

Nudeln von B bis V Sammlung

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Nur Vegetarisch

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Donnerstag, 16. März 2006

www.Hans-joachim60.de

Index

Bandnudeln Breite	34	Penne Salat	193
Bandnudeln Schmale	46	Ravioli Normal.....	196
Bavette	47	Ravioli Süß.....	204
Cannelloni.....	51	Reisnudeln	208
Diverses.....	72	Rigatoni	213
Fadennudeln	77	Spaghetti Diverses	225
Fettuccini.....	83	Spaghetti Tomaten.....	271
Fusilli	85	Spätzle fertige.....	283
Glasnudeln.....	91	Spätzle Herstellen.....	288
Herstellung	105	Spinatnudeln.....	311
Lasagne	109	Spiralen.....	313
Makkaroni.....	151	Süß.....	315
Muschel	178	Tagliatelle	332
Ohne Namen	180	Tortellini	344
Penne diverses	186	Vollkorn	358

Inhaltsverzeichnis

Nudeln von B bis V Sammlung.....	1
PS	1
Index	1
Inhaltsverzeichnis	2
Bandnudeln Andere.....	13
Bandnudeln in Käsekräutersauce M.....	13
Bandnudeln in Käsesauce mit Brokkoli M.....	14
Bandnudeln in Paprika Sauce M.....	14
Bandnudeln in Zucchini Mascarponesauce M.....	15
Bandnudeln Lauch Gratin M.....	15
Bandnudeln mit Austernpilzen.....	16
Bandnudeln mit Basilikumsoße.....	17
Bandnudeln mit Kräutern M.....	17
Bandnudeln mit Kürbiskernen.....	18
Bandnudeln mit Möhren Zucchini Soße M.....	18
Bandnudeln mit Mozzarella + Rucola M.....	19
Bandnudeln mit Pesto Sahne M.....	20
Bandnudeln mit Pilzcreme M.....	20
Bandnudeln mit Rauke M.....	21
Bandnudeln mit Rauke in Pesto M.....	22
Bandnudeln mit Salbeibutter M.....	23
Bandnudeln mit Spargel M.....	23
Bandnudeln mit Spinat Sahne M.....	24
Bandnudeln mit Walnussauce M.....	25
Bandnudeln mit Zucchini und Champignons M.....	25
Frühlingsgemüse und Bandnudeln.....	26
Gekräuselte Bandnudeln mit Zitrone M.....	27
Italienische Pfanne M.....	27
Nudel Spinat Auflauf M.....	28
Nudeln mit Champignons und Porree M.....	29
Pilz Nudel Pfanne.....	30
Ratatouille auf Bandnudeln.....	30
Rauke mit Bandnudeln M.....	31
Senfnudeln mit Mangold M.....	32
Tomaten Spinat Nudeln M.....	32
Überbackene Nudeln mit Cremespinat M.....	33
Bandnudeln Breite.....	34
Bandnudeln in Pilz Sahne Soße M.....	34
Bandnudeln mit Austernpilzen und Kräutern M.....	35
Bandnudeln mit Paprika und Koriander Pesto.....	35
Bandnudeln mit Radicchio M.....	36
Bandnudeln mit Steinpilz Sahne M.....	37
Möhren Pappardelle.....	37
Spinat mit breiten Nudeln und Käsesauce M.....	38

Spinat Nudelauflauf mit Meerrettich 3 Ei M.....	39
Bandnudeln grün & gelb.....	40
Bandnudeln in Pilz Sahne Soße M.....	40
Bandnudeln mit Blauschimmelkäse M.....	41
Bandnudeln mit Spinatsauce 2 Eigelb M.....	41
Grüne Bandnudeln mit Champignons M.....	42
Grüner Nudelauflauf M.....	43
Kohlrabi Ragout mit Bandnudeln M.....	43
Spinat Pasta mit Gorgonzola M.....	44
Weizenbratschnitten 2 Ei M.....	45
Bandnudeln Schmale.....	46
Bandnudeln mit Gemüsestreifen M.....	46
Bandnudeln mit Lauchsauce M.....	47
Bavette.....	47
Bavette Dolce Vita M.....	47
Bavette mit Gorgonzolasauce M.....	48
Bavette Spinaci M.....	48
Bavette/Tagliatelle mit.....	49
Shii Take Curry Soße M.....	50
Cannelloni.....	51
Brokkoli Käse Cannelloni M.....	51
Canelloni dell'Angelina M.....	52
Cannelloni 1 Ei + 4 Eigelb M.....	52
Cannelloni mit Frischkäse Paprika Füllung 1 Ei M.....	53
Cannelloni mit Frischkäsefüllung 1 Ei M.....	54
Cannelloni mit Gemüsebolognese M.....	55
Cannelloni mit Hüttenkäse 2 Ei M.....	56
Cannelloni mit Karotten und Ricotta gefüllt M.....	57
Cannelloni mit Lauchfüllung M.....	58
Cannelloni mit Mangold Käsefüllung 1 Ei M.....	58
Cannelloni mit Nusssoße M.....	59
Cannelloni mit Paprika Zwiebel Füllung M.....	60
Cannelloni mit Ricotta 2 Ei + 2 Eiweiß M.....	61
Cannelloni mit Ricotta Nuss Füllung 1 Eigelb M.....	62
Cannelloni mit Spinat Feta Füllung M.....	63
Cannelloni mit Spinat Schafskäse Füllung M.....	63
Cannelloni mit Ziegenquark und 2 Eigelb M.....	64
Gefüllte Cannelloni I M.....	65
Gefüllte Cannelloni II M.....	66
Gefüllte Cannelloni mit Spinat und Ricotta 3 Ei M.....	67
Hüttenkäse Cannelloni 2 Ei M.....	68
Käse Cannelloni mit Spinat 1 Ei M.....	68
Kürbis Ricotta Cannelloni M.....	69
Mit Spinat gefüllte Cannelloni 2 Ei M.....	70
Spinat Cannelloni mit Pinienkernen M.....	71
Diverses.....	72
Dampfnudel - Hefebrot.....	72
Dukatennudeln 2 Ei + 2 Eigelb M.....	73

Mozzarella-Nudel-Salat M	73
Nudeln mit Tomaten Rucola Sauce M	74
Nudelsalat mit getrockneten Tomaten M.....	75
Pesto aus Minze über Makkaroni M.....	75
Schmetterlingssalat mit frischen Erdbeeren	76
Süße Zimt Nudeln M.....	76
Fadennudeln.....	77
Ägyptischer Reis	77
Asiatischer Salat	78
Mit Spinat gefüllte Tomaten M	78
Möhrensuppe mit Fadennudeln.....	79
Orientalischer Fadennudelreis	80
Reis mit Fadennudeln	80
Salbeisuppe 1 Ei M.....	81
Tomatensuppe mit Fadennudeln.....	81
Zyprischer Gemüseauflauf M.....	82
Fettuccini.....	83
Bandnudeln in Gorgonzola-Soße M	83
Bandnudeln mit Pilzsauce M	84
Überbackene Lauch-Sauce auf Fettuccini M	85
Fusilli.....	85
Fusilli aglio oglio Diavolo M.....	85
Fusilli alla Siciliana M.....	86
Fusilli mit Pfifferlingen	87
Fusilli Salat mit getrockneten Tomaten M.....	87
Greek Pasta Salad M	88
Pasta Salat M.....	90
Zucchini Sahne Sauce zu Fusilli.....	90
Glasnudeln	91
Asiatische Gemüsesuppe	91
China Nudeln 1 Ei M	92
Chinesische Gemüsesuppe mit Glasnudeln	92
Chinesischer Gurkensalat 1 Ei.....	93
Frittierte Glasnudeln süß sauer.....	94
Frühlingsrollen 1 Ei.....	94
Gebratene Glasnudeln mit Tofu und Pilzen M.....	95
Gemüse und Glasnudeln	96
Gemüse und Glasnudeln aus dem Wok	97
Glasnudeln mit asiatischem Gemüse.....	98
Glasnudeln mit Gemüse M.....	99
Glasnudeln mit geröstetem Gemüse	100
Glasnudelsalat mit Sojasprossen	100
Glasnudelsuppe	101
Glasnudelsuppe mit Gemüse.....	102
Grapefruitsalat.....	103
Knusprige Glasnudeln mit Tofu.....	103
Pilzsuppe mit Shiitake und Pfifferlingen	104
Herstellung	105

Nudel Rezept XII Nudeln aus Maismehl: -----ohne Ei	105
Nudel -Rezept XI Ei.....	105
Nudeln VI.....	106
Nudeln IV.....	106
Nudeln V.....	106
Nudeln VII. Ei.....	107
Nudeln VIII.....	107
Nudeln ohne Ei.....	108
Nudelrezept II (für Nudelplatten) 2 Eigelb	109
Nudelrezept III (für Nudelplatten) einige Ei.....	109
Lasagne.....	109
Auberginen Lasagne M.....	110
Broccoli Lasagne mit Rosmarin M.....	110
Champignon-Spinat-Lasagne M.....	111
Gemüse Lasagne Ei M.....	112
Gemüse Lasagne I M.....	113
Gemüse Lasagne II M.....	114
Gemüse Lasagne III.....	115
Gemüse Lasagne IV M.....	116
Gemüse Lasagne mit Pecorino M.....	117
Grünkern Lasagne M.....	118
Käse Lasagne M.....	119
Lasagne dello Chef.....	120
Lasagne mit Gemüse M.....	120
Lasagne mit Kohlrabi und Blattspinat 2 Ei M.....	122
Lasagne mit Porree und Linsen M.....	122
Lasagne mit Ricotta Kansas 2 Ei M.....	123
Lasagne mit Spinat I M.....	124
Lasagne mit Spinat II M.....	125
Lasagne mit Spinat Quark Füllung M.....	126
Mangold Lasagne 3 Ei M.....	127
Pfannkuchen Lasagne 2 Ei M.....	128
Polenta Lasagne mit Paprikagemüse M.....	129
Porree Lasagne M.....	130
Porree und Linsen, Lasagne.....	130
Quarklasagne mit Aprikosen 2 Ei M.....	131
Rahm Spinat Lasagne 3 Ei M.....	132
Sauerkraut Lasagne M.....	132
Sommerlasagne 3 Eigelb M.....	133
Spargel Lasagne M.....	134
Spinat Feta Lasagne M.....	135
Spinat Feta Lasagne I M.....	136
Spinat Lasagne Auflauf M.....	137
Spinat Lasagne I M.....	138
Spinat Lasagne II M.....	139
Spinat Lasagne III M.....	140
Spinat Lasagne IV 2 Ei M.....	140
Spinat Lasagne IX M.....	141

Spinat Lasagne mit Pinienkernen 3 Ei M.....	142
Spinat Lasagne V M.....	142
Spinat Lasagne VI 2 Ei M.....	143
Spinat Lasagne VII M.....	143
Spinat Lasagne VIII M.....	144
Spinat Lasagne, würzig M.....	145
Spinatlasagne M.....	146
Tomaten Kartoffel Lasagne M.....	147
Tomaten Lasagne M.....	147
Vegetarische Lasagne I M.....	148
Vegetarische Lasagne II M.....	149
Zucchini Lasagne M.....	151
Makkaroni.....	151
Bohnen Gemüse Eintopf.....	151
Gemüsemakkaroni M.....	152
Griechischer Makkaroni Auflauf.....	153
Käse Makkaroni mit Tomaten M.....	154
Lauchauflauf mit Nudeln 1 Ei.....	155
Makkaroni Auflauf 3 Ei M.....	155
Makkaroni Auflauf M.....	156
Makkaroni Gemüse Auflauf 1 Eigelb M.....	157
Makkaroni Gemüse Auflauf 4 Ei M.....	158
Makkaroni Gemüse Auflauf M.....	159
Makkaroni Käse Auflauf M.....	159
Makkaroni Mangold Auflauf M.....	160
Makkaroni mit Brunnenkressepesto M.....	161
Makkaroni mit Champignonragout M.....	161
Makkaroni mit Fenchel.....	163
Makkaroni mit Gemüse Bolognese.....	163
Makkaroni mit Gemüsesoße.....	164
Makkaroni mit Käse 2 Ei + 2 Eigelb M.....	165
Makkaroni mit Käsesoße M.....	165
Makkaroni mit Lauch und Spinat M.....	166
Makkaroni mit Pesto.....	166
Makkaroni mit Tomaten Möhren Sugo.....	167
Makkaroni mit viererlei Käse M.....	168
Makkaroni mit Zucchini und Oliven M.....	168
Makkaroni Spinat Gratin M.....	169
Makkaroni Spinat Gratin I M.....	169
Makkaroni Spinat Gratin II M.....	170
Makkaroni Tymbal 4 Ei M.....	171
Nudelauf, italienisch M.....	171
Rahm Spinat Auflauf 2 Ei M.....	172
Safranmakkaroni M.....	173
Scharfe Makkaroni mit Zucchini.....	173
Sommerliche Tomatensauce zu Makkaroni.....	174
Sommerlicher Makkaronisalat.....	175
Türkischer Nudelauf 3 Ei M.....	175

Überbackene Makkaroni M.....	176
Überbackener Makkaronitopf M.....	177
Zucchini gratin mit Bergkäse und Makkaroni 3 Ei M.....	177
Muschel.....	178
Muschelnudeln mit getrüffeltem 4 Eigelb M.....	178
Muschelnudeln mit Spinat und Tomaten M.....	179
Muscheltopf ohne Muscheln M.....	179
Ohne Namen.....	180
Farfalle mit Spinat M.....	180
Nudelauflauf M.....	181
Nudeln mit bunter Paprikasauce.....	182
Nudeln mit Gorgonzolasauce 3 Ei M.....	183
Nudeln mit Spinatsoße M.....	184
Nudelsalat mit Pilzen M.....	184
Spinat Auflauf I M.....	185
Spinat Nudelauflauf M.....	185
Penne diverses.....	186
Auflauf mit Oliven Tomaten M.....	186
Blumenkohl Brokkoli Gratin 2 Ei M.....	187
Blumenkohl mit Nudeln M.....	188
Gorgonzola Spinat Sauce M.....	189
Nudeln Gemüse Gratin M.....	189
Penne Auflauf mit Zucchini 4 Ei M.....	190
Penne Gorgonzola mit Sahne M.....	191
Penne mit Spinat Gorgonzola Sauce M.....	191
Penne mit Zucchini und Tomaten.....	192
Quark Spinat Pasta Auflauf M.....	193
Penne Salat.....	193
Italienischer Schichtsalat II M.....	193
Italienischer Schichtsalat I M.....	194
Italienischer Pastasalat M.....	195
Schneller Penne-Schichtsalat M.....	196
Ravioli Normal.....	196
Formaggio Füllung mit 3-erlei M.....	196
Gebackene Ravioli Eigelb.....	197
Gratinierte Champignon Ravioli 5 Ei + 2 Eigelb.....	197
Ravioli mit Kräutern.....	198
Ravioli mit Ricotta füllung 4 Ei + 2 Eigelb M.....	199
Ricotta Grapefruit Füllung für Ravioli 1 Eigelb M.....	199
Spinat Ravioli 2 Ei.....	200
Spinat Ravioli 4 Ei M.....	201
Tomatenessenz mit Artischockenravioli 5 Ei + 2 Eigelb.....	202
Ziegenkäseravioli mit Kräuteröl 7 Eigelb M.....	203
Ravioli Süß.....	204
Erdbeerravioli 2 Ei.....	204
Karamellisierte Frischkäseravioli 1 Ei + 1 Eigelb M.....	205
Kürbisravioli mit Butter 4 Ei + 1 Eigelb M.....	206
Mohnravioli mit weißem Schokoladeneis 10 Eigelb M.....	207

Reisnudeln	208
Griechische Tomatensuppe	208
Griechischer Auflauf M.....	209
Pad-thai-Nudeln 4 Ei.....	210
Reisnudeln mit Auberginen und Tomaten	210
Reisnudeln mit frischen Kräutern	211
Reisnudeln mit süßen Sprossen	212
Rigatoni	213
Auberginenauflauf 4 Ei M.....	213
Pasta Funghi Speciale M	214
Pasta mit Spinat Käsesoße M.....	214
Penne mit Kürbis M.....	215
Rigatoni alle Zucchini M	216
Rigatoni in Spinat Tomaten M.....	217
Rigatoni mit Aubergine M.....	218
Rigatoni mit Basilikumsauce M	219
Rigatoni mit Kräutersauce M.....	219
Rigatoni mit Olivenmousse	220
Rigatoni mit roten Zwiebeln und Käse M.....	221
Rigatoni mit Spinat Käse Soße M.....	221
Rigatoni mit Spinatsauce M.....	222
Rigatoni mit Waldpilzen M	222
Rigatoni mit Zitronensauce 2 Eigelb M.....	223
Tomaten Mozzarella Pasta M.....	224
Spaghetti Diverses	225
Amerikanischer Spaghetti Nuss Auflauf M	225
Auberginen Oliven Spaghetti mit Knoblauch	226
Bärlauch Spaghetti M.....	226
Bunte Möhren Spaghettinester	227
Champignons auf Spaghetti M.....	227
Gebackene Spaghetti 5 Ei M.....	228
Gebackene Spaghetti II M.....	229
Gemüsespaghettini mit Rucolapesto M	229
Gorgonzolaspaghetti M	230
Grüne Spaghetti mit Limettensauce M	231
Mango Spaghetti Salat mit Schafskäse	232
Mangoldnudeln	232
Pasta mit Spinat M.....	232
Pasta mit Spinat Käsesoße M.....	233
Rahm Spinat Auflauf 2 Ei M.....	234
Scharfer Spaghettisalat Mayo	235
Schnelle Zitronen Sahne Sauce 2 Eigelb M	236
Spagetti mit Spinat M.....	236
Spaghetti aglio e olio	237
Spaghetti Alfredo M	237
Spaghetti alla Genovese M.....	238
Spaghetti alla primavera -	239
Spaghetti Fritters mit gebackener Rote Bete	240

Spaghetti Josephine M.....	240
Spaghetti mit Auberginen Zucchini Sugo M.....	241
Spaghetti mit Basilikum Möhren Soße M.....	242
Spaghetti mit Basilikumsauce M.....	243
Spaghetti mit Champignon Rosenkohl Sahne Sauce.....	243
Spaghetti mit Currysauce M.....	244
Spaghetti mit Ei und Zucchini 1 Eigelb M.....	244
Spaghetti mit Gemüse Bolognese M.....	245
Spaghetti mit Gemüse und Petersilienpesto M.....	245
Spaghetti mit Gorgonzola M.....	246
Spaghetti mit Gorgonzola Käsesauce M.....	247
Spaghetti mit Käse M.....	247
Spaghetti mit Kirschtomaten M.....	248
Spaghetti mit Knoblauch M.....	248
Spaghetti mit Knoblauch Rucola M.....	249
Spaghetti mit Knoblauch Sahne Sauce I M.....	250
Spaghetti mit Knoblauch Sahne Sauce II M.....	250
Spaghetti mit Mascarpone Gemüse Sauce M.....	251
Spaghetti mit Rauke und Champignons M.....	251
Spaghetti mit Rucola Sauce M.....	252
Spaghetti mit Selleriesauce M.....	253
Spaghetti mit Spinat.....	253
Spaghetti mit Spinat M.....	254
Spaghetti mit Spinat – Gorgonzolasoße M.....	254
Spaghetti mit Spinat Feta Soße M.....	255
Spaghetti mit Spinat und Schafskäse.....	255
Spaghetti mit Spinatsauce.....	256
Spaghetti mit Trüffelkäse.....	257
Spaghetti mit Wintergemüse M.....	257
Spaghetti mit Zitronen Cremesoße M.....	258
Spaghetti mit Zitronensoße M.....	258
Spaghetti mit Zucchini M V.....	259
Spaghetti mit Zucchini Sahnesoße M.....	259
Spaghetti mit Zwiebel Mais Sauce M.....	260
Spaghetti nach Ramsauer Art.....	260
Spaghetti Rösti 4 Ei M.....	261
Spaghetti Salat.....	262
Spaghetti Salat.....	263
Spaghetti Torte 3 Ei M.....	263
Spaghetti Torte 3 Ei M.....	264
Spaghetti Torte mit Pfirsichen Ananas 3 Ei M.....	265
Spaghetti Trikolore.....	266
Spaghettiauflauf M.....	266
Spaghettini mit Löwenzahn in Bärlauchpesto M.....	267
Spaghettipuffer mit Kräuterquark 3 Ei M.....	268
Spinat Spaghetti Auflauf M.....	269
Vollkornspaghetti Bratling mit Paprikasauce M.....	269
Zucchini Spaghetti M.....	271

Spaghetti Tomaten.....	271
Bäuerlicher Spaghetti Eintopf M.....	271
Gemüse Spaghetti Roma M.....	272
Spaghetti Auflauf M.....	273
Spaghetti Bolognese Vegetariana M.....	273
Spaghetti Milanese M.....	274
Spaghetti mit Champignon Tomatensauce M.....	275
Spaghetti mit frischen Tomaten.....	276
Spaghetti mit Gemüsesauce.....	276
Spaghetti mit kalter feuriger Tomatensauce M.....	277
Spaghetti mit Rucola M.....	278
Spaghetti mit Tomaten Walnuss Sauce V.....	278
Spaghetti mit Tomaten, Oliven und Kräutern.....	279
Spaghetti mit Zucchini Tomatensoße M.....	279
Spaghetti Salat.....	280
Spaghetti Salat mit Steinpilzen.....	281
Spaghettigericht mit Tomaten.....	281
Tomatennudeln mit Spinat M.....	282
Spätzle fertige.....	283
Champignon Käse Spätzle M.....	283
Champignons auf schwäbische Art 1 Eigelb M.....	283
Curryspätzle.....	284
Spätzle Gratin mit Pfifferlingen.....	285
Spätzle Gratin mit Pfifferlingen M.....	285
Spätzle Pizza 4 Ei M.....	286
Spätzlepizza mit Tomaten 4 Ei M.....	287
Spinat Spätzle M.....	288
Spätzle Herstellen.....	288
Apfelspätzle aus Thurgau 3 Ei.....	288
Badische Butterspätzle 2 Ei M.....	289
Basilikumspätzle mit Röstzwiebeln 3 Ei M.....	289
Bergler Spätzle 5 Ei M.....	290
getrocknete Bohnen mit Spätzle 2 Ei.....	291
Kartoffelspätzle 2 Ei M.....	292
Käse Spätzle 2 Ei M.....	292
Käsespätzle 1 Ei + 1 Eigelb M.....	293
Käsespätzle 2 Ei M.....	294
Käsespätzle 3 Ei M.....	295
Käsespätzle mit Röstzwiebeln 3 Ei M.....	295
Käsespätzle nach Uroma 4 Ei M.....	296
Kässpätzle 3 Ei M.....	296
Kässpätzle mit Weißbier 6 Ei M.....	297
Kräuterspätzle 5 Ei.....	297
Kräuterspätzle mit Sahne Pilzen 2 Ei M.....	298
Original Vorarlberger Kässpätzle 10 Ei M.....	299
Saure Spätzle 5 Ei M.....	299
Schwäbische Spätzle 4 Ei.....	300
Selbstgemachte Spätzle mit 4 Ei M.....	301

Spätzle 2 Ei	302
Spätzle 4 Ei	303
Spätzle 5 Ei	303
Spätzle im Eiermantel 12 Ei	304
Spätzle mit Gemüsesauce M.....	304
Spätzle mit geschmorten Pfifferlingen.....	305
Spätzle mit mediterranem Flair 5 Ei M	306
Spinat Spätzle 2 Ei	307
Spinatspätzle 3 Ei	308
Sure Spätzle 4 Ei M	308
Überbackene Käsespätzle 6 Ei M.....	309
Vanillespätzle 3 Ei + 1 Eigelb M	310
Vollkorn Spätzle mit Soja Bolognese.....	311
Spinatnudeln.....	311
Spinat Nudelauflauf M.....	311
Spinatnudeln mit Spinat 1 Eigelb M.....	312
Spiralen.....	313
Buttergemüse Nudel Pfanne 1 Ei M	313
Käse Nudelpfanne mit Champignons M	313
Porree Gratin mit Quark M.....	314
Spinatnudeln 2 Ei M	315
Süß.....	315
Apfel Lasagne M.....	315
Bananen Lasagne mit Orangen 3 Eigelb M.....	316
Cannelloni Kuchen M.....	316
Cannelloni mit Quarkfüllung 4 Ei M	317
Erdbeer Lasagne M.....	318
Erdbeerravioli 2 Ei	319
Karamellisierte Frischkäseravioli 1 Ei + 1 Eigelb M	319
Kürbisravioli mit Butter 4 Ei + 1 Eigelb M.....	321
Lasagne mit süßen Früchten 2 Ei M.....	322
Lasagne von Schokoladen Herzen M	323
Mohnravioli mit weißem Schokoladeneis 10 Eigelb M.....	323
Pflaumen Lasagne 3 Ei M	324
Spaghetti Torte I 3 Ei M	325
Spaghetti Torte II 3 Ei M.....	326
Spaghetti Torte mit Pfirsichen Ananas 3 Ei M.....	327
Süße Cannelloni 1 Ei M.....	327
Süße Lasagne M.....	328
Süße Lebkuchen Cannelloni M.....	329
Topfen Lasagne 3 Ei M	330
Vanillespätzle 3 Ei + 1 Eigelb M	331
Tagliatelle	332
Bandnudeln mit Rucola M.....	332
Bavette Spinaci M	333
Curry Bandnudeln M.....	333
Tagliatelle alla Rucola M	334
Tagliatelle in Pilz Sahne Soße M.....	334

Tagliatelle mit Auberginensoße	335
Tagliatelle mit Blattspinat M	336
Tagliatelle mit Fenchel und Paprika M.....	337
Tagliatelle mit Gorgonzola in zwei Varianten M	338
Tagliatelle mit Mascarpone und Spinat M.....	339
Tagliatelle mit Nuss Sauce M	339
Tagliatelle mit Paprika und Tomaten	340
Tagliatelle mit Spinat und Gorgonzola M.....	341
Tagliatelle mit Steinpilzen M.....	341
Tagliatelle mit Steinpilzpesto M.....	342
Überbackene Spinat Tagliatelle M.....	343
Tortellini	344
Erdnuss Tortellini 2 Eigelb M.....	344
Gemüse Tortellini M.....	345
Gratinierte Tortellini M.....	346
Party Tortellini Salat M	346
Ricotta Tortellini 1 Ei + 7 Eigelb M	347
Spinat Tortellini M.....	348
Steinpilz Sahne Sauce zu Tortellini M.....	349
Tomatensuppe mit Tortellini M.....	350
Tortellini in Currysoße M.....	350
Tortellini in Tomatensoße M.....	351
Tortellini mit Buttertomen M.....	352
Tortellini mit Gorgonzola 3 Ei M	352
Tortellini mit Gorgonzolacreme M.....	353
Tortellini mit Knoblauchöl M	354
Tortellini mit Rahm Gemüse M.....	354
Tortellini mit Tomaten Bechamel M.....	355
Tortellini Party Salat.....	356
Tortellini Spinat Gratin 3 Ei M	356
Überbackene Spinat Tagliatelle M.....	357
Vollkorn	358
Bandnudeln mit Champignons in Kräutersauce M	358
Champignon Tomaten Nudeln M.....	358
Champignons gefüllt M	359
Gemüse Lasagne mit Sonnenblumenkernen M V.....	360
Gemüseintopf mit Nudeln	361
Makkaroni mit Champignonragout M V.....	361
Makkaroni Napoli	362
Milchnudelsuppe	363
oder	363
Milchnudelsuppe II 2 Ei.....	364
Nudelauflauf mit Porree und Tomaten	365
Nudeln mit Gemüse und Brotbröseln	366
Nudeln mit Paprika Pilz Soße M	367
Nudeln mit Spinat Käse Sauce M.....	368
Nudelsalat.....	369
Popeye Lasagne M V	369

Rosenkohl Nudel Käse Pfanne M.....	370
Spaghetti mit Tomaten Walnuss Sauce V.....	370
Spaghetti mit Zucchini M V.....	371
Spaghetti Salat	371
Spargelragout mit dicken Bohnen M	372
Vollkorn Nudelsalat M.....	373
Vollkorn Spätzle mit Soja Bolognese.....	374
Vollkornnudeln mit Spinat Käse Sauce M	374
Vollkornnudeln mit Spinat und Mozzarella M	375
Vollkornnudeln mit Tomaten und Porree M.....	376
Vollkornspaghetti Bratling mit Paprikasauce M.....	376
Vollkornspaghetti mit Broccoli 1 Eigelb M.....	377
Vollkornspaghetti mit Champignon Käse Sauce M.....	378
Würziger Nudelauflauf mit Feta 2 Ei M.....	379
Hinweis M	380
Hinweis Ei	380
Hinweis für Word.....	380

Bandnudeln Andere

Bandnudeln in Käsekräutersauce M

Zutaten:

Bandnudeln

3 Knoblauchzehen

30 g Pignoli

3 El feingehacktes Basilikum

1 El Majoran

100 g Schafkäse

30 g Schlagobers

30 g Butter

3 El Öl

1 El warmes Wasser

Salz,

Pfeffer

Zubereitung:

Nudeln in siedendem Salzwasser ?al dente? kochen. Währenddessen Knoblauch schälen, Pignoli hacken und beides zerdrücken. In einer Schüssel mit den Kräutern, Gewürzen, Öl und Wasser verrühren. Schafkäse mit einer Gabel zerdrücken und mit dem Obers zur Kräutermischung geben. Alle Zutaten glatt verrühren, auf die gut abgetropften Nudeln geben und sofort servieren.

Bandnudeln in Käsesauce mit Brokkoli M

4 Portionen

4 Essl. Butter
1 große klein gehackte Zwiebel
500 Gramm in Röschen geteilte Brokkoli
500 Gramm gedrehte Bandnudeln
150 ml heiße Gemüsebrühe
Salz
weißer Pfeffer
1 Essl. Mehl

150 Gramm süße Sahne

60 Gramm klein geschnittener ; Mozzarella

1 Prise/n geriebene Muskatnuss
Apfelscheiben zum Garnieren

Die Hälfte der Butter auf mittlerer Stufe schmelzen, darin die Zwiebel 4 Minuten bräunen.

Brokkoliröschen und Nudeln dazugeben und 2 Minuten unter Umrühren erhitzen.

Mit der heißen Gemüsebrühe aufgießen, alles zum Kochen bringen und weitere 12 Minuten leise kochen. Mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Die restliche Butter zerlassen, das Mehl dazu sieben und unter ständigem Rühren 2 Minuten anschwitzen lassen. Nach und nach die Sahne dazugeben und bis zum Siedepunkt erhitzen, jedoch nicht kochen lassen. Dann den Käse einstreuen und mit Salz und Muskat abschmecken.

Die Nudel-Brokkoli-Mischung durch ein Sieb abgießen, die Käse-Sahne-Sauce darüber gießen und alles unter gelegentlichem Umrühren 2 Minuten erhitzen.

Das Gericht in einer großen, tiefen Servierschüssel, die vorher angewärmt wurde, anrichten und mit Apfelscheiben garnieren.

Bandnudeln in Paprika Sauce M

6 Port

2 Paprikaschoten, rot
2 Schalotten
1 Selleriestange; evtl. das doppelte
2 Ei Butter
250 g Bandnudeln

Salz

200 g Creme fraiche

1 Pr Anispulver

Pfeffer

Petersilienblättchen

Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen, mit dem Sparschäler häuten. Schalotten abziehen, hacken, Sellerie waschen, putzen und blättrig schneiden. Paprika würfeln. Schalotten in 1 El Butter andünsten, die Paprikastücke dazugeben, mitdünsten, etwa 100 ml Wasser angießen, Paprika weich köcheln. Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Paprika mit Creme fraiche pürieren, mit Anis, Salz und Pfeffer abschmecken. Sellerie in 1 El Butter dünsten. Nudeln abgießen, mit der Sauce vermischen, Selleriescheibchen und Petersilienblättchen darüberstreuen. Getränk: fruchtiger Weißwein, etwa Müller-Thurgau

Bandnudeln in Zucchini Mascarponesauce M

300 g Bandnudeln

1 Zwiebel

50 g Butter

300 g Zucchini

100 Mascarpone

1 B. süße Sahne

Salz,

Muskat

Nudeln in Salzwasser garen.

Zwiebel in Würfel schneiden und in einem Topf in Butter glasig dünsten.

Zucchini waschen, in Streifen schneiden, dazugeben und ca. 10 Min. schmoren lassen.

Mascarpone und Sahne zufügen und mit Gewürzen abschmecken.

Nudeln abgießen und mit der Sauce überzogen servieren.

Evtl. noch mit 200 g Kochschinkenwürfeln anreichern.

Bandnudeln Lauch Gratin M

für 4 Personen

(pro Port. 720 kcal; 18 g Fett; = 22,5 % , 105 g KH)

10 g getr. Steinpilze

4 Stangen Lauch

500 g lange Bandnudeln

200 g Roquefort

300 ml Milch (1,5 %)

2 El Kartoffelstärke

1 El gekörnte Gemüsebrühe
schwarzer Pfeffer

2 El gehackte glatte Petersilie

Steinpilze in etwas warmem Wasser einweichen, den Lauch putzen, längs halbieren und waschen, das Grün wegschneiden und das Weiße längs in dünne Streifen schneiden. Die Bandnudeln in Salzwasser bissfest garen. Nach 3 Minuten Garzeit die Lauchstreifen dazugeben. Die fertig gegarten Nudeln mit dem Lauch abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Roquefort zerkrümeln, die Milch in einem kleinen Topf erhitzen und die Hälfte des Roqueforts darin auflösen. Kartoffelstärke einstreuen, mit der Brühe würzen. Steinpilze fein hacken und zusammen mit dem Einweichwasser unter die Käsesauce rühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen und die Petersilie einrühren. Nudeln mit dem Lauch in einer Gratinform verteilen, die Sauce darüber geben und mit dem restl. Roquefort bestreuen. Das Gericht im heißen Ofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Min. gratinieren.

Bandnudeln mit Austernpilzen

Zutaten für 1 Person

1 kleine Zwiebel

150 g Austernpilze

2 mittelgroße Tomaten

50 g Bandnudeln

Salz

1 TI Öl (à 5g)

schwarzer Pfeffer

1-2 El Sojasoße

1 Stiel frischer Thymian

etwas getrockneter Thymian

Zubereitung

Zwiebel schälen und fein würfeln. Pilze putzen, mit Küchenpapier säubern und je nach Größe evtl. kleiner schneiden. Tomaten waschen und in feine Würfel schneiden.

Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten bissfest kochen. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Pilze zufügen und ca. 5 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten kurz mitbraten.

Mit 5-6 El Wasser und Sojasoße ablöschen. Alles aufkochen und 1-2 Minuten köcheln. Thymian waschen, Blättchen abzupfen und darunter heben. Nudeln abgießen und unter die Pilze mischen. Abschmecken.

Extra-Tipp

Austernpilze liefern reichlich leicht bekömmliches Eiweiß. Und sie sind eine gute Alternative zu Fleisch, denn auch sie enthalten viel Eisen und B-Vitamine. Und das bei gerade mal 12 Kalorien pro 100 g!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Bandnudeln mit Basilikumsoße

Für 2 Personen

Zutaten:

140 g Bandnudeln (Rohgewicht)
20 g frische Basilikumblätter
5 Knoblauchzehen
2 El. Olivenöl

Zubereitung:

Basilikumblätter und Knobi pürieren, Olivenöl hinzufügen und zu einer Paste verrühren und unter die gegarten Nudeln mischen. Richtig lecker, wenn man noch Parmesan untermischt, dann aber leider nicht mehr LF30

Nährwert: p. P. 395 kcal, 12g Fett = 27%

Bandnudeln mit Kräutern M

200 g Bandnudeln,
2 l Wasser,
1 El getr Basilikum,
1 Tl getr. Majoran,
Petersilie,
1 El Öl,
1 El warmes Wasser,
Salz,
Knoblauchpulver,
50 g Schafskäse,

1 El Sahne,

15 g Butter

Bandnudeln bei mittlerer Hitze 15 Min sprudelnd kochen lassen. Basilikum und Majoran mischen. Petersilie fein hacken und zugeben.

Öl und Wasser einrühren, mit Salz und Knoblauchpulver würzen. Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken und mit der Sahne zugeben.

Solange rühren, bis eine glatte Sauce entsteht. Die Nudeln in der erwärmten Butter schwenken. In Tellern anrichten und mit der Kräutersauce darübergießen

Bandnudeln mit Kürbiskernen

Für 2 Personen

Zutaten:

2 kleine feste Tomaten

Salz

50 g Kürbiskerne

30 g Butter

175g Bandnudeln

2 El Kürbiskernöl

schwarzer Pfeffer

40 g Pecorino

Die Tomaten einritzen, kurz blanchieren, häuten, entkernen und klein würfeln. Die Nudeln in reichlich Salzwasser biss fest garen. Die Kürbiskerne grob hacken, die Butter in einer Panne aufschäumen, die Kürbiskerne darin einige Minuten anrösten. Das Kürbiskernöl zu den gerösteten Kürbiskernen in die Pfanne geben, die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Nudeln untermischen, den Käse fein reiben. Die Hälfte davon unter die Nudeln heben, die Nudeln in einer Schüssel anrichten, die Tomatenwürfel, Petersilienblättchen und den restl. Käse aufstreuen.

Bandnudeln mit Möhren Zucchini Soße M

Zutaten für 4 Personen:

400 g Möhren

400 g Zucchini

1 mittelgroße Zwiebel

1 El Margarine

1-2 El Gemüsebrühe

400-500 g Bandnudeln
Salz,
weißer Pfeffer

100 g Schmelzkäse

2-3 El saure Sahne

2 El heller Soßenbinder
1/2 Bund Schnittlauch

Möhren und Zucchini putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.
Zwiebel schälen, hacken.

Fett erhitzen. Zwiebel, Zucchini und Möhren unter Wenden darin andünsten. Mit 3/8 l Wasser ablöschen und aufkochen.

Brühe einrühren. Zugedeckt ca. 7 Minuten garen.

Inzwischen Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser 5-8 Minuten bissfest garen.

Schmelzkäse zum Gemüse geben und unter Rühren schmelzen lassen.

Mit saurer Sahne verfeinern. Soße aufkochen. Soßenbinder einstreuen und kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

Die Hälfte des Schnittlauchs in die Käsesoße geben.

Nudeln abgießen und mit der Soße auf Tellern anrichten.

Mit dem übrigen Schnittlauch bestreuen.

Pro Portion ca. 570 kcal / F 17 g / = 26,8 %

Bandnudeln mit Mozzarella + Rucola M

2 Essl. Olivenöl
1 Zwiebel, gehackt
1 klein. Dose Tomaten; (210 g Abtropfgewicht)
500 Gramm Bandnudeln
Salz, Pfeffer
2 Bund Rucola (Rauke)

1 Kugel Mozzarella (150 g)

Das Olivenöl in einem mittelgroßen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Die Tomaten samt Saft zufügen, im Topf grob zerschneiden und 10 Minuten köcheln lassen. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser in 8-10 Minuten al dente kochen.

Rucola abrausen, kleine Blättchen ganz lassen, größere grob zerschneiden. Mozzarella erst in Scheiben, dann in kleine Würfel schneiden.

Die Tomatensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola und Mozzarellawürfel unterheben. Die Nudeln abgießen, auf 4 Teller verteilen und die Sauce als Klacks in die Mitte setzen.

Anstelle von Rucola können Sie glatte Petersilie verwenden.

Pro Portion:

600 kcal

Bandnudeln mit Pesto Sahne M

Zutaten für 4 Personen:

40 g Pinienkerne
2 Töpfchen oder 1 großes Bund Basilikum
1-2 Knoblauchzehen

50 g Parmesan-Käse

2-3 El Olivenöl
400 g Bandnudeln
Salz,
weißer Pfeffer

250-300 g Schlagsahne

Zubereitung:

1. Pinienkerne ohne Fett rösten. Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Knoblauch schälen. Käse grob reiben.
 2. Basilikum, bis auf etwas zum Garnieren, Hälfte Pinienkerne, Knoblauch und Käse hacken (z. B. im Universalzerkleinerer) . Öl nach und nach unterrühren.
 3. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten bissfest garen.
 4. Sahne unter Rühren aufkochen. Pesto einrühren und ca. 10 Minuten dicklich einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln abgießen und mit der Pesto-Sahne mischen. Mit restlichen Pinienkernen bestreuen und mit Basilikum garnieren.
- Getränk: kühler Weißwein.

Bandnudeln mit Pilzcreme M

Zutaten für 2 Portionen:
180 g Bandnudeln,

50 g frische Pfifferlinge,
1 Knoblauchzehe,
1 Ei Öl,
20 g Butter,
1 kleiner Zweig Rosmarin,

125 ml Sahne, (30 Prozent Fett),
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 TI Olivenöl für das Pastawasser

Zubereitung:

Pilze mit einem feuchten Tuch säubern und klein schneiden. Die Knoblauchzehe schälen, längs halbieren und in der Pfanne in sanft erhitzter Butter-Öl-Mischung öfter wenden, dann mit der Gabel ausdrücken und entfernen. In einem Topf 600 ml Wasser für die Nudeln aufsetzen. Die Pilze in die Pfanne zum Fett geben und mit Rosmarinzweig, Salz und Pfeffer würzen.

Alles bei milder Hitze zwei Minuten garen. Die Sahne angießen und unter Rühren cremig einköcheln. Zum kochenden Wasser nun 1 TI Salz und 1 TI Olivenöl geben, dann die Nudeln nach Anweisung auf der Packung garen. Aus der eingekochten Pilzcreme den Kräuterzweig entfernen, eventuell nachwürzen.

Die abgegossenen Nudeln in einer vorgewärmten Schüssel mit der Creme überziehen und vorsichtig vermischen.

Eine Portion enthält:

666 kcal oder 2788 kJ, 13 g Eiweiß, 37 g Fett, 66 g Kohlenhydrate, aus verwertbaren Kohlenhydraten 5,4 BE.

Bandnudeln mit Rauke M

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

500 g Bandnudeln
Salz
3 Töpfe Basilikum

50 g Parmesan Käse

2 Knoblauchzehen
25 g Pinienkerne
1/8l Olivenöl
100 g eingelegte, getrocknete Tomaten
150 g Rauke
Parmesanhobel zum Bestreuen

1. Nudeln in kochendem Salzwasser zirka 10 Minuten garen. Basilikumblättchen von den Stielen zupfen. Den Käse grob reiben, mit Basilikum, Knoblauch und Pinienkernen fein hacken. Olivenöl unterrühren. Das Pesto mit Salz würzen.

2. Die Tomaten stückeln. In die Bandnudeln, Rauke, Pesto und getrocknete Tomaten in eine Pfanne geben. Alles unter Schwenken 5 Minuten knusprig braten. Zum Schluss Parmesan darüber streuen und servieren.

Extra

Das Gericht können Sie Tipp auch mit rotem Pesto zubereiten.

Dafür 75 g getrocknete Tomaten kurz in Salzwasser kochen und zerkleinern.

Mit 50 g gehackten, gerösteten Mandeln.

30 g geriebenem Parmesan,

2 Knoblauchzehen,

1 gewürfelten Chilischote.

100 ml Öl und

75 ml Wasser pürieren.

Zucker und Pfeffer dazugeben und wie im Rezept weiterverarbeiten.

Zeitaufwand: ca. 40 Minuten

Nährwert: pro Portion ca. 3610 kJ/860 kcal, E 22 g, F 46 g, KH 88

Vida Nr.8/03

Bandnudeln mit Rauke in Pesto M

500 g Bandnudeln

Salz

weißer Pfeffer

3 Töpfe Basilikum

2 Knoblauchzehen

75 g Parmesan

25 g Pinienkerne

1/8 l Olivenöl

150 g Rauke

100 g eingelegte getrocknete Tomaten

Nudeln in kochendem Salzwasser ca 10 Min garen. Kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Basilikumblättchen abzupfen. Knoblauch schälen. 2/3 des Käses grob reiben. Basilikum, Knoblauch, Pinienkerne und Käse im

Universalzerkleinerer fein hacken. Olivenöl nach und nach unterrühren.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Rauke verlesen. Tomaten in Stücke schneiden. Nudeln, Rauke, Pesto und Tomaten in einer Pfanne unter Schwenken ca 3 Min braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliches Parmesan in feine Hobel schneiden und darüber streuen.

Bandnudeln mit Salbeibutter M

für 4-6 Personen

Zutaten:

400 g Bandnudeln, Salz
100 g Butter (auch etwas mehr, je nach Belieben)
6-8 frische Salbeiblätter
Pfeffer

frisch geriebener Parmesan

Zubereitung:

Reichlich Salzwasser aufkochen lassen und Nudeln darin nach Packungsanweisung bissfest garen.

Die Butter langsam erhitzen, leicht salzen und die Salbeiblätter darin kurz brutzeln lassen.

Die Nudeln abgießen, mit der Butter verrühren, pfeffern und mit reichlich Käse bestreuen.

Bandnudeln mit Spargel M

FÜR 4 PERSONEN)

250 g grüner Spargel,

Salz,

50 g getrocknete Tomaten (Packung),

1/8 l Weißwein,

je 1 Knoblauchzehe, Zwiebel und kleine grüne Chilischote,

4 El Olivenöl,

Pfeffer,

500 g Bandnudeln,

4 Stiele glatte Petersilie,

40 g geriebener Parmesankäse

Zubereitung:

1. Das untere Drittel der Spargelstangen schälen, die Enden ab und den Spargel in Stücke schneiden. In Salzwasser 5 Minuten kochen, dann abgießen, kalt abschrecken, abtropfen lassen. Tomaten klein schneiden, in einen Topf geben. Wein angießen und bei schwacher Hitze im offenen Topf sanft garen (köcheln) lassen, bis der Wein fast ganz verdampft ist. Knoblauch und Zwiebel abziehen.

2. Knoblauch in Scheiben schneiden. Chilischote längs aufschlitzen, Kerne herauspülen. Chilischote und Zwiebel fein würfeln, Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig werden lassen (andünsten). Tomaten und Chili zugeben, 5 Minuten dünsten. Spargel zugeben, darin erhitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Petersilie abbrausen, Blätter von den Stielen zupfen. Mit der Tomaten Spargel Mischung vermengen. Mit Parmesan bestreut servieren.

Zubereitungszeit: etwa 40 Minuten.

Pro Portion ca. 610 kcal

Frau von Heute Nr. 18/03

Bandnudeln mit Spinat Sahne M

500 g Blattspinat (TK)

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

400 g Bandnudeln

1 El Olivenöl

1 El Pinienkerne

200 g Sahne

Salz,

Pfeffer

2 El Parmesan, gerieben

Spinat auftauen. Nudeln nach Packungsangabe kochen. Öl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und Knoblauch würfeln und darin glasig dünsten. Spinat und Pinienkerne zugeben. kurz anbraten und dann die Sahne dazu gießen. Cremig einkochen lassen.

Die gekochten Nudeln und den Parmesan zu der Sauce geben. Alles gut miteinander vermischen.

Bandnudeln mit Walnusssauce M

200 g Walnusskerne
(etwa 500 g in der Schale)
1/2 TL. Salz
weißer Pfeffer
10 frische Basilikumblätter
1/2 Knoblauchzehe

2-3 El. Sahne

1/4 l Olivenöl
400 g Bandnudeln

Walnusskerne fein zerstoßen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Basilikumblätter und die zerdrückte Knoblauchzehe zugeben und alles zu einer glatten Paste verarbeiten. Nach und nach die Sahne darunterühren. Die Walnussmasse in eine große Schüssel geben und tropfenweise das Olivenöl unterühren. Das muss ganz langsam geschehen, weil die Sauce sonst gerinnen könnte. Die Bandnudeln kochen und kalt abbrausen. Die kalte Sauce dazu servieren und mit gehackten Basilikumblättern (Petersilie) bestreuen.

Pro Person 1300 Kalorien = 5300 Joule.

Extra-Tipp: Eine schlankere Version: 1 Pfund Zucchini in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden, in Öl portionsweise 6 Minuten braten. Danach feingehackten Knoblauch und Zwiebel dünsten, mit Salz, Pfeffer würzen. Basilikum und Petersilie (1:2 TL.) frisch und kleingehackt noch 2 Minuten mitbraten und mit Zucchini unter die Nudeln mischen.

Bandnudeln mit Zucchini und Champignons M

Zutaten für 2 Portionen
500 g Bandnudeln
1 Zucchini
2 Schalotten
1 Zehe/n Knoblauch
100 g Champignons
Gemüsebrühe

2 TL Crème fraîche od. Creme Legere

Tomaten, passierte
Öl

Parmesan

Salz und Pfeffer

Nudeln normal kochen.

Für die Soße: Zucchini in dünne Scheiben schneiden, zusammen mit kleingeschnittenen Champignons, Schalotten, und Knoblauch in etwas Öl anschwitzen.

Mit etwas Brühe aufgießen und 5 Min. köcheln lassen. Dann Creme Legere und passierte Tomaten dazu und mit Salz und Pfeffer würzen.

Soße über die Nudeln und Parmesan dazu.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.10.04 Rinna23

Kommentar von Harper 08.06.2005 10:40

Hallo!

Ein sehr leckeres Rezept, allerdings fehlen, wie schon erwähnt, einige Gewürze.

Anstatt passierte Tomaten habe ich eine Dose Pizzatomaten genommen. Das gibt dieser Speise noch eine spezielle geschmackliche Note.

Gruß, Harper

Frühlingsgemüse und Bandnudeln

Zutaten für 4 Personen

200 g weißer Spargel

200 g kleine Möhren mit Grün

200 g Zuckerschoten

1 Zwiebel

je 3 Zweige Schnittlauch und Petersilie

1 Ei Butter

Salz,

Pfeffer

500 g Bandnudeln

Zubereitung

1. Den Spargel abbrausen, schälen und die Enden abschneiden. Die Stangen in kochendem Salzwasser 15 -20 Min. garen.

2. In der Zwischenzeit das Grün der Möhren bis auf 3 cm abschneiden. Das Gemüse waschen, nach Belieben schälen. Die Zuckerschoten abbrausen und putzen. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.

3. Die Butter erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Möhren sowie Zuckerschoten zufügen und ca. 12 Min. garen.

4. Die Nudeln nach Packungsanweisung in kochendem Salzwasser bissfest garen.

3. Die Kräuter abrausen, trocken5schütteln, fein hacken und unter das Gemüse ziehen. Mit Salz, Pfeffer abschmecken. Bandnudeln abgießen, abschrecken, abtropfen lassen. Spargel herausheben, mit Nudeln und Gemüse zum Fleisch servieren.

Zubereitung: ca. 35 Minuten

Garen: ca. 20 Minuten

TIPP.

Das Aroma des Spargels kommt noch besser zur Geltung, fügt man dem kochenden Salzwasser 1 TL Zucker sowie 1 TL Butter hinzu. Erst dann die Gemüsestangen hineinlegen und im geschlossenen Topf köcheln lassen, bis sie bissfest sind.

Gekräuselte Bandnudeln mit Zitrone M

150 ml Aquavit

500 g gekräuselte Bandnudeln

60 g frisch geriebener Parmesan

500 ml Sahne

2 Zitronen

Die äußere Schale einer Zitrone abreiben, ohne dabei die innere Schale zu berühren. Anschließend das Fruchtfleisch so würfeln, dass möglichst kein Saft verloren geht.

Die zweite Zitrone auspressen. Sahne und Zitronenwürfel in einer kleinen Pfanne erhitzen, Aquavit hinzufügen und alles für einige Minuten aufkochen lassen. Den Saft der Zitrone dazugeben und einige Minuten weiter kochen.

Die gekochten Bandnudeln mit der Sauce und dem Parmesankäse auf einer Platte anrichten und die geriebene Zitronenschale darüberstreuen.

Italienische Pfanne M

Zutaten für 4 Portionen

800 g Spinat
1 TL Oregano, gerebelt
500 g Champignons, frisch
1 Zwiebeln
2 Knoblauch Zehen
Salz und Pfeffer
30 g Butter
30 g Pinienkerne

50 g Parmesan, frisch geriebenen
250 g Nudeln Band-

Zubereitung

Spinat putzen, waschen, abtropfen lassen. Pilze waschen, putzen, in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel und Knoblauch schälen, klein schneiden. Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anbraten, Pilze dazugeben. Ca. 10-15 Minuten anbraten, bis die Pilze keine Flüssigkeit mehr abgeben. Parallel dazu die Nudeln kochen. Spinat zu den Pilzen geben, nochmals ca. 10 Minuten unter Rühren braten, bis der Spinat zusammengefallen ist. Mit Salz, Pfeffer, Oregano würzen, die Pinienkerne zugeben, mit Parmesan bestreuen. Die Nudeln dazureichen.

Brennwert p. P. 300
Zubereitungszeit ca. 40 Minuten
25.02.01 Marcella

Nudel Spinat Auflauf M

Zutaten für 6 Portionen
500 g Bandnudeln
2 Pck. Spinat (Rahmspinat)
4 kleine Zwiebel(n)
2 Zehe/n Knoblauch

200 g Käse, gerieben
Salz und Pfeffer
Muskat
etwas Sahne
Öl

Zubereitung

Bandnudeln nach Anweisung kochen. Zwiebel klein schneiden und zusammen mit dem gepressten Knoblauch in etwas Öl anschwitzen. Spinat

dazu und bei niedriger Hitze auftauen lassen. Dabei hin und wieder umrühren, sonst brennt es an. Den Spinat würzig abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat (man kann noch andere Gewürze, je nach Geschmack, zugeben). Wem das Ganze nicht rahmig genug ist, der gibt noch etwas Sahne hinzu. Wenn der Spinat fertig ist, zusammen mit den Nudeln gut vermengen. Dann in eine Auflaufform geben, Käse drüber, und im Backofen überbacken, bis der Käse verläuft und langsam braun wird. Dazu passt Baguette.

8.11.04 Occulta CK

Nudeln mit Champignons und Porree M

Zutaten für 4 Portionen

375 g Bandnudeln

Salz

500 g Porree

500 g Champignons

20 g Butterschmalz

375 ml Schlagsahne

125 ml Wein, weiß

250 g Käse (Gouda), mittelalt

Saucenbinder hell, nach Bedarf

Pfeffer aus der Mühle

Muskat

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser nach Vorschrift garen.

Den Porree putzen, halbieren, waschen und in schmale Streifen schneiden.

Die Pilze putzen, waschen, große Köpfe halbieren und in Butterschmalz braun braten. Den Porree dazugeben und glasig dünsten.

Die Nudeln abgießen, wieder in den Topf geben und mit dem Gemüse mischen.

Die Sahne mit dem Wein zum Kochen bringen und den grob geriebenen Käse darin schmelzen lassen. Bei Bedarf Saucenbinder einrühren und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Sahnensauce mit den Nudeln mischen und sofort servieren.

Brennwert p. P.: 1108

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

23.04.02 Garfield

Pilz Nudel Pfanne

8 Personen
400 g Bandnudeln
300 g frische Champignons
300 g Austernpilze
50 g Zwiebeln
40 g Butter
1 Knoblauchzehe
50 g Olivenöl
Gewürze:
Zitronensaft
Petersilie
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Putzen Sie die Pilze (Austernpilze: Stiele entfernen), schneiden Sie sie in Scheiben, und beträufeln Sie alles anschließend mit Zitronensaft. Die Zwiebeln und der Knoblauch werden geschält und gehackt. Ebenso wird die Hälfte der Petersilie gehackt. Stellen Sie Salzwasser auf, und garen Sie die Nudeln nach Packungsvorschrift. Erhitzen Sie nun zur gleichen Zeit Öl und Butter in einer Pfanne, und geben Sie alle dazu. Das Ganze 10 Minuten braten und abschmecken. Danach mischen Sie die Pilze mit den frisch gekochten Nudeln und garnieren sie mit dem Rest der Petersilie.

Pro Person ca. kcal 286 / 1197 kJ

36 g KH - 4 g Ballastst. - 3 BE ca. - 12 g Fett - 4 g GFS - 6 g EUFS - 2 g MUFS - 59 mg Cholest. - 8 g Eiweiß

Ratatouille auf Bandnudeln

Zutaten für 4 Personen:

1 Aubergine,
1 Zucchini
4 bunte Paprikaschoten
2 Knoblauchzehen
2 Lorbeerblätter
6 Salbeiblätter
1 1/2 Bund Thymian
4 El Olivenöl,
Salz,
Pfeffer
100 ml Weißwein

200 ml Gemüsebrühe
300 g Bandnudeln

Für das Ratatouille Gemüse putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauch schälen. Die Kräuter waschen, hacken. Olivenöl erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Vorbereitetes Gemüse und Kräuter darin unter gelegentlichem Wenden ca. 10 min schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Weißwein und Brühe zufügen, weitere 5 min bei starker Hitze garen. Nudeln in Salzwasser ca. 8 min kochen. Nochmals abschmecken und mit den Nudeln und frischen Kräutern garniert servieren.

Zubereitung ca. 40 min.

Pro Portion ca. 430 kcal. E 13 g, F 13 g, KH 60 g

Rauke mit Bandnudeln M

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

500 g Bandnudeln
Salz
3 Töpfe Basilikum
50 g Parmesan-Käse
2 Knoblauchzehen
25 g Pinienkerne
1/8 l Olivenöl
100 g eingelegte, getrocknete Tomaten
150 g Rauke
Parmesanhobel zum Bestreuen

1. Nudeln in kochendem Salzwasser zirka 10 Minuten garen. Basilikumblättchen < von den Stielen zupfen. Den Käse grob reiben, mit Basilikum, Knoblauch und Pinienkernen fein hacken. Olivenöl unterrühren. Das Pesto mit Salz würzen.

2. Die Tomaten stückeln. ii, dann die Bandnudeln, Rauke, Pesto und getrocknete Tomaten in eine Pfanne geben. Alles unter Schwenken 5 Minuten knusprig braten. Zum Schluss Parmesan darüber streuen und servieren.

Extra

Das Gericht können Sie Tipp auch mit rotem Pesto zubereiten. Dafür 75 g getrocknete Tomaten kurz in Salzwasser kochen und zerkleinern. Mit 50 g gehackten, gerösteten Mandeln. 30 g geriebenem Parmesan, 2 Knob-

lauchzehen, 1 gewürfelten Chilischote. 100 ml Öl und 75 ml Wasser pürieren. Zucker und Pfeffer dazugeben und wie im Rezept weiterverarbeiten.

Zeitaufwand: ca. 40 Minuten

Nährwert: **pro Portion** ca. 3610 kJ/860 kcal, E 22 g, F 46 g, KH 88

Vida Nr.8/03

Senfnudeln mit Mangold M

400 g Bandnudeln

5 EI Butter / Margarine

600 g Mangold, geputzt, gewaschen

- Stiele bzw. grobe Rippe - kleingeschnitten und die Blattteile zerkleinert

2 TI Milder Senf

200 g **Schlagsahne**

250 g Tomaten, geschält, entkernt - Fruchtfleisch, gewürfelt

1 Prise Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Nudeln nach Anweisung auf der Packung kochen.

Butter / Margarine in einer Pfanne erhitzen, Mangoldstiele hineingeben und andünsten. Die nassen Mangoldblätter dazugeben und in der Pfanne zugedeckt bissfest dünsten. Evtl noch etwas Wasser aufgießen.

Senf mit der Sahne verrühren, zum Gemüse geben und 4-5 Minuten köcheln lassen.

Tomatenwürfel dazugeben und noch ca. 1 Minute ziehen lassen. Heiße Nudeln mit dem Gemüse vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, sofort servieren.

Tomaten Spinat Nudeln M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Bandnudeln

Öl

400 g Spinat

100 g **Parmesan**

500 g Tomaten

½ **Becher Crème fraiche**

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Nudeln kochen. Feingehackte Zwiebeln in Öl andünsten, Spinat dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte der Nudeln in eine gefettete Auflaufform füllen, darauf Spinat verteilen, dann den Spinat und die restlichen Nudeln dazugeben. Danach die Tomaten klein würfeln und Creme fraîche unterziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Nudeln geben. Im vorgeheizten Backofen bei 220°C ca. 25 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
02.05.05 Anika_Sommer

Überbackene Nudeln mit Cremespinat M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Bandnudeln

2 Zwiebeln

1 Ei Butter

Salz und Pfeffer, weißer

300 g Spinat TK-Cremespinat

750 g Tomaten Pelati, aus der Dose

125 g Crème fraîche

1 Zehe/n Knoblauch

1 TL Honig

100 g Parmesan, gerieben

Muskat

Zubereitung

Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen, auf einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebeln schälen und fein schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen, Zwiebeln anschwitzen. Den angetauten Spinat begeben, bei schwacher Hitze zugedeckt dünsten. Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Tomaten auf einem Sieb abtropfen lassen, klein schneiden und in einem Topf mit Crème fraîche und Honig verrühren. Die Knoblauchzehe schälen, pressen und mit den Tomaten verrühren. Vorsichtig erwärmen, dabei immer wieder umrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Backofen auf 220 °C vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen. Etwa die Hälfte der Nudeln am Boden der Form verteilen. Spinat gleichmäßig über die

Nudeln streichen. Restliche Nudeln darauf verteilen und mit der Tomatensauce bedecken. Geriebenen Parmesan darüber streuen und im vorgeheizten Rohr 25 Min. backen. Die Tomatensauce sollte leicht gebräunt sein. Den fertigen Nudelauflauf herausnehmen, portionieren und anrichten.

Brennwert p. P.: 535

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

17.10.02 Orange

Bandnudeln Breite

Bandnudeln in Pilz Sahne Soße M

Zutaten für 4 Personen:

20 g getrocknete Steinpilze

2/3 Stiele frischer oder 1/2 TI getrockneter Thymian

1 mittelgroße Zwiebel

400-500 g Champignons

500 g breite Bandnudeln

Salz, weißer Pfeffer

2 EI Pinienkerne,

1 EI Öl

1-2 TI Mehl,

1/8 Weißwein

200 g Schmand oder Crème fraîche

40 g gehobelter Parmesan

Zubereitung

1. Steinpilze in gut 1/4 l lauwarmem Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Thymian waschen, Blättchen abzupfen. Zwiebel schälen, fein würfeln. Champignons putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.
2. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten garen. Pinienkerne ohne zusätzliches Fett rösten.
3. Champignons im heißen Öl anbraten. Zwiebel zugeben und mitbraten. Mehl darüber stäuben und anschwitzen. Mit Wein und Steinpilzen samt Einweichwasser ablöschen, aufkochen. Schmand und Thymian einrühren. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Nudeln abgießen und mit der Pilzsoße mischen, anrichten. Pinienkerne und Parmesan darüberstreuen.

Bandnudeln mit Austernpilzen und Kräutern M

400 g Austernpilze,
2 Tomaten,
1 Bd. Petersilie,
3 Zweige Thymian,
1 Bd. Schnittlauch,
16 Salbeiblätter,
500 g breite Bandnudeln
5 cl trockener Vermouth,
5 cl Weißwein,
100 g kalte Butterwürfel,

2 EI Crème fraîche,
1 EI Butter zum Anbraten

Zubereitung

Die Austernpilze entstielen und in Streifen schneiden. Die Tomaten blanchieren, häuten, vierteln, entkernen und würfeln. Die Kräuter zupfen, den Schnittlauch schneiden und den Knoblauch hacken. Die Nudeln kochen. Die Pilze in Butter braten. Die Tomaten und den Knoblauch zum Schluss kurz mitbraten. Mit Weißwein und Vermouth ablöschen, auf die Hälfte einkochen.

Die Kräuter einschwenken. Zum Schluss die Butterwürfel, die Crème fraîche und die Nudeln zugeben.

Zubereitungszeit: 40 Min.

Eine Portion enthält: 19,0 g E; 30 g F; 90 g KH; 778 kcal; 3258 kJ.

Bandnudeln mit Paprika und Koriander Pesto

Für 2 Personen

Zutaten:

je 1 rote und gelbe Paprikaschote
2 EI kaltgepresstes Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 großes Bund frischer Koriander
10 Walnusskernhälften
Salz
weißer Pfeffer aus der Mühle
200 g breite Bandnudeln

Zubereitung:

Paprika entkernen und in Streifen schneiden. 1 El Öl erhitzen, Paprika darin andünsten, würzen. Knoblauch schälen, grob zerkleinern. Mit Koriander und Walnüssen, bis auf einige Blättchen und 4 Nushälften zum Garnieren, in einem Mixer fein zermahlen oder im Mörser zerstoßen. Übriges Öl unterrühren.

Koriandersauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln nach Packungsanweisung biss fest kochen, abgießen und sofort mit dem Koriander Pesto

mischen. Nudeln mit Pesto und Paprikagemüse anrichten. Mit restlichen Walnüssen und Koriander verzieren. Sofort essen.

Nährwert: 540 kcal, 17g Fett --> 28,3 %

Bandnudeln mit Radicchio M

Pappardelle alla radicchio

Zutaten für 4 Personen

1 Esslöffel Olivenöl, vorzugsweise Öl von eingelegten Anchovis

4 in Olivenöl eingelegte Anchovis

1 rote Zwiebel, geschält und fein gehackt

1 Radicchio gewaschen, geputzt, entstrunken, und grob nudelig geschnitten

1 Becher Schlagobers (-sahne) oder Creme fraiche, Creme double

Pfeffer, frisch gerieben (roter, weißer, schwarzer Pfeffer)

geriebenen Parmesan

ca. 350 g Pappardelle (frische breite Bandnudeln oder ähnliches)

frische Basilikumblätter

Zubereitung

Wasser in einem großen, hohen Topf (Fassungsvermögen mindesten 3 Liter) auf den Herd stellen. Erst wenn Wasser kocht, salzen, ein paar Tropfen Öl ins Wasser, Nudeln einlegen, und al dente kochen (Achtung: Kochzeit von Nudeln sehr unterschiedlich, bei Frischen fragen, sonst auf Packungsangaben achten). Olivenöl in einer Pfanne nicht zu stark erhitzen, die fein gehackte Zwiebel darin anschwitzen und etwas braun werden lassen.

Geschnittenen Radicchio dazugeben, bei mittlerer Hitze anbraten (Verfärbung von rot auf braun ist ok, nicht zu lange und bei zu hoher Temperatur braten - wird sonst zu bitter).

Die fein gehackten Anchovis dazugeben, nochmals kurz anbraten, durchmischen, mit Schlagobers aufgießen, aufkochen lassen, fertig.

Anrichten und mit dem geschnittenen Basilikum und geriebenen Parmesan servieren.

Bandnudeln mit Steinpilz Sahne M

für 4 Personen

30 g getrocknete Steinpilze

1 mittelgroße Zwiebel

1 Knoblauchzehe

20 g Butter

2 B. Schlagsahne (à 250 g)

Salz

Pfeffer

1 -2 TI Zitronensaft

1/2 Bd. glatte Petersilie

1 El Öl

375 g breite Bandnudeln

1. Steinpilze abspülen. In 1/4 l lauwarmem Wasser 30 Minuten einweichen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln sehr fein würfeln, Knoblauch pürieren
2. Reichlich Wasser für die Nudeln in einem großen Topf zum Kochen bringen. Steinpilze abgießen und das Wasser auffangen. Pilze klein schneiden. Fett in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Pilze zufügen und mit andünsten.
3. Nach und nach das Pilzwasser angießen und dabei einkochen lassen. Sahne zufügen und die Soße so lange einkochen, bis sie sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie waschen und grob hacken. Zur Soße geben.
4. Salz, Öl und Nudeln ins sprudelnd kochende Wasser geben und 10 - 12 Minuten kochen. Abgießen. Mit der Soße servieren.

Möhren Pappardelle

650 g dicke Möhren

1 Bund Brunnenkresse

75 g Haselnusskerne

150 g helle Champignons

40 g Pecorino; frisch gerieben

; Salz

350 g Pappardelle; breite Bandnudeln
5 El Olivenöl
schwarzer Pfeffer f.a.d.M.

Die Möhren schälen und mit dem Sparschäler längs in breite Streifen hobeln. Die Kresse von den groben Stielen befreien, waschen und trocken schleudern. Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett etwa 5 Minuten schwenkend rösten, bis die Aussendhaut dunkelbraun ist. Kerne in einem Küchentuch aneinander reiben, um die Haut zu lösen, dann grob hacken.

Die Champignons mit einem Tuch säubern, nicht waschen, und den Stiel abschneiden. Pilzköpfe mit einem Küchen- oder Trüffelhobel sehr fein hobeln. Den Pecorino in hauchfeine Scheiben raspeln, In einem großen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Bandnudeln darin nach Packungsanweisung kochen. Eine Minute vor Ende der Garzeit die Möhrenstreifen dazugeben. Die Bandnudeln und die Möhren in einem Sieb abtropfen lassen und in eine große Schüssel geben.

Kresse, Nüsse, Champignons, Olivenöl und Pfeffer mit den Möhren-Nudeln mischen. Die Nudeln auf vier Teller verteilen und mit dem Käse bestreut servieren.

: Zubereitungszeit: 1 Stunde

: **Pro Portion:** 19 g E, 30 g F, 69 g KH = 630 kcal (2635 kJ)

Spinat mit breiten Nudeln und Käsesauce M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Spinat

Salz

2 Zehe/n Knoblauch

2 Tl Öl

1 Zwiebeln

10 g Butter

400 g Crème fraiche

100 g Käse Gruyere oder Emmentaler, fein gerieben

Muskat, frisch gerieben

Pfeffer, aus der Mühle

250 g Nudeln, breite

Den Spinat putzen, waschen, in einem Sieb abtropfen lassen. In einem großen Topf reichlich Wasser 3 Liter mit Salz, einer gepellten Knoblauchzehe und Öl zum Kochen bringen.

Die Zwiebel und die zweite Knoblauchzehe pellen und fein würfeln, in einem Topf in der Butter glasig dünsten. Crème fraîche zugeben und verrühren. Die Sauce in etwa 10 Minuten cremig einkochen lassen, dann den Käse etwas davon beiseite stellen hineinrühren, bis er sich völlig aufgelöst hat. Die Käsesauce mit Muskat und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Inzwischen die Nudeln in das sprudelnd kochende Wasser geben. 5 Minuten vor Ende der Garzeit Packungsanleitung beachten den Spinat zugeben und mitkochen lassen. Dabei ein- oder zweimal durchrühren, damit sich Nudeln und Spinat mischen. Beides mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen, in eine vorgewärmte Schüssel geben. Die heiße Käsesauce darunter ziehen, die beiseite gestellten Käseraspeln darüber streuen.

Statt frischem Spinat kann man natürlich auch Tiefkühl-Blattspinat nehmen. Diesen dann vorher auftauen lassen und nur ganz kurz mitkochen.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

17.01.03 Tanit

Spinat Nudelaufbau mit Meerrettich 3 Ei M

Das brauche ich

4 - 6 Portionen

500 g breite Bandnudeln

Meersalz

450 g TK Blattspinat

250 g Frischkäse

125 ml Gemüsebrühe aus Extrakt

3 Ei

2 Knoblauchzehen

frisch gemahlener Pfeffer

frisch geriebene Muskatnuss

150 g Schafskäse

2 Ei kalte Butter

frisch geriebener Meerrettich

Das mache ich

Bandnudeln bissfest kochen, abgießen. Den aufgetauten Spinat gut ausdrücken. Frischkäse, Gemüsebrühe, Ei und zerdrückten Knoblauch pürieren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Nudeln, Spinat und Frischkäse-

creme vermischen und in eine ofenfeste Form geben. Schafskäse durch ein grobes Sieb drücken und über die Spinatnudeln bröseln.

Im vorgeheizten Backofen bei 180°C ca. 25 Minuten überbacken, kurz vor Garende die Butterflöckchen darüber geben. Vordem Servieren mit Meerrettich bestreuen.

Pro Portion (bei 5 Portionen):

31 g Eiweiß,

31 g Fett,

62 g Kohlenhydrate,

660 kcal/27 10 kJ

Reformhaus Kurier 12/2003

Bandnudeln grün & gelb

Bandnudeln in Pilz Sahne Soße M

Zutaten für 6 Portionen:

15 g getrocknete Steinpilze,

500 g große Champignons,

2 - 3 Stiele Salbei,

2 Zwiebeln,

je 250 g weiße und grüne Bandnudeln,

Salz,

2 - 3 El Öl,

1 TI Pfefferkörner,

200 ml Weißwein,

200 g Schlagsahne,

30 g Parmesan-Käse



Zubereitung:

Steinpilze in 1/4 Liter Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Pilze blättrig schneiden. Zwiebeln und 6 Salbeiblätter hacken. Nudeln in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Pilze und Zwiebeln in heißem Öl braten. Mit Salz, Pfefferkörnern und Salbei würzen. Wein, Sahne und Steinpilze mit Einweichwasser zugießen. Ca. 5 Minuten kochen, danach unter leichter Hitze eindicken lassen. Soße abschmecken. Nudeln und Soße mit Salbei garnieren. Käse darüber hobeln.

Foto

Bandnudeln mit Blauschimmelkäse M

200 g Blauschimmelkäse nach Geschmack,
200 ml Hühnerbrühe, / gekörnte Gemüsebrühe

8 EI Sahne,
1 EI Mehl,
4 EI Weißwein,
Salz,
weißer Pfeffer,
1 Prise Zucker
400 g gelbe und grüne Bandnudeln

Käse grob raspeln oder zerbröckeln, in der Brühe unter kräftigem Rühren schmelzen lassen. Sahne unterrühren, Mehl mit Wein anrühren und dazugeben. Die Sauce ca. 5 Minuten aufkochen lassen, mit den Gewürzen abschmecken, warm stellen. Während dessen die Bandnudeln al dente kochen, abgießen, abtropfen lassen, auf Portionsteller verteilen und mit der Sauce reichen.

Bandnudeln mit Spinatsauce 2 Eigelb M

Zutaten
4 Personen
1 kg Spinat
1 Zwiebel
40 dag grüne Bandnudeln
3 Knoblauchzehen
Butter,
etwas Dillkraut

2 Dotter,
Muskatnuss

20 dag Crème fraîche
Salz,
Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

Am besten schmeckt italienischer Spinat (krause, derbe Blätter, die

intensiver als unser Spinat schmecken) für dieses Gericht. Man bekommt ihn hin und wieder in italienischen Geschäften oder bei Gemüsehändlern.

Den Spinat sorgfältig putzen und gründlich waschen. Reichlich Salzwasser aufkochen und den Spinat darin blanchieren.

Die Blätter mit einem Siebschöpfer herausheben und abtropfen lassen. Anschließend noch gut ausdrücken und grob hacken.

