

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Wirsing Suppe

### Zutaten:

30 g Paniermehl

60 ml Milch

3/4 Teelöffel gemahlene Muskatnuss

3 Stiele frische Petersilie

225 g Schweinehack

225 g Rinderhack

2 Esslöffel Olivenöl

1 Esslöffel Butter

2 Möhren

2 Stangen Lauch

1 kleiner Wirsing

1600 ml Hühnerbrühe

60 ml Sahne

Salz, Pfeffer

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Zubereitung:

Petersilie waschen, Blätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Möhren schälen, der Länge nach halbieren und in dünne Halbmonde schneiden. Lauch der Länge nach halbieren, waschen und der Breite nach in Streifen schneiden. Wirsing halbieren, Strunk entfernen und in dünne Streifen schneiden.

Für die Fleischbällchen Paniermehl und Milch vermischen. Je 1/2 Teelöffel Muskat, Salz und Pfeffer, 1 Esslöffel Petersilie, Schweine- und Rinderhack hinzufügen. Alle Zutaten miteinander vermengen und zu kleinen Kugeln rollen.

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen und Hackbällchen 5-8 Minuten braten. Hackbällchen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Butter in einem Topf erhitzen. Möhren und Lauch unter Rühren 10 Minuten weich braten. Wirsing hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten anbraten. Gemüse mit Hühnerbrühe ablöschen, einmal aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Hackbällchen zur Suppe geben und 5 Minuten erhitzen. Sahne, restliche Petersilie und Muskatnuss einrühren.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Pizzassuppe

### Zuraten

500 g Hackfleisch

1 große Zwiebel

1 Glas Champignons

1 Dose Mais

1 gelbe Paprika

1 rote Paprika

3/4 Liter Gemüsebrühe

200 g Sahne-Schmelzkäse

1 Becher Sahne

1 Liter Tomatensauce/ pürierte Tomaten

Salz, Pfeffer

Oregano

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Die Zwiebel klein hacken und zusammen mit dem Hackfleisch in einer Pfanne anbraten. Mais und Champignons abtropfen lassen und dann mit in die Pfanne geben. Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Ebenfalls in die Pfanne geben. Alles 5 Minuten dünsten.

Nun mit der Gemüsebrühe ablöschen. Schmelzkäse, Sahne und Tomatensauce einrühren. Ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Kürbis Linsen Salat

### Zutaten:

250 g Belugalinsen

50 g Walnusskerne

1 (ca. 1 kg) Hokkaidokürbis

7 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

1/2 Bund/Töpfchen glatte Petersilie

1 rote Chilischote

1 Knoblauchzehe

6 TL flüssiger Honig

4–5 EL Weißweinessig

Curry

50 ml Gemüsebrühe

1 (200 g) Rolle Ziegenweichkäse

Backpapier

### Zubereitung:

Linsen in ca. 2 l kochendem Wasser ca. 25 Minuten garen.

Inzwischen Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett unter Wenden 2–4 Minuten rösten. Herausnehmen.

Kürbis waschen, vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. 2 EL Öl portionsweise in der Pfanne erhitzen. Je Hälfte

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Kürbis darin nacheinander unter Wenden ca. 8 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Linsen in ein Sieb gießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Petersilie waschen, trocken schütteln, grob hacken.

Für die Vinaigrette Chili putzen, längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. 5 EL Öl, 2 TL Honig, Chili, Knoblauch, Essig, 1 TL Curry und Brühe verrühren.

Mit Linsen, Kürbis, Walnüssen und Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Käse in 12 gleich dicke Scheiben schneiden, aufs Blech legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Rest Honig beträufeln. Backofengrill einschalten.

