersalz
1 Prise Muskatnuss
30 g Butter
150 ml Sahne
gehackte Petersilie
Zitronensaft
Pfeffer

Champignons abbürsten und in Scheiben schneiden. Möhren und Kartoffeln schälen, ebenfalls in feine Scheiben schneiden. 1 EL Butter in einem weiten Topf erhitzen, Möhren und Kartoffeln hineingeben, kurz andünsten und dann so viel Gemüsebrühe angießen, dass das Gemüse bedeckt ist. Rohrohrzucker, etwas Kräutersalz und Muskatnuss hinzufügen und bei offenem Topf garen, bis die Gemüsebrühe zu einer cremigen Sauce eingekocht ist. Währenddessen die Pilze in Butter anbraten, Sahne hinzufügen und einkochen, dann zusammen mit der Petersilie zu den Möhren und Kartoffeln in den Topf geben. Vorsichtig umrühren, bis sich die Saucen gut vermischt haben. Nochmals mit Kräutersalz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.



Rote-Bete-Gratin

750 g Rote Bete
2 EL Olivenöl
300 ml Wasser
Meersalz
Rosmarinpulver
etwas Pfeffer
2 EL Olivenöl
2 Zwiebeln, in Scheiben
5 EL geriebener Parmesan

Die Roten Beten schälen und in fingerbreite Würfel schneiden. Die Rote Beten im Olivenöl andünsten, mit dem Wasser ablöschen, aufkochen. würzen. Bei geringer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Die Zwiebeln im Olivenöl andünsten. Die Roten Beten und die Kochflüssigkeit in eine gebutterte Gratinform füllen. Die Zwiebeln darauf verteilen. Mit dem Parmesan bestreuen. Das Gratin auf mittlerem Einschub 15 Minuten überbacken.