Das Wasser nochmals zum Kochen bringen und die Nudeln darin al dente kochen.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in 1 bis 2 El Butter in einer großen Pfanne glasig dünsten. Die Creme fraîche dazugeben. Kurz kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, gehacktem Dillkraut und Muskat abschmecken. Die Dotter unterziehen. (Nicht mehr aufkochen.) Den Spinat dazugeben, leicht erhitzen und mit den Nudeln vermengen. Sofort servieren.

Grüne Bandnudeln mit Champignons M

ZUTATEN für eine Portion

Menge Maß Zutat, Art
50 g Pasta (grüne Tagliatelle)
200 g Champignons
1 St Zwiebel
1 El Kräuter (z. B. Basilikum, Thymian)
1 TI Olivenöl

100 ml Kondensmilch (4 Prozent)

1 Prise Pfeffer
1 Prise Salz

Zubereitung

Bandnudeln nach Packungsanweisung in leicht gesalzenem Wasser garen. Champignons putzen, halbieren oder vierteln. Zwiebelringe in erhitztem Öl unter Wenden dünsten. Champignons zufügen, Kondensmilch unterrühren.

Noch acht Minuten dünsten. Kräuter darüber streuen. Auf den abgetropften Nudeln anrichten.

Grüner Nudelauflauf M

Zutaten für 2 Portionen
250 g Bandnudeln, grün
1 Glas Champignons
1 Zwiebel(n)

200 ml Milch

100 g Käse, gerieben

2 Ei Mehl
2 Ei Margarine

Zubereitung

Nudeln kochen. Margarine in einem Topf erwärmen, mit etwas Mehl verrühren. Mit Milch aufgießen und Zwiebel und Champignons dazugeben. In einer gefetteten Auflaufform mit den Nudeln vermischen. Käse darüber streuen.

Bei 200° ca. 20 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

16.11.04 Simonef

Kommentar von Sünde 09.01.2005 20:45

So den Auflauf gab es heute Abend bei uns und ich habe einen kleinen Verbesserungsvorschlag ;-)

Also ich würde etwas mehr Milch nehmen, da der Auflauf sonst innen etwas trocken ist.

Es fehlen auch ein paar Gewürze, so ganz ohne schmeckte es etwas fad. Ansonsten war er aber lecker!

Kommentar von eflip 05.10.2005 11:49

Schmeckt sehr lecker und ist schön einfach, hab aber noch Tomatenscheiben unter den Käse gegeben und etwas mehr mit Salz, Pfeffer, Kräutern, Chili und Knoblauch gewürzt.

Besten Dank!!

Kohlrabi Ragout mit Bandnudeln M

30 g getrocknete Morcheln,
150 g Zwiebeln,
300 g Kohlrabi,
150 g Möhren,

300 g grüne Bandnudeln,
Meersalz,
100 ml Weißwein (ersatzweise. Gemüsebrühe)
1-3 TL Zitronensaft,
Pfeffer,
Muskatnuss,
1/2-1 TL Honig,
40 g Sahne,
3 EL gehackte Petersilie

Morcheln mit warmem Wasser bedeckt etwa 30 Min einweichen. Zwiebeln fein würfeln, Kohlrabi und Möhren in Stifte von 2cm Länge schneiden. Morcheln gegebenenfalls halbieren. Für die Nudeln 3 Liter Wasser mit Meersalz aufkochen. Nudeln darin garen, kaltes Wasser in den Topf geben und abseihen. Zwiebeln in Butter anschwitzen, Kohlrabi, Möhren und Morcheln zugeben und zugedeckt 5 Minuten dünsten. Weißwein oder Gemüsebrühe, Zitronensaft, Meersalz, Pfeffer, Muskatnuss, Honig und Sahne zugeben und weiter garen, bis das Gemüse knapp weich ist, abschmecken. Petersilie untermischen und das Gemüse zu den Nudeln servieren.

Spinat Pasta mit Gorgonzola M

300 g Breite, grüne Nudeln
Salzwasser
750 g Spinat
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
1 EL Butter; oder Margarine

1/8 l Schlagsahne

150 g Gorgonzola

Salz
Weißer Pfeffer
Muskatnuss; frisch gerieben

Nudeln in sprudelnd kochendem Salzwasser bissfest garen.

Inzwischen Spinat putzen und waschen. Mit dem Abtropfwasser in einem großen Topf bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen.

Schalotten und Knoblauch schälen, fein würfeln und im erhitzten Fett glasig dünsten. Dann Sahne zugießen und kurz aufkochen lassen.

Gorgonzola mit einer Gabel zerdrücken und in der Sahne schmelzen,

dabei ständig rühren.

Spinat leicht ausdrücken und untermischen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Nudeln abgießen und unter die Sauce ziehen. Sofort servieren.

Pro Portion ca. 590 kcal.

Weizenbratschnitten 2 Ei M

im Eimantel mit Käsesoße

1 pk Bandnudeln grün

100 g Cheddar

5 Möhren

1 Mangold

2 Süßkartoffeln

1 pk Weizenbratschnitten

1 Zwiebel, rot

2 Eier

1 Brühwürfel

Mehl

Salz

Pfeffer

Weißwein

Sahne

Zubereitung: Die Weizenbratschnitten durch eine Masse aus zwei Eiern und

Mehl ziehen, in Olivenöl anbraten, würzen, mit etwas geriebenem Cheddar bestreuen und im Ofen gratinieren. Die Bandnudeln in Salzwasser und Olivenöl al dente kochen, kurz Ende der Garzeit die geschnittenen Mangoldstreifen dazugeben und abgießen. Für die Soße die Zwiebelwürfel in Olivenöl anschwitzen, mit Weißwein, Sahne und einer Ecke Brühwürfel ablöschen, den übrigen geriebenen Cheddar einrühren und über die Mangold-Nudeln nappieren. Die Möhren Tournieren, im Salzwasserbad garen und in einer Butter / Margarineflocke, Salz und Pfeffer nachschwenken. Die geschälten Süßkartoffeln in dünne Scheiben hobeln, im tiefen Fett ausbacken und salzen.

Bandnudeln Schmale

Bandnudeln mit Gemüsestreifen M

Zutaten für 2 Personen:

Für die Petersilien-Soße:

1 Bund glatte Petersilie,

1 kleine Schalotte,

40 g Mandelblättchen,

100 g Kräuter-Frischkäse (30 Prozent Fett),

etwa 50 ml Milch (1,5 Prozent Fett),

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für die Gemüsenudeln:

2 zarte Möhren,

1 kleiner Knollensellerie,

200 g schmale Bandnudeln,

Salz.

Zubereitung:

Petersilie waschen und trocken schütteln; Blätter grob hacken. Die Schalotte fein schneiden. Die Mandelblättchen in einem Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren leicht rösten.

Frischkäse, Milch und Schalotte hinzufügen und verrühren, zuletzt die Petersilie zugeben. Alles unter Rühren einmal aufkochen, dann mit dem Mixstab pürieren. Nach Bedarf etwas Milch zugeben, dann mit Salz und grob gemahlenem Pfeffer abschmecken. Die Soße auf der abgeschalteten Herdplatte eindicken lassen. Nun Salzwasser zum Kochen aufstellen.

Möhren und Knollensellerie putzen, waschen und in etwa 5 cm lange Stücke schneiden. Diese dann längs in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben aufeinander legen und der Länge nach in dünne Streifen schneiden.

Die Nudeln bissfest garen. In den letzten 3 Minuten Möhren- und Selleriestreifen in das kochende Nudelwasser geben. Die gegarten Gemüsenudeln abgießen, kurz kalt überbrausen, abtropfen lassen und mit der Soße anrichten.

Nährwerte pro Portion:

520 kcal, 2175 kJ, 17 g Eiweiß, 12 g Fett, 78 g Kohlenhydrate, aus

verwertbaren Kohlenhydraten 6,3 BE.

Bandnudeln mit Lauchsauce M

2 kleine Stangen Lauch
250 g Shiitake-Pilze
2 El. Butter
; Salz,
Pfeffer
Cayennepfeffer
125 ml Trockener Weißwein

250 ml Schlagsahne

250 g Bandnudeln; schmale
Muskatnuss; gerieben

Parmesankäse; frisch gerieben

Für die Sauce Lauch putzen, längs halbieren, gründlich waschen und in dünne Ringe schneiden. Pilze vorsichtig mit Küchenpapier abtupfen und die Stängel abschneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen, die Lauchringe und die Pilze darin unter Rühren etwa 5 Minuten dünsten und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen. Weißwein hinzugießen, Schlagsahne unterrühren und bei schwacher Hitze noch etwa 8 Minuten schmoren lassen. Bandnudeln in kochendes Salzwasser geben und zum kochen bringen. Die Nudeln al dente kochen, auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Pilzsauce mit Muskat abschmecken, mit den Nudeln vermengen, mit Parmesan bestreuen und sofort servieren.

Bavette

Bavette Dolce Vita M

Zutaten für 2 Portionen
500 g Nudeln (Bavette Nr 13, Barilla)
1 Pck. Rucola
10 Cherrytomate(n) (auch Cocktailtomaten)

etwas Käse, Parmigiano Reggiano

Olivenöl
2 Zehe/n Knoblauch, (frisch oder aus dem Glas)
Salz
Pfeffer

Pinienkerne, (Menge nach Belieben)

Zubereitung

Bavette in gesalzenem Wasser kochen. Cherrytomaten halbieren, auf ein Backblech legen und die Oberseite mit einer Mischung aus Olivenöl, dem gepressten Knoblauch, Salz und Pfeffer bestreichen. Für 5 Minuten in den vorgeheizten Herd geben. Pinienkerne leicht anrösten und Rucola klein schneiden. Beides mit den Cherrytomaten unter die Bavette heben, noch etwas Olivenöl hinzugeben und mit Meersalz und Pfeffer aus der Mühle nachwürzen. Reggiano nicht reiben, sondern hobeln - geht notfalls auch mit einem gewöhnlichen Gemüseschäler - und über die angerichteten Pasta geben.

Schaut nicht nur gut aus, schmeckt auch sensationell.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

28.06.05 Castanea

Bavette mit Gorgonzolasauce M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Bavette oder andere dünne Bandnudeln)

200 g Käse (Gorgonzola), mild

50 g Butter

250 ml Sahne

3 Ei Parmesan, gerieben

Salz und Pfeffer, weiß

Bavette nach Anweisung kochen.

In der Zwischenzeit die Butter in einem Topf schmelzen, den Gorgonzola dazu geben und ebenfalls schmelzen lassen, dabei langsam mit Sahne aufgießen, die Sauce 10 Min. köcheln lassen, bis sie cremig wird, mit weißem Pfeffer und evtl. mit Salz würzen.

Die abgossenen Nudeln in der Sauce wenden und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

29.04.02 Ingrid_R

Bavette Spinaci M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Bavette oder Tagliatelle)

200 g Sahne

1 kl. Dose/n Tomate(n), geschält

1 g Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

300 g Blattspinat (TK)

Pfeffer

Salz

Oregano

Zubereitung

Bavette nach Anweisung kochen. Den aufgetauten Spinat in einer großen Pfanne kurz dünsten, Zwiebel und Knoblauch in kleine Würfel schneiden und zum Spinat geben und ca. 5 Minuten bei kleiner Temperatur dünsten. Geschälte Tomaten zerdrücken und mit der Sahne zum Spinat geben. Alles kurz aufkochen und die Soße bei mittlerer Hitze etwas einkochen. Mit Pfeffer, Salz und Oregano kräftig abschmecken. Bavette zum Spinat geben und unterheben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.01.05 spohrhomes

Bavette/Tagliatelle mit

Steinpilzen aus Umbrien

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Bavette oder Tagliatelle)

1 Bund Petersilie

50 g Olivenöl, kalt gepresst

1 Zehe/n Knoblauch

200 g Steinpilze, frisch, oder 25 g getrocknet

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Pilze mit einem feuchten Tuch putzen und in Scheibchen schneiden. Getrocknete Pilze ca. 1 Stunde in handwarmem Wasser einlegen. Dann die Pilze in einer Pfanne mit dem Olivenöl, Petersilienstängel und der Knoblauchzehe sautieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln in reichlich Salzwasser al dente garen und mit der Steinpilzsoße vermischen. Dazu schmeckt ein italienischer Salat und frisch geriebener Parmesan.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
27.08.05 Julitschka

Shii Take Curry Soße M

zu Bavette oder Spaghetti

Zutaten für 4 Portionen

3 Schalotte(n), in feinen Ringen

4 cl Wermut (Noilly Prat)

200 ml Wein, weiß, trocken

1 Glas Waldpilzfond

1 Becher Sahne

200 g Pilze (Shiitake-Pilze), geviertelt oder halbiert

1 Paprikaschote(n), roter, gehäutet, in kleinen Rauten

2 El Petersilie oder Koriandergrün, fein gehackt

Curry

500 g Nudeln (Bavette oder Spaghetti)

Paprikapulver

Chili

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Schalotten mit dem Noilly Prat und dem Weißwein aufkochen, 3/4 des Pilzfonds angießen, auf die Hälfte der Menge einkochen und durchsieben. Die Sahne dazugeben, mit reichlich Curry, Pfeffer, Paprikapulver, Chili und Salz aufkochen und eine Weile leise köcheln. Nach Belieben könnte man die Soße noch ein wenig andicken, z. B. mit etwas angerührter Speisestärke.

Nebenbei die Pilze in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anbraten, dann salzen und pfeffern, den restlichen Pilzfond zugießen, die Paprikarauten zugeben und schmoren, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. In die Soße geben, aufkochen und nochmals abschmecken. Je nach Weißweinsorte könnte ein Spritzer Zitronensaft nötig werden.

Inzwischen die Pasta kochen, auf Teller verteilen, die Soße darüber geben und je nach Geschmack mit der Petersilie oder dem Koriandergrün bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
28.12.03 Carlotta_15

Cannelloni

Brokkoli Käse Cannelloni M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Brokkoli

200 g Mozzarella

20 g Blauschimmelkäse (Gorgonzola)

100 ml Sahne

20 Lasagneplatte(n)

500 ml Tomatensauce

250 g Käse (Gouda), gerieben

Salz und Pfeffer

Oregano

Fett für die Form

Lasagneplatten in lauwarmem Wasser einweichen, sodass sie sich leicht rollen lassen. Brokkoli putzen, Röschen abschneiden und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. In der Zeit Mozzarella und Gorgonzola in Würfel schneiden. Brokkoli herausnehmen, kurz abtropfen lassen und zum Käse geben. Sahne hinzufügen, alles pürieren und leicht mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Masse nun mit Hilfe eines Esslöffels auf die weichen Lasagneplatten geben und rollen.

Die Cannelloni in eine gut gefettete Form geben. Tomatensauce nach Geschmack mit Pfeffer, Salz und Oregano würzen, auf die Cannelloni geben und zum Schluss mit geriebenem Käse bestreuen. Im Backofen bei 180°C Heißluft goldbraun backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

24.08.05 Chris211186

Kommentar von caralb 25.08.2005 09:57

Hilfreicher Kommentar:

Ciao,

wenn di Lasagenplatten in reichlich wasser eingeweicht werden, dann kleben sie nicht zusammen. man sollte sowieso grundsätzlich bei Nudel viel wasser nehmen, damit sie sich beim blubbern gut Bewegungsfreiraum haben. die platten im siedenden wasser einzeln mit einem paar Sekunden Zeitabstand reingeben, dann passiert nichts.

sicher kann man auch Cannelloni Röllchen nehmen, aber was Chris hier geschrieben hat, ist die gängige Zubereitungsart in Italien. damit lassen

sich die Cannelloni besser und schneller füllen.

das Rezept ist leicht nachzukochen und schmeckt mit Sicherheit auch sehr gut.

saluti Alberto

Kommentar von tikus 19.11.2005 19:02

Heute gab es bei uns diese köstlichen Cannelloni und es hat uns sehr, sehr gut geschmeckt :-))

Ich habe - da ich im Schwabenlande wohne - beim Bäcker fertigen Nudelteig gekauft. Darauf die Füllung, einrollen, fertig! Gab ungefähr 50 ml Sojasahne dazu, hat vollauf gereicht.

Was uns so geschmeckt hat, war die milde Gemüsefüllung und dazu die herzhaft Tomatensoße. Herrlich. Salat gab es auch noch dazu.

Danke für die schöne Rezeptidee.

Canelloni dell'Angelina M

500 g Lasagneblätter; gegart
2 Ei Butter
2 Groß Zwiebeln
500 g Spinat; gekocht
100 g Schafskäse; oder Gorgonzola
3 Groß Knoblauchzehen
Salz
Pfeffer
Muskat
Curry

200 g Sahne

Die gegarten Lasagneblätter abtropfen lassen und auf Geschirrtüchern auslegen. Die Zwiebeln in der Butter andünsten, den Spinat zufügen und 2 min mitdünsten. Den Käse zufügen und die Gewürze unterrühren. Die Lasagne mit der Masse bestreichen und alles aufrollen. Die Cannelloni in eine gefettete Auflaufform legen und mit der Sahne angießen. Bei 175 Grad ca. 20 min. backen.

Cannelloni 1 Ei + 4 Eigelb M

100 g Blattspinat,
50 g getrocknete Herbsttrompeten oder andere getrocknete Pilze,

150 g Champignons,
2 Schalotten fein geschnitten,
2 Knoblauchzehen fein geschnitten,

ca. 1/8 l Sahne,

1/8 l Milch,

1 Ei Mehl,
1 TL Bio-Gemüsebrühenpulver,
2 Ei Lauch sehr fein gewürfelt,

2 Ei frisch geriebener Parmesan,

1/2 Bund Petersilie fein geschnitten,
150 g Mehl,
30 g Hartweizengrieß,

4 Eigelbe,

1 Ei,

1 TL Olivenöl,
etwas Butter,
Pfeffer,
Salz

Aus Mehl, Grieß, einem Ei, 3 Eigelben, Olivenöl und 1 Messerspitze Salz einen festen Nudelteig kneten. Diesen Teig ein paar Mal durch die Nudelmaschine dünn ausrollen. Den Teig in postkartengroße Rechtecke teilen und ca. 2 Minuten in Salzwasser bissfest kochen. Die Herbsttrompeten in kaltem Wasser 15 Minuten einweichen, abtropfen lassen und in grobe Stückchen schneiden. Die Champignons fein würfeln. Für die Füllung eine fein geschnittene Schalotte, eine Knoblauchzehe und Spinat in einer Pfanne mit etwas Butter dünsten. Die Herbsttrompeten und die Champignons zugeben. 2 Esslöffel Sahne darunter mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Sauce eine fein geschnittene Schalotte und Knoblauchzehe in einem Topf mit etwas Butter andünsten. Mit 1 Ei Mehl bestäuben und mit Milch und der restlichen Sahne auffüllen. Mit Gemüsebrühenpulver und Pfeffer würzen. Lauch und Petersilie untermischen und kurz aufkochen lassen. Den Topf vom Herd ziehen und ein Eigelb unterziehen.

Auf die gekochten Teigrechtecke die Füllung geben und zusammenrollen. Diese in eine gebutterte Auflaufform geben und mit der Sauce übergießen. Im Backofen oder unter dem Grill so lange gratinieren, bis die Cannelloni zu bräunen beginnen. Aus dem Ofen nehmen, mit Parmesan bestreuen und anrichten.

Cannelloni mit Frischkäse Paprika Füllung 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

- 1 gr. Dose/n Tomate(n), geschält
- 1 Zwiebel(n)
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 2 El Olivenöl
- 1 Bund Basilikum
- Salz und Pfeffer
- 1 kleine Paprikaschote(n), rot

2 Pkt. Frischkäse (je 200 g)

1 Ei(er)

- 16 Cannelloni
- Fett für die Form

150 g Mozzarella

Zubereitung

Die Tomaten auf einem Sieb abgießen und grob hacken. Den Knoblauch und die Zwiebel schälen, fein würfeln und im heißen Olivenöl andünsten. Tomaten zufügen und 5 Minuten garen.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und, bis auf einige Blättchen, fein hacken. Die Hälfte unter die Tomatensauce ziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Paprikaschote putzen, waschen und sehr klein würfeln (superklein, da sonst später die Tülle ständig verstopft ist). Mit dem Frischkäse, dem Ei und dem restlichen gehackten Basilikum verrühren, abschmecken und in einen Spritzbeutel mit großer Tülle füllen. Die Käsemasse in die Cannelloni spritzen, in die gefettete Form geben und die Tomatensauce darüber verteilen. Mozzarella fein würfeln und darüber streuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

04.05.05 Frohsinn

Cannelloni mit Frischkäsefüllung 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

- 1 gr. Dose/n Tomate(n), (800 g)
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 1 Zwiebel(n)
- 2 El Olivenöl
- 1 Bund Basilikum
- 1 Paprikaschote(n), rot

2 Becher Frischkäse

1 Ei(er)

16 Cannelloni

1 Pck. Käse (geraspelter Gouda)

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Gewürfelte Zwiebel und Knobi in Öl andünsten, Tomaten grob zerkleinern, mit der Flüssigkeit und der Hälfte des gehackten Basilikums dazugeben und fünf Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Paprikaschote fein würfeln mit Frischkäse, Ei und dem restlichen Basilikum vermischen. Mit einem Spritzbeutel in die Cannelloni füllen. Diese in eine eingefettete Form geben, Tomatensauce und Käse darüber verteilen und im Backofen bei 200 Grad ca. **35 min. backen**

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

22.10.04 dagli

Cannelloni mit Gemüsebolognese M

Zutaten für 4 Portionen

12 Cannelloni

3 Zwiebel(n)

4 Karotte(n)

1 Stange/n Porree

150 g Mozzarella

2 El Olivenöl

4 El Tomatenmark

500 ml Gemüsebrühe

1 Lorbeerblatt

150 g Tomate(n), stückige

etwas Salz und Pfeffer, weißer

Oregano

1 El Butter

3 Zehe/n Knoblauch

Thymian

Basilikum

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Karotten schälen, waschen und würfeln. Porree putzen und in kleine Stücke schneiden. Mozzarella in Scheiben schneiden.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln, den Knoblauch und das Tomatenmark darin 2 Minuten dünsten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen, das Gemüse und das Lorbeerblatt dazugeben und 12 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Danach das Lorbeerblatt herausnehmen, die Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer, Oregano, Thymian und Basilikum kräftig würzen.

Die Auflaufform mit Butter ausfetten, die Cannelloni mit der Gemüsebolognese füllen, in die Form setzen und mit den Mozzarellascheiben belegen. Alufolie darüber geben und (lt. Packungsvorschrift) ca. 45 Minuten bei 180° überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

15.06.04 Daniela1979

Cannelloni mit Hüttenkäse 2 Ei M

375 g körniger Frischkäse mit

2 Eiern

60 g geriebenem Parmesankäse und 2 Ei gehackter Petersilie verrühren, mit gerebeltem Basilikum und Salz und Pfeffer

würzen, mit einem Spritzbeutel in

175 - 200 g Cannelloni spritzen, diese nebeneinander in eine gefettete flache Auflaufform legen.

für die Sauce

2 Zwiebeln und

2 Knoblauchzehen abziehen, würfeln,

3 Ei Speiseöl erhitzen, Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin andünsten,

etwa 500 g Tomaten (aus der Dose) pürieren, mit dem Saft hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und gerebeltem Oregano

würzen, 5 Minuten kochen, über die Cannelloni verteilen, mit

100 g geraspeltem Goudakäse bestreuen, die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.

Strom: 200-225 Grad Celsius

Backzeit: Etwa 35 Minuten

Variation: statt 2 Packungen Frischkäse kann auch 200 g Feta und 200 g

Frischkäse verwendet werden.

Cannelloni mit Karotten und Ricotta gefüllt M

Zutaten für 4 Portionen

1 El Olivenöl
1 Zwiebel(n), fein gewürfelt
1 Zehe/n Knoblauch, fein gewürfelt
1 Karotte(n), fein gewürfelt
400 g Tomate(n) (Dose)
1 El Tomatenmark
2 El Koriander, gehackt
1 El Olivenöl
1 Zehe/n Knoblauch, zerquetscht
etwas Kreuzkümmel, gemahlen
225 g Karotte(n), grob gewürfelt

250 g Ricotta

2 El Pinienkerne
12 Cannelloni

150 g Mozzarella, gewürfelt

2 El Parmesan

Sauce:

Zwiebel, Knoblauch und Karotten in Öl dünsten. Dosentomaten, eine Dose voll Wasser und Tomatenmark zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und 20 Min. kochen.

Füllung:

Knoblauch, Kreuzkümmel und Karotten dünsten, etwas Wasser zugeben und zugedeckt 15 Min. kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und Ricotta und Pinienkerne unterrühren.

Koriander unter die Sauce rühren und die Hälfte der Sauce in eine Auflaufform füllen. Cannelloni mit Ricottamischung füllen und auch in die Auflaufform geben. Die restliche Sauce darauf verteilen und mit Mozzarella und Parmesan bestreuen.

Bei 190°C ca. 25-35 Min. backen.

Brennwert p. P.: 450

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

05.02.06 Cappuccino

Cannelloni mit Lauchfüllung M

4 dicke Stangen Lauch
300 g Cannelloni
Salz
850 g Schältomaten
2-3 El Tomatenmark
125 ml Rotwein
Oregano
Basilikum
Pfeffer
300 g Schafskäse zum reiben
1 Zitrone

200 g Schmand ersatzweise 100 g Creme fraiche

Cannelloni in kochendem Salzwasser 8-10 Min garen. Inzwischen Lauch putzen, waschen, kleinschneiden. Nudelrollen aus dem Wasser fischen. Den Lauch ca 5 Min darin blanchieren, in die Nudelrollen schieben.

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Auflaufform fetten. Schältomaten, Tomatenmark und Rotwein pürieren. Kalt mit Oregano, Basilikum, Pfeffer und Salz würzen.

Schafskäse grob raspeln. Zitrone auspressen. Saft und Schmand glatt rühren, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Käse unterheben. Alles in die Form schichten. **Ca 20 Min backen**

Cannelloni mit Mangold Käsefüllung 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
500 g Mangold
500 g Tomate(n)
1 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch

50 g Sahne

50 g Milch (Vollmilch)

1 El Paniermehl

200 g Frischkäse, kalorienreduziert

1 Ei(er)

12 Cannelloni, vorgekocht

50 g Käse (Tilsiter)

Salz und Pfeffer
Cayennepfeffer

Mangold waschen, putzen. Blätter abschneiden. Stiele klein schneiden. Blätter in kochendem Salzwasser 2 Minuten und die Hälfte der Stiele 5 Minuten blanchieren. Mangold abtropfen lassen. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Fruchtfleisch entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln.

Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Sahne und Milch erhitzen und 5 Minuten köcheln. Mangoldblätter kräftig ausdrücken, mit den blanchierten Stielen fein hacken. Paniermehl, Frischkäse und Ei unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatensoße mit dem Pürierstab fein mahlen. Übrige Mangoldstiele hinein geben.

Cannelloni mit Frischkäse füllen.

In eine gefettete Form legen. Tomatensoße mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Über die Cannelloni geben und im auf 200 Grad vor geheizten Ofen 30 Minuten garen. Tilsiter in Streifen schneiden und 5 Minuten vor Ende der Garzeit über die Cannelloni streuen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
06.12.05 Katie

Cannelloni mit Nusssoße M

Zutaten für 2 Portionen

500 g Mangold
1 Zehe/n Knoblauch
1 Ei Öl
Salz und Pfeffer, aus der Mühle
Muskat, gerieben

75 g Ricotta, (italienischer Frischkäse)

8 Cannelloni

40 g Parmesan, gerieben

¼ Liter Gemüsebrühe, (Instant)
2 Stiel/e Thymian
25 g Walnüsse
50 g Butter

Zubereitung

Mangoldblätter vom Strunk schneiden. Blätter und Strunk in mittelgroße Stücke hacken. Knoblauch durch eine Presse drücken. Öl erhitzen, Man-

gold darin andünsten. Knoblauch zufügen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Mangold herausnehmen und mit Ricotta verrühren. Cannelloni mit der Mangold-Ricotta-Masse füllen. In eine ofenfeste Form (28 x 15 cm; 1Liter Inhalt) legen und mit Parmesan bestreuen. Brühe angießen und im heißen Backofen bei 200 Grad (Umluft 175 Grad) **ca. 30 Min. garen.** Thymianblätter abzupfen. Nüsse grob hacken. Butter erhitzen und leicht bräunen. Nüsse und Thymian zufügen. Cannelloni auf Tellern anrichten und mit der Nussbutter beträufeln.

Brennwert p. P.: 490

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.02.03 Gilla

Cannelloni mit Paprika Zwiebel Füllung M

je 1 gelbe und grüße Paprika

2 rote Paprika

5 Lauchzwiebeln

2 Knoblauchzehen

3 El Öl

Salz

Pfeffer

Paprikapulver

45 g Butter

50 g Mehl

150 ml Milch

200 ml Sahne

100 g Parmesan

Muskat

1 Kugel Mozzarella (125 g)

12 Cannelloni

Paprika, Lauchzwiebeln abbrausen, putzen. Paprika klein würfeln. Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Öl erhitzen. Gemüse, Knoblauch darin dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika abschmecken.

40 g Butter zerlassen, Mehl darin anschwitzen. Milch, Sahne und Parmesan unter Rühren hinzufügen. Die Sauce unter rühren aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen, vom Herd nehmen, Mozzarella in Scheiben schneiden.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Auflaufform mit restlicher Butter fetten. Cannelloni mit Gemüse füllen, in die Form setzen, Sahnesauce darüber geben. Mit Käse belegen. **Ca 45 Min backen.**

Cannelloni mit Ricotta 2 Ei + 2 Eiweiß M

Zutaten für 4 Portionen

800 g Tomate(n)
2 kleine Zwiebel(n)
2 Zehe/n Knoblauch
3 El Kräuter (Thymian, Oregano, Basilikum), frisch gehackt
1 Lorbeerblatt
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
200 g Lasagneplatte(n)
1 Prise Salz

400 g Ricotta

2 Ei(er)

2 Eiweiß

100 g Parmesan, gerieben

1 Prise Muskat, gerieben
Pfeffer, weiß

Für die Sauce die Tomaten mit kochend heißem Wasser überbrühen. Dann häuten und ohne Stielansätze in Stücke schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und grob hacken. Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch mit dem Stabmixer pürieren. Die Tomatensauce in einem Topf zum Kochen bringen, mit den frischen Kräutern, dem Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer würzen. Dann etwa 8 Minuten etwas einköcheln lassen.

Für die Cannelloni die Lasagneblätter in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Ricotta, Eier, Eiweiß und 80 g Parmesan verrühren. Die Masse mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Füllung auf jedes Lasagneblatt geben. Die Lasagneblätter aufrollen und mit den Nähten nach unten nebeneinander in eine flache, beschichtete ofenfeste Form legen. Die Cannelloni mit der Tomatensauce übergießen und mit 20 g Parmesan bestreuen. Im Backofen etwa 20 Minuten überbacken.

Tipp: Wenn die Zeit knapp ist und es schnell gehen soll, fertige Cannelloni nehmen und diese füllen.

Brennwert p. P.: 520

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

25.10.05 Safari

Cannelloni mit Ricotta Nuss Füllung 1 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Ricotta

2 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Petersilie

50 g Walnüsse

50 g Mandeln, geschält

50 g Haselnüsse

1 Eigelb

etwas Muskat

80 g Parmesan, frisch gerieben

20 Cannelloni (ohne Vorkochen)

1 Liter Milch

60 g Butter

60 g Mehl

Salz

Zubereitung

Den Knoblauch schälen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Stiele abschneiden. Alle Nüsse mit dem Knoblauch und der Petersilie fein hacken oder im Mixer zerkleinern.

Den Parmesan und den Ricotta zu einer glatten Creme verrühren. Die Nuss-Mischung, das Eigelb, etwas Salz und eine Prise Muskat unterrühren. Für die Béchamelsauce die Butter in einem Topf schmelzen. Das Mehl darin kurz anschwitzen lassen. Die Milch unter Rühren langsam dazu gießen, aufkochen lassen. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Den Backofen auf 220° C vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen. Die Cannelloni mit der Käse-Nuss-Masse füllen.

Den Boden der Auflaufform mit einer Schicht Sauce bedecken, die Cannelloni darauf verteilen und mit der restlichen Sauce übergießen. Mit dem Parmesan bestreuen und für 25 Minuten im Backofen überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

14.02.06 Sumatra20

Cannelloni mit Spinat Feta Füllung M

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Pck. Blattspinat
- ½ Glas Champignons
- 2 Zwiebeln

150 g Natur-Joghurt

1 Pck. Feta-Käse

- 1 Pck. Nudeln Cannelloni
- 1 Dose/n Tomaten Pizzatomaten
- Butter
- Mehl
- Milch
- Brühe
- Salz
- Pfeffer
- Knoblauch

Zubereitung

1 kleingehackte Zwiebel mit mehreren durchgepressten Knoblauchzehen Menge nach Geschmack in einer Pfanne anbraten, Spinat dazugeben. Mit 1 TL Brühe würzen. Kurz durchschmoren lassen. Währenddessen den Feta zerkleinern. Pfanne vom Herd nehmen, den Schafskäse und einen Becher Joghurt dazu, durchrühren und evt. noch abschmecken.

Die Spinat-Käse-Masse in die Cannelloni füllen und diese in eine Auflaufform einschichten.

Die zweite Zwiebel schälen und klein schneiden, mit Knoblauch kurz anbraten. Die Pizzatomaten dazugeben, durchschmoren lassen, mit etwas Zucker und Gewürzen abschmecken.

Butter zerlassen, mit Mehl bestäuben, kurz köcheln lassen. Milch dazugeben und unter Rühren aufkochen lassen. Mit Gewürzen abschmecken.

Zunächst die Tomatensoße über die Cannelloni geben, anschließend die Bechamelsauce.

Im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 Grad Umluft ca. 40 min backen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.04.04 Nindscha

Cannelloni mit Spinat Schafskäse Füllung M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Blattspinat (TK)
1 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
2 El Olivenöl
Salz und Pfeffer
200 g Schafskäse
1 Pkt. Cannelloni
2 Dose/n Tomate(n), Stücke
20 g Butter

50 g Käse, gerieben

Öl

Zubereitung

Zwiebel würfeln und in Öl glasig dünsten. Spinat zufügen und auftauen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch kräftig würzen. Käse würfeln und unter den Spinat geben. Spinatmischung in die Cannelloni füllen, in eine Auflaufform geben und mit den Tomaten begießen. Mit Butterflöckchen und Käse bestreuen. 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

01.12.05 schmatzi-batzi

Cannelloni mit Ziegenquark und 2 Eigelb M

Zitronenmelisse

6 Lasagneplatten,
250 g Ziegenquark,
250 g Kirschtomaten,
50 g getrocknete Tomaten,
100 ml Tomatensaft,
1 Bund Zitronenmelisse,
4 Thymianzweige,

2 Eigelb,

1 El Crème Fraîche,

50 g Butter,
1 Limone (unbehandelt),
etwas Olivenöl,
1 Prise Zucker,
Salz,
Pfeffer,
Butter zum Ausfetten.

Zitronenmelisse und Thymian fein schneiden. Die Kirschtomaten vierteln. Die getrockneten Tomaten blanchieren und anschließend fein hacken. Die Nudelplatten in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Ziegenquark mit Eigelben und Crème Fraîche vermischen. Die getrockneten Tomaten und Thymian dazugeben und gut unter die Quarkmasse mischen. Alles mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die gekochten Nudelplatten trockentupfen und glatt ausbreiten. Die Quarkmasse in einen Spritzbeutel (ohne Tülle) füllen und gleichmäßig auf den Nudelplatten verteilen. Anschließend die Nudelplatten zusammenrollen und vorsichtig in eine gefettete feuerfeste Form setzen. Die Kirschtomaten in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Tomatensaft ablöschen, etwas abgeriebene Limonenschale und die Butter untermischen und zu einer cremigen Sauce einkochen. Dann die Hälfte der Zitronenmelisse dazugeben. Die Sauce über die Cannelloni gießen und alles ca. 25 - 30 Minuten in den auf 160 Grad vorgeheizten Backofen geben. Die gebackenen Cannelloni mit der restlichen Zitronenmelisse bestreuen und anrichten.

Gefüllte Cannelloni I M

Zutaten für 3 Portionen

1 Pck. Blattspinat, (gefroren)
½ Pck. Cannelloni
1 Zwiebel(n)
1 Ei Olivenöl
1 Zehe/n Knoblauch
Salz und Pfeffer, schwarzer
Muskat, frisch gerieben

1 Mozzarella

Für die Sauce:

etwas Butter
1 Ei Mehl

½ Becher Sahne

½ Liter Milch

Parmesan, geriebener

Zubereitung

Den Spinat leicht antauen lassen.

Zuerst eine Bechamelsauce zubereiten (wem das zuviel Arbeit ist, kann auch gerne eine fertige Bechamel verwenden):

Butter schmelzen mit Mehl bestäuben und unter kräftigem Rühren (damit es keine Klümpchen gibt) immer wieder mit Milch aufgießen und eindicken lassen. Wenn die Sauce zu dick wird, mit etwas Milch aufgießen und kräftig rühren. Sie sollte schön sämig sein. Sauce mit etwas Sahne, Salz, Pfeffer und Parmesan abschmecken.

Zwiebel und Knoblauch sehr klein schneiden oder den Knoblauch durch die Knoblauchpresse drücken und zusammen mit dem Olivenöl leicht anschwitzen. Den Blattspinat dazugeben und mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Das ganze dauert nur wenige Minuten. Den Spinat etwas abkühlen lassen und noch warm in die Cannelloni füllen. Mit einer kleiner Kuchengabel geht das sehr gut.

Die Cannelloni müssen nicht vorgekocht werden.

Die gefüllten Cannelloni in eine Auflaufform legen, mit der Bechamelsauce übergießen, so dass sie fast bedeckt sind und großzügig mit Mozzarella belegen. Zum Schluss mit Parmesan bestreuen und mit Olivenöl beträufeln.

Bei ca. 200°C im vorgeheizten Backofen ca. 18-20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

30.09.04 Amina01

Gefüllte Cannelloni II M

1 mittelgroße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Ei Öl
1 Dose Tomaten (850 ml)
Salz
weißer Pfeffer
1 Prise Zucker
1/2 Bund Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch
4 Stiele Majoran

750 g Ricotta (ital Frischkäse)

12 Cannelloni
200 g Kirschtomaten

1 Kugel Mozzarella-Käse 125 g

Majoran zum Garnieren

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel mit Knoblauch darin andünsten. Tomaten in der Dose zerkleinern, zufügen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Sauce ca 10

Min köcheln lassen.

Inzwischen Kräuter waschen und trocken schütteln. Petersilie fein hacken, Schnittlauch in Röllchen schneiden. Ricotta mit Petersilie und Schnittlauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ricotta Mischung in einen Spritzbeutel ohne Tülle füllen und in die Cannelloni spritzen. Majoran fein hacken. Kirschtomaten waschen, halbieren. Beides unter die Tomatensauce rühren. Hälfte der Sauce in einer Auflaufform verteilen, die Cannelloni darauf legen und mit restlicher Tomatensauce begießen. Mozzarella in Scheiben schneiden und auf die Cannelloni legen. Im vorgeh Ofen bei 175 Grad ca 45 Min garen. Evtl nach 30 Min bedecken. Mit Majoran garnieren.

Gefüllte Cannelloni mit Spinat und Ricotta 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Blattspinat, TK

Salz und Pfeffer

1 Zehe/n Knoblauch

100 g Parmesan

16 Cannelloni

20 g Pinienkerne

200 g Ricotta, kann auch durch abgetropften Quark ersetzt werden

3 Eier

100 ml Sahne

15 g Butter

Zubereitung

Backofen auf 180° Umluft vorheizen. Den Spinat auftauen lassen und gut ausdrücken. Knoblauchzehe abziehen. Pinienkerne ohne Fett goldgelb in einer beschichteten Pfanne rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Eine Auflaufform mit Olivenöl einfetten. Ricotta in eine Schüssel geben, ein Ei hinzufügen, gehackte Knoblauchzehe dazugeben und gut vermengen. Pinienkern hacken und ebenfalls dazugeben. Den abgetropften Spinat hacken und unter die Masse heben. Cannelloni mit der Masse füllen und in die gefettete Auflaufform legen. Sahne, 2 Eier und 60 g Parmesan verquirlen und über die Cannelloni gießen, restlichen Parmesan darüber streuen und dann ca. 35 Min. im Ofen garen!

Brennwert p. P. 710

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

21.07.04 urmeli77

Hüttenkäse Cannelloni 2 Ei M

Zutaten für 2 Portionen

10 Cannelloni

300 g Hüttenkäse

400 g Tomate(n) (Pizzatomaten)

2 Ei(er)

150 g Käse (Emmentaler), gerieben

1 Ei Kräuter, italienisch

1 Ei Petersilie, gehackt

100 g Parmesan

2 Ei Olivenöl

Salz und Pfeffer

etwas Brühe, gekörnt

Fett für die Form

Zubereitung

Hüttenkäse, Eier, 3 Ei Emmentaler, 2 Ei Parmesan, Petersilie und Gewürze verrühren. Cannelloni mit dieser Masse füllen und in die gefettete Auflaufform legen. Tomaten mit italienischen Kräutern, etwas gekörnter Brühe und Öl würzen und über die Cannelloni gießen. Mit dem restlichen Käse bestreuen. Bei 200°C 30 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

21.12.05 finchen89

Käse Cannelloni mit Spinat 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

16 Cannelloni

650 g Spinat, grober

150 g Schafskäse

1 Eier

1 Ei Semmelbrösel

3 Ei Margarine oder Butter

2 Ei Mehl

750 ml Milch

75 g Käse Edamer), gerieben

400 g Tomaten

Salz und Pfeffer

Oregano

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser nach Angabe kochen, abgießen. Den Schafskäse zerkleinern, den Spinat auftauen und alles mit dem Ei und den Semmelbröseln mischen. Mit Pfeffer und Oregano würzen und die Masse mit einem Teelöffel in die Cannelloni füllen. 2 El Fett in einem Topf aufschäumen, mit Mehl bestäuben, anschwitzen. Die Milch dazugießen und aufkochen lassen. 5 Min. köcheln und ca. 50 g Edamer unterrühren. Etwas salzen und pfeffern. Eine Auflaufform einfetten und 3 El Sauce darin verteilen. Die Nudeln hineinlegen, mit der übrigen Sauce übergießen. Übrigen Edamer aufstreuen. Die Tomaten überbrühen, häuten und entkernen. Klein würfeln, obendrauf verteilen. Mit 1 El Butter od. Margarine Flöckchenweise belegen. Etwa 40 Min. bei 200 °C backen. [Die ersten 20 Min.](#) mit Alufolie abdecken.

Brennwert p. P.: 710

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

08.05.02 Tina

Kommentar von aurian_28 11.12.2004 16:38

Ein sehr leckeres Rezept, die Familie war begeistert.

Beim 2. Mal habe ich allerdings zusätzlich mit Muskatnuss gewürzt und auf die Butterflöckchen zum Schluss verzichtet.

[Kürbis Ricotta Cannelloni](#) M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n), fein gehackt

1 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt

1 El Olivenöl

1 gr. Dose/n Tomate(n), geschälte

Salz

Pfeffer

Zucker

2 El Basilikum, getrocknet

400 g Kürbis(e) (Hokkaido)

1 Chilischote(n)
2 Ei Butter
100 ml Gemüsebrühe

300 g Ricotta

2 Ei Kürbis(e) oder Sonnenblumenkerne, gehackt
2 Ei Thymian, frisch
12 Cannelloni

250 g Crème fraiche

100 ml Milch

50 g Parmesan, gerieben

125 g Mozzarella

Zwiebel und Knoblauch im heißen Öl dünsten. Tomaten und Saft zugeben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, 10 Min. garen. Tomaten grob zerdrücken, Basilikum untermischen.

Die Tomatensauce in eine rechteckigen Form(ca. 20*30 cm)geben.

Kürbis schälen, entkernen, in kleine Würfel schneiden, mit Chilischote in der Butter dünsten Brühe angießen und zugedeckt 10 Min. garen. Offen weitere 5 Min. unter Rühren garen, bis die Kochflüssigkeit verdampft ist.

Kürbis zerdrücken,

Ricotta, Kürbis oder Sonnenblumenkerne und Thymian untermischen, salzen und pfeffern.

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Kürbismasse in die Cannelloni füllen.

Cannelloni zur Tomatensauce in die Form geben, etwas andrücken. Crème fraiche, Milch und Parmesan mischen, salzen und pfeffern und über die Cannelloni gießen. Mozzarella in feine Scheiben schneiden und darauf verteilen. Im Ofen ca. 40 Min. garen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

19.01.06 lobloch4

Mit Spinat gefüllte Cannelloni 2 Ei M

Für 4 Personen.

Zutaten:

16 Lasagneblätter

1/2 kg Blattspinat

20 dag Eierschwammerln

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 dl Schlagrahm

20 dag Doppelrahm-Frischkäse

15 dag Gouda, gerieben

2 Eier

Semmelbrösel

Butter,

Salz,

Pfeffer,

1/2 l Milch,

Mehl

Den tropfnassen Spinat bei starker Hitze zusammenfallen lassen.

1 Ei Mehl in 1 Ei Butter anschwitzen, mit Milch aufgießen. Unter Rühren 10 Minuten kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken. In Butter glasig dünsten. Pilze dazugeben. Anrösten. Den gut ausgedrückten und gehackten Spinat untermengen.

Mit Obers aufgießen. Salzen und pfeffern. Etwas einkochen lassen.

Frischkäse, etwa 1 bis 2 Ei Semmelbrösel, Eier und 10 dag Hartkäse mit der abgekühlten Spinatmischung vermengen.

Die Lasagneblätter bissfest kochen. Die Fülle darauf streichen, dabei einen Rand frei lassen. Die Nudelblätter aufrollen und in eine gebutterte Form setzen. Die Sauce darübergießen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Bei 180 Grad eine halbe Stunde backen.

Spinat Cannelloni mit Pinienkernen M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Spinat (Rahmspinat)

1 Zehe/n Knoblauch

1 Ei Öl (Olivenöl)

400 g Tomate(n), aus der Dose

1 Pck. Kräuter, italienische

1 Ei Tomatenmark

75 g Feta-Käse

50 g Käse, gerieben

2 Ei Pinienkerne

16 Cannelloni

1 Kugel/n Mozzarella

Zubereitung

Rahmspinat auftauen lassen. Knoblauch schälen und klein hacken. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und Knoblauch darin glasig dünsten. Tomaten in Würfel schneiden und mit den Kräutern und dem Tomatenmark in den Topf zum Knoblauch geben. Zum kochen bringen und dann ca. 15 min vor sich hinkochen lassen. Vorher noch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backofen auf 200° C vorheizen.

Rahmspinat in einen Topf geben und erhitzen. Dazu Feta (in Würfeln), ger. Käse und die Pinienkerne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rahmspinat-Käse-Masse in die Cannelloni füllen. Dann die Hälfte der Tomatensauce in eine Auflaufform geben und die Cannelloni darauf verteilen.

Die restliche Sauce über die Cannelloni geben und mit dem in Scheiben geschnittenen Mozzarella belegen. Ca. 20 min im Ofen backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

01.10.02 Piper

Diverses

Dampfnudel - Hefebrot

Dampfnudeln, eine süddeutsche Spezialität, sind normalerweise kleine in Wasser o. Milch gegarte Hefebällchen, die warm mit einer Vanillesauce serviert werden. Man kann mit dieser Methode aber auch sehr schmackhafte + gehaltvolle Hefebrote, Sauerteigbrote + Hefekuchen backen. Grundsätzlich sind diese Backwaren auch in einer normalen Pfanne mit Deckel herstellbar: Man muss dann immer kleine Bällchen (etwa Brötchengröße) formen + aufgehen lassen, diese in etwas Fett anbraten + dann das Wasser/Milch dazu geben. Ebenso kann man den Teig in eine kleine Metallform füllen, diese in eine Pfanne/Topf mit Deckel stellen + dann mit Wasser garen; je nach Teig muss man aber 1- 2 X Wasser nachgießen. In einer Pfanne mit Antihftung sind Dampfnudelbrote+ -kuchen jedoch einfacher + vor allen Dingen mit weniger Aufwand herstellbar.

Dukatennudeln 2 Ei + 2 Eigelb M

500 g erwärmtes Mehl werden gesiebt und mit 25 g in etwas Milch und Zucker aufgelöster Hefe angesetzt. Wenn der Vorteig gegangen ist, fügt man 70 g zerlassene, aber nicht heiße Butter,

2 Eidotter,

1-2 ganze Eier,

2-3 El Zucker und eine gute Prise Salz dazu.

Der mit Milch halbfest angemachte Teig muss nun tüchtig geschlagen werden, bis er sich vom Löffel löst und Blasen bildet.

Man lässt ihn erneut gehen und gibt ihn, wenn er doppelt so groß geworden ist, auf ein mit Mehl bestäubtes Nudelbrett. Davon sticht man mit einem zwischendurch in Mehl getauchten Löffel nussgroße Nudeln ab, die nebeneinander auf das gemehlte Brett gelegt und zugedeckt werden. Sie müssen bei guter Wärme gehen. Inzwischen lässt man in einer flachen Pfanne 100 g Butter oder Fett und so viel Milch heiß werden, dass die Pfanne etwa fingerdick damit bedeckt ist. In diese kochende Milch setzt man die Nudeln dicht nebeneinander, bestreut sie reichlich mit Zucker und 1 Päckchen Vanillinzucker und lässt sie in der Röhre etwa ½ Stunde goldbraun ausbacken. Als Beilage eine Vanillesoße.

Mozzarella-Nudel-Salat M

Zutaten

250 g dreifarbige Farfalle-Nudeln (Schmetterlingsnudeln)
Salzwasser
1 El Olivenöl

250 g Mozzarella

250 g Cocktailtomaten
200 g (möglichst kleine) Champignons
2 Bund Rauke
60 g Pinienkerne

Für die Salatsauce

5 El Weißweinessig
2 El Basilikumessig (oder Kräuternessig)
1 Tl Salz
2 Tl Zucker

knapp 1 gestr. Tl geschroteter Pfeffer
150 ml Olivenöl
5 El Wasser
1 Pck. (25 g) TK-Basilikum (oder 1 Topf frisches Basilikum)

1. Nudeln in Salzwasser und Öl nach Packungsanleitung garen, dann auf ein Sieb geben und kurz mit kaltem Wasser übergießen und gut abtropfen lassen.

2. Mozzarella abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Cocktailtomaten waschen, nach Belieben halbieren.

3. Champignons putzen, mit Küchenpapier abreiben, evtl. abspülen. Kleine Champignons ganz lassen, größere halbieren oder vierteln. Rauke verlesen, putzen, waschen, trockentupfen und grob zerpfücken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

4. Für die Salatsauce die beiden Essigsorten mit Salz, Zucker und Pfeffer gut verrühren. Öl und Wasser nach und nach hinzugießen. Basilikum unterrühren (frisches abspülen, trockentupfen und in Streifen schneiden).

5. Die Salatsauce mit den Nudeln mischen und 1-2 Stunden durchziehen lassen.

6. Mozzarella, Cocktailtomaten, Champignons und Rauke unterheben. In einer Schüssel anrösten und mit Pinienkernen bestreuen.

Nudeln mit Tomaten Rucola Sauce M

500 g Vollreife Tomaten
1 Knoblauchzehe
2 Handvoll Rucola
2 El Aromatisches, kaltgepresstes Olivenöl
Meersalz
Schwarzer Pfeffer
200 g Hirsenudeln

2 El Gehobelter Parmesan

Tomaten über Kreuz einritzen und für einige Sekunden in kochendes Wasser legen. Herausheben, häuten und entkernen, von den Stielansätzen befreien und in kleine Würfel schneiden.

Knoblauch schälen und fein hacken oder durch die Presse drücken.
Rucola kurz waschen, von groben Stielen befreien und fein schneiden.

Beides mit Tomaten und Öl mischen, mit Salz und Pfeffer herzhaft würzen. Zugedeckt beiseite stellen.

Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. In ein Sieb abgießen und sehr gut abtropfen lassen.

Rucola-Tomaten-Sauce nur kurz erwärmen, abschmecken und mit den Nudeln vermischt sofort servieren. Parmesan aufstreuen

Nudelsalat mit getrockneten Tomaten M

250 g Nudeln
100 g Tomate(n), getrocknete in Öl
600 g Zucchini
2 Zwiebel(n), rote

200 g Schlagsahne

Balsamico, weißer
1 Bund Basilikum
Sonnenblumenkerne

Die Nudeln bissfest garen. Die Tomaten abtropfen lassen dabei das Öl auffangen würfeln.

Zucchini und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Das Tomatenöl erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Die Zucchini zugeben und kurz mitdünsten. Die Sahne zugießen, einmal aufkochen lassen und von der Platte nehmen. Sofort die Nudeln und Tomatenwürfel zufügen. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker abschmecken. Zum Schluss das kleingehackte Basilikum und die angerösteten Sonnenblumenkerne untermischen. Mindestens 2 Stunden ziehen lassen.

Pesto aus Minze über Makkaroni M

8 El Olivenöl
10 Blätter Borretsch
60 g Pinienkerne
8 Stängel Minze

Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne unter Rühren rösten. Minzeblättchen von den Stielen zupfen, waschen und trockentupfen. Borretsch, Minze, Pinienkerne und Olivenöl zusammen pürieren, das geht am besten im Mixer.

Salzen und pfeffern. Eventuell nochmals Olivenöl zufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Makkaroni in Salzwasser in etwa 10 min bissfest kochen und abgießen. Pesto über die Makkaroni geben und vermischen. Heiß servieren.

Schmetterlingssalat mit frischen Erdbeeren

500 g gekochte Eiernudeln
1 rote Paprikaschote
1 grüne Paprikaschote
100 g frische Champignons
4 Tomaten
200 g frische Erdbeeren
1 Bund Zitronenmelisse
1 Bund Pfefferminze
1 Kästchen Kresse

Die gekochten Eiernudeln in eine Schüssel geben.

Die Paprikaschoten putzen, waschen und in Streifen schneiden.

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

Die Tomate mit kochendem Wasser übergießen, enthäuten, entkernen und in Streifen schneiden.

Die Erdbeeren putzen, waschen und halbieren.

Die Kräuter verlesen, waschen und fein hacken.

Mit den übrigen Zutaten zu den Nudeln geben und alles vorsichtig miteinander vermischen.

Für die Sauce die Gemüsebrühe mit dem Weißwein, dem Obstessig und dem Erdnussöl verrühren.

Mit Meersalz, Pfeffer und Zucker nach Geschmack würzen und mit Weinbrand aromatisieren.

Den Salat mit der Sauce anmachen, ½ Stunde im Kühlschrank ziehen lassen und anschließend servieren.

Süße Zimt Nudeln M

Glutenfrei

4 Personen

1 l Milch

1 Prise Salz

50 g Zucker

1/4 TL Zimt

1 Päckchen Vanillinzucker

40 g Butter oder Margarine
250 g Nudeln
5 El Soßenbinder /Mondamin aber nicht so viel, sonst ist es Pudding
1 El Flüssiger Honig

Milch, Salz, Zucker, Zimt, Vanillinzucker und 20 g Fett aufkochen.
Nudeln hineingeben, ca. 10 Minuten garen. Auf ein Sieb gießen, Milch dabei auffangen. Abgetropfte Nudeln mit der restlichen Butter in eine Schüssel geben, warm stellen. Milch erneut aufkochen, binden, mit Honig abschmecken. Soße über die Nudeln gießen oder dazu servieren.

Dazu schmeckt ein Backobst-Kompott mit Rosinen

Pro Person ca. 620 kcal (2600 kJ) Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Fadennudeln

Ägyptischer Reis

Zutaten für 2 Portionen
125 g Reis (Langkornreis), lose
2 El Nudeln (Fadennudeln)
4 El Öl
1 TI Salz

Zubereitung

Das Öl in einen Topf erhitzen (Topfboden muss mit Öl bedeckt sein). Die Fadennudeln in dem Öl hellbraun anbraten (Achtung verbrennen schnell). Dann den Reis und das Salz dazugeben und umrühren. 1 Minute anbraten, bis die Körner glasig und rundherum mit Öl bedeckt sind. Mit ca. 400 ml Wasser aufgießen, nochmals umrühren, 2 Minuten aufkochen und gut zugedeckt etwa 20 Minuten ungestört auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis der Reis gar ist und kleine Löcher auf der Oberfläche erschienen sind. Achtung, nie während des Kochens umrühren.

Nach 3/4 der Kochzeit mit einem Löffel am Topfrand vorsichtig prüfen, ob der Reis am Boden anklebt, wenn ja, nochmals ganz wenig Wasser zugeben. Vor dem Servieren einige Minuten ruhen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

21.12.05 Joss

Asiatischer Salat

Zutaten für 4 Portionen

50 g Nudeln, Fadennudeln

½ Chinakohl

180 g Sprossen (Mungobohnensprossen)

6 Radieschen

120 g Zuckerschote(n)

1 Karotte(n)

120 g Sprossen, frisch

Für das Dressing:

1 Orange(n), Saft davon

1 El Sesam, geröstet

1 Tl Honig

1 Tl Öl (Sesamöl)

1 El Öl (Haselnussöl)

Zubereitung

Fadennudeln in kurze Stücke brechen. Den Wok erhitzen und die Nudeln darin ohne Öl hellbraun anrösten.

Mit einem Schaumlöffel aus dem Wok nehmen und beiseite stellen.

Chinakohl in feine Streifen schneiden. Zusammen mit den Bohnensprossen abspülen und gut abtropfen lassen. Kohlstreifen und Bohnensprossen in eine große Schüssel geben.

Radieschen in feine Scheiben schneiden. Zuckerschoten putzen und dritteln. Karotten in feine Stifte schneiden. Das Gemüse und die frischen Sprossen mit in die Schüssel geben.

Alle Dressing-Zutaten in ein Glas mit Schraubdeckel geben und gut schütteln. Über den Salat gießen und unterheben.

Salat in eine Servierschüssel geben und vor dem Servieren mit den knusprig gerösteten Nudeln bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

03.08.05 Bezwinger

Mit Spinat gefüllte Tomaten M

8 große Fleischtomaten,

150 g feine Fadennudeln,

Salz,

500 g Blattspinat (oder 150 g TK-Spinat),

2 Frühlingszwiebeln,

3 El Öl,

50 g Ziegengouda,

50 g Parmesan,

1-2 Knoblauchzehen,

1 Be. Crème fraîche (150 g),

Pfeffer aus der Mühle,

1 Paket Mozzarella (150 g)

Von den Tomaten auf der Stielseite flach eine Deckel abschneiden, die Kerne mit einem kleinen Löffel herauslösen. Für die Füllung die Fadennudeln nach Packungsanweisung kochen und gut abtropfen lassen; in eine Schüssel geben. Spinat waschen, die Stiele entfernen, klein schneiden. Zwiebeln würfeln und in Öl glasig dünsten. Den Spinat dazugeben, unter Wenden zusammenfallen lassen und zu den Nudeln geben. Ziegenkäse fein würfeln, Parmesan fein reiben, Knoblauch durchpressen; alles mit Crème fraîche verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten mit Salz und Pfeffer austreuen und füllen. Mozzarella in Streifen schneiden und auf die Tomaten legen. Die Deckel wieder aufsetzen. Nebeneinander in eine ofenfeste Form setzen. Im vorgeheizten Backofen etwa 40 min backen. E-Herd: 175° C, Das lässt sich auch gut mit 8 kleinen Paprikaschoten zubereiten.

Möhrensuppe mit Fadennudeln

Zutaten:

250 g Möhren,

4 Tomaten,

3 El Olivenöl,

1 Tl Curry,

1 Zwiebel,

2 Stangen Sellerie,

100 g Fadennudeln,

1 Bd. gehackte Petersilie,

Salz

Zubereitung:

Die Möhren fein raspeln, Sellerie in dünne Scheiben und die geschälte Zwiebel in Ringe schneiden. Die Tomaten fein würfeln.

Das Öl erhitzen, die Zwiebel darin glasig anbraten. Dann das restliche Gemüse zufügen und andünsten. Mit 1 l Wasser ablöschen und aufkochen. Curry und Salz zugeben und 15 Min. köcheln. Die Fadennudeln zugeben und köcheln, bis die Nudeln gar sind. Die Suppe nochmals abschmecken und die Petersilie über die Suppe streuen und servieren.

Orientalischer Fadennudelreis

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Tasse/n Reis, Parboiled
- 1 Tasse/n Nudeln, (dünne Fadennudeln)
- 2 El Olivenöl
- 1 Prise Salz

Zubereitung

Einen breiten Topf (mit festschließendem Deckel) mit dem Olivenöl füllen (soll den Boden bedecken), die Fadennudeln reingeben und auf mittlere bis hohe Stufe erhitzen. Unter Rühren die Nudeln bräunen, bis sie fast ka-kaobraun werden. Achtung, das geht auf einmal ruck-zuck! Topf von der Herdplatte nehmen und den Reis und Salz zufügen. Das Ganze noch mal 2 Min. schwitzen. Dann soviel kaltes Wasser zufügen, bis ca. 2cm über dem Reis. Einmal aufkochen lassen und Hitze auf 1 runterstellen. Den Deckel fest aufsetzen und, tja am besten was anderes machen, das kocht sich eigentlich von allein. Solange köcheln lassen, bis alles Wasser verdampft ist. Nicht abschütten!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

11.10.04 1sucki1

Reis mit Fadennudeln

(Sehriyeli Pilav)

Eine 3/4 Tasse Sehriye (dünne Nudeln) mit einem Esslöffel Margarine, oder noch besser Keimöl, auf kleiner Flamme leicht bräunen/anbraten.

1 Glas gewaschenen Reis hinzufügen und zwei Gläser Wasser, oder nach Wunsch Hühnerbrühe, dazu geben. Bei großer Flamme erhitzen (dabei umrühren), wenn es anfängt zu kochen auf die niedrigste Stufe stellen und den Deckel schließen. Erst wenn die ganze Flüssigkeit von dem Reis aufgenommen wurde, nach ca.10-15 Min., den Topf vom Herd nehmen. Bei geschlossenem Deckel eine viertel Stun-

de ziehen lassen und danach noch mal kurz umrühren, damit der Reis nicht klebrig wird.

Salbeisuppe 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Liter Brühe
- 4 Zehe/n Knoblauch
- 1 Zweig/e Salbei
- 1 Lorbeerblätter
- 1 Zweig/e Thymian

1 Ei(er)

- 150 g Reis oder Fadennudeln
- 1 Ei Sahne

Zubereitung

Den gepressten Knoblauch in etwas Olivenöl andünsten, mit Brühe ablöschen. Salbei, Lorbeerblatt, Thymian, Fadennudeln dazu, +/- 10min köcheln lassen.

Eigelb und Sahne verrühren und damit die Suppe binden. Kräuter aus der Suppe fischen.

Weißbrotscheiben rösten und in die Teller legen, die Suppe darüber gießen, evtl. Parmesan darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

04.01.03 Zimtstern

Tomatensuppe mit Fadennudeln

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Liter Fleischbrühe
- 100 g Nudeln (Fadennudeln)
- 2 Ei Butter
- 3 reife Tomate(n)
- 1 Bund Petersilie
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Geben Sie in die kochende Fleischbrühe die Fadennudeln und lassen Sie sie langsam gar ziehen.

Tomaten in große Stücke schneiden und in einer Tasse Wasser 10 Min. gar kochen, durch ein Sieb passieren und zu der Fleischbrühe geben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch einmal gut durchkochen.

Servieren Sie mit zerlassener Butter und Petersilie.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

06.08.04 oriental1111

Zyprischer Gemüseauflauf M

Zutaten für 12 Portionen

750 g Zucchini, mittelgroß

750 g Aubergine(n), mittelgroß

750 g Kartoffeln, mehlig kochend

750 g Paprikaschote(n), grün

1 kg Fleischtomate(n)

250 g Knollensellerie, mit Blättern

125 g Oliven, schwarz

2 Bund Frühlingszwiebel(n)

2 Bund Petersilie, glatte

2 Bund Basilikum

6 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Oregano (ersatzweise 3 TI getrocknet)

250 g Schafskäse, mild

200 g Käse (mittelalter Gouda)

7 El Olivenöl

4 El Öl

4 El Tomatenmark und 125 ml Wasser, verrührt

100 g Nudeln (Fadennudeln)

Pfeffer, schwarz

Salz

Zubereitung

Zucchini und Auberginen waschen, putzen und längs in ungefähr 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben quer halbieren. Zucchini und Auberginen jeweils in eine Schüssel geben, salzen und zur Seite stellen. Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Mit Wasser bedecken und beiseite stellen.

Die Paprikaschoten putzen, waschen und der Länge nach sechsteln. Die Tomaten waschen, den Stielansatz keilförmig herausschneiden und die Tomaten grob würfeln. Die Oliven abspülen und das Fruchtfleisch vom

Stein schneiden. Die Sellerieknolle putzen, waschen und mit dem zarten Selleriegrün fein hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und nur die weißen und hellgrünen Pflanzenteile verwenden und in dünne Ringe schneiden. Die Knoblauchzehen pellen und durchpressen. Die Kräuter, wenn nötig, abspülen, abtropfen lassen, von den Stielen zupfen und grob hacken.

Schafskäse und Gouda grob raffeln. 4 El Olivenöl mit dem anderen Öl in einer großen Pfanne oder in einem großen Schmortopf erhitzen. Den Knoblauch, den gehackten Sellerie und die Frühlingszwiebeln unter Wenden glasig darin andünsten. Die Tomatenwürfel und das in 125 ml Wasser aufgelöste Tomatenmark zugeben. Alle Zutaten bei mittlerer Hitze 25 bis 30 Minuten offen einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Oliven unterrühren.

Die Saftpfanne des Backofens mit 1 El Olivenöl bepinseln und 1/3 der Fadennudeln darauf streuen. Die abgetropften Kartoffelscheiben drauflegen. Die Auberginenscheiben auf die Kartoffeln legen. Darauf die Paprikaschoten legen. Ein weiteres Drittel des Käses und die Hälfte der gehackten Kräuter darauf verteilen. Die Zucchini-scheiben draufgeben. Darauf die restlichen Fadennudel, Kräuter und ein weiteres Drittel des Käses verteilen. Das eingekochte Tomaten-Sellerie-Gemüse auf das Gemüse in der Saftpfanne streichen und mit dem restlichen Käse bestreuen.

Den Auflauf auf der 2. Einschubleiste von unten bei 225°C eine Stunde garen. Eventuell die letzten zehn Minuten mit Alufolie zudecken. Die Oberfläche des Auflaufs nach dem Garen mit dem restlichen Olivenöl bestreichen, in Stücke schneiden und warm in der Saftpfanne servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

13.01.05 Franz1957

Fettuccini

Bandnudeln in Gorgonzola-Soße M

für 4 Personen

Salz

weißer Pfeffer

100-150 g Gorgonzola oder anderer Edelpilzkäse

50-80 g getrocknete Tomaten in Öl

400 g Bandnudeln (z. B. Fettuccini oder Tagliatelle)

2 El Pinienkerne (à 15g)

1 El Öl

¼l Milch

1-2 TI Gemüsebrühe

2-3 Ei heller Soßenbinder
½ Bund Petersilie

Zubereitung

Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Käse grob würfeln. Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Nudeln im kochenden Salzwasser ca. 10 Minuten kochen.

Pinienkerne in einer großen Pfanne in heißem Öl rösten, herausnehmen. Milch, 1/4 l Wasser und Brühe in die Pfanne geben. Käse unter Rühren darin schmelzen, aufkochen.

Die Soße mit Soßenbinder leicht andicken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten darunter heben. Petersilie waschen, hacken. Die Hälfte unter die Soße rühren.

Nudeln abgießen und gut abtropfen lassen. Sofort mit der Soße mischen und anrichten. Mit Pinienkernen und der restlichen Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Bandnudeln mit Pilzsauce M

Schnittlauch für die Garnitur

400 g frische Nudeln Fettucine, 4 mm breit

Salz

2 Ei Butter

1 Schuss Weißwein

1,25 dl Rahm

Pfeffer aus der Mühle

1/2 Zwiebel

200 g Pilze nach Saison, z.B. Shiitake, Champignons, Eierschwämme, Morcheln

2 reife Tomaten

Zwiebel hacken. Pilze putzen und klein schneiden. Tomaten nach Belieben entkernen und kurz in kochendes Wasser tauchen, in eiskaltem Wasser abschrecken und schälen. In Streifen schneiden. Die Nudeln in kochendem Salzwasser al dente kochen.

Zwiebel in Butter andünsten. Pilze beifügen und mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und den Rahm dazugießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten und Nudeln dazugeben und mischen. Mit Schnittlauch garnieren.

Überbackene Lauch-Sauce auf Fettuccini M

Zutaten für 4 Personen:

8 Stangen Lauch
2 El Olivenöl
3 Tomaten
3 Zweige Majoran
1 Zweig Thymian
Salz und Pfeffer

1 Kugel Mozzarella

500 g Fettuccini

Zubereitung:

1. Den Lauch putzen, gründlich waschen und schräg in Stücke schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Stiele von den Zweigen zupfen. Die Tomaten überbrühen, häuten, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Den Mozzarella abtropfen lassen, dann in Scheiben schneiden.
2. Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. Den Grill des Backofens vorheizen.
3. Inzwischen das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Lauch mit den Kräutern darin bei schwacher Hitze etwa 8 min dünsten. Die Tomaten zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen und auf 4 tiefen Tellern anrichten. Die Lauchsauce darüber verteilen, mit den Mozzarellascheiben belegen und etwas Pfeffer aus der Mühle darüber geben. Unter dem Grill des Backofens überbacken, bis der Käse beginnt zu bräunen.

Fusilli

Fusilli aglio oglio Diavolo M

Zutaten für 2 Portionen

250 g Nudeln, Fusilli, Farfalle (oder andere Nudeln - je nach Geschmack)
1 Knolle/n Knoblauch
80 ml Olivenöl
2 TL Sambal Oelek

Parmesan

Salz, für das Kochwasser

Zubereitung

Ausreichend Salzwasser für die Nudeln zum Kochen bringen. Während die Nudeln garen, die Knoblauchzehen abschälen und klein hacken. Sind die Nudeln gar, diese in ein Sieb abgießen. Den Topf zurück auf die heiße Platte stellen und den Boden gut mit Öl bedecken. Die gehackten Knoblauchzehen in das heiße Öl geben, bis sie leicht gebräunt sind und dann das Sambal Oelek zufügen. Wenn alles gut vermischt ist, die Nudeln wieder dazu geben und alles gut vermengen.

Die Nudeln mit Parmesan nach Geschmack genießen und nach dem Essen gut lüften!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

08.10.04 Arlinn

Fusilli alla Siciliana M

Zutaten für 2 Portionen

1 kleine Zucchini

100 g Aubergine(n)

½ Paprikaschote(n), rot

1 große Tomate(n)

1 Zehe/n Knoblauch

1 Chilischote(n), getrocknet, nach Belieben auch mehr

1 El Olivenöl

50 ml Gemüsebrühe

Salz

200 g Nudeln (Fusilli)

50 g Ricotta

1 TI Zitronensaft

10 Blätter Basilikum

Zucchini, Aubergine und Paprika waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Tomate waschen (oder bei Bedarf enthäuten), entkernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Chili im Mörser fein zerstoßen oder zwischen den Fingern fein zerreiben. Öl erhitzen und die Auberginenwürfel darin rundherum anbraten. Zucchini- und Paprikawürfel dazugeben und kurz mitbraten. Tomatenwürfel, Knoblauch und Chili unterrühren, mit der Brühe aufgießen und salzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten schmoren.

Inzwischen die Nudeln al dente kochen.

Ricotta und die in feine Streifen geschnittenen Basilikumblätter unter das Gemüse ziehen, mit dem Zitronensaft abschmecken. Nudeln abtropfen lassen und unter die Sauce mischen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
04.03.04 kleine Hexe

Fusilli mit Pfifferlingen

Zutaten für 4 Portionen
400 g Nudeln, lange (Fusilli)
2 El Öl
30 g Butter
350 g Pfifferlinge
1 Bund Schnittlauch
2 Zehe/n Knoblauch
2 Lauchzwiebel(n)
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Nudeln kochen, Öl und Butter in einer großen Pfanne langsam erhitzen. Pfifferlinge putzen, in dünne Scheiben schneiden, zugeben und bei mittlerer Hitze anrösten. Mit Pfeffer würzen und unter Rühren 10 Minuten garen. Knoblauch abziehen und mit dem Schnittlauch fein hacken. Lauchzwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Alles zugeben, gut rühren und 5 Minuten mitgaren. Die Nudeln abgießen in der Pfanne mit den anderen Zutaten vermengen und kurz anrösten. Schnittlauch bestreuen und essen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
14.12.02 Mina8

Fusilli Salat mit getrockneten Tomaten M

Zutaten für 8 Portionen
400 g Nudeln (Fusilli)
150 g Tomate(n), getrocknet, in Öl eingelegt
1 Bund Petersilie
20 g Rucola
80 g Pinienkerne
6 El Öl (Olivenöl)
2 El Essig (Weißweinessig)
2 El Balsamico
2 El Balsamico, weißer
4 El Kapern
Salz
Cayennepfeffer

Parmesan

Zubereitung

Pasta nach Packungsanweisung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Tomaten aus dem Öl nehmen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Petersilie und Rucola waschen und trocken schütteln. Von der Petersilie die Blätter abzupfen, Petersilienblättchen und Rucola fein hacken.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei kleiner Hitze hellbraun rösten. (Im Anschluss unbedingt aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Sie rösten stark nach.)

Für die Vinaigrette Olivenöl, Weißweinessig, Balsamico-Essig und weißen Balsamico-Essig mit den Kapern, der Petersilie und dem Rucola verrühren. Soße mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Fusilli mit den getrockneten Tomaten, Pinienkernen, und der Vinaigrette vermischen. Nudelsalat kalt stellen und mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Zum Servieren nach Belieben mit dem gehobelten Parmesan und Rucola anrichten.

Dazu passen auch Parmaschinken oder schwarze Oliven.

Brennwert p. P.: 350

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.11.03 Vewa

Greek Pasta Salad M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Nudeln Fusilli

225 g Spinat, frischer

250 g Kirschtomaten, halbiert

100 g Oliven

225 g Feta-Käse, in Stücke gebrochen

3 El Olivenöl

Brot, Bauernbrot zum Servieren

Zubereitung

Pasta in kochendem Wasser 10 Minuten kochen, Spinat dazu geben, gut umrühren, und weitere 2 Minuten kochen. Abgießen, und gut abtropfen lassen. Tomaten, Oliven und Feta in eine große Schüssel geben, jede

Menge schwarzen Pfeffer dazu geben, und das Olivenöl drüber geben. Pasta und Spinat unterheben, und mit frischem Brot servieren.