Käse 3–5 Minuten überbacken. Auf dem Salat anrichten.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Sommernudelsalat

### Zutaten:

#### Für den Nudelsalat:

1 Rote Paprika, halbiert, den Stängel abgeschnitten und entkernt, in bissfertige Stücke geschnitten

1 Mittel große Zucchini, in bissfertige Stücke geschnitten

1 Mittel große Aubergine, in bissfertige Stücke geschnitten

200 g Cherry-Tomaten oder Mini Roma-Tomaten, halbiert

Natives Olivenöl extra, um das Gemüse zu bestreichen

Meersalz und frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer nach Geschmack

400 g Vollkorn- oder Dinkelnudeln zum Beispiel Penne, Fusilli oder Farfalle

2-3 Große Knoblauchzehen, zerdrückt

1 Große, rote Zwiebel, klein geschnitten

10-12 Getrocknete Tomatenhälften in Öl, das Öl abgeschüttet und klein gehackt (60 g)

1 Kleiner Bund glatte Petersilie, klein gehackt

Eine Hand voll frische Basilikumblätter, klein gehackt

50 g Mandelsplitter, leicht geröstet

#### Für das Dressing:

6 EL Natives Olivenöl extra

2 EL Crema con Aceto Balsamico di Modena (Balsamessig-Creme)

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

1 EL Zitronensaft, frisch gepresst

Meersalz und frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer nach Geschmack

## **Zubereitung:**

Den Ofen auf 220°C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Nun die Paprika, die Zucchini, die Aubergine und die Cherry-Tomaten auf dem vorbereiteten Backblech verteilen und etwas Olivenöl darüber träufeln und das Gemüse darin herumdrehen bis sich das Öl gut verteilt hat. Nehmt nicht zuviel Öl (ca. 1,5 – 2 EL). Nur gerade soviel, dass das Gemüse leicht bedeckt ist. Danach mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Jetzt röstet Ihr das Gemüse auf mittlerer Höhe im Ofen bis es weich ist und anfängt braun zu werden (ca. 20-30 Minuten). Danach das geröstete Gemüse zum Abkühlen zur Seite stellen.

In der Zwischenzeit bringt Ihr gesalzenes Wasser in einem mittel großen Topf zum Kochen und kocht darin die Nudeln entsprechend der Packungsanleitung al dente. Danach das Wasser abschütten und die Nudeln mit kaltem Wasser abspülen und zur Seite stellen.

In einer kleinen Schüssel die Dressing-Zutaten gut vermischen. Die Pasta in eine große Servierschale geben und mit dem Dressing, dem Knoblauch, den roten Zwiebeln und den getrockneten Tomaten gut vermischen. Danach die Kräuter, die gerösteten Mandelsplitter und das geröstete Gemüse dazu geben und vorsichtig vermischen. Auf Raumtemperatur oder gekühlt servieren.



# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Kohlrabi Radieschen Salat

### Zutaten:

- 1 große Kohlrabi
- 8 große Radieschen
- 20 Cocktailtomaten
- 2 Gewürzgurken
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Bund Schnittlauch
- 150 g Naturjoghurt
- 2 EL neutrales Öl
- 1 EL Weißweinessig
- 2 EL Zucker
- Salz

### Zubereitung:

Die Kohlrabi schälen und mit einer Gemüsehobel oder per Hand in hauchdünne ca. 0,5 cm breite Streifen schneiden. Die Radieschen ebenfalls per Hand oder mit einem Gemüsehobel verarbeiten und in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Cocktailtomaten halbieren. die Gewürzgurken vierteln und die Frühlingszwiebel und den Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Die vorbereiteten Zutaten mit dem Joghurt dem Öl, dem

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Weißweinessig, dem Zucker und Salz in eine Schüssel geben.

Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Den Salat nun mind. 1/2 Stunde ziehen lassen. Die Aromen entwickeln sich erst nach und nach. Bei Bedarf den Salat nochmals vor dem Servieren mit Salz abschmecken.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Linsensalat mit Fetakäse

### Zutaten:

200 g Beluga Linsen

4 Rispen Tomaten (ca. 450 g), geviertelt

100 g Feta, gekrümelt

1 TL Kapern (in Lake), die Lake abgeschüttet

1/2 TL Frische Thymianblätter

Ein großer Spritzer natives Olivenöl extra (ca. 3 EL)

Saft von 1,5 mittel großen Zitronen, frisch gepresst (die eine Hälfte aufbewahren, um sie kurz vor dem Servieren noch über dem Salat auszupressen)

1 Kleiner Bund glatte Petersile, klein gehackt

3 EL Frische Minze, klein gehackt

1 Mini-Gurke (oder 1/2 Salatgurke entkernt), in Würfel geschnitten

Etwas Olivenöl zum darüber Träufeln beim Servieren

Meersalz und frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer nach

Geschmack

### Zubereitung:

Die Linsen in einen großen Topf geben und mit viel Wasser auffüllen (im Verhältnis 3:1 zu den Linsen). Dann das Wasser zum Kochen bringen und danach auf mittlerer Stufe 30 Minuten köcheln lassen. Wenn die Linsen fertig gekocht sind, das übrige

