



**Weidenhof Wechter Straße 42 49525 Lengerich Telefon 0 54 82 – 63 67**

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 02.09. - 08.09.2024**

### **Stielseintopf**

Zutaten: 250 g Suppenfleisch (z.B. Beinscheibe), 100 g durchwachsener Speck, 200 g Kartoffeln, 2 Zwiebeln, 1 Zweig Liebstöckel, 1 Bund Stielmus, 1 Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, 1 kleine Möhre, ev. etwas Speisestärke zum Binden, 1/2 Glas Bier, 1 TL Butter, 200 ml Gemüsebrühe

Den Speck würfeln. Möhren und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Butter zerlassen und den Speck darin auslassen. Zwiebeln dazugeben und etwas anschwitzen. Möhren und Kartoffeln zufügen. Das Suppenfleisch darauf legen und mit Brühe und Bier angießen. Liebstöckel und Lorbeerblatt dazugeben. Das Ganze ca. 1 Stunde köcheln lassen.

Das Fleisch herausnehmen und in Stücke schneiden. Die Brühe mit dem Gemüse etwas zerstampfen. Die Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Stielmus waschen, trocken schütteln und grob zerkleinern. Den Stielmus dazugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Das Fleisch zugeben.

Alles noch einmal durchköcheln lassen und würzen.

### **Porree-Hafer-Suppe**

Zutaten: 1 EL Butter, 1/2 Zwiebel, 3 EL Haferflocken, 500 g Porree, Salz, 800 ml Gemüsebrühe, 1/4 TL Liebstöckel, 1 Prise Piment, 1 Prise Muskat, Pfeffer, 2 EL Sahne, 2 EL fein gehackte Petersilie

Zwiebel schälen und fein hacken. Porree längs halbieren und gut waschen.

Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln unter Rühren 3 Minuten anbraten, Haferflocken dazugeben, unter Rühren anrösten, bis die Haferflocken angenehm duften.

Porree unterrühren, leicht salzen, kurz mitdünsten, mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Die Suppe mit Liebstöckel, Piment, Muskat und Pfeffer würzen, zugedeckt 10 - 12 Minuten köcheln, der Porree sollte weich sein.

Sahne unterrühren, Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Petersilie garniert servieren.

### **Curry-Möhren-Pfannkuchen mit Lauch-Käse-Soße**

Zutaten: 200 g Möhren, 1 Bund Schnittlauch, 260 g Mehl, 3 Eier, 375 ml Milch, Salz, Pfeffer, 2 - 3 TL Currypulver, 2-3 EL Bratöl, 200 g Porree, 2 EL Bratöl, 150 ml Weißwein, 150 g Bergkäse, 100 g Sahne

Für die Pfannkuchen Möhren schälen und fein reiben. Schnittlauch kalt abbrausen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Mehl mit Eiern, Milch, 3/4 TL Salz, Pfeffer und Curry mit einem Schneebesen glatt rühren. Möhren und 2/3 des Schnittlauches untermischen und den Teig beiseite stellen.

Inzwischen für die Soße Lauch putzen, waschen, längs halbieren und in feine Scheiben schneiden. 2 EL Bratöl in einem Topf erhitzen und den Lauch darin ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Weißwein zugeben und im offenen Topf auf die Hälfte einkochen lassen. Käse fein reiben. Hitze reduzieren und den Käse und die Sahne zugeben. Rühren bis der Käse geschmolzen ist. Die Soße mit Pfeffer und Salz würzen.

Für die Pfannkuchen den Backofen auf 100 ° C (Umluft 80 ° C) vorheizen. Das Öl portionsweise in einer großen Pfanne erhitzen. Darin nacheinander 4 Pfannkuchen bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ca. 3-5 Minuten ausbacken und im Ofen warm halten. Pfannkuchen mit Soße füllen, zuklappen und mit übrigem Schnittlauch garnieren. Auf Wunsch schwarzen Pfeffer frisch darüber mahlen.

### **Gebackener Feta mit Tomaten-Oliven-Salat**

Zutaten: 400 g Tomaten, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Olivenöl, 1 EL Balsamicoessig, Salz, 50 g Oliven, 200 g Feta, Pfeffer, 1/2 EL Honig, ca. 150 g Baguette

Tomaten waschen und vierteln oder je nach Größe achteln. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Tomaten und Zwiebel in einer Schüssel mischen.

Knoblauch pellen und fein hacken. Die Hälfte des Knoblauchs, 2 EL Olivenöl, Essig, Salz, Honig und Pfeffer gut verrühren. Mit dem Salat und den Oliven mischen und beiseite stellen.

Restlichen Knoblauch und 1 EL Öl gut verrühren. Feta in 4 gleich große Scheiben schneiden. Baguette quer halbieren und in 4 gleich große Stücke schneiden. Feta darauf verteilen. Mit Knoblauchöl bepinseln. Unter dem vorgeheizten Backofengrill 5-10 Minuten backen.

Tomaten-Oliven-Salat mit dem Käse servieren

### **Pasta mit Stielmus**

Zutaten: 250 g kurze Nudeln (Penne, Oricchiette), 300 g Stielmus, 100 g Parmesan oder 1 EL Olivenöl, Pecorino, 1 Chilischote, 2 Knoblauchzehen, 2 Sardellenfilets (in Öl), Salz, Pfeffer

Stielmus waschen, grob schneiden und für 10 Minuten in Salzwasser kochen. Mit einem Schaumlöffel rausnehmen und leicht ausdrücken. Im Kochwasser die Nudeln al dente kochen.

In einem großen Topf bei mittlerer Hitze das Öl erhitzen. Die Sardellen hinzufügen und auflösen. Knoblauch und Chili klein würfeln und hinzufügen und leicht anbraten. Nun das Gemüse hineingeben und kurz mitbraten. Etwas Nudelwasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die gekochten Nudeln in die Soße geben und alles miteinander vermischen. Parmesan und/oder Pecorino reiben darauf streuen und heiß servieren.