Brennwert p. P. 418

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

05.09.05 CookieUK

Kommentar von annile 06.09.2005 0132

Kein Salz? Kein Essig? Nur Pfeffer? Reicht das aus? Ansonsten find ichs sehr ansprechend... Ich liebe Nudelsalat!

Kommentar von CookieUK 06.09.2005 0925

Hi,

genau, kein Salz und kein Essig. Essig passt nicht so richtig zu dem Salat, und durch die Oliven und den Feta braucht man auch kein Salz. Zitronensaft passt eventuell noch ganz gut. Du kannst natürlich nach Deinem Geschmack abwandeln, aber uns schmeckt der Salat so vorzüglich. -

LG

Kommentar von Lilianezufall 08.09.2005 1033

Hallo Cookie,

das hört sich ziemlich gut an. Ein richtig schöner Sommersalat, dazu ein Glas Rosé?!

Dass man weder Salz noch Essig braucht, leuchtet mir ein. Wenn man in der Hauptstadt mal an frischen Spinat käme..... Das ist zur Seltenheit geworden.

Danke für das Rezept, sobald ich Spinat bekomme, stürze ich mich drauf. Grüße sendet Lilly

Kommentar von jonielady 06.11.2005 1745

Lecker, lecker, lecker!!!

Auch wenn kein Sommer mehr ist!

Aus Ermangelung an frischem Spinat hab ich TK-Spinat genommen, was aber auch gut ging.

Dann noch den Saft einer halben Zitrone und Thymian und Oregano und 2 Zehen Knoblauch, sowie Cayennepfeffer zum Würzen. Ach ja, und Pinienkerne hab ich mit reingemacht.

lecker!

Gruß, Jonie

Pasta Salat M

Zutaten für 6 Portionen

500 g Nudeln (Fusilli), groß

1 kg Zucchini

60 g Pinienkerne

1 Glas Tomate(n), getrocknet, eingelegt

400 g Schlagsahne

Salz und Pfeffer

Peperoncini, gemahlen

Zubereitung

Fusilli in reichlich Salzwasser kochen. Sie müssen noch bissfest sein, damit sie die Soße gut aufsaugen können und später nicht matschig werden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Die Zucchini in Würfel schneiden und ebenfalls ohne Fett anrösten, bis sie etwas Farbe angenommen haben. Wichtig: Zucchini nicht salzen, damit sie kein Wasser ziehen! Mit der Sahne ablöschen und ca. 3 Minuten einreduzieren lassen. In der Zeit die getrockneten Tomaten in dünne Streifen schneiden (ölige Angelegenheit). Jetzt die Zucchini Mischung würzen mit Salz, Pfeffer und wenig Peperoncini. Die Nudeln abseihen, in eine große Schüssel geben. Sofort die Zucchini, Pinienkerne und die Tomaten darüber geben. Man kann auch noch ein wenig Öl aus dem Tomatenglas dazugeben. Gut durchmischen und am besten abgekühlt über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Mengenangaben bei den Pinienkernen und Tomaten möchte ich ziemlich offen lassen. Nach Geschmack variieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

01.02.05 Zianatalia

Zucchini Sahne Sauce zu Fusilli

- Sugo Zucchini e Panna

Zutaten für 4 Personen:

350 g Zucchini

2 Zwiebeln

3 El Olivenöl

250 ml Sahne

1 Bund glattblättrige Petersilie

Salz und Pfeffer

etwas Muskatnuss
1/2 l Gemüsebrühe (Instant)
500 g Fusilli

Zubereitung:

1. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Zucchini putzen, waschen und in feine Stifte schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.
2. Das Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln darin anbraten. Die Zucchini- und Petersilienstifte zufügen und unter Rühren etwa 3 Minuten mitbraten. Die Brühe angießen, einmal aufkochen lassen, dann bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln.
3. Die Sahne zugießen, noch mal aufkochen und bei mittlerer Hitze offen köcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die Petersilie einrühren.
4. Inzwischen die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. Abgießen, kurz abtropfen lassen und mit der Sauce vermischt servieren.

Glasnudeln

Asiatische Gemüsesuppe

Zutaten für 4 Portionen
25 g Mu-Err-Pilze, getrocknete
40 g Glasnudeln
250 g Karotte(n)
4 Frühlingszwiebel(n)
2 El Öl (Sesamöl)
1 Tl Honig
1 Tl Curry
1 Tl Speisestärke

¾ Liter Hühnerbrühe

150 g Sprossen (Mungbohnen sprossen)
1 El Sojasauce oder Sherry
Salz
Pfeffer, weißer

Zubereitung

Die Pilze und die Glasnudeln getrennt voneinander 10 Min. in warmem Wasser einweichen, das Wasser der Pilze mehrmals wechseln. Die Karotten in Stifte, die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden.

Das Öl erhitzen, das vorbereitete Gemüse darin anbraten. Honig, Curry, abgetropfte Pilze und Speisestärke einrühren, mit heißer Brühe aufgießen und zugedeckt 5 Min. kochen lassen.

Die Sprossen in die Suppe geben und weitere 5 Min. garen. Die abgetropften Glasnudeln etwas klein schneiden und 2 Min. in der Suppe sacht kochen lassen. Mit Sojasauce/Sherry, Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

29.05.04 Valentine_D

China Nudeln 1 Ei M

Zutaten:

1 Platte asiatische Mie Nudeln

1 Ei

etwas Sahne

Maiskörner (z. B. aus der Dose)

Butter zum Anbraten

Die Nudeln nach Anweisung kochen (Kochdauer ca. 4 min.)

Butter in die Pfanne geben.

Mais -Menge nach Geschmack- anbraten bis es süßlich riecht.

Das Ei mit einem Schuss Sahne verquirlen.

Die inzwischen fertigen Nudeln klein schneiden und in die Pfanne geben.

Mitbraten.

Die Ei-Sahne-Mischung darübergabe und stocken lassen.

Nach Geschmack, damit es nicht so trocken ist, noch mal einen Schuss Sahne dazugeben und umrühren.

Chinesische Gemüsesuppe mit Glasnudeln

Zutaten für 4 Portionen

6 Pilze (getrocknete Tongupilze)

100 g Glasnudeln

2 Karotte(n)

1 Stange/n Lauch

100 g Pilze (Egerlinge)

2 El Öl (Erdnussöl)

1 Liter Fleischbrühe

2 El Sojasauce, helle

Salz

Pfeffer, weißer
½ TL Sambal Oelek

Die Pilze ca. 30 Min. in kaltem Wasser einweichen, herausnehmen, die Stiele entfernen und klein schneiden. Die Nudeln ebenfalls in Wasser einweichen, dann mit einer Schere in kleine Stücke schneiden und beiseite stellen.

Gemüse putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Die Egerlinge putzen und blättrig aufschneiden.

Das Öl in einer Pfanne oder im Wok erhitzen und die Pilze, das Gemüse und die Egerlinge kurz darin andünsten.

Die Brühe in einen Topf gießen und die Glasnudeln darin 8 Min. kochen. Das Gemüse und die Pilze zugeben und mit Sojasauce, Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Sambal Oelek abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
30.05.04 Valentine_D

Chinesischer Gurkensalat 1 Ei

Zutaten für 2 Portionen

1 Salatgurke(n)

1 Ei(er)

1 EI Öl

2 Chilischote(n)

1 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch (muss nicht sein)

4 EI Sojasauce

2 EI Essig

50 g Glasnudeln

Salz und Pfeffer

Zucker

Zubereitung

Gurke schälen, in dünne Streifen hobeln, mit etwas Salz mischen, 60 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Glasnudeln 4-5 Minuten in Wasser kochen lassen, abgießen und abtropfen. Ei aufschlagen und zwei dünne Pfannkuchen backen und in kleine Streifen schneiden.

Zwiebel und Knoblauch klein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Chilischoten darin anbraten (nicht schwarz), herausnehmen. Das heiße Öl über die Zwiebeln und den Knoblauch geben. Sojasauce, Zucker, Salz und Pfeffer hinzufügen.

Gurken ausdrücken und zusammen mit den kleingeschnittenen Glasnudeln und Pfannkuchenstreifen zu der Öl-Gewürz-Mischung geben - umrühren - noch mal abschmecken - fertig!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
11.10.04 rehkitz1980

Frittierte Glasnudeln süß sauer

Zutaten für 4 Portionen
2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt
2 Zwiebel(n), fein gehackt
4 Paprikaschote(n), je 2 rote und gelbe
200 g Okraschoten
1 Zucchini
100 g Mu-Err-Pilze, eingeweicht
3 El Öl (Sesamöl)
125 ml Sojasauce
Sauce (chinesischer Ketchup, süß-sauer)
60 ml Essig (Obstessig)
3 El Honig
1 Kugel/n Glasnudeln
Öl (Sonnenblumenöl), zum Frittieren
Pfeffer (Szetschuanpfeffer)

Zubereitung

Paprika und Pilze in feine Streifen, Okraschoten und Zucchini in dünne Stifte schneiden. Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch anbraten. Paprika und Okraschoten zufügen, unter Rühren ca. 3 Min. garen. Restliches Gemüse und Pilze zugeben, weitere 3-4 Min. dünsten. Sojasoße, Ketchup, Essig und Honig unterrühren. Einmal aufkochen lassen. Mit Szetschuanpfeffer würzen.

Glasnudeln etwas brechen und portionsweise in heißem Öl frittieren. Sofort mit dem Gemüse servieren.

Brennwert p. P.: 390
Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
23.08.02 Hobbykoechin

Frühlingsrollen 1 Ei

Zutaten für 8 Portionen

1 Paket Teig für Frühlingsrollen, TK
2 Möhre(n), klein geschnitten
1 Glas Sprossen (Mungobohnenkeime)
3 Frühlingszwiebel(n), in Ringe geschnitten
200 g Glasnudeln

1 Ei(er)

Sojasauce
1 Liter Öl

Zubereitung

Den Tiefkühlteig auftauen lassen und ständig mit einem nassen Tuch bedecken, sonst trocknet er aus.

Währenddessen die Glasnudeln zwei Minuten im warmen Wasser einweichen und dann drei Minuten kochen. Das geschnittene Gemüse scharf im Wok (oder Pfanne) anbraten und mit den gekochten Nudeln vermengen! Mit Sojasauce würzen. Nun je ein Reispapier mit einem Löffel Füllung wie einen Briefumschlag falten. Die Faltkante mit Ei bestreichen.

Das Öl erhitzen und die Rollen 2-3 Minuten frittieren bis sich Bläschen auf der Rolle bilden.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
22.02.06 Luzifermh

Gebratene Glasnudeln mit Tofu und Pilzen M

Zubereitungszeit: ca. 20-25 Minuten

Für 2 Personen

Zutaten:

100 g Glasnudeln

200 g Champignons oder Mischpilze

100 g Tofu

½ Glas (ca. 90 g) feingeschnittene Bambussprossen

1 mittlere Zwiebel

Instant Gemüsebrühe

Salz

Sojasoße

50 ml Sahne

Schnittlauch

Zubereitung:

Die Glasnudeln in reichlich kochendes Wasser geben und 5 Min ziehen lassen. In ein Sieb schütten, kalt abschrecken und etwas kleiner schneiden. In der Zwischenzeit die Zwiebel fein würfeln, Pilze kleinschneiden. Öl in einer hohen Pfanne (mit Deckel) erhitzen, darin die Zwiebel und die Pilze bei voller Hitze unter Rühren anbraten. Mit der gekörnten Brühe würzen. Den Deckel auflegen und alles dünsten, bis die Zwiebel glasig und die Pilze weich sind (ca. 5 Min). Die Sahne, den Tofu und die Bambussprossen dazugeben und bei kleiner Hitze durchziehen lassen. In einer Extrapfanne die Glasnudeln in Öl kurz anbraten und mit Sojasoße würzen. Dann in die Pfanne mit dem Pilz-Tofu-Gemisch geben und gut durchrühren.

Gemüse und Glasnudeln

Zutaten

- 15 getrocknete Mu-Err-Pilze
- 500 g Möhren
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Ingwer
- 75 g Glasnudeln
- Salz
- 2 El. Erdnusskerne
- 4 El. Öl
- 25 g Palmzucker (oder Honig)
- 75 ml Gemüsebrühe
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 Tl. Sesamöl
- 4 El. Sojasoße
- 1/2 Tl. Sambal Oelek
- frischer Koriander zum Bestreuen

Zubereitung

Pilze mit einem halben Liter kochendem Wasser übergießen, 20 Minuten quellen lassen und in Stücke schneiden.

Inzwischen Möhren und Lauchzwiebeln putzen und abspülen. Möhren längs in dünne Scheiben, Lauchzwiebeln schräg in Ringe schneiden.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

Glasnudeln in kochendes Salzwasser geben und drei Minuten garen. Auf einem Sieb abtropfen lassen. Mit einer Schere in etwa 8 cm lange Stücke schneiden.

Wok oder eine große beschichtete Pfanne ohne Fett erhitzen. Erdnusskerne da unter Wenden goldbraun rösten und herausnehmen.

Öl in den Wok geben. Vorbereitetes Gemüse darin unter Wenden etwa drei Minuten bei großer Hitze braten.

Palmzucker in der heißen Brühe auflösen, Knoblauch und Ingwer zufügen, zusammen mit Glasnudeln und abgetropften Pilzen zum Gemüse geben. Mit Salz, Pfeffer, Sesamöl, Sojasoße und Sambal Oelek abschmecken. Korianderblättchen und Erdnuskerne darüberstreuen.

Pro Portion ca. 630 Kalorien.

Gemüse und Glasnudeln aus dem Wok

2 Portionen

15 Getrocknete Mu-Err-Pilze
1/2 l ; Wasser
500 g Karotten; (Möhren)
2 Lauchzwiebeln
1 Knoblauchzehe
30 g Ingwer
75 g Glasnudeln
; Salz
2 EI Erdnuskerne
4 EI Öl
25 g Palmzucker (oder Honig)
75 ml Gemüsebrühe
; Pfeffer; frisch gemahlen
1 TI Sesamöl
4 EI Sojasoße
1/2 TI Sambal Oelek
Frischer Koriander -- zum Bestreuen

Pilze mit kochendem Wasser übergießen, 20 Minuten quellen lassen und in Stücke schneiden.

Inzwischen Möhren und Lauchzwiebeln putzen und abspülen. Möhren längs in dünne Scheiben, Lauchzwiebeln schräg in Ringe schneiden.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

Glasnudeln in kochendes Salzwasser geben und drei Minuten garen. Auf einem Sieb abtropfen lassen. Mit einer Schere in etwa 8 cm lange Stücke schneiden.

Wok oder eine große beschichtete Pfanne ohne Fett erhitzen. Erdnuskerne darin unter Wenden goldbraun rösten und herausnehmen.

Öl in den Wok geben. Vorbereitetes Gemüse darin unter Wenden etwa

drei Minuten bei großer Hitze braten.

Palmzucker in der heißen Brühe auflösen, Knoblauch und Ingwer zufügen, zusammen mit Glasnudeln und abgetropften Pilzen zum Gemüse geben. Mit Salz, Pfeffer, Sesamöl, Sojasoße und Sambal Oelek abschmecken. Korianderblättchen und Erdnuskerne darüberstreuen.

Pro Portion ca. 630 Kalorien.

Glasnudeln mit asiatischem Gemüse

Zutaten (4 Personen)

150 g Glasnudeln
2 Hand Buddah"s (alternativ 1 Kohlrabi)
500 g Pak Soi
2 Bund Lauchzwiebeln
2 rote Chilischoten
60 g sauer eingelegter Ingwer
4 Stängel Zitronengras
4 El Sojasauce
4 El Reisessig
3 Tl dunkles Sesamöl
Öl zum Braten (Erdnussöl)
2 El Butter
1 El Kartoffelstärke
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Die geschälten Hände Buddah"s halbieren Sie, entfernen den Kern und schneiden sie in dünne Scheiben. Von dem gewaschenen Pak Soi schneiden Sie die Blätter in Streifen und die Stiele in etwa 1 cm große Abschnitte. Von den geputzten Lauchzwiebeln schneiden Sie das Weiße und Hellgrüne in Ringe. Die Chilischoten halbieren Sie, entfernen die Kerne und die weißen Häute und hacken sie fein. Vom eingelegter Ingwer schneiden Sie etwa 5 Scheiben klein. Das Zitronengras schneiden Sie in grobe Abschnitte, die Sie dann längs halbieren, kochen diese in einem 1/4 l Wasser etwa eine halbe Stunde, ziehen den den Sud ab und fangen ihn in einem anderen Gefäß auf. Weichen Sie die Glasnudeln, wie auf der Packung angegeben, in Wasser ein.

Erhitzen Sie das Öl in einer Kasserolle und geben anschließend die Butter zu. Sobald die Butter geschmolzen ist, geben Sie die Lauchzwiebelringe, die Chilistückchen und die Scheiben der Hände Buddah"s zu. Braten Sie weiter, bis die Lauchzwiebeln leicht anfangen zu bräunen und löschen dann mit dem Reisessig, der Sojasauce und dem Zitronengrassud ab.

Wenn der Sud wieder kocht, fügen Sie die Abschnitte der Pak Soi-Stiele und den kleingeschnittenen Ingwer zu. Kochen sie weiter, bis der Sud sich etwa auf die Hälfte reduziert hat, dann würzen Sie mit Salz, Pfeffer und dem Sesamöl, geben die kleingeschnittenen Pak Soi-Blätter zu. Stellen Sie den Herd auf kleinste Stufe, rühren die Kartoffelstärke mit etwa 1 El kaltem Wasser an fügen Sie sie unter Rühren dem Gemüse zu, kochen kurz auf und stellen es warm.

Die eingeweichten Glasnudeln kochen Sie für etwa 3 Minuten, seihen sie ab und geben auf jeden Teller ein Glasnudelnest. Dort hinein füllen Sie das Gemüse und geben auf jeden Teller den restlichen eingelegten Ingwer, den Sie zur Blume zusammen gedrückt haben.

Glasnudeln mit Gemüse M

Zutaten für 4 Portionen

2 Pkt. Glasnudeln

1 Zucchini, gewürfelt

4 Möhre(n), in dünnen Scheiben

1 Aubergine(n), gewürfelt

250 g Champignons, klein geschnitten

1 Paprikaschote(n), gelb, in feinen Streifen

1 Paprikaschote(n), rot,, in feinen Streifen

Sprossen, (Mongobohnen)

Erbsen (TK)

½ Brokkoli, in kleinen Stücken

Käse (Gouda), gerieben

Kräuter (Petersilie, Basilikum, TK)

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Glasnudeln werden wie in der Gebrauchsanweisung zubereitet. Meine habe ich immer in einer Schüssel mit heißem Wasser übergossen und dann ziehen lassen.

Das Gemüse wird gewaschen und dann geschnitten. Wer etwas nicht mag, lässt es einfach weg oder ersetzt es gegen etwas anderes. Das Gemüse wird nach dem schneiden in einen Topf gegeben. Ich empfehle die Reihenfolge: Möhren und Brokkoli (4 Minuten), Paprika, Zucchini, Aubergine dazu (3 Minuten), Erbsen, Champignons und Keime, Sprossen, etc. mit in den Topf geben. Ich verwende immer einen großen Topf, dann lassen sich die Glasnudeln besser unterheben.

Während das Gemüse gart, den Käse reiben. Ich lasse das Gemüse immer noch ein bisschen knackig. Das schmeckt frisch und lecker. Bevor die Nudeln mit in den Topf kommen, noch die Kräuter zugeben (nicht zu viel).

Salzen und pfeffern. Die Glasnudeln, wenn sie fertig sind, einfach mit in den Topf schmeißen und unterheben. Beim servieren einfach etwas Käse drüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
02.10.05 Loewenherz16

Glasnudeln mit geröstetem Gemüse

150 g Glasnudeln
2 kleine Zwiebeln
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 Zucchini
1 Kohlrabi
1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Bund Thymian, fein geschnitten
1/2 Bund Blattpetersilie, fein geschnitten
3/8 l Gemüsebrühe
Pfeffer, Salz
Olivenöl, Butter

Die Glasnudeln in reichlich heißem Wasser ca. 5 Minuten einweichen. Gemüse und Zwiebeln putzen und grob würfeln. In einem Topf mit etwas Olivenöl Gemüsewürfel, Zwiebeln und Knoblauch ca. 15 Minuten unter ständigem Rühren weich dünsten. Mit 1/4 l Gemüsebrühe ablöschen und diese einkochen lassen. Thymian untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Restliche Gemüsebrühe in einen Topf geben, aufkochen und die eingeweichten Glasnudeln darin kurz schwenken und erwärmen. Nach Belieben Butterflöckchen untermischen und mit Petersilie bestreuen. Das Gemüse auf Teller geben und darauf die Glasnudeln anrichten.

Glasnudelsalat mit Sojasprossen

Zutaten für 6 Portionen
100 g Glasnudeln
200 g Sojasprossen, frisch
2 Stange/n Staudensellerie
½ Paprikaschote(n), rot
1 Frühlingszwiebel(n)
4 El Essig (Obstessig)
3 El Öl (Sesamöl)

4 El Sojasauce
2 El Öl
1 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt
2 El Sesam, geröstet
1 El Sellerie, das Grün, gehackt
Salz

Zubereitung

Glasnudeln 1 - 2 Minuten kochen, abtropfen und mit einer Schere mehrmals kürzen. Mit 2 El Sojasauce und 1 El Sesamöl mischen und ziehen lassen.

Frische Sojasprossen 30 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen.

Stangen des Staudensellerie in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden (auch das Grüne). Paprika in Streifen schneiden.

Aus 4 El Obstessig, 2 El Sesamöl, 2 El Sojasauce, 2 El Öl, 1 zerdrückten Knoblauchzehe und 2 El geröstetem Sesam eine Marinade bereiten. Gemüse mit den Glasnudeln und den Sprossen mischen und mit der Marinade gut vermischen eventuell mit etwas Salz abschmecken. Mit etwas gehacktem Selleriegrün bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
26.02.02 Aurora

Glasnudelsuppe

Zutaten für 4 Portionen
50 g Glasnudeln
75 g Sojasprossen
2 kleine Paprikaschote(n), rot und grün
2 Frühlingszwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
1 El Öl (Sonnenblumenöl)
1 El Sojasauce
Koriander, frisch

2 Dose/n Hühnerbrühe (à 400 ml)

Glasnudeln in Wasser einweichen. Sojakeimlinge waschen und gut abtropfen lassen. Paprika waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel waschen, putzen und in Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Frühlingszwiebeln darin andünsten. Paprika zufügen und weitere 5 Minuten dünsten. Mit Hühnerbouillon ablöschen und aufkochen lassen. Glasnudeln abtropfen

lassen und mit den Sojakeimlingen in der Suppe erhitzen. Mit Sojasoße abschmecken. Koriander waschen, trocken schütteln, hacken und über die Suppe streuen.

Brennwert p. P.: 140

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

30.12.04 BadGirlPolska

Glasnudelsuppe mit Gemüse

Zutaten für 4 Portionen

80 g Glasnudeln

20 g Pilze (Tongupilze), getrocknet

100 g Zuckerschote(n)

1 Frühlingszwiebel(n)

2 Paprikaschote(n), rote

2 Chilischote(n), rote

200 g Möhre(n)

1 Liter Gemüsebrühe

1 El Ingwer (Wurzel), fein gehackt

4 El Austernsauce, vegetarisch

2 El Sojasauce

4 El Essig (Reisessig)

wenig Pfeffer (Szetschuanpfeffer)

2 El Schnittlauch in Röllchen

Zubereitung

Glasnudeln und Tongupilze 20 Minuten getrennt in warmem Wasser einweichen, dann abgießen.

Die Zuckerschoten waschen, putzen und schräg halbieren. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in Ringe schneiden. Die Chilischoten waschen, entkernen und fein hacken. Wenn man nicht mit Haushaltshandschuhen arbeitet, danach sofort die Hände waschen. Die Möhren putzen, schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Brühe im Wok aufkochen und mit Chilischoten, Ingwer, Austern- sowie Sojasauce, Reisessig und Szetschuanpfeffer würzen. Die Pilze abgießen, die Stiele entfernen, die Pilzköpfe in feine Streifen schneiden und mit dem Gemüse in die Brühe geben. Die Suppe etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen. Die Glasnudeln mit einer Schere klein schneiden, in die Suppe geben und alles erneut aufkochen. Mit Schnittlauchröllchen garnieren und servieren.

Brennwert p. P.: 260

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.05.02 Simone Hefner

Grapefruitsalat

Zutaten für 4 Portionen

150 g Glasnudeln
1 El Sojasauce, milde
½ El Essig (heller Reisessig)
½ El Öl (Sesamöl)
1 El Chilischote(n), rote, getrocknete
1 El Sesam
4 Grapefruit, rosa
1 El Öl (Sonnenblumenöl)
100 g Okraschoten
100 g Sojasprossen

Zubereitung

Glasnudeln mit siedendem Wasser übergießen, min.10 Minuten stehen lassen, abtropfen, beiseite stellen.

Sauce: Sojasauce, Reisessig und Sesamöl verrühren. Chilis und Sesamsamen rösten, herausnehmen und dem Gemisch begeben

Salat: Fruchtfiles herauslösen und in die Sauce geben. Öl im Wok heiß werden lassen, die in Scheibchen geschnitten Okras kurz braten, Sojasprossen zugeben, herausnehmen, über die Grapefruits verteilen, mit den Nudeln garnieren, sofort servieren.

Hinweis: Okrascheiben im kochenden Salzwasser 2-3 Mal aufwallen lassen. (Dieses Blanchieren ist unbedingt nötig, da die Okra beim Kochen einen Schleim absondern.)

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

27.03.03 papagena_2

Knusprige Glasnudeln mit Tofu

Zutaten für 4 Portionen

Öl, zum Frittieren
175 g Glasnudeln
200 g Sojasprossen
200 g Tofu
2 El Zitronensaft
3 El Tomatenketchup
1 Tl Essig
100 g Zucker, braun

1 Frühlingszwiebel(n)

Zubereitung

Die Glasnudeln in kleine Stücke brechen. Einen Wok ca. zu 1/3 mit Öl befüllen und erhitzen. Wenn das Öl sehr heiß ist, jeweils eine handvoll Nudeln hineingeben. Sie dehnen sich sofort explosionsartig aus. Wenn die Nudeln sich komplett ausgedehnt haben, mit einer Schöpfkelle aus dem Öl nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit den restlichen Nudeln ebenso verfahren, bis alle Nudeln frittiert sind. Nach dem Frittieren das Öl abgießen.

In einem Topf eine Sauce aus Zitronensaft, Ketchup, Fischsauce, Essig und braunem Zucker anrühren. Die Sauce wird durch den Zucker etwas dicklich. Tofu in 1x1-cm-große Würfel schneiden.

Öl im Wok erhitzen. Tofu und Sojabohnen dazugeben und unter Rühren anbraten. 2 El von der Sauce dazugeben. Die Nudeln ebenfalls dazugeben und vorsichtig unterrühren. Die restliche Sauce langsam dazugeben, bis die Nudeln von der Sauce umhüllt sind. Sollte noch Sauce übrig bleiben, kann diese in einer Schüssel extra gereicht werden.

Vor dem Servieren mit Frühlingszwiebeln garnieren.

Dieses Gericht ist besonders festlich. Die Verwandlung der Glasnudeln durch das Frittieren ist spektakulär und wird bei ihren Gästen einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

04.05.05 taratarita

Pilzsuppe mit Shiitake und Pfifferlingen

Zutaten für 4 Portionen

70 g Pilze (Shiitake Pilze)

60 g Pfifferlinge

60 g Glasnudeln aus Reis, trockene

4 El Erbsen

½ kleine Zwiebel(n)

4 El Sojasauce, helle chinesische

3 El Öl (Sonnenblumenöl)

Zimt - Stange, 0,5 cm

1 TI Tamarindenpaste

1 TI Koriander

1 TI Piment

½ TI Rosmarin

1 TI Oregano

1 Prise Pfeffer, weißen

1 Prise Salz
2 Liter Brühe

Zubereitung

Frische Erbsen gar kochen. Shiitake und Pfifferlinge in Stücke schneiden, in 2 Liter Flüssigkeit (Brühe) zum Kochen bringen und 10 Minuten kochen lassen. Die halbe Zwiebel in kleine Stücke schneiden und in einem anderen Topf 5-10 Minuten kochen und abtropfen lassen. Die Reis-Glasnudeln auf geeignete Längen brechen. Die Zwiebelstücke, die Reisglasnudeln und die restlichen Zutaten hinzufügen und alles 8 Minuten kochen lassen. Anschließend in Suppentassen servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
27.08.03 gordonphillips

Herstellung

Nudel Rezept XII Nudeln aus Maismehl: -----ohne Ei

zwei bis drei gehäufte Esslöffel Maismehl in einen Topf geben mit etwas heißes Wasser überbrühen salzen und unter rühren aufkochen lassen bis sich der jetzt dicke Teig von Topfboden löst. Nun vom Herd nehmen und nach und nach soviel Maismehl in den Teig einkneten bis der Teig nicht mehr klebt und sich gut formen lässt. In die Nudelmaschine geben und wie üblich Verfahren ODER aus einem Fleischwolf das Hackmesser ausbauen (das kleine kreuzförmige Teil) und den Teig durch den Fleischwolf drehen. Gibt klasse Spagetti. Wie üblich in leicht siedendem Salzwasser kochen

Beitrag von Gerda am 02. September 2002:

Nudel -Rezept XI Ei

Ein Ei, salzen und evtl. mit reichlich Muskatnuss oder Kardamom würzen, mit soviel Maisstärke verrühren bis ein schwer zäher Teig entsteht. Nun esslöffelweise soviel Öl in den Teig rühren bis der Teig zähfließend wird (nach meiner Erfahrung ca. 2-4 Esslöffel) wichtig, kein Wasser verwenden, sonst zerfällt der Teig beim kochen. Nun den Teig in sprudelnd heißes Wasser drücken. Das Rezept geht übrigens auch, wenn man den Teig durch eine dünne Tülle (z.B. stabile Tortenspritze) oder einfach in eine Plastiktüte mit einem kleinem Loch drin, drückt.

Nudeln VI

60 g Buchweizen gem.
40 g Kichererbsen gem
½ TL Salz
1 Pr. Zucker
ca 6 El Wasser

alle Zutaten mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen, am besten auf ein bemehltes Brett ausrollen, schneiden in Streifen o. Platten, nochmals 30 min trocknen lassen.

Ins gesalzenen kochendes Wasser, sofort runter schalten, Kochlöffel rein, dabei stehen bleiben. Es schäumt über.

Wenn Öl ins Wasser, schäumt trotzdem, kleben aber nicht so

Bloß sie nehmen nachher keine Soße an

Nach ca 5 min gar Probe , sie sollten „al dente" also noch bißfest gekocht sein, schmeckt die Nudel, obwohl noch knackig, nicht mehr roh, ist sie auch schon fertig

Nudeln IV

glutenfrei
60 g Buchweizen gem
20 g Kichererbsen gem
½ TL Salz
1 Pr. Zucker
ca 6 E Wasser

alle Zutaten mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen, am besten auf ein bemehltes Brett ausrollen, schneiden in Streifen o. Platten, nochmals 30 min trocknen lassen.

Ins gesalzenen kochendes Wasser, sofort runter schalten, Kochlöffel rein, dabei stehen bleiben. Es schäumt über.

Nach ca 5 min gar Probe , sie sollten „al dente" also noch bißfest gekocht sein, schmeckt die Nudel, obwohl noch knackig, nicht mehr roh, ist sie auch schon fertig

lässt sich gut ausrollen, elastisch, , zerfällt in Stücke beim kochen, gut geeignet, für Lasagne

Nudeln V

60 g Buchweizen gem.
2 gehäufte El Kichererbsen gem
½ TL Salz
1 Pr. Zucker

ca 7 Ei Selters (wieso ich mit Kohlensäurehaltiges Mineralwasser, mehr brauche ist mir ein Rätsel)

alle Zutaten mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen, am besten auf ein bemehltes Brett ausrollen, schneiden in Streifen o. Platten, nochmals 30 min trocknen lassen.

Ins gesalzenen kochendes Wasser, sofort runter schalten, Kochlöffel rein, dabei stehen bleiben. Es schäumt über.

Wenn Öl ins Wasser, schäumt trotzdem, kleben aber nicht so

Bloß sie nehmen nachher keine Soße an

Nach ca 5 min gar Probe, sie sollten „al dente“ also noch bißfest gekocht sein, schmeckt die Nudel, obwohl noch knackig, nicht mehr roh, ist sie auch schon fertig

Nudeln VII. Ei

100 g Buchweizen gem.

½ TI Meersalz

1 Ei

1 Prise Zucker

alle Zutaten mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen, am besten auf ein bemehltes Brett ausrollen, schneiden in Streifen o. Platten, nochmals 30 min trocknen lassen.

Ins gesalzenen kochendes Wasser, sofort runter schalten, Kochlöffel rein, dabei stehen bleiben. Es schäumt über.

Wenn Öl ins Wasser, schäumt trotzdem, kleben aber nicht so

Nudeln VIII

glutenfrei

40 g Amaranth gem

40 g Kichererbsen gem

20 g Buchweizen gem

ca 5- 8 El Wasser

½ TI Salz

1 Pr. Zucker

alle Zutaten mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen, am besten auf ein bemehltes Brett ausrollen, schneiden in Streifen o. Platten, nochmals 30 min trocknen lassen.

Ins gesalzenen kochendes Wasser, sofort runter schalten, Kochlöffel rein, dabei stehen bleiben. Es schäumt über.

Wenn Öl ins Wasser, schäumt trotzdem, kleben aber nicht so
Bloß sie nehmen nachher keine Soße an
Nach ca 10 min gar Probe , sie sollten „al dente“ also noch bißfest gekocht
sein, schmeckt die Nudel, obwohl noch knackig, nicht mehr roh, ist sie
auch schon fertig
Klebt am Tisch + nachher an den Zähnen .

Diese Rezepte sind eine alternative, wer kein Ei + Soja möchte, besser
wohl geeignet für Lasagne , oder auch Aufläufe,
die Bindefähigkeit der Kichererbsen, ist gut
Nur wer auch nach dem kochen noch eine zusammenhängende Nudel ha-
ben will wird wahrscheinlich nicht um Soja, drum rum kommen

Zum formen, für jede Art von Nudeln, auch Platten bietet sich Rezept 3 an

Nudeln ohne Ei

Glutenfrei

1 Rezept

60 g Buchweizen+ (o. 50 g Buchweizen + 10 g Amaranth)
20 g Soja-Bohnen/Schrot fein mahlen+(Soja-Vollmehl)
ca. 6 Eßl. Wasser +
1/2 Teel. Salz,

zusammen kneten, Kloß 0,5 h, ruhen lassen. Auf einem bemehlten Blech
dünn ausrollen. (einige mm dick), den ausgerollten Teig zu einer Rolle zu-
sammenrollen+ von diesen quer die Nudeln abschneiden. Nudeln 30 min
trocknen lassen, + in kochenden Salzwasser garen. Sie sollen "al dente",
also bissfest gekocht werden. Am besten nach ca. 10 min. eine Probe.
Schmeckt die Nudel, obwohl noch knackig, nicht mehr roh, ist sie auch
schon richtig.

Wenn das Kochwasser überschäumen will, einen Kochlöffel senkrecht in
das Wasser stellen.

Für Lasagne : 2 Rezepte 4 a 15- 16 cm Ø
3 Rezepte 6 a 14 - 15 cm Ø

Variante:

Wenn Sie den Teig pikant würzen, hauchdünn ausrollen, in Rechtecke oder
ähnlich, auf Backpapier, auf Blech, + im Backofen knusprig, backen, sehr
gut zum knabbern, auch zum Wein

Nudelrezept II (für Nudelplatten) 2 Eigelb

Glutenfrei

60 g Buchweizen

2 Eigelb

3 El Wasser

½ TI Salz

alles mit einander verkneten, 30 min ruhen lassen (Nudelmaschine Dicke 4)
Nudeln Dicke 3
ließ sich gut verarbeiten

Nudeln- Rezepte- Herstellung Sonntag, 13. April 2003

Nudelrezept III (für Nudelplatten) einige Ei

glutenfrei

240 g Buchweizen /// 120 g Buchweizen

2 Eier /// 1 Ei

2 Eigelb /// 1 Eigelb

1 TI Salz /// ½ TI Salz

alles miteinander verkneten, 30 min ruhen lassen (Nudelmaschine Dicke 4)
für Nudeln Größe 3
wird elastischer

Zubereitung :

(Gesiebtetes Mehl und Salz in eine Schüssel geben, Wasser hinzu geben und zu einem festen Teig verrühren. Weiteres Mehl hinzu fügen, falls erforderlich.----- siehe unter Lasagne.....

Den Teig in zwei Kugeln teilen und jeweils in Plastikfolie wickeln. 30 Minuten ruhen lassen.) siehe weiter oben

Auf einer bemehlten Unterlage jede Teigkugel sehr dünn ausrollen. Den Teig in 5 mm breite Streifen schneiden (evtl. mit der Nudelmaschine). Diese Nudelstreifen auf einem bemehlten Tuch ausbreiten, mit Mehl bestäuben und 30 Minute trocknen lassen.

Lasagne

Auberginen Lasagne M

Auberginen
5 EI Olivenöl
2 Zwiebeln
2-3 Knoblauchzehen
2 x 400 g Dosen Tomaten ganz
1 TI getrocknete Kräuter
Salz
Pfeffer
Lasagneblätter

Für die Käsesauce

25 g Butter
2 EI Mehl

300 ml Milch

115 g Parmesan

etwas Muskatnuss

Melanzani (Auberginen) in Scheiben schneiden, salzen und ein Stunde abtropfen lassen. Danach in Olivenöl anbraten und beiseite geben! Die Zwiebeln im Bratenrückstand anschwitzen und die Tomaten dazugeben, würzen. Das ganze ca. 30 min köcheln lassen.

Bechamel normal zubereiten. Mit Melanzani beginnen und schichten. Ca. 30 min im Rohr bei 200°C backen.

Broccoli Lasagne mit Rosmarin M

Menge: 6 Port.

50 g Butter oder Margarine
2 Essl. Rosmarin (gehackt)
40 g Mehl
400 ml Gemüsefond (a. d. Glas)

350 ml Milch

Salz
Pfeffer (a. d. Mühle)
1 Knoblauchzehe
150 g Comte (französischer Bergkäse)
1 Kilo Broccoli
2 Essl. Öl
16 Lasagneblätter (250 g)

12 kleine Strauchtomaten (ca. 300 g)

1. Das Fett zerlassen, 1 El Rosmarin und das Mehl darin anschwitzen. Gemüsefond und Milch unter kräftigem Rühren dazugießen und 10 Minuten bei schwacher Hitze ohne Deckel kochen. Mit Salz, Pfeffer und durchgepresstem Knoblauch würzen. 2. Den Käse fein raspeln. Broccoli in kleine Röschen zerteilen.

Eine Form dünn mit Öl auspinseln, 3 El Sauce hineingeben. Lasagneblätter portionsweise 5 Minuten in Salzwasser kochen. Broccoli im Nudelwasser 3 Minuten kochen und abtropfen lassen. 3. Nacheinander Lasagneblätter, $\frac{3}{4}$ vom Broccoli, $\frac{3}{4}$ der Sauce und restliche Lasagneblätter einschichten. Den Käse bis auf 2 El zwischen die Schichten streuen. Restlichen Broccoli, Sauce und Käse auf der Oberfläche verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der

2. Einschubleiste von unten 15 Minuten backen. 4. Inzwischen die Tomaten an der Unterseite glatt schneiden, überbrühen, abschrecken und häuten. Im restlichen Rosmarin und Öl wenden, salzen und pfeffern. Auf die Lasagne setzen und weitere 15 Minuten backen. Vor dem Servieren 10 Minuten ruhen lassen.

: Zub. Zeit : 90

Champignon-Spinat-Lasange M

Zutaten für 4-6 Personen

3 geh. El Mehl (à 20 g)

3 El Butter/Margarine (à 20 g) und etwas Butter/Margarine

0,75l Milch

2 Tl Gemüsebrühe

75 g mittelalter Gouda-Käse (Stück)

Salz

weißer Pfeffer

1 kg Blattspinat

1 kg Champignons

1 mittelgroße Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 El Öl

Muskat

9-12 Lasagneplatten

Zubereitung

1.

Mehl in 3 Ei heißem Fett anschwitzen. Milch, 1/4 l Wasser und Brühe einrühren. Aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln. Käse reiben, in der Soße schmelzen. Abschmecken.

2.

Spinat putzen, waschen. Pilze putzen und evtl. waschen, halbieren oder vierteln. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken.

3.

Pilze in 1 Ei heißem Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel und Knoblauch in 1 Ei heißem Öl andünsten. Spinat darin zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

4.

Etwas Soße und 3-4 Nudelplatten in eine gefettete Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) geben. Spinat, Pilze und je 3-4 Nudelplatten jeweils im Wechsel mit etwas Soße einschichten. Mit Soße enden. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/Gas: Stufe 3) ca. 40 Minuten backen.

Getränketipp: kühler Roséwein
Zubereitungszeit: ca. 1¼ Stunden

Gemüse Lasagne Ei M

ca 150 Gramm Margarine

1 Zwiebel

5 Esslöffel glattes Mehl

ca 1 Liter Milch

2 Esslöffel Tomatenmark

Flüssigkeit von Schälto­maten

100 Gramm geriebener Käse

Suppenwürze, Muskatnuss, Basilikum, Oregano, Majoran, etwas weißer Pfeffer

bei Bedarf noch Salz

Knoblauch od. Knoblauchgranulat

evtl. 1 Ei

2 Dosen geschälte Tomaten (800 g)

Salz, Pfeffer, Zucker

300 g Tiefkühl­gemüse

18 Lasagneblätter

100 Gramm geriebener Käse

Butter für Form

Bechamelsoße herstellen:

Margarine zerlassen, 1 große kleinwürfelig geschnittene Zwiebel andünsten lassen, ca 5 gehäufte Esslöffel glattes Mehl dazugeben und mitrösten,

mit Milch (ca 1 l) und Flüssigkeit von den geschälten Tomaten aufgießen und fest mit dem Schneebesen rühren, mit Suppenwürze, 2 El Tomatenmark, Muskatnuss, Basilikum, Oregano, Majoran, ein wenig weißer Pfeffer, ev. noch Salz bzw. nach Geschmack Knoblauch (ich nehme immer Knoblauchgranulat) abschmecken und köcheln lassen, 100 g geriebenen Käse unterrühren und falls Soße nicht dickcremig sein sollte, kann man zur Bindung ein Ei unterrühren.

Tomatensoße:

2 Dosen geschälte Tomaten (800 g) hacken oder eine Flasche gehackte Tomaten von Buitoni erhitzen und etwas mit Salz, Pfeffer, ev. Zucker würzen. Flüssigkeit der Schältomaten vorher zur Bechamelsauce geben

1 Familienpackung Tiefkühlgemüse (je nach Geschmack). Ich verwende sehr gerne die mit Karfiol, Brokkoli, Karotten, Erbsen usw.

Eine Auflaufform ausbuttern, eine Schicht Bechamelsoße einfüllen, Lasagneblätter drauflegen, Tomatensoße verteilen, eine Schicht Tiefkühlgemüse (unaufgetaut) draufgeben, mit Bechamelsoße abdecken, etwas geriebenen Käse drüberstreuen und wieder Lasagneblätter usw wie vorhin wiederholen.

Letzte Schicht Lasagneblätter mit Bechamelsoße abdecken, mit geriebenen Käse bestreuen und im Backrohr ca. 30 Minuten bei 180 Grad (Heißluft) backen.

Dazu passt hervorragend grüner Salat od. gemischter Salat (Tomaten, Gurken, gr. Salat).

Gemüse Lasagne I M

Lasagne alle verdure

1 ct Lasagne; je ca. 250 g

- (250 g = 20 Stück)

Parmesan; gerieben

ZUCCHINIFÜLLUNG

400 g Zucchini

1 Bund Basilikum

1/4 TI ; Salz

; Pfeffer aus der Mühle

PILZFÜLLUNG

200 g Champignons

1 TI Zitronensaft

1 Bund Petersilie; gehackt

1/4 El ; Salz

; Pfeffer aus der Mühle

SAUCE

5 dl Halbrahm

200 g Greyerzer

1 Prise ; Salz

1 Prise Muskat

1 Prise Weißer Pfeffer

Lasagne al dente kochen, kalt abspülen, abtropfen lassen und auf einem Tuch ausbreiten.

Zucchini-Füllung:

Zucchini in sehr dünne Scheiben hobeln. Basilikum in feine Streifen schneiden. Alles vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Pilzfüllung:

Champignons in dünne Scheibchen hobeln. Zitronensaft über die Pilze träufeln. Petersilie, Salz und Pfeffer begeben und gut mischen.

Sauce:

Rahm in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren. Käse reiben und zusammen mit Salz, Muskat und weißem Pfeffer begeben. Sauce unter Rühren mit dem Schwingbesen nur köcheln, bis der Käse geschmolzen ist.

Zubereitung:

Je 1/3 der Sauce unter die Zucchini- und die Pilzfüllung mischen, Rest der Sauce beiseite stellen. Wie folgt in gefettete Gratinform schichten (bezogen auf 4 Servings):

- : 1. Schicht: 3 Esslöffel Sauce
- : 2. Schicht: erste Lasagne-Portion
- : 3. Schicht: 1/2 der Zucchini-Füllung
- : 4. Schicht: zweite Lasagne-Portion
- : 5. Schicht: die ganze Pilzfüllung
- : 6. Schicht: dritte Lasagne-Portion
- : 7. Schicht: restliche Zucchini-Füllung
- : 8. Schicht: vierte Lasagne-Portion
- : 9. Schicht: restliche Sauce
- : 10. Schicht: Parmesan, gerieben
- : 11. Schicht: Butterflocken

Backen: ca. 30 Minuten in der Mitte des auf 220 Grad Celsius vorgeheizten Ofens.

Zubereitungsdauer: 60 Minuten

Zutaten für 4 Personen

1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Zucchini
4 Erdäpfel, gekocht und kalt
1/2 Brokkoli (gekochte Röschen)
250 g Tomatenwürfel
1 El Oregano
Salz,
Pfeffer,
Öl
1 Pkg. fertige Lasagneblätter

250 g geriebener Mozzarella

für die Bechamel:

3 El Butter
6 El Mehl

ca. 1/4 l Milch

1 Tl Salz

Zubereitung

In einer großen Pfanne Öl erhitzen, Zwiebel anschwitzen, die Zucchiniwürfel dazugeben. Den Knoblauch dazugeben, umrühren und gleich das restliche Gemüse begeben. Würzen und zugedeckt 5 Minuten dünsten. Jetzt für die Bechamel Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Mehl dazugeben und zu einer goldgelben Einbrenne verrühren. Vom Feuer nehmen und die Milch (soviel das die Bechamel schön geschmeidig, aber nicht zu feucht wird) mit dem Schneebesen einrühren und salzen.

Eine feuerfeste Form mit Butter ausstreichen, abwechselnd das Gemüse-Sugo,

Bechamel und Teigblätter einschichten und zuoberst mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr bei 200°C eine 3/4 Stunde backen. Aus dem Rohr nehmen und vor dem Servieren noch ein paar Minuten stehen lassen.

Gemüse Lasagne III

Für die Tomatensauce:

1 El Öl

1 große Zwiebel, gehackt
1 rote Paprika, gewürfelt
2 mittelgroße Zucchini, gewürfelt
1 kleine Aubergine, gewürfelt
300 g Champignons, in Scheiben geschnitten
400 g Tomatenstücke aus der Dose
140 g Tomatenmark
250 ml Wasser
1 TI Salz
1 TI getrockneter Basilikum
1 TI getrockneter Oregano

Für die helle Sauce:

4 EI Mehl
750 ml Sojamilch
1/4 TI Salz
75 g Tofu, gerieben
8 Lasagneplatten

Außerdem:

75 g Tofu, gerieben

Öl erhitzen und Zwiebel und Paprika weich dünsten. Zucchini, Aubergine und Pilze zufügen und 5 min dünsten. Die restlichen Zutaten für die Tomatensauce einrühren. Temperatur reduzieren. Abgedeckt 30 min köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Für die helle Sauce das Mehl in einen Topf geben. Langsam die Sojamilch zugeben und glatt rühren. Bei mittlerer Hitze aufkochen. Unter rühren eindicken lassen. (Alternativ 7 min auf hoher Stufe in der Mikrowelle erhitzen.) Salz und Tofu einrühren.

Boden einer ofenfesten Form (20 x 33 cm) mit Lasagneplatten auslegen. Darauf zuerst die Hälfte der Tomatensauce, dann die Hälfte der hellen Sauce verteilen. Die zweite Schicht ebenso aufbauen. Mit heller Sauce abschließen. Mit Tofu bestreuen.

Im Backofen 40 min bei 180°C garen. Dazu einen frischen gemischten Salat servieren.

Gemüse Lasagne IV M

100 g Lasagneblätter
Gemüsebrühe

1 Knoblauchzehe
2 Tomaten
1 Ei Tomatenmark
1 Ei Vollkornmehl
1 Zwiebel
100 g Champignons
2 Zucchini
1 Tl Rapsöl
; Jodsalz
; Pfeffer
Kräuter, frisch gehackt z.B. Thymian, Oregano,
30 g Gouda, gerieben

1. Die Lasagneblätter in der Gemüsebrühe bissfest garen.
2. Die Knoblauchzehe fein hacken. Die Tomaten waschen vom Stielansatz befreien und pürieren. Mit dem Tomatenmark aufkochen und mit der Hälfte des Mehls binden.
3. Die Zwiebel würfeln, die Champignons blättrig schneiden, die Zucchini fein raspeln.
4. Die Zwiebeln in Öl glasig dünsten, dann die Champignons und die Zucchini raspeln dazugeben. Das Gemüse mit dem restlichen Mehl binden und mit den gehackten Kräutern sowie Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Gemüse und Tomatensauce abwechselnd mit den Nudelplatten in eine gefettete Auflaufform schichten. Den Käse darüber streuen und in der Backröhre bei 180 c ca. 15 Minuten backen. Anschließend anrichten und servieren.

Das Gericht enthält 356 Kilokalorien

Gemüse Lasagne mit Pecorino M

Das brauchen Sie für 4 Personen

1 Schalotte
45 g Butter
4 Ei Mehl

250 ml Milch

300 ml Gemüsebrühe
Salz,

Pfeffer
Muskatnuss
300 g grüne Bohnen
1 Aubergine
150 g Champignons
4 Tomaten
1 Zweig Rosmarin
30 g Olivenscheiben, schwarz
10 Lasagneblätter
50 g Pecorino Käse

So wird's gemacht

1. Schalotte abziehen, fein würfeln, in 20 g Butter glasig andünsten. Mehl darüber stäuben, kurz mitdünsten. Milch und Gemüsebrühe einrühren, unter Rühren aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

2. Bohnen putzen, waschen, in Stücke schneiden, ca. 3 Min. in Salzwasser blanchieren. Aubergine abbrausen, putzen, Champignons putzen, beides in Scheiben schneiden. Gemüse und Pilze nacheinander in restlicher Butter andünsten, salzen und pfeffern. Tomaten abbrausen, putzen, fein würfeln. Rosmarin abbrausen, hacken, in die Soße geben.

3. Gemüse, Oliven, Soße und Lasagneplatten abwechselnd in eine Lasagneform schichten. Mit einer Schicht Lasagneplatten und Soße abschließen. Käse darüber reiben und ca. 45 Min. im Ofen backen. Ca. 8 Min. ruhen lassen, servieren.

Pro Person ca. 600 kcal, E 24 g, F 20 g, KH 84 g
Zubereitung: ca. 45 Min.,

Backen: ca. 45 Min.

Frau im Trend Nr. 11/04

Grünkern Lasagne M

150 g Grünkern (geschrotet)
400 g Champignons
Lasagneplatten ohne Vorkochen
ca. 0,5 l Paradeissauce
1 Zwiebel

150 g geriebener Emmentaler

Oregano,
Salz,

Pfeffer

Den Grünkern in Gemüsebrühe weichkochen.
Die Champignons schälen und klein schneiden.
Die Zwiebel fein würfeln. Zwiebeln und Champignons mit Butter dünsten und anschließend mit dem Grünkern vermischen. Die Masse mit Oregano, Salz und Pfeffer nach belieben würzen.

Eine feuerfeste Auflaufform mit Butter einfetten. In die Form Teigplatten schichten. Auf die Teigplatten die Grünkernmasse geben. Darauf Paradeissauce gießen und verstreichen. Dieses noch zweimal wiederholen. Oben mit reichlich Paradeissauce abschließen.

Im Backofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 25 min überbacken.

Herausnehmen und den geriebenen Emmentaler draufstreuen.
Anschließend noch einmal 10 min überbacken.

Dazu schmeckt ein frischer Salat.

Käse Lasagne M

ca. 8 Lasagne - Teigplatten,
2 Schalotten, fein geschnitten,
½ Zitrone, ausgepresst,
1/8 L Gemüsebrühe,
1 El Mehlbutter,

¼ L Sahne,
4 Blätter Salbei, fein geschnitten,
1 El Schnittlauch, fein geschnitten,

300 g Emmentaler, in Scheiben,
Salz,
Pfeffer,
Muskat,
Butter,

Teigplatten in Salzwasser kurz vorkochen, abschütten und kalt abspülen.
Für die Sauce die fein geschnittenen Schalotten in einem Topf mit Butter dünsten. Zitronensaft und Brühe zugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Mit Mehlbutter abbinden, die Sahne aufgießen und die Kräuter untermischen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Eine kleine gebutterte Auflaufform mit einer Schicht Teigplatten auslegen, darauf eine Schicht Käse und darauf etwas Sauce geben. Schichtweise die

Form so auslegen. Mit der Sauce abschließen. Im Ofen bei 170°C (O/U) die Käse-Lasagne ca. 15 Minuten backen.
Mehlbutter (Mehl und weiche Butter zu gleichen Teilen gemischt)

Lasagne dello Chef

Menge: 4 Port.

2 Zucchini,
4 Tomaten,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
1 Bund Schnittlauch,

200 g Mozzarella-Käse,

50 g geriebenen Parmesankäse,

1/2 Liter Béchamelsauce,
1/2 Liter Sauce Bolognese,
200 g gebrauchsfertige oder 600 gekochte Lasagneplatten

Die Zucchini putzen, waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. Die Tomaten ebenfalls waschen, den Strunk herausschneiden und die Tomaten in Scheiben schneiden. Die Zucchini- und die Tomatenscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Schnittlauch bestreuen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Den Parmesan bereitstellen. Etwas Béchamelsauce und Sauce Bolognese auf den Boden einer Auflaufform geben und schichtweise Lasagneplatten, Zucchinischeiben, Tomatenscheiben, Mozzarella, Béchamelsauce und Sauce Bolognese einfüllen.

Mit dem Parmesan bestreuen, die restliche Béchamelsauce und Sauce Bolognese darauf verteilen und im auf 180-200° C vorgeheizten Backofen 10-15 Minuten backen. Die Lasagne dello Chef herausnehmen, anrichten, ausgarnieren und servieren.

Lasagne mit Gemüse M

Für 4 - 6 Personen

Für eine Form von ca. 2 Litern

Zutaten:

16 - 20 Stück weiße Lasagne - Blätter, ca. 220 g

Tomaten-Pilzsauce:

1 Esslöffel Olivenöl

300 g Champignons, in Scheiben
15 g getrocknete Steinpilze, eingeweicht,
abgetropft, gehackt
2 Zwiebeln, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, gepresst
1 Teelöffel Oregano
1 Dose gehackte Pelati (ca. 400 g)
3 Esslöffel Tomatenpüree
1 Teelöffel Salz
Pfeffer und wenig Cayennepfeffer

Zucchinisauce:

4 - 5 Esslöffel Mehl
1 Brief Safran

6 dl Milchdrink oder Magermilch

$\frac{3}{4}$ Teelöffel Salz
Pfeffer und Muskat

50 g geriebener Parmesan oder Sbrinz

ca. 250 g Zucchini

150 g Mozzarella, in Scheiben

Zubereitung:

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Champignons zugeben, unter Wenden 2 - 3 Minuten braten. Die Hitze reduzieren und die Steinpilze, Zwiebeln, Knoblauch und Oregano zugeben und mitdämpfen. Die Pelati und das Tomatenpüree beifügen, 5 - 10 Minuten zugedeckt köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und beiseite stellen.

Für die Zucchinisauce 4 dl Milch aufkochen. In einer separaten Schüssel das Mehl mit der restlichen Milch anrühren und in die kochende Milch einrühren. Safran zugeben und mit Salz, Pfeffer und Parmesan würzen. Die Zucchini an der Röstiraffel zur Sauce reiben.

Einfüllen: Lasagneblätter in 3 Portionen teilen, wie folgt in die Gratinform schichten:

1. Lasagne
2. $\frac{1}{3}$ Zucchinisauce
3. $\frac{1}{2}$ der Zucchinisauce
4. Mozzarella - Scheiben
5. Lasagne
6. $\frac{1}{3}$ Zucchinisauce
7. $\frac{1}{2}$ Tomaten - Pilzsauce
8. Lasagne
9. restliche Zucchinisauce

Gratinieren: ca. 30 Minuten in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofens.

Lasagne mit Kohlrabi und Blattspinat 2 Ei M

500 g Blattspinat
400 g Kohlrabi
1 Zwiebel
1 Ei Sojaöl

150 g Schlagsahne

200 ml Milch

2 Eier

; Jodsalz
Weißer Pfeffer
Muskatnuss; frisch gerieben
10 Grüne Lasagneplatten; ohne Vorkochen, a 15 g

100 g Leerdamer

Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Kohlrabi und Zwiebel würfeln.

Im Öl andünsten. Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen.

Sahne, Milch und Eier verquirlen. Gemüse abtropfen lassen und die Garflüssigkeit unter die Eiermilch rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Nudelplatten und Gemüse abwechseln in eine Lasagneform schichten. Mit Nudeln abschließen. Eiermilch darübergießen. Leerdamer reiben und darauf streuen: Bei 175 Grad (Umluft: 150 Grad/Gas: Stufe 2) ca. 45 Min backen.

Lasagne mit Porree und Linsen M

100 g Braune Linsen
1 Ei Olivenöl
450 g Porree; (Lauch) feingeschnitten
1 Karotte; gewürfelt
2 Zwiebeln; gewürfelt
250 g Champignons; kleingeschnitten.
2 Zehen Knoblauch; zerdrückt (oder mehr)
450 g Tomaten; abgezogen, gewürfelt
1 TI Oregano
1 TI Majoran
1 Ei Sojasauce
; Salz
; Pfeffer
400 g Lasagne; frische, Menge anpassen

1/4 l Bechamelsauce
50 g Parmesan; frisch gerieben

Linsen mit viel Wasser zum Kochen bringen und 25 Minuten köcheln lassen. Abgießen, Wasser aufbewahren.

Porree, Zwiebeln, Karotte und Knoblauch im Öl bei schwacher Hitze 5 Minuten dünsten.

Linsen, Tomaten, Gewürze u. Sojasauce hinzufügen und 15-20 Minuten köcheln lassen. Evtl. etwas Kochwasser hinzufügen. Salzen und pfeffern.

Nudeln, Linsenmasse und Bechamelsauce in einer gefetteten Auflaufform abwechselnd schichten, mit Bechamelsauce abschließen. Mit dem Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Ofen (180 Grad) 30 Minuten goldbraun backen.

Lasagne mit Ricotta Kansas 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

Für die Füllung:

250 g Ricotta,

75 g feingehackte Sonnenblumenkerne,

2-3 El geriebener Parmesan,

1-2 Eier,

1 Bund feingehacktes Basilikum (ersatzweise Petersilie),
etwas feingehackter Thymian und Oregano,
Pfeffer aus der Mühle

Außerdem:

250 g Mozzarella,

500 ml Tomatensauce (Tetrapack),

250 g vorgegarte grüne Lasagneblätter,

Sonnenblumenöl für die Form,

2 El Sonnenblumenkerne zum Bestreuen

Zubereitung

Alle Zutaten für die Füllung gut miteinander verrühren. Mit Pfeffer würzen und abschmecken. Den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Den Boden einer ausgefetteten feuerfesten Form mit Tomatensauce bedecken. In der Reihenfolge Lasagneblätter, Ricottamasse, Tomatensauce und Mozza-

rellascheiben abwechselnd in die Form füllen, bis alles aufgebraucht ist. Mit Mozzarellascheiben abschließen. Zuletzt mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Im auf 180°C vorgeheizten Backofen auf der Mittelschiene 25 Minuten überbacken. Vor dem Servieren ein paar Minuten stehen lassen, damit sich die einzelnen Schichten "setzen" können.

Dazu passt: Gemischter Blattsalat mit Kräutervinaigrette

Zubereitungszeit: 15 Min.

Garzeit: 25 Min.

Eine Portion enthält: 54,0 g E; 45 g F; 57 g KH; 755 kcal; 3150 kJ.

Lasagne mit Spinat I M

Für 4 - 6 Personen

Zutaten:

250 g grüne oder weiße Labsageblätter, vorgekocht

Spinat:

2 Pakete pürierter, tiefgekühlter Hackspinat, aufgetaut (je 400 g)

2 - 3 Knoblauchzehen, gepresst

Sellerie:

2 dl Gemüsebouillon, fettfrei

1 Messerspitze Cayennepfeffer

1 Sellerie

Sauce:

4 - 5 Esslöffel Mehl

Kochflüssigkeit vom Sellerie

Magermilch nach Bedarf Flüssigkeit mit Milch auf 7 dl ergänzen

$\frac{3}{4}$ - 1 Teelöffel Salz

Pfeffer aus der Mühle

1 Messerspitze Muskat

100 g geriebener Parmesan

Zubereitung:

Den Spinat mit dem Knoblauch mischen.

Gemüsebouillon mit Cayennepfeffer aufkochen. Den Sellerie in 1 cm dicke Scheiben schneiden, begeben und weichkochen. Die Flüssigkeit abgießen, beiseite stellen, Sellerie auskühlen.

Die Kochflüssigkeit vom Sellerie mit Milch auf 5 dl ergänzen und aufkochen. In einer separaten Schüssel 2 dl kalte Milch mit dem Mehl anrühren. Dieses in die kochende Milch einrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Pfanne vom Feuer nehmen und den Käse darunterühren.

Einfüllen: Lasagne - Blätter in 4 Portionen teilen. Alles wie folgt in eine ofenfeste, gefettete Form schichten:

1. Schicht: Lasagne 6. Schicht: Lasagne
2. Schicht: die Hälfte vom Spinat 7. Schicht: restlicher Spinat
3. Schicht: Lasagne 8. Schicht: Lasagne
4. Schicht: alle Selleriescheiben 9. Schicht: restliche Sauce
5. Schicht: ½ der Sauce

Gratinieren: Ca. 25 Minuten in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofens.

Lasagne mit Spinat II M

Zutaten für 5 Portionen

- 2 Zwiebeln
- 3 Zehe/n Knoblauch
- 4 Stängel Staudensellerie und 4 Möhren
- 2 El Petersilie, gehackt
- 400 g Tomaten, gehackt, aus der Dose
- 3 El Tomatenmark
- 1 handvoll Kräuter, italienisch Basilikum, Oregano usw.
- 1 kg Blattspinat es geht auch TK

2 Mozzarella

500 ml Bechamelsauce

100 g Parmesan, gerieben

- Lasagneplatten, gebrauchsfertig
- Butter und Olivenöl, zum Braten
- Gewürze Muskat, Salz, Pfeffer, Chilipulver
- Olivenöl

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Möhren schälen und grob raspeln, den Sellerie putzen und fein hacken. Das Olivenöl erhitzen. Die Hälfte von Zwiebeln und Knoblauch, die Möhren und den Sellerie sowie die Petersilie einrühren und 10 Minuten dünsten. Dann die Tomaten zufügen, das Tomatenmark dazugeben und mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und den italienischen Kräutern würzen. Sauce ca. 10 Minuten einkochen lassen.

Inzwischen den Spinat verlesen und gründlich waschen. Butter in einem großen Topf zerlassen, restliche Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Den tropfnassen Spinat zugeben ca. 8-10 Minuten dämpfen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, Flüssigkeit abgießen. Mozzarella in Scheiben schneiden. Eine Form mit Butter oder Olivenöl ausfetten und eine dünne Schicht Bechamelsauce einfüllen. Lasagneblätter darauf legen und mit Bechamelsauce bestreichen. Eine Lage Spinat, dann die Mozzarellascheiben und als letztes Tomatensauce einfüllen, mit Parmesan bestreuen. Die Lagen wiederholen. Mit Lasagneblätter abschließen und mit der restlichen Bechamel- und Tomatensauce bestreichen. Butter in Flöckchen darauf setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C 30-40 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
12.03.05 jelita

Lasagne mit Spinat Quark Füllung M

30 g Parmesan 32%,

125 g Lasagneblätter,

125 g Magerquark,

200 g Tomaten, Konserve,

200 g TK Blattspinat,

Basilikum,

½ TI Thymian,

1 Knoblauchzehe,

Pfeffer,

Salz,

Muskatnuss,

Spinat auftauen und grob zerkleinern. In 1 TI Öl kurz erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Tomaten mit Saft, gehackter Knoblauch und Thymian erhitzen, würzen und zugedeckt etwa 20 Min. köcheln lassen. Quark mit 20 g Parmesan mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hälfte des Spinats in eine Auflaufform geben und die Hälfte der Lasagneblätter drauf, dann Quarkcreme und noch mal Spinat, darauf Basilikumblätter und noch mal Nudeln. Zum Schluss die Tomatensoße und übrige Quarkcreme. Diese mit restlichen Parmesan bestreuen. 200 C° im Backofen ca. 20 min garen, dann Deckel ab und noch mal ca.15 min überbacken.

Mangold Lasagne 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen:

2 Köpfe Mangold
10 Tomate(n)
3 Schalotte(n)
3 Zehe/n Knoblauch
2 Ei Tomatenmark
100 g Butter für Bechamel
¾ Tasse/n Mehl für Bechamel
200 ml Sahne für Bechamel

150 g Parmesan, gerieben

200 g Mehl für den Teig
3 Ei(er) für den Teig
Oregano
Salz
Pfeffer
Muskat, gerieben, für Bechamel

Zubereitung:

Mangold putzen, Stiele abschneiden und getrennt verarbeiten: Mangold klein schneiden, zuerst die Stiele blanchieren, etwas später die Blätter. In Eiswasser Kochvorgang unterbrechen. Schalotten in Olivenöl goldgelb Farbe anschwitzen, fein gewürfelten Knoblauchzehen zugeben und gehäutete Tomaten zugeben. Nach Bedarf Tomatenmark zugeben. Mit Gewürzen (Oregano, Estragon, Thymian, sparsam Lavendel, eignen sich) sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Wichtig: Die Sauce sollte genügend Flüssigkeit enthalten, damit die Pasta garen kann. Bechamelsauce herstellen. Pasta mit oben benannten Zutaten herstellen, die käuflichen Schnellkochenden z.B. von Buitoni eignen sich ebenfalls. Man benötigt an die 10 Blätter Lasagne Pasta. In eine gebutterte Form in der Reihenfolge: Tomatensauce, Lasagneblätter, Mangold mit Bechamel, Lasagneblätter, Tomatensauce, Lasagneblätter aufschichten. Als oberste Schicht erneut Mangold, darauf etwas Tomatensauce und etwas Bechamel. Mit reichlich Parmesan bestreuen. Etwa 20-25 Min. im Ofen bei 150°-175°C überbacken. Die Lasagne ist in dieser Zeit gar, auch bei gekaufter Pasta, wenn genügend Flüssigkeit in der Tomatensauce ist. Wenn es schnell gehen muss: Statt der Tomaten kann auch eine große Dose "Pelati" herhalten, gekaufte Pasta spart Zeit. Bechamelsauce aber bitte selbst herstellen, zum einen wegen der Menge (ich habe bei meinem Rezept etwa einen Liter verbraucht!) zum anderen wegen des Geschmacks, die käufliche ist meist sehr Geschmacksintensiv, das ist unerwünscht, da sonst der feine Mangold-Geschmack überdeckt wird.

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Pfannkuchen Lasagne 2 Ei M

4 Personen

250 g Möhren
200 g Knollensellerie
1 mittl. Zwiebel
125 g Champignons
2 El Öl (z. B. Olivenöl)
1 Dose (850 ml) Tomaten

2 Eier (Gr. M),

1/4 l Milch

Salz, weißer Pfeffer
175 g Mehl
1 Bund Schnittlauch

250 g Quark (20 % Fett i. Tr.)

1-2 El Mineralwasser
1/2 Bund Petersilie
2 El (30 g) Butter/Margarine

150 g Mittelalter Gouda-Käse

Möhren und Sellerie schälen, waschen und fein würfeln. Zwiebel schälen, ebenfalls fein würfeln. Pilze putzen, waschen und in Scheiben schneiden.

2. Öl erhitzen. Möhren, Sellerie, Pilze und Zwiebel darin 3-5 Minuten dünsten. Tomaten mit der Flüssigkeit zufügen. Tomaten etwas zerkleinern. Alles ca. 20 Minuten dicklich einkochen lassen.

3. Eier, Milch und 1 Prise Salz verquirlen. Mehl unterrühren. Ca. 10 Minuten quellen lassen.

4. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Quark und Mineralwasser verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch unterheben. Gemüse abschmecken. Petersilie waschen, hacken und zum Schluss unter das Gemüse rühren.

5. Fett portionsweise in einer kleinen beschichteten Pfanne erhitzen. Aus dem Teig darin 5 Pfannkuchen backen.

6. Käse reiben. 1 Pfannkuchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 1/4 Soße und 1/5 Käse darauf geben. Pfannkuchen, Soße und Käse abwechselnd lasagneartig aufschichten. Mit einem Pfannkuchen und

Käse abschließen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3) ca. 20 Minuten überbacken. Quark-Dip dazureichen. Getränk: Mineralwasser.

Zubereitungszeit: 1 1/4 Stunden

Polenta Lasagne mit Paprikagemüse M

ZUTATEN

1/4 Liter Milch

1/4 Liter Wasser

Muskatnuss

Salz

etwas Balsamicoessig

2 Wacholderbeeren

150 g. Polenta,

100 g Reibkäse

2 El Olivenöl

1 Zwiebel

1 Zucchiniwürfel

2 Paprika

3 Zehen Knoblauch

Lorbeerblatt

Pfeffer

Salz

5 Tomaten oder 1 kleine Dose geschälte Tomaten

Wacholderbeeren

1/4 Liter Sauerrahm

eventuell Schnittlauchblüten

Zubereitung

Polenta:

Wasser, Milch, Muskat, Salz, Spritzer Essig, Wacholderbeere zum Kochen bringen und die Polenta einrühren. Auf ein gebuttertes Blech streichen, füllen und wieder mit Polenta bedecken. Mit geriebenen Käse bestreuen und im Rohr bei 170 Grad 25 Minuten backen.

Fülle:

Olivenöl erhitzen. Die fein geschnittenen Zwiebeln darin anglasieren. Zucchiniwürfel, Paprika und Knoblauch mitbraten. Mit Lorbeerblatt und

Pfeffer schärfen. Salzen und die geschälten, grob geschnittenen, Tomatenwürfel dazugeben. Die fein gehackten Wacholderbeeren dazugeben und das Ganze zirka 25 Minuten auf kleiner Flamme kochen lassen. Mit Sauerrahm und Schnittlauchblüten anrichten.

Tipp:

Die Polenta kann man gut vorbereiten. Zum Aufwärmen zirka 30 Minuten bei 170° Grad ins Rohr geben.

Porree Lasagne M

½ kg Porree
1 Packung Lasagne Blätter

1/4 l Milch

1 Pkg Kräuterschmelzkäse

50 g Butter
2 El. Mehl
1 El. Mandelblätter

Porree waschen, putzen und in Ringe schneiden und andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen Butter im Topf schmelzen, Mehl dazu geben und mit Milch ablöschen; aufkochen lassen und Schmelzkäse zugeben und einkochen lassen Auflaufform einfetten und mit Lasagneblätter auslegen, eine Schicht Porree und dann Sauce drübergeben; solange schichten bis alles aufgebraucht ist. Letzte Schicht Lasagneblätter Bei 180°C für 20 Min. in den Backofen, dann kurz rausholen mit Mandelblättern bestreuen und ein Paar Butterflöckchen auflegen; nochmal für 10 Min. in den Ofen.....

Porree und Linsen, Lasagne

100 g Braune Linsen
1 El Olivenöl
450 g Porree; (Lauch) feingeschnitten
1 Karotte; gewürfelt
2 Zwiebeln; gewürfelt
250 g Champignons; kleingeschnitten.
2 Zehen Knoblauch; zerdrückt- (oder mehr)
450 g Tomaten; abgezogen, - gewürfelt
1 TI Oregano
1 TI Majoran
1 El Sojasauce
; Salz

; Pfeffer
400 g Lasagne; frische, Menge anpassen
1/4 l Bechamelsauce
50 g Parmesan; frisch gerieben

Linsen mit viel Wasser zum Kochen bringen und 25 Minuten köcheln lassen. Abgießen, Wasser aufbewahren.

Porree, Zwiebeln, Karotte und Knoblauch im Öl bei schwacher Hitze 5 Minuten dünsten.

Linsen, Tomaten, Gewürze u. Sojasauce hinzufügen und 15-20 Minuten köcheln lassen. Evtl. etwas Kochwasser hinzufügen. Salzen und pfeffern.

Nudeln, Linsenmasse und Bechamelsauce in einer gefetteten Auflaufform abwechselnd schichten, mit Bechamelsauce abschließen. Mit dem Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Ofen (180 Grad) 30 Minuten goldbraun backen.

Quarklasagne mit Aprikosen 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

80 g Margarine

150 g Zucker

250 g Quark

100 g Schmand

1 Pck. Puddingpulver, Vanille

8 Lasagneplatte(n)

2 Ei trennen

1/8 Liter Aprikosensaft

1 Dose Aprikose(n), klein, 420 ml

Zubereitung

Eigelb mit Zucker und Margarine schaumig rühren. Quark, Schmand, Puddingpulver und Saft unterrühren. Eiweiß zu Schnee schlagen und unter die Quarkmasse ziehen. 1/3 der Quarkmasse in eine Auflaufform geben, Lasagneblätter darüber schichten, mit Aprikosen belegen. Weiteres 1/3 der Quarkmasse darüber verteilen, erneut mit Lasagneblätter belegen. Zum Schluss den restlichen Quark darüber verteilen. Backen bei Umluft 180°C ca. 30 Minuten.