# Gemüsehof

## BREUTZMANN

Wasser abschütten und die Linsen in eine Schüssel zum Abkühlen geben. Sobald die Linsen zur Hälfte fertig gekocht sind, könnt Ihr anfangen, die Tomaten und den Feta im Ofen zu grillen. Die Tomaten mit den Kapern und dem Thymian in eine hitzefeste Kasserolle geben und dann den gekrümelten Feta und einen Spritzer Olivenöl dazu geben. Nun mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen und die Kasserolle auf mittlerer Höhe in den Ofen stellen und auf niedriger Stufe grillen. Die Tomaten und den Feta solange im Ofen rösten, bis sie weich und die Enden des Feta etwas bräunlich werden (ca. 15-20 Minuten je nachdem wie Euer Ofen beschaffen ist und wie nah die Kasserolle an der Hitze ist). Das müsst Ihr selber ausprobieren, weil ich nicht weiß, was für einen Ofen Ihr habt. Da ist jeder anders. Jetzt könnt Ihr den Rest des Salates vorbereiten. Dafür gebt Ihr den Zitronensaft von 1 Zitrone und die Petersilie und die Minze in die Schüssel mit den Linsen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Nun den Linsen-Kräuter-Mix auf eine Servierplatte geben und die gerösteten Tomaten und den gerösteten Feta darüber verteilen. Dann die Gurkenwürfel darüber geben und den Saft der übrigen 1/2 Zitrone darüber geben. Danach noch einen Spritzer Olivenöl darauf geben und nach Geschmack nachwürzen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Tomaten Pesto

### Zutaten:

300 g getrocknete Tomaten (eingelegt im Glas)

200 ml Öl von den eingelegten Tomaten

20 ml Olivenöl

1 Bund Basilikum

100 g Pinienkerne

80 g Ricotta

1 TL Zucker

Salz und Pfeffer nach Belieben

100 g geriebenen Parmesan

Knoblauch

**Tipp:** Du kannst auch statt getrockneten, frische Tomaten verwenden und statt dem eingelegten Öl, Olivenöl.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Tomaten abtropfen und Öl auffangen.

Basilikum gründlich waschen und mit einem Messer klein hacken.

100 g Parmesan reiben (gibt es auch schon fertig zu kaufen).

Tomaten, Basilikum und alle anderen Zutaten in eine hohe Schüssel geben.

Komplette Menge mit einem Stabmixer pürieren.

Mit Pfeffer, Salz und eventuell Knoblauch nach Belieben würzen.

Pesto in Gläser füllen.

**Tipp:** Sollte das Pesto erst einige Tage später verbraucht werden, empfehle ich, auf das Pesto noch etwas Olivenöl zu geben und das Glas erst dann fest zu verschließen.

Das Pesto schmeckt nicht nur zu Nudeln ausgezeichnet, sondern ist auch als Brotaufstrich sowie als Grillsoße geeignet.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Creamy Coleslaw

### Zutaten:

#### *Für den Coleslaw:*

300 g Weißkohl

4 kleine Möhren

100 g Zucker

50 g Salz

#### *Für das Dressing:*

150 ml Mayonnaise

2 Esslöffel Zucker

2 Esslöffel Apfelessig

3 Frühlingszwiebeln

1/2 Bund Petersilie

Salz, schwarzer Pfeffer

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Möhren schälen und mit Weißkohl in schmale Streifen schneiden. Gemüse in ein Sieb geben und mit Salz und Zucker bestreuen, ca. 5 Minuten ziehen lassen. Gewürze unter fließendem Wasser gut abspülen.

Für das Dressing Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und Petersilie hacken. Mit Möhren, Weißkohl und übrigen Zutaten in einer großen Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Im Kühlschrank mindestens 30 Minuten (besser über Nacht) ziehen lassen und servieren.



# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Apfel Zimt Schnecken

### Zutaten:

1 mittelgroßer Apfel (z. B. Braeburn)

3 EL feinsten Zucker

1 EL gemahlener Zimt

1 Pck. Blätterteig (275 g, fertig auf Papier aus- und aufgerollt)

1 EL geschmolzene Butter

etwas weiche Butter für die Mulden der Muffinform

### Zubereitung:

Apfel waschen, trocken reiben und mit Schale vierteln, Kerngehäuse ausschneiden und die Viertel dann klein würfeln. Zucker und Zimt in einer kleinen Schüssel mischen. Blätterteig mit dem Papier entrollen. Teig mit geschmolzener Butter bestreichen. Zimt-Zucker daraufstreuen, Apfelwürfel gleichmäßig darauf verteilen, dabei rundherum einen ca. 1 cm breiten Rand freilassen. Teig von der Längsseite aus aufrollen (Naht unten), etwas andrücken. Gefüllte Rolle in 12 gleichgroße (ca. 3,5 cm große) Stücke schneiden, geht am besten mit einem großen, scharfen Messer mit glatter Klinge. Die zwölf Mulden einer Muffinform mit Butter auspinseln. Wenn ihr wollt, könnt ihr noch 12 kleine Kreise aus Backpapier schneiden und hineinlegen. Dann gehen sie nach dem Backen leichter raus.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Oder ihr könnt sie auch nicht einfetten und stattdessen Papierförmchen in die Mulden setzen.

Stücke aufrecht, also mit einer Schnittfläche nach oben, in die Mulden setzen. Im heißen Ofen (210 Grad, 2. Schiene von unten) ca. 15-20 Minuten backen.

Form aus dem Ofen nehmen, Schnecken am Rand gleich mit einem Messer lösen. Dann ca. 5 Minuten abkühlen lassen, Schnecken herauslösen, lauwarm abkühlen lassen. Wenn ihr sie in der Form ganz auskühlen lasst, gehen sie schwer raus.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Vegetarisches Chili

### Zutaten:

- 180 g Langkornreis, trocken
- 1 Prise Jodsalz
- 2 Stück, mittelgroß Zwiebeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Stück Chilischote, klein, rot
- 250 g, Abtropfgewicht Kidneybohnen
- 2 TL Pflanzenöl, Rapsöl/Sonnenblumenöl
- 3 EL Tomatenmark
- 200 g Tomaten, passiert
- 2 TL Oregano, gehackt
- 1/2 TL Kreuzkümmel/Cumin
- 1 Prise Pfeffer
- 1 TL Majoran, gehackt

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser garen. Zwiebeln schälen und würfeln. Knoblauch pressen. Chilischote waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Kidneybohnen abspülen und mit Mais abtropfen lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelwürfel und Knoblauch darin ca. 2 Minuten glasig dünsten. 1 EL Tomatenmark unterrühren, anschwitzen und mit passierten Tomaten ablöschen.

Chilistreifen, Mais und Kidneybohnen zugeben, mit Oregano, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen und ca. 3–5 Minuten köcheln lassen. Reis mit restlichem Tomatenmark verfeinern, mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken und zum Chili servieren. Nach Wunsch mit gehackter Petersilie bestreuen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Kichererbsen Tomaten Salat

### Zutaten:

*Für den Salat:*

2 EL Natives Olivenöl extra

1 x 400 g Dose Bio-Kichererbsen, ab gespült und abgetropft

Meersalz und frisch gemahlener Pfeffer, nach Geschmack

2 TL Gemahlener Kreuzkümmel

500 g Cherry-Tomaten , geviertelt

1 Kleine, rote Zwiebel, fein gehackt

1 Bund glatte Petersilie, klein gehackt

*Für das Dressing:*

2 EL Natives Olivenöl extra

1 EL Zitronensaft, frisch gepresst

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Zubereitung:

Das Olivenöl in einer tiefen, schweren Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und die Kichererbsen dazu geben und gleichmäßig in der Pfanne verteilen. Ohne Umrühren (!) kochen, bis sie leicht braun sind (ca. 4 Minuten). Dann erst umrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann wieder gleichmäßig in der Pfanne verteilen und nochmal 2 Minuten kochen lassen ohne Umrühren. Jetzt wieder umrühren und weiter kochen, bis sie goldbraun werden und leichte Blasen werfen. Insgesamt dauert der gesamte Prozess ca. 7-8 Minuten. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Kreuzkümmel dazu geben und gut vermischen.