Zubereitungszeit: ca. 12 Minuten
09.04.05 meiki23

Rahm Spinat Lasagne 3 Ei M

600 g Rahmspinat, tiefgekühlt
1 Knoblauchzehe
300 g Magerquark
125 g Sahne
300 g Gouda, mittelalt; o. Pikante

3 Eier

; Salz
; Pfeffer, frisch gemahlen
Muskatnuss
220 g Lasagneblätter, o. Vorkochen
30 g Butter / Margarine

Zubereitung in etwa 15 Minuten:

Den Spinat auftauen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Quark mit der Sahne, dem Knoblauch, etwa 100g geriebenen Käse und den Eiern verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat pikant abschmecken.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine rechteckige Form mit etwa 1 l Inhalt mit Butter / Margarine auspinseln.

Einige Löffel Spinat auf dem Boden der Form verteilen, mit Lasagneblätter bedecken. Diese mit der Quarkmasse bestreichen. Den Rest Spinat, Lasagneblätter und Quarksauce einschichten, bis alle Zutaten verbraucht sind. Mit einer Spinatschicht abschließen.

Den Spinat mit restlichem Käse bestreuen, mit Butter / Margarineflöckchen belegen. Im Backofen etwa 35 Minuten überbacken.

Sauerkraut Lasagne M

200 g Grüne Lasagne-Platten
500 g Frischkost-Sauerkraut
2 Rote Paprika; a 200 g
2 Schalotten
2 Ei Butter
2 Ei Tomatenmark
1/8 l Zitronensaft

1 ct Creme fraiche, Becher

1 ct Saure Sahne, Becher

; Salz, Pfeffer

1 Ei ; Zucker

Fett; für die Form

100 g Emmentaler; gerieben

Lasagne-Platten nach Herstellerangabe zubereiten. Sauerkraut zerpflücken, Paprikaschoten putzen und in Streifen schneiden. Schalotten schälen und würfeln.

Butter erhitzen und Schalotten glasig dünsten, Tomatenmark, Sauerkraut und Paprika zufügen und kurz mit andünsten. Mit Zitronensaft ablöschen und zugedeckt 5 Minuten garen. Dann Creme fraiche und Sahne zufügen und abschmecken.

Lasagne-Platten und Sauerkraut abwechselnd in eine gefettete Auflaufform einschichten. Als obere Schicht Sauerkraut. Mit Käse bestreuen und 30-40 Minuten bei 180 Grad backen.

Sommerlasagne 3 Eigelb M

Zutaten für 4-5 Personen:

1 kg Zucchini (blanchiert und in Scheiben geschnitten),

Salz,

schwarzer Pfeffer aus der Mühle,

1 Bund frisches Basilikum (fein gehackt),

250 g Ricottakäse,

250 g Lasagneblätter (von der Sorte, die nicht vorgekocht werden muß),

150 ml Panna oder süße Sahne,

50 g frisch geriebener Parmesan,

3 Dotter von frischen Eiern (Verwertung des Eiweiß s. Tiramisu)

Für die Tomatensauce:

2 Ei Olivenöl,

1 kleine gehackte Zwiebel,

2 TI Mehl,

1 kg Tomaten (gehäutet und in kleine Würfel geschnitten),

1 Bund Basilikum (gehackt),

Salz

Für die Bechamelsauce:

50 g Butter,
3 Ei Mehl,

300 ml Milch,

1 Prise Muskatnuss,
Salz und Pfeffer

Die Bechamelsauce:

Butter in einem Topf erhitzen, Mehl mit Schneebesen einrühren, unter Rühren ca. 2 Minuten anschwitzen, die Milch unter ständigem Rühren hinzugeben und erhitzen, bis die Sauce andickt, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken

Die Tomatensauce:

Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel hinzugeben und bei geringer Hitze etwa 8 Minuten glasig dünsten. Zwiebel mit Mehl bestäuben und weitere 3 Minuten leicht braun werden lassen. Die übrigen Saucenzutaten untermischen. Die Sauce erst zugedeckt, dann ohne Deckel weitere 20 Minuten köcheln lassen, bis sie sämig ist. Gelegentlich umrühren.

Etwas Tomatensauce auf den Boden einer feuerfesten Form verteilen und mit einer Schicht Zucchini belegen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit gehacktem Basilikum bestreuen. Etwas Ricotta darüber verteilen, nochmals Tomatensauce darüber träufeln und das Ganze mit Lasagnescheiben abdecken. Auf diese Weise die Lagen weiter aufschichten, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die letzte Lage bilden Lasagneblätter. Die Bechamelsauce erwärmen, Panna unterrühren. Den Parmesan zugeben und unter ständigem Rühren schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf vom Herd nehmen und mit dem Schneebesen die Eidotter unterschlagen. Die Lasagne mit der Sauce übergießen. Auf Seite stellen bis etwa 80 Minuten, bevor die Lasagne serviert werden soll: Den Ofen auf 190 ° Grad vorheizen. Die Lasagne in den Ofen stellen und goldbraun überbacken (ca. 75 Minuten).

Spargel Lasagne M

Lasagne agli asparagi
Zutaten: (für 4 Personen)

500 g Spargel
200 g Lasagne-Nudeln (bei frischen Nudeln 500 g)
großer "Spargel-Topf" mit Salzwasser und einem Stück Butter

200 g Käse zum Überbacken (z. B. Gouda und Parmesan)

Béchamelsauce:

50 g Butter (ca. 2 EI)
2 EI Mehl

1/2 l Milch

200 g Schlagsahne

frisch geriebene Muskatnuss
Pfeffer, Salz

Zubereitungszeit: 30 Minuten (plus 20 Minuten Garzeit)

Den Spargel schälen (nicht die Köpfe!) und eventuell die holzigen Enden abschneiden. In der Zwischenzeit sollte auf dem Herd ein Topf Salzwasser mit einem Stück Butter in einem großer Topf zum Kochen gebracht werden. Darin wird der Spargel dann etwa 10 - 15 Minuten gar gekocht.

Während der Spargel gart, wird die Béchamelsauce zubereitet. Dazu die Butter in einem Topf schmelzen und das Mehl unter ständigem Rühren einstreuen. Sobald eine klumpenfreie Masse hergestellt ist, vorsichtig (also Schuss für Schuss) die Milch und die Sahne unterrühren. Dabei Klumpchenbildung vermeiden

Sobald eine dickflüssige Sauce entstanden ist, üppig mit Muskat sowie Pfeffer und Salz abschmecken. Die Sauce sollte durchaus einen milden Eigengeschmack haben. Die Sauce dann vom Feuer nehmen und erkalten lassen.

Den Spargel aus dem Topf schöpfen. Den Ofen auf 175°C vorheizen. Den Käse grob reiben, am besten dazu einen willigen Küchensklaven heranziehen.

Eine flache Auflaufform ausfetten und mit einer Lage Nudeln auslegen. Darauf eine Schicht Spargel schichten, diese mit der Béchamelsauce bedecken und ein wenig geriebenem Käse darauf streuen. Dieses Schichten immer abwechselnd wiederholen, bis alle Zutaten verbraucht sind. Merke: Die Deckschicht bildet eine Lage Nudeln mit Sauce und Käse.

Die Auflaufform in den Ofen schieben und solange brutzeln lassen, bis die Oberfläche sich goldbraun verfärbt. Das dauert so etwa - nach Herd und Laune der "Oberschicht" zwischen 15 und 20 Minuten.

Spinat Feta Lasagne M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebeln
2 Zehe/n Knoblauch
2 EI Öl

750 g Spinat
Salz und Pfeffer
Muskat

2 Pck. Feta-Käse

9 Lasagneplatten), vorgegart

1 Becher Sauerrahm

1 Pck. Käse

Die Knoblauch und Zwiebel fein hacken und im Öl kurz anbraten. Den Spinat dazugeben und unter Rühren auftauen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Drei Lasagneblätter in eine Auflaufform legen. Die Hälfte vom Spinat darüber schichten. Dann ein Päckchen Schafskäse darüber bröseln; mit drei Lasagneblätter abdecken. Die zweite Hälfte Spinat darauf verteilen, das zweite Schafskäsepäckchen darauf bröseln und mit den letzten drei Lasagneblätter abdecken.

Den Sauerrahm darüber streichen und mit dem Käse bestreuen.

Im Backofen bei 200°C etwa 30-40 min backen, bis der Käse goldgelb ist.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
24.10.05 alina1st

Spinat Feta Lasagne I M

Zutaten für 2 Portionen

9 Lasagneplatte(n)

1 Zwiebel(n), gehackt

1 Dose/n Tomate(n)

Gemüsebrühe

350 g Spinat, TK, (junger Spinat), aufgetaut und abgetropft

Salz und Pfeffer

1 P. Feta-Käse

1 Becher saure Sahne

100 g Käse (Emmentaler)

Zucker

Cayennepfeffer

Basilikum

Oregano

Muskat

Zubereitung

Tomatensauce herstellen: Zwiebel in etwas Öl andünsten, Dosentomaten dazu, mit Gewürzen aufkochen, köcheln lassen, bis etwas eingedickt. Evtl. pürieren. Spinat würzen. In folgender Reihenfolge in die Auflaufform schichten: unten Tomatensauce, dann abwechselnd Lasagneblätter, Spinat, saure Sahne und Feta (2mal). Zum Schluss Lasagneblätter, Tomatensauce und Emmentaler. Im vorgeheizten E-Herd bei 200°C ca. 30 Minuten überbacken.

3.3.03 NocturnaX CK

Hallo!

Ich habe statt den Tomaten, da wir Tomatensauce zu Spinat nicht so gern mögen, Schmand (1 Becher) und Milch hinzugegeben und noch ein paar mehr Kräuter und Zwiebeln.

Außerdem habe ich frischen Spinat (ca. 500 g) genommen.

Hat sehr lecker geschmeckt!!

Wir sind zwei gute Esser, und es ist sogar noch etwas übrig geblieben ;-)

LG Jerry

Spinat Lasagne Auflauf M

(6 Personen)

Zutaten

500 g Lasagneblätter

Salz

1 kg Frischer Blattspinat

2 El Olivenöl

50 g Geriebener Parmesan-Käse

50 g Geriebener Pecorino-Käse

40 g Butter in Flöckchen

Für die Zwiebelsauce:

500 g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen bis doppelte Menge

3 El Olivenöl

1/4 Ltr. Rotwein

2 El Rosinen

1 El Zucker

1 Stück Unbehandelte Zitronenschale

Salz und Pfeffer

1 Lorbeerblatt

1 Zweig Rosmarin

Für die Bechamelsauce :

2 Ei Butter
1 geh. Ei Mehl
125 ml Trockener Weißwein

1/4 Ltr. Milch

Je 1 TL Pfeffer- und Pimentkörner
Salz

75 g Geriebener Parmesan

Zubereitung

1. Für die Zwiebelsauce die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und würfeln. Im erhitzten Öl andünsten und mit dem Rotwein ablöschen. Die Rosinen, den Zucker und die übrigen Gewürze zufügen. Zugedeckt eine knappe Stunde köcheln lassen, bis sich alles zu einer dicken Sauce verbunden hat.

2. Den Spinat putzen, waschen und in kochendem Salzwasser 3 Minuten blanchieren. In einem Sieb abtropfen lassen. Die Lasagneblätter in reichlich Salzwasser halb gar kochen. Abschrecken, damit sie nicht zusammen kleben.

3. Für die Bechamelsauce die Butter erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und alles glatt rühren. Die Milch angießen und die Gewürze sowie den Parmesan dazu geben. Zugedeckt ca. 30 Minuten köcheln lassen. Die Sauce dann durch ein feines Sieb gießen.

4. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine flache Auflaufform (ideal ist eine runde) gut mit Öl auspinseln. Ganz wenig von der Zwiebelsauce auf dem Boden verteilen. Darauf Lasagneblätter legen, darüber Spinat und wieder Zwiebelsauce verteilen. Das so lange wiederholen, bis die Zutaten verbraucht sind. Als oberstes eine Schicht Lasagneblätter legen.

5. Die Bechamelsauce darüber verteilen und das Ganze mit den beiden Sorten geriebenem Käse bedecken. Die Butterflockchen darauf setzen. Im Backofen ca. 30 Minuten backen, bis die Oberfläche bräunt.

Spinat Lasagne I M

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Ei Butter/Margarine
600 g Blattspinat (TK)
3 Fleischtomaten
1/4 l Wasser
1 Ei gekörnte Gemüsebrühe

250 g Schmand

250 g süße Sahne

80 g Parmesankäse, gerieben

12 Blätter Lasagne

25 g geschälte Kürbiskerne

Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und anbraten.

Spinat antauen lassen, klein schneiden und zugeben.

Das Ganze 5 Min. dünsten.

Mit Pfeffer, Salz und der gekörnten Brühe würzen.

1/4 l Wasser zugießen.

Tomaten häuten und in Würfel schneiden.

Die Sahne, den Schmand und den Parmesankäse unterrühren.

In eine gefetteten Auflaufform abwechselnd Lasagneblätter, Spinat, Tomaten und Sahnesauce schichten. Erste und letzte Schicht ist Sauce.

Mit Kürbiskernen bestreuen und zugedeckt bei 180 ° C 30 Min. backen.

Danach noch weiter 20 Min. ohne Deckel.

Spinat Lasagne II M

Zutaten:

600 gr. TK Blattspinat,

1/8 l Milch,

300 gr. Quark,

1/8 l Sahne,

120 g ger. Gouda,

Salz,

Pfeffer,

Muskatnuss,

1 TL Olivenöl,

3 EL Pinienkerne,

200 gr. Lasagne ohne Vorkochen

Zubereitung:

Den Spinat mit der Milch nach Packungsangaben zubereiten. Mit Muskatnuss und Salz abschmecken.

Den Quark mit der Sahne, 2/3 Käse, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Öl verrühren.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Eine Auflaufform einfetten. Zuerst eine Schicht Spinat hineingeben, dann eine Lage Lasagne. Darauf wieder eine Lage Spinat, darauf die Quarkcreme und dann wieder Lasagneblätter. Die letzte Schicht sollte Spinat mit

Quarkcreme sein. Darauf den restlichen Käse geben. Mit Pinienkernen bestreuen.

Den Auflauf im Ofen bei 175°-200° etwa 35 Min. backen.

Spinat Lasagne III M

(für 4 Personen):

450 g Rahmspinat (tiefgekühlt), wahlweise auch Blattspinat (tiefgekühlt),
250 g Lasagne-Platten,

250 g geriebener Edamer,

150 g Creme fraiche,

1 Knoblauchzehe,

25 g Parmesan,

Pfeffer,

Salz.

Den Spinat auftauen lassen. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Parmesan reiben. Spinat, Knoblauch, Parmesan und Creme fraiche verrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Wenn man Blattspinat verwendet, etwas kräftiger abschmecken.

Etwas Spinat-Füllung dünn auf den Boden einer Auflaufform geben und mit einer Schicht Lasagne-Platten abdecken. Diese Schichtung mehrmals wiederholen, so dass etwa vier bis fünf Lagen entstehen.

Zu oberst eine sehr dünne Schicht Spinatmasse geben. Darauf den geriebenen Edamer verteilen.

Die Lasagne für ca. 45 Min. bei 225 °C auf mittlerer Schiene im Backofen backen.

Spinat Lasagne IV 2 Ei M

250 ml Brühe

2 Eier

1 Knoblauchzehe

375 g Lasagnenudeln

250 ml Milch

4 El geriebener Parmesankäse

Sahne

Salz

3 El Pfeffer
2 Tl Salz
3 El Sesam
400 g Tiefkühl-Spinat
2 Zwiebeln
1 El Öl

Nudeln in kochendem Salzwasser garen. Zwiebeln schälen, feinwürfeln und in heißem Öl andünsten. Spinat, Brühe und zerdrückten Knoblauch zugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Zugedeckt 15 bis 20 min kochen.

Sahne und Sesam zugeben und abschmecken. Milch mit Eiern verquirlen. In eine feuerfeste, eingefettete Form schichtweise Spinatsauce, Nudeln und das Milch-Ei-Gemisch geben. Jede Schicht mit Parmesankäse bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad° 30 min backen.

Spinat Lasagne I X M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Spinat, TK
1 Zwiebeln
30 g Margarine
1 El Mehl

¼ l Milch

Salz und Pfeffer
6 Lasagneplatten

150 g Käse

Muskat

Spinat auftauen lassen, andünsten. Zwiebel würfeln und in Margarine in der Pfanne glasig dünsten, Mehl unter Rühren zugeben, mit Milch ablöschen, aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, Spinat unterheben. Auflaufform einfetten, den Spinat mit Lasagneblätter abwechselnd einschichten, geriebener Käse über den Auflauf streuen, 175°C 30min backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.03.05 larissa84

Spinat Lasagne mit Pinienkernen 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

4 Ei Butter
4 Ei Mehl
850 ml Milch
1 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
2 Ei Öl
50 g Pinienkerne
300 g Lasagneplatte(n)
750 g Spinat
3 Ei(er), hart gekochte, gehackt
750 g Tomate(n), gewürfelt
100 g Parmesan
etwas Fett, für die Form

Zubereitung

4 Ei Butter erhitzen, Mehl einrühren, mit Milch 10 Minuten köcheln lassen. Salzen, pfeffern. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken, im Öl andünsten. Spinat zugeben, dünsten. Form fetten, etwas Sauce darauf geben, mit Nudelblättern auslegen. Die Füllung aus Spinat, Tomaten, Pinienkernen, Eiern und Parmesan im Wechsel mit den Nudelblättern zufügen, mit Käse und Sauce schließen. Bei 200 Grad 35 Minuten backen.

7.3.04 Birte CK

Spinat Lasagne V M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Spinat, TK
1 Zwiebeln
30 g Margarine
1 Ei Mehl

¼ l Milch

Salz und Pfeffer
6 Lasagneplatten

150 g Käse

Muskat

Spinat auftauen lassen, andünsten. Zwiebel würfeln und in Margarine in der Pfanne glasig dünsten, Mehl unter Rühren zugeben, mit Milch ablöschen, aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, Spinat unterheben. Auflaufform einfetten, den Spinat mit Lasagneblätter ab-

wechselnd einschichten, geriebener Käse über den Auflauf streuen, 175°C
30min backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

30.03.05 larissa84

Spinat Lasagne VI 2 Ei M

Menge: 4 Portionen

375 g Lasagnenudeln

4 Liter Wasser

2 Ei Salz

400 g TK-Spinat

2 Zwiebeln

1 Ei Öl

1 Knoblauchzehe

1/4 Liter Brühe

3 Ei Sahne

Salz

Pfeffer

Muskat

3 Ei Sesam

1/4 Liter Milch

2 Eier

4 Ei Parmesan

Lasagnenudeln in kochendem Salzwasser garen und beiseite legen. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in heißem Öl andünsten. Spinat, Brühe und zerdrückten Knoblauch zugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Zugedeckt bei milder Hitze 15-20 Min. kochen. Sahne und Sesam zugeben, abschmecken. Milch mit Eier verquirlen. In eine feuerfeste, eingefettete Form schichtweise Spinat, Nudeln und Milch-Ei-Gemisch geben. Dazwischen Parmesankäse streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 175° 30 Minuten backen.

Spinat Lasagne VII M

Zutaten für 4 Portionen

Für die Füllung:

1 Zwiebeln

1 Zehe/n Knoblauch
2 Ei Butter
600 g Blattspinat, tiefgefroren
Salz
Pfeffer
Muskat
3 Fleischtomaten

Für die Sauce:

250 ml Brühe

250 ml Sahne, süß

250 ml Schmand

80 g Parmesan

12 Lasagneplatten

25 g Kürbiskerne

Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden und in Butter anbraten. Blattspinat auftauen lassen, kleinschneiden, 5 Min. dünsten und würzen. Tomaten häuten, Kerne entfernen und würfeln. Brühe erhitzen, Sahne, Schmand und Parmesan unterrühren. Lasagneblätter abwechselnd mit Spinat, Tomaten würfeln und Sahnesauce in eine Auflaufform schichten. Mit Sahnesauce beginnen und enden. Lasagne mit Kürbiskernen bestreuen und im Backofen bei 180°C zugedeckt 30 Min. backen. Deckel abnehmen und weitere 20 Min. offen backen.

Brennwert p. P.: 770

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

19.11.01 Sofi

Spinat Lasagne VIII M

Zutaten für 3 Portionen

10 Lasagneplatten

2 Pkt. Rahmspinat TK

Milch

1 Becher Crème fraîche

200 g Käse, gerieben

Zubereitung

Den Spinat kochen. In einer Auflaufform mit den Nudelplatten schichten, mit Spinat anfangen. Dann Crème fraiche darauf verteilen und mit Käse bestreuen. Bei ca. 180°C im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
07.01.06 inie

Kommentar von TexMexHex 13.01.2006 12:13
@Rick

vielleicht benutzt inie die Milch, um darin den Spinat zu kochen?

Ich würde wie folgt vorgehen:

den Spinat erwärmen (nicht kochen) oder frischen nehmen.

Diesen natürlich auch mit Knoblauch und Salz und Pfeffer würzen.

Dann würde ich in meiner Auflaufform für 2-3 Personen 15 Lasagneplatten brauchen - davon pro Schicht 3 Platten, also 5 Schichten. Anfangen natürlich mit Spinat, aufhören ebenfalls.

Darauf Creme Fraiche und dann den Käse.

Mit ein wenig Feta in der mittleren Schicht bekommt das Ganze eine sehr pikante Note.

Liebe Grüße, TexMexHex

Spinat Lasagne, würzig M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Blattspinat wenn TK, dann weniger

2 Zwiebeln

2 Zehe/n Knoblauch

3 El Öl

Salz und Pfeffer

Muskat

600 g Doppelrahmfrischkäse

Gemüsebrühe

100 g Parmesan, gerieben, oder mehr

Stiel/e Thymian, Salbei, Basilikum

1 El Tomatenmark

1 Dose Tomaten Pizzatomaten, 425 ml

250 g Lasagneplatten

Fett für die Form

Zubereitung

Spinat verlesen und gründlich waschen. Abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

1-2 El Öl in einem großen Topf erhitzen. Die Hälfte der Zwiebeln und Knoblauch darin unter Rühren kurz andünsten. Den Spinat zugeben und unter Wenden zusammenfallen lassen. Salzen, pfeffern und mit Muskat würzen. Dann vom Herd nehmen.

Den Frischkäse mit der Brühe glatt rühren. Die Masse zum Spinat geben und gut miteinander verrühren. Ebenso die Hälfte des Parmesans unterrühren. Evtl. noch mal abschmecken. Kräuter waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.

1 El Öl in einem weitem Topf erhitzen. Die restlichen Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Tomatenmark zugeben und kurz anschwitzen. Mit Tomaten ablöschen. Jetzt die Kräuter einrühren und kurz aufkochen. Nach Gusto abschmecken.

Auflaufform fetten. Etwas Spinatmasse darin verteilen und mit Lasagneplatten bedecken. So lange fortfahren, bis Spinatmasse und Platten verbraucht sind. Mit Lasagneplatten sollte abgeschlossen werden. Darauf nun die Tomatensoße verteilen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Nun im vor geheizten Backofen bei 200 Grad für ca. 45 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

09.11.05 Jill

Spinatlasagne M

Zutaten:

ca 2 Tomaten,
750 g Spinat tiefgekühlt,
1 Knoblauch Zehe,

200 g Frischkäse,
2 P. Maggi-Fix Bolognese,
Lasagneblätter oder gekocht Spätzle
250 g geriebener Käse nach Geschmack

Zubereitung:

Spinat mit Knoblauch und Frischkäse aufkochen. Maggi-Fix Bolognese nach Beschreibung aufkochen. Tomaten in der Auflaufform auslegen, abwechselnd Nudel, Bolognese und Spinat schichten.

Als letzte Lage Spinat darüber den geriebenen Käse und den Rest Bolognese zu letzt

bei 600 W. ca30 Min

Tomaten Kartoffel Lasagne M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kartoffeln
1 große Zwiebeln
2 El Öl Olivenöl
300 g Spinat, TK kein Cremespinat
20 g Butter
20 g Mehl
250 ml Tomatensaft
350 g Tomaten

100 g Mozzarella

Salz und Pfeffer
Muskat, abgerieben

Zubereitung

Kartoffeln ca. 20 Min. garen, kalt abschrecken, pellen und erkalten lassen. Die fein gewürfelten Zwiebeln im heißen Öl glasig dünsten, tiefgefrorenen Spinat zufügen, unter gelegentlichem Rühren auftauen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Butter schmelzen, Mehl zufügen und unter Rühren anschwitzen. Tomatensaft nach und nach angießen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden, Käse reiben. Kartoffeln in Scheiben schneiden, mit Spinat in eine Auflaufform schichten. Einzelne Lagen mit 2/3 des Käses bestreuen, mit Salz und Pfeffer würzen, jeweils etwas Soße angießen. Auflauf mit Tomatenscheiben bedecken. Restlichen Käse darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen 200 Grad/ 175 Grad Umluft 35-45 Minuten backen.

Dazu passt Salat.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
20.09.02 bibibloxxxberg

Tomaten Lasagne M

Zutaten für 6 Personen:

1 kg Fleischtomaten
40 g Butter

60 g Mehl

300 ml Milch

200 - 250 ml Sahne

200 ml trockener Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe)

200 g Parmesan

Salz,
Muskatnuss,
Pfeffer

300 - 400 g Mozzarella

Basilikum (frisch oder tiefgekühlt)

400 g Lasagneblätter (ohne Vorkochen)

Zubereitung in etwa 15 Minuten:

Tomaten waschen, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, häuten und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Butter zerlassen, Mehl darin leicht rösten, unter Rühren nacheinander Milch, Sahne und Wein dazugeben.

Sauce etwa 3 Minuten köcheln lassen, mit Parmesan, Salz, Muskat und Pfeffer würzen.

Mozzarella klein würfeln. Basilikum waschen und Blätter in feine Streifen schneiden.

Backofen auf 200° vorheizen. Eine Auflaufform einfetten. (Größe etwa 35 x 25 cm). Sauce in der Form verteilen, mit Tomatenscheiben, Mozzarella und Basilikum belegen. Darauf Lasagneblätter verteilen, dann wieder Sauce. So alles einschichten, mit Tomaten und Mozzarella abschließen.

Lasagne im Ofen (Mitte, Umluft 180°) etwa 40 Minuten backen.

Vegetarische Lasagne I M

1 lg Zwiebel; gehackt

1 Zehe Knoblauch; gepresst

4 Tomaten; frisch (gehäutet- und in Schnitze geschnitten), evtl. die - Hälfte mehr- oder

1 Dose Tomaten; kleingeschnitten

1 Stangen Lauch; in Scheiben, evtl. doppelte Menge

4 Möhren; (Karotten), in- dünnen Scheiben

1 pk Tiefkühlerbsen

WAHLWEISE

Brokkoli; Röschen

Blumenkohl; Röschen

Sellerie; in Stücken

AUSSERDEM

Öl; zum Anbraten

1 ct Schmant

200 g Gouda

100 g Parmesan

Lasagneblätter- ungekocht verwendbar

100 g Quark

Schnittlauch; gehackt

Petersilie; gehackt

Ein Rezept reicht für 4-6 Personen.

In einem großen Topf oder besser einer Pfanne mit hohem Rand die Zwiebeln und Knoblauch in etwas Öl hellbraun braten. Möhren, Sellerie und die harten Teile des Brokkoli oder Blumenkohl dazugeben und anbraten. Mit Tomatensaft ablöschen, den Lauch und die Erbsen hinzugeben. Mit Deckel ca. 10 Min. bei niedriger Hitze garen. Die Tomaten, den Schmant und die Kräuter einrühren, mit Salz, Pfeffer, Chili und Paprika abschmecken. Das Gemüse sollte schärfer gewürzt und in einer cremigen Soße sein, sonst wird die Lasagne zu fad oder zu trocken.

Eine feuerfeste Form mit hohem Rand einfetten (muss nicht sein). Abwechselnd Gemüse und Nudeln in Schichten hineinlegen, jede Schicht mit Käse bestreuen. Mit Gemüse beginnen und mit einer geschlossenen Nudelschicht enden. Damit die oberste Schicht beim Herausnehmen leichter zu zerteilen geht, die ungekochten Nudeln in kleinere Stücke brechen und dicht an dicht legen. Gouda und Parmesan darauf streuen und kleine Quarkhäubchen darauf setzen.

Im Ofen ca. 20 - 30 Min. bei 180o C backen, mittlere Schiene, bis die Kruste schön braun ist.

Dazu passt ein leichter Rose sehr gut.

Vegetarische Lasagne II M

Zutaten (für 3 Personen)

100 g Möhren

100 g Kohlrabi

100 g Lauch

250 g Blattspinat

200 g Lasagne-Platten

200 g Tomatenmark (dreifach konzentriert)
2 große Zwiebeln
1/2 Knoblauchzehe
je 1/2 TL Oregano, Basilikum, Salbei (gehackt)
1 dl Rotwein

250 ml Milch

50 g Butter
50 g Mehl

100 g Greyerzer Käse (gerieben)

Öl
Salz
Pfeffer
Muskat

Vorbereitung:

Bechamelsauce

Die Butter erhitzen Sie in einem Topf bis sie zu schäumen beginnt. In die heiße Butter rühren Sie das Mehl ein. Bevor die Einbrenne zu bräunen beginnt, gießen Sie die kalte Milch hinzu. Bei schwacher Hitze und unter ständigem Rühren lassen Sie das Ganze ca. 15 Minuten köcheln. Anschließend schmecken Sie die Bechamelsauce mit Salz, Pfeffer und Muskat ab.

Vegetarische Bolognese

Die Zwiebeln, die Möhren, die Kohlrabi, den Lauch und die halbe Knoblauchzehe schneiden Sie zu sehr feinen Würfeln und schwitzen Sie im heißen Öl an. Wenn das Gemüse zu bräunen beginnt, rühren Sie das Tomatenmark, den Oregano, das Basilikum und den Salbei unter. Hat das Tomatenmark seine rote Farbe verloren und ins Bräunliche gewechselt, löschen Sie die Bolognese mit Rotwein ab und schmecken mit Salz und Pfeffer ab.

Spinat

Den Blattspinat putzen Sie unter fließendem Wasser. Anschließend geben Sie die Spinatblätter kurz in kochendes Wasser. Es reicht aus, wenn der Spinat einmal kurz aufwallt. Den Spinat sofort herausnehmen und unter kaltem Wasser abschrecken. Ist der Spinat abgeschreckt, drücken Sie mit den Händen das überflüssige Wasser heraus.

Zubereitung:

Streichen Sie eine Auflaufform (oder auch eine Kastenform) dünn mit Butter aus. Den Boden der Form belegen Sie mit Lasagne-Platten. Darauf geben Sie eine Schicht (ca. 1 cm) von der vegetarischen Bolognese. Verstreichen Sie diese gleichmäßig auf den Lasagne-Platten. Eventuelle Lücken füllen Sie mit Bechamelsauce auf. Diese Schicht decken Sie wieder

mit Nudelplatten ab. Dabei müssen Sie aufpassen, dass keine Luftblasen entstehen. Als dritte Schicht belegen Sie die Lasagne-Platten mit Spinat. Auch hier füllen Sie die Lücken wieder mit Bechamelsauce auf. Den Schichtaufbau wiederholen Sie so lange, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Auf die oberste Schicht gießen Sie die restliche Bechamelsauce und bestreuen sie mit dem geriebenen Greyerzer. Die Lasagne überbacken Sie bei 180 Grad auf mittlerer Schiene für etwa 30 - 45 Minuten.

Zucchini Lasagne M

100 g Champignons,
250 g Tomaten,
250 g Zucchini,
1 kl. Zwiebel,
2 El Öl,
1 El Mehl,
½ Tl. gekörnte Brühe,
½ Tl. Oregano,
Salz,

100-200 g Sahne,
4-6 Lasagneplatten,

200 g Käse,

Zucchini grob raspeln, Tomaten häuten und würfeln, Pilze klein schneiden. Die Zwiebel würfeln und im Öl kurz anschwitzen. Das Mehl darüber stäuben und kurz Farbe nehmen lassen. Dann Zucchini, Pilze und Tomaten darunter mischen, mit den Gewürzen kräftig abschmecken und 4-5 Minuten köcheln lassen. Sahne unterrühren. Auflaufform leicht mit Öl ausstreichen. Untere Schicht etwas Soße, dann abwechselnd mit Lasagneplatten, Käse und Soße. Obere Schicht Soße mit reichlich Käse. bei 200 °C ca. 35 Minuten backen.

Makkaroni

Bohnen Gemüse Eintopf

4 Portionen

1 Bund Frühlingszwiebeln; gehackt
1. Zwiebel; gehackt

2 Knoblauchzehen; zerdrückt
2 El Olivenöl
1/2 l Helle Gemüsebrühe
100 g Getrocknete (Kidney-)Bohnen
über Nacht eingeweicht
75 g Zucchini; in Scheiben geschn.
75 g Prinzessbohnen; kleingeschn.
100 g Tomaten; abgezogen+ in Stücke geschnitten
1 El Tomatenmark
; Salz + Pfeffer
1 El Basilikum; feingehackt
3 El Petersilie; feingehackt
25 g Kurz Makkaroni a. Vollweizenmehl

Sie können diese Suppe mir den ersten sechs Zutaten (also einschließlich der Bohnenkerne) gut im Voraus zubereiten. Doch wenn erst einmal die frischen Gemüse, die Kräuter und die Makkaroni dazugegeben wurden, sollte sie nicht wieder aufgewärmt werden.

In einem großen Topf mit schwerem Boden die Zwiebel und den Knoblauch in dem Öl 3-4 Min. weich dünsten.

Die Gemüsebrühe und die gründlich abgetropften Bohnenkerne hinzufügen, zum Kochen bringen und 20 min. sprudelnd kochen lassen. Die Hitze reduzieren und zugedeckt 20 min. köcheln lassen. Nun die Zucchini, die grünen Bohnen und die Tomaten dazugeben, das Tomatenmark darunter rühren und weitere 20 min. köcheln lassen.

Kräftig salzen und pfeffern. Das Basilikum, 2 El von der Petersilie sowie die Makkaroni hinzufügen und nochmals 15 Min. bei schwacher Hitze kochen.

Mit der restlichen Petersilie bestreuen und sehr heiß servieren.

Gemüsemakkaroni M

Zutaten: 4 Personen
2 große Fleischtomaten oder 5 - 6 Tomaten
1 Stange Lauch
1 - 2 Karotten
1/2 Sellerieknolle oder
2 - 3 Stangen Staudensellerie
2 große Gemüsezwiebeln
Salz
Schwarzer Pfeffer
1/2 Tl getrockneter Majoran
Öl zum Anbraten
2 El Butter für die Nudeln

100 g geriebener Emmentalerkäse

500 g Makkaroni Nudeln

Zubereitung:

Tomaten kurz in kochend heißes Wasser einlegen, kalt abschrecken und die Haut abziehen, anschließend in kleine Würfel schneiden, zur Seite stellen.

Lauch putzen, in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen, in kleine Würfel schneiden.

Karotte und Sellerie schälen, mit dem Messer in Streifen schneiden.

Öl in einem Topf oder Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel hellgelb anbraten, das Gemüse zugeben und unter ständigem Rühren ein paar Minuten durchbraten. Salzen, pfeffern, Tomatenstückchen und Majoran zugeben und je nach Geschmack das Gemüse weich oder knackig in 5 - 10 Minuten bei geringer Hitze garen. Nach Geschmack mit Pfeffer abschmecken.

Makkaroni in reichlich Salzwasser nach Anleitung kochen. In einem Sieb abtropfen lassen. In eine vorgewärmte Schüssel umfüllen, mit Butterstückchen vermischen und entweder die fertige Gemüsemischung auf den Makkaroni in der Schüssel anrichten oder in individuellen Portionen auf den Tellern servieren.

Mit reichlich geriebenem Emmentaler bestreut und einem grünen Salat servieren.

Tipp:

Dieses Gericht kann man, je nach Jahreszeit, auch mit anderen Gemüsesorten variieren.

Tomaten sollten aber schon immer dabei sein

Griechischer Makkaroni Auflauf

4 Portionen

500 g Auberginen

Salz

1 Gemüsezwiebel

2 Knoblauchzehen

1 rote Peperoni

5 El Olivenöl

3 Dosen geschälte Tomaten a 240 g

1 TI Gekörnte Brühe

150 ml trockener Weißwein

400 g Makkaroni

3 El gehackte Petersilie

4 cl Ouzo

Pfeffer

ger. Muskatnuss

100 g fester Ziegenkäse
200 g Schafskäse

Auberginen waschen, putzen, in Scheiben teilen, salzen. Etwa 20 Minuten ziehen lassen. Zwiebeln, Knoblauch abziehen, fein würfeln. Peperoni längs aufschneiden, entkernen, waschen, in Streifen teilen. Auberginen abbrausen, trockentupfen, würfeln. Elektroofen auf 200 Grad vorheizen. Auberginen in einer Pfanne in 4 El Öl anbraten, herausheben. Übriges Öl zufügen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Tomaten, Peperoni, Brühe und Wein zu den Zwiebeln geben, 10 Minuten köcheln. Inzwischen die Nudeln 6 Minuten vorgaren, abgießen und abtropfen lassen. Auberginen, gehackte Petersilie und nach Belieben Ouzo zur Tomatensauce geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Ziegenkäse klein schneiden, mit der Sauce unter die Nudeln mischen. In eine gefettete Auflaufform füllen. Schafskäse würfeln und auf dem Auflauf verteilen. Im Ofen auf mittlerer Schiene bei 200 Grad in [etwa 25 Minuten](#) goldbraun backen.

[Käse Makkaroni mit Tomaten](#) M

Zutaten für 4 Personen
400 g Makkaroni,
Salz,

[500 ml Milch](#),
2 Pck. helle Soße

[125 g mittelalter Gouda](#)

Pfeffer
1 Prise gemahlene Muskatnuss,
6 Tomaten,
300 g Zucchini
Basilikum zum Garnieren

1. Makkaroni in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen. Abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Milch aufkochen. Das Soßenpulver unter Rühren einstreuen, ca. 1 Min. köcheln lassen. Den Käse entrinden, grob reiben und 2/3 davon in der Soße schmelzen. Mit Pfeffer, Muskat abschmecken.
3. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Tomaten sowie Zucchini abbrausen und putzen. Die Tomaten halbieren, die Zucchini in Stücke schneiden.
4. Makkaroni, Tomaten, Zucchini in eine gefettete Auflaufform schichten. Mit der Käsesoße begießen und mit restlichem Gouda bestreuen. 35 Min. überbacken. Mit Basilikum garniert servieren.

Zubereitung: ca. 25 Min.
Überbacken, ca. 35 Min.
Pro Pers. Ca. 500 kcal.
Fett 8 g, Eiweiß 19 g, KH 87 g

Lauchauflauf mit Nudeln 1 Ei

Zutaten (für 2 Portionen)

etwas Salz
200 g Makkaroni
300 g Lauch
schwarzer Pfeffer
200 g Tomaten
1 Peperoni
30 g schwarze Oliven
Gemüsebrühe
1 Ei Tomatenmark
1 TI frische Oreganoblättchen
(ersatzweise ½ TI getrockneter Oregano)

100 ml Milch 1,5 %

1 kleines Ei

100 g Feta

Zubereitung

Makkaroni in Salzwasser bissfest kochen. Lauch in 3 cm lange Stücke schneiden. Die Lauchstücke in der Gemüsebrühe bei mittlerer Hitze etwa 5 Min garen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Nudeln abschütten und in eine große Auflaufform geben. Den Lauch draufgeben. Die Tomaten in Scheiben schneiden und diagonal und überlappend auf den Lauch legen. Die Peperoni klein schneiden und über die Tomaten geben. Die Oliven zwischen die Tomaten legen. Die Gemüsebrühe mit dem Tomatenmark und dem Oregano verquirlen und auf den Auflauf träufeln. Den Auflauf im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 30 Minuten backen. Die Milch und das Ei verquirlen, pfeffern (evtl. etwas Muskat) und über den Auflauf gießen. Den Schafskäse zerbröckeln und darüber streuen. Den Auflauf noch etwa 10 Minuten backen.

Nährwerte pro Portion 620 kcal, 21g Fett, 30,48 Fett %

Bemerkung: Statt der Gemüsebrühe kann man auch als Sauce Tomatenpüree nehmen. Schmeckt auch ganz gut.

Makkaroni Auflauf 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
250 g Nudeln Makkaroni
1 große Zwiebeln
3 El Öl
350 g Spinat Rahmspinat
1 El Mehl
500 g Tomaten, geschält, aus der Dose
Salz und Pfeffer

3 Eier

125 ml Sahne

1 El Parmesan

Salz und Paprikapulver
1 El Semmelbrösel
50 g Butter
Fett für die Form

Zubereitung

Makkaroni durchbrechen, abkochen und abseien.
Die Zwiebel schälen, würfeln und im Öl anbraten. Den Spinat dazugeben und erhitzen. Danach das Mehl darüber streuen und verrühren. Die Dosentomaten abseien, in kleine Stücke schneiden und unter den Spinat geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Nun geben sie die Hälfte der Makkaroni in eine gefettete Auflaufform, darauf das gesamte Gemüse und obendrauf den Rest der Nudeln. Jetzt die Eier, Sahne, Parmesan, Salz und Paprika zusammenmischen und drüber geben. Die Semmelbrösel darüber verteilen und zum Abschluss Butterflocken darüber geben. Alles bei Ober-/Unterhitze oder Heißluft bei 225°C 35 Minuten in den Backofen offen backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
03.06.05 snoopy28

Makkaroni Auflauf M

Zutaten für 6 Portionen:
60 g Olivenöl
1 Zwiebel
800 g Tomaten
Salz, Pfeffer
500 g Makkaroni
Brösel

1 Kugel Mozzarella

Basilikum

100 g Mortadella

100 g Schafkäse

Zubereitung

Das Öl in einer Panne erhitzen und die gehackte Zwiebel darin Farbe annehmen lassen. Tomaten durch ein Sieb passieren, hinzufügen und alles 20 Minuten kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Inzwischen die Makkaroni bissfest kochen und einen Teil der Sauce darübergießen.

Den Boden einer feuerfesten Form mit Öl bepinseln, mit Paniermehl bestreuen und die Nudeln in Schichten abwechselnd mit dem Rest der Sauce sowie in Scheibchen geschnittene Mozzarella, Basilikum, Wurst und geriebenem Käse hineingeben. Auf die letzte Schicht zusammen mit dem Rest der Sauce und des Käses einen Hauch Paniermehl und bisschen Öl geben.

Den Auflauf in den vorgeheizten Ofen schieben und bei 200 Grad etwa 15 Minuten backen.

Makkaroni Gemüse Auflauf 1 Eigelb M

50 g Karotte,

50 g Kohlrabi

50 g Lauch

150 g Paprika (rot, gelb, grün)

100 g Champignons

300 g Makkaroni

50 g Butter,

10 g Mehl

500 ml Milch,

1 Eigelb

200 g Emmentaler Käse, ger.

Salz,

Pfeffer,

Muskat

Öl zum Anbraten

Butter zum Ausfetten

Karotte, Kohlrabi, Lauch, Paprika und Champignons putzen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Die Makkaroni in Salzwasser

ser kochen, so dass sie zu 2/3 gar sind, dann in kaltem Wasser abkühlen. In einem Topf die Butter erhitzen, das Mehl zugeben und leicht anrösten. Langsam die Milch dazugießen und zu einer glatten Sauce verrühren. Einmal aufkochen lassen, den Topf vom Herd ziehen, das Eigelb untermischen und mit ca. 50 g Käse, Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten. Den Boden mit den Makkaroni schneckenförmig belegen. Dann darauf abwechselnd Gemüse, Sauce und Nudeln schichten. Zum Schluss mit dem restlichen Käse bestreuen und im Ofen bei 180°C knusprig überbacken.

Makkaroni Gemüse Auflauf 4 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

300 g Nudeln Makkaroni

1 Zwiebeln

1 Ei Öl

300 g Blattspinat TK-Blattspinat o. 3-4 Würfel

200 g Tomaten oder 1 Dose Pizzatomaten

4 Eier

250 ml Milch

100 ml Wasser

100 g Schafskäse

50 g Käse Gouda

Fett für die Form

Salz

Pfeffer

Oregano

Nudel in reichlich kochendem Salzwasser 8-10 Min kochen. Abtropfen lassen. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Öl erhitzen und Zwiebeln darin andünsten. Tomaten putzen und in Spalten schneiden. Spinat, Tomaten und Wasser zugedeckt ca. 15 Min. auftauen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eier und Milch verquirlen, Schafskäse zerbröckeln und unter die Eiermilch rühren. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Eine Auflaufform fetten.

Makkaroni, Spinat und Tomaten hineingeben. Eiermilch darübergießen.

Im heißen Backofen Umluft: 175°C ca. 30 Minuten stocken lassen. Käse reiben und 10 Min. vor Ende der Garzeit über den Auflauf streuen.

Achtung!!! Bei Pizzatomaten: Können direkt zum Spinat gegeben werden, brauchen nicht mehr gestückelt zu werden.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

03.08.01 Jana-Antonia

Makkaroni Gemüse Auflauf M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebeln
250 g Champignons
1 Paprikaschoten, rot
1 Paprikaschoten, gelb
2 TI Öl
1 TI Oregano
200 g Erbsen
400 g Tomaten, stückige Konserve
Salz und Pfeffer, Pfeffer
480 g Nudeln, gegarte Makkaroni

8 EI Käse, geriebener 32%Fett

Zubereitung

Zwiebel hacken, Champignons vierteln und Paprikaschoten in Streifen schneiden. Zwiebel in erhitztem Öl andünsten, Champignons, Paprikastreifen und Oregano zufügen und unter Rühren kurz mitdünsten. Erbsen und Tomaten zufügen, salzen, pfeffern und ca. 5 Minuten schmoren. Gemüse und Makkaroni vermengen, in eine Auflaufform 24 x 28 cm füllen und mit Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Gas: Stufe 3 ca. 25 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
02.01.05 isis2179

Makkaroni Käse Auflauf M

Zutaten (für 4 Personen)

etwas Salz
300 g kurze Makkaroni
1 Zwiebel
5 EI Butter
3 EI Mehl

400 ml Milch

etwas schwarzer Pfeffer aus der Mühle

200 g grob geriebener Cheddar

4 Ei Semmelbrösel

Zubereitung

1. Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Die Nudeln hineingeben und nach der Packungsbeschreibung nur knapp bissfest garen.
2. Dann den Backofen auf 200 °C (Umluft 170 °C Gas Stufe 3) vorheizen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. 3 Ei Butter in einem Topf schmelzen lassen. Die Zwiebelwürfel hineingeben und glasig werden lassen. Das Mehl dazugeben und goldgelb anschwitzen, dann unter ständigem Rühren nach und nach die Milch dazugießen. Die Sauce mit Salz sowie Pfeffer würzen und etwa 5 Minuten köcheln lassen.
3. Die Nudeln vorsichtig in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Den Käse (bis auf 3 Ei) unter die Béchamelsauce rühren und ihn darin schmelzen lassen. Dann die Makkaroni unter die Käsesauce mengen.
4. Die Nudelmischung in eine breite Auflaufform umfüllen. Die Semmelbrösel mit dem restlichen Käse mischen und auf die Nudeln streuen, die restliche Butter in Flöckchen darauf setzen.
5. Den Auflauf im Ofen auf der mittleren Schiene in etwa 30 Minuten goldbraun backen.

Makkaroni Mangold Auflauf M

1 Rezept

- 500 g Kurze Makkaroni
- 1 kg Mangold (oder Blattspinat)
- 2 Zwiebeln
- 1-2 Knoblauchzehen
- 3 Essl. Öl
- 1 Ltr. Gemüsebrühe
- 2 Essl. Mehl
- 200 g Schafskäse
- Muskat,
- Pfeffer,
- Salz

1 Essl. Sahne

100 g Geriebenen Käse

Makkaroni 5 Minuten in reichlich Wasser kochen lassen, abschütten und kurz kalt abschrecken. Mangoldstiele, Zwiebeln und Knoblauch kleinschneiden und in Öl andünsten. Mehl darüber streuen, unter Rühren Gemüsebrühe dazugeben und aufkochen lassen. Abschmecken mit Sahne und Gewürzen. Mangoldblätter und Schafskäse kleinschneiden, mit Soße und Nudeln mischen und in eine gefettete Auflaufform geben.

Den Käse darüber streuen und bei 200°C **40-50 Minuten backen.**

Makkaroni mit Brunnenkressepesto M

3 Strauchtomaten
2 Zweige Basilikum
300 g Brunnenkresse
100 g Geröstete Pinienkerne
60 ml Traubenkernöl ca.
1/2 Zitrone, den Saft
250 g Makkaroni
1/2 Baguette
200 ml Gemüsebrühe

2 El Frisch geriebener Parmesan

Salz
Pfeffer
Zucker
Olivenöl

Die Tomaten in 5 mm dicke Scheiben schneiden, auf ein geöltes Backblech legen, mit gezupftem Basilikum bestreuen und mit Salz und einer Prise Zucker würzen.

Die Tomaten in den auf 80° C (Umluft) vorgeheizten Ofen geben und ca. 1-2 Stunden schmelzen lassen.

Gezupfte Brunnenkresse (ein paar Blätter beiseite stellen) in einen Mixbecher geben, dazu 2/3 der Pinienkerne, mit Traubenkernöl aufgießen, mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen und fein pürieren. Die Makkaroni in kochendem Salzwasser bissfest kochen. Baguette in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl beidseitig rösten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Gemüsebrühe aufkochen, die abgeschütteten Makkaroni, das Pesto sowie die restlichen Blätter Brunnenkresse dazugeben und kurz durchschwenken. Mit Parmesan und den restlichen Pinienkernen verfeinern und anrichten.

Die Brotscheiben mit den geschmolzenen Tomaten belegen und dazu reichen.

Makkaroni mit Champignonragout M

200 g Makkaroni; möglichst Vollkornmakkaroni
1 TI Öl; zum Kochen
Meersalz; zum Kochen
500 g Champignons, frisch oder Egerlinge oder Mischpilze
1 mittel Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Bund Petersilie
20 g Butter / Margarine
1 TI Weizenvollkornmehl, fein
50 g Sahne
125 ml Gemüsebrühe
1 El Creme fraiche; evtl. - doppelte Menge nehmen
;weißer Pfeffer f.a.d.M.
;Meersalz
4 Kirschtomaten

Die Makkaroni in Wasser mit Öl und Meersalz nach Packungsanweisung bissfest garen.

Die Pilze waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Die Petersilie waschen, in Küchentrepp ausdrücken, die dicken Stengel entfernen und die zarten Zweige fein wiegen.

In einem weiten Topf die Butter / Margarine erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel unter Rühren darin glasig dünsten. Die Petersilie und die Pilze hinzufügen und das Ganze unter gelegentlichem Rühren zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 7 Minuten schmoren.

Das Mehl darüber stäuben, die Pilzmischung wenden und das Ganze kurz andünsten, bis die Flüssigkeit fast völlig verdampft ist. Den Topf vom Herd nehmen und das Pilzragout mit Sahne ablöschen. Mit dem Schneebesen klumpenfrei verrühren, dabei die Brühe hinzugießen.

Das Pilzragout wieder erhitzen, unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze 5 Minuten durch köcheln lassen. Vom Herd nehmen, die Creme fraiche unterrühren und das Ganze mit Pfeffer und Meersalz abschmecken.

Die Makkaroni auf ein Sieb schütten, gut abtropfen lassen und auf zwei vorgewärmte Teller verteilen. Das Pilzragout darüber geben und jede Portion mit zwei halbierten Kirschtomaten anrichten.

Tipp: Besonders fein und würzig schmeckt das Champignonragout, wenn Sie 200 g zarten Kohlrabi (fein gewürfelt) und etwas in feine Streifen geschnittenes Kohlrabigrün mitdünsten.

Makkaroni mit Fenchel

Für 4 Personen

1 mittelgroßer Fenchel

400 g Makkaroni

60 g gemahlene Mandeln

60 g Margarine

1 Prise Pfeffer

½ TL Salz

250 ml Weißwein

Fenchel putzen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Makkaroni in reichlich Salzwasser al dente kochen.

Margarine erhitzen, Fenchel darin andünsten und die Mandeln zugeben. Nach einigen Minuten mit Weißwein (oder Gemüsebrühe) ablöschen und 10 min köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und pürieren. Sauce über den abgetropften Makkaroni anrichten.

Makkaroni mit Gemüse Bolognese

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

4 Lauchzwiebeln (a ca. 70 g)

2 kleine Zucchini (a ca. 150 g)

4 Möhren (a ca. 150 g)

4 Tomaten (a ca. 250 g)

1 Knoblauchzehe

4 EL Olivenöl

1 EL Tomatenmark

1 Msp. getrockneter Thymian

Salz,

Pfeffer

400 ml Gemüsebrühe (Instant)

200 ml Tomatensaft

200 g Hartweizen Makkaroni (ohne Ei)

4-6 Stiele Petersilie

Die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden, das restliche Gemüse fein würfeln, Den Knoblauch durch eine Presse drücken. Öl erhitzen. Die vorbereiteten Zutaten darin anschmoren. Das Tomatenmark unterrühren. Mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Brühe und Tomatensaft darüber gießen. Dann aufkochen und etwa 5-6 Minuten bei mittlerer Temperatur ziehen lassen, Makkaroni in siedendem Salzwasser etwa 8 Minuten bissfest garen. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen und, bis auf einige zum Garnieren, fein hacken, Die Soße nochmals mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Anschließend mit den Nudeln auf tiefen Tellern anrichten. Das Pasta-Gericht mit restlicher Petersilie bestreuen und servieren.

Zeitaufwand. ca. 30 Minuten

Nährwert: pro Portion ca. 2940kJ/700 kcal, E 21 g, F 26 g, KH 90 g

Vida Nr. 20/03

Makkaroni mit Gemüsesoße

Zutaten für 1 Person:

1 kleine Zucchini (150 g)
2 Lauchzwiebeln
1 große Tomate
1-2 Möhren (100 g)
1 kleine Knoblauchzehe
1 El Öl (z. B. Olivenöl)
1 El Tomatenmark
Salz,
schwarzer Pfeffer
1 Msp. getrockn. Thymian
100 ml Gemüsebrühe
100 ml Tomatensaft
75-100 g Makkaroni (ohne Ei)
2-3 Stiele Petersilie

Zubereitung:

1. Gemüse putzen bzw. schälen und waschen. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Übriges Gemüse fein würfeln. Knoblauch schälen, fein hacken.
2. Zucchini, Möhren, Lauchzwiebeln und Knoblauch im heißen Öl andünsten. Tomatenmark einrühren und anschwitzen. Alles mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Mit Brühe und Tomatensaft ablöschen, Tomate zugeben. Aufkochen und 5-6 Minuten köcheln.
3. Inzwischen Nudeln in kochendem Salzwasser 8-10 Minuten bissfest garen. Petersilie waschen und, bis auf etwas, hacken.
4. Gemüsesoße würzig abschmecken. Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Mit der Soße anrichten. Mit Petersilie bestreuen und garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

Makkaroni mit Käse 2 Ei + 2 Eigelb M

40 dag Makkaroni,

2 Dotter,

2 Eier,

Salz,
Pfeffer,

1/4 l Rahm,

20 dag geriebenen Käse.

Die in Salzwasser gekochten, abgeschreckten Makkaroni werden mit folgendem Abtrieb vermengt:

Die Dotter und die zwei ganzen Eier, Salz, Pfeffer und etwa die Hälfte des Käses sowie der Rahm werden gut durchmischt. Die gesamte Masse wird in eine gut gefettete Auflaufform gegeben, mit dem restlichen Käse bestreut und ca. 20 Minuten bei guter Hitze gebacken.

Makkaroni mit Käsesoße M

250 g Makkaroni,
3 TI Butter oder Margarine,
3 gestr. El Mehl,

2 Tas Milch,

1 grüne Paprika, feinst gehackt,
½ Zwiebel, feinst gehackt
1 El Senf,

225 g ger Käse,

Paprika,
Salz und Pfeffer,

Nudeln kochen und abgießen. In einem Topf die Butter schmelzen, Mehl dazugeben, gut durchrühren und etwas garen lassen, dann die Milch nach und nach dazugeben (eventuell nicht alles), alles sehr glatt rühren, bis eine nicht zu flüssige Soße entsteht. Eine gute Tasse des geriebenen Käses dazugeben und wieder gut durchrühren. Gemüsestückchen dazugeben und Soße mit Senf und Gewürzen abschmecken, vom Herd nehmen. Makkaroni in eine Auflaufform geben und die Soße darüber verteilen, mit restlichem Käse bestreuen. **Etwa 30 Min** bei 180°C überbacken.

Makkaroni mit Lauch und Spinat M

je 500 g Spinat und Lauch,
1 Zwiebel,
Butter,
Salz,
Pfeffer,
400 g Makkaroni,
je 2 El geriebener Schafs- und **Parmesankäse**

Lauch vorbereiten und in 1 cm breite Streifen schneiden. Spinat gesäubert in fingerbreite Streifen schneiden. Gehackte Zwiebeln anbraten. Lauch dazugeben und ca. 10 Min zugedeckt schmoren lassen. Spinat untermischen. Würzen. In ca. 15 Min gar ziehen lassen.

Nudeln kochen, abgießen, 1 Tasse Kochwasser auffangen. Nudeln, Gemüse, Käse und 2-3 El Kochwasser verrühren, bis das ganze Gericht grün gefärbt ist.

Kurz ziehen lassen

Makkaroni mit Pesto

3 Personen

450 g Buitoni Maccheroni
3 Teel. Pesto Genovese, Barilla, TI gehäuft ca. 90 g
1 Ltr. Wasser
Etwas Frischer Basilikum

Wasser erhitzen und die Makkaroni 8 min kochen. Pesto in eine Pfanne geben und mit 100 ml Nudelwasser vermischen, dann die Makkaroni hinzugeben und kurz erwärmen bis sich das Pesto vermischt hat. Einige Basilikumblätter in Streifen schneiden und als Dekoration verteilen.

Anmerkung:

Ich habe in das Nudelwasser kein Salz gegeben, weil mir das Pesto schon genug Würze hatte.

Gesamt:

:Fettkalorien: 25,81 %
:Fett: 59,00 g
:Kalorien: 2057,40 kcal
:berechnet mit Alles Low Fett 2

Makkaroni mit Tomaten Möhren Sugo

Zutaten für 1 Person:

150 g Zucchini
100 g Möhren
250 g Fleischtomaten
2 Lauchzwiebeln (70 g)
1 Knoblauchzehe
2 El Olivenöl
1 Tl Tomatenmark
200 ml Gemüsebrühe (Instant)
100 ml Tomatensaft
2 Stiele Thymian
Salz,
Pfeffer
100 g Makkaroni
2- 3 Stiele Petersilie

1. Zucchini, Möhren und Tomaten in kleine Würfel, Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden. Knoblauch durch eine Presse drücken. Öl erhitzen. Zucchini, Möhren, Lauchzwiebeln und Knoblauch darin anschmoren Tomatenmark unterrühren und mit Gemüsebrühe und Tomatensaft ablöschen.

2. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und fein hacken, in die Soße geben. Soße mit Salz und Pfeffer würzen, aufkochen und ca. 5 Minuten unter Rühren offen köcheln lassen.

3. Makkaroni in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten bissfest garen. Petersilie, bis auf etwas zum Garnieren, fein hacken. Nudeln auf ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen.

4. Soße nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Makkaroni auf einem tiefen Teller anrichten. Soße darüber geben. Mit restlicher Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit 30 Minuten

Portion ca. 660 kcal/2 770 kJ

Eiweiß 19 g

Fett 26 g

Kohlenhydrate 88g

Fit. 100 g Tomaten haben nur 17 Kalorien

Extra: Frisch geriebenen Parmesan Käse darüber geben

Tina Nr. 2/03

Makkaroni mit viererlei Käse M

400 g Makkaroni
Salz

je 60-70 g Mozzarella, Fontina, Parmesan, Provolone

(auch Gruyere, Bel Paese, Gorgonzola, Emmentaler, Gouda oder Raclettekäse eigenen sich)

75 g Butter

schwarzer Pfeffer a.d. Mühle

etwas frisch geriebene Muskatnuss

Die Makkaroni in reichlich kochendem Salzwasser geben, al dente garen. Mozzarella würfeln, die anderen Käsesorten reiben.

Die Butter in einem breiten Topf aufschäumen, die Nudeln abtropfen lassen, in den Topf geben, den Käse untermischen. Alles kurz braten, bis der Käse größtenteils geschmolzen ist. Mit Pfeffer und etwas Muskat bestreuen.

Makkaroni mit Zucchini und Oliven M

Hauptspeise für 4 Personen

Zutaten:

2 Zucchini

3 Fleischtomaten

200g mittelalter Edamer

300g Makkaroni

2 El Olivenöl

2 Knoblauchzehen

1-1,5 Teelöffel italienische Küchen-Kräuter

100g schwarze Oliven ohne Kern

Zubereitung:

Die Zucchini zerstückeln. Die Tomaten abschälen (zuerst die Haut kreuzweise einschneiden und dann die Tomaten ca. 30 Sekunden in kochendes Wasser tauchen und kalt abschrecken) und das Fruchtfleisch zerstückeln. Den Käse in kleine Stücke schneiden.

Danach die Nudeln laut Anweisung auf der Verpackung kochen.

Während die Nudeln kochen, erhitzen Sie den Wok, braten kurz unter Rühren den ausgepressten Knoblauch an und geben dann die Zucchini, die Tomaten und die Kräuter hinein und braten das Ganze unter Rühren ungefähr 2 Minuten lang. Geben Sie die Oliven dazu und lassen Sie dann alles zusammen noch ca. 4 Minuten brutzeln. Kurz vor Ende geben Sie dann noch den Käse hinzu.

Die Nudeln abgießen und durch die Soße rühren.

Schmeckt sehr gut mit grünem Salat.

(Vorbereitung: ca. 5 Minuten /
Zubereitung: ca. 15 Minuten)

Makkaroni Spinat Gratin M

300 g Makkaroni
ca. 300 gefrorenen Blattspinat
1 TI Öl,
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Salz,
Pfeffer,
Muskat
Heller Soßenbinder

ca. 150 ml Milch fettarm

1,5 % Weißwein

100 g geriebenen Käse

Nudeln in Salzwasser al dente garen, über einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. In einer Pfanne im Öl die Zwiebeln und den Knoblauch gehackt andämpfen dann den gefrorenen Spinat dazu und etwas anschwitzen. Dann mit dem Weißwein ablöschen etwas köcheln lassen bis der Spinat aufgetaut ist, je nach Konsistenz die Milch dazugeben, es muß eine schön sämige Soße geben, evtl. mit dem Soßenbinder andicken, abschmecken und mit den Nudeln und der Hälfte des Käses mischen und in eine leicht gefettete Auflaufform geben. Den restlichen Käse darübergerben und bei 220°C ca. 30 Min- überbacken.

Makkaroni Spinat Gratin I M

Zutaten für 4 Portionen
500 g Nudeln Makkaroni
400 g Blattspinat, gefroren

200 g Käse Emmentaler, gerieben

200 ml Wein, weiß

2 Ei Saucenbinder, hell

250 ml Milch, 1,5%

2 Zwiebeln

2 Zehe/n Knoblauch
1 TI Öl

Zubereitung

Nudeln al dente garen in Salzwasser und über einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. In der Zwischenzeit in einer Pfanne in dem Öl die Zwiebeln und den Knoblauch jeweils gehackt andämpfen, den gefrorenen Spinat dazugeben und auch etwas andämpfen mit dem Weißwein und der Milch ablöschen. Köcheln lassen bis eine schöne sämige Soße entstanden ist, evtl. mit dem Soßenbinder andicken. Würzen mit Salz, Pfeffer, Muskat. Nudeln mit dem Spinat und der Hälfte des Käses mischen und in eine leicht gefettete Auflaufform geben, den restlichen Käse darübergerben. Bei 220 Grad ca. 30 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten
21.02.02 RiBi1972

Makkaroni Spinat Gratin II M

300 g Makkaroni
ca. 300 gefrorenen Blattspinat
1 TI Öl,
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Salz,
Pfeffer,
Muskat
Heller Soßenbinder

ca. 150 ml Milch fettarm

Weißwein

100 g geriebenen Käse

Nudeln in Salzwasser al dente garen, über einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. In einer Pfanne im Öl die Zwiebeln und den Knoblauch gehackt andämpfen dann den gefrorenen Spinat dazu und etwas anschwitzen. Dann mit dem Weißwein ablöschen etwas köcheln lassen bis der Spinat aufgetaut ist, je nach Konsistenz die Milch dazugeben, es muss eine schön sämige Soße geben, evtl. mit dem Soßenbinder andicken, abschmecken und mit den Nudeln und der Hälfte des Käses mischen und in eine leicht gefettete Auflaufform geben. Den restlichen Käse darübergerben und bei 220°C ca. 30 Min- überbacken.

Makkaroni Tymbal 4 Ei M

als Vorspeise

125 g Makkaroni

Salz

1 Ei Butter

4 Eier

Pfeffer

etwas Rosmarin

250 g frische oder Dosentomaten

1 TI Mehl

2 Ei Sahne

1 Ei Zitronensaft

grüner Pfeffer aus dem Glas

Makkaroni nicht zu weich kochen. Tassen oder Tymbalförmchen am Boden und am Rand mit gut abgetropften Makkaronistangen auslegen.

Eier mit Salz, Pfeffer und Rosmarin verquirlen. In die Mitte füllen. Im Wasserbad ca 1/4 Stunden kochen. Das Ei sollte nun fest geworden sein. Inzwischen die Tomaten pürieren. Aufkochen mit dem mit der Sahne angerührtem Mehl binden. Mit Zitronensaft, Salz und Pfefferkörnern pikant würzen und über die gestürzten Tymbals gießen.

Nudelauflauf, italienisch M

2 Portionen

-Zutaten-

100 g Makkaroni, kurze

2 Tomaten

1 Paprikaschote, gelb

1 Paprikaschote, rot

50 g Ricotta, gerieben

50 g Gouda, gerieben

120 g Feta

2 sm Lauchstangen

1 sm Zucchini

1/2 TI Estragon

1/2 TI Basilikum

1/2 TI Thymian

1 c ;Gemüsebrühe (Instant)

Lauch in feine Ringe schneiden und 5 Minuten dünsten. Die in feine Streifen geschnittenen Paprikaschoten und die in Scheiben geschnittenen Zucchini zugeben und weitere 5 Minuten dünsten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und Kräuter dazugeben.

Die Hälfte der gekochten Makkaroni in die gefettete Auflaufform geben. Etwas mehr als die Hälfte des gedünsteten Gemüses darüber verteilen und Feta Käsewürfel dazwischenstreuen. Mit den geschälten, in Scheiben geschnittenen Tomaten belegen. Mit den übrigen Nudeln abdecken. Restliches Gemüse darauf verteilen und mit dem Käse bestreuen. Im Ofen bei 200°C etwa 15 Minuten überbacken.

Guten Appetit

Rahm Spinat Auflauf 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Nudeln (Makkaroni)

2 Ei(er), verquirlte

100 g Champignons, geviertelte

1 Pck. Spinat (Rahmspinat, 450 g)

100 g Käse, geriebener

Zubereitung

Die Makkaroni kochen, nicht abschrecken, sofort in 2 verquirlten Eiern wenden. Rahm-Spinat etwas einkochen lassen. Die Champignons 15 Minuten in Margarine dünsten. In gefettete Auflaufform Makkaroni, Rahm-Spinat, Champignons und restliche Makkaroni füllen. Mit geriebenem Käse bestreuen und in 20 Minuten bei 180 Grad überbacken.

4.7.04 Molly43 CK

Hallo Molly,

ich habe dein Rezept heute nachgekocht - es ist sehr lecker.

Habe auch zusätzlich eine angedünstete Zwiebel und etwas Knobi zugegeben!

Zum überbacken habe ich mittelalten Gouda genommen! mmmmh

13.10.2004 13:22 bini64

Hallo

mir hat's auch geschmeckt - ich hab noch n bisschen gerösteten Speck dazu - lecker

LG Ridan

Das Ganze hab ich mit Knobi und Speckwürfelchen aufgepeppt, wie "daydream09" alles miteinander vermischt (incl. dem Käse) und dann im Backofen überbacken.....lecker!!!!

LG Katharina

Safranmakkaroni M

400g Makkaroni in reichlich Salzwasser "bissig" (al dente) kochen.
1 Msp. frisch gemörste Safranfäden in
3 El heißes Wasser geben.

150 g Ricotta,

60g frisch geriebenen Parmesan,

2 El Schlagrahm,

eine Prise Salz

etwas Olivenöl

und das Safranwasser zu einer sämigen Paste verrühren. Über die Nudeln geben fertig!

Scharfe Makkaroni mit Zucchini

400 g Makkaroni

2 kl rote frische Chilischoten

2 Knoblauchzehen

2 Dosen Pizzatomaten)

400 g Zucchini

1 El Olivenöl

2 El Weißwein oder Gemüsebrühe

2 El Tomatenketchup

Makkaroni in Stücke brechen und in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Nudeln abgießen und ca 2 - 3 El Nudelwasser zurückbehalten und mit den Nudeln im Topf vermischen. Die Chilischoten längs aufschneiden, entker-

nen und fein hacken (Vorsicht, sehr scharf, nicht mit den Händen ins Gesicht fassen). Leute, die es nicht so scharf mögen, können auch rote Paprika und etwas Chilipulver verwenden. Die Knoblauchzehen abziehen. Die Tomaten in feine Würfel schneiden. Die Zucchini in 5 cm lange und dünne Stifte schneiden. Zucchini in einer beschichteten Pfanne im Olivenöl ganz kurz anbraten, etwas salzen und herausnehmen. Gehackte Tomaten, Chili und zerdrückte Knoblauchzehen in die Pfanne geben und unter Rühren etwa 3 Minuten braten. Wein oder Gemüsebrühe zugeben und die Flüssigkeit etwas einkochen lassen. Den Ketchup unterrühren. Die Tomatensoße mit Nudeln und Zucchini vermischen und eventuell mit Salz abschmecken. Wer will, kann auch noch mit italienischen Kräutern würzen.

Sommerliche Tomatensauce zu Makkaroni

für 4 Personen:

1,5 kg frische, reife Tomaten

(oder 1 große Dose Tomaten oder 2 Pakete gestückelte Tomaten a 500)

2 Zwiebeln

4 - 5 Knoblauchzehen



3 - 4 Chilischoten

3 El Olivenöl

1 gehäufte Tl Fenchelsamen

Saft von 1 Zitrone

Salz und Pfeffer

einige Minzeblättchen

Die Tomaten überbrühen und häuten, den Stielansatz heraus schneiden, entkernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Wenn Sie Dosentomaten verwenden, diese ebenfalls würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischoten längs aufschneiden, entkernen und in Ringe schneiden. Das Öl in einem Topf oder einer Kasserolle erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin kurz andünsten. Die Chilischoten und den Fenchelsamen hinzufügen, ebenfalls etwas dünsten. Die Tomatenwürfel einrühren und etwa 10 Minuten einkochen lassen. Mit Zitronensaft säuern, salzen und pfeffern. Zum Schluss die in feine Streifen geschnittene Minze untermischen.

Tipp: Statt des Fenchelsamens Anis nehmen oder mit einem Schuss Anislikör abschmecken.

Getränke-Tipp: ein leichter Rosé oder Apfelwein

Foto

Sommerlicher Makkaronisalat

Zutaten für 4 Personen:

300 g kurze Makkaroni
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
200 - 300 g Cocktailtomaten
1 kleine Zwiebel
1 Ei Olivenöl
1 Glas Olivenpaste
Salz und schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Dann mit 1 Ei Öl vermischen.
2. Inzwischen die Paprikaschoten waschen, putzen, von den Kernen befreien und in 2 cm lange, dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren.
3. Die Nudeln mit den kleingeschnittenen Zutaten vermischen. Maximal die Hälfte der Olivenpaste unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben noch 1 - 2 Ei Sahne oder Olivenöl untermischen. Den Salat am besten über Nacht durchziehen lassen

Türkischer Nudelaufbau 3 Ei M

300 g Makkaroni
50 g Butter
3 Ei Mehl

500 ml Milch

3 Ei

1 Msp. frisch gem. weißer Pfeffer
50 g geh. Walnusskerne
50 g frisch ger. türkischer Schafkäse,
ersatzweise Pecorino

Makkaroni bissfest garen. Die Butter zerlassen. Das Mehl einrühren und hellgelb anbraten. Nach und nach unter ständigem Rühren mit der Milch aufgießen. Die Sauce etwa 10 min köcheln lassen, dann vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Den Backofen auf 200°C schalten. Die Ei mit dem Pfeffer verquirlen und unter die Sauce rühren. Eine gebutterte Auflaufform mit Sauce ausgießen, die Nudeln darauf verteilen, mit den Nüssen bestreuen. Restliche Sauce darübergießen. Den Käse darüberstreuen. Goldgelb überbacken.

Überbackene Makkaroni M

Zutaten:

350 g Bergkäse

Salz

350 g Makkaroni

2 große Zwiebeln

3 El Butterschmalz

350 g Sahne

200 ml Milch

schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Käse reiben, reichlich Salzwasser aufkochen lassen, Nudeln darin bissfest kochen, abgießen und abtropfen lassen.

Backofen auf 220° vorheizen.

Zwiebeln halbieren, in feine Scheiben schneiden und bei mittlerer Hitze im Butterschmalz

goldgelb braten.

Sahne und Milch verrühren, in einem Topf aufkochen lassen,

150 g Käse einrühren, bei schwacher Hitze umrühren, bis der Käse geschmolzen ist.

Die heißen Nudeln mit 100 g Käse mischen, mit Salz und Pfeffer würzen, in die gebutterte Form geben, mit der Käsesauce begießen und mit dem restlichen Käse betreuen.

Die gebratenen Zwiebeln darüber verteilen und im Ofen (Mitte) 6 - 8 Min überbacken, bis der Käse schmilzt.