In eine große Salatschüssel die Tomaten, die rote Zwiebel und die Petersilie geben. Dann das Olivenöl und den Zitronensaft darüber verteilen und gut umrühren. Nun die Kichererbsen dazu geben und wieder gut vermischen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen (nach Geschmack).

## Mediterraner Bohnensalat

### **Zutaten:**

400 gemischte Bohnen, blanchiert

225 g Cherry Tomaten oder ein Mix

1 Salatgurke, entkernt und klein geschnitten

1 Große Knoblauchzehe, klein gedrückt

1 Mittel große, rote Zwiebel, klein geschnitten

1 Große Hand voll frische, glatte Petersilie (1 kleiner Bund)

2 EL Klein geschnittene frische Minze

1,5 EL Natives Olivenöl extra

Saft von 1 Zitrone, frisch gepresst

1/2 TL Meersalz

Frisch gemahlener Pfeffer nach Geschmack

25 g Gemischte Samen und Nüsse, leicht geröstet

### **Zubereitung:**

In einer großen Schüssel den Bohnen-Mix, die Tomaten, die Gurke, den Knoblauch, die rote Zwiebel, die Petersilie und die Minze vermischen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Für das Dressing das Olivenöl und den Zitronensaft in einer kleinen Schüssel vermischen. Dann das Dressing über den Bohnen-Mix geben und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer nach Geschmack würzen. Nun alles leicht vermischen. Danach den Salat bei Raumtemperatur 30 Minuten lang stehen lassen, damit sich die Aromen vermischen können.



# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Pad Thai Salat

### Zutaten:

- 1 Zucchini
- 2 große Karotten
- 1 rote Paprika
- 90 g Rotkohl
- 120 g Edamame (wahlweise auch Tofu)
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 Teelöffel Sesamsamen
- 1 Teelöffel Hanfsamen
- 50 g Mandelmuß
- 2 Esslöffel Limettensaft
- 2 Esslöffel Tamari (wahlweise auch Sojasauce)
- 2 1/2 Teelöffel Ahornsirup
- 1/2 Esslöffel Sesamöl
- 1 Teelöffel Ingwer
- 1 Knoblauchzehe

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Zubereitung:

Zucchini mit einem Spiralschneider zu Zucchini-Nudeln verarbeiten. Paprika und Rotkohl in dünne Streifen sowie Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Karotten stifteln. Zucchini, Karotten, Paprika und Rotkohl in einer großen Schüssel vermengen. Für das Salatdressing Ingwer reiben, Limette auspressen, Knoblauch schälen und fein hacken. Ingwer, Limettensaft, Knoblauch, Mandelmuß, Tamari (oder Sojasauce), 2 EL Wasser, Ahornsirup und Sesamöl in einer Schüssel mit einem Schneebesen verrühren. Das Dressing kann anfangs etwas flüssig sein, wird jedoch noch fester, wenn es etwas steht. Den Rohkostsalat mit Edamame (bzw. Tofu), den Frühlingszwiebeln, Hanf- und Sesamsamen garnieren. Abschließend mit Dressing beträufeln.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## 10 min Terrine

### Zutaten für ein großes Glas:

1 Karotte

1/2 Kohlrabi

eine Handvoll Brokkoli-Röschen

einige Wirsingblätter

2 Frühlingszwiebeln

1/2 rote Zwiebel

1 TL frischer Ingwer, sehr fein gehackt

1 Nudelnest Quick Cooking Noodles

Salz und Pfeffer

1 großzügige Prise brauner Zucker

2 TL Gemüsebrühpulver, selbstgemacht

1 EL Rapsöl

1 TL dunkles Sesamöl

1 großzügiger Spritzer Limettensaft

Sojasauce nach Geschmack

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Die Karotte und den Kohlrabi mit einer groben Reibe raffeln, die Brokkoliröschen so klein wie möglich vereinzeln.

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und die rote Zwiebel, sowie den Wirsing in feine Streifen schneiden oder besser noch, hobeln. Den Ingwer schälen und mit dem Messer ganz fein hacken oder mit der Apfel- oder Ingwerreibe reiben. Das Nudelnest mit der Hand zerbröseln und mit dem Gemüse vermengen. Alles in ein Bügelglas füllen und das Brühpulver, das Öl, die Sojasauce, sowie den Limettensaft dazugeben. Verschließen und bis zum nächsten Tag im Kühlschrank aufbewahren.