Eventuell kann man auch noch gekochte Kartoffeln unter die Makkaroni mischen!

Überbackener Makkaronitopf M

Menge: 4 Port.

500 g kurze Makkaroni
Salz
1 Essl. Olivenöl
60 g Bratenfett
500 g dünne Kartoffelscheiben (ohne Schale)
500 g gehackte Zwiebeln

250 g klein geschnittener Mozzarella

Salz
Pfeffer aus der Mühle
getoastetes Schwarzbrot mit Butter als Beilage

Die Makkaroni in leicht gesalzenem kochendes Wasser zusammen mit Olivenöl 12 Minuten al dente garen, abgießen, gut abtropfen lassen und beiseite stellen. Das Bratenfett in einer großen Kasserolle schmelzen, dann von der Kochstelle nehmen.

Abwechselnd Kartoffelscheiben, Zwiebeln, Makkaroni und Mozzarella hineinschichten, jede Schicht mit Salz und Pfeffer würzen und mit einer Lage Mozzarella abschließen. Über den Käse Creme fraiche gießen. Den Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 25 Minuten backen. Danach für kurze Zeit den Grill einschalten, damit die Kruste schön braun wird.

Den Auflauf direkt aus dem Topf servieren, dazu reicht man am besten getoastetes Schwarzbrot mit Butter. Dazu passt aber auch sehr gut etwas Gemüse oder knackiger Salat.

Zucchini gratin mit Bergkäse und Makkaroni 3 Ei M

500 g Zucchini
1 Schalotte, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 Zweig Thymian

200 g Bergkäse, in dünnen Scheiben

1 kl Pkg. Makkaroni

3 Eier

1/4 l Milch

Butter,
Salz,
Pfeffer,

Muskat

Die Makkaroni in reichlich Salzwasser al dente kochen. Auflaufform ausbuttern. Schalotten und Knoblauch in etwas Butter glasig dünsten und in der Auflaufform verteilen. Makkaroni in die Auflaufform legen, so dass sie kreisförmig den Boden bedecken. Die Zucchini in feine Scheiben schneiden und auf die Makkaroni fächern. Eier mit Milch vermischen, mit Pfeffer, Muskat und Salz würzen, den Thymian hineinzupfen und die Melange über die Zucchini gießen. Im Ofen zwanzig Minuten bei 200°C backen. Sollte die Oberfläche zu stark bräunen, zwischenzeitlich mit Alufolie abdecken. Die letzten fünf Minuten den Grill einschalten, den Auflauf mit Käse belegen und gratinieren. Ist der Käse zerflossen und beginnt zu bräunen, ist das Gericht fertig.

Muschel

Muschelnudeln mit getrüffeltem 4 Eigelb M

Karbonara und grünem Spargel

250 g Muschelnudeln (ital. Lumanche)
200 g grüner Spargel

3- 4 Eigelb

300 ml Sahne

1 El getrocknete Tomaten, gehackt
1 El Trüffelöl (ersatzweise Walnussöl)
2 El Parmesan, frisch gerieben
1 El Thymianblättchen
1 Zweig Blatt Petersilie, fein geschnitten
1 TI Schnittlauch, fein geschnitten
1 TI Butter
etwas Bio-Gemüsebrühe-Pulver
Salz,
Pfeffer

Die Nudeln bissfest abkochen. Spargel waschen, am unteren Teil schälen und holzige Enden entfernen. Spargel in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren und danach sofort in kaltem Wasser abschrecken. Vom Kochsud 200 ml aufbewahren. Spargel in kleine Stücke schneiden und zur Seite stellen. Sahne, 200 ml Spargelsud und getrocknete Tomaten in einen Topf geben und leicht einkochen lassen. Mit Pfeffer, Salz, Thymian und etwas Gemüsebrühe-Pulver abschmecken. Nudeln zugeben und in der Sauce schwenken, Spargel, restliche Kräuter, Parmesan und Butter in

kleinen Flöckchen zugeben. Kurz aufkochen lassen, abschmecken und vom Herd ziehen. Eigelb unter ständigem Rühren nach und nach zugeben, bis die Sauce bindet. (Wichtig: Die Sauce darf nicht mehr kochen, sonst gerinnt das Eigelb.) Zum Schluss mit dem Trüffelöl abschmecken und servieren.

Muschelnudeln mit Spinat und Tomaten M

Zutaten für 4 Portionen

1 Ei Pinienkerne

2 handvoll Spinat, frisch

150 g Tomaten), getrocknet, in Öl 150 g Abtropfgewicht

½ Bund Schnittlauch

400 g Nudeln Lumaconi, Muschelnudeln oder andere

50 g Parmesan, am Stück

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne anbräunen. Spinatblätter verlesen, waschen und in ca. 1 cm-breite Streifen schneiden. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen, das Öl auffangen. Die Tomaten grob zerkleinern und in längere Abschnitte zerteilen. Die Nudeln nach Packungsanweisung garen.

Die Pasta mit ca. der Hälfte des Öls in einer großen, vorgewärmten Schüssel vermischen. Spinat, Pinienkerne und Tomaten dazufügen. Salzen und pfeffern. Kurz vor dem Servieren vom Parmesan mit dem Kartoffelschäler feine Parmesanstreifen über die Nudeln hobeln und mit dem Schnittlauch verzieren.

Das restliche Öl der Tomaten wird nicht mehr gebraucht. Wer will, kann es noch zu den Nudeln geben. Ich finde allerdings, dass sie dann zu ölig werden. Den Spinat kann man auch durch Rucola ersetzen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

04.02.05 Eliza1361

Muscheltopf ohne Muscheln M

Zutaten für 2 Portionen

Butter

Rosmarin, gemahlen

1 große Zwiebeln

400 g Champignons, frisch
70 g Tomatenmark
250 g Nudeln in Muschelform
Gemüsebrühe

1 Becher Sahne

Käse, gerieben

Zubereitung

Zwiebeln klein hacken und glasig in der Butter andünsten. Geputzte Champignons in Scheiben schneiden und zu den Zwiebeln hinzufügen. Sind die Champignons gedünstet, die ungekochten Nudeln begeben. Rosmarin nach Gefühl und Tomatenmark unterrühren. Mit Fleischbrühe ablöschen und al dente kochen lassen. Zum Schluss die Sahne und den Reibekäse einrühren. Gut rühren, brennt leicht an.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
28.08.05 Joana2107

Ohne Namen

Farfalle mit Spinat M

Zutaten für 2 Portionen
150 g Nudeln (Farfalle)
Salz
250 g Spinat, junger
2 El Öl (Olivenöl)
30 g Walnüsse
2 Tomate(n), getrocknete, in Öl eingelegt
1 Zehe/n Knoblauch, gehackt
½ Chilischote(n), gehackt

60 g Ricotta

Pfeffer

Parmesan

Zubereitung

Nudeln in kochendem Salzwasser al dente garen. Inzwischen Spinat putzen, waschen, abtropfen lassen. Olivenöl in einem Topf sanft erhitzen. Nüsse darin kurz rösten. Tomaten in dünne Scheiben schneiden, mit Knoblauch und Chili zum Nussöl geben und 3 Minuten mitbraten. Spinat zufügen, in 4-5 Minuten zusammenfallen lassen. Nudeln abgießen, dabei 1-2 El vom Kochwasser im Topf zurücklassen und mit dem Ricotta verrühren. Nuss-Spinat-Mix und Pasta zufügen, alles locker vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu Parmesan zum Reiben oder Hobeln servieren.

25.6.02 Simone Hefner CK

Nudelauflauf M

Zutaten:

300 g beliebige Nudeln
Salzwasser
1-2 El Olivenöl
1-2 El Butter oder Margarine
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 TL Salz
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
450 g Rahmwirsing (TK-Produkt)
1 Schuss Sherry
1/4 Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Prise Muskat
Butter oder Margarine für die Form

150 g geriebenen Tilsiter

1 Hand voll Sonnenblumenkerne
1/2 Bund Petersilie

Zubereitung:

Die Nudeln im Salzwasser mit dem Olivenöl bissfest garen, abgießen, abschrecken, gut abtropfen lassen und bereitstellen.

Die Butter oder Margarine in ein einer Pfanne erhitzen und die geschälte und fein gehackte Zwiebel darin glasig schwitzen.

Die Knoblauchzehe schälen, mit Salz zu einer Paste zerreiben, mit den geputzten und in Streifen geschnittenen Paprikaschoten zu den Zwiebeln geben und kurz mitbraten.

Den aufgetauten Rahmwirsing dazugeben, kurz erhitzen, den Sherry und die Gemüsebrühe angießen und einmal aufkochen lassen.

Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken und einen Auflaufform ausfetten.

Die Hälfte der Nudeln in die Form geben, anschließend das Gemüse gleichmäßig darauf verteilen und mit den restlichen Nudeln abdecken.

Den Tilsiter auf dem Auflauf verteilen und die Sonnenblumenkerne darüber streuen.

Den Nudelaufbau im auf 180-200 °C vorgeheizten Backofen in 10-15 Minuten garen.

Anschließend den Nudelaufbau herausnehmen, anrichten, mit Petersiliensträußchen ausgarnieren und servieren.

Nudeln mit bunter Paprikasauce

1 Ei Sonnenblumenöl

1 Zwiebel; in Scheiben

1 Knoblauchzehe; zerdrückt

1/4 Rote Paprikaschote gewürfelt

1/4 Gelbe Paprikaschote gewürfelt

1/4 Grüne Paprikaschote gewürfelt

1 sm Zucchini; in Scheiben

3 Champignons; in Scheiben

1 Selleriestange; in Scheiben

4 Tomaten; gehäutet

1 TI Tomatenmark

1 TI Rotwein

1 Ei Vollkornmehl

1 c Gemüsebrühe, natriumarm

1 TI Oregano

1 Lorbeerblatt

60 g Vollkornnudeln

1 Ei Butter

Natriumarme Würze

; Pfeffer a.d.M.

Das Gemüse 5 Min. in heißem Öl schmoren, gelegentlich umrühren.

Tomatenmark, Tomaten und Rotwein hinzufügen. Mehl mit der Brühe verrühren und mit den Gewürzen in die Pfanne geben. Aufkochen,

abschmecken und zugedeckt 20 Min. köcheln lassen. Nudeln in reichlich kochendem Wasser 10 Min. garen, abgießen und in Butter schwenken. Sofort mit der Sauce servieren.

Nudeln mit Gorgonzolasauce 3 Ei M

4 Portionen

Nudeln

500 g Mehl

7 g ; Salz

100 ml Milch

3 Eier

5 ml Öl

Sauce

280 ml Sahne

200 g Gorgonzola

20 g Butter

1/2 Knoblauchzehe; gehackt

60 g Zwiebelwürfel; oder
Schalottenwürfel

1/2 TI gekörnte Brühe

Muskat

; Salz

1 Bund Schnittlauch

Salat:

380 g Rucolasalat

30 g Walnusskerne

5 cl Traubenkernöl

2 cl Balsamessig

; Salz

; Pfeffer

Nudelzutaten verkneten, bis ein fester Teig entsteht. Zwei Stunden kühl stellen, dann schneiden (Nudelmaschine), in Salzwasser kochen, mit der Sauce sofort servieren.

Sauce:

: Zwiebeln und Knoblauch in Butter farblos anschwitzen. Den Käse etwas zerteilen, zugeben. Mit Sahne auffüllen, mit Brühpulver, Muskat, Salz würzen. Sauce zwei Minuten lang unter ständigem Rühren kochen, dann pürieren. Nochmals abschmecken und heiß über die Nudeln geben. Mit Schnittlauch garnieren.

Salat:

: Walnüsse anrösten, auskühlen lassen, Salat putzen. Aus Essig, Öl, Salz,

Pfeffer ein Dressing rühren. Salat anmachen. Mit Nüssen bestreut servieren.

Nudeln mit Spinatsoße M

Zutaten für 2 Portionen

250 g Nudeln
500 g Spinat, TK
4 kleine Zwiebeln
Butter
Brühe, gekörnte
Sahne

Parmesan

Zubereitung

Die Nudeln kochen, die Zwiebeln in Würfel schneiden und in der Butter glasig dünsten. Den Spinat und die Gewürze zugeben. Zuletzt mit der Sahne verfeinern. Die Soße über die Nudeln geben und abschließend mit Parmesan bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
16.03.04 die-hexe-wanda

Nudelsalat mit Pilzen M

100 g Vollkornnudeln roh
250 g Steinpilze
1 1/2 EI Butter
2 TI Pizzagewürz
1 EI Gemüsebrühe vegetabil inst
2 Tomaten
1 Paprikaschote gelb
1 Paprikaschote grün
6 Oliven schwarz
Basilikumblätter

Sauce

175 g Sahnedickmilch
2 TI Molkekonzentrat
1 Knoblauchzehe

Kräutersalz

Nudeln in leicht gesalzenem Wasser bissfest garen, abgießen und abkühlen lassen. Pilze in feine Scheiben schneiden. Butter in der Pfanne zergehen lassen und die Pilze bei mittlerer Hitze so lange braten, bis die ausgetretene Flüssigkeit verdampft ist. Pilze mit dem Pizzagewürz und der Instandbrühe abschmecken und abkühlen lassen.

Tomaten von den Stielansätzen befreien und fein würfeln. Die Paprikaschoten von den Kerngehäusen befreien und in feine Streifen schneiden.

Für die Salatsauce die Sahnedickmilch mit dem Molkekonzentrat verrühren. Knoblauchzehe durch eine Presse dazudrücken und alles mit Kräutersalz würzen. Die Sauce unter die vorbereiteten Zutaten mischen, die Oliven obenauf legen und den Salat mit einigen Basilikumblättern garnieren.

Spinat Auflauf I M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Nudeln, al dente gekocht

200 g Spinat (Rahmspinat)

200 g Sahne

200 g Sahnekäse

200 g Käse, gerieben

50 g Paniermehl

1 Prise Muskat

Zubereitung

Den Spinat in einem Topf auftauen lassen und anschließend die Sahne und den Sahnekäse dazugeben und mit Muskatnuss abschmecken. Ca. einen großen Esslöffel vom Spinat in eine Auflaufform geben und die vorgekochten Nudeln darauf geben, auf die Nudeln dann den restlichen Spinat verteilen. Den Käse auf dem Spinat verteilen und das Paniermehl über dem Käse verteilen (dann wird der Käse richtig schön knusprig!!!) Den Auflauf ca. 30 Min bei 180°C im Backofen überbacken lassen.

11.12.04 Flocke22 CK

Spinat Nudelaufbau M

Zutaten für 4 Portionen
1 kg Spinat **Rahmspinat**
500 g Nudeln, gekochte
½ Pck. Bechamelsauce

200 g Käse geriebener oder gehobelter Gouda

Aufgetauten Rahmspinat in eingeölte Auflaufform geben, gekochte Nudeln, Bechamel Sauce und Käse darüber verteilen.
Bei 180 Grad ca. 30 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
03.01.05 mmirke

Penne diverses

Auflauf mit Oliven Tomaten M

Pesto und Feta

Zutaten für 2 Portionen
250 g Penne
100 g Parmesan oder (frisch am Stück)
8 Oliven, (schwarz)
8 Tomate(n), getrocknete (die ohne Öl)
4 Zehe/n Knoblauch
50 g Pinienkerne

200 g Feta-Käse

5 Tomate(n)
5 El Olivenöl
Kräutersalz
Pepperico
Pfeffer, frisch gemahlener

Zubereitung

Die Pasta al dente kochen, abseihen und beiseite stellen.

Die Oliven entkernen und in eine Küchenmaschine tun.
Die getrockneten Tomaten in Essigwasser kurz kochen (zwei bis drei Minuten) bis sie weich sind und ebenfalls in die Küchenmaschine tun. Dazu kommen noch die Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Peperoncini (Menge nach

Belieben und nach Schärfewunsch), die Pinienkerne und das Öl dazu geben, alles zu einer homogenen Masse zerkleinern lassen.
Das so erstellte Pesto mit der Pasta mischen und in eine Auflaufform tun. Fetakäse zerbröckeln und auch in die Pesto-Pasta-Mischung mischen. Die Tomaten in Scheiben schneiden, auf die Pasta legen und den Grana reiben und auf die Tomaten streuen.
Alles bei 200 Grad ca. 15 Minuten backen lassen, bis der Grana knusprig ist.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
25.10.05 jonielady

Blumenkohl Brokkoli Gratin 2 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

1 kleiner Blumenkohl
300 g Brokkoli
250 g Penne
4 Tomate(n)

250 g Mozzarella
etwas Butter

200 ml Sahne

2 Ei(er)

Salz und Pfeffer, aus der Mühle
1 Bund Petersilie, fein gewiegt

Zubereitung

Das Gemüse waschen und putzen. Den Brokkoli und Blumenkohl in Salzwasser ca. 8 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Gleichzeitig die Penne in kochendem Salzwasser etwa 7 Minuten al dente garen, abgießen und abtropfen lassen.
Die Tomaten in kleine Würfel, Mozzarella in Scheiben schneiden. Den Blumenkohl und den Brokkoli in kleine Röschen teilen.
Eine Auflaufform buttern und 2/3 der Nudeln hineingeben. Das bunt vermischte Gemüse darauf geben und die restlichen Nudeln obenauf verteilen. Die Sahne mit den Eiern, Salz und Pfeffer verquirlen und über das Gratin geben.
Etwa 20 Minuten in vorgeheiztem Ofen bei 225 Grad garen, dann herausnehmen, mit Mozzarellascheiben belegen und weitere 3 bis 4 Minuten überbacken, bis der Mozzarella leicht zerläuft.
Mit fein gewiegener Petersilie garniert servieren. Dazu reicht man eine große Schüssel gemischten Salat.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
02.12.04 kawi

Blumenkohl mit Nudeln M

Zutaten für 6 Portionen

150 g Penne
600 g Blumenkohl
2 El Öl (Oliven)
2 Zwiebel(n), rot
2 Knoblauch (Zehen)
80 g Butter
4 El Mehl

1 Liter Milch

200 g Parmesan, frisch geriebenen

30 g Basilikum
5 Scheibe/n Toastbrot
50 g Butter

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser bissfest kochen und abgießen. Blumenkohl (in Rösschen zerteilt) bissfest dämpfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln (gehackt) und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze weich dünsten und anschließend in einer Schüssel mit dem Blumenkohl vermengen. Butter in einem großen Topf zerlassen, Mehl zugeben, gut umrühren und nach und nach Milch angießen. Unter ständigem Rühren erhitzen, bis die Sauce kocht und eindickt. Vom Herd nehmen, 125g Käse und Basilikum einrühren. Blumenkohl, Nudeln und Zwiebel in die Sauce geben, vorsichtig alles vermengen und die Blumenkohlmischung in eine große Auflaufform geben. Das Brot in Würfel schneiden, in zerlassener Butter wenden und auf dem Auflauf verteilen. Mit dem restlichen Käse bestreuen. In dem vorgeheizten Ofen bei 180 Grad 35-40 goldgelb überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten
26.02.01 Margarete

Kommentar von Tamy 09.04.2004 05:05

Ich nehme an, das Rezept sieht frischen Basilikum vor. Ersetzt man die Menge durch getrockneten, wird es natürlich ungenießbar...
Überhaupt ist der Unterschied zwischen getrocknetem und frischem Basilikum - im Gegensatz z. B. zum Oregano, wo's ganz gut geht - erheblich, egal welche Menge.

Mit frischem Basilikum sehe ich bei den Mengenangaben keine Probleme.

Gorgonzola Spinat Sauce M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Blattspinat, tiefgekühlt

1 Becher Sahne

50 g Käse (Gorgonzola)

Salz

Pfeffer

500 g Penne

Nudeln nach Packungsangaben kochen. Gorgonzola in Sahne und einem 1/2 Becher Wasser auflösen. Angetauten Spinat hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. Eventuell mit etwas Saucenbinder andicken. Sauce über die Nudeln geben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

07.05.02 funbo

Nudeln Gemüse Gratin M

Zutaten für 4 Portionen

1 Aubergine(n)

Salz

400 g Penne

2 Paprikaschote(n), gelbe

200 g Champignons, frische

6 Tomate(n)

2 Zwiebel(n)

3 El Öl (Olivenöl)

150 g Mozzarella

Pfeffer, schwarzer, aus der Mühle

1 Bund Basilikum

Zubereitung

Auberginen waschen und putzen. Der Länge nach halbieren, in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden und auf Platten ausbreiten. Mit Salz bestreuen und ca. 30 Min. Wasser ziehen lassen.

Penne in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

Inzwischen Paprikaschoten putzen, kalt abbrausen und würfeln. Champignons feucht abreiben und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Tomaten auf einer Schaumkelle kurz ins kochende Nudelwasser tauchen. Dann häuten, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden.

Zwiebeln pellen, hacken, im heißen Öl anschwitzen. Paprika und Champignons etwa 5 Min. mitdünsten. Dabei ab und zu wenden. Tomaten untermischen und kurz durchschwenken. Alles pikant mit Salz und Pfeffer würzen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Auberginenscheiben trocken tupfen. Beides lagenweise mit Paprikagemüse in eine gefettete Auflaufform schichten. Mozzarella würfeln und darüber streuen. Ca. 20 Min. gratinieren. Dann mit gehacktem Basilikum

Brennwert p. P.: 590

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

18.08.02 vera61

Penne Auflauf mit Zucchini 4 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

350 g Penne

2 kleine Zucchini

2 Tomate(n)

3 Zehe/n Knoblauch

300 g Ricotta

300 g Sahne

300 ml Milch

4 Ei(er)

Salz und Pfeffer

Fett, für die Form

200 g Käse (Gruyere), gerieben

Basilikum, frisch

Zubereitung

Die Nudeln bissfest garen, abschrecken. Zucchini in Scheiben schneiden, Tomaten häuten, entkernen und vierteln. Ricotta mit Sahne, Milch und Eiern verrühren. Salzen, pfeffern und den Knoblauch dazupressen. Nudeln, Tomaten- und Zucchinistücke mischen und in eine gefettete Auflaufform füllen. Die Eiersahne darüber gießen, Käse darüber streuen. Im vorgeheiz-

ten Ofen bei 200° ca. 45 Minuten backen. Basilikumblätter darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
16.03.03 Regine

Penne Gorgonzola mit Sahne M

Zutaten für 2 Portionen
200 g Blattspinat
250 g Penne
2 Prisen Salz

¼ Liter Schlagsahne

50 g Gorgonzola

1 Prise Muskat, frisch gerieben

Zubereitung

Für die Sauce die Sahne in einen Topf gießen und 10 Minuten offen einköcheln lassen. Gorgonzola in Stückchen schneiden. In die Sahne geben und bei milder Hitze unter Rühren schmelzen lassen. Die Sauce soll leicht cremig sein. Eventuell noch etwas einköcheln lassen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Blattspinat mehrmals gründlich waschen und putzen. Den Spinat tropfnass in einen Topf geben und zugedeckt zusammenfallen lassen. Spinat auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. Den Spinat in die Sauce geben.

Penne in siedendes Wasser geben. Nach Packungsanweisung al dente kochen. Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Mit der Gorgonzolasauce mischen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
04.02.06 chrissi_f

Penne mit Spinat Gorgonzola Sauce M

Zutaten für 2 Portionen
250 g Penne
½ Pkt. Blattspinat, tiefgekühlt

150 g Schlagsahne

70 g Schimmelkäse Gorgonzola

1 Schalotten
1 Knoblauch Zehen
1 El Öl Oliven
etwas Wein, weiß
Pfeffer, schwarz
Salz

Penne in Salzwasser kochen.

Sauce:

Schalotte alternativ kleine Zwiebel) und Knoblauchzehe schälen, hacken, in dem Olivenöl glasig dünsten und mit Weißwein ablöschen. Blattspinat (aufgetaut) dazugeben und die Sahne angießen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt dünsten, bis der Spinat aufgetaut ist (ca. 7-9 Min.), dabei öfter umrühren. Den gewürfelten Gorgonzola dazugeben und bei geringer Hitze unter Rühren schmelzen lassen. Ev. noch etwas Sahne nachgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
18.02.01 Nicky

Penne mit Zucchini und Tomaten

3 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln
1 kg (Flaschen-)Tomaten
50 g Rosinen
Salz, Cayennepfeffer
500 g Penne
200 g Zucchini
50 g Pinienkerne
Rosmarin
4 El Olivenöl

Knoblauch und Zwiebeln würfeln. Tomaten häuten, alles einkochen lassen.

Rosinen dazugeben, mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Nudeln kochen. Zucchini klein schneiden, mit Pinienkernen und Rosmarin kurz im erhitzten Olivenöl anbraten. Mit den Tomaten und den Nudeln mischen und heiß servieren.

Quark Spinat Pasta Auflauf M

Zutaten für 3 Portionen

300 g Penne

500 g Quark Magerquark

200 g Frischkäse

200 g Feta-Käse

6 Tomaten

400 g Spinat TK, die kleinen Kugeln zum Portionieren

4 Zehe/n Knoblauch

4 El Ajvar, scharf

100 g Parmesan oder Grana frisch am Stück

Kräutersalz

Pepperico

Thymian

Pfeffer, frisch gemahlener

Zubereitung

Die Pasta al dente kochen.

Den Quark mit dem Frischkäse, dem Fetakäse und dem Spinat einfach tiefgefroren die kleinen Kugeln untermischen vermischen. Ajvar, gepressten Knoblauch, Kräutersalz und Pfeffer, Peperoncini Menge nach Belieben, getrocknet, kleingehackt dazu geben, Pasta auch dazu geben und alles in einer große Auflaufform gut vermengen.

Tomaten in Scheiben schneiden und auf die Quarkmischung legen. Mit Kräutersalz, Pfeffer und Thymian würzen.

Grana frisch reiben und darüber streuen.

Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Den Auflauf in den Ofen geben und **45 Minuten backen lassen.**

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

23.10.05 jonielady

Penne Salat

Italienischer Schichtsalat II M

(8 Portionen)

Zutaten

500 g Nudeln (z. B. Penne)

Salz,
weißer Pfeffer
Zucker
1 Bund Petersilie
1-2 Töpfchen Basilikum
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3-4 El Olivenöl
400 g leichte Salatcreme

300 g Vollmilch-Joghurt

7 El Milch
600 g Tomaten

500 g Mozzarella-Käse

Zubereitung

. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten bissfest garen.
Kräuter waschen.
Zwiebel und Knoblauch schälen. Alles im Universalzerkleinerer hacken. Mit Öl, Salatcreme, Joghurt und Milch verrühren. Kräftig abschmecken..
Nudeln abschrecken, abtropfen und abkühlen. Tomaten waschen.
Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden. Mit Nudeln und Kräutersauce in eine Schüssel schichten. Mit Sauce abschließen. Ziehen lassen.

Italienischer Schichtsalat I M

500 g "Penne" Nudeln gekocht

500 g Mozzarella
600 g Tomaten

für die Soße

400 g leichte Salatsoße
entweder Soße selber machen
oder 1 Flasche leichte Salatsoße kaufen
oder 2 Becher Sahne mit
3 Päckchen "Würzige Gartenkräuter" mischen.

Dann

500 g Naturjoghurt
Salz
Pfeffer

Zucker
nach Geschmack zugeben.
1 fein gehackte Knoblauchzehe
1 fein gehackte Zwiebel
untermengen.

Fertigstellung

Mozzarella in dünne Streifen schneiden, Tomaten halbieren und in Scheiben schneiden (evtl. salzen und pfeffern).

Diesen Salat habe ich in einem Kochkurs gemacht. Es ist kein typischer Schichtsalat, aber wir haben ihn auf alle Fälle geschichtet und dann in den Kühlschrank gestellt. Es ist ein Brotsalat aus Italien und der Koch hat gesagt, dass er dieses Rezept von einer ital. Hausfrau hat.

Italienischer Pastasalat M

500 g Penne
150 g Kirschtomate(n)

100 g Parmesan, frischer

Oliven, schwarze
Basilikum, frisches
Balsamico, weißer
Öl (Olivenöl)
Salz
Pfeffer
n. B. Zucker

Die Nudeln nach Angabe al dente kochen, anschließend etwas abkühlen lassen.

Die Kirschtomaten halbieren oder vierteln, je nach Größe. Den Parmesan in feine Scheiben schneiden, nicht raspeln. Die Oliven dazugeben.

Dann wird aus ca. 3 El Olivenöl, 5-7 El Balsamico-Essig (wichtigwenn dunkler verwendet wird bekommt der Salat eine unappetitliche Farbe, schmeckt aber auch sehr lecker!), Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker das Dressing gemischt und schließlich alles zusammen mit den Nudeln vermengt.

Dann den Salat mindestens eine Stunde ziehen lassen und bei Bedarf noch etwas nachwürzen. Schließlich mit den Basilikum-Blättern und einigen Oliven dekorieren!

Dazu passt sehr gut Weißbrot. Der Salat eignet sich auch bestens als Beilage zum Grillen.

Schneller Penne-Schichtsalat M

Zutaten für

6 8 Personen

500 g gekochte Penne

500 g Mozzarella

600 g Tomaten

400 g leichte Salatsoße (Fertigprodukt)

2 Knoblauchzehen

1 Zwiebel

Zubereitung.

Den Knoblauch und die Zwiebel schälen, fein hacken und unter die Salatsoße rühren. Den Mozzarella gut abtropfen lassen, dann in dünne Streifen schneiden. Die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. 2. Nudeln, Tomaten und Mozzarella abwechselnd in eine große Schüssel schichten, zwischen jede Schicht etwas Salatsoße geben. Den größten Teil der Salatsauce zum Schluss darüber geben. Ziehen lassen. Nach Belieben vor dem Servieren mit frisch gehacktem Basilikum bestreuen. Tipp sie können die Salatsoße auch selber herstellen dazu 1 Becher Sahne mit 400 g Naturjoghurt verrühren, frisch gehackte Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Basilikum etc.) und gehackte Zwiebel und Knoblauch einrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Ravioli Normal

Formaggio Füllung mit 3-erlei M

Käse für Ravioli

100 g Fontina, gerieben

3,5 EI Milch

1 Prise Muskat

50 g Parmesan, gerieben

Pfeffer aus der Mühle

300 g Ricotta, in Stücken

1/4 TI Salz

Alles gut mischen und bis zur Verwendung kühl stellen.

Gebackene Ravioli Eigelb

400 g TK-Blätterteig auftauen.
4 Lauchzwiebeln in Ringe teilen.
70 g Oliven,
200 g Schafskäse,
1 Bd. Petersilie hacken.
Alles mit Salz,
Tabasco mischen.
Teig ausrollen, auf 1 Hälfte in Abständen je 1 TL Füllung geben.
2. Hälfte darüber klappen, Ravioli ausschneiden.
Verquirltes Eigelb aufstreichen, bei 200 Grad 15-20 Min. backen.

Gratinierte Champignon Ravioli 5 Ei + 2 Eigelb

mit Ziegenkäse Sabayon

Zutaten

Nudelteig:

1/ 4 kg Mehl glatt
1/ 4 kg Dinkelmehl

5 Eier

2 El kaltgepresstes Öl
Salz

Fülle:

150 g Champignon
50 g Zwiebel
1 Schuss Weißwein
Salz, Pfeffer, Knoblauch, frische Kräuter, Butter

Ziegenkäse - Sabayon:

2 Eidotter

Salz, Pfeffer
50 g Ziegenkäsetopfen
2 cl Weißwein

Ravioli:

Für den Nudelteig alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teig dünn ausrollen und kleine Kreise ausstechen, die Fülle in die Mitte setzen und den Rand mit Ei bestreichen. Einen zweiten Kreis darauf setzen und fest andrücken bzw. mit einer Gabel rundherum eindrücken (= ein schönes Muster). Im wallenden Salzwasser ca. 12 min kochen - aus dem Wasser geben und mit dem Ziegenkäsesabayon übergießen und im Rohr bei starker Oberhitze gratinieren, bis das Gericht goldbraun ist.

Fülle:

Champignon und Zwiebel fein schneiden und in Butter anschwitzen, Knoblauch dazugeben - würzen, mit Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen; zum Schluss die gehackten Kräuter einmengen - auskühlen lassen.

Ziegenkäsesabayon:

Alle Zutaten in einer Schüssel zusammengeben und über dem Wasserbad schaumig aufschlagen.

Ravioli mit Kräutern

6 Portionen

2 Essl. Olivenöl

1 Knoblauchzehe, zerdrückt

800 Gramm Ravioli

60 Gramm Butter, in Stücke geschnitten

2 Essl. Frische Petersilie, gehackt (oder Koriandergrün)

20 Gramm Frisches Basilikum, gehackt

2 Essl. Frischer Schnittlauch, gehackt

Öl und Knoblauch in eine Schüssel geben und beiseite stellen. Die Ravioli in einem großen Topf mit sprudelndem Salzwasser bissfest kochen. Die Ravioli abgießen und wieder in den Topf geben. Nun Öl zu den Nudeln geben und den Knoblauch herausnehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren nach Wunsch mit Parmesan bestreuen.

Zubereitungsdauer:

Vorbereitung 15 Minuten, Kochzeit 6 Minuten

Ravioli mit Ricottafüllung 4 Ei + 2 Eigelb M

30 ravioli

Ravioliteig

500 g Mehl

4 Eier; ganz

2 Eigelb

2 TI Olivenöl

2 El Wasser

Salz

Füllung

300 g Ricotta

1 Bund Basilikum; oder Topf

4 Dosentomaten; Tomatenfleisch

2 Knoblauchzehen; durchgepresst nach Bedarf mehr

Salz

Hühnerfond; eingekocht

Parmesan; frisch

Die Zutaten mit dem Mehl und einem Rührgerät zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, evt. etwas mehr Öl oder Wasser begeben.

Anschließend in Folie verpackt 30 Min. ruhen lassen nicht im Kühlschrank! Den Teig mit einer Nudelmaschine ausrollen, die Teigbahnen auf eine bemehlte Fläche legen.

Für die Füllung den Ricotta mit den kleingeschnittenen Zutaten verrühren, die Knoblauchzehen vorher in Olivenöl andünsten und dann zur Füllung geben.

Die Füllung auf den Teigbahnen verteilen und etwa 10 x 10 cm große Ravioli mit einem Kantenroller abschneiden. Hierauf legt man eine weitere ausgerollte Teigbahn rollt die Ravioli erneut ab drückt die Füllung an. Danach in leicht siedendem Salzwasser 5 bis 7 Minuten kochen.

Ricotta Grapefruit Füllung für Ravioli 1 Eigelb M

100 g Butter

1 dl frischgepresster Grapefruitsaft

40 g geriebener Parmesan

Pfeffer

200 g Ricotta

kleine Salbeiblätter

Salz

1 sehr frisches Eigelb

1 weiße Grapefruit

Den Grapefruitsaft in einer weiten Pfanne auf knapp 2 El Flüssigkeit einkochen. Auskühlen lassen. Ricotta, Eigelb und eingekochten Saft verrühren. Grapefruit heiß waschen und trocknen. Die Schale direkt zur Ricotta reiben. Die Frucht beiseite legen.

Den Parmesan zur Füllung geben und pikant mit Salz und reichlich Pfeffer würzen. Die Masse in einen Spritzsack mit runder Tülle füllen, oder falls du mit 2 Teelöffeln portionieren willst in der Schüssel lassen. Kühl stellen.

SERVIERTIPP: Die Butter in einer weiten Pfanne bei mittlerer Hitze langsam bräunen. Die Salbeiblätter auf die Ravioli streuen und mit der leicht schäumenden Butter beträufeln. Sofort servieren.

Spinat Ravioli 2 Ei

Zutaten:

300 g Weißmehl

5 El Wasser

½ El Salz

2 Eier

½ El Öl

300 g Spinat

1 El Mehl

1 El Butter

etwas Brühe

1 Zwiebel

Schnittlauch,

Petersilie,

Salz,

Muskat

Zubereitung:

Mit den ersten fünf Zutaten einen glatten und elastischen Teig herstellen. Unter erwärmtem Schüsselchen ca. 20 Minuten ruhen lassen. Dann auf dem bemehlten Tisch möglichst viereckig auswallen, bis er ca. 1mm dünn ist.

Einige Minuten antrocknen lassen.

Dann den Spinat mit Zwiebel und Grünem fein hacken, in Butter dämpfen und mit dem Mehl bestäuben. Ein wenig Fleischbrühe begeben, so daß die Füllung dick wird. Kräftig würzen. Den Teig mit dem Teigrädchen in ca. 5 x 7 cm große Rechtecke schneiden. Mit kleinen Häufchen der Füllung belegen. Die eine Randhälfte mit Wasser benetzen. Jedes Rechteck zur Hälfte überschlagen.

Langenweise im siedenden Salzwasser während ca. 7 Minuten leise kochen lassen. Abgetropft auf warmer Platte mit Butter und Reibkäse servieren.

Spinat Ravioli 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
400 g Mehl

4 Eier

2 Ei Öl

250 g Blattspinat

1 Zehe/n Knoblauch

400 g Frischkäse

4 Ei Butter

1 Zitronen

Für den Ravioli Teig Mehl, Eier, Öl und Salz verrühren. Falls der Teig nicht weich genug ist, noch etwas Wasser dazugeben. Den Teig gut durchkneten, zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

Den Spinat putzen, klein schneiden und waschen. Tropfnass in eine Pfanne geben und dünsten, bis er zusammenfällt. Die Knoblauchzehe schälen und durch die Knoblauchpresse in die Pfanne drücken.

Den Spinat aus der Pfanne nehmen, mit dem Frischkäse verrühren und würzen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und halbieren. Auf eine Hälfte in Abständen kleine Portionen der Spinatfüllung setzen. Die andere Hälfte darüber legen und den Teig rund um die Füllung festdrücken. Mit einem Teigrädchen oder Messer rechteckige Ravioli ausschneiden. Teigländer mit einer Gabel andrücken.

Die Butter zerlassen. Zitrone waschen und trocken tupfen. Die Schale dünn abschälen, hacken und in die Butter geben. Mit Zitronensaft abschmecken. Ravioli in kochendem Wasser garen.

Wenn sie nach oben steigen, herausnehmen, abtropfen lassen und in der Butter schwenken.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

05.07.05 Michi_18

Tomatenessenz mit Artischockenravioli 5 Ei + 2 Eigelb

4 Portionen

1 1/2 Ltr. Gemüsebrühe
500 Gramm Reife Tomaten
3 Stängel Basilikum
200 Gramm Gemüsewürfel (Sellerie Lauch, Karotten)

3 Eiweiß

2 groß. Artischocken
1 Zitrone
Kaltgepresstes Olivenöl
200 Gramm Nudelteig
Balsamicoessig
Salz, Essig

Grundrezept Nudelteig

400 g Weizenmehl (Typ 1050),
100 g Hartweizengrieß,

5 Eigelb,

2 Eier,

1 TI Salz.,
2 EI Olivenöl,
5 bis 10 EI Wasser

Zubereitung:

In einer Schüssel das Mehl mit dem Grieß vermengen und in die Mitte eine Vertiefung drücken. In diese Eigelbe, Eier, Salz, Olivenöl und Wasser geben und vermengen. Nun langsam mit einer Holzspachtel nach und nach das Mehl einarbeiten. Zum Schluss von Hand verkneten, so dass ein fester, glatter Teig entsteht. Diesen in Frischhaltefolie an einem warmen Ort ein bis zwei Stunden ruhen lassen.

Zubereitung

Die Gemüsebrühe mit den grob zerschnittenen Tomaten, dem Basilikum und den Gemüsewürfeln aufsetzen und mit dem Eiweiß verquirlen. Langsam aufkochen und eine Stunde vorsichtig ziehen lassen. Durch

ein sauberes Küchentuch abgießen, mit Salz und Pfeffer und Balsamicoessig abschmecken.

Von den Artischocken die Böden auslösen, mit der halbierten Zitrone abreiben und in gesalzenem Zitronenwasser 20 Minuten köcheln lassen. Die Böden grob würfeln und im Mixer oder Elektrohacker mit etwas Olivenöl zu einer dicken Paste verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Nudelteig dünn ausrollen und kleine Häufchen der Artischockenpaste darauf verteilen. Die Zwischenräume mit wenig verquirltem Eiweiß bepinseln. Das Ganze mit einer zweiten Schicht Nudelteig bedecken, diese zwischen der Füllung gut andrücken und daraus die Ravioli ausstechen.

Die Ravioli in Salzwasser zwei bis vier Minuten gar kochen und in der heißen Tomatenessenz servieren.

Ziegenkäseravioli mit Kräuteröl 7 Eigelb M

und Tomatenscheiben

Portion/en: 4

Teig

250 g Mehl

6 Eigelbe

10 ml Öl

1 Prise ; Salz

Füllung

100 g Ziegenkäse (Saint-More)

1 Eigelb

50 ml Sahne

Kräuteröl

40 ml Olivenöl

1 TI Rosmarin ; feingehackt

1 TI Thymian ; feingehackt

1 Knoblauchzehe

2 Fleischtomaten

1 Prise ; Salz

Pfeffer

Die Zutaten für den Nudelteig zu einem glatten Teig verarbeiten, in Klarsichtfolie einschlagen und 4-5 Stunden ruhen lassen.

Den Nudelteig dünn ausrollen. Ziegenkäse in 4 ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Für das Kräuteröl die genannten Zutaten vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Ziegenkäse auf die Teigbahnen legen, Eigelbe mit flüssiger Sahne vermengen, die Räume zwischen dem Käse damit bestreichen. Das Ganze mit einer weiteren Teigbahn belegen, fest andrücken und mit einem Ausstechring die Ravioli ausstechen. In gut gesalzenem Wasser die Ravioli 5-6 Minuten köcheln lassen.

Die Tomaten kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser über brühen, in Eiswasser rasch abkühlen lassen und die Haut abziehen. Die Tomaten in dünne Scheiben schneiden und auf vier Teller verteilen.

Die fertigen Ravioli darauf anrichten, mit dem Kräuteröl übergießen und servieren.

Ravioli Süß

Erdbeerravioli 2 Ei

Nudelteig:

250 g Mehl

2 Eier

1 Prise Salz

1 Ei Öl

ca. 50 ml Wasser

Füllung:

250 g Erdbeeren

Außerdem:

Butterschmalz zum Begießen

Puderzucker zum Bestreuen

Aus den Teigzutaten einen mittelweichen Nudelteig kneten, in Folie gewickelt 30 min. bei Zimmertemperatur rasten lassen und anschließend 3 mm dick ausrollen und in Quadrate teilen. Erdbeeren waschen, entstielen und halbieren, auf jedes Teigquadrat eine halbe Erdbeere legen und zusammenklappen, die Ränder festdrücken, sollten die Ränder zu groß sein, einfach abschneiden. Die Ravioli in Salzwasser kochen bis sie aufsteigen und schwimmen, mit Butterschmalz begießen und mit Puderzucker bestreut servieren.

Karamellisierte Frischkäseravioli 1 Ei + 1 Eigelb M

auf Pflaumenkompott

1 Rezept

1 Ltr. Apfelsaft
1 Essl. Basilikum
20 Gramm Butter

1 Ei

1 Eigelb

4 Essl. Frischkäse
2 Gelbe Pflaumen
1 Essl. Haselnüsse
1 Teel. Honig
Jodsalz
1 Ltr. Johannisbeersaft
1 Teel. Kartoffelstärke
1 Lorbeerblatt
150 Gramm Mehl (Type 405)
Melisse
2 Mirabellen
2 Nelken
6 Pflaumen
1 Essl. Rosinen
1 Ltr. Rotwein
1 Teel. Vanillezucker
1 Zimtstange
1 Essl. Zucker
1 Teel. Öl

Vorbereitung:

-Pflaumen entkernen, spalten schneiden. Mirabellen und gelbe Pflaumen entkernen, Würfel schneiden; Haselnüsse grob hacken.
-Eigelb mit etwas Wasser verquirlen; Basilikum abzupfen, feine

Streifen schneiden.

-Mehl, Ei und etwas Wasser, etwas Öl, Vanillezucker, eine Prise Salz einen geschmeidigen Nudelteig herstellen, entspannen und ruhen lassen.

-Frischkäse, gelbe Pflaumen, Mirabellen, Haselnüsse, Basilikum, Rosinen, etwas Honig gut vermengen. Stärke mit kaltem Wasser anrühren.

-Teig auf meliertem Brett dünn ausrollen, mit Eistreiche äußeren Rand einpinseln und quer einstreichen; Käsemasse im ersten Drittel vom Nudelteig anhäufeln; Teig durchschneiden, Enden überlappen, Rand mit melierter Gabel festdrücken.

Zubereitung:

-Ravioli in sprudelndem Wasser mit etwas Öl kochen.

-Pfanne erhitzen, etwas Zucker schmelzen lassen, mit Rotwein ablöschen, Johannisbeersaft auffüllen, Lorbeer, Zimt und Nelke zugeben, Pflaumen zum Garpunkt ziehen lassen und mit etwas Stärke binden.

-Butter in erhitzter Pfanne schmelzen lassen, Zucker hinzufügen, leicht karamellisieren lassen, mit Apfelsaft ablöschen, glatt rühren. Ravioli einlegen und baden lassen.

Anrichten: Pflaumenkompott auf flachem Teller anrichten, Ravioli darauf setzen und mit Melisse garnieren

Kürbisravioli mit Butter 4 Ei + 1 Eigelb M

Parmesan Sauce

6 Personen

750 g Kürbis,
einige Amarettikekse,

1 Eigelb,

3 El gehackter Prosciutto,
170 g frisch geriebener Parmesan,
3 El sehr fein gehackte Petersilie,
frisch geriebene Muskatnuss.

Pastateig:

500 g griffiges Mehl,

4 Eier

50 ml feinstes Olivenöl,
5 Safranfäden (30 Minuten in 2 El Wasser einweichen),
Salz.

Sauce:

5 El Butter,

2 El Parmesan

Kürbis in Scheiben schneiden und auf Backblech auflegen und im vorgeheizten Rohr auf der mittleren Schiene bei 230 °C ca. 20 Minuten backen. Danach Hitze auf 200 °C reduzieren und weitere 35 bis 40 Minuten backen, bis die Stücke sehr weich sind. Herd abschalten. Kürbis schälen und wieder ins Rohr stellen. Bei leicht geöffneter Türe ca. 10-15 Minuten trocknen lassen.

Amaretto-Kekse im Mörser fein zerstoßen. Kürbis in eine Schüssel passieren.

Die Amarettibrösel, Prosciutto, geriebenen Parmesan, Petersilie, etwas Muskatnuss und Salz hinzufügen und mit einer Gabel gleichmäßig vermischen.

Für den Teig Mehl zu einem Kranz formen. Eier in die Kranzmitte schlagen und alle anderen Zutaten zufügen. Mehl mit Zutaten langsam vermengen und den Teig mit den Handballen solange bearbeiten, bis er glatt und glänzend wird.

In ein feuchtes Tuch einschlagen und mindestens 1 Stunde ruhen lassen.

Pastateig ausrollen und zuschneiden. Auf einer Teighälfte Kürbishäufchen in 5 cm Abstand darauf verteilen. Die leere Teighälfte darüber falten, ausstechen oder mit Teigrad in Form von Rechtecken ausstechen. Zum Kochen der Pasta 1 El Olivenöl in das Kochwasser geben, Kürbisravioli darin einige Minuten garen. Mit der gebräunten Butter und dem geriebenen Parmesan anrichten.

Mohnravioli mit weißem Schokoladeneis 10 Eigelb M

20 g Butter

1 El Amaretto

10 Eigelb

1 TI Kirschwasser

100 g Marzipanrohmasse

1 TI Mascarpone

100 g Mehl

6 El Milch

1 El Mohn

500 ml Schlagsahne

100 g weiße Kuvertüre

65 g Zucker

Für das Eis $\frac{2}{5}$ der Sahne, $\frac{2}{3}$ der Milch und knapp die Hälfte des Zuckers aufkochen. Restliche Milch, $\frac{1}{3}$ des Zuckers und $\frac{3}{10}$ der Eigelbe unterrühren. Die Mischung sehr cremig rühren. Aufgelöste Kuvertüre unterrühren. In die Eismaschine geben und gefrieren lassen.

Für den Nudelteig $\frac{3}{10}$ der Eigelbe, Mehl und etwas Salz zu einem glatten Teig verkneten. Eventuell etwas Wasser zufügen. Zugedeckt eine Stunde kalt stellen.

Für die Füllung Mohn in der Kaffeemühle mahlen oder im Mörser zerreiben. Mit $\frac{1}{4}$ der Marzipanmasse, Kirschwasser und Mascarpone verrühren. Nudelteig dünn ausrollen. Ein Eigelb und einen Esslöffel Sahne verquirlen. Die Hälfte des Teigs damit bestreichen. Etwa 20 Häufchen Mohnfüllung auf die andere Teighälfte spritzen. Die mit Eisahne bestrichene Teighälfte darüber klappen. Um die Füllungen herum den Teig andrücken. Ravioli ausradeln.

Für die Sauce restliche Sahne und restlichen Zucker aufkochen. Restliches Marzipan darin auflösen. Restliches Eigelb zufügen und alles sehr cremig rühren. Durch ein Sieb passieren und mit Amaretto abschmecken.

Ravioli in kochendes Salzwasser geben und ohne Deckel darin 3 min ziehen lassen. Gut abtropfen lassen. In heißer Butter schwenken.

Sauce auf die Teller verteilen. Ravioli hineingeben. Vom Eis Kugeln abstechen und jeweils drei Kugeln neben die Ravioli setzen. Minze in feinen Streifen anlegen. Nach Belieben mit Mohn und Puderzucker bestäuben.

Reisnudeln

Griechische Tomatensuppe

Zutaten für 4 Portionen

80 g Möhre(n)

50 g Staudensellerie

50 g Petersilie - Wurzel

$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie

500 g Tomate(n), reife

750 ml Kalbsfond / Gekörnte Gemüsebrühe

1 Zweig/e Thymian

60 g Reis - Nudeln

1 Zweig/e Liebstöckel

2 Schalotte(n)

1 Zehe/n Knoblauch

100 g Schafskäse

Olivenöl
Salz und Pfeffer, schwarzer

Zubereitung

Möhren putzen und grob raspeln. Sellerie und Petersilienwurzel putzen und fein würfeln. Petersilienstrauß abbrausen, trocken schütteln und mit Stielen fein hacken. Tomaten waschen und grob würfeln (im Winter lieber Dosentomaten nehmen).

2 El Olivenöl im Topf erhitzen, Schalotte und Knoblauch etwas Farbe nehmen lassen, dann Möhren, Sellerie, Petersilie und -wurzel darin einige Minuten andünsten, dann die Tomaten zugeben und weitere 3-4 Min. köcheln lassen. Kalbsfond angießen und aufkochen. Thymian und Liebstöckel hineingeben, Reisnudeln einstreuen und 15 Min. unter gelegentlichem Umrühren köcheln lassen (Nudeln kleben sonst am Boden fest).

Vor dem Servieren Kräuterzweige aus der Suppe nehmen, Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken; Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken und in die Suppe rühren. Mit knusprigem Baguette oder Weißbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
20.10.04 pingu41269

Griechischer Auflauf M

Zutaten für 3 Portionen

500 g Nudeln, griechische Reisnudeln in Form von Reiskörnern

1 Dose/n Tomate(n) (Pizzatomaten)

1 kleine Aubergine(n)

1 Zucchini

1 Pck. Käse, gerieben

1 Zehe/n Knoblauch

Butter, in Flocken

Aubergine und Zucchini in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, etwas Rosmarin und ein aufgeschnittene Knoblauchzehe dazugeben. Darin die in Mehl gewendeten Auberginenscheiben von beiden Seiten anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Reisnudeln nach Anleitung kochen. In eine gefettete Auflaufform geben, mit Pizzatomaten vermischen, nach Geschmack würzen (z.B. Thymian, Rosmarin, Salz, Pfeffer, etc.)

Mit Auberginen- und Zucchinischeiben zudecken. Oben drauf den Käse und mit ein paar Butterflocken belegen.

Im Rohr bei 200° überbacken, bis der Käse leicht braun wird.

Je nach Belieben können auch nur Aubergine oder Zucchini verwendet werden.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.11.04 Simonef

Pad-thai-Nudeln 4 Ei

Zutaten für 4 Personen:

4 Ei

150 g halbbreite Reismnudeln
100 g Grünkohl (ersatzweise Weißkohl)
200 g Möhren
4 El Sonnenblumenöl
4 El Tamarindenmark (oder 2 El Limettensaft)
4 El süße Chilisoße (aus dem Asienladen)
4 El helle Sojasoße
100 g Bohnensprossen
50 g gehackte geröstete Erdnüsse
4 Lauchzwiebeln in feinen Ringen
1 El Korianderblättchen

1. Ei verquirlen. Nudeln mit warmem Wasser begießen, 5 Min. quellen lassen, dann abgießen und abtropfen lassen. Strunk vom Grünkohl entfernen, Blätter grob zerschneiden. Möhren putzen und raspeln.

2. Öl in einen erhitzten Wok geben. Ei und Nudeln zufügen 2 Min. unter Rühren braten. Grünkohl, Möhren, Tamarindenmark oder Limettensaft, Chili- und Sojasoße und Bohnensprossen zufügen und weitere 4- 5 Min. rühren, bis die Nudeln gar sind. 3. In 4 vorgewärmte Schalen geben, mit Erdnüssen, Lauchzwiebelringen und Koriander bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 30 Min

pro Portion ca. 469 kcal/1962 kj, 17 g E, 28 g F, 31 g KH.

Reismnudeln mit Auberginen und Tomaten

Zutaten für 4 Portionen

450 g Aubergine(n)
1 Knolle/n Knoblauch, jung
1 große Zwiebel(n)
7 El Olivenöl, kretisches

Salz
Pfeffer, frisch gemahlen, schwarz
200 g Kirschtomate(n)
6 El Tomatenmark
500 ml Wasser
1.5 TI Thymian, gezupfte Blättchen
1.5 TI Rosmarin, gehackt
250 g Nudeln, (Reisnudeln)

Zubereitung

Auberginen waschen, den Steilansatz abschneiden und in Würfel schneiden. Die einzelnen Zehen der Knoblauchknolle ablösen. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Die Auberginen dazugeben, salzen, pfeffern und bei mittlerer Hitze weich schmoren. Die gewaschenen Kirschtomaten, das Tomatenmark und die Kräuter hinzufügen und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Noch einmal kräftig abschmecken, die Reisnudeln und das Wasser einstreuen und auf niedriger Stufe ca. 10-15 Minuten quellen lassen. Dabei ab und zu umrühren und eventuell etwas Wasser nachgießen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
08.07.05 anja6670

Reisnudeln mit frischen Kräutern

Zutaten für 4 Portionen
220 g Nudeln (Reisnudeln), breite, flache, getrocknet
3 El Öl (Olivenöl), extra Vergine
3 El Frühlingszwiebel(n), fein gehackt
3 El Knoblauch, fein gehackt
3 El Tomate(n) (sonnengetrocknete), fein gehackt
3 El Schalotte(n), fein gehackt
2 TI Salz
1 TI Gewürzmischung, (Fünf-Pfeffer-Mischung) oder Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
4 El Basilikum, frisch, grob gehackt
3 El Schnittlauch, frisch, fein gehackt
3 El Koriander, frisch, fein gehackt
2 El Estragon, frisch, fein gehackt
1 El Zitronensaft

Zubereitung

Die Nudeln 15 Min. in warmem Wasser einweichen, anschließend abtropfen lassen.

Einen Wok oder eine große Bratpfanne stark erhitzen. Öl hineingeben. Wenn es heiß ist, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, sonnengetrocknete Tomaten, Schalotten, Salz und Pfeffer dazugeben und 30 Sekunden rühren. Nun die Nudeln hinzufügen und 2 Min. rühren, bis sie leicht angebräunt sind. Falls nötig, mehr Öl dazugießen. Zum Schluss alle Kräuter und den Zitronensaft in den Wok geben. Gründlich vermischen und sofort servieren.

Eignet sich als Beilage zu einem Fleischgericht für 4 Personen oder als selbständige Mahlzeit für Zwei.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

11.10.02 Ronomu

Reisnudeln mit süßen Sprossen

Zutaten für 4 Portionen

250 g Nudeln (Reisnudeln), dünne

Salz

1 Zwiebel(n)

2 Karotte(n)

1 Paprikaschote(n)

1 Zucchini

100 g Mangold - Blätter,

Öl (Sesamöl)

1 TL Fünf-Gewürz-Pulver

1 El Honig

2 El Sauce (Hoisinsoße)

100 g Zuckerschote(n)

100 g Sojasprossen

100 ml Reiswein

100 ml Sojasauce

Zubereitung

Reisnudeln in Salzwasser bissfest garen, abgießen, abtropfen. Zwiebeln, Karotten, Paprika in feine Streifen, Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Vom Mangold die Blattstiele abtrennen und klein schneiden. Öl erhitzen, Zwiebeln, Karotten, Paprika unter Rühren anbraten. Restliches Gemüse zufügen und weiter 6-8 min. unter Rühren garen. Reiswein, Sojasoße angießen. Fünfgewürzpulver, Honig und Hoisinsoße einrühren, einmal aufkochen lassen. Mit den Reisnudeln servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
26.08.02 Hobbykoechin

Rigatoni

Auberginenauflauf 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
3 m.-große Aubergine(n)
1 Pkt. Tomate(n), passierte

2 Ei(er)

Olivenöl
½ Zwiebel(n), (klein geschnitten)
250 g Rigatoni

2 Kugel/n Mozzarella

Salz und Pfeffer
100 g Mehl
125 ml Wasser

Zubereitung

Olivenöl erhitzen, bis es raucht. Die klein geschnittene Zwiebel anbraten bis sie leicht braun ist, danach die passierten Tomaten zugeben. Salzen und pfeffern. Das ganze ca. 45 Min. köcheln. Ab und zu nachsehen, ob noch Flüssigkeit dazugegeben werden muss. Nach ca. 1 Stunde ist die Tomatensoße fertig.

Aus den Eiern, Mehl, etwas Wasser, Salz und Pfeffer einen Ausbackteig bereiten. Einige Minuten zur Seite stellen.

Die Auberginen werden in Scheiben geschnitten und im Ausbackteig gewendet, danach in der Friteuse ausgebacken. Damit das überschüssige Öl ablaufen kann, die Auberginen auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Rigatoni nach Anweisung kochen.

Wir fetten eine Auflaufform ein und schichten gebackene Auberginen, Mozzarella, Tomatensoße und Nudeln nacheinander in die Form.

Das Ganze bei 175 Grad Umluft überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
18.06.04 Regina223

Pasta Funghi Speciale M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Rigatoni

500 g Champignons, braune

200 ml Sahne

2 El Pesto Genovese

1 Zehe/n Knoblauch, frisch.

4 El Olivenöl

1 El Parmesan, gerieben.

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Pasta "al dente" kochen und abschütten. Während der Kochzeit die Pilze reinigen und in Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen. Die Pilze hineingeben, leicht angehen lassen und sofort das Pesto und den Knoblauch hinzugeben. Hitze etwas reduzieren, Deckel drauf und kurz schmoren lassen. Die Rigatoni unterziehen und Sahne aufgießen. Parmesan zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Salz vorsichtig sein, da der Parmesan auch salzig ist! Bei geöffneter Pfanne die Sahne leicht reduzieren. Aus der Pfanne servieren.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

21.12.04 Thomas-Bruno

Pasta mit Spinat Käsesoße M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Blattspinat, TK

150 g Schimmelkäse

1 Becher Sahne

1 Zwiebeln

1 Zehe/n Knoblauch

100 g Parmesan, gerieben

2 El Öl Olivenöl

Ein Rezept, das schnell zubereitet ist und gut schmeckt. Es ist nicht unbedingt eine Diätspeise, aber ohne Sahne schmeckt es nicht. Welche Nudeln

verwendet werden ist Geschmackssache. Es schmeckt mit Penne oder Rigatoni genauso gut wie mir Spagetti. Ich persönlich nehme meist Farfalle. Den Spinat antauen lassen und hacken. Das geht am besten, solange er noch leicht gefroren ist. Die Zwiebel schneiden und den Knoblauch fein hacken.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebel leicht bräunen. Dann den Knoblauch zugeben und gleich den Spinat darauf geben. Kurz anbraten lassen, dann mit der Sahne ablöschen. Die Hitze reduzieren dann den Schimmelkäse zerbröseln und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Inzwischen die Nudeln kochen und abgießen. In die Soße den Parmesan streuen kurz umrühren und über die noch heißen Nudeln geben. Noch kurz ziehen lassen, noch mal abschmecken und sofort servieren.
Guten Appetit

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
14.11.02 Marloh

Kommentar von Marloh 15.11.2002 16:44

Fällt euch was auf??

Irgendwie hab ich die Nudeln gar nicht bei den Zutaten.

Ich rechne so 200 g pro Person

Kommentar von sanfteloewin 04.01.2003 20:11

Also Marloh ich muß Dich für diese Rezept LOBEN, ich habe es heute gekocht und die Familie selbst die Kinder) waren begeistert *froi*. Übrigens habe ich 500 g Nudeln für 4 Personen genommen, das war reichlich jeder hat eine GRO?E Portion bekommen!

LG Löwin

Kommentar von garlic 22.05.2003 10:20

das ist aber ein ganz leckeres Rezept, Markus. um das ganze noch gehaltvoller zu machen, als es eh schon ist, habe ich mir erlaubt noch ein paar geröstete Pinienkerne dazuzugeben.

danke dafür

Ig von Garlic

[Penne mit Kürbis](#) M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Kürbisfleisch

100 g Lauch

250 g Tomate(n), geschälte

4 El Olivenöl

1 Zweig/e Rosmarin

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

200 ml süße Sahne

30 g Parmesan, geriebener

500 g Penne oder Rigatoni

Zubereitung

Kürbis schälen, waschen und würfeln. Lauch waschen und fein schneiden. Tomaten pürieren.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, den Lauch und den Kürbis leicht anbraten, die Tomaten und den Rosmarinweig hinzugeben und salzen. Zugedeckt bei geringer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen. Ist die Sauce gar, den Rosmarinweig entfernen, die Sahne und den Parmesan unterrühren und mit Pfeffer abschmecken.

In der Zwischenzeit die Penne oder Rigatoni al dente kochen, absieben und in eine Schüssel füllen. Die Sauce darunter ziehen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

20.02.04 Elettra

Rigatoni alle Zucchini M

Zutaten für 6 Portionen

500 g Nudeln (Rigatoni)

500 g Zucchini (eventuell noch mit der Blüte)

2 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Petersilie

5 El Olivenöl

Salz

Pfeffer, frisch, gemahlen

Oregano

Käse (Pecorino oder Parmesan), gerieben

Zubereitung

Zucchini putzen, waschen und in kleine Würfelchen schneiden, Blüten (sofern vorhanden) auch klein schneiden.

Knoblauch pressen und Petersilie fein hacken. Beides mit dem Olivenöl in einen Topf geben, der groß genug ist, um auch später die Zucchini noch aufnehmen zu können.

Wenn Knoblauch und Petersilie leicht angebraten sind, die Zucchini (und eventuell Blüten) hinzufügen. Salzen, pfeffern und Oregano und Petersilie (möglichst frisch) hinzufügen. Zudecken und auf kleiner Flamme ca. 15 -

20 Minuten dünsten. Sollte es zu trocken werden, etwas Wasser hinzufügen.

Inzwischen die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen, abseihen und in eine große Schüssel geben. Die heißen Zucchini darüber anrichten und mit geriebenem Käse bestreuen.

Vorsichtig vermengen, um die Nudeln nicht zu zerstechen, und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.02.06 TMara

Rigatoni in Spinat Tomaten M

Sahnesoße mit Champignons

Zutaten für 2 Portionen M

1 Ei Öl

1 große Zwiebel(n), gewürfelt

2 Zehe/n Knoblauch, gepresst

250 g Champignons, frische, in Scheiben

300 g Blattspinat, TK, leicht angetaut

150 g Crème fraîche

200 ml Gemüsebrühe

200 g Tomate(n), passierte

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

200 g Rigatoni

Zubereitung

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel und den Knoblauch goldgelb anbraten. Dann die Champignonscheiben dazugeben und kurz andünsten. Den Blattspinat dazugeben, kurz weiterdünsten. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und die passierten Tomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwas einkochen lassen.

Inzwischen die Rigatoni in Salzwasser bissfest garen, abtropfen lassen und warm stellen. Zum Schluss die Creme legere in die Soße rühren. Wem die Soße nicht dick genug ist, kann sie mit etwas Soßenbinder andicken.

Die Rigatoni mit der Soße gemischt in einer großen Schüssel servieren.

Wer es lieber "fleischig" mag, kann das Gericht auch einfach mit gebratenen Putenbrust- oder Rinderfilet- oder Schweinefiletstreifen verfeinern.

Brennwert p. P.: 588

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.10.04 kräuterhexe29

Kommentar von jonielady 17.05.2005 18:08
Hi 3se und Fliegendreck,

um es "interessanter" zu machen, würde ich den Spinat wie folgt würzen: mehr Knoblauch, Cayennepfeffer, Muskatnuss und Sojasauce. Wer den Geschmack auch exotisch mag, der kann Kreuzkümmel noch dazu geben. Dann "reißt" es einen vom Hocker, das ist nämlich dann richtig lecker, das Rezept!!!

@Kräuterhexe,
damit es zu LF30 zählt (da hab ich das Rezept gefunden), würde ich die Creme Fraiche entweder mit saurer Sahne (hat nur 10% Fett) oder sogar mit Joghurt ersetzen.

Ich finde es auf jeden Fall sehr lecker!

LG, Jonie

Rigatoni mit Aubergine M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rigatoni

1 Zehe/n Knoblauch

2 Aubergine(n)

4 Tomate(n)

1 Zwiebel(n)

100 g Crème fraîche

3 El Öl

Parmesan

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Die Auberginen putzen, waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken. Tomaten häuten und würfeln.

Die Nudeln nach Anleitung kochen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin andünsten. Nun die Auberginen und Tomaten zugeben und ca. 10 Minuten weiter dünsten. Jetzt die gut abgetropften Nudeln begeben und die Creme fraîche unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Parmesan bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.02.05 Sissimuc

Kommentar von Katie 18.02.2005 12:47

Hilfreicher Kommentar:

Ich salze die Auberginen nach dem Schneiden noch immer...angeblich verlieren sie dadurch die Bitterstoffe.

Lg Katie

Rigatoni mit Basilikumsauce M

Zutaten für 2 Portionen

½ Bund Basilikum

¼ Bund Rucola

½ Bund Minze

¼ Bund Petersilie

80 g Mascarpone

Salz

Pfeffer

1 El Zitronensaft

1 Zehe/n Knoblauch

200 g Rigatoni

Zubereitung

Basilikum, Rucola, Minze und Petersilie waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und in den Mixer geben. Die Knoblauchzehe schälen und grob würfeln, mit dem Zitronensaft zu den Kräutern geben und im Mixer glatt pürieren. Den Mascarpone unterrühren und nach Belieben noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Am besten noch etwas im Kühlschrank ziehen lassen. Die Rigatoni nach Packungsanweisung zubereiten und die Sauce auf dem Teller darüber geben.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

08.07.02 Simone Hefner

Rigatoni mit Kräutersauce M

Zutaten für 2 Portionen

3 Zehe/n Knoblauch

1 El Butter

100 g Schlagsahne

200 g Frischkäse mit Kräutern

250 g Rigatoni

1 TI Oregano, getrocknet

1 TI Thymian

50 g Parmesan, frisch gerieben

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Den Knoblauch schälen. Die Butter schmelzen. Den Knoblauch durch die Presse dazudrücken und bei schwacher Hitze andünsten.

Die Sahne angießen. Den Kräuter-Frischkäse dazugeben und so lange rühren, bis er völlig aufgelöst ist. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen und bei schwacher Hitze warm halten.

Inzwischen Rigatoni in Salzwasser bissfest garen. Abgießen und abtropfen lassen.

Die Nudeln mit der Sauce mischen in einer Schüssel mischen und mit Parmesan bestreuen.

Brennwert p. P.: 1200

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

14.10.02 Kochkurs

Rigatoni mit Olivenmousse

Zutaten für 2 Portionen

250 g Rigatoni

200 g Oliven, schwarz, ohne Stein

40 g Butter

Salz und Pfeffer

Zitronensaft

2 El Olivenöl

Zubereitung

Rigatoni in Salzwasser kochen. Oliven sehr fein hacken, mit der bei Zimmertemperatur weich gewordenen Butter verrühren. Salz, Pfeffer und Zitronensaft nach Geschmack zugeben, Öl unterheben. 3 El vom Nudelwasser beim Abgießen auffangen, unter die Olivenmasse rühren, Nudeln und Olivenmasse in einer großen Schüssel verrühren und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
07.01.05 Knuspernudel

Rigatoni mit roten Zwiebeln und Käse M

Zutaten für 4 Portionen
1 Bund Lauchzwiebel(n)
300 g Zwiebel(n), rote
400 g Penne oder Rigatoni
Salz
100 ml Wein
100 ml Gemüsebrühe
Pfeffer
2 Tomate(n)
1 Bund Petersilie, gehackt

200 g Käse, fettreduziert, geraspelt

Zubereitung

Geputzte Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden, Zwiebeln abziehen, in dünne Scheiben schneiden. Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser bissfest kochen. Wein und Brühe aufkochen, Zwiebeln darin 5 Minuten garen. Würzen. Tomaten waschen, fein würfeln. Abgetropfte Nudeln, Petersilie, Käse, Tomaten und Zwiebelsud mischen. Abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
07.05.02 Webgirl

Rigatoni mit Spinat Käse Soße M

Zutaten:
200 gr. Rigatoni,
etwa 400 gr. Blattspinat,
1 kl. Zwiebel,

75 gr. Gorgonzola,

2 Ei Frischkäse,
gr. Pizzakäse,

etwas Sahne,

Salz,
Pfeffer &
Muskat

Zubereitung:

Die Rigatoni in Salzwasser >al dente< kochen.
Den Spinat putzen und gründlich waschen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Spinat in einem großen Topf zum Kochen bringen und wieder herausnehmen, wenn er zerfallen ist. Im selben Topf die Zwiebel in etwas Butter glasig dünsten. Den Gorgonzola hinzufügen und schmelzen lassen. Ein wenig Sahne und Wasser hinzugießen und einkochen lassen. Die anderen Käse hinzufügen und unterrühren. Den Spinat wieder hinzufügen und die Soße mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Rigatoni mit Spinatsauce M

Zutaten für 1 Portionen

125 g Rigatoni

125 g Blattspinat, tiefgekühlt

50 g saure Sahne, oder Sauerrahm

Gemüsebrühe, lose

Zubereitung

Den TK-Spinat antauen lassen. Die Nudeln im Salzwasser bissfest kochen. Den Blattspinat etwas zerkleinern und bei geringer Hitze erwärmen, mit der Gemüsebrühe würzen. Die Nudeln abgießen und in einem vorgewärmten Teller bereit stellen. Die Saure Sahne unter den Spinat ziehen und anschließend die Sauce über den heißen Nudeln verteilen. Zum Verfeinern mit geriebenem Käse bestreuen.

Fertig!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

04.04.01 BlueSue

Rigatoni mit Waldpilzen M

Zutaten für 4 Portionen:

360 g Rigatoni

1 El Olivenöl

2 Knoblauchzehen

1 große Zwiebel
500 g Waldpilze
1 Schuss Weißwein
150 ml Gemüsebrühe
1 El geriebene Zitronenschale
1 Tasse gehackte Wildkräuter (Kresse, Löwenzahn, Minze usw.)
Worcestersoße
Salz, Pfeffer
1 Prise Cayennepfeffer
4 El geriebenen Parmesankäse

Zubereitung

Die Rigatoni bissfest in Salzwasser garen und bereitstellen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die geschälten und feingehackten Knoblauchzehen darin glasig schwitzen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken, ins Knoblauchfett geben und unter ständigem Rühren braten.

Die geputzten und kleingeschnittenen Waldpilze dazugeben und kurz mit-schwitzen.

Mit Weißwein ablöschen und mit der Gemüsebrühe auffüllen, 3-4 Minuten köcheln lassen.

Die Zitronenschale und die verlesenen, gewaschenen und feingehackten Wildkräuter untermischen. Das Ganze mit Zitronensaft, Worcestersoße, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen.

Die gegarten Rigatoni in die Soße geben, gut durchschwenken, erhitzen und nochmals abschmecken. Anrichten, mit Parmesankäse bestreuen und servieren.

Nährwerte pro Portion:

kcal 420

KJ 1759

Eiweiß 18 g

Fett 9 g

Kohlenhydrate 65 g

Rigatoni mit Zitronensauce 2 Eigelb M

Zutaten für 2 Portionen

300 g Rigatoni

2 Zitrone(n) (unbehandelt)

1 Becher Schlagsahne

2 TI Gemüsebrühe

2 Eigelb

½ Bund Basilikum, frisch
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Rigatoni nach Packungsanleitung zubereiten.
Zitronen waschen, ein wenig von der Schale abreiben und beiseite stellen.
Auspressen. Basilikum waschen und klein hacken. Sahne zum Kochen bringen und Zitronensaft zugeben. Gemüsebrühe und abgeriebene Zitronenschale zur Sahne geben und alles etwas köcheln lassen (ca. 5 Minuten). Etwas von der Sahne aus dem Topf nehmen und mit beiden Eigelb verquirlen, anschließend in den Topf zurückgeben. Basilikum begeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sauce über die Rigatoni geben.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
07.11.05 AnjaSoergel

Tomaten Mozzarella Pasta M

Zutaten für 4 Portionen
1 kg Tomate(n) (reife Eiertomaten)
6 El Olivenöl
1 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch
2 El Aceto Balsamico
1 Bund Basilikum
400 g Rigatoni

200 g Mozzarella (Büffelmozzarella)
Salz und Pfeffer, schwarz

Zubereitung

Die Tomaten blanchieren, häuten, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Im Mixer oder mit einem Passierstab pürieren. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und im heißen Öl andünsten. Mit dem Essig ablöschen. Tomaten zufügen und alles 15 Minuten köcheln lassen. Das Basilikum überbrausen. Die Blättchen von den groben Stielen zupfen und in Streifen schneiden.
Rigatoni nach Packungsanweisung bissfest kochen, abgießen und abtropfen lassen. Mozzarella würfeln und mit dem Basilikum in der Tomatensauce kurz erhitzen, salzen und pfeffern. Die Rigatoni auf vier Teller verteilen. Mit der Sauce servieren.

Tipp: Aceto Balsamico, ein spezieller italienischer Weinessig, unterstreicht den Eigengeschmack der Saucenzutaten. Er sollte hier keinesfalls durch einen anderen Essig ersetzt werden.

Garnieren sie das Pastagericht mit frischen Basilikumblättern, und reichen sie geriebenen Pecorino dazu. Als Vorspeise ist die angegebene Menge auch für 6 Personen ausreichend.

Brennwert p. P.: 635

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.02.05 Draconia

Spaghetti Diverses

Amerikanischer Spaghetti Nuss Auflauf M

ZUTATEN

Für 4 Portionen

400 g Spaghetti

Salz

2 Schalotten

40 g Butter

30 g Mehl

1 TI scharfer Senf

1/2 l Milch

weißer Pfeffer aus der Mühle

Tabascosauce

12 schwarze Oliven

Fett für die Form

50 g geriebener Cheddar Käse

50 g gehackte Erdnüsse

2 EI Semmelbrösel

Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Schalotten schälen und fein würfeln. 30 g Butter erhitzen und die Schalotten darin glasig braten. Das Mehl zugeben und hellgelb anschwitzen. Senf hineinrühren, unter weiterem Rühren die Milch angießen, aufkochen und dicklich einkochen lassen. Die Sauce mit Pfeffer und Tabascosauce pikant abschmecken. Oliven entsteinen und in Scheiben schneiden. Spaghetti in einem Sieb gut abtropfen lassen. Eine Auflaufform einfetten. Schichtweise Spaghetti, Oliven, Käse und Erdnüsse hineingeben und mit der Sauce begießen. Den Auflauf mit Semmelbröseln bestreuen und die übrige Butter in Flöckchen auflegen. Im 200 Grad

heißen Ofen (Gas: Stufe 3) in 25-30 Minuten goldbraun backen.

Info:

Tipp: Cheddarkäse lässt sich auch durch Parmesan ersetzen.

Auberginen Oliven Spaghetti mit Knoblauch

2 Knoblauchzehen
125 g Grüne Oliven; entsteint
100 ml Olivenöl
100 g Milder Schafskäse
; Salz
; Schwarzer Pfeffer
500 g Auberginen
1 TI Thymianblättchen
400 g Spaghetti
Oliven; zum Garnieren

Die Hälfte vom Knoblauch zusammen mit den Oliven, etwa der Hälfte des Öls und etwas Schafskäse pürieren, mit Salz und Puffer abschmecken.

Die Auberginen klein würfeln. Restliches Öl in einer Pfanne leicht erhitzen, restliches Knoblauch durch die Presse hineindrücken, die Auberginenwürfel unter Rühren anbraten, salzen und pfeffern, mit dem frischen Thymian würzen (nicht zu stark salzen, da Schafskäse oft sehr salzig ist!).

Inzwischen die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen. Gut abtropfen lassen, in die Pfanne geben und alles gründlich vermischen. Das Olivenpüree darauf geben, den restlichen Schafskäse ausstreuen, mit Oliven garnieren.

Bärlauch Spaghetti M

Zutaten für 2 Portionen
125 g Nudeln Spaghetti
400 g Champignons
30 g Bärlauch
1 Schalotten
1 TI Butter

20 g Parmesan, gerieben
Salz

Pfeffer

Champignons in dünne Scheiben und Bärlauch in schmale Streifen schneiden. Spaghetti bissfest garen. Butter erhitzen. Gehackte Schalotte darin andünsten, Champignons zufügen, salzen und unter Rühren ca. 4 Minuten braten. Spaghetti, Bärlauch und Parmesan mit den Pilzen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
30.10.04 imar

Bunte Möhren Spaghettinester

2 Zwiebeln,
6 El Maiskeimöl,
4 lange Möhren,
400 g Spaghetti,
1 TI Pflanzenöl,
Salz, ½ Zitrone,
1 Bund Petersilie,

Die Zwiebeln abziehen, in sehr feine Würfel schneiden und in einer großen Pfanne im heißen Öl dünsten. Die Möhren waschen, schälen und mit dem Sparschäler längs in feine Streifen schneiden, die Streifen noch mal längs in feine Bänder teilen. Die Möhrenbänder zu den Zwiebeln geben und dünsten, bis sie weich sind. Die Spaghetti mit dem Öl in vier Liter kochendem Salzwasser acht bis zehn Minuten bissfest garen, herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Spaghetti in die Pfanne geben und unter das Gemüse rühren. Den Saft einer halben Zitrone zugeben und mit gehackter Petersilie servieren.

Tipp: Die Sauce passt gut zu allen Nudeln. Sie schmeckt aber auch zu Pellkartoffeln, gegrilltem Fleisch und Fisch. Die Sauce können Sie mit frischen Kräutern verfeinern oder die Zusammenstellung je nach Gemüseangebot verändern. In einem gut verschlossenen Glas lässt sich die Sauce im Kühlschrank 2-3 Tage aufbewahren. Sie eignet sich auch prima zum Einfrieren.

Champignons auf Spaghetti M

Zutaten für 3 Portionen
250 g Nudeln Spaghetti
250 g Champignons
1 Zwiebeln

150 g Frischkäse, mit Kräutern

250 ml Sahne

1 Ei Butter

etwas Cognac

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Spaghetti nach Anleitung kochen. In der Zwischenzeit die Champignons in Scheiben schneiden; dann zusammen mit der in kleine Würfel geschnittenen Zwiebel in der Butter anbraten. Etwas Cognac und die Sahne dazugeben. Den Frischkäse dazugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Die Spaghetti in einem Sieb abtropfen lassen, auf Tellern anrichten und die Champignonsauce darauf verteilen. Nach Belieben Parmesan darüber reiben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

02.10.02 Veramaus

Gebackene Spaghetti 5 Ei M

400 g Spaghetti

5 Eier

2 P Crème fraîche

Salbei

Basilikum

Oregano

Pfeffer

Salz

150 g mittelalter Gouda

Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen. In der Zwischenzeit Eier, Crème fraîche, Salbei, Basilikum, Oregano, Salz und Pfeffer verrühren.

Geraspelten Käse unterheben und alles mit den Spaghetti gut vermengen. Alles auf ein gefettetes Backblech geben und ca. 20 Minuten bei 175° im vorgeheizten Backofen backen.

Mit frischen Salat servieren.

Gebackene Spaghetti II M

4 Port.

500 g Auberginen
Salz
300 g Spaghetti
4 El Olivenöl
850 g Schältomaten aus der Dose
250 g Schafskäse

100 g geriebener Parmesan

1. Auberginen waschen, in Scheiben schneiden, salzen und 20min Wasser ziehen lassen.
2. Spaghetti abkochen. Auberginen abwaschen, trockentupfen und in Öl goldbraun braten. Herausnehmen. Backofen auf 200C° vorheizen.
3. Die Tomaten leicht zerdrücken. Im Bratenfond erhitzen und würzen. Spaghetti abgießen, Hälfte untermischen.
4. Auberginen auf die Spaghetti schichten. Mit den restlichen Nudeln, gewürfeltem Schafskäse und Parmesan abdecken. Ca. 15min backen.

Gemüsespaghettini mit Rucolapesto M

1 Karotte
1 Kohlrabi
2 Zucchini
2 md Kartoffeln festkochend
30 g Butter

350 ml Geflügelbrühe

Salz
Pfeffer
Muskat
1/2 Knoblauchzehe
1 Thymianzweig
40 g Stärke
25 g Parmesan geriebener
Rucolapesto
350 ml Olivenöl
50 g Parmesan geriebener
40 g Pinienkerne geröstete
100 g Rucola stiellos, gezupft
Salz
Pfeffer
1 Knoblauchzehe

Die Karotten, den Kohlrabi, die Zucchini und die Kartoffeln mit der Gemüse-Schneidemaschine in feine, lange Streifen schneiden.

In der Geflügelbrühe bissfest blanchieren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Knoblauch abschmecken.

Anschließend den Geflügelfond mit Stärke binden und mit Parmesan verfeinern.

In diesem Fond wird das Gemüse auch kurz vor dem Anrichten warmgeschwenkt.

Zum Herstellen des Pesto das Olivenöl in den Shakeraufsatz der Küchenmaschine füllen.

Nach und nach alle weiteren Zutaten, Parmesan, Pinienkerne und Rucola dazugeben.

Bei mittlerer Geschwindigkeit mixen bis alles eine leichte Bindung hat.

Tipp: Nach dem Mixen das Pesto gleich kaltstellen, damit die grüne Farbe erhalten bleibt.

Gorgonzolaspaghetti M

Zutaten für 4 Personen

400 g Spaghetti

300 g frische Champignons

1 El Butterschmalz

200 g Gorgonzola

100 g Frischkäse

150 ml Sahne

150 ml Milch

1 El in Streifen geschnittene Basilikumblätter

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen. In der Zwischenzeit die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin goldbraun braten. Den Gorgonzola grob würfeln und in einem Topf bei kleiner Hitze zusammen mit der Sahne, der Milch und dem Frischkäse schmelzen. Pfeffer. Die Spaghetti ab-

gießen, noch feucht in eine Schüssel geben und sofort mit der Sauce vermischen. Die Pilze darüber verteilen und mit dem Basilikum bestreuen. Die Pfeffermühle auf den Tisch stellen, damit jeder nach Belieben noch pfeffern kann.

Foto

Grüne Spaghetti mit Limettensauce M

Für 4 Personen

50 g Pinienkerne

etwas Salz

400 g grüne Spaghetti

125 g Mascarpone

125 g Ricotta

200 g saure Sahne

abgeriebene Schale und Saft einer Limette

weißer Pfeffer aus der Mühle

etwas Cayennepfeffer

1 Bund Zitronenmelisse

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe unter Rühren anrösten. Anschließend herausnehmen.

4 l Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Spaghetti hineingeben und in 8-11 min bissfest kochen.

In der Zwischenzeit den Mascarpone, den Ricotta und die saure Sahne zusammen in eine Pfanne geben und unter Rühren erhitzen. Die Limettenschale und den -Saft unter die Käsecreme rühren und diese mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Zitronenmelisse waschen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Einige davon zum Garnieren beiseite legen. Die restlichen in feine Streifen schneiden und unter die Sauce rühren. Diese sämig einköcheln lassen.

Die Nudeln in ein Sieb schütten, gut abtropfen lassen und mit der Limette-Käse-Sauce mischen. Das Gericht auf Tellern anrichten, mit den Pinienkernen bestreuen und mit den Melisseblättern garnieren.

VARIATION:

Die Sauce kann auch mit Zitronen hergestellt werden, jedoch benötigt man zwei, da Limetten aromatischer als Zitronen sind.

Mango Spaghetti Salat mit Schafskäse

Zutaten:

1 kleine Mango,
50 g Spaghetti,
30 g Schafskäse,
2 El Orangensaft,
1 TI Öl,
Jodsalz, Pfeffer,
etwas Kerbel

Zubereitung:

Spaghetti kochen. Mango schälen, Fruchtfleisch würfeln. Mit Spaghetti mischen, Käse darüber bröckeln. Orangensaft und Öl verrühren, würzen. Salat mit dem Dressing beträufeln. Kerbel darüber streuen

Pro Portion: ca. 300 kcal

Mangoldnudeln

500 g Spaghetti
- Kochzeit 7 bis 8 Min
1 kg Mangold
1 Fleischbrühwürfel; evtl. 2
Knoblauch
Parmesan; oder Pecorino
Olivenöl; kaltgepresst
; Salz

Nudelwasser mit Brühwürfel und Salz in einen großen Topf erhitzen. Mangold putzen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. In das kochende Nudelwasser erst die Spaghetti und dann das Gemüse geben.

In eine vorgewärmte Schüssel Olivenöl und durchgepressten Knoblauch geben, die fertig gegarten und abgeseihten Gemüsenudeln dazu, vermischen, bei Bedarf Öl hinzufügen.

Vor dem Servieren mit geriebenen Käse würzen.

Pasta mit Spinat M

150 g Spaghetti,

Salz,
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 El Olivenöl
1 Chilischote
1 gehäufte El Pinienkerne
250 g blanchierter Spinat
Pfeffer,
Muskat

frisch geriebener. Parmesan,

1 El Butter

Die Spaghetti in Salzwasser nach Packungsaufschrift bissfest garen. Inzwischen Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in einer Pfanne im heißen Olivenöl andünsten, gehackte Chili und Pinienkerne mitschwenken. Den blanchierten, lose auseinander gezupften Spinat zufügen, salzen und pfeffern. Die Pasta tropfnass untermischen, dabei geriebenen Parmesan sowie einen Stich Butter untermischen. Zum Schluss noch etwas Muskat darüber reiben und sofort servieren.

Pasta mit Spinat Käsesoße M

Zutaten für 4 Portionen
500 g Blattspinat, TK

150 g Schimmelkäse

1 Becher Sahne

1 Zwiebeln
1 Zehe/n Knoblauch

100 g Parmesan, gerieben

2 El Öl Olivenöl

Ein Rezept, das schnell zubereitet ist und gut schmeckt. Es ist nicht unbedingt eine Diätspeise, aber ohne Sahne schmeckt es nicht. Welche Nudeln verwendet werden ist Geschmackssache. Es schmeckt mit Penne oder Rigatoni genauso gut wie mir Spagetti. Ich persönlich nehme meist Farfalle. Den Spinat antauen lassen und hacken. Das geht am besten, solange er noch leicht gefroren ist. Die Zwiebel schneiden und den Knoblauch fein hacken.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebel leicht bräunen. Dann den Knoblauch zugeben und gleich den Spinat darauf geben. Kurz anbraten lassen, dann mit der Sahne ablöschen. Die Hitze reduzieren dann den Schimmelkäse zerbröseln und untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Inzwischen die Nudeln kochen und abgießen. In die Soße den Parmesan streuen kurz umrühren und über die noch heißen Nudeln geben. Noch kurz ziehen lassen, noch mal abschmecken und sofort servieren.
Guten Appetit

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
14.11.02 Marloh

Kommentar von Marloh 15.11.2002 16:44
Fällt euch was auf??
Irgendwie hab ich die Nudeln gar nicht bei den Zutaten.
Ich rechne so 200 g pro Person

Kommentar von sanfteloewin 04.01.2003 20:11
Also Marloh ich muß Dich für diese Rezept LOBEN, ich habe es heute gekocht und die Familie selbst die Kinder) waren begeistert *froi*. Übrigens habe ich 500 g Nudeln für 4 Personen genommen, das war reichlich jeder hat eine GRO?E Portion bekommen!
LG Löwin

Kommentar von garlic 22.05.2003 10:20
das ist aber ein ganz leckeres Rezept, Markus. um das ganze noch gehaltvoller zu machen, als es eh schon ist, habe ich mir erlaubt noch ein paar geröstete Pinienkerne dazuzugeben.
danke dafür
lg von Garlic

Rahm Spinat Auflauf 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
250 g Nudeln (Makkaroni)
2 Ei(er), verquirlte
100 g Champignons, geviertelte
1 Pck. Spinat (Rahmspinat, 450 g)
100 g Käse, geriebener

Zubereitung

Die Makkaroni kochen, nicht abschrecken, sofort in 2 verquirlten Eiern wenden. Rahm-Spinat etwas einkochen lassen. Die Champignons 15 Minuten in Margarine dünsten. In gefettete Auflaufform Makkaroni, Rahm-Spinat, Champignons und restliche Makkaroni füllen. Mit geriebenem Käse bestreuen und in 20 Minuten bei 180 Grad überbacken.

4.7.04 Molly43 CK

Hallo Molly,
ich habe dein Rezept heute nachgekocht - es ist sehr lecker.
Habe auch zusätzlich eine angedünstete Zwiebel und etwas Knoblauch zugegeben!
Zum überbacken habe ich mittelalten Gouda genommen! mmmmh

13.10.2004 13:22 bini64

Hallo

mir hat's auch geschmeckt - ich hab noch n bisschen gerösteten Speck dazu - lecker

LG Ridan

Das Ganze hab ich mit Knoblauch und Speckwürfelchen aufgepeppt, wie "daydream09" alles miteinander vermischt (incl. dem Käse) und dann im Backofen überbacken.....lecker!!!!

LG Katharina

Scharfer Spaghettisalat Mayo

(passt gut zu Gegrilltem)

250 g Spaghetti
1 Glas Mayonnaise
1 Gemüsezwiebel
je 1 Paprika, rot, gelb, grün
1/3 Flasche Tomatenketchup
2 El. Olivenöl
ein paar Spritzer Tabasco

Die Spaghetti dreimal brechen und nach Vorschrift kochen. Danach abschrecken. Gemüsezwiebel fein würfeln und in dem Olivenöl dünsten. Paprika klein schneiden. Mayonnaise und Tomatenketchup gut verrühren und mit Tabasco würzen. Alle Zutaten dazu geben, und vermischen. Gut durchziehen lassen!!!!

Schmeckt sehr gut, ich hoffe Du kannst das Rezept gebrauchen.

Schnelle Zitronen Sahne Sauce 2 Eigelb M

zu Spaghettini

Zutaten für 4 Personen:

1 unbehandelte Limone

1 unbehandelte Zitrone

200 g Sahne

2 TI Gemüsebrühe (Instantpulver)

2 Eigelb

1 Bund Basilikum

Salz und Pfeffer

500 g Spaghettini

Zubereitung:

1. Zitrone und Limone gründlich mit warmem Wasser abwaschen, von beiden etwas Schale abreiben. Den Saft auspressen. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken.
2. Die Spaghettini in reichlich Salzwasser al dente kochen.
3. Inzwischen in einem weiten Topf die Sahne zum Kochen bringen. Das Brühe-Pulver im Saft auflösen und in die Sahne rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale würzen und einige Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und das Basilikum unterrühren.
4. Mit einer Schöpfkelle etwas von der Sahnesauce nehmen, mit dem Eigelb verquirlen und wieder unter die Sahnesauce mischen. Achtung: die Sauce darf nun nicht mehr kochen.
5. Die Spaghettini abgießen und noch feucht gründlich mit der Sauce vermischen. Sofort servieren.

Spagetti mit Spinat M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln Spagetti

500 g Blattspinat

3 Zehe/n Knoblauch

1 Zwiebeln

1 Glas Champignons

Salz

Pfeffer

Peperoncini

250 ml Milch, fettarm

etwas Parmesan, gerieben

Zubereitung

Nudeln al dente kochen, in der Zwischenzeit Knobi und Zwiebeln schälen, fein hacken und in etwas Olivenöl braun braten. Champignons abgießen, zugeben und kurz mitbraten, dann den verlesenen und gewaschenen Spinat zugeben, kurz dünsten, Milch dazu, etwas mit Salz, Pfeffer, Peperoncini nach Geschmack würzen, aufkochen lassen, die fertigen Nudeln in die Pfanne geben und miteinander verrühren, anrichten und mit Parmesan bestreuen!

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
14.05.02 Irsina2001

Spaghetti aglio e olio

300 g Spaghetti
Salz
1 Zwiebel
6 Knoblauchzehen
2 rote Chilischoten
2-3 El Butter oder Margarine
100 ml Olivenöl
etwas Zitronensaft
weißer Pfeffer a.d. Mühle
Muskat
Cayennepfeffer
frische Petersilie oder Schnittlauch zum Garnieren

Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Inzwischen Zwiebeln und Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Chilischoten der Länge nach halbieren, entkernen, waschen und fein würfeln.

Butter oder Margarine und Olivenöl in einer Pfanne oder einem großen flachen Topf erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin glasig schwitzen.

Gehackten Knoblauch und die Chiliwürfel kurz mitdünsten.

Die Spaghetti abgießen. Kurz in Zwiebel-Knoblauch-Öl schwenken. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 1 Prise Muskat und Cayennepfeffer abschmecken. Anrichten, garnieren.

Spaghetti Alfredo M

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 3 Personen
300 g Spaghetti
25 g Butter

50 g Parmesan (frisch gerieben)

1/4 l Schlagobers

3 El gehackte Petersilie
Salz,
Pfeffer

Zubereitung

Spaghetti in siedendem Salzwasser al dente kochen.

Inzwischen Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Parmesan und Schlagobers unter ständigem Rühren begeben, aufkochen lassen. Petersilie einrühren, salzen und pfeffern.

Die Sauce gut mit den Spaghetti vermengen und servieren.

Spaghetti alla Genovese M

Zutaten:

1/2 kg Spaghetti,
Salz,
3 dag Butter.

3 El gehackte Basilikumblätter,
3 Knoblauchzehen,

2 El geriebener Parmesan,

1 El Pinienkerne,
5 dag Olivenöl,
3 dag Butter.

5 dag Parmesan,

1 El Pinienkerne.

Zubereitung:

Die Spaghetti in reichlich heißem Salzwasser kernig weich kochen, abseihen, 1 Stück Butter einrühren und sofort mit der für Genua charakteristischen Sauce, IL PESTO, übergießen.

Sauce:

Die Basilikumblätter (stehen keine frischen Kräuter zur Verfügung, so kann man auch 1 Teelöffel geriebenes Basilikum verwenden), die Knoblauchzehen, den Parmesan und die Pinienkerne in einem Mörser zu einer sehr feinen Paste zerstoßen (selbstverständlich kann man diese Zutaten auch in einem Elektromixer sehr fein pürieren!). Das Olivenöl tropfenweise unter ständigem Rühren dazugeben und die Paste danach mit 1/8 l heißem Wasser verdünnen. Zuletzt die Butter einrühren und die so erhaltene Sauce über die gekochten Spaghetti gießen. Das fertige Gericht mit reichlich Parmesan und einigen Pinienkernen bestreuen.

Die Sauce IL PESTO wird auch zum Übergießen, anderer Teigwaren verwendet!

Spaghetti alla primavera -

mit Frühlingsgemüse

für 4 Personen:

- 300 g Zuckerschoten
- 300 g Frühlingszwiebeln
- 300 g Kenia-Böhnchen
- 300 g grüner Spargel
- 2 El Olivenöl
- 4 El Gemüsebrühe (Instant)
- 3 El Zitronensaft
- Salz und Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 2 El Kürbiskerne
- 2 El Paniermehl
- 400 g Spaghetti

Die Gemüse waschen und putzen. Alles bis auf die Zuckerschoten schräg in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Spargel, Böhnchen und Zuckerschoten in kochendem Salzwasser 3 - 4 Minuten garen. In ein Sieb gießen und abtropfen lassen.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen.

Inzwischen das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Gemüse darin etwa 3 Minuten unter Rühren anbraten. Die Brühe, den Zitronensaft und den Zucker einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Paniermehl mit den Kürbiskernen in einem elektrischen Zerkleinerer fein zermahlen. In einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten.

Die Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen und mit der Gemüsesauce anrichten. Mit den Kürbiskernbröseln bestreut servieren.
Getränketipp: ein leichter, fruchtiger Weißwein (z. B. Soave classico)
Zubereitungszeit ca. 35 Minuten

Spaghetti Fritters mit gebackener Rote Bete

ohne Fleisch
800 g Rote Bete,
125 g Röstzwiebel-Butter,
300 g Spaghetti,
Salz,
schwarzer Pfeffer,

4 Eier,
3 El Öl

Rote Bete waschen, dabei gründlich abbürsten, Blattansatz dünn abschneiden, Wurzelsatz nur soweit abschneiden, dass die Rote Bete auf der Schnittfläche stehen kann. Knollen einzeln auf ein Stück Alufolie setzen und mit je einer dünnen Scheibe Zwiebelbutter belegen. Alufolie verschließen. Rote Bete auf den Backofenrost setzen und im vorgeheizten Ofen bei 200°C 1 Std. backen. Spaghetti einmal durchbrechen und im kochendem Salzwasser bissfest kochen. Abgießen, abtropfen lassen. Noch heiß mit 40 g Zwiebelbutter mischen. Eier verquirlen mit den Spaghetti mischen, mit Pfeffer abschmecken im heißen Öl nacheinander ca. 12 Fritters daraus backen (Nester). Nach Wunsch mit Tomatenwürfeln ausgarnieren. Alufolie um die Rote Bete öffnen, Knollen kreuzweise einschneiden. Restliche Butter in Scheiben schneiden und darauf geben, mit den Spaghetti Fritters servieren

Spaghetti Josephine M

4 Portion(en)
Zutaten:
1 mittelgroßer Blumenkohl
500 g Spaghetti
5 Zehen Knoblauch
etwas Olivenöl
125 g Butter
1 Bund Petersilie

50 g Parmesankäse
etwas Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsanweisungen:

Der Name dieses Gerichts erinnert an eine italienische Tante, die zu Besuch kam und einem Mädchen in North Carolina die Scheu vor dem Knoblauch nahm. Kürzlich rief die Nichte aus: "Wie soll ich nur kochen, uns ist der Knoblauch ausgegangen!"

Blumenkohl, in Röschen zerteilt in einem Topf mit wenig Wasser gar dünsten - die Röschen müssen noch "Biss" haben!

Spaghetti in reichlich Salzwasser knackig garen.

Währenddessen in einem kleinen Topf den frischen Knoblauch, feingehackt im Olivenöl anschwitzen, die Butter und die Petersilie, feingehackt zugeben und noch etwas ziehen lassen.

Spaghetti und Blumenkohl mischen, mit der Sauce begießen, gründlich vermengen und mit dem Parmesankäse und dem Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

Wenn sie statt Blumenkohl Broccoli nehmen, schmeckt das Gericht ebenso gut und sieht noch aparter aus.

Spaghetti mit Auberginen Zucchini Sugo M

Für 4 Personen

1 Bund Frühlingszwiebeln

1 Knoblauchzehe

1 Zucchini

1 mittelgroße Aubergine

500 g reife Eiertomaten (Flaschentomaten)

4 El Olivenöl

1 Prise Zucker

etwas Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1/8 l trockener Rotwein

400 g Spaghetti

1 Bund Basilikum

50 g Parmesan, grob gehobelt

Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zucchini waschen, trockenreiben und Stiel- sowie Blütenansatz abschneiden. Dann die Zucchini in Würfel schneiden.

Die Aubergine waschen, trockenreiben und den Stielansatz abschneiden. Die Aubergine zuerst der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben und diese dann in Würfel schneiden.

Die Tomaten über Kreuz einritzen, kurz überbrühen, abschrecken, enthäuten und die Stielansätze herausschneiden. Dann die Tomaten vierteln, entkernen und in Würfel schneiden.

Das Öl in einem großen, weiten Topf erhitzen und die Zwiebelringe darin kurz andünsten. Den Knoblauch sowie die Zucchini- und Auberginenwürfel dazugeben und das Gemüse von allen Seiten unter Rühren leicht anbraten.

Die Tomatenwürfel hinzufügen und alles mit Zucker, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Den Rotwein angießen und das Gemüse bei mittlerer Hitze zugedeckt ungefähr 15 min schmoren lassen.

In der Zwischenzeit 4 l Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Spaghetti hineingeben und in 8-11 min bissfest kochen. Die Nudeln anschließend in ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen.

Das Gemüse mit den Nudeln mischen. Das Basilikum waschen, trocken tupfen und die Blätter in Streifen schneiden. Die Nudeln auf Tellern anrichten und mit dem Basilikum sowie dem Parmesan bestreuen.

Spaghetti mit Basilikum Möhren Soße M

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 500 g Möhren
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Bd. Basilikum
- 2 El Olivenöl
- 650 ml Gemüsebrühe (Instant)
- Salz, Pfeffer
- 400 g Spaghetti
(nach Belieben weiße und grüne)
- 60 g Erdnüsse

100 ml Schlagsahne

- Edelsüß Paprika
- 1 Prise Zucker

1. Die Hälfte der Möhren in feine Würfel schneiden. Den Rest grob würfeln.

Zwiebel und Knoblauch würfeln. Basilikumblätter - bis auf einige zum Garnieren - abzupfen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel in heißem Öl dünsten.

Grob gewürfelte Möhren und Basilikumblätter zufügen, kurz schmoren und mit Brühe ablöschen. Zugedeckt zirka 18 Minuten garen.

2. Fein gewürfelte Möhren 5 Minuten dünsten. Spaghetti in Salzwasser ungefähr 9 Minuten kochen und abtropfen lassen. Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die groben Möhrenwürfel in der Brühe pürieren. Sahne zufügen und nochmals aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Zucker würzen.

Spaghetti und Soße mit Möhrenwürfelchen und Nüssen bestreut anrichten. Mit übrigem Basilikum garniert servieren.

Spaghetti mit Basilikumsauce M

5 Knoblauchzehen
50 g Pinienkerne,
1 Teel. Salz
50 g alter Pecorino-Käse

100 g Parmesankäse

100 g frische Basilikumblätter
2 Msp. weißer Pfeffer
1/4 l Olivenöl

Den Knoblauch schälen und klein würfeln, die Pinienkerne grob hacken und beides mit dem Salz in einem Mörser zerstoßen. Den Käse reiben oder zerbröckeln und mit dem Basilikum und dem Pfeffer zum Knoblauch geben, alles fein zerstoßen. Das Öl nach und nach unterrühren. Die Sauce gesondert zu den sehr heißen Spaghetti servieren.

Spaghetti mit Champignon Rosenkohl Sahne Sauce

Für 1 Person
120-150 g Spaghetti
1 Knoblauchzehe
1/2-1 Zwiebel (je nach Größe)
1 El Öl
4-5 Champignons
4-5 Rosenkohl
1/2 Tasse Gemüsebrühe
Gewürze (Salz, Pfeffer, Muskat, Paprika)
1/3 Packung Sojasahne

Spaghetti in Salzwasser garen. Knoblauch und Zwiebel hacken, in Öl andünsten. Champignons und Rosenkohl klein schneiden, zufügen und kurz andünsten. Die Brühe zufügen, würzen, etwas köcheln lassen. Sahne zufügen, nachwürzen und über die Spaghetti geben.

Spaghetti mit Currysauce M

Für 4 Personen

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

Zutaten:

500 g Spaghetti

200 ml Schlagsahne

2 EI Butter

4 EI geriebener Parmesan

1 TI Currypulver

Salz, schwarzer Pfeffer

Arbeitsschritte:

Zubereitung:

Spaghetti in reichlich Salzwasser garen, dann abgießen und abtropfen lassen.

In der Zwischenzeit Sahne, Curry und Parmesan verrühren. Die Mischung in einem Topf auf mittlerer Flamme erhitzen.

Die Spaghetti in eine Schüssel geben und mit der Butter vermischen.

Curry-Sahne darüber gießen, alles mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und gut verrühren.

Einen frischen Salat dazu reichen

Spaghetti mit Ei und Zucchini 1 Eigelb M

Zutaten

500 g Spaghetti

1 Zwiebel

3 EI Öl

6 klein. Zucchini

Salz

Pfeffer

1/2 Sträußchen Petersilie

30 g Butter

1 Eigelb

50 g Parmesan

Gepellte Zwiebel würfelig schneiden, in heißem Öl auf 2 oder Automatik-Kochplatte 4 - 5 glasig andünsten, in Scheiben geschnittene Zucchini zugeben, 10 Min. auf 1 oder Automatik-Kochplatte 4 - 5 dünsten, mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie würzen.

Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente, d.h. bissfest, kochen, in einer Schüssel mit zerlassener Butter übergießen. Eigelb unter raschem Rühren unter die Spaghetti geben, danach die Zucchini dazufügen, gut umrühren. Mit Parmesan bestreut servieren.

Spaghetti mit Gemüse Bolognese M

FÜR 4 PERSONEN:

3 rote Paprikaschoten (a 250 g),
je 1 gelbe und grüne Paprikaschote (a 250 g),
1 Schalotte,
1 Bund Oregano,
1 EI Öl,
300 ml Gemüsesaft,
300 g Spaghetti,
Salz,
1- 2 EI Balsamico- Essig,
schwarzer Pfeffer,

30 g geraspelter Parmesan,

Öl fürs Blech,
Gefrierbeutel ,

1. Paprika halbieren und mit den Schnittflächen nach unten auf ein mit Öl bestrichenes Blech setzen. Unter dem heißen Backofengrill circa 3 - 5 min grillen, bis die Haut dunkel wird und Blasen wirft. Dann in Gefrierbeutel geben, verschließen und abkühlen lassen.

2. Schalotte würfeln. Oregano hacken. Paprikaschoten enthäuten. 5 rote Hälften in Stücke schneiden, mit Schalotte und Oregano in heißem Öl dünsten. Saft zugießen und etwa 5 min köcheln lassen.

3. Nudeln in Salzwasser 10 min kochen. Rest Paprika würfeln. Rote Paprikastücke im Saft pürieren. Paprikawürfel zugeben. Soße mit Essig, Salz und Pfeffer würzen. Anrichten und mit Parmesan bestreuen.

Zeitaufwand: ca. 1 Stunde

Nährwert: pro Portion ca. 1630 kJ/390 kcal E 15 g, F 7 g, KH 65 g

Vida Nr. 2/04

Spaghetti mit Gemüse und Petersilienpesto M

Für 4 Personen
Petersilienpesto
3 Bund glatte Petersilie
3 Knoblauchzehen
100 g abgezogene Mandeln

50 g Parmesan

5 El Olivenöl
1 TI Surig-Essig-Essenz
Salz
Pfeffer
Gemüse
500 g Broccoli
200 g Austernpilze
100 g Schalotten
1 El Olivenöl
100 ml Gemüsebrühe
2 TI Säurig-Essig-Essenz
½ TI Sambal Oelek
Salz
500 g Spaghetti

Für das Petersilienpesto die Petersilie waschen, trocken schütteln und von den Stielen zupfen. Den Knoblauch schälen. Die Petersilie, den Knoblauch, die Mandeln und den Parmesan im Mixer zerkleinern. Das Olivenöl, die Essig-Essenz, Salz und Pfeffer zufügen, gut mischen und durchziehen lassen. Den Broccoli putzen, waschen und in kleine Röschen schneiden. Den Stiel schälen und in Stücke schneiden. Die Austernpilze putzen und halbieren oder vierteln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anbraten. Die Pilze zufügen und kurz mitbraten. Den Broccoli, die Brühe, die Essig-Essenz und das Sambal Oelek zufügen und gut verrühren. Mit Salz abschmecken und in der geschlossenen Pfanne etwa 8 min dünsten. Inzwischen die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest garen. Das Gemüse und das Petersilienpesto zu den abgetropften Spaghettis geben und vorsichtig miteinander vermischen. Sofort servieren.

930 kcal/3900 kJ 92 g Kohlenhydrate
32 g Eiweiß 15 g Ballaststoffe
43 g Fett

Spaghetti mit Gorgonzola M

8 Portionen

800 g Spaghetti extra lang

300 g Gorgonzola

200 ml süße Sahne

Salz,
Pfeffer

Spaghetti bissfest in genügend Salzwasser kochen. In der Zwischenzeit den Gorgonzola entrinden und mit der Sahne langsam schmelzen, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Spaghetti abgießen, würzen, mit wenig Butter schwenken. Die Gorgonzolasauce aufkochen und die Legierung zugeben, evtl. nachwürzen, zu den Spaghetti geben und servieren. Mit Gorgonzola "krümeln" bestreuen.

Spaghetti mit Gorgonzola Käsesauce M

1/2 l Schlagsahne in einem breiten Topf 15 Min einkochen lassen. Inzwischen 300 g Gorgonzola fein würfeln, 1/3 der Würfel zum Garnieren beiseite stellen. Den Rest durch die Kartoffelpresse in die eingekochte Sahne geben.

40 g Parmesankäse fein raffeln.

500 g Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser garen. Portionsweise im Backofen warm stellen.

Die Hälfte des Parmesans zur Gorgonzolasahne geben.

Mit 1 El Brandy oder Weinbrand, frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer und wenig Salz würzen.

Die Spaghetti abgießen und auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Die Käsesauce über die Spaghetti geben, den restlichen Parmesan und Gorgonzola darüber verteilen. Zum Schluss mit frisch gem schwarzem Pfeffer bestreuen.

Spaghetti mit Käse M

Zutaten

Für 4 Personen

350 g Spaghetti

100 g Gorgonzola

150 g Ricotta

150 Milliliter halbentrahmte Milch

20 g Maismargarine

1 Stange Sellerie

1/2 Zwiebel

Salz

Paprika

Zubereitungsanweisungen

Den Gorgonzola und die Ricotta durch den Mixer drehen; dabei etwas Milch (ein halbes Glas) verwenden um ein nicht zu dickflüssiges Gemisch zu erhalten. Die Menge in eine Terrine geben und mit der Zugabe von etwas Milch, gehacktem Sellerie, Salz und Paprika verarbeiten. Die Spaghetti abkochen, in Margarine schwenken und die Soße darüber gießen, die kurz vor dem Servieren mit einigen Löffeln des Kochwassers der Spaghetti verlängert worden ist

Spaghetti mit Kirschtomaten M

Zutaten für 4 Portionen:

500 g kleine Kirschtomaten,
Salz,
500 g Spaghettini,
2 Knoblauchzehen,
4 El Oliven-Öl,
1/2 TI Cayennepfeffer,
4 El gehackte Kräuter (Petersilie und Basilikum),

50 g Parmesan-Käse

Zubereitung:

Die Tomaten abspülen, den Knoblauch abziehen. Tomaten in Viertel, Knoblauch in Scheiben schneiden. Nudeln in Salzwasser 5 Minuten bissfest garen. Öl in der Pfanne erhitzen, Knoblauch darin glasig dünsten. Tomaten zufügen, mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken. Spaghettini abgießen. Zu den Tomaten geben, kurz durchschwenken, dabei die gehackten Kräuter zugeben. Auf tiefe Teller füllen, den Käse darüber hobeln

Foto

Spaghetti mit Knoblauch M

Spinat und Tomatensalat

Zutaten für 2 Portionen

1 Pck. Spinat, TK
3 Zehe/n Knoblauch
100 g Petersilie
100 g Basilikum
1 Würfel Brühe

2 TI Gewürze Paprika, Curry, Pfeffer, Kräutersalz je nach Belieben

100 ml Sahne, oder Milch

500 g Nudeln Spaghetti oder Spirelli

4 große Fleischtomaten

1 große Zwiebeln, rote

1 Bund Basilikum

1 TI Tomaten - Gewürzsalz

1 TI Pfeffer, frisch gemahlener schwarzer

1 El Balsamico

2 El Olivenöl

2 Kräuter - Baguette

Zubereitung

Tomaten schneiden, Basilikum und Zwiebeln in eine Salatschüssel geben, nun die rote Zwiebel in Scheiben geschnitten dazu geben. Olivenöl, Essig und Salz und Pfeffer dazugeben, umrühren und ziehen lassen.

Tiefkühl Spinat auftauen, kleingehackte Zwiebeln mit dem gepressten Knoblauch in Olivenöl anbraten. Aufgetauten Spinat dazugeben und etwas köcheln lassen. Nun die Gewürze ja nach Bedarf und den Brühwürfel dazugeben und rühren. Alles leicht köcheln lassen. In der Zwischenzeit Spaghetti kochen. Nun gehacktes Basilikum und Petersilie zum Spinat dazugeben und mit Milch oder Sahne aufgießen. Weitere 2-5 Minuten leicht köcheln lassen. Die Spaghetti oder andere Nudeln al dente kochen und auf einen Teller geben. Spinat auf den Nudeln verteilen und Tomatensalat und frischgebackenes Baguette dazu reichen. Guten Appetit

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

01.01.05 jessi05

Spaghetti mit Knoblauch Rucola M

Zutaten für 6 Portionen:

3 Knoblauchzehen,

1 - 2 Bund Rucola,

200 g Pinienkerne,

250 g Parmesankäse, gerieben,

2 El Zitronensaft,

250 ml Olivenöl,

2 TI Salz,

1000 g Spaghetti

Zubereitung:

Knoblauchzehe schälen und pressen. Rucola putzen, waschen und klein schneiden. Pinienkerne, Parmesankäse, Zitronensaft, Olivenöl und Salz zugeben und mit einem Schneidstab zu einer homogenen Masse verarbeiten. Spaghetti nach Packungsanweisung kochen und gut abtropfen lassen. Mit dem Pesto servieren.

Spaghetti mit Knoblauch Sahne Sauce I M

400 g Spaghetti nach Anleitung bissfest garen.
4 Knoblauchzehen durch eine Presse in
250 g Sahne drücken und mit
1 TI Kräutersalz abschmecken.
Die heißen Spaghetti SOFORT mit der Sauce mischen, mit
2 EI gehackte Petersilie bestreuen und servieren.

Spaghetti mit Knoblauch Sahne Sauce II M

für 2 Personen
Trennkost geeignet

200 g Vollkornspaghetti
1 TI Meersalz
2 Knoblauchzehen

125 g Sahne süß
1/2 TI Kräutersalz
2 EI Petersilie gehackt

Zubereitung

Die Spaghetti in reichlich gesalzenem Wasser in etwa 10 Minuten bissfest garen.

In der Zwischenzeit den Knoblauch durch eine Presse in die Sahne drücken und mit dem Kräutersalz abschmecken. Die Spaghetti abgießen, kurz mit warmem Wasser abbrausen und mit der Sahnesauce mischen. Die Petersilie darüberstreuen.

Tipp : Dazu passt ein Tomatensalat oder leicht gepfefferte, in Scheiben geschnittene Tomaten

Spaghetti mit Mascarpone Gemüse Sauce M

Zutaten (4 Personen)

400 g Spaghetti

250 g Mascarpone

1 Zucchini

1 rote Paprika

2 Schalotten

2 Knoblauchzehen

1 El gehackte frische Petersilie

1 El gehackte frische Rosmarinnadeln

2 El Olivenöl

Öl zum Rösten (Erdnussöl)

Zitronensaft

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Die Knoblauchzehen und Schalotten schneiden Sie in feine Würfel. Die Paprika befreien Sie vom Stielansatz, den Kernen und inneren weißen Häuten und schneiden Sie in etwa 1 cm große Stücke. Halbieren Sie die Zucchini und schneiden sie in mundgerechte Stücke. Falls die Zucchinikerne sehr groß sind, schaben Sie diese vorher mit einem Löffel heraus. Das Weiße und Hellgrüne der geputzten Lauchzwiebeln schneiden Sie in Scheiben.

Die Spaghetti kochen Sie etwa 7 Minuten in gesalzenem Wasser al dente. Während die Spaghetti kochen, rösten Sie die Schalottenwürfel in heißem Öl braun. Erwärmen das Olivenöl in einem Topf und schmoren darin die Gemüse und die Knoblauchwürfel solange, bis die Lauchzwiebelscheiben auseinanderfallen. Rühren Sie die Mascarpone unter, schmecken kräftig mit Salz, Pfeffer und ein paar Spritzern Zitronensaft ab und heben die gehackten Kräuter und die gerösteten Schalottenwürfel unter.

Spaghetti mit Rauke und Champignons M

Zutaten für 4 Portionen

100 g Oliven, grün, mit Paprika, aus dem Glas

4 kleine Chilischoten, rot

500 g Champignons, mit Wasser, aus dem Glas

60 g Rauke

400 g Nudeln Spaghetti

Salz

40 g Haselnüsse, Blättchen

Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Parmesan
Olivenöl
Knoblauch

Zubereitung

Die Oliven grob hacken, die Champignons abtropfen lassen und zusammen mit den Oliven in reichlich Olivenöl in eine Pfanne geben und erhitzen. Knoblauch in Scheiben schneiden und dazugeben. Chilischoten längs halbieren, entkernen, fein würfeln und dazugeben bei getrockneten Chilischoten einfach die ganze Schote zu den Champignons und den Oliven mit den Fingern bröseln. Rauke waschen, klein schneiden, trocken schleudern und in eine Schüssel geben.

Spaghetti in der Zwischenzeit in Salzwasser garen. Die Haselnussblättchen goldbraun rösten und in eine separate, kleine Schüssel geben. Die Nudeln abkippen und in die Schüssel mit der Rauke geben. Die Champignon-Olivensoße über die Spaghetti und alles gut untermischen. Die Haselnussblättchen können auch schon damit vermengt werden oder erst später über die einzelnen Portionen gestreut werden dekorativer. Salzen und Pfeffern, mit Parmesan bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
07.02.05 Yoyos

Spaghetti mit Rucola Sauce M

Für 4 Personen
100 g Rucola
3 Knoblauchzehen

100 g Magerquark

1 El geriebener Parmesan

etwas Salz
400 g Spaghetti
150 g Butter
weißer Pfeffer aus der Mühle

Den Rucola verlesen, waschen, trocken tupfen und grob hacken. Die Knoblauchzehen schälen und halbieren.

Die Hälfte des Rucola zusammen mit dem Knoblauch, dem Quark und dem Parmesan im Mixer oder mit dem Pürierstab zu einer cremigen Sauce pürieren.

Dann 4 l Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Spaghetti hineingeben und in 8-11 min bissfest kochen.

Die Butter in einem Topf zerlassen. Nach und nach das Rucolapüree hineinrühren und bei schwacher Hitze heiß werden lassen. Dabei ständig rühren, denn die Sauce darf nicht kochen. Zuletzt alles gut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nudeln in ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen. Den restlichen Rucola in die Sauce geben, diese noch einmal umrühren und mit den Spaghetti mischen. Das Gericht auf Tellern anrichten und mit reichlich Pfeffer bestreuen.

Spaghetti mit Selleriesauce M

Sellerie-Sauce

4 dl kräftige Gemüsebouillon

1.8 dl Saucen-Halbrahm

½ Tell. Curry

400 g Sellerie, gewürfelt

4 Essl. Petersilie fein gehackt

Salz Pfeffer nach Bedarf

Die Bouillon und die Hälfte des Rahms mit dem Curry aufkochen. Sellerie begeben, Hitze reduzieren und weich köcheln bis der Sellerie zerfällt. Sauce mit einem Schwingbesen verrühren, 2/3 der Petersilie und den restlichen Rahm darunter rühren, würzen, nur noch heiß werden lassen.

Spaghetti

500 g Vollkornspaghetti

Salzwasser siedend

Die Spaghetti "al dente" kochen, abtropfen sofort mit der restlichen Petersilie und der Sauce mischen.

Spaghetti mit Spinat

Zutaten für 5 Portionen

500 g Nudeln (Spaghetti)

1 große Zwiebel(n)

1 Paprikaschote(n), rote

3 Zehe/n Knoblauch

1 Pck. Spinat, (TK)

½ TI Rinderbrühe/ Gemüsebrühe, gekörnte

1/8 Liter Wasser

Pfeffer
Muskat
Olivenöl

Zubereitung

Zuerst die Spaghetti in Salzwasser garen. In der Zwischenzeit die Paprika putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls würfeln. Knoblauch fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Zwiebel, Paprika und Knoblauch darin anschwitzen aber nicht bräunen! Dann die Hitze reduzieren und das Wasser, den Brühwürfel, den Spinat und die Gewürze hinzugeben und den Spinat langsam auftauen lassen. Die Nudeln abgießen und in eine Schüssel geben. Die fertige Spinatsoße über die Nudeln geben und sofort servieren. Guten Appetit!

6.9.04 romeo02silke CK

Spaghetti mit Spinat M

Zutaten für 4 Portionen
2 Pck. Spinat TK
1 Zwiebeln
1 Peperoni
Olivenöl
250 g Nudeln Spaghetti
Salz und Pfeffer

Parmesan

Currypulver und Muskat

Zubereitung

Zwiebeln fein würfeln und mit der kleingeschnittenen Peperoni in etwas Olivenöl anbraten. Spinat in die Pfanne geben und auf kleiner Flamme erwärmen. Mit Salz, Pfeffer, Curry und Muskat würzen. Spaghetti al dente kochen, mit dem Spinat vermischen und kurz zusammen in der Pfanne braten lassen. Dann mit Parmesan bestreuen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
01.10.05 Susanne1907

Spaghetti mit Spinat – Gorgonzolasoße M

Zutaten für 4 Portionen
½ kg Nudeln, Spaghetti
0.3 kg Spinat, tiefgekühlt

0.2 kg Blauschimmelkäse

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Spaghetti nach Packungsanweisung kochen, in der Zwischenzeit Spinat auftauen und fertig garen, kleingeschnittenen Blauschimmelkäse dazugeben. Nicht mehr kochen lassen. Sobald der Käse geschmolzen ist, gut umrühren, auf den Spaghetti anrichten.

4.4.01 Matti CK

Spaghetti mit Spinat Feta Soße M

Zutaten für 2 Portionen
250 g Nudeln (Spaghetti)
1 P. Spinat (Rahmspinat), tiefgekühlt

200 g Feta-Käse

2 Ei Schmand

Zubereitung

Die Spaghetti kochen und abgießen. Inzwischen den Rahmspinat in einem Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren auftauen. Vorsicht kann schnell ansetzen! Den Feta mit einer Gabel klein drücken und zusammen mit dem Schmand zu dem Spinat geben, 5 Minuten unter Rühren erwärmen. Die Spaghetti auf einen Teller geben, mit der Spinatsoße bedecken. Wer mag, kann noch eine Scheibe gekochten Schinken klein würfeln und darüber streuen.

9.3.02 Momoss CK

Spaghetti mit Spinat und Schafskäse

Zutaten für 4 Portionen
2 Ei Öl (Olivenöl)
1 Zwiebel(n), gehackt
300 g Spinat, gehackt

250 ml Gemüsebrühe
500 g Nudeln (Spaghetti)
Salz und Pfeffer, Pfeffer
Muskat
1 TL Oregano
200 g Schafskäse
2 EL Pinienkerne

Zubereitung

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln dünsten, Spinat dazugeben, mit Brühe aufgießen und unter Rühren 10 Min köcheln lassen. Spaghetti in Salzwasser 8-10 Min "al dente" kochen, abgießen. Spinat mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Oregano würzen. Schafskäse zerbröseln und unter den Spinat mischen, ca. 5 Min weiter köcheln lassen. Pinienkerne leicht angeröstet dazugeben, abschmecken. Die Soße über die Spaghetti geben.

11.7.02 stefan59 CK

Habe das Rezept leicht abgewandelt.

Charlotten anstatt Zwiebeln, 450 gr. Spinat, überschüssige Brühe abgießen, mit den Gewürzen einen knappen Becher Kräuter Creme fraiche unterziehen. Das ganze auf Bandnudeln.
Schmeckt echt lecker!

Hallo!

Ich habe das Rezept mit Vollkornbandnudeln gegessen. Leider hatte ich keine Pinienkerne. Die sind mir irgendwie zu teuer... :(

Jedenfalls hat es sehr gut geschmeckt! :)

Gruß Muffinqueen

Spaghetti mit Spinatsauce

Zutaten für 4 Portionen
250 g Spinat, tiefgekühlt
1 EL Butter
200 ml Wasser
2 Zehe/n Knoblauch
1 kleine Zwiebeln

1 Becher süße Sahne

200 g Schmelzkäse Sahne/Holländer

2 EL Mehl
Salz und Pfeffer

Muskat

Zubereitung

Butter in einen Topf schmelzen, Zwiebeln, Knoblauch darin andünsten, Spinat dazugeben und mit Wasser aufgießen. Bei geschlossenem Topf weich dünsten. Sahne und Schmelzkäse zu dem Spinat in den Topf geben, Mehl darüber stäuben, mit dem Püreestab fein pürieren, alles kurz aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Über die gekochten Spaghetti geben und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
06.05.02 Irenchen

Spaghetti mit Trüffelkäse

für 1 Person

150 g Spaghetti

Salz

60 g harter Trüffelkäse ersatzweise **Parmesan** und 2 El Trüffelöl

4 Basilikumblätter

2 El Olivenöl

schwarzer Pfeffer a.d.Mühle

Die Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser bissfest garen. In der Zwischenzeit den Trüffelkäse entrinden und in sehr dünne Scheiben hobeln (wer keinen Trüffelkäse bekommt, mischt den gehobelten Parmesan mit dem Trüffelöl). Die Basilikumblätter fein schneiden. Spaghetti auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Mit dem Olivenöl mischen, pfeffern und das Basilikum dazugeben. Auf einem Teller anrichten und den gehobelten Käse darüberstreuen.

Spaghetti mit Wintergemüse **M**

5 Kohlblätter

2 Karotten

Salz

Öl

Weißer Pfeffer; f.a.d.M.

500 g Vermicelli; das sind dünne Spaghetti

150 ml milde Gemüsebrühe

250 g **Mascarpone**; ital. Doppelrahm Frischkäse, ersatzweise ein anderer sahniger Frischkäse

etwas Zitronensaft
Kapern; aus dem Glas

Die Kohlblätter und die Karotten putzen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken. Kohl etwa 3 Minuten in kochendes Salzwasser geben, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Blätter in feine Streifen schneiden, diese in winzige Stückchen teilen. Karotten fein würfeln. Zwiebeln in einer Pfanne in heißem Öl andünsten, Kohl und Karotten dazugeben, mit dünsten, salzen und pfeffern.

Die Nudeln in sprudelndem Salzwasser bissfest garen.

Die Brühe ans Gemüse gießen. Etwa 5 Minuten dünsten. Topf vom Herd nehmen. Mascarpone unter das Gemüse rühren und mit Zitronensaft abschmecken. Kapern unterheben, Sauce würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln abgießen und sofort mit der Sauce vermischen.

Spaghetti mit Zitronen Cremesoße M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Spaghetti,
Salz,
2 unbehandelte Zitronen,
3/8 l Gemüsebrühe,

200 g Mascarpone,
2-3 El heller Soßenbinder,
Salz,
Pfeffer,
1 Prise Zucker,
Melisse zum Garnieren

Zubereitung:

1. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten bissfest garen. Nudeln auf ein Sieb abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Die Zitronen heiß waschen, trockentupfen und die Schale abreiben. Zitronen halbieren, Saft auspressen.
3. Zitronensaft, Brühe und Mascarpone unter Rühren aufkochen lassen. Soßenbinder und Zitronenschale einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit den Spaghetti mischen und garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Pro Portion: ca. 680 kcal (25 g Fett)

Spaghetti mit Zitronensoße M

500 g Spaghetti

Zitronensaft
Olivenöl
Knoblauch

Parmesan

Die Spaghetti al dente kochen.
Knoblauchzehen klein schneiden, kurz andünsten.
Olivenöl und Zitronensaft (nach Gusto) dazugeben, das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Sauce unter die Spaghetti mischen und mit viel Parmesan servieren.

Spaghetti mit Zucchini M V

2 Zucchini;
250 g Vollkorn-Spaghetti;
1 Bund Basilikum;

120 g Greyerzer oder Parmesan;

Olivenöl;
Salz,
Pfeffer

Zucchini in dünne Scheiben schneiden und ca. 8 Minuten bei starker Hitze in 2 El Öl braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Spaghetti in reichlich Salzwasser nach Anweisung kochen. Nach Belieben Basilikumblätter fein hacken. Die Spaghetti abtropfen lassen und mit den Zucchini und 2 weiteren El Öl und dem Basilikum vermischen. Mit Pfeffer würzen und frisch geriebenen Greyerzer oder Parmesan dazu reichen.

Spaghetti mit Zucchini Sahnesoße M

Zutaten für 2 Portionen
250 g Nudeln Spaghetti
300 g Zucchini
200 g Champignons
1 Zwiebeln
20 g Butter

250 ml Milch

150 g Sahne

Salz
Currypulver

1 Ei Saucenbinder
½ Zitronen
1 Bund Petersilie

Käse Reibekäse

Zubereitung

Zucchini und Champignons putzen und waschen. Die Zucchini der Länge nach vierteln und in Scheiben schneiden. Die Champignons halbieren oder vierteln, Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Zusammen in heißem Fett andünsten. Milch und Sahne zufügen. Mit Salz und Curry würzen. Zugedeckt ca. 10 Minuten garen.

Inzwischen Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen. Die Zucchini-Soße mit Soßenbinder andicken und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Gehackte Petersilie unterrühren. Soße über Spaghetti geben und mit Reibekäse bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
28.04.05 Miezenmami

Spaghetti mit Zwiebel Mais Sauce M

Zutaten für ca. 6 Personen:

500 g Spaghetti,
1 Dose Mais,
3 Zwiebeln,

1 Becher Sahne,
Butter,
Salz und Pfeffer

Die Zwiebeln würfeln und in Butter gar braten, Maiskörner hinzufügen, Sahne Pfeffer und Salz unterrühren. Mit dem Mixer pürieren. Die Zwiebel-Maismischung über die gekochten Spaghetti geben und im Ofen noch mal 10-15 Minuten überbacken. Klingt simpel - schmeckt aber wirklich gut

Spaghetti nach Ramsauer Art

Für 8 Personen
1000-1500 g Spaghetti oder andere Nudeln
4 Dosen Tomaten

Tomatenmark
Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer
Italienische Kräuter (Thymian, Oregano Basilikum, u.s.w.)
Paprika
etwas Balsamico-Essig
etwas Zucker

Nudeln in kochendes Salzwasser geben und kochen lassen.
Dosentomaten, Tomatenmark, Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer. Italienische Kräuter, Paprika, etwas Balsamico-Essig und etwas Zucker in einem Topf erhitzen.

Zutatentipp:

Alles hinzugeben, was sich in den Kochkisten und im Kühlschrank noch finden lässt: Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, Paprika, Zucchini, Mais, Möhren, Lauch u.s.w.

Spaghetti Rösti 4 Ei M

Zutaten:

250 g Spaghetti

4 Eier

1 Zwiebel

200 g Champignons

1 Bund Petersilie

4 Knoblauchzehen

1 Bund Schnittlauch

150 g Gorgonzola

Salz, Pfeffer, Öl

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch klein zerhacken.

Champignons klein schneiden.

Alles in einer Pfanne mit wenig Öl anbraten.

Schnittlauch und Petersilie klein hacken.

Alles zusammen mit den aufgeschlagenen Eiern verrühren.

Salzen, Pfeffern, Würzen (je nach Geschmack).

Die in Salzwasser al dente (bissfest) gekochten Spaghetti dazugeben und gut durch rühren.

Spaghettimasse in einer beschichteten Pfanne stocken lassen (Masse ergibt ca. 2-3 Rösti).
Gorgonzola klein schneiden und vor dem Servieren über die Rösti geben.

Spaghetti Salat

Zutaten:

200 g Vollkorn Spaghetti
2 große Fleischtomaten
100 g feine grüne Bohnen (eventuell TK)
1 gelbes Endiviensalatherz (oder 1 Chicoree)
1 Zwiebel
100 g Champignons
Saft von einer Zitrone
1 Avocado
50 g Walnuskerne
1 Bund Schnittlauch

Für das Dressing:

2 El Estragonessig
5 El kaltgepresstes Olivenöl
1 El französischer Senf
Meersalz
schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Zutaten für das Dressing gut verrühren und in einer großen Schüssel mit den Nudeln mischen.

30 Minuten durchziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und das Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Bohnen in sprudelndem Salzwasser bissfest garen. Endiviensalat waschen und in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Champignons putzen, blättrig schneiden und mit der Hälfte des Zitronensafts beträufeln. Avocado schälen, Kern entfernen und das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Sofort mit dem restlichen Zitronensaft beträufeln.

Nüsse grob hacken, Schnittlauch waschen und fein schneiden. Alle vorbereiteten Zutaten locker mischen.

Spaghetti Salat

(Zutaten für vier Personen)

250 g Spaghetti
7 El Olivenöl
2 Z Knoblauch
50 g getrocknete Tomaten (in Öl)
4 St Tomaten
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
1 Bund Basilikum

In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghetti nach Packungsanweisung al dente garen. Anschließend in ein Sieb abschütten, zwei Esslöffel Olivenöl darüber träufeln und abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit die Knoblauchzehen pellen und mit den abgetropften Tomaten pürieren. Das restliche Olivenöl einrühren und das Tomatenpüree mit den Nudeln mischen. Die gewaschenen und fein gewürfelten Tomaten zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat mit gehacktem Basilikum bestreut servieren.

Nährwerte (pro Portion)

Energie 425 kcal/1783 kJ
Eiweiß 9 g
Fett 23 g
Kohlenhydrate 46 g
Ballaststoffe 4 g
Mineralstoffe 2 g

Spaghetti Torte 3 Ei M

Zutaten für ca. 12 Stücke:

125 g weiche Butter/Margarine
125 g + 40 g Zucker
1 Päckchen Vanille Zucker

3 Eier (Gr. M)

150 g Mehl,
2 TI Backpulver

5 Ei + 200 g Schlagsahne

400 ml Milch

1 Päckchen Puddingpulver Vanille oder Sahnegeschmack (zum Kochen; für 1/2 l Milch)

400 g Marzipan-Rohmasse

75 g Puderzucker

3 - 5 Ei (40 ml) Amaretto-Likör

1 Flasche (125 ml) Himbeersoße (z.B. von Schwartz)

ca. 3 - 4 Ei gemahlene Mandeln

evtl. Zitronenmelisse

Zubereitung:

Fett, 125 Zucker und Vanille Zucker cremig schlagen.

Eier einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, im Wechsel mit 5 Ei Sahne unterrühren.

In eine gefettete, mit Mehl ausgestreute Obstbodenform (28 cm Durchmesser) streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 175° Grad, Umluft: 150° Grad) 20 - 25 Minuten backen.

Auskühlen lassen und aus der Form lösen.

4 Ei Milch und Puddingpulver verrühren. Restliche Milch aufkochen. Puddingpulver einrühren und nochmals kurz aufkochen. Auskühlen lassen, dabei öfter umrühren.

200 g Sahne steif schlagen und unter den Pudding heben.

Auf den Tortenboden streichen.

Marzipan, Puderzucker und Likör verrühren und in eine Kartoffel- oder Spätzlepresse geben. Als Spaghetti auf die Torte drücken. Etwas Himbeersoße darüber gießen.

Torte mit Mandeln und Melisse verzieren.

Übrige Soße dazureichen.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Std., Wartezeit ca. 1 Std.

Spaghetti Torte 3 Ei M

Zutaten:

Biskuit:

3 Ei trennen

100 g Zucker

1 P. Vanillepuddingpulver auf

100 g Mehl auffüllen,

etwas Backpulver

Eiweiß mit Zucker schaumig schlagen. Eier unterheben.
Puddingpulver und Mehl sieben und ebenfalls unterheben.
Bei 200 °C ca. **12-15 Minuten backen**. 26er Form verwenden.

Füllung:

500 ml Sahne

250 g Quark

1 P. Paradiescreme Vanille

1 Dose Ananas,
Erdbeersauce,
Kokosflocken.

Sahne aufschlagen und 1 P. Paradiescreme Vanille unterrühren. Den Quark unterrühren. Ananas klein schneiden. Den ausgekühlten Boden mit etwas Creme bestreichen, Ananas darauf verteilen und mit nochmals etwas Creme dünn bestreichen. Die restliche Creme in den großen Spritzbeutel mit der Lochtülle und dem Spaghetti-Einsatz füllen. Die Torte von außen nach innen völlig mit Spaghettis bedecken. Erdbeersauce als "Tomatensauce" darüber gießen und die Kokosflocken als "Parmesan" darauf streuen

Spaghetti Torte mit Pfirsichen Ananas **3 Ei** **M**

Zutaten für den Biskuitteig:

3 Eiweiß

100 g Zucker

3 Eigelb

1 Päckchen Vanillepuddingpulver

Mehl (bis 100 g)

etwas Backpulver

Zutaten für den Belag:

500 ml Sahne

1 Päckchen Paradiescreme-Vanille

250 g Quark

1 Dose Pfirsiche oder Ananas
Erdbeersoße

Kokosflocken

Eiweiß steif schlagen, Zucker einrieseln lassen, Eigelb zufügen. Vanillepuddingpulver bis 100 g mit Mehl auffüllen, mit etwas Backpulver mischen, sieben und unterheben. Bei 200 Grad vorgeheizt ca. 12 bis 15 Minuten backen. Für die Füllung Sahne aufschlagen und Paradiescreme-Vanille unterrühren. Quark unterrühren. Etwas von der Creme auf den Biskuitboden geben. Pfirsiche oder Ananas klein schneiden, auf der Torte verteilen, nochmals dünn mit Creme bestreichen. Die restliche Creme in den großen Spritzbeutel mit der Lochtülle 20 und dem Spaghetti-Einsatz füllen. Die Torte von außen nach innen völlig mit "Spaghettis" bedecken. Erdbeersoße als "Tomatensoße" darüber gießen und Kokosflocken als "Parmesan" darauf streuen.

Spaghetti Trikolore

für 4 Personen

Zutaten:

400 g Spaghetti
1 Knoblauchzehe, gepresst
6 Tomaten Salz
1 großer Broccoli
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Tomaten mit heißem Wasser kurz überbrühen, enthäuten und entkernen. In grobe Stücke schneiden und zusammen mit den gerüsteten Broccoliköpfen (Stängel für eine Suppe verwenden) 20 Minuten köcheln lassen. Der Saft soll praktisch verdampft sein.

Den gepressten Knoblauch dazugeben, würzen und nochmals 5 Minuten weiter kochen lassen.

Über die "al dente" gekochten Spaghetti anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Spaghettiauflauf M

500 g Spaghetti kochen, in der Zeit
1 Zwiebel in Würfel schneiden und in

Olivenöl andünsten, dann die Nudeln hinzufügen und leicht anbraten.

500 g Broccoli in Röschen schneiden und im kochenden Wasser garen, in der Zeit werden

500 g Cocktailtomaten halbiert. Spaghetti in eine gefettete Auflaufform geben und die Hälfte der Tomaten darübergerben. Fertigen Broccoli in kl. Stücke schneiden und über Nudeln und Tomaten geben, restliche Tomaten als Abschluss.

4-5 Becher saure Sahne mit

250 g Käse, gerieben verrühren und mit

Salz und Pfeffer abschmecken. Alles über den Auflauf verteilen und ca. 30 Minuten im Backofen bei 200°C überbacken. Guten Appetit!

Spaghettini mit Löwenzahn in Bärlauchpesto M

Zutaten:

1 TI Balsamico-Essig

10 g Butter

1 Bund Bärlauch

20 g deutscher Hartkäse

4 El kaltgepresstes Rapsöl

1 Lorbeerblatt

32 Löwenzahnblütenknospen

10 g Pinienkerne

1 TI raffiniertes Rapsöl

Salz, Pfeffer

200 g Spaghettini

Zubereitung:

Für das Pesto Bärlauch in einem Mörser zerstoßen, bis sich eine Paste bildet. Die Pinienkerne zugeben, mit dem Stößel immeriterrühren. Nach und nach das kaltgepresste Rapsöl untermischen, bis man eine duftende grüne Paste erhält. Mit Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Spaghettini in kochendem Salzwasser mit dem Lorbeerblatt und dem raffinierten Rapsöl ca. 2-3 Minuten garen, in ein Sieb geben und abtropfen lassen, das Lorbeerblatt herausnehmen.

In eine Kasserolle geben, das Pesto vorsichtig untermischen und die Nudeln auf 4 vorgewärmte Teller verteilen.

Butter erhitzen und leicht bräunen lassen, dadurch erhält sie einen leicht nussigen Geschmack. In dieser Nussbutter die Löwenzahnblütenknospen ca. 1 Minute an sautieren, mit Salz und Pfeffer würzen, den Balsamico-Essig darüber träufeln und sofort über die angerichteten Spaghettini verteilen. Mit dem frittierten Rucola garnieren.

Spaghettipuffer mit Kräuterquark 3 Ei M

Für 3 Personen

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Zutaten:

300 g Gabelspaghetti
½ Bund Petersilie kraus
½ Bund Schnittlauch
½ Bund Dill
¾ Zwiebel

150 g Quark

75 g Joghurt

3 Eier

3 Ei Semmelbrösel
Salz,
schwarzer Pfeffer

Arbeitsschritte:

Vorbereitung:

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen.
Die Kräuter waschen, trocknen und fein hacken.
Die Zwiebel schälen und fein hacken.

Zubereitung Kräuterquark:

Den Quark mit dem Joghurt verrühren. Die Kräuter und die Zwiebel untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. (Wer es noch pikanter mag, kann auch noch eine Knoblauchzehe fein hacken und untermischen)

Zubereitung Spaghettipuffer:

Eier mit den Semmelbrösel verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die abgetropften Spaghetti untermischen.

In einer Pfanne Öl erhitzen. Die Nudelmasse mit einer Schöpfkelle portionsweise hineingeben und flach drücken. Ca. 3 Minuten pro Seite braten.

Die Spaghettipuffer mit dem Kräuterquark auf einem Teller anrichten.

Nährwerte:

kcal: 579

kj: 2.428

Tipps & Tricks:

Wer viele Puffer braten muß, kann sie im Backofen bei 100 Grad in einer geschlossenen Form warm stellen.

Spinat Spaghetti Auflauf M

Zutaten

250 g Spaghetti

600 g TK-Blattspinat

1 klein. Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Salz

Schwarzer Pfeffer

Muskat

1 Pack. Sahne

200 g Käse (Gouda)

Zubereitung

Spaghetti gar kochen. Spinat in wenig Salzwasser auftauen und gar dünsten. Zwiebel schälen, fein hacken und mit zerdrückter Knoblauchzehe in Margarine andünsten. Abgetropften Spinat dazugeben, würzen und die Sahne zugeben. Kurz aufkochen und abschmecken. Spaghetti in eine ausgefettete Auflaufform geben. Den Spinat darüber verteilen, den Käse reiben und über die Spinatschicht verstreuen. Bei 200°C im vorgeheizten Backofen 20 Minuten überbacken.

Vollkornspaghetti Bratling mit Paprikasauce M

Zutaten für 4 Personen

Für den Bratling:

200 g Vollkornspaghetti,

100 g zarte Haferflocken,

gut ¼ l Wasser,

Gemüsebrühe,

100 g Butterkäse (60 % Fett i. Tr.),

100 g Ricotta,

10 g Butter,
1 Zwiebel, ½ Bund Petersilie,
Kräutersalz,
50 ml Sonnenblumenöl,
150 g Semmelbrösel

Für die Sauce:

500 g (2 St.) Fleischtomaten,
400 g Broccoli,
20 g Butter,
40 g Sesam (ungeschält),
Salz, Pfeffer,
400 g gelbe Paprika,
1 Zwiebel,

75 ml Sahne,

1 Ei Weizenmehl (Type 405),
Meersalz,
Gemüsebrühe,
75 ml Wasser

Zubereitung:

Für die Nudeln 3 l Salzwasser aufsetzen.

Zwiebel schälen und würfeln. Vollkornspaghetti in das kochende Wasser geben und etwa 7 Minuten garen. Zwiebeln in 10 g Butter andünsten und gut ¼ l Wasser, Haferflocken und Gemüsebrühe hinzufügen und auf ausgeschalteter Kochplatte etwa 5 Minuten quellen lassen, abschmecken.

Broccoli in Röschen zerteilen. Fleischtomaten und Broccoliröschen ca. 3 Minuten blanchieren und abschrecken. Tomaten aushöhlen und mit Broccoli füllen. Die Broccolitomate mit Salz und Pfeffer würzen und mit 10 g Butterflöckchen besetzen.

Paprika putzen, waschen und zerkleinern, restliche Zwiebelwürfel mit 10 g Butter andünsten, mit Mehl bestäuben, Sahne und 75 ml Wasser angießen. Das Ganze etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen und pürieren. Die Sauce durch den Sieb streichen und abschmecken. Die Hafermasse vorsichtig mit den Spaghetti verkneten und 12 gleichgroße Stücke formen. Die Bratlinge in den Semmelbröseln wenden und anbraten. Anschließend eine Mulde in die Mitte drücken, mit Ricotta füllen und mit Butterkäse überbacken. Zwischenzeitlich Tomaten im Backofen erhitzen, alle Zutaten erwärmen und anrichten. Den Sesam in der trockenen Pfanne anrösten. Die Petersilie waschen und hacken. Die Bratlinge mit Petersilie und die Broccolitomate mit geröstetem Sesam bestreuen.

Zubereitungszeit: 80 Min.

Nährwerte pro Portion:

Eiweiß: 30 g kcal: 860

Fett: 43 g kJ: 3602
Kohlenhydrate: 87 g

Zucchini Spaghetti M

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Zucchini
2 Fleischtomate(n)
1 Zwiebel(n)
Salz und Pfeffer
1 Becher Crème fraîche
100 g Käse (Gouda), gerieben
2 El Öl (Olivenöl)
Basilikum
500 g Nudeln (Spaghetti)

Zubereitung:

Zwiebeln würfeln, Zucchini waschen, in kleine Scheiben schneiden, Tomaten häuten, in kleine Würfel schneiden, alles in heißem Öl andünsten, kräftig pfeffern. Creme fraîche mit Käse verrühren, salzen, mit dem Gemüse vermischen. In der Zwischenzeit die Spaghetti garen. Basilikum überstreuen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Spaghetti Tomaten

Bäuerlicher Spaghetti Eintopf M

Zutaten:

(4 Portionen)
500 g. Tomaten
200 g. Lauch
200 g. Möhren
200 g. Zwiebeln
100 g. Sellerie
250 g. Spaghetti

100 g. Emmentaler, gerieben

4 El. Öl
1 El. Butter
Salz

Pfeffer
Thymian

Zubereitung:

Tomaten brühen, abziehen und vierteln. Lauch putzen, in Scheiben schneiden und waschen. Möhren, Zwiebeln und Sellerie schälen und würfeln.

Etwa 2 l Wasser mit 2 El. Salz und etwas Öl zu Kochen bringen. Spaghetti hineingeben, 10 Minuten kochen, im Sieb kurz abspülen, abtropfen lassen und in Butter schwenken. Inzwischen übriges Öl im Topf erhitzen. Zuerst Zwiebeln, Möhren und Sellerie in etwa 5 Minuten glasig dünsten. Tomaten dazugeben, 5 Min. unbedeckt kochen. Lauch ins Gemüse mischen, 1 Minute kochen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Thymian abschmecken. Spaghetti und Gemüse mischen, in eine große Schüssel geben und mit Käse bestreuen. Dazu ein grüner Salat.

Gemüse Spaghetti Roma M

400 g Tomaten
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
400 g Zucchini
2 Möhren
Salz
2 El Olivenöl
Pfeffer
1 Basilikumzweig
400 g Spaghetti

50 g Parmesan, gerieben

Tomaten kurz m. kochendem Wasser überbrühen, in kaltem Wasser abschrecken u. Haut abziehen.

Tomaten vierteln u. in Würfel schneiden.

Schalotten u. Knoblauchzehen abziehen u. ebenfalls in feine Würfel schneiden.

Zucchini abbrausen, putzen u. in ca. 1 cm dicke Scheiben hobeln.

Anschließend Scheiben in Würfel schneiden.

Möhren abbrausen, schälen u. ebenfalls in ca. 1 cm dicke Würfel schneiden.

Möhrenwürfel ca. 3 Min in kochendem Salzwasser blanchieren u. auf einem Sieb abtropfen lassen.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalottenwürfel u. gehackten Knoblauch darin glasig andünsten.

Möhren u. Zucchini dazugeben u. kurz mitbraten.
Tomatenwürfel dazugeben. M. Salz u. Pfeffer würzen,
ca. 8 Min bei kleiner Hitze köcheln lassen u. noch 1-mal abschmecken.
Das Basilikum abbrausen u. trocken schütteln.
Blättchen v. den Stielen zupfen u. beiseite legen.

4 L Salzwasser zum Kochen bringen, Spaghetti darin nach Packungsanleitung bissfest garen.
Spaghetti abgießen, abtropfen lassen u. mit Tomatensoße mischen.
Anschließend auf Tellern anrichten, m. Parmesan bestreuen, m. den Basilikumblättchen garniert servieren

Spaghetti Auflauf M

Zutaten:

100 g Champignons
1 rote Paprika
1 mittelgroße rote Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln
400 g Gabelspaghetti
2 TL Öl

200 g Hüttenkäse

100 ml Tomatensaft

75 g geriebenen Gouda

Zubereitung:

- Champignons in Scheiben schneiden, Paprika in feine Streifen schneiden, Zwiebel hacken, Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden
- Spaghetti nach Packungsvorschrift kochen. Ofen auf 250° C vorheizen.
- Das Gemüse ca. 5 Min. in dem heißen Öl schmoren.
- Nudeln abgießen und in einer Schüssel mit der Gemüsemischung, dem Hüttenkäse, Tomatensaft und der Hälfte des Gouda mischen. In eine flache Auflaufform füllen. Den restlichen Gouda darüber streuen und 10 Min. im Ofen (Gas 5, Umluft 220° C) überbacken.

Spaghetti Bolognese Vegetariana M

Menge: 4 Portionen

350 g Spaghetti
15 g Butter

175 g Grüne Linsen
1 groß. Zwiebel
2 El Olivenöl
1 Knoblauchzehe zerdrückt
100 g Möhren gewürfelt
2 El Tomatenmark
2 El Petersilie gehackt
Salz
Pfeffer

Parmesan oder Cheddar gerieben

- 1) Zuerst die Sauce zubereiten: die gekochten Linsen abgießen und die Flüssigkeit aufheben.
- 2) Die Zwiebel mit dem Öl in einem mittelgroßen Topf 5 Minuten anbraten und etwas bräunen lassen, dann Knoblauch und Möhren hinzufügen.
- 3) Den Deckel aufsetzen und bei milder Hitze 15 Minuten garen, bis die Gemüse weich sind.
- 4) Linsen, Tomatenmark, Petersilie, Salz, Pfeffer und etwas Linsenflüssigkeit einrühren, so dass man eine dickflüssige Konsistenz erhält.
- 5) Etwa 10 Minuten, bevor die Linsensauce fertig ist, die Spaghetti al dente kochen.
- 6) Gut abtropfen lassen, dann die Spaghetti mit der Butter und schwarzen Pfeffer nach Geschmack wieder in den noch warmen Topf geben.
- 7) Darauf achten, dass Nudeln und Sauce wirklich heiß sind, dann die Spaghetti in eine große vorgewärmte Servierschüssel geben und die Sauce darüber gießen.
- 8) Nach Belieben geriebenen Käse getrennt dazu reichen.

Spaghetti Milanese M

500 g Spaghetti

100 g Gorgonzola

3 - 4 El Tomatenmark

Sahne oder Milch

Salz, Pfeffer

Cognac

Den Gorgonzola klein schneiden und in etwas Sahne oder Milch schmelzen und das Tomatenmark unterrühren, mit Sahne/Wasser aufgießen so dass eine cremige Sauce entsteht, salzen, pfeffern und zum Schluss mit einem kräftigen Schuss Cognac abschmecken. Die al dente gekochten Spaghetti unterrühren und (evtl. mit Parmesan) servieren. Je nach Geschmack kann man auch etwas mehr Tomatenmark dazugeben.

Viele Grüße

Susi

Spaghetti mit Champignon Tomatensauce M

Zutaten für 2 Portionen

250 g Nudeln (Spaghetti)

1 TI Olivenöl

250 g Champignons, frisch, geviertelt

500 g Tomate(n), frisch

1 Zwiebel(n), gewürfelt

1 Frühlingszwiebel(n), in feinen Röllchen

3 Zehe/n Knoblauch

1 El Tomatenmark

1 El Tomatenketchup

50 ml Milch (1,5%)

50 g Schafskäse (20% i. Tr.), klein gewürfelt

Salz und Pfeffer

Oregano

Basilikum

Kräuter der Provence, etc. (nach Geschmack)

Zubereitung

Spaghetti in Wasser bissfest garen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel, Frühlingszwiebel und den zerdrückten Knoblauch im heißen Öl anbraten. Champignons zugeben und einige Minuten dünsten. Tomaten häuten, würfeln und zu den Champignons geben. Tomatenmark und Ketchup zufügen und die Soße bei schwacher Hitze etwa 10 min. einkochen lassen. Anschließend die Milch und den Schafskäse zugeben, mit Pfeffer und Salz würzen und Gewürze nach Geschmack zufügen. Nochmals aufkochen und sofort mit den Spaghetti servieren.

Pro Person ca. 600 kcal, 7,5 g F, 11,3 %

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
09.10.04 hadassa

Spaghetti mit frischen Tomaten

Spaghetti al Pomodori fresco

Zutaten für 2 Portionen
200 g Nudeln (Spaghetti)
200 g Kirschtomate(n)
1 Zehe/n Knoblauch
10 Blätter Basilikum
Salz
Pfeffer
3 El Olivenöl

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.
Cocktailtomaten waschen, abtrocknen und vierteln. Knoblauch schälen und fein hacken. Basilikum säubern und in feine Streifen schneiden. Die Hälfte des Olivenöls erhitzen und darin die Tomaten und den Knoblauch einige Minuten andünsten. Tomaten nicht zu weich werden lassen! Salzen und pfeffern, Basilikum und das restliche Olivenöl hinzufügen. Spaghetti abgießen, abtropfen lassen und mit den Tomaten vermischen. Heiß servieren.

Spaghetti mit Gemüsesauce

2 Personen

200 g Zucchini
200 g Stangensellerie
200 g Möhren
250 g Fleischtomaten
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 Essl. Olivenöl
2 Essl. Tomatenmark
1 1/2 Teel. Italienische Kräutermischung
Salz, Pfeffer
200 g Spaghetti

Zucchini, Sellerie und Möhren waschen, putzen und klein würfeln. Etwas zartes Selleriegrün beiseite legen. Die Tomaten überbrühen, häuten, entkernen und grob würfeln.

2. Knoblauch und Zwiebel schälen, fein würfeln. Im heißen Öl in einer großen beschichteten Pfanne glasig dünsten. Gemüse zufügen und 3 Min. braten. Das Tomatenmark, Kräutermischung, etwas Salz und Pfeffer zugeben, die Sauce ohne Deckel unter gelegentlichem Rühren etwa 15 Min. einkochen lassen, bis sie beginnt sämig zu werden.

3. Inzwischen die Spaghetti in Salzwasser nach Packungsangabe bissfest kochen. Selleriegrün bis auf einige Blättchen fein hacken, unter die Sauce rühren, abschmecken. Mit den abgetropften Spaghetti in tiefen Tellern anrichten, mit den Sellerieblättchen garniert servieren.

Zubereitungszeit: 35 Min.

Pro Portion Fett 9 g/16% Eiweiß 18 g KH 89 g

Ballast 2 g kcal 509

Spaghetti mit kalter feuriger Tomatensauce M

120 g Vollkornspaghetti roh
Meersalz

Sauce

400 g Tomaten reif
1 Paprikaschote rot
10 Oliven schwarz
1 El Olivenöl kaltgepresst
1/4 TI Cayennepfeffer
1/2 TI Chilipulver
1/2 TI Rosmarin
1 TI Paprikapulver edelsüß
1 TI Kräutersalz
2 Knoblauchzehen
3 El Petersilie gehackt

2 El Sahne süß

Tomaten von den Stielansätzen befreien und in große Stücke schneiden. Paprikaschote vom Kerngehäuse befreien, in Stücke schneiden und mit den Tomaten mit dem Schneidestab pürieren. Das Püree durch ein Sieb streichen.

Die Oliven entsteinen, hacken, mit dem Olivenöl zusammen in das Püree rühren und mit den Gewürzen kräftig abschmecken. Die Knoblauchzehen durch eine Presse dazudrücken. Zum Schluss die gehackte Petersilie darunter rühren und die Sauce mit der Sahne verfeinern.

Die Spaghetti in leicht gesalzenem Wasser etwa 10 Minuten bissfest garen, abgießen und mit der Sauce anrichten.

Variante: Statt Spaghetti kann auch Naturreis genommen werden.

Spaghetti mit Rucola M

Zutaten für 3 Personen

500 g Spaghetti

125 g Cocktailtomaten

125 g Rucola

Salz, Olivenöl

Zubereitung

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen, abseihen. Im Kochtopf etwas Olivenöl erhitzen, die halbierten Tomaten kurz anbraten und den Topf vom Feuer nehmen. Den Rucola und die Spaghetti dazugeben und gut durchmischen.

Mit frischgeriebenem Parmesan servieren.

Spaghetti mit Tomaten Walnuss Sauce V

(4 Portionen, 655 kcal pro Portion)

Zutaten:

2 vollreife Tomaten

1 Schalotte

1/4 Stange Staudensellerie

1/2 Möhre

1 TI neutrales Pflanzenöl

1 El gehackte Petersilie

50 ml Gemüsebrühe (Instant)

100 g Vollkornspaghetti

25 g Walnüsse

1 TI Walnussöl

Salz

Pfeffer

1 Msp. gem. Peperoncino

Zubereitung:

Die Tomaten häuten, das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Schalotte fein

hacken, den Sellerie und die Möhre in kleine Würfel schneiden. Das Öl erhitzen und die Schalotte, den Sellerie und die Möhre darin bei schwacher Hitze 5 Minuten dünsten. Die Tomaten, die Petersilie und die Gemüsebrühe zufügen. Die Sauce aufkochen, dann zugedeckt bei schwacher Hitze 20-25 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen die Spaghetti bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen.

Die Walnüsse hacken. Das Walnussöl behutsam erhitzen und die Nüsse darin bei schwacher Hitze 5 Minuten rühren. Die Tomatensauce mit dem Stabmixer

pürieren, mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken und die Walnüsse unterrühren. Die Sauce mit den Spaghetti vermischen.

Spaghetti mit Tomaten, Oliven und Kräutern

Spaghetti con Pomodori, Olive el herbe

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (Spaghetti)

3 El Olivenöl

100 g Tomate(n), sonnengetrocknet / eingeweicht und gewürfelt

2 TI Chili - Flocken

4 Zehe/n Knoblauch, gehackt

400 g Tomate(n) (Tetrapack)

1 Bund Oregano, gehackt

3 Zweig/e Rosmarin

Salz

Zucker

150 g Oliven, schwarze?, entsteint und in Ringen

170 g Käse, Pecorino, gerieben

Zubereitung

Spaghetti al dente garen, Knoblauch in Olivenöl andünsten, Chiliflocken, Tomaten (sonnengetrocknet.) und Oliven dazu tun und etwas mitbraten. Tomaten einrühren und 7 Minuten köcheln lassen. Kräuter untermischen, Spaghetti in die Sauce tun, 1 Minute ziehen lassen und abschmecken. Vor dem Servieren mit Pecorino bestreuen.

Spaghetti mit Zucchini Tomatensoße M

Für 4 Kinder

300 g Soja-Spaghetti, lt. Anweisung in Salzwasser gekocht

1-2 El Olivenöl

300 g Zucchini, in kleine Würfel geschnitten
2 kl. Gläser Tomatenmark

1 Becher süße Sahne

Salz,
Pfeffer
Oregano

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini leicht anbraten. Tomatenmark mit der gleichen Menge Wasser und süßer Sahne verrühren, über die Zucchini geben und mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Spaghetti Salat

(Zutaten für vier Personen)

250 g Spaghetti
7 El Olivenöl
2 Z Knoblauch
50 g getrocknete Tomaten (in Öl)
4 St Tomaten
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
1 Bund Basilikum

In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghetti nach Packungsanweisung al dente garen. Anschließend in ein Sieb abschütten, zwei Esslöffel Olivenöl darüber träufeln und abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit die Knoblauchzehen pellen und mit den abgetropften Tomaten pürieren. Das restliche Olivenöl einrühren und das Tomatenpüree mit den Nudeln mischen. Die gewaschenen und fein gewürfelten Tomaten zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat mit gehacktem Basilikum bestreut servieren.

Nährwerte (pro Portion)

Energie 425 kcal/1783 kJ
Eiweiß 9 g
Fett 23 g
Kohlenhydrate 46 g
Ballaststoffe 4 g
Mineralstoffe 2 g

Spaghetti Salat mit Steinpilzen

(20 Partyportionen oder
für 6 Personen als Imbiss)

Zutaten:

50 g getrocknete Steinpilze
350 ml Weißwein
150 g Zwiebeln
5 Knoblauchzehen
150 ml Olivenöl
1 große Dose Tomaten
8 Essl. Zitronensaft
Salz,
Pfeffer
300 g Spaghettini
2 Bund Basilikum
3 Bund glatte Petersilie
120 g geriebener Pecorino (oder Parmesan)

Zubereitung:

Am Vortag Steinpilze in 150 ml wein einkochen bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. hacken. Zwiebeln und Knoblauch würfeln, in 30 ml Olivenöl andünsten. Pilze, restlichen Wein, Tomaten mit Saft und Zitronensaft dazugeben. Bei milder Hitze im geschlossenen Topf 30 Minuten köcheln lassen bis die Tomaten zerfallen sind. Abkühlen lassen. 100 ml Olivenöl (wirklich!) unterrühren. Salzen und pfeffern. Zugedeckt kalt stellen.

Am nächsten Tag Nudeln (in kürzere Teile gebrochen) garen, abtropfen lassen und heiß unter die eiskalte Pilz-Tomatensoße mischen. Salzen, pfeffern. Nicht zu kühl stellen. Vor dem Servieren die kleingeschnittenen Kräuter untermischen und den Käse darübergeben.

Spaghettigericht mit Tomaten

Zutaten für 2 Portionen
2 Port. Nudeln (Spaghetti)
5 Tomate(n)
1 Zehe/n Knoblauch
1 Zwiebel(n)
Salz und Pfeffer
Basilikum

Wasser

Zubereitung

Die Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Tomaten und Zwiebeln klein schneiden. Zwiebeln in teflonbeschichteter Pfanne andünsten, bis sie glasig sind, Tomatenstücke dann hinzugeben, alles schmoren lassen. Ab und zu etwas Wasser zugeben, damit die soßenähnliche Konsistenz erhalten bleibt. Am Ende mit Salz, Pfeffer und Basilikum würzen. Zehe pressen und unterrühren. Fertig.

Tomatennudeln mit Spinat M

4 Port

500 g Blattspinat
3 Tomaten; mittelgroß
100 Gramm Mandeln; ungeschält
1 Zwiebel
400 Gramm Spaghetti
Salz
1 El . Öl
1 El . Tomatenmark
3 El . Oliven; schwarz, in Scheiben
Pfeffer
Paprika; edelsüß
4 Stiele Thymian
Parmesan; zum Bestreuen

Spinat putzen, waschen und in kochendem Wasser 2-3 Min. blanchieren. Abtropfen lassen. Tomaten waschen, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Mandeln grob hacken. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Min. garen. Anschließend abgießen und gut abtropfen lassen.

Öl erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Das Tomatenmark zufügen und kurz anschwitzen. 5 El Wasser dazugeben und verrühren. Die Nudeln zugeben und untermischen. Spinat, Tomaten, Mandeln und Oliven zufügen und kurz mit erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig abschmecken.

Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Hälfte fein hacken und unter die Nudeln rühren. Dann auf eine Platte geben, mit restlichem Thymian anrichten. Mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Spätzle fertige

Champignon Käse Spätzle M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Spätzle, getrocknete Eierspätzle oder entsprechende Menge frisch
Salz

1 kl. Kopf Spitzkohl, ca. 600g

500 g Champignons

60 g Butter

Pfeffer

Muskat, gerieben

1/8 Liter Gemüsebrühe

150 g Crème fraîche

200 g Käse, geriebener Gouda

2 m.-große Zwiebeln

Zubereitung

Spätzle in Salzwasser ca. 16 Minuten kochen. Spitzkohl in Streifen schneiden. Champignons halbieren. 20g Butter in einer Pfanne erhitzen, Kohl darin unter Wenden bei starker Hitze 5 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Herausnehmen. Champignons in 25g heißer Butter anbraten. Mit Brühe ablöschen. Aufkochen, vom Herd nehmen und Creme fraîche einrühren. Würzen. Spätzle abtropfen lassen, Hälfte in eine gefettete Auflaufform geben, mit 100g Käse bestreuen. Darauf den Spitzkohl und Champignons geben. Rest Spätzle darauf verteilen, mit restlichen Käse bestreuen. Bei 225°C ca. 10 Minuten gratinieren. Zwiebeln in Ringe schneiden, in 15g Butter goldbraun braten und auf die fertigen Spätzle geben.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.05.05 hirlitschka

Champignons auf schwäbische Art 1 Eigelb M

Zutaten

500 g Champignon; frisch

20 g Butter; oder Margarine

1 kleine Zwiebel

1/2 Zitrone; Saft

Salz

Weißer Pfeffer
Wasser
Speisestärke

1 Eigelb

1/4 l Sahne

250 g Spätzle; oder Bandnudeln
1 1/2 l Wasser
Salz

Zubereitung

Frische Champignons sorgfältig putzen und waschen und in Scheiben schneiden. Butter erhitzen.

Zwiebel schälen und klein würfeln - in der Butter glasig dünsten.

Pilze hinzugeben und alles ca. 15 Minuten dünsten.

Inzwischen 1 1/2 l Wasser mit Salz zum Kochen bringen und in das kochende Wasser Spätzle geben. Das Ganze ca. 12 Minuten leise köcheln lassen. Danach wird das Spätzlewasser abgegossen.

Die gedünsteten Pilze mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Wasser angießen. Mit in kaltem Wasser angerührter Speisestärke (ca. 20 g) binden. Das Eigelb mit der Sahne mischen und mit den Pilzen unterrühren. Noch mal erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen.

Wird als Sauce zu den Spätzle bei Tisch serviert.

Curryspätzle

4 Personen,

20 g Ingwer
380 g Ananasstücke (Dose)
2 El Speiseöl
500 g Spätzle (Kühlregal)
250 g TK-Möhren
250 g TK-Zuckerschoten
2 Tl Curry

Den Ingwer schälen und mit einem Messer fein hacken. Die Ananas abgießen und 100 ml Ananassaft auffangen. Öl in der Pfanne erhitzen und das darin die Spätzle bei mittlerer Hitze braten, nach 5 Min die Möhren und nach weiteren 5 Min die Zuckerschoten dazugeben und alles 2 Min braten. Den Ananassaft mit dem Curry verrühren, den Ingwer hinzufügen, alles vermengen und zu den Spätzle geben. Auf Tellern angerichtet servieren

349 kcal, 9,3 g Fett = 24 %, 4 BE

Spätzle Gratin mit Pfifferlingen

(Für 4 Personen)

Zutaten:

1 großes Glas Pfifferlinge (ca. 300 g),
1 Zwiebel,
2 El Butter,
Salz,
Pfeffer,
Muskat,
600 g gekühlte Spätzle (Fertigprodukt),

150 g Schlagsahne,

150 g Reibekäse,

1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

1. Den Elektro-Ofen auf 225 Grad vorheizen.
2. Inzwischen die Pfifferlinge abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne schmelzen. 1 - 2 Tl abnehmen und damit zwei flache Gratinformen ausstreichen. Zwiebel in Butter anschwitzen. Pilze zufügen und kurz anbraten, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
3. Spätzle unter die Pilze mischen und sofort in die beiden Gratinformen verteilen. Sahne mit der Hälfte des Käses mischen, würzen und über die Spätzle geben. Restlichen Käse überstreuen und alles im Ofen bei 225 Grad (Gas: Stufe 4) 8-10 Minuten auf der 2. Schiene von oben überbacken. Mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Getränk:

helles Bier

Spätzle Gratin mit Pfifferlingen M

1 kl Ds. Pfifferlinge ,
1 Zwiebel,
2 El Butter,
Salz,

Pfeffer,
Muskat,
300 g gekühlte Spätzle,

100 g Schlagsahne,

100 g Reibekäse,

1 Bund Schnittlauch

Den Elektro-Ofen auf 225°C vorheizen. Inzwischen die Pfifferlinge abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne schmelzen. 1TL abnehmen und damit eine flache Gratinformen ausstreichen. Zwiebel in Butter anschwitzen. Pilze zufügen und kurz anbraten, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Spätzle unter die Pilze mischen und sofort in die Gratinform verteilen. Sahne mit der Hälfte des Käses mischen, würzen und über die Spätzle geben. Restlichen Käse überstreuen und alles im Ofen bei 225°C 8-10 Min. auf der 2. Schiene von oben überbacken. Mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Spätzle Pizza 4 Ei M

(4 Personen)

Zutaten:

300 g Eierspätzle

Salz

150 g Greyerzer-Käse

1 Bund Majoran

150 ml Milch

100 g Schlagsahne

4 Eier

Pfeffer

Muskat

je 250 g rote und gelbe Kirschtomaten

Zubereitung:

Spätzle in Salzwasser bissfest garen.

Käse reiben, Majoran waschen abzupfen und die Hälfte fein hacken

Milch, Sahne, Eier und 100 g geriebenen Käse verrühren.

Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen.

Spätzle abgießen und kalt abschrecken, gut abtropfen lassen.

Pizzabackform fetten.

Spätzle hineingeben und Käse-Sahnemischung darüber gießen. Leicht andrücken.

Im vorgeheizten Backofen 200° ca. 10 Minuten backen.

Tomaten waschen, und halbieren.

Pizza rausnehmen, Tomatenhälften, übrigen Majoran und restlichen Käse darauf verteilen.

Spätzlepizza nochmals 10-15 Minuten bei gleicher Temperatur goldbraun backen.

Spätzlepizza mit Tomaten 4 Ei M

Zutaten:

300 g Eierspätzle

Salz,

Pfeffer

150 g Greyerzer-Käse

1 Bund Majoran

150 ml Milch

100 g Schlagsahne

4 Eier (Größe M)

geriebene Muskatnuss

je 250 g rote und gelbe Kirschtomaten

Fett für die Form (lasse ich persönlich immer weg)

Zubereitung:

1. Eierspätzle in reichlich kochendem Salzwasser gemäß Packungsangabe bissfest garen. Käse reiben. Majoranblättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Milch, Sahne, Eier und 100 g geriebenen Käse verrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen.

2. Eine Pizzabackform (Durchmesser 28 cm) fetten (oder Backpapier drunter legen!). Spätzle hineingeben, Käse-Sahne-Mischung darüber gießen und leicht andrücken. Pizza im vorgeheizten Backofen (E-Herd:

200°C/Umluft:

175°C/Gasherd: Stufe 3) ca. 10 Minuten backen.

3. Tomaten halbieren. Pizza mit den Tomatenhälften, übrigem Majoran und restlichem Käse belegen. Nochmals 10 - 15 Min. bei gleicher Temperatur backen.

Spinat Spätzle M

Zutaten für 3 Portionen

250 g Spätzle

100 g Blattspinat TK

100 g Champignons

80 g Kräuterbutter

Salz und Pfeffer

1 Zehe/n Knoblauch

80 g Käse Gouda, gerieben

Zubereitung

Spätzle in reichlich Salzwasser al dente kochen. Blattspinat auftauen, Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Kräuterbutter erhitzen, Champignons und Spinat darin andünsten, mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Dann die abgetropften Spätzle dazugeben und umrühren. Zum Schluss noch den Käse darüber streuen.

Brennwert p. P.: 367

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

07.01.06 Dussel

Spätzle Herstellen

Apfelspätzle aus Thurgau 3 Ei

300 g. Mehl,

3 Eier,

1 Msp. Mimt,

2 El. Zucker,

200ml. Apfelsaft,

1 Apfel, geschält u. in Scheiben

50 g. Butter und

Zimt-Zucker

Mehl in eine Schüssel sieben. die nächsten vier Zutaten verrühren. und zum mischen. solange rühren, bis der Teig , blasen wirft und glatt und fest ist. Mit Spätzlebrett, Spätzle, in kochendes Salzwasser tun und garen, bis sie an die Oberfläche kommen, abtropfen lassen und in heißere Butter rösten.

Badische Butterspätzle 2 Ei M

Zutaten:

400 g Mehl,

2 Eier,

3/16 l Milch,

Salz,

80 g Butter

Zubereitung:

Mehl, aufgeschlagene Eier, Milch und etwa 1/2 Teelöffel Salz in eine Schüssel geben. Mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten, elastischen Teig verarbeiten. Er ist fertig, wenn er Blasen wirft.

Reichlich Wasser kräftig salzen und sprudelnd aufkochen lassen.

Ein Spätzlebrett oder ein Holzbrett mit Griff gut anfeuchten und 2-3 Esslöffel Teig darauf streichen. Den Teig mit einem Messer mit einer etwa 15 cm langen Klinge portionsweise in dünnen, höchstens 1 cm breiten Streifen in das kochende Wasser schaben und 2 Minuten kochen lassen. Die Spätzle mit einem Schaumlöffel herausheben, in ein Sieb oder einen Durchschlag geben und kalt abbrausen. Gründlich abtropfen lassen und auf einem Brett oder einer Platte ausbreiten, damit sie kernig bleiben.

Wenn alle Spätzle fertig sind, die Butter in einem Topf erhitzen und die Spätzle darin schwenken, damit sie wieder warm werden. Dann rasch servieren.

Die Spätzle können nach Belieben mit grob geraspelttem oder geriebenem Emmentaler Käse bestreut werden. Oder man gibt in Butter goldbraun geröstete Zwiebeln darüber.

Variation:

Die Spätzle mit heißem Wasser abbrausen und in eine vorgewärmte Schüssel geben. Die Butter erhitzen und darin 3 Esslöffel Semmelbrösel goldbraun rösten. Über die heißen Spätzle gießen.

Basilikumspätzle mit Röstzwiebeln 3 Ei M

Zutaten für den Teig:

1 Bund Basilikum

300 g Mehl

3 Eier

Wasser nach Bedarf

Weitere Zutaten:

1 TI Salz

1 EI Basilikumöl

450 g Emmentaler oder Greyerzer Käse

Salz

Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Basilikum im Mixer pürieren. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Salz, Eier und das pürierte Basilikum zugeben und verrühren. Wasser nach Bedarf zugeben, bis die Masse zähflüssig ist. Anschließend wie nach Grundrezept Spätzle schaben. Spätzle auf eine vorgewärmte Platte geben. Zwiebeln in feine Ringe schneiden und in heißem Öl goldbraun rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Käse reiben. Käse und Spätzle abwechselnd aufeinander schichten. Anschließend die Zwiebeln darauf verteilen. Dazu paßt: grüner Salat.

Bergler Spätzle 5 Ei M

(4 Personen)

Zutaten:

500 g Weizenmehl

4-5 Eier

1 TI Salz

etwas Wasser

150 g geriebenen Emmentaler

150 g geriebenen Bergkäse

150 g Weißlacker

100 g Romandur

100 g Butter,

2 Zwiebeln

Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Mehl, Eier und Wasser in eine Schüssel geben, und solange schlagen bis der Teig Blasen wirft. Der Teig muß zäh sein, evtl. noch Wasser oder Mehl zugeben.
2. Spätzle über den Hobel ins kochende Wasser hobeln.
3. Schichtweise Spätzle, verschiedene Käsesorten, Salz und Pfeffer in eine vorgewärmte Schüssel geben. Gut durchmischen.
4. In Butter gebräunte Zwiebel darauf geben und sofort servieren

Mir schmeckt dazu am besten ein frischer Kopfsalat!!! Und es schmeckt echt lecker :-))))

getrocknete Bohnen mit Spätzle 2 Ei

Dörrbohnen mit Knöpfli

Zutaten:

- 150 g Dörrbohnen,
- 2 Ei Butterfett,
- 2 Zwiebeln (fein gehackt),
- 50 g Butter

für die Knöpfli:

200 g Mehl,

2 Eier,

Wasser (soviel wie für einen Knöpfleteig erforderlich)

Zubereitung:

Die Bohnen in kaltem Wasser einweichen, am besten über Nacht.
Eine fein gehackte Zwiebel in Butterfett dämpfen und mit 1 Tasse Einweichwasser ablöschen. Die eingeweichten und abgetropften Bohnen dazu geben und bei geschlossenem Topf, auf kleinem Feuer weich kochen (ca. 1 Stunde).

Mehl, Eier und Wasser mischen und zu einem festen Knöpfleteig schlagen bis der Teig Blasen wirft. Den Teig durch ein Salatsieb in köchelndes Salzwasser drücken. Wenn die Knöpfli an die Oberfläche kommen, mit dem Schaumlöffel herausnehmen.

In einer tiefen Schüssel abwechselnd eine Lage Knöpfli, eine Lage Bohnen usw. schichten, zuoberst sollte eine Lage Knöpfli sein.
In heißer Butter die zweite fein gehackte Zwiebel hellbraun rösten und über die Bohnen Knöpfli geben.

Kartoffelspätzle 2 Ei M

100 g Kartoffeln,
250 g Mehl,
50 g Buchweizenmehl,

2 Eier,

½ Tasse Milch,

100 g geriebener Parmesan,
Kräutersalz,
je 1 Ei geh. Schnittlauch + Petersilie,
braune Butter

Die Kartoffeln schälen und fein reiben. Mit dem Mehl, dem Buchweizenmehl, den Eiern, der Milch und ½ Tasse Wasser zu einem Nudelteig vermengen. Den Teig 45 Minuten ruhen lassen, dann durch den Spätzlehobel oder mit einem Messer von einem Brett in kochendes Wasser streichen. Sobald die Spätzle oben schwimmen, mit eitrer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen. Lagenweise mit geriebenem Käse und Kräutern in Schüssel füllen und mit der braunen Butter begießen.

Käse Spätzle 2 Ei M

Für die Form:
Ein Teelöffel Butter.

Für die Spätzle:

150 Gramm alter Emmentaler,
zwei Zwiebeln,
ein Ei Butter,
375 Gramm Mehl,
ein Achtelliter Wasser,

2 Eier,

ein halber Teelöffel Salz.

Zum Aufkochen:

vier Liter Wasser,
ein Teelöffel Salz.

Pro Person etwa: 2.430 Joule/580 Kalorien.

Garzeit:

Zehn Minuten.

Zeit zum Überbacken:

15 Minuten.

Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen. Den Käse reiben, die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Die Butter in der Pfanne zerlassen und die Zwiebeln darin goldbraun braten. Aus dem Mehl, dem Wasser, den Eiern und dem Salz einen nicht zu weichen Spätzleteig herstellen. Das Wasser mit dem Salz zum Kochen bringen, die Spätzle darin garen, mit dem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Spätzle lagenweise in die Form geben, jede Lage mit Zwiebelringen belegen und mit Käse bestreuen. Die unterste und die oberste Schicht soll aus Spätzle bestehen; nur die Hälfte der Zwiebelringe verbrauchen. Die Spätzle auf der mittleren Schiebeleiste 15 Minuten im Backofen überbacken. Die restlichen Zwiebelringe darauf geben und in der Form servieren. Dazu schmeckt gedünstetes Sauerkraut, Sauerkrautsalat mit Feldsalat garniert oder Kopfsalat mit American Dressing.

Käsespätzle 1 Ei + 1 Eigelb M

für 2 Personen

150 g Mehl

1 Ei

1 Eigelb

Salz

Pfeffer

geriebener Muskatnuss

2 kleine Zwiebeln

1 Ei Butter

1/2 Suppenwürfel

Fett für die Form

100 g Greyerzer Käse

1/2 Bd Schnittlauch

Mehl, Ei, Eigelb und 6 El Wasser zu einem zähflüssigen Teig verarbeiten, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Teig dünn auf ein feuchtes Brett streichen. Mit einem breiten Messer Spätzle sofort in reichlich kochendes Salzwasser schaben. Aufsteigende Spätzle herausnehmen, abschrecken, abtropfen lassen. Zwiebel schälen, hacken und in der heißen Butter andünsten. 100 ml Wasser und den Suppenwürfel zugeben, etwas einkochen lassen. Spätzle in eine gefettete Auflaufform geben, Zwiebelbrühe angießen, mit den Spätzle mischen. Mit geriebenem Käse bestreuen. Im heißen Ofen bei 200 Grad etwa 15 Min garen. Mit Schnittlauchröllchen anrichten.

Käsespätzle 2 Ei M

Glutenfrei

100 g Hirsemehl
100 g Buchweizenmehl
50 g Sojamehl

2 Eier

2 1/2 El Salz
ca. 125 ml Wasser

4 Zwiebeln, in Ringe geschnitten
5 El Olivenöl

125 g Tilsiter, grob gerieben

125 g Edamer, grob gerieben

Kräutersalz

schwarzer Pfeffer

Hirse-, Buchweizen- und Sojamehl mit den Eiern, 1/2 Tl Salz sowie dem Wasser in eine Schüssel geben und zu einem flüssigen Teig verarbeiten. Teig etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Zwiebeln im heißen Öl leicht anbraten.

In einem großen Topf reichlich Wasser mit 2 El Salz zum Kochen bringen. Teig durch eine Spätzlepresse ins siedende Wasser drücken. Sobald die Spätzle an die Wasseroberfläche aufsteigen, die Spätzle mit einem Schaumlöffel herausnehmen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

Spätzle, Käse und Zwiebeln in eine Auflaufform geben, miteinander vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Ofen überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten + 30 Minuten Ruhezeit

Käsespätzle 3 Ei M

500 g Mehl

3 Eier

2 TL Salz

1/4 l Wasser

2 EI Butter

100 g geriebener Allgäuer Emmentaler

4 EI Zwiebeln

2 EI Öl

Aus Mehl, Eiern, Salz und Wasser einen Teig zubereiten. Von einem Brett mit einem Messer Spätzle in kochendes Salzwasser schaben. Kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. Dann abgießen und gut abschrecken. Abwechselnd eine Schicht Spätzle und Käse in eine Auflaufform schichten. Erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Im erhitzten Öl goldbraun rösten. Die Spätzle damit anrichten.

dazu Blattsalat mit Kräuter-Vinaigrette

Käsespätzle mit Röstzwiebeln 3 Ei M

375 g Mehl

3 Eier

Salz

1 EI Öl

200 g Emmentaler geraspelt

1 Gemüsezwiebel ca 500 g, in Streifen

2 EI Butterschmalz

1 Bund Schnittlauch in Röllchen

Mehl, Eier, Salz und 200 ml Wasser mit den Knethaken des Handrührers zu einem Teig verarbeiten. Den Teig 10 Min schlagen, bis er Blasen wirft. Das Öl unterkneten und zu Spätzle verarbeiten. Spätzle auf Tellern mit Käse bestreut im 150 Grad heißen Ofen 15-20 Min überbacken. Zwiebel im Schmalz goldbraun braten. Über die Spätzle geben, mit Schnittlauch bestreuen. dazu passt kräftiger Blattsalat

Käsespätzle nach Uroma 4 Ei M

350 g Mehl
1 Tl Salz
1 Prise Muskat

4 Eier

¼ l Schlagsahne

2 Zwiebeln
2 Ei Butter

200 g ger. Emmentaler

½ Bd Schnittlauch

Mehl in eine Schüssel sieben, Salz, Muskat, Eier und warmes Wasser hinzufügen, alles kräftig zu einem Teig verarbeiten, bis er Blasen wirft und sich vom Löffel löst. 15 Min. ruhen lassen. Befeuchtetes Brett dünn mit Spätzle-Teig bestreichen, mit dem Teigschaber dünne Streifen in kochendes Salzwasser schaben, ziehen lassen, bis die Spätzle oben schwimmen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und mit dem Käse lagenweise in eine Schüssel schichten. Sahne bis auf 3 Ei darüber gießen. Zwiebeln schälen, würfeln, in der Butter andünsten und über die Käsespatzen geben. Restliche Sahne steif schlagen über die Spätzle geben und 3 Min bei 160-180°C überbacken. Alles mit dem gewaschenen in Röllchen geschnittenen Schnittlauch bestreuen und servieren

Kässpätzle 3 Ei M

Zutaten:

3/4 kg griffiges Mehl
Salz

3. Eier

1/2 l Wasser

25 dag Bergkäse, gerieben

15 dag Butter
30 dag Zwiebel, in feine Ringe geschnitten

Zubereitung:

Mehl, Salz, Wasser und Eier gut verrühren (nicht abschlagen). Den Teig durch ein Spätzlesieb in kochendes Salzwasser drücken, aufkochen lassen, abseihen, kurz abschrecken, abwechselnd mit dem Käse schichtweise in eine befettete feuerfeste Form geben, mit in Butter gerösteter Zwiebel belegen, im Rohr gut durchwärmen.

Kässpätzle mit Weißbier 6 Ei M

Menge: 4 Port.

500 g Mehl,

6 Eier,

¼ l Weißbier,

1 Prise/n Salz,

Muskat,

200 g geriebenen Emmentaler,

300 g geriebener Bergkäse

Aus Mehl, Eiern, Weißbier und den Gewürzen einen Spätzleteig herstellen. Spätzle vom Brett schaben oder durch die Spätzlepresse drücken. Dann aus dem Kochwasser schöpfen, abwechselnd die Spätzle und den gemischten Käse in eine feuerfeste Form schichten. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C 10-15 Minuten erwärmen, bis der Käse schöne Fäden zieht. Mit goldbraun gerösteten

Kräuterspätzle 5 Ei

Als Kräuter für dieses Rezept kann man z.B. Petersilie, Liebstöckel, Estragon, Salbei oder Sauerampfer nehmen. Frische Brenneseeln sind auch ein Versuch wert (gibt es im Frühjahr). Auch Mischungen verschiedener Kräuter können nach Geschmack genommen werden.

Zutaten für den Teig:

500 g Mehl

5 Eier

150-250 ml Wasser

Salz

4 El fein gehackte Kräuter

Teig wie im Grundrezept zusammenrühren und vor der Weiterverarbeitung die Kräuter untermengen. Passt sehr gut zu frischem Salat.

Kräuterspätzle mit Sahne Pilzen 2 Ei M

4 Portionen

FÜR DEN TEIG

125 g Weizenmehl
125 g Weizenvollkornmehl
2 El. Frisch gehackte Petersilie
2 El. Frisch gehackten Schnittlauch
1 Prise Muskatnuss
Salz

2 Eier

1 El. Olivenöl

FÜR DIE SOSSE

250 g Egerlinge
1 Knoblauchzehe
1 Frühlingszwiebel
1 El. Öl
4 El. Weißwein
1/2 Teel. Frisch gehackter Estragon
Salz
Pfeffer

3 El. Creme fraiche

2 El. Kefir

Weizenmehl, Weizenvollkornmehl, Petersilie und Schnittlauch mischen und mit dem Muskat, Salz und den Eiern verrühren. Etwa 1/8 l Wasser hinzufügen, bis ein zäher Teig entsteht. Den Teig schlagen, bis er Blasen wirft, dann das Öl unterarbeiten. Den Teig etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen für die Soße die Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch hacken. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und kleinschneiden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch, die Zwiebel und die Pilze darin dünsten, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Nach Belieben den Wein und Estragon hinzufügen, die Pilze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Reichlich Salzwasser aufkochen lassen. Den Spätzleteig portionsweise von einem nassen Brett mit einem nassen Messer in schmalen Streifen ins sprudelnde Wasser schaben. Die Spätzle mit einem Schaumlöffel

herausheben, sobald sie oben schwimmen, heiß überbrausen und auf eine heiße Platte geben.

Die Pilze mit der Creme fraiche aufkochen lassen und den Kefir unterrühren. Die Soße über die Spätzle gießen und servieren.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

pro Portion 360 kcal, E 12 g, F 13 g, KH 45 g

Original Vorarlberger Kässpätzle 10 Ei M

Zutaten für den Teig:

1 kg glattes Mehl

10 Eier

ca. 250 ml Wasser

Salz

Zutaten für den Rest:

300 g Bergkäse

300 g Räbikäse

300 g Butter

Pfeffer (frisch gemahlen)

Öl

3 Bund Schnittlauch

2 mittelgroße Zwiebeln

Zwiebeln schälen und fein schneiden. Die beiden Käse reiben. Den Spätzleteig und die Spätzle wie im Grundrezept beschrieben herstellen. Spätzle lagenweise in eine Schüssel schichten. Jede Lage mit Käse bestreuen. Mit Spätzle abschließen. Zum Schluss einen Schöpfer Salzwasser oder Rindsuppe darübergießen. Zudecken und auf Dampf warm stellen. Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Die feingeschnittene Zwiebeln goldbraun anrösten, zusammen mit der Butter über die Spätzle gießen. Mit frischem schwarzem Pfeffer und geschnittenem Schnittlauch bestreut servieren

Saure Spätzle 5 Ei M

Für den Teig:

500 g Mehl

5 Eier

150-250 ml Wasser

Salz

Für die Soße:

2-3 El Mehl

3-4 El Butter

250 ml Fleisch- oder Gemüsebrühe

Salz,

Pfeffer

2-3 El Obstessig

1 Zwiebel

2-3 Nelken

1 Lorbeerblatt

1 Becher Sauerrahm

gehackte Kräuter (z.B. Schnittlauch)

Spätzle wie im Grundrezept beschrieben zubereiten. Für die Soße Mehl in Butter braun rösten und mit der Brühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Essig würzen. Zwiebel mit Nelken und Lorbeerblatt spicken und auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis die Soße sämig ist. Sauerrahm zugeben. Über die heißen Spätzle gießen und vor dem Servieren mit den Kräutern bestreuen.

Schwäbische Spätzle 4 Ei

Zutaten:

500 g Mehl,

4 Eier,

1/4 l Wasser, Salz.

Zubereitung:

Mehl, Eier, Wasser sowie 1 Teelöffel Salz in einer Schüssel mit den Knet-
haken des Handrührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Der
Teig ist fertig, wenn er Blasen wirft.

Reichlich Wasser kräftig salzen und sprudelnd aufkochen lassen. 2-3 Ess-
löffel Spätzleteig auf ein gut angefeuchtetes Spätzlebrett oder ein Holz-
brett mit Griff streichen und mit einem breiten Messer in dünnen Streifen
portionsweise in das Wasser schaben. Sobald die Spätzle nach oben stei-
gen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, nur kurz in lauwarmes Was-
ser tauchen, in einem Sieb oder Durchschlag abtropfen lassen, in eine

vorgewärmte Schüssel geben und warm stellen, bis alle Spätzle fertig sind.

Die Spätzle können mit gebräunter Butter oder mit in Butter gerösteten Semmelbröseln übergossen werden. Variationen: Aus einfachen Spätzle werden Kräuterspätzle, wenn man 3 Esslöffel gehackte Petersilie unter den Teig mischt.

Für Spinatspätzle 125 g Blattspinat blanchieren, kalt abschrecken, abtropfen lassen und dabei ausdrücken. Dann fein hacken und unter den fertigen Spätzleteig kneten. Für den Teig sollte man etwas weniger Wasser verwenden, da der Spinat ihn zusätzlich mit Flüssigkeit anreichert. Beide Varianten werden dann wie schwäbische Spätzle zubereitet.

Hinweis:

Das Schaben von Spätzle ist etwas mühsam und will gelernt werden. Es gibt aber verschiedene Hilfsgeräte, die diese Arbeit erleichtern. Mit dem Spätzlehobel bekommt man gleichmäßige, aber kleine Spätzle, mit der Spätzlepresse kann man beliebig lange Spätzle bereiten, ebenso wie mit dem Seiher, der einer Teigspritze ähnelt. Kurze Spätzle aus dem Seiher werden auch Knöpfe genannt.

TIPP:

Spätzle können auch aus Vollkornmehl zubereitet werden. Dann muss der Teig aber vor der Weiterverarbeitung mindestens 30 Minuten ausquellen.

Will man mehr Eier als im Grundrezept angegeben verwenden, die Flüssigkeitsmenge entsprechend verringern: pro Ei etwa um 1/16 Liter.

Bei der Zubereitung immer kochendes Wasser zum Nachgießen bereithalten, da sich die Flüssigkeitsmenge während des Kochens verringert.

Selbstgemachte Spätzle mit 4 Ei M

Champignonragout

Zutaten für 3-4 Portionen:

Für den Spätzleteig:

4 Eier

Jodsalz

150 ml Wasser oder Milch (oder halb und halb)

300 g Weizenmehl (Type 405)

Muskat

Für die Pilze:

400 g braune oder rosa Champignons
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Bund glatte Petersilie
2 Ei Öl
Jodsalz
frisch gemahlener Pfeffer
100 ml Instant Gemüsebrühe
2 Ei eiskalte Butter

Zubereitung:

Spätzle:

Eier, einen Teelöffel Jodsalz und Milch in einer großen Schüssel verquirlen. Mehl und geriebenen Muskat zugeben und mit einem Schneebesen oder Holzlöffel so lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Ein Holzbrett kurz in das Wasser tauchen. Mit einer Kelle etwas Teig auf das nasse Holzbrett schöpfen und den Teig mit dem Messer oder eine Palette glattstreichen. Das Holzbrett schräg über den Topf halten, das Messer ins Wasser tauchen und mit dem Messerrücken dünne Teigfäden vom Holzbrett direkt in das sprudelnde Wasser schneiden. Sobald die Spätzle an der Wasseroberfläche schwimmen, muß man sie mit der Schaumkelle (Seiher) herausnehmen. Anschließend werden sie in einen Durchschlag der ein Sieb gegeben und sofort unter kaltem Wasser abgeschreckt. Achtung: Der Wasserstrahl darf nicht zu hart sein, Wasser am besten über den Handrücken auf die Spätzle laufen lassen. Spätzle gut abtropfen lassen. Nach und nach den ganzen Teig - wie beschrieben - verarbeiten. Wenn alle Spätzle gekocht sind, Butter in einer Pfanne zerlassen und die Spätzle darin unter Wenden erwärmen.

Pilzragout:

Pilze putzen (nicht waschen). Stielenden abschneiden und die Pilze in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Petersilie waschen, trockentupfen und fein hacken. Pilze in heißem Öl anbraten. Zwiebel unterrühren, auf mittlerer Hitze runterschalten und glasig dünsten. Knoblauch zugeben, Pilze salzen und pfeffern, mit der Gemüsebrühe ablöschen und zwei bis drei Minuten in der offenen Pfanne einkochen lassen. Erst die Butter und zum Schluss die Petersilie unterrühren.

Spätzle 2 Ei

Für 2 Personen

250 g Mehl
etwa 1/6 l lauwarmes Wasser
1 KL Salz

1-2 Eier

Abkochwasser
Salz

Aus Mehl, Salz, lauwarmen Wasser und den Eiern bereitet man einen zähen, glatten Teig, den man solange schlägt, bis er Blasen wirft. Man lässt den fertigen Teig eine zeitlang ruhen, dann nimmt man einen Teil des Teiges auf ein Nass gemachtes Brettchen und schabt mit einem breiten Messer lange dünne Spätzle in kochendes Salzwasser.

Wenn sie heraufkommen, nimmt man sie heraus und legt sie auf eine erwärmte Platte. Man kann sie mit in Fett geröstetem Weckmehl abschmälzen. Bereitet man mehr Spätzle in einem Topf, so schwenkt man sie, bevor man sie anrichtet, noch in frischem, heißem Salzwasser ab.

Spätzle 4 Ei

500 gr. Mehl

4 Eier

1 Tl. Salz
¼ - ½ l. Wasser

Mehl mit Eier, Salz und ¼ l. Wasser verrühren. Je nach Größe der Eier Wasser nachgeben. Der Teig darf nicht dünnflüssig werden. Dann in den Spätzlehobel. Schwimmen die Spätzle oder auch Knöpfle, wie man sie nennt, an der Oberfläche sind sie gar.

Spätzle 5 Ei

250 g Mehl

5 mittelgroße Eier

1 gestr. Tl Salz

zu einem zähen Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Während der Teig ruht, Salzwasser zum Kochen bringen, Spätzle in das Wasser schaben, wenn sie

aufsteigen, mit einer Schaumkelle herausholen und in eine Schüssel mit lauwarmem Salzwasser geben, bis alle Spätzle fertig sind.

Spätzle al Pesto mit frischen Pfifferlingen

Spätzle im Eiermantel 12 Ei

Zutaten:
Spätzle:
500 g Mehl

4 Frisch-Eier

2 TL Salz
2 EI Butter

Eiermantel:

8 Frisch-Eier

Salz
Muskat
4 EI Schnittlauchröllchen
2 EI Butter
2 EI gehackte Petersilie

Zubereitung:

Mehl mit Eiern und 1 TL Salz in eine Schüssel geben, vermischen und so lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Sollte er zu fest sein, 1 - 2 EI Wasser zugeben.

Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Teig portionsweise auf ein Spätzlebrett geben, dünn zum Brettrand streichen und mit einem Messer dünne Streifen abschneiden, die sofort in das kochende Wasser fallen.

Bei geringer Hitze garen, bis sie oben schwimmen. Spätzle mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und in kaltes Wasser legen. Dann in einen Durchschlag schütten, mit kaltem Wasser abschrecken und in erhitzter Butter und Petersilie schwenken.

Für den Eiermantel die Eier verquirlen, mit Salz und Muskat würzen, mit Schnittlauchröllchen verrühren. Nach und nach in erhitzter Butter 4 Omelette abbacken.

Spätzle darauf verteilen und die Eiermäntel darüber klappen.

Spätzle mit Gemüsesauce M

120 g Vollkornspätzle roh

Sauce

1 lg Zwiebel
2 Möhren
1 Knollensellerie

100 g Sahne süß

2 Lorbeerblätter
1/2 TI Muskatnuss gerieben
1 TI Meersalz
3 EI Butter
2 EI Weizenvollkornmehl fein
1 Paprikaschote rot
4 EI Maiskörner
400 ml Wasser

Zwiebel, Möhren und Sellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Die Sahne und das Wasser in einen Topf geben, das Gemüse, die Lorbeerblätter, Muskatnuss und Meersalz hinzufügen, aufkochen und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Mischung etwa 30 Minuten durchziehen lassen. Inzwischen leicht gesalzenes Wasser für die Spätzle aufsetzen.

Die Gemüsemischung durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Das Gemüse beiseite stellen und die Lorbeerblätter entfernen.

Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen und das Mehl hineinrühren und hell anschwitzen. Das Gemüsewasser nach und nach angießen. Die Sauce unter Rühren zum Kochen bringen und so lange köcheln lassen bis sie bindet.

Die Spätzle etwa 10 Minuten bissfest garen.

Inzwischen die Paprikaschote vom Kerngehäuse befreien, fein würfeln und mit den Maiskörnern und dem gegarten Gemüse in die Sauce geben.

Die Spätzle abgießen und mit der Sauce anrichten.

Spätzle mit geschmorten Pfifferlingen

Für den Spätzleteig:

500 g Mehl
4 EI Lupinen- oder Sojamehl
1/2 TI Salz

1 Prise frisch gemahlener Muskat
1 El Pflanzenöl
2 El Margarine

Für die geschmorten Pfifferlinge:

400 g frische Pfifferlinge
2 große Zwiebeln, geschält und gewürfelt
3 El Margarine
Salz
Pfeffer

Mehle, Salz und Muskat in eine Schüssel geben und mit soviel Wasser verrühren bis ein fester Teig entstanden ist. 20 min ruhen lassen.

In der Zwischenzeit viel Wasser in einem großen Topf zum kochen bringen. Die Pfifferlinge mit den Zwiebeln und der Margarine bei mittlerer Hitze in einer Pfanne schmoren. Spätzleteig in kleinen Portionen mit einem Spätzlehobel in das kochende Salzwasser geben.

Dem Kochwasser den Esslöffel Pflanzenöl zugeben damit die Spätzle nicht verkleben. Kurz aufkochen und die an der Oberfläche schwimmenden Spätzle mit einem Schaumlöffel herausnehmen und kurz in Salzwasser abschrecken und abtropfen lassen. Solange wiederholen bis der ganze Teig verbraucht ist.

Pfifferlinge mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer zweiten Pfanne Margarine erhitzen und die abgetropften Spätzle darin kurz andünsten. Pfifferlinge und Spätzle auf Tellern anrichten und servieren.

Varianten:

Anstelle der Pfifferlinge geröstete Zwiebeln oder geröstete Lauchringe zugeben. Auch die Variante mit in Margarine gerösteten Semmelbröseln ist möglich.

Spätzle mit mediterranem Flair 5 Ei M

Für die Spätzle:

500 g Mehl

5 große Eier

Mineralwasser

Salz

Weitere Zutaten:

4 Schalotten

1 frische große Knoblauchzehe

Muskat-Nuss, frisch gerieben

Pfeffer aus der Mühle

2-3 Esslöffel Olivenöl, extra nativ

1 Becher saure Sahne

Ein paar Spritzer Worcestersauce

1 getrockneter Peperoncino (Chili-Schote)

1 kleines Glas Pesto

ca. 200 g frische Pfifferlinge (wer will, auch mehr)

Die Spätzle nach Grundrezept herstellen. Spätzle bei 80 Grad im Backofen warm stellen. Die Pfifferlinge putzen und waschen, zu große Exemplare halbieren. Die Zwiebeln und den Knoblauch pellen und sehr klein hacken und dann in einer Pfanne bei nicht zu großer Hitze ein paar Minuten im Olivenöl zusammen mit dem Peperoncino dünsten. Die Pfifferlinge hinzugeben und mit Deckel auf der Pfanne ca. 10 min dünsten. Die saure Sahne hinzugeben und das ganze aufkochen lassen. Mit einem Hauch Muskatnuss und mit Pfeffer und Worcestersauce würzen. Den Inhalt des Pesto Glases hinzugeben. Durchrühren. Sogleich zusammen mit den Spätzle heiß servieren.

Spinat Spätzle 2 Ei

Zutaten für 4 Portionen

400 g Mehl

2 Eier

¼ l Wasser

250 g Spinat, frischen

Salz

Zubereitung

Den Spinat durch den Wolf drehen oder sehr fein hacken. Mit Salz und Muskat würzen. Das ganze zu einem festen Teig verarbeiten und in das kochende Wasser geben, weiter Verarbeitung wie normale Spätzle. Wer es natürlich eilig hat, kann auch feingehackten Gefrierspinat nehmen. Die Spätzle erhalten jedoch mit frischem Spinat eine sattere grünere Farbe.

Ganz lecker schmeckt dazu eine Hackfleischsoße oder man kombiniert die Spinatspätzle mit Fleisch.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

11.03.05 stefansbraut

Kommentar von Garnet85 13.03.2005 01:23

Wie lang müssen die Spätzle denn kochen?

Danke + LG Garnet

Kommentar von petra67 12.07.2005 10:30

Wenn die Spätzle in den Topf mit kochendem Salzwasser gerieben werden, gehen sie unter. Sobald sie an der Wasseroberfläche schwimmen, sind die Spätzle fertig und können mit einer Kelle abgeschöpft werden. Deswegen den Teig auch nur portionsweise in den Topf reiben.

Grüße,

Spinatspätzle 3 Ei

Für die leckeren grünen Spätzle nimmt man am besten frischen Spinat. Wer diesen nicht klein hacken kann oder nur wenig Zeit hat, kann auch tiefgefrorenen gehackten Spinat kaufen.

Für den Teig:

400 g Mehl

2-3 Eier

250 ml Wasser

250 g frischen Spinat

Salz, Muskatnuss

1-2 El Butter

Den Spinat putzen und klein hacken oder durch den Fleischwolf drehen. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Zusammen mit den übrigen Zutaten einen Spätzleteig herstellen und wie im Grundrezept beschrieben weiterverarbeiten und anschließend in Butter schwenken.

Passt gut zu Fleischgerichten. Wenn es schnell gehen soll eine Hackfleischsoße machen.

Sure Spätzle 4 Ei M

Zutaten:

Für die Sauce:

1 große Zwiebel

4 dag Butter

3 dag Mehl

1/2 l kräftige Fleischsuppe

1 El Essig

1 kleines Lorbeerblatt

2 Gewürznelken

3 Ei Sauerrahm

Für die Spätzle:

40 dag Mehl

4 Eier

1/8 l Wasser

1 TL Salz

Zubereitung:

Die feingehackte Zwiebel in Butter anrösten, mit Mehl bestäuben, weiter-rösten und mit Fleischsuppe ablöschen. Unter ständigem Rühren aufko-chen, Essig und Gewürze dazugeben, dann auf niedriger Stufe zu einer sämigen, säuerlichen Sauce verkochen. Dabei immer wieder einmal um-rühren.

Inzwischen für die Spätzle Mehl, Eier, Wasser und Salz zu einem zähflüs-sigen Teig verrühren und 10 Minuten lang rasten lassen. Inzwischen reich-lich Salzwasser zum Kochen bringen, den Teig durch ein groß lochiges Spätzlesieb hineindrücken und je nach Größe etwa 1-3 Minuten lang ko-chen lassen.

Die fertigen Spätzle mit einem Schaumlöffel herausheben, auf ein Sieb geben, kalt überbrausen und abtropfen lassen.

Die Sauce mit Sauerrahm verfeinern, über die Spätzle geben und sofort servieren.

Überbackene Käsespätzle 6 Ei M

Zutaten für 4 Personen:

60 dag glattes Mehl,

6 Eier,

3/16 l Milch,

30 dag Emmentaler,

1 Becher Sauerrahm,

2 Ei gehackte Petersilie

Zubereitung:

Aus Mehl, 4 Eiern, Salz, Pfeffer und gemahlener Muskatnuss und Milch einen Teig herstellen. Die Hälfte vom Käse einrühren. Reichlich Salzwasser aufkochen und die Masse durch ein Spätzlesieb in das Wasser drücken. Umrühren, und einige Minuten kochen lassen, abseihen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Sauerrahm mit den restlichen Eiern und dem Käse verrühren.

Die Spätzle mit der Masse vermengen und in die Auflaufform füllen. Mit Butterflocken belegen und im vorgeheizten Backrohr bei ca. 180°C in ca. **15 Min. backen**. Als Beilage empfehlen wir Salat

Vanillespätzle 3 Ei + 1 Eigelb M

"Melichstriwle"

Zutaten:

Für den Teig:

300 g Mehl,

3 ganze Eier,

1 Eigelb,

150 ml Milch,

70 g Zucker,

2 TL Zimt

Zum Garen:

1,5 l Milch,

150 g Zucker,

1 Vanilleschote,

50 g Butter,

50 g brauner Zucker

Zubereitung:

Mit einem Holzlöffel das Mehl und die Eier verrühren. Nach und nach die Milch, dann den Zucker und den Zimt zufügen. Den Teig so lange rühren, bis er glatt ist und Blasen wirft. 30 Minuten ruhen lassen.

Etwas von diesem Teig auf ein Holzbrett geben und mit einem Messer oder einem Schaber dünne, lange Streifen in die mit dem Zucker und der Vanilleschote zum Kochen gebrachte Milch schaben. Sobald die Spätzle wieder an die Oberfläche kommen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in eine leicht eingefettete feuerfeste Form geben. Den braunen Zu-

cker darüber streuen und das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 240 Grad 2 bis 3 Minuten karamellisieren lassen.

"Melichstriwle" zusammen mit einem säuerlichen Kompott (Rhabarber, Äpfel, Zwetschgen oder Mirabellen) servieren.

Vollkorn Spätzle mit Soja Bolognese

Für 4 Personen

400 g Vollkorn-Spätzle ohne Ei

100 g Sojabohnen

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

400 g Tomaten

1 rote Paprikaschote

2 El Olivenöl

½ Tl edelsüßer Paprika

200 ml Gemüsebrühe

Kräutersalz

frischer Pfeffer

Die Sojabohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann Einweichwasser weggießen und die Bohnen in 600 ml sprudelndem Salzwasser bei mittlerer Hitze etwa 25 min gar kochen. Abtropfen lassen und im Mixer grob zerhacken.

Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen schälen, Zwiebeln fein würfeln, Knoblauchzehen pressen. Tomaten für etwa 10 Sek. in kochendes Wasser tauchen, häuten und ohne Stielansätze in kleine Würfel schneiden.

Die Paprikaschote putzen und ebenfalls würfeln. Zwiebelwürfel sowie den Knoblauch im erhitzten Öl glasig dünsten. Paprikawürfel untermischen und etwa 3 min bei mittlerer Hitze anbraten. Die Tomatenwürfel sowie das Paprikapulver zugeben, kurz mitbraten und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Tomatensauce etwa 15 min bei mittelstarker Hitze einkochen lassen.

Spätzle laut Packungsangabe kochen. Bolognese pürieren. Dann die gehackten Sojabohnen unterrühren, die Sauce erneut erwärmen und mit Kräutersalz und Pfeffer pikant abschmecken

Spinatnudeln

Spinat Nudelauflauf M

Zutaten für 4 Portionen
1 kg Spinat **Rahmspinat**
500 g Nudeln, gekochte
½ Pck. Bechamelsauce

200 g Käse geriebener oder gehobelter Gouda

Aufgetauten Rahmspinat in eingeölte Auflaufform geben, gekochte Nudeln, Bechamel Sauce und Käse darüber verteilen.
Bei 180 Grad ca. 30 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
03.01.05 mmirke

Spinatnudeln mit Spinat 1 Eigelb M

Zutaten für 2 Portionen
350 g Spinat
250 g Nudeln (Spinatnudeln)
100 ml Sahne

1 Eigelb

1 Zehe Knoblauch
Muskat
Salz
Pfeffer, weiß

Zubereitung

Spinat putzen und in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen und in demselben Wasser die Nudeln kochen. Die Sahne mit der Knoblauchzehe erhitzen, vom Feuer nehmen, den Knoblauch herausnehmen (oder nach Belieben hineinpressen), mit dem Eigelb binden und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Mit den Nudeln und dem Spinat vermischen.

2.5.02 Turandot CK

super lecker, hat sogar meinem kleinen Sohn geschmeckt!
Ich habe aber noch eine kleine feingehackte Zwiebel mitgedünstet und alles mit Mehl angeschwitzt. Statt der Sahne habe ich dann Milch genommen - wegen der schlanken Linie :-)

13.06.2003 09:50 Lette

Wir mögen es gern etwas würziger und deshalb habe ich noch Gorgonzola und etwas mehr hinzugefügt. Das gibt dem Ganzen zwar eine ganz andere Geschmackrichtung aber es ist echt lecker!

12.06.2004 16:24 Mariatoni

Spiralen

Buttergemüse Nudel Pfanne 1 Ei M

Zutaten:

200 g gekochte Spiral-Nudeln
1 Paket Buttergemüse (Aldi)

100 g geriebener Käse

1 Ei

1 Knoblauchzehe
Fett für die Pfanne
Pfeffer
Salz
Paprikapulver

Fett in der Pfanne erhitzen.
Nudeln und Buttergemüse in die Pfanne geben und ein halbes Glas Wasser dazuschütten.
Ca. 7 Minuten dünsten und ab und zu umrühren.
Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.
Käse, Ei und eine gepresste Knoblauchzehe unterheben.
Solange braten lassen, bis der Käse und das Ei gut zerlaufen sind.

Käse Nudelpfanne mit Champignons M

Zutaten für 4 Portionen
500 g Nudeln Spiralen
2 Zwiebeln
3 kl. Dose/n Champignons, geschnitten 500 g frische Champignons

1 Käse, gerieben

1 Becher Schmand

2 Ei Mehl

etwas Milch

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen. Die Champignons und die Zwiebeln in der Pfanne ca. 5 Minuten anbraten. Das Mehl darüber stäuben und kräftig anschwitzen. Dann mit etwas Milch und dem Schmand ablöschen und die Nudeln dazugeben. Gut umrühren. Zum Schluss den geriebenen Käse hineinstreuen. Wenn der Käse geschmolzen ist, servieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
29.07.05 pichy81

Porree Gratin mit Quark M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Porree
Salz und Pfeffer
Muskat, geriebene

250 g Quark

200 ml Sahne

100 g Käse (geriebener Gouda)

3 Zehe/n Sonnenblumenkerne
2 Knoblauch
2 Ei Petersilie, gehackt

Zubereitung

Dunkelgrüne Teile und Wurzeln vom Porree entfernen. Die Stangen gründlich waschen und schräg in ca. 1 cm lange Stücke teilen. Das Gemüse in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten vorgaren. Dann abgießen, abtropfen. Porree in einer gefettete Auflaufform verteilen mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen. Quark mit Sahne, geriebenem Käse und 2 Ei Sonnenblumenkernen verrühren. Knoblauch abziehen und dazupressen. Die Petersilie dazugeben und beides unter die Quarkmasse ziehen. Die Mischung auf dem Porree verteilen. Übrige Sonnenblumenkerne darüber streuen und alles ca. 15 Minuten überbacken. Dazu passen Pellkartoffeln. Man kann auch noch gegarte Spiralnudeln oder Kochschinkenwürfel unterziehen.

Brennwert p. P.: 450

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.07.03 Galimero

Spinatnudeln 2 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

1 Pck. Spinat Rahmspinat, TK
300 g Nudeln, am besten Spiralen

1 Sahne-Schmelzkäse

2 Eier

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Nudeln kochen. Spinat langsam in einer großen Pfanne auftauen lassen. Die Eier verquirlen. Anschließend die Nudeln zu dem aufgetauten Spinat geben, den Käse zugeben und schmelzen lassen. Zuletzt die Eier zugeben und dabei schön rühren, damit sie sich gut verteilen sonst wird es ein Omelett. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

16.04.05 Michaela74

Süß

Apfel Lasagne M

200 g Lasagneblätter
400 g Äpfel
4 getrocknete Aprikosen
30 g Rosinen
50 g Mandelsplitter

250 ml Milch

Salz

Pfeffer

evtl. Zitronenschale oder Zitronensaft

1 Ei Olivenöl

Die Rosinen in warmen Wasser einweichen, die Aprikosen in kleine Stücke hacken und die Äpfel schälen und würfeln.

Den Ofen auf 200°C vorheizen. Die abgetropften Rosinen, Äpfel, Mandeln und Feigen in einem Topf mit der Milch bei geringer Hitze dünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken, evtl. Zitronenschale unterrühren, oder einige Tropfen Zitronensaft.

Eine Auflaufform fetten, mit Lasagneblätter auslegen, Apfelmasse darüber geben - immer abwechselnd, mit Apfelmasse enden. Darauf achten, dass die Lasagneplatten nicht im Trockenen liegen - evtl. mehr Milch zugeben. Im Ofen dann ca. 30 min garen.

Schmeckt köstlich, wenn man am Ende noch ein wenig Camembert darüber krümelt.

Bananen Lasagne mit Orangen 3 Eigelb M

4 Lasagneblätter

600 g Magerquark

30 g Rosinen

3 Eigelb

25 g Weizengrieß

2 Tl. Zucker

2 Tl. Zimt

1 Vanilleschote

3 Orangen; 600 g

4 Bananen; 600 g

20 g gehobelte Haselnüsse

Zitronenmelisse; nach Belieben

Die Lasagneblätter nach Anweisung in kochendem Wasser garen, dann abtropfen lassen.

Die Vanilleschote der Länge nach aufschlitzen, das Mark herausschaben. Das Eigelb mit dem Zucker cremig schlagen und Quark, Zimt, Vanillemark, Grieß und Rosinen unterrühren. Die geschälten und enthäuteten Orangen, sowie die Bananen in dünne Scheiben schneiden. Die Lasagne Schichtenweise in der Reihenfolge gegarten Lasagneblätter, Quarkmasse und Früchte auf feuerfesten Teller oder Schüsseln zubereiten. Die letzte Schicht Obst mit den gehobelten Haselnussblättchen bestreuen und im vorgeheizten für etwa 10 min. überbacken. Vor dem Servieren mit Zitronenmelisse garnieren.

Cannelloni Kuchen M

Streuselteig:

125 g Mehl
1 Ei Kakao
1 gestr. TL Backpulver
50 g Zucker
25 g Butter
1 El. Wasser

Belag:

800 ml Schlagsahne
100 ml Wasser
1 Pck. Kirsch -Sahne Tortencreme
1 P (15 Stück) TK Min-Rolly´s Schwarzwälder Kirsch

Zubereitung:

Aus den Teigzutaten einen Streuselteig kneten. Ihn auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech (20x26 cm)andrücken. Bei 180 Grad etwa 15 Min. backen.

Mit dem Papier vom Blech nehmen und auskühlen lassen.

Sahne steif schlagen.

Aus Wasser und Tortencreme nach Packungsanleitung eine Creme herstellen. Dessertpaste(ist in der Packung enthalten) und Sahne unterheben. 1/3 der Tortencreme auf dem Boden verteilen. Die gefrorenen Min-Rolly´s (3 Stück zum Garnieren zurückbehalten) der Länge nach in 3 Reihen auf die Sahne legen. Restliche Sahnemasse in die Zwischenräume der Min-Rolly´s füllen und glatt streichen, so dass die Oberfläche der Min-Rolly´s sichtbar bleibt. 2 Stunden kalt stellen. Zum Garnieren die übrigen noch gefrorenen Min-Rolly´s in Scheiben schneiden und die Oberfläche damit garnieren.

Cannelloni mit Quarkfüllung 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

4 Ei(er)

100 g Zucker
1 Zitrone(n), unbehandelt

375 g Quark

100 g saure Sahne
200 g Cannelloni
1 gr. Dose/n Aprikose(n) oder Pfirsiche

500 ml Milch

4 Ei Mandeln, Blättchen
Salz
Fett für die Form

Zubereitung

Ein Eigelb und zwei ganze Eier mit 75 g Zucker schaumig schlagen. 1 TL abgerieben Zitronenschale, Zitronensaft, Quark und saure Sahne unterheben. Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Eine große flache Form fetten. Die Quarkmasse in die Cannelloni füllen, nebeneinander in die Form legen. Abgetropfte Aprikosen in Spalten schneiden und zwischen den Cannelloni verteilen. Milch mit dem übrigen Ei, Eiweiß, einer Prise Salz und dem restlichen Zucker kräftig verrühren, über die Cannelloni gießen. Mit Mandelblättchen bestreuen und 40 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
15.03.05 Toshibabe

Erdbeer Lasagne M

Zutaten für 6 Portionen:

250 g Mascarpone

150 g Natur-Joghurt

1 Becher süße Sahne

1 kg Erdbeeren

1 Pkt. Löffelbiskuits

1 Tafeln Schokolade, weiße

3 Ei Puderzucker

Zubereitung:

Mascarpone mit Joghurt mischen, Sahne steif schlagen und unterheben. Ein Viertel der Erdbeeren klein schneiden und in eine Auflaufform geben. Löffelbiskuits darauf legen. Restliche Erdbeeren mit dem Puderzucker pürieren und über die Löffelbiskuits gießen. Schokolade reiben und kurz vor dem Servieren drüberstreuen!

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Erdbeerravioli 2 Ei

Nudelteig:

250 g Mehl

2 Eier

1 Prise Salz

1 Ei Öl

ca. 50 ml Wasser

Füllung:

250 g Erdbeeren

Außerdem:

Butterschmalz zum Begießen

Puderzucker zum Bestreuen

Aus den Teigzutaten einen mittelweichen Nudelteig kneten, in Folie gewickelt 30 min. bei Zimmertemperatur rasten lassen und anschließend 3 mm dick ausrollen und in Quadrate teilen. Erdbeeren waschen, entstielen und halbieren, auf jedes Teigquadrat eine halbe Erdbeere legen und zusammenklappen, die Ränder festdrücken, sollten die Ränder zu groß sein, einfach abschneiden. Die Ravioli in Salzwasser kochen bis sie aufsteigen und schwimmen, mit Butterschmalz begießen und mit Puderzucker bestreut servieren.

Karamellierte Frischkäseravioli 1 Ei + 1 Eigelb M

auf Pflaumenkompott

1 Rezept

1 Ltr. Apfelsaft

1 Essl. Basilikum

20 Gramm Butter

1 Ei

1 Eigelb

4 Essl. Frischkäse

2 Gelbe Pflaumen

1 Essl. Haselnüsse

1 Teel. Honig

Jodsalz
1 Ltr. Johannisbeersaft
1 Teel. Kartoffelstärke
1 Lorbeerblatt
150 Gramm Mehl (Type 405)
Melisse
2 Mirabellen
2 Nelken
6 Pflaumen
1 Essl. Rosinen
1 Ltr. Rotwein
1 Teel. Vanillezucker
1 Zimtstange
1 Essl. Zucker
1 Teel. Öl

Vorbereitung:

-Pflaumen entkernen, spalten schneiden. Mirabellen und gelbe Pflaumen entkernen, Würfel schneiden; Haselnüsse grob hacken.
-Eigelb mit etwas Wasser verquirlen; Basilikum abzupfen, feine Streifen schneiden.
-Mehl, Ei und etwas Wasser, etwas Öl, Vanillezucker, eine Prise Salz einen geschmeidigen Nudelteig herstellen, entspannen und ruhen lassen.
-Frischkäse, gelbe Pflaumen, Mirabellen, Haselnüsse, Basilikum, Rosinen, etwas Honig gut vermengen. Stärke mit kaltem Wasser anrühren.
-Teig auf meliertem Brett dünn ausrollen, mit Eistreiche äußeren Rand einpinseln und quer einstreichen; Käsemasse im ersten Drittel vom Nudelteig anhäufeln; Teig durchschneiden, Enden überlappen, Rand mit melierter Gabel festdrücken.

Zubereitung:

-Ravioli in sprudelndem Wasser mit etwas Öl kochen.
-Pfanne erhitzen, etwas Zucker schmelzen lassen, mit Rotwein ablöschen, Johannisbeersaft auffüllen, Lorbeer, Zimt und Nelke zugeben, Pflaumen zum Garpunkt ziehen lassen und mit etwas Stärke binden.
-Butter in erhitzter Pfanne schmelzen lassen, Zucker hinzufügen, leicht karamellisieren lassen, mit Apfelsaft ablöschen, glatt rühren. Ravioli einlegen und baden lassen.

Anrichten: Pflaumenkompott auf flachem Teller anrichten, Ravioli darauf setzen und mit Melisse garnieren

Kürbisravioli mit Butter 4 Ei + 1 Eigelb M

Parmesan Sauce

6 Personen

750 g Kürbis,
einige Amarettikekse,

1 Eigelb,

3 El gehackter Prosciutto,
170 g frisch geriebener Parmesan,
3 El sehr fein gehackte Petersilie,
frisch geriebene Muskatnuss.

Pastateig:

500 g griffiges Mehl,

4 Eier

50 ml feinstes Olivenöl,
5 Safranfäden (30 Minuten in 2 El Wasser einweichen),
Salz.