Im Büro dann nur noch nach Geschmack salzen und pfeffern, mit kochendem Wasser aufgießen, wieder verschließen und 10 Minuten ziehen lassen. Umrühren, essen

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Portweinzwiebeln

### Zutaten:

1 kg rote Zwiebeln, geschält

Olivenöl zum Anschwitzen

80 g Rohrohrzucker

750 ml Portwein

1 Bouquet garni

75 ml Rotweinessig

Salz

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

### Zubereitung:

Zwiebeln schälen und in schmale Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne oder einem Topf erhitzen und die Zwiebelstreifen darin 15 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen, dabei mehrfach umrühren. Mit Zucker bestreuen, gut verrühren und einige Minuten karamellisieren lassen. Mit Portwein ablöschen, das Bouquet garni dazugeben und soweit bei mittlerer Hitze einkochen lassen, bis der Wein fast komplett verkocht ist, dann den Rotweinessig dazugeben und ebenfalls etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in ein Glas abfüllen und abkühlen lassen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Einwecken

Die Gläser im Backofen sterilisieren. Dafür werden sie ohne Deckel in den Backofen gestellt und bei 150°C für 15 Minuten erhitzt. Die Deckel in einen Topf geben, mit Wasser und einem Schluck Essig bedecken und zum Kochen bringen. Für 5 Minuten kochen. Die Gläser herausnehmen und abkühlen lassen.

Die fertige Portweinzwiebeln in die Gläser füllen, dabei darauf achten, nach oben einen guten cm frei zu lassen. Den Deckel fest verschließen und in einen Weck- oder einen anderen Topf, der groß genug ist und sich verschließen lässt, stellen. Das Wasser sollte ungefähr die Temperatur der

## Kohlrabi-Apfelspiralen-Salat

### **Zutaten:**

Für den Salat

1 mittelgroße Kohlrabi

1 grüner Apfel

60 g Ziegenkäse

2 Esslöffel Walnüsse

2 Esslöffel Cranberries

1 Handvoll Rucola

Für das Dressing

2 Esslöffel Honig

2 Esslöffel Rotweinessig

3 Esslöffel Olivenöl

1 Esslöffel Dijon Senf

Salz, Pfeffer

### **Zubereitung:**

Für das Dressing alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Salat Rucola und Apfel waschen, die Kohlrabi schälen und die Enden glatt abschneiden. Kohlrabi und Apfel mit dem Spiralschneider zu feinen Fäden verarbeiten und mit dem Rucola vermengen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Walnüsse grob hacken und den Ziegenkäse zerbröseln.

Salat auf zwei Tellern anrichten, das Dressing darüber geben und mit den Walnüssen, Ziegenkäsebröseln und Cranberries anrichten.



## Orangenkuchen

### Zutaten:

150 g Speiseöl (z.B. Sonnenblumenöl)

4 Eier

280 g Zucker

2 TL Vanillezucker

280 g Mehl

1 TL Backpulver

50 g frisch gepresster O-Saft (ca. 1 Orange, wird später aufgeteilt)

abgeriebene Schaler einer Bio-Orange

130 g Sprudelwasser

Zuckerguß:

150 g Puderzucker

2-3 EL Orangensaft plus Saft zum in die Löcher gießen

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## **Zubereitung:**

Bei dem Orangensaft habe ich ein bisschen jongliert. 2-3 EL benötigte ich für den Zuckerguß, nochmal 2-3 EL zum in die Löcher gießen, den Rest habe ich in den Teig gekippt. Speiseöl, Eier, Zucker und Vanillezucker mit dem Mixer verschlagen, bis eine homogene Masse entstanden ist. Mehl, Backpulver, einen Schwapp O-Saft, abgeriebene Schale und Sprudelwasser hinzugeben und alles gut verrühren.

Den Teig in eine gefettete Kastenform füllen und ca. 50 Minuten bei 180° Grad backen.

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Kürbis Pesto

### Zutaten:

400 Gramm rohes Kürbis-Fleisch vom Bio-Hokkaido mit Schale

6 Esslöffel Kürbiskerne

2 Knoblauchzehen

150 ml Olivenöl

80 Gramm geriebenen Parmesan

1 kleiner Bund Glatte Petersilie

Zitronensaft von einer halben Zitrone

Salz

Pfeffer aus der Mühle

### Weiter Zutaten:

Frisch geerntete Kartoffeln, gewaschen und mit Schale in

Spalten geschnitten

Rapsöl

Salz

Frische Oregano-Zweige

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Zubereitung:

Das Kürbisfleisch in grobe Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen, anschließend vom Wasser abseihen und die Kürbisstücke gut abkühlen lassen. Parallel dazu die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe rösten, dann ebenfalls abkühlen lassen. Die Petersilie fein hacken, ebenso die Knoblauchzehen fein hacken.

Die kalten Kürbisstücke in ein passendes Gefäß geben, dann mit dem Mixstab pürieren. Während dem Pürier-Vorgang immer mal wieder langsam das Olivenöl hinzufügen, so lange bis alles Olivenöl aufgebraucht ist. Es sollte eine Art Emulsion, wie bei der Herstellung einer Mayonnaise entstehen, deswegen das Olivenöl nicht zu schnell zugießen, sonst gerinnt die Masse.

Die kalten gerösteten Kürbiskerne fein hacken und in die Kürbismasse geben, ebenso den gehackten Knoblauch, die fein gehackte Petersilie, den Zitronensaft sowie den Parmesan hinzufügen und alles zusammen mit einem Schneebesen oder Kochlöffel gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle rezent abschmecken.

## Zucchini-Brot

### **Zutaten:**

- 1 Würfel (42 g) Hefe
- 100 g geriebener Käse
- 100 g gekochter Schinken
- 3 Zucchini (à ca. 200 g)
- 6 Stiel(e) Thymian
- 500 g Mehl
- 1 TL Salz
- 100 g Haselnuskerne
- Fett und Mehl

### **Zubereitung:**

Hefe in 250 ml lauwarmen Wasser auflösen. Käse und Schinken in feine Würfel schneiden. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren, Kerne auskratzen. Zucchini grob raspeln. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen Hefewasser, Mehl, Salz, Thymian, Nüsse, Zucchini, Käse und Schinken mit den Knethaken des

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

Handrührgerätes zu einem glatten Teig verkneten. Teig zugedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Teig erneut durchkneten und in eine gefettete und mit Mehl ausgestäubte Kastenform (1,8 Liter; unten 8 x 27 cm) füllen. Erneut ca. 45 Minuten gehen lassen Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 225 °C/ Umluft: 200 °C/ Gas: Stufe 4) 25–35 Minuten backen. Brot aus dem Ofen nehmen, ca. 10 Minuten in der Form ruhen lassen, aus der Form stürzen und ganz auskühlen lassen. Dazu schmeckt ein Schmanddip Wartezeit ca. 1 3/4 Stunden

# Gemüsehof

# BREUTZMANN

## Möhrenkuchen Thermomix

### Zutaten:

#### *Teig*

- 120 g Sonnenblumenöl
- 100 g Haselnüsse (gemahlen)
- 400 g Karotten(in Stücken)
- 200 g Zucker
- 3 Eier
- 250 g Mehl
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Teelöffel Natron
- 1/2 Teelöffel Salz
- 1 Teelöffel Zimt

#### *Guss*



- 120 g Zucker
- 10 g Wasser
- 5 g Zitronensaft
- 12 Stück Marzipankarotten

# Gemüsehof


# BREUTZMANN

## Zubereitung:

### Teig

- Karotten in den  geben, 8 Sek/Stufe 5 zerkleinern (in eine Schüssel geben und zur Seite stellen)
- Rühraufsatz einsetzen, Zucker, Eier und Öl in den  geben und 60 Sek/Stufe 3 cremig rühren.
- Rühraufsatz entfernen
- Nüsse und Karotten zugeben und 20Sek/Stufe 4 rühren
- Mehl, Backpulver, Natron, Salz, Zimt zugeben 15 Sek/Stufe 5 verrühren
- Teig in eine Sprinform geben und 35 min bei 180C' backen
- abkühlen lassen

### Guss

- Zucker in den  geben und 15 Sek/Stufe 10 (ergibt Puderzucker)
- Wasser und Zitronensaft zugeben 20 Sek/Stufe 3,5 verrühren - auf den Kuchen streichen
- mit Marzipankarotten dekorieren