Sauce:

5 El Butter,

2 El Parmesan

Kürbis in Scheiben schneiden und auf Backblech auflegen und im vorgeheizten Rohr auf der mittleren Schiene bei 230 °C ca. 20 Minuten backen. Danach Hitze auf 200 °C reduzieren und weitere 35 bis 40 Minuten backen, bis die Stücke sehr weich sind. Herd abschalten. Kürbis schälen und wieder ins Rohr stellen. Bei leicht geöffneter Türe ca. 10-15 Minuten trocknen lassen.

Amaretto-Kekse im Mörser fein zerstoßen. Kürbis in eine Schüssel passieren.

Die Amarettibrösel, Prosciutto, geriebenen Parmesan, Petersilie, etwas Muskatnuss und Salz hinzufügen und mit einer Gabel gleichmäßig vermischen.

Für den Teig Mehl zu einem Kranz formen. Eier in die Kranzmitte schlagen und alle anderen Zutaten zufügen. Mehl mit Zutaten langsam vermengen und den Teig mit den Handballen solange bearbeiten, bis er glatt und glänzend wird.

In ein feuchtes Tuch einschlagen und mindestens 1 Stunde ruhen lassen.

Pastateig ausrollen und zuschneiden. Auf einer Teighälfte Kürbishäufchen in 5 cm Abstand darauf verteilen. Die leere Teighälfte darüberfalten,

ausstechen oder mit Teigrad in Form von Rechtecken ausstechen. Zum Kochen der Pasta 1 El Olivenöl in das Kochwasser geben, Kürbisravioli darin einige Minuten garen. Mit der gebräunten Butter und dem geriebenen Parmesan anrichten.

Lasagne mit süßen Früchten 2 Ei M

Zutaten für 6-8 Personen:

1 Glas (700 ml) Sauerkirschen,
1 Dose (850 ml) Pfirsiche,
Fett für die Form,
1 unbehandelte Zitrone,
75 g weiche Butter oder Margarine,
100 g Zucker,

2 Eier,

750 g Magerquark,

1 Päckchen Puddingpulver "Vanille-Geschmack",
9 Lasagneplatte (ca. 150 g),
30 g Mandelblättchen,
1 Zimtstange,
1 El Speisestärke.

Zubereitungszeit ca. 1 3/4 Std.

Gebt die Kirschen und die Pfirsiche nacheinander auf ein Sieb und lasst sie gut abtropfen. Fangt dabei jeweils den Saft in einer Schüssel auf. Schneidet die Pfirsiche in kleine Spalten. Fettet eine Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) ein. Wascht die Zitrone heiß ab, tupft sie trocken und reibt dann die Schale fein ab. Halbiert die Zitrone und presst aus einer Hälfte den Saft aus.

Verrührt das Fett und 75 g Zucker mit den Schneebesen des Handrührgerätes in einer Schüssel cremig. Gebt 4 El Pfirsichsaft, Eier, Zitronenschale und -saft hinzu. Rührt so lange weiter, bis alles schön schaumig ist. Fügt dann den Quark und das Puddingpulver hinzu und rührt beides unter die Eimasse. Heizt den Backofen vor: E-Herd: 175 Grad / Umluft 150 Grad / Gas: Stufe 2.

Streicht etwas Quark in die Form. Legt darauf 3 Lasagneblätter, 1/3 vom Quark und die Kirschen. Schichtet noch 3 Lasagneblätter ein. Bestreicht sie mit 1/3 Quark und verteilt die Pfirsiche darauf. Gebt restliche Teigblätter und Rest Quark darauf. Streut die Mandeln darüber. lasst die Lasagne im Ofen eine Stunde backen.

Kocht für die Soße Kirschsafte, 25 g Zucker und die Zimtstange in einem Topf auf. Rührt die Stärke erst mit 2 El Wasser glatt und dann in den kochenden Saft. lasst ihn nochmals aufkochen und abkühlen. Entfernt die

Zimtstange. Schneidet die Lasagne je nach Appetit in sechs oder acht Stücke und serviert sie mit Soße.

Lasagne von Schokoladen Herzen M

Zutaten:

80 g dunkle Schokolade

80 g helle Schokolade

80 g weiße Schokolade

1 Becher Schlagsahne

2 cl Grand-Marnier

abgeriebenes einer halben unbehandelten Orange

2 TL Puderzucker

½ Päckchen Sahnesteif

1. Schokolade in eine Schüssel geben und im Wasserbad auflösen. Die flüssige Schokolade auf ein Pergament-Papier gießen, glatt streichen und sobald es fest geworden ist, mit einem leicht angewärmten Herz- Ausstecher Herzen ausstechen.

2. Für die Füllung Sahne aufschlagen, Puderzucker, Orangenschale, Sahnesteif sowie Grand-Marnier dazu geben und kurz unterrühren.

3. Die fertige Orangen-Sahne in einen Spritzbeutel füllen (mit einer kleinen Lochtülle) und abwechselnd wie eine Lasagne mit den verschiedenen Herzen zusammensetzen. D.h. ein Herz auf den Teller legen, etwas Sahne aufspritzen, erneut ein Herz darauf setzen, wieder Füllung auftragen und mit einem Schokoladen-Herz abschließen.

Mohnravioli mit weißem Schokoladeneis 10 Eigelb M

20 g Butter

1 EL Amaretto

10 Eigelb

1 TL Kirschwasser

100 g Marzipanrohmasse

1 TL Mascarpone

100 g Mehl

6 Ei Milch

1 Ei Mohn

500 ml Schlagsahne

100 g weiße Kuvertüre

65 g Zucker

Für das Eis $\frac{2}{5}$ der Sahne, $\frac{2}{3}$ der Milch und knapp die Hälfte des Zuckers aufkochen. Restliche Milch, $\frac{1}{3}$ des Zuckers und $\frac{3}{10}$ der Eigelbe unterrühren. Die Mischung sehr cremig rühren. Aufgelöste Kuvertüre unterrühren. In die Eismaschine geben und gefrieren lassen.

Für den Nudelteig $\frac{3}{10}$ der Eigelbe, Mehl und etwas Salz zu einem glatten Teig verkneten. Eventuell etwas Wasser zufügen. Zugedeckt eine Stunde kalt stellen.

Für die Füllung Mohn in der Kaffeemühle mahlen oder im Mörser zerreiben. Mit $\frac{1}{4}$ der Marzipanmasse, Kirschwasser und Mascarpone verrühren. Nudelteig dünn ausrollen. Ein Eigelb und einen Esslöffel Sahne verquirlen. Die Hälfte des Teigs damit bestreichen. Etwa 20 Häufchen Mohnfüllung auf die andere Teighälfte spritzen. Die mit Eisahne bestrichene Teighälfte darüber klappen. Um die Füllungen herum den Teig andrücken. Ravioli ausradeln.

Für die Sauce restliche Sahne und restlichen Zucker aufkochen. Restliches Marzipan darin auflösen. Restliches Eigelb zufügen und alles sehr cremig rühren. Durch ein Sieb passieren und mit Amaretto abschmecken.

Ravioli in kochendes Salzwasser geben und ohne Deckel darin 3 min ziehen lassen. Gut abtropfen lassen. In heißer Butter schwenken.

Sauce auf die Teller verteilen. Ravioli hineingeben. Vom Eis Kugeln abstechen und jeweils drei Kugeln neben die Ravioli setzen. Minze in feinen Streifen anlegen. Nach Belieben mit Mohn und Puderzucker bestäuben.

Pflaumen Lasagne 3 Ei M

9 Lasagneblätter (ohne Vorkochen)

600 Gramm Pflaumen oder Zwetschgen

1 Päckchen Puddingpulver Vanille

3 Esslöffel Zucker

$\frac{1}{2}$ Liter Milch

350 Gramm Speisequark

1 Päckchen abgeriebene Zitronenschale

1 Messerspitze Nelkenpulver

3 Eier

2 Esslöffel Butter

Den Vanillepudding nach Anleitung mit Milch und Zucker zubereiten und abkühlen lassen. Den Quark mit dem übrigen Zucker, Nelkenpulver, Zitronenschale, Zitronensaft und dem abgekühlten Pudding glattrühren und dann noch einzeln die Eier unterrühren. Die Pflaumen waschen, entsteinen und vierteln - dabei aber nicht ganz durchschneiden. Eine Auflaufform buttern, eine Schicht Lasagneblätter hineingeben, Pflaumen/Zwetschgen darauf legen, Quarkmasse darauf streichen und diese Schichten so oft wiederholen, bis alles aufgebraucht ist, dabei mit einer Quarkschicht schließen. Die übrige Butter in Flöckchen auf den Auflauf geben und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad C etwa 60 Minuten goldgelb überbacken. (Nach Belieben kann man auch noch obendrauf ein paar Mandelblättchen geben). Man serviert die Pflaumenlasagne am besten warm. Dazu passt sehr gut ein Bällchen (Vanille-) Eis (auch Amaretto- oder Zimteis schmeckt gut dazu, je nach Wunsch und Laune und was man halt so auch gerade im Handel bekommt) und natürlich Schlagsahne.

Spaghetti Torte I 3 Ei M

Zutaten:

Biskuit:

3 Ei trennen

100 g Zucker
1 P. Vanillepuddingpulver auf
100 g Mehl auffüllen,
etwas Backpulver

Eiweiß mit Zucker schaumig schlagen. Eier unterheben.
Puddingpulver und Mehl sieben und ebenfalls unterheben.
Bei 200 °C ca. 12-15 Minuten backen. 26er Form verwenden.

Füllung:

500 ml Sahne

250 g Quark

1 P. Paradiescreme Vanille
1 Dose Ananas,
Erdbeersauce,
Kokosflocken.

Sahne aufschlagen und 1 P. Paradiescreme Vanille unterrühren. Den Quark unterrühren. Ananas klein schneiden. Den ausgekühlten Boden mit etwas Creme bestreichen, Ananas

darauf verteilen und mit nochmals etwas Creme dünn bestreichen. Die restliche Creme in den großen Spritzbeutel mit der Lochtülle und dem Spaghetti-Einsatz füllen. Die Torte von außen nach innen völlig mit Spaghettis bedecken. Erdbeersauce als "Tomatensauce" darüber gießen und die Kokosflocken als "Parmesan" darauf streuen

Spaghetti Torte II 3 Ei M

Zutaten für ca. 12 Stücke:

125 g weiche Butter/Margarine
125 g + 40 g Zucker
1 Päckchen Vanille Zucker

3 Eier (Gr. M)

150 g Mehl,
2 TI Backpulver

5 Ei + 200 g Schlagsahne

400 ml Milch

1 Päckchen Puddingpulver Vanille oder Sahnegeschmack (zum Kochen; für 1/2 l Milch)
400 g Marzipan-Rohmasse
75 g Puderzucker
3 - 5 Ei (40 ml) Amaretto-Likör
1 Flasche (125 ml) Himbeersoße (z.B. von Schwartz)
ca. 3 - 4 Ei gemahlene Mandeln
evtl. Zitronenmelisse

Zubereitung:

Fett, 125 Zucker und Vanille Zucker cremig schlagen.
Eier einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, im Wechsel mit 5 Ei Sahne unterrühren.
In eine gefettete, mit Mehl ausgestreute Obstbodenform (28 cm Durchmesser) streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 175° Grad, Umluft: 150° Grad) 20 - 25 Minuten backen. Auskühlen lassen und aus der Form lösen.
4 Ei Milch und Puddingpulver verrühren. Restliche Milch aufkochen. Puddingpulver einrühren und nochmals kurz aufkochen. Auskühlen lassen, dabei öfter umrühren.
200 g Sahne steif schlagen und unter den Pudding heben. Auf den Tortenboden streichen.

Marzipan, Puderzucker und Likör verrühren und in eine Kartoffel- oder Spätzlepresse geben. Als Spaghetti auf die Torte drücken. Etwas Himbeer- soße darüber gießen.

Torte mit Mandeln und Melisse verzieren.

Übrige Soße dazureichen.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Std., Wartezeit ca. 1 Std.

Spaghetti Torte mit Pfirsichen Ananas 3 Ei M

Zutaten für den Biskuitteig:

3 Eiweiß

100 g Zucker

3 Eigelb

1 Päckchen Vanillepuddingpulver

Mehl (bis 100 g)

etwas Backpulver

Zutaten für den Belag:

500 ml Sahne

1 Päckchen Paradiescreme-Vanille

250 g Quark

1 Dose Pfirsiche oder Ananas

Erdbeersoße

Kokosflocken

Eiweiß steif schlagen, Zucker einrieseln lassen, Eigelb zufügen. Vanillepuddingpulver bis 100 g mit Mehl auffüllen, mit etwas Backpulver mischen, sieben und unterheben. Bei 200 Grad vorgeheizt ca. 12 bis 15 Minuten backen. Für die Füllung Sahne aufschlagen und Paradiescreme-Vanille unterrühren. Quark unterrühren. Etwas von der Creme auf den Biskuitboden geben. Pfirsiche oder Ananas klein schneiden, auf der Torte verteilen, nochmals dünn mit Creme bestreichen. Die restliche Creme in den großen Spritzbeutel mit der Lochtülle 20 und dem Spaghetti-Einsatz füllen. Die Torte von außen nach innen völlig mit "Spaghettis" bedecken. Erdbeersoße als "Tomatensoße" darüber gießen und Kokosflocken als "Parmesan" darauf streuen.

Süße Cannelloni 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl, glatt
50 g Schweineschmalz
30 g Zucker

1 Eigelb

60 ml Marsala

60 ml Milch

50 g Orangeat (Aranzini)

50 g Kirschen, kandierte

50 g Schokolade, (bitter)

50 g Ricotta

100 g Puderzucker

1 El Likör (Mandellikör)

Salz

Puderzucker

Öl

Mehl

Eiweiß

Zubereitung

Mehl mit Schmalz, Zucker, 1 Prise Salz und dem Dotter verbröseln, mit Marsala und Milch rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig in Folie wickeln und ca. 30 Minuten rasten lassen.

Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn ausrollen. Kreise von ca. 10-12 cm Durchmesser ausstechen. Schaumrollenformen mit je einer Teigscheibe umwickeln. Teigländer mit Eiklar bestreichen und behutsam zusammendrücken. Röllchen in heißem Öl schwimmend goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen. Aranzini und Kirschen kleinwürfelig schneiden, Schokolade hacken. Ricotta mit Zucker und Mandellikör cremig rühren, Früchte und Schokolade unterrühren.

Formen vorsichtig aus den Röllchen ziehen. Ricottamasse mit einem Dresiersack (Sterntülle) in die Teigröllchen füllen. Mit Puderzucker bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

28.09.04 Backtrude

Süße Lasagne M

1 großer grüner Apfel

1 feste Birne

75 g getrocknete Aprikosen
2 Bananen
75 g Rosinen
1/2 Zitrone (Saft)
2 Pkg Vanillesaucenpulver

650-700 ml Milch

1 kleine unbehandelte Orange(Saft und etwas abger. Schale)
175 g Lasagneplatten
75 g Mandeln
Puderzucker zum Bestäuben

Den Apfel und die Birne waschen, vierteln, vom Kernhaus befreien und in Stücke schneiden. Die Aprikosen in grobe Stücke hacken. Die Banane schälen und in Scheiben schneiden. Die Äpfel, die Birne, die Bananen, die Rosinen und die Aprikosen in einer Schüssel mit dem Zitronensaft vermischen. Aus dem Vanillesaucenpulver mit der Milch eine sehr dicke Sauce zubereiten. Mit dem Orangensaft und der Orangenschale abschmecken, dann drei Viertel davon unter das Obst heben. In eine feuerfeste rechteckige Form abwechselnd je eine Lage Obst, etwas Vanillesauce und eine Lage Lasagneplatten schichten. Mit Lasagneplatten enden. Den Ofen auf 190°C vorheizen. Die restliche Vanillesauce über die Lasagne geben. Darauf achten, dass die gesamte Oberfläche bedeckt ist. Die Lasagne etwa 35 Min backen. Die Mandeln auf der Lasagne verteilen und weitere 10 Min backen, bis die Oberfläche goldgelb ist. Zum Servieren die Lasagnestücke mit Puderzucker bestäuben.

Süße Lebkuchen Cannelloni M

mit marinierten Orangen

Zutaten für 4 Portionen

Für die Füllung:

9 Cannelloni
6 Lebkuchen, mit Schokolade, ohne Oblaten, dürfen schon hart sein
6 El Nüsse, besonders gut sind Pistazien, Mandeln, Haselnüsse
3 El Früchte, kandierte, klein geschnitten
½ Becher Schlagsahne, evtl. etwas mehr

Für die Sauce:

1 Glas Wein, weiß
2 Glas Schlagsahne
1 El Rübensirup oder milder Honig
2 El Likör (Mandellikör)
1 Vanilleschote(n), das Mark

1 Prise Salz
3 Orange(n), unbehandelt
1 TI Orange(n) - Zucker
½ TI Minze - Zucker
1 EI Orangenlikör

Zubereitung

Füllung:

Lebkuchen im Mixer zerbröseln, Nüsse und Früchte dazu, es sollte kein Pulver werden,
langsam Sahne dazugießen und rühren, bis eine cremige Masse entsteht.

Soße:

Den Weißwein mit der Sahne etwas einkochen lassen, Vanillemark dazu, mit Rübensirup/Honig süßen, die obligatorische Prise Salz nicht vergessen und mit dem Mandellikör würzen.
Eine flache Auflaufform einbuttern, etwas Soße rein, die Cannelloni füllen und in der Form platzieren und mit der restlichen Soße übergießen.
Backofen auf 180°-200°C Ober-/ Unterhitze vorheizen und 40 Minuten backen, nach 30 Minuten Zucker drüber streuen, der dann schön karamellisiert.

marinierte Orangen:

Orangen filettieren und mit Orangenzucker, Minzezucker und Orangenlikör marinieren.
Cannelloni jeweils auf einem Teller anrichten und die marinierten Orangen dazugeben.

Orangenzucker:

Mit dem Zestenreißer unbehandelte Orangen schälen, die Zesten in Zucker trocknen lassen und alles in einer Mühle mittelfein mahlen. Sollte man immer ein Glas voll vorrätig haben. Ebenso Zitronen- und Limettenzucker.

Minzezucker:

Minzeblätter mit Zucker im Mörser gut zerstoßen und in einer Mühle mittelfein mahlen.
Sollte man immer ein Glas voll vorrätig haben.
Ebenso Zitronenmelissezucker.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.10.04 Bastelinchen

Topfen Lasagne 3 Ei M

500 g Magertopfen,

3 Eier,

1/2 l Milch und

1 Tüte Puddingpulver gut verrühren.

Nach Geschmack süßen.

Eine Auflaufform befetten und abwechselnd Topfenmasse und Lasagneblätter einschichten. Mit Topfenmasse abschließen.

Ca. 15 min. ziehen lassen und anschließend ca. 45 Min. bei 175 ° backen

Vanillespätzle 3 Ei + 1 Eigelb M

"Melichstriwle"

Zutaten:

Für den Teig:

300 g Mehl,

3 ganze Eier,

1 Eigelb,

150 ml Milch,

70 g Zucker,

2 TL Zimt

Zum Garen:

1,5 l Milch,

150 g Zucker,

1 Vanilleschote,

50 g Butter,

50 g brauner Zucker

Zubereitung:

Mit einem Holzlöffel das Mehl und die Eier verrühren. Nach und nach die Milch, dann den Zucker und den Zimt zufügen. Den Teig so lange rühren, bis er glatt ist und Blasen wirft. 30 Minuten ruhen lassen.

Etwas von diesem Teig auf ein Holzbrett geben und mit einem Messer oder einem Schaber dünne, lange Streifen in die mit dem Zucker und der Vanilleschote zum Kochen gebrachte Milch schaben. Sobald die Spätzle wieder an die Oberfläche kommen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in eine leicht eingefettete feuerfeste Form geben. Den braunen Zu-

cker darüber streuen und das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 240 Grad 2 bis 3 Minuten karamellisieren lassen.

"Melichstriwle" zusammen mit einem säuerlichen Kompott (Rhabarber, Äpfel, Zwetschgen oder Mirabellen) servieren.

Tagliatelle

Bandnudeln mit Rucola M

4 Personen, Fett 6 g, 490 kcal --> 11 %

Zutaten:

450 g Tagliardi (superbreite Bandnudeln)

Salz

300 g Rucola

1 kg Tomaten

1 Zwiebel

3 El. Olivenöl

2 Knoblauchzehen

2 El. Balsamico- Essig

Pfeffer

1 Prise Zucker

2 El Frischkäse (Ricotta)

6 El. Frisch gehobelter Parmesan

Zubereitung:

Nudeln in Salzwasser garen. Rucola putzen, waschen. Etwa 1 Minute vor Ende der Garzeit zu den Nudeln geben. Abgießen, abtropfen lassen.

Tomaten überbrühe, häuten, entkernen und würfeln. Zwiebeln schälen und fein hacken. Zwiebel in Öl anbraten, Tomaten zugeben, 5-6 Minuten dünsten. Knoblauch schälen, dazupressen. Mit Essig, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit Nudeln, Frischkäse, Parmesan und evtl. Rucola-Blätter garnieren servieren. Tipp Den italienischen Rucola kann man durch jungen Sauerampfer oder Spinatblätter ersetzen, die ebenfalls zu den Nudeln schmecken.

Bavette Spinaci M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln Bavette oder Tagliatelle

200 g Sahne

1 kl. Dose/n Tomaten), geschält

1 g Zwiebeln

2 Zehe/n Knoblauch

300 g Blattspinat TK

Pfeffer

Salz

Oregano

Zubereitung

Bavette nach Anweisung kochen. Den aufgetauten Spinat in einer großen Pfanne kurz dünsten, Zwiebel und Knoblauch in kleine Würfel schneiden und zum Spinat geben und ca. 5 Minuten bei kleiner Temperatur dünsten. Geschälte Tomaten zerdrücken und mit der Sahne zum Spinat geben. Alles kurz aufkochen und die Soße bei mittlerer Hitze etwas einkochen. Mit Pfeffer, Salz und Oregano kräftig abschmecken. Bavette zum Spinat geben und unterheben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.01.05 spohrhomes

Curry Bandnudeln M

450 g Nudeln (Tagliatelle)

1 Zwiebel(n), gehackte

100 g Erbsen

150 g Mascarpone

2 TI Curry

Zubereitung

Die Tagliatelle in gesalzenem Wasser bissfest kochen.

Die feingehackte Zwiebel und die Erbsen in etwas Margarine anbraten.

Etwas Wasser hinzufügen und 10 Minuten köcheln lassen. Mascarpone-Käse, etwas Salz und das Curry-Pulver gut vermischen.

Die Sauce und Erbsen über die Tagliatelle gießen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
13.01.04 Molly43

Tagliatelle alla Rucola M

Zutaten:

4 Reife Tomaten

1/2 Zwiebel

250 g Tagliatelle

; Salz

4 El. Olivenöl

1 Knoblauchzehe

1 El. Kräuter; gehackt (Rosmarin, Basilikum und Petersilie)

100 g Rucola;

Pfeffer; frisch gemahlen

50 g Parmesankäse; gerieben

Zubereitung:

Die Tomaten kreuzweise einritzen, kurz in kochendem Wasser blanchieren und häuten. Halbieren, Stielansatz und Kerne entfernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser mit 1 El. Öl nicht zu weich garen.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Mit den Kräutern im restlichen heißen Olivenöl anschwitzen.

Dann die Tomatenwürfel zugeben und ca. 5-6 Minuten garen.

Den Rucola waschen, die harten Stiele entfernen und die Blätter in feinste Streifen schneiden. Die Hälfte davon unter die Sauce rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die abgetropften Nudeln noch heiß mit der Sauce vermischen. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem restlichen Rucola und Parmesankäse bestreuen.

Info: **Enthält pro Portion** ca. 14 g Eiweiß, 17 g Fett, 48 g Kohlehydrate
= ca. 414 kcal = 1733 kJ

Tagliatelle in Pilz Sahne Soße M

Zutaten für 4 Portionen

20 g Steinpilze, getrocknet

¼ Liter Wasser

½ TI Thymian, getrocknet

1 Zwiebel(n)

500 g Champignons, frische

500 g Nudeln (Tagliatelle)

Salz

Pfeffer, weißer

1 El Öl

2 Tl Mehl

1/8 Liter Wein, weiß

200 g Schmand oder Crème fraîche

40 g Parmesan, gehobelt

Zubereitung

Steinpilze im lauwarmen Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Zwiebel fein würfeln. Champignons in dünne Scheiben schneiden. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten garen. Champignons im heißen Öl anbraten. Zwiebel zugeben und mitbraten. Mehl drüberstäuben und anschwitzen. Mit Wein und Steinpilzen samt Einweichwasser ablöschen, aufkochen. Schmand und Thymian einrühren. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nudeln abgießen und mit Pilzsoße mischen, anrichten. Parmesan nach Geschmack darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

08.04.03 Gabbini

Tagliatelle mit Auberginensoße

5 Tomaten (etwa 400 g)

1 mittel Aubergine (400 g)

1 Knoblauchzehe

4 El Olivenöl

4 Stiele Rosmarin

4 Stiele Thymian

1 sm Bund glatte Petersilie

1 1/2 El Kapern

30 g Walnusskerne

; Salz und Pfeffer

2 El Balsamessig

2 El Roter Portwein

200 g Tagliatelle (breite Bandnudeln)

Tomaten häuten und würfeln. Aubergine abspülen trocken tupfen und den Stielansatz entfernen. Aubergine in kleine Würfel schneiden.

Knoblauch abziehen und fein hacken Kräuter abzupfen und hacken.

Auberginenwürfel in einer Pfanne im heißen Öl knusprig braten.

Tomaten und Knoblauch dazugeben und unter Rühren etwa drei Minuten

weiterbraten. Kräuter, Kapern und grob gehackte Walnusskerne unterrühren. Die Soße mit Salz, Pfeffer, Essig und eventuell Portwein abschmecken. Tagliatelle in reichlich Salzwasser bissfest kochen, auf einem Sieb abgießen und kurz abspülen. Die Tagliatelle mit der Auberginensauce auf Tellern anrichten.

Sie können ein bisschen frischen milden Ziegenkäse darüberstreuen.

Nährwerte: pro Portion ca. 740 Kalorien, 33 g Fett

Tagliatelle mit Blattspinat M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Blattspinat, frischer
2 m.-große Zwiebeln
1 Zehe/n Knoblauch
2 EI Butter

300 ml Milch

1 TI Mehl
1 TI Butter

100 g Käse (mittelalter Gouda), gerieben

1 Prise Meersalz
Pfeffer, schwarzer
3 Liter Wasser
3 TI Salz
400 g Nudeln Tagliatelle, flache breite Bandnudeln, zu Nestern geformt

30 g Parmesan

Muskat

Zubereitung

Spinat waschen und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Eventuell dicke Stiele und Blattrippen entfernen. Den Spinat grob schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Knoblauch durchpressen. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel und Knoblauch darin andünsten. Spinat zugeben. Mit heißer Milch aufgießen. Mehl und Fett zu einer Kugel verkneten, zum Spinat geben und kurz kochen lassen. Dann den geriebenen Gouda unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Das gesalzene Wasser aufkochen, die Nudeln hineingeben und 8 Minuten al dente kochen. Abgießen und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Die Spinatmasse auf den Nudeln anrichten. Den geriebenen Parmesan darüberstreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
20.08.03 peterle12345

Kommentar von Kathrin662 09.09.2003 13:47
dazu passt bestimmt auch ein Stückchen Gorgonzola recht gut!
mmhmm! schon ausgedruckt!

Ig Kathrin

Tagliatelle mit Fenchel und Paprika M

4 Port

300 g Tagliatelle
1 Fenchel
1 gelbe Paprika
2 Knoblauchzehen
1 kleine Zwiebel
1 Teel. Fenchelsamen
100 ml Weißwein
Gemüsebrühe

200 ml süße Sahne
Olivenöl extra Vergine
Salz
Pfeffer
Curry

geriebener Parmigiano oder Pecorino

Fenchel waschen, äußere Haut eventuell schälen oder Fäden entfernen (die äußere Schicht kann immer etwas holzig sein), danach den Fenchel in 0,5 cm kleine Würfel schneiden. Paprika waschen, Kerne und weiße Häute im Inneren entfernen und Paprika in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.

Olivenöl in einem Topf schwach erhitzen und Knoblauch und Zwiebel andünsten, Fenchel und Fenchelsamen hinzufügen und ebenfalls kurz mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und den Wein etwas einkochen lassen, soviel Gemüsebrühe zufügen, dass der Fenchel gerade bedeckt ist, damit sein Aroma konzentriert in die Brühe übergeht. Fenchel einige Minuten bei schwacher Hitze und zugedektem Topf weich dünsten. Wenn der Fenchel fast gar ist, Paprika hinzufügen und ebenfalls kurz dünsten lassen. Sahne dazugeben und etwas einkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und einem Hauch Curry abschmecken.

Tagliatelle in reichlich gesalzenem Wasser kochen, gut abtropfen lassen

und zur Soße geben; alles gut durchmischen und sofort mit frisch geriebenen Parmigiano oder Pecorino servieren.

Tagliatelle mit Gorgonzola in zwei Varianten M

4 Personen

Zutaten:

250 g Blauschimmelkäse (Gorgonzola)

250 g Butter; flüssig, warm

250 g Tagliatelle oder Spaghetti

1 Prise Pfeffer, weiß, frisch gemahlen

VARIANTE FÜR GOURMETS

1 Zwiebel

100 g Champignons

3 Esslöffel Öl

250 g Blauschimmelkäse (Gorgonzola)

200 ml Milch

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer, weiß, frisch gemahlen

4 Petersilienblättchen

Zubereitungsanweisungen:

Einfache Version:

Blauschimmelkäse (Gorgonzola) zerbröseln, bis auf 2 Ei in flüssiger, warmer Butter auf kleiner Flamme schmelzen, mit Tagliatelle oder Spaghetti bissfest gekocht, vermengen. Auf Tellern anrichten und mit reichlich weißem Pfeffer übermahlen.

Gourmet-Version:

Zwiebel abziehen, fein würfeln. Champignons putzen, in dünne Scheiben schneiden. Öl erhitzen, Champignons darin gut anbraten, Zwiebeln dazugeben, andünsten, aus der Pfanne nehmen.

Blauschimmelkäse (Gorgonzola) zerbröseln, bis auf 2 Ei in Milch schmelzen, mit Salz und weißem Pfeffer, frisch gemahlen abschmecken.

Tagliatelle in reichlich Salzwasser in etwa 8 Minuten bissfest kochen. Zwiebel Pilze Mischung unter die Käsesauce heben. Auf Petersilienblättchen garnieren.

Tagliatelle mit Mascarpone und Spinat M

Tagliatelle al Mascarpone e Spinaci

Zutaten für 4 Portionen

500 g Bandnudeln

20 g Butter

1 Zehe/n Knoblauch

300 g Spinat, frischer od. tiefgefrorener

150 ml Sahne

150 g Mascarpone

75 ml Hühnerbrühe, (Instant) gekörnte Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Spinat waschen, abtropfen lassen und fein hacken.

Butter schmelzen, Knoblauch ganz dazugeben und goldbraun werden lassen. Spinat begeben, salzen und auf kleiner Flamme weich kochen.

Sahne und Mascarpone zusammen mit der Hühnerbrühe erwärmen. Wenige Minuten köcheln lassen. Mit Pfeffer würzen.

Teigwaren al dente kochen. Knoblauchzehe aus dem Spinat entfernen.

Teigwaren in einer großen Schüssel zuerst mit der Rahmsauce, dann mit dem Spinat gut mischen. Sofort servieren. Geriebenen Käse dazu reichen.

Die angegebene Menge ist als Hauptgericht für 4 Personen und als Vorspeise für 6 Personen gedacht.

11.9.04 Schmausimausi CK

Tagliatelle mit Nuss Sauce M

Für 2 Personen

30 g Walnusskerne

20 g Pinienkerne

3 El Olivenöl

1 Bund Basilikum

1 Knoblauchzehe

250 g grüne Tagliatelle

Salz

70 ml Gemüsebrühe

30 g frisch ger. Parmesan

schwarzer Pfeffer

Zwei schöne Walnusshälften beiseite legen. Den Rest der Walnüsse mit den Pinienkernen und dem Olivenöl in einem hohen Gefäß fein zerkleinern, die Basilikumblättchen abzupfen, einige zum garnieren beiseite legen. Die Knobizehe schälen, beides zu den Nüssen geben, alles glatt pürieren. Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest garen. Inzwischen das Nusspüree mit der Gemüsebrühe verrühren und bei milder Hitze erwärmen, den Parmesan einrühren, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Die Nudeln abgießen, auf Teller verteilen, Nuss-Sauce darübergeben, mit Walnusshälfte und etwas Basilikum ausgarnieren.

Tagliatelle mit Paprika und Tomaten

Für 4 Personen

4 Schalotten,
2 rote Peperoni,
je 2 rote und gelbe Paprikaschoten,
4 Tomaten,
2 TI Olivenöl,
20 schwarze Oliven,
4 El Kapern,
1 Bund Basilikum,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
400 g Tagliatelle

1.) Schalotten schälen, fein würfeln. Peperoni und Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, Kerne und Stiele entfernen. Peperoni in Ringe schneiden, Paprika in Streifen. Tomaten einritzen, überbrühen, häuten und würfeln.

2.) Olivenöl erhitzen, Gemüse darin andünsten und 5 Minuten schmoren. Oliven entsteinen, in Ringe schneiden und mit den Kapern dazugeben. Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blättchen hacken. Zum Gemüse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3.) Die Nudeln in Salzwasser nach Packungsangabe garen. Auf vier Teller verteilen, die Sauce darüber gießen.

Pro Portion: 490 kcal/2060 kJ

Tagliatelle mit Spinat und Gorgonzola M

Zutaten für 4 Portionen

2 Zehe/n Knoblauch

2 Zweig/e Thymian, frisch oder getrocknet

1 handvoll Spinat, gewaschen, klein geschnitten

200 g Crème fraîche

200 g Gorgonzola

500 g Nudeln Tagliatelle

1 handvoll Walnüsse oder Pecannüsse, geröstet, klein gehackt

Olivenöl

Parmesan

Zubereitung

Einen Topf mit einem Schuss Olivenöl erhitzen und den klein gehackten Knoblauch und den Thymian hinzufügen. Sobald der Knoblauch anfängt zu bräunen, den Spinat hinzufügen und mit einem Deckel abdecken.

Nach 30 Sekunden ist der Spinat zusammengefallen und man kann jetzt die Crème fraîche hinzufügen. Dann 1 weitere Minute kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen, den Gorgonzola hineinbröckeln und den Herd ausstellen. Die fertige Pasta direkt in die Soße geben und ein wenig Kochwasser zurückbehalten. Alles vermischen und ein wenig Wasser hinzufügen, falls es zu trocken ist. Mit den Nüssen und dem Parmesan bestreuen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

03.01.06 tatiascha

Tagliatelle mit Steinpilzen M

Tagliatelle funghi porcini

Zutaten für 3 Portionen

30 g Steinpilze, getrocknet, oder 200 g frisch

200 g Champignons

120 ml Sahne

1 Schalotte(n)

2 El Olivenöl

Wein, weiß

250 g Nudeln (Tagliatelle)

Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Die getrockneten Steinpilze in kaltem Wasser mindestens 15 Minuten einweichen. Frische Steinpilze putzen (möglichst nur mit einem Pinsel oder einem Tuch vorsichtig abwischen) und in Scheiben schneiden. Schalotte schälen und würfeln. Champignons putzen und in Blättchen schneiden. Wasser in einem ausreichend großen Topf erhitzen, Salz hineingeben (kein Öl oder Fett!).

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten hineingeben und glasig werden lassen. Eingeweichte Steinpilze abgießen. Eingeweichte oder frische Steinpilze zu den Schalotten in die Pfanne geben, ebenso die Champignons. Vorsichtig umrühren, Hitze etwas reduzieren und 2 Minuten köcheln lassen. Einen Schuss Weißwein hinzu und den Alkohol unter Rühren verkochen lassen. Nach einer Weile die Sahne hinzugeben und verrühren. Salzen und pfeffern und mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Von Zeit zu Zeit umrühren, bis die Sahne sämig und braun geworden ist.

Tagliatelle ins kochende Nudelwasser geben und al dente kochen. Abgießen und kalt abschrecken (ganz kurz), gut abtropfen lassen und in wenig Butter wenden. Auf großen Pastatellern die Tagliatelle anrichten, Salsa drüber und fertig.

Dazu passt immer gemischter oder grüner Salat.

Variation: Keine Sahne, sondern Schinkenspeck in Würfeln zu den Schalotten und den Pilzen geben, dazu Wein n.B. 1/4 Bund Petersilie, waschen, hacken, drunter rühren und die Sauce so servieren. Anstelle der Tagliatelle kann man auch Bavette, Linguine oder Penne nehmen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

21.02.05 Clarisza

Tagliatelle mit Steinpilzpesto M

Für 4 Personen

200g Champignons
200g frische Steinpilze
50g Pinienkerne
2 Knoblauchzehen
0,75 dl Olivenöl
Salz,
Pfeffer aus der Mühle
1 Bund glatte Petersilie

250 Tagliatelle

50 g Parmesan frisch gerieben

1. Champignons und Steinpilze klein würfeln. Pinienkerne in einer Bratpfanne ohne Fett rösten. 1 Ei für die Garnitur beiseite stellen. Rest mittelfein hacken. Knoblauch direkt zum Öl pressen.

2. Die Hälfte des Öls in einer Bratpfanne erhitzen. Pilze hineingeben und pikant mit Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze 10 Minuten dünsten. Inzwischen die Petersilienblätter fein hacken.

3. Wasser aufkochen, salzen und die Tagliatelle darin 2 Minuten al dente kochen. 0,5 dl Kochwasser zusammen mit dem restlichen Öl, Pinienkernen und der Petersilie zu den Pilzen geben. Tagliatelle herausheben, gut abtropfen lassen und auf vorgewärmten Tellern oder in Schalen anrichten. Pilzpesto nochmals heiß werden lassen. Über die Tagliatelle verteilen. Mit Parmesan und Pinien bestreuen. Sofort servieren. Guten Appetit !

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Pro Pers. ca. 19g Eiweiß, 30g Fett, 53g Kohlenhydrate, 2350 kJ/560 kcal

Überbackene Spinat Tagliatelle M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln Tagliatelle, grüne und helle

1 Zehe/n Knoblauch

450 g Spinat **Rahmspinat**, TK

1 Becher Crème fraîche, mit Kräutern

250 g Sahne

170 g Käse Gouda, gerieben

Salz und Pfeffer

Muskat

Fett für die Form

Zubereitung

Tagliatelle in Salzwasser in der Hälfte der angegebenen Zeit kochen, abgießen und abtropfen lassen. Den Rahmspinat auftauen, in einem Topf mit der Sahne und Crème fraîche zu einer hellgrünen Sauce verrühren. Knoblauch pellen und dazu pressen, anschließend mit den Gewürzen kräftig abschmecken.

Backofen auf 200°C vorheizen, die Nudeln in eine gefettete Auflaufform geben, die Spinatsauce darübergießen und zum Schluss den Käse darauf verteilen. [Im Backofen ca. 30-40 Minuten überbacken.](#)
Falls der Käse zu dunkel wird, evtl. mit Alufolie abdecken.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten
27.11.04 Kissi

Kommentar von Piwili 01.03.2005 1907

Habe es gestern ausprobiert und fand es extrem lecker. Ich habe allerdings nur 150 ml Sahne und 100 ml fettarme Milch genommen - hat dem Geschmack aber nicht geschadet. Und obwohl meine Tochter 4,5 Jahre zuerst gemotzt hat, hat sie sich später korrigiert und ich darf das wieder kochen.

Also, vielen Dank für das nette Rezept.

Gruß, Piwili

Tortellini

[Erdnuss Tortellini](#) [2 Eigelb](#) [M](#)

Menge: 4 Port.

4 El Sesamöl,
4 El Olivenöl,
4 El Sojasauce,
80 Gramm Honig,

[2 Eigelbe,](#)

2 El Erdnusscreme,
1 Teel. scharfer Senf,

[60 Gramm Sahne,](#)

1 Bund Frühlingszwiebeln,
4 - 5 Blätter Rucola,
1 Kleine Knolle Fenchel,
500 Gramm Tortellini,
Salz,
schwarzer Pfeffer,
Tabasco,
2 El gehackte, geröstete, gesalzene Erdnüsse

Öl, Sojasauce, Honig und Eigelbe gut miteinander verschlagen. In einem

Schmortopf unter Rühren einige Minuten aufkochen.

Vom Herd nehmen. Die Erdnusscreme, den Senf und die Sahne hineinrühren.

Die Frühlingszwiebeln putzen waschen, die Zwiebelköpfe mit 2-3 cm Grün abschneiden und sehr fein hacken.

Den Rucola putzen, waschen und klein schneiden. Von dem Fenchel einige Innenblätter nehmen sowie das hellgrüne Fenchelgrün, diese waschen und ebenfalls sehr klein hacken.

Frühlingszwiebeln, Rucola und Fenchel in die Sauce rühren.

Die Tortellini in kochendem, leicht gesalzenem Wasser weich kochen.

Die Sauce vorsichtig noch einmal erhitzen, nicht kochen lassen. Mit Pfeffer und wenige Tropfen Tabasco abrunden. Zum Schluss die gehackten Erdnüsse hineinrühren.

Die Sauce über die Tortellini geben.

Gemüse Tortellini M

Tortellini mit Käsefüllung aus dem Kühlregal (z.B. die aus dem Aldi)

1-2 große Tomaten

1 kleine Zucchini

etwas Tomatenmark

etwas süße Sahne

italienische Gewürzmischung

Salz

Pfeffer

Knoblauch nach Belieben

etwas Öl

Parmesan-Käse

Anweisungen:

Tortellini in etwas Öl in einer beschichteten Pfanne, unter gelegentlichen Rühren leicht erhitzen (jetzt eventuell auch Knoblauch zufügen).

Inzwischen die Tomate grob würfeln und zufügen.

Zucchini raspeln (oder auch fein würfeln, dauert nur etwas länger) und auch zu den Tortellini geben. Das ganze reichlich mit Parmesan bestreuen (sehr guter Calciumlieferant bei relativ wenig Fett).

Hinweis von Claudia:

Das ganze gibt's bei uns gelegentlich auch als Superschnellvariante, wenn man die Tortellini nur in der Pfanne erhitzt etwas Ketchup und etwas Sahne zugibt und mit frischen Kräutern würzt.

Ist vielleicht nicht grad der Vitaminbringer, aber macht schnell satt (und still!!).

Gratinierte Tortellini M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Tortellini

100 g Champignons, frisch

1 Zwiebel(n)

1/8 Liter Fleischbrühe

1/8 Liter Sahne

100 g Käse (Gouda), gerieben

50 g Parmesan

30 g Butter

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Die Champignons putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Etwas Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Die Champignons zugeben und kurz mit dünsten. Mit Fleischbrühe und Sahne auffüllen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Tortellini nach Anleitung kochen und in eine feuerfeste Form geben. Mit der Champignonsoße übergießen. Den geriebenen Gouda und Parmesan darüber streuen und im Ofen bei 180°C Oberhitze [goldgelb überbacken](#). Nach Belieben garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.02.05 Sissimuc

Party Tortellini Salat M

Ca. 45 Minuten

Zutaten für 8 10 Personen

500 g getrocknete Tortellini

Salz,

Pfeffer

2 Zwiebeln

6 Ei Öl
2 Tl mittelscharfer Senf
1/8 l Weißweinessig
1 Tl Gemüsebrühe
Zucker
1 Dose (425 ml) große weiße Bohnenkerne
400 g Kirschtomaten
1 Bund Lauchzwiebeln
125 g Rauke

50 g Parmesankäse im Stück zum Garnieren

Zubereitung

1. Tortellini in kochendem Salzwasser 16-18 Minuten garen. Abgießen und gut abtropfen lassen.

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl in einem kleinen Topf erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Senf zugeben und kurz mit anschwitzen. Mit 1/8 l Wasser und Essig ablöschen, aufkochen. Brühe einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

2. Bohnen abspülen, abtropfen lassen. Tomaten waschen, vierteln. Lauchzwiebeln und Rauke putzen, waschen und abtropfen lassen. Beides klein schneiden.

3. Tortellini, Bohnen, Lauchzwiebeln, Rauke, Tomaten und Marinade mischen. Salat kurz durchziehen lassen, dann nochmals abschmecken. Parmesan in dünne Scheiben hobeln und den Salat damit garnieren.

Pro Portion ca.

200 kcal/840 kJ

Eiweiß 7 g

Fett 8 g

Kohlenhydrate 23 g

Profi Tipp :

Auch warm köstlich! Geben Sie Bohnen, Tomaten und Lauchzwiebeln mit in den Topf gleich heiß servieren!

Bella Nr. 51/03

Ricotta Tortellini 1 Ei + 7 Eigelb M

150 g Mehl,
30 g Hartweizengrieß,

7 Eigelbe,

1 Ei,

1/8 l Milch,

150 g Ricotta,

1 Schalotte fein geschnitten,

1 TL frischer Kerbel oder Rucola fein geschnitten,

1 EL Blatt Petersilie fein geschnitten,

1 TL Olivenöl,

etwas frisch geriebener Parmesan oder braune Butter,

Butter zum Anbraten,

Salz,

Pfeffer.

Aus Mehl, Grieß, einem Ei, 3 Eigelben, Olivenöl und 1 Messerspitze Salz einen festen Nudelteig kneten. Diesen Teig ein paar mal durch die Nudelmaschine dünn ausrollen. Die Schalotte in einer Pfanne mit Butter dünsten. Ricotta in ein Küchentuch geben und gut auspressen. Dann in eine Schüssel geben und mit 3 Eigelben, der Schalotte und den Kräutern vermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Milch mit einem Eigelb vermischen. Eine Teigbahn auf der Arbeitsplatte ausbreiten und mit etwas Ei-Milch-Mischung bestreichen. Mit einem Teelöffel im Abstand von 2 cm kleine Häufchen der Käse-Kräutermasse auf den Teig setzen. Das Ganze mit einer weiteren Teigbahn bedecken. Die Teigränder gut festdrücken und mit einem Ausstecher oder einem Teigrädchen die einzelnen Tortellini ausstechen. In reichlich Salzwasser die Tortellini ungefähr 4 Minuten weichkochen. Dann abtropfen lassen und in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken. Die Tortellini auf Tellern anrichten und nach Belieben mit geriebenem Parmesan bestreuen oder mit brauner Butter beträufeln.

Spinat Tortellini M

Zutaten für 2 Portionen

250 g Tortellini

1 Spinat TK

1 süße Sahne

200 g Schmelzkäse

1 Butter

Salz

Pfeffer

1 Würfel Brühe

evtl. Knoblauch

Zubereitung

Tortellini nach Anleitung kochen, abschrecken und auf einem Sieb abschütten. Spinat aufkochen lassen, Sahne und Schmelzkäse hinzufügen und nochmals 2 Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Brühwürfel abschmecken. Tortellini in die Spinatsoße rühren und heiß servieren. Bei Bedarf kann noch Knoblauch hinzugefügt werden.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
15.02.05 nicky13

Steinpilz Sahne Sauce zu Tortellini M

Zutaten für 4 - 6 Personen:
500 g Tortellini mit Spinatfüllung
300 g Steinpilze
Saft von 1/2 Zitrone
1/2 Bund glattblättrige Petersilie
1/2 Bund Basilikum

200 ml Sahne

150 ml Fleischbrühe (Instant)

1 Knoblauchzehe
2 El Butter
Salz und Pfeffer aus der Mühle

frisch geriebener Parmesan

Zubereitung:

1. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Petersilie fein hacken, die Basilikumblättchen in feine Streifen schneiden.
2. In einem breiten Topf 1/2 El Butter zerlassen, den Knoblauch hineinpresse und leicht andünsten. Mit der Sahne und der Fleischbrühe ablöschen. Bei starker Hitze cremig einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
3. Inzwischen die Tortellini in reichlich Salzwasser al dente kochen. In einer Pfanne die restliche Butter erhitzen und die Pilze darin portionsweise anbraten. Die Petersilie untermischen und bei milder Hitze einige Minuten mitdünsten. Salzen und pfeffern.
4. Die Tortellini abgießen, abtropfen lassen und auf Tellern anrichten. Mit der Sauce vermischen, die Pilze darüber verteilen und mit dem Basilikum bestreuen. Aus der Mühle grob pfeffern und den Parmesan dazu reichen.

Tomatensuppe mit Tortellini M

1 Dose geschälte Tomaten,
1 große Zwiebel,
1 Knoblauchzehe,
1 El Olivenöl
Pfeffer,
Salz,
Oregano,
Basilikum,
1 El Gemüsebrühe,
200 ml Wasser,
1 El Tomatenmark,

100 ml Sahne,

1 Pkg frische Tortellini,

Olivenöl in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebeln anschwitzen. Nun Tomatenmark, Wasser und der Brühe zusammen aufkochen. Sobald die Suppe kocht die geschälten Tomaten, die Gewürze und die Knoblauchzehe zugeben und weiter 20 min köcheln lassen. Anschließend die Tortellini in die Suppe geben und nach Packungsanleitung kochen lassen. Am Ende noch die Sahne zugeben und noch einmal abschmecken lassen.

Tortellini in Currysoße M

Menge: 3 Port

375 Gramm Tortellini
1 Frühlingszwiebeln
150 Gramm frische Champignons
 $\frac{3}{4}$ Knoblauchzehe
 $\frac{3}{4}$ El Zitronensaft

150 ml Schlagsahne

90 ml trockener Sekt
1 Teel. Currypulver
Salz, schwarzer Pfeffer,
Olivenöl, etwas Kresse

Vorbereitung:

Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden .
Pilze waschen und in Scheiben schneiden.
Knoblauch schälen und fein hacken.

Zubereitung:

Tortellini in reichlich Salzwasser garen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Zwiebelringe darin andünsten, dann die Pilze und Knoblauch untermischen.

Das Currypulver darüber streuen und mit dem Sekt ablöschen. Die Sahne dazugießen und alles aufkochen lassen. Hitze wieder reduzieren und etwas einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und dem Zitronensaft würzen.

Die garen Tortellini gut abtropfen lassen und unter die Sauce mischen.

Die Nudeln auf Tellern verteilen und mit etwas Kresse bestreuen.

Tortellini in Tomatensoße M

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

250 g Champignons

2 El Öl

1 El Tomatenmark

500 g passierte Tomaten

2 Packungen tiefgefrorene italienische Kräuter (a 25,g)

Salz,

Pfeffer,

Zucker

Edelsüß- Paprika

2 Packungen Käse- Tortellini (a 250 g; aus dem Kühlregal)

2 kleine Tomaten

nach Belieben Oregano zum Garnieren

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen und halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und die Pilze darin andünsten. Tomatenmark einrühren und mit passierten Tomaten ablöschen. Die italienischen Kräuter zufügen und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und dem Paprikapulver abschmecken. Alles dann noch zirka 3Minuten köcheln lassen.

2. Tortellini in siedenden Salzwasser etwa 1 Minute garen. Die Tomaten waschen, vierteln, entkernen und würfeln. Tortellini und Soße auf Tellern anrichten. Mit den Tomatenwürfeln und nach Belieben mit Oreganoblättchen garnieren. Dazu passt hervorragend ein trockener Weißwein (wie etwa Riesling oder Sauvignon Blanc und gekühltes Mineralwasser.

Zeitaufwand: ca. 20 min

Nährwert: pro Portion ca. 2940 kJ/700 kcal, E 28 g, F 21 g, KH 94

Vida Nr.48/02

Tortellini mit Butterschoten M

250 g kleine Strauchtomaten
1 Ei Butter
1 Bd glatte Petersilie
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
2 Packungen frische Cappelletti oder Tortellini a 250 g
Salz
2 El Olivenöl
Pfeffer a.d. Mühle

Parmesankäse zum Bestreuen

Die Tomaten vierteln, dann in einer Pfanne in Butter dünsten. Petersilie abbrausen und grob hacken. Knoblauchzehe und Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Die Nudeln in kochendem Salzwasser bei kleinster Hitze 3-4 Minuten ziehen lassen. Das Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin glasig dünsten. Petersilie hinzufügen und 1-2 Min schwenken. Leicht salzen und Pfeffer darüber mahlen. Die Tortellini abgießen und abgetropft in der Petersiliensauce schwenken. Auf vorgewärmte Teller geben, die Butterschoten darüber verteilen und nach Belieben mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen.

Tortellini mit Gorgonzola 3 Ei M

Nudelteig:
400 g Mehl

3 Eier

1/2 Tl Salz
1 Ei Öl
1-2 El Wasser

Füllung:

400 g Gorgonzola mit Mascarpone

1 kleine Knoblauchzehe
1 kl Knoblauchzehe
Pfeffer aus der Mühle
1 Prise Cayennepfeffer

Kräuterbutter:

100 g weiche Butter

1 Bund gemischte Kräuter
einige Tropfen Zitronensaft

außerdem:

Mehl zum Ausrollen
Salzwasser

frisch geriebener Parmesan

Mehl, Eier, Salz, Öl und Wasser zu einem festen, aber elastischen Teig verarbeiten. Mindestens 10 Min durchkneten, bis sich der Teig geschmeidig und glatt anfühlt. In ein feuchtes Küchentuch wickeln und 30 Min bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Inzwischen den Käse mit einer Gabel zerdrücken. Mit durchgepresstem Knoblauch, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Butter mit feingehackten Kräutern und Zitronensaft verkneten. Teig dünn ausrollen. Kreise mit 6 cm Durchmesser ausstechen. Eine haselnussgroße Portion Füllung darauf geben. Teigränder mit Wasser bestreichen. Dann zusammenklappen. Die Ränder gut festdrücken und nach oben biegen. Die Tortellini um einen Finger herum rund formen. Dabei die Spitzen vorn aufeinanderlegen und zusammenpressen. Danach portionsweise in siedendem Salzwasser 5 bis 8 Min bissfest kochen.

Dann mit einer Schaumkelle vorsichtig herausnehmen, etwas abtropfen lassen und in der erhitzten Kräuterbutter schwenken. Sofort mit Parmesan bestreut servieren.

Tortellini mit Gorgonzolacreme M

Für 2 Personen

Zutaten:

1 Tl Butter
1 El Mehl

1/4 lt. Milch

100g Sahne Gorgonzola

Salz, schwarzer Pfeffer
400g frische Tortellini
1/2 Bund Basilikum

Etwa 3 lt. Wasser in einem breiten Topf zum kochen bringen, inzwischen die Butter in einer Stielkasserolle schmelzen lassen, das Mehl darin unter Rühren anschwitzen.

Nach und nach die Milch dazugießen, unter Rühren aufkochen. Dann die Hitze reduzieren.

Den Gorgonzola in grobe Stücke schneiden, dazugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Nicht mehr kochen lassen. Die Sauce mit etwas Salz und reichlich Pfeffer pikant abschmecken, zugedeckt warm halten, dabei gelegentlich umrühren. Die Tortellini und Salz in das sprudelnde kochende Salzwasser geben und darin 2-3 Minuten bissfest kochen, abgießen, abtropfen lassen, die Basilikumblättchen zupfen und in feine Streifen schneiden. Einen Teil davon unter die Käsesauce rühren, die Tortellini mit der Sauce anrichten, das übrige Basilikum aufstreuen.

Tortellini mit Knoblauchöl M

2 rote Paprikaschoten
1 grüne Paprikaschote
1 kl. Rote Chilischote
4 Knoblauchzehen
1 Bd. Basilikum
6 El Olivenöl
500 g Tortellini mit Käsefüllung
Salz

Paprika reinigen und in Stücke schneiden.

Chilischote reinigen und in feine Streifen schneiden

Knoblauch schälen u. fein hacken.

Basilikum waschen, von den Stängeln zupfen und in Scheiben schneiden

Öl in der Pfanne erhitzen und o. g. Zutaten darin rösten und braten, bis die Schoten noch Biss haben.

Tortellini nach Vorschrift kochen, abtropfen und mit den restlichen Zutaten in der Pfanne mischen mit Salz abschmecken und sofort servieren.

Tortellini mit Rahm Gemüse M

ZUTATEN für 4 Portionen

250 g Pasta (Tortellini)
2 St Zwiebeln
1 Bund Suppengrün
0,1 l Gemüsebrühe

200 g Schlagsahne

1 El Öl
1 El Soßenbinder

- 1 Bund Petersilie
- 1 Prise Zitronenschale
- 1 Prise Salz

Zubereitung

Zunächst die Tortellini in Salzwasser etwa 15 Minuten kochen. Zwiebeln würfeln, und Suppengrün in kleine Stücke schneiden. Dann die Zwiebeln in Öl glasig dünsten, Gemüse zugeben und kurz mit andünsten. Mit dem Gemüsefond ablöschen und ein Achtel Liter Wasser zufügen.

Acht Minuten kochen lassen, Sahne zugeben. Soßen-Binder vorsichtig einrühren und mit weißem Pfeffer abschmecken. Die gehackte Petersilie (etwas zum Garnieren übrig lassen!) darüber streuen. Tortellini gründlich abtropfen lassen und mit der Soße vermischen

Tortellini mit Tomaten Bechamel M

Zutaten:

- 300 g Tomaten
- 3 Stiele Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 1 El Olivenöl
- 250 ml Bechamelsoße (Fertigsoße)

100 ml Schlagsahne

- 400 g Tortellini
- Salz, Pfeffer

Parmesan

Zubereitung:

Tomaten, vierteln, entkernen und grob würfeln. Vom Basilikum die Blätter abzupfen und hacken. Knoblauchzehe pressen, in Olivenöl bei milder Hitze glasig dünsten, Tomaten dazu geben und die Bechamelsoße und die Sahne in die Pfanne geben.

Aufkochen und bei milder Hitze 3 Min. kochen.

Inzwischen die Tortellini in Salzwasser kochen, abgießen und mit dem Basilikum in die Sauce geben.

Mit Salz und Pfeffer würzen und mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen

Tortellini Party Salat

250 g Tortellini Nudeln
200 g Ananas
200 g Champignons
1/2 Pk gefrorene Erbsen
1/2 Dose Mais
1/4 rote Paprika
1/4 grüne Paprika
1 Zwiebel
Salz, Pfeffer
Salatgrün
Essig
Öl

Tortellini nach Anleitung kochen. Die Ananas würfeln. Champignons und Mais abgießen. Die Pilze in kleine Scheiben schneiden. Die Paprika fein würfeln. Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Alle Zutaten mit den abgekühlten Tortellini vermischen.

Eine Marinade aus Essig, Öl und Gewürzen zubereiten und über den Salat geben. Gut vermischen und durchziehen lassen.

Tortellini Spinat Gratin 3 Ei M

500 g Tortellini
; Salz
2 Zwiebeln
2 El Olivenöl
2 Knoblauchzehen
300 g Blattspinat
1 Tl Oregano
; Pfeffer
Fett für die Form

3 Eigelb

1/8 l Milch

3 Eiweiß

100 g Parmesankäse; gerieben

Muskatnuss

Die Tortellini nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Gut

abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen, fein hacken und in heißem Olivenöl weich dünsten. Den geschälten Knoblauch durch die Presse dazudrücken. Den Spinat (falls frisch, waschen) zufügen und kurz dünsten. Mit Salz, Oregano und Pfeffer würzen. Eine feuerfeste Form einfetten. Tortellini und Spinat streifenartig einfüllen. Das Eigelb mit der Milch verquirlen, Eiweiß steif schlagen und mit der Hälfte des Käses unter die Eiernmilch mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und über Spinat und Tortellini gießen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 30 Minuten überbacken. Mit gemischtem Saisonsalat und einem trockenen italienischen Weißwein (z.B. Trebbiano, Orvieto) servieren.

Pro Person ca. 800 kcal = ca. 3360 kJ

Überbackene Spinat Tagliatelle M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln Tagliatelle, grüne und helle

1 Zehe/n Knoblauch

450 g Spinat **Rahmspinat**, TK

1 Becher Crème fraîche, mit Kräutern

250 g Sahne

170 g Käse Gouda, gerieben

Salz und Pfeffer

Muskat

Fett für die Form

Zubereitung

Tagliatelle in Salzwasser in der Hälfte der angegebenen Zeit kochen, abgießen und abtropfen lassen. Den Rahmspinat auftauen, in einem Topf mit der Sahne und Crème fraîche zu einer hellgrünen Sauce verrühren. Knoblauch pellen und dazu pressen, anschließend mit den Gewürzen kräftig abschmecken.

Backofen auf 200°C vorheizen, die Nudeln in eine gefettete Auflaufform geben, die Spinatsauce darübergießen und zum Schluss den Käse darauf verteilen. **Im Backofen ca. 30-40 Minuten überbacken.**

Falls der Käse zu dunkel wird, evtl. mit Alufolie abdecken.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

27.11.04 Kissi

Kommentar von Piwili 01.03.2005 1907

Habe es gestern ausprobiert und fand es extrem lecker. Ich habe allerdings nur 150 ml Sahne und 100 ml fettarme Milch genommen - hat dem Geschmack aber nicht geschadet. Und obwohl meine Tochter 4,5 Jahre zuerst gemotzt hat, hat sie sich später korrigiert und ich darf das wieder kochen.

Also, vielen Dank für das nette Rezept.

Gruß, Piwili

Vollkorn

Bandnudeln mit Champignons in Kräutersauce M

1 Rezept

50 g Vollkornbandnudeln (Rohgew.)
Meersalz
250 g Champignons
1 Ei Butter
1/2 TI Kräuter der Provence
3 Ei Gehackte Petersilie
Gem. weißer Pfeffer

5 Ei Sahne

50 ml Vegetarische Gemüsebrühe aus Instantpulver
1/2 TI Kartoffelstärkemehl

Die Nudeln etwa 10 Minuten in reichlich Salzwasser garen. Inzwischen die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. In der Butter andünsten.

Die Kräuter, den Pfeffer und die Sahne unter die Pilze mischen. Die Stärke mit der Brühe anrühren, zu den Pilzen geben und alles ca. 3 Minuten köcheln lassen. Mit den Nudeln anrichten.

Champignon Tomaten Nudeln M

Zutaten für 2 Portionen
300 g Nudeln (Vollkornnudeln, Fleckerl)
250 g Champignons (Cremechampignons)
½ Zwiebel(n)

250 g Cherrytomate(n)
Basilikum, frisch, oder TK Kräutermischung

1 Schuss Kaffeesahne

Salz
Pfeffer
1 Ei Öl (Olivenöl)

2 TI Parmesan, gerieben

Zubereitung

Champignons blättrig schneiden, Cocktailtomaten vierteln, Zwiebeln fein würfeln.

Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel darin anschwitzen, Champignons dazugeben, salzen und pfeffern und anbraten, Tomatenviertel dazugeben, kurz umrühren mit Basilikumstreifen würzen und Obers aufgießen.

Abgeseigte Nudeln sofort untermischen, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Parmesan bestreut und je einem Basilikumblättchen servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
02.10.02 Froschi

Kommentar von Claussen 29.03.2003 19:20

schmeckt sehr gut! Habe allerdings statt Kaffeesahne normale Milch genommen ging auch sehr gut. Außerdem habe ich frische Kräutersaitlinge (allerdings sehr teuer) und Champignons aus der Dose genommen.

L.G. Heike

Champignons gefüllt M

12 Groß Champignons
75 g Creme fraiche
200 g Blauschimmelkäse
; Salz
; Pfeffer, frisch gemahlen
100 g Schlagsahne
250 g Vollkornnudeln
1 Ei Öl
1 Bund Petersilie

Champignons putzen, waschen und trocken tupfen. Die Stiele aus den

Köpfen herauslösen und klein schneiden. Creme fraiche und die Hälfte des Käses verrühren. Die Pilzstücke dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Champignonköpfe füllen.

Pilze in eine ofenfeste Form setzen und mit Sahne begießen. Form in den Backofen schieben, auf 250 Grad schalten und etwa 20 Minuten backen.

Inzwischen Nudeln in reichlich Salzwasser mit Öl je nach Sorte 10 bis 5 Minuten kochen. Auf einem Sieb abtropfen lassen. Restlichen Käse und gehackte Petersilie mit den Nudeln vermischen. Pilze auf den Nudeln anrichten.

Gemüse Lasagne mit Sonnenblumenkernen M V

(4 Personen)

40 g Butter
30 g Weizen-Vollkornmehl
500 ml Milch

200 g Gorgonzola-Käse

Salz, weißer Pfeffer
250 g Tomaten
250 g Stangensellerie
2 mittelgroße Zwiebeln
2 Ei Öl
500 g Spinat
200 g Champignons
250 g Vollkorn Lasagneplatten
50 g Sonnenblumenkerne

Die Butter zergehen lassen, das Mehl darin anschwitzen, die Milch einrühren und den Käse darin anschwitzen. Anschließend die Sauce würzen.

Die Tomaten und den Sellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen, hacken und mit Sellerie in einem Esslöffel heißen Öl dünsten. Die Pilze putzen, waschen und im restlichen Öl anbraten. Den Spinat waschen, gut abtropfen lassen und zu den Pilzen geben. Zusammenfallen lassen und anschließend würzen.

Den Boden einer Auflaufform mit etwas Sauce bedecken. Die Lasagneplatten, die Tomaten, den Sellerie, die Sauce und das Pilz-Spinat-Gemüse abwechselnd einschichten. Mit Lasagneplatten und Sauce abschließen. Die Sonnenblumenkerne darüber streuen und den Auflauf im vorgeheizten Ofen bei 200°C 45-50 Minuten backen.

pro Portion ca. 660 kcal/2750 kJ, 29 g Eiweiß, 45 g Fett, 26 g Kohlenhydrate, 9 g Ballaststoffe

Gemüse Eintopf mit Nudeln

Kohlenhydrat-Gericht für 2 Pers.

2 Karotten (150 g)
1 Stück Knollensellerie (50 g)
1 Stück Lauch (50 g)
100 g Chinakohl oder Wirsing
2 El TK- Maiskörner (40 g)
600 ml Gemüsebrühe (Instand)
1 kleines Lorbeerblatt
1 kleiner Zweig Liebstöckel (Maggikraut)
40 g feine Vollkorn-Suppennudeln weißer Pfeffer, Meersalz
2 El frische, feingewiegte Petersilie

Karotten würfeln, Lauch längs halbieren, quer in Scheiben schneiden.
Chinakohl oder Wirsing in Streifen schneiden, mit dem Mais mischen.

Brühe aufkochen, Lorbeer, Liebstöckel und das Gemüse hinzugeben.
Bei halbgeöffnetem Deckel 10 Min. bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Die Fadennudeln evtl. grob zerdrücken, in die köchelnden Suppe geben,
durchrühren und nach Anweisung 5-7 Min. mit köcheln.

Lorbeerblatt und Liebstöckelzweig herausnehmen.
Eintopf mit Pfeffer und Salz abschmecken, mit Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. ½ Stunde

Pro Portion: ca. 144 kcal

Makkaroni mit Champignonragout M V

Trennkost

200 g Makkaroni möglichst Vollkornmakkaroni
1 TI Öl zum Kochen
Meersalz zum Kochen
500 g Champignons, frisch oder Egerlinge oder Mischpilze
1 mittl Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Bd Petersilie
20 g Butter

1 TI Weizenvollkornmehl, fein

50 g Sahne

125 ml Gemüsebrühe

1 EI Creme fraiche evtl. doppelte Menge nehmen weißer

Pfeffer

Meersalz

Die Makkaroni in Wasser mit Öl und Meersalz nach Packungsanweisung bissfest garen. Die Pilze waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Die Petersilie waschen, in Küchentrepp ausdrücken, die dicken Stängel entfernen und die zarten Zweige fein wiegen. In einem weiten Topf die Butter erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel unter Rühren darin glasig dünsten. Die Petersilie und die Pilze hinzufügen und das Ganze unter gelegentlichem Rühren zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 7 Minuten schmoren. Das Mehl darüber stäuben, die Pilzmischung wenden und das Ganze kurz andünsten, bis die Flüssigkeit fast völlig verdampft ist. Den Topf vom Herd nehmen und das Pilzragout mit Sahne ablöschen. Mit dem Schneebesen klumpenfrei verrühren, dabei die Brühe hinzugießen. Das Pilzragout wieder erhitzen, unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze 5 Minuten durch köcheln lassen. Vom Herd nehmen, die Creme fraiche unterrühren und das Ganze mit Pfeffer und Meersalz abschmecken. Die Makkaroni auf ein Sieb schütten, gut abtropfen lassen und auf zwei vorgewärmte Teller verteilen. Das Pilzragout darübergeben und jede Portion mit zwei halbierten Kirschtomaten anrichten.

TIP: Besonders fein und würzig schmeckt das Champignonragout, wenn ihr 200 g zarten Kohlrabi (fein gewürfelt) und etwas in feine Streifen geschnittenes Kohlrabigrün mitdünstet.

Makkaroni Napoli

100 g Vollkornmakkaroni roh

Meersalz

4 Basilikumblätter

Sauce

1 Aubergine

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 Paprikaschote rot

2 EI Olivenöl kaltgepresst

1 TI Rosmarin

1 TI Chilipulver

1 TI Provencialkräuter
1 TI Gemüsebrühe vegetabil instand
2 Tomaten

Den Stielansatz der Aubergine abschneiden, die Frucht in Alufolie wickeln und im auf 220 Grad vorgeheizten Backofen etwa 40 Minuten garen. In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Paprikaschote vom Kerngehäuse befreien, zerkleinern und alles im Öl anbraten.

Das Gemüse mit Rosmarin, Chilipulver, Provencialkräuter und der Instandbrühe abschmecken und vom Herd nehmen.

Gegarte Aubergine aus der Folie nehmen, Haut abziehen, Fruchtfleisch klein schneiden, zur Gemüse Mischung geben, alles mit dem Schneidestab pürieren und erkalten lassen.

Tomaten von Stielansätzen befreien, vierteln, ebenfalls pürieren und durch ein Sieb zur kalten Gemüsesauce streichen. Diese gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

Die Nudeln in leicht gesalzenem Wasser etwa 10 bis 12 Minuten bissfest garen, abgießen, gut abtropfen lassen und zusammen mit der kalten Gemüsesauce auf einer Platte anrichten.

Mit den in Streifen geschnittenen Basilikumblättern garnieren.

Milchnudelsuppe

Glutenfrei

Hallo Tomas
ach ha je. da gibt es so viele Möglichkeiten

also stark überlegen
die eine ist Nudeln in Wasser kochen + dann erst in die Milch + Zucker,
kam aber nicht oft auf dem Tisch, das folgende aber dafür mehr

oder

die Nudeln in Wasser kochen, Milch mit Vanillepudding kochen + dann die gekochten Nudeln rein, manchmal wurde auch Schokoladenpudding genommen. (Zucker nicht vergessen)
das hatte den Vorteil, das die Milch nicht so schnell ansetzte, es musste die ganze Zeit gerührt werden.

Tja , heute , muss ich erst die Nudeln herstellen, + koche sie in Wasser mit einer Prise Salz, bissfest

Ich will nicht lügen, aber ich kann mich nicht mehr erinnern, aber ich glaube

1 L Milch (kalte Milch abnehmen)
ca 6 El Vollrohrzucker (habe keinen anderen) nach Geschmack
½ TI Natur Vanillepulver kann auch etwas mehr sein, alles zum kochen bringen, umrühren nicht vergessen , brennt schnell an, (auch den Trick mit kalten Wasser den Topf erst ausspülen , klappt nicht immer)
40 g Kartoffelmehl in kalte Milch einrühren, + in die kochende Milch einrühren, weiter kochen lassen bis es anfängt zu dicken, dann die gekochten Nudeln rein , nochmals abschmecken.

Man kann da auch noch Kakao mit rein , aber auch vorher in kalte Milch einrühren,
Oder auch Carobpulver, der kann gleich in die kochende Milch, löst sich in jeder Flüssigkeit auf.

Habe auch schon mal mit Mondamin, gearbeitet, gibt das ganze die schöne gelbe Farbe.

Ach das kam bei einer Kinderreichen Familie des öfteren auf den Tisch, + es schmeckte immer wieder, + wenn eben, wie das eben oft auch der Fall war, + wir, andere Kinder mit brachten, dann kam eben noch Nudeln + Milch dazu.

Na , und ab + zu mache ich es mir wieder.

Milchnudelsuppe II 2 Ei

glutenfrei

Zutaten

1 l Milch
1 P. Puddingpulver
4 geh. El Zucker oder

1 l Milch
4 geh. El Vollrohrzucker
2 geh. El Mondamin/Maisstärke oder Kartoffelmehl
1 Prise Meersalz

¼ TI Vanillepulver oder
2 P. Vanillezucker

200 g Vollkornnudeln oder

200 g Buchweizenmehl oder Dinkelvollkornmehl

2 Eier

¼ TI Meersalz

1 Prise Zucker

4 Klacks Butter

Zubereitung

Mehl + Eier + Salz + Zucker verkneten, 30 min ruhen lassen, ausrollen zwischen 2 Lagen Backpapier, den Teig zu einer Rolle drehen, schräg in Streifen abschneiden.

Nudeln in Salzwasser kochen, abseien.

Von der Milch 6 El , abnehmen, den Rest aufkochen,
in den 6 El , Puddingpulver + den Zucker einrühren. oder

in den 6 El Milch , 2 geh. El Mondamin/Maisstärke oder Kartoffelmehl, so-
wie Zucker, Vanillepulver + Salz einrühren.

Milch unter umrühren , aufkochen, die kalte Milch mit Puddingpulver oder
Mondamin , einrühren, aufkochen, kurz kochen lassen, Nudeln beifügen,
beim servieren, jeden ein Klecks Butter, in die Mitte des Tellers geben.
Hans60

Nudelauflauf mit Porree und Tomaten

200 g Vollkornnudeln
; Salz
700 g Porree
700 g Tomaten
50 g Butter / Margarine oder Margarine
; Fett für die Form
2 Becher Joghurt (10%)

2 Eier

1 Päckchen TK-Kräutermischung

; frisch gemahlener Pfeffer

2 El gemahlene Mandeln

Nudeln in Salzwasser acht Minuten kochen. Auf einem Sieb abtropfen lassen.

Porree in fingerlange Stücke schneiden. Tomaten mit heißem Wasser übergießen und die Haut abziehen, große Tomaten vierteln.

Porree in 30g heißem Fett dünsten. Nudeln, Porree und Tomaten in eine gefettete ofenfeste Form schichten.

Joghurt mit Eiern und Kräutern verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Joghurtsoße über das Gemüse gießen. Die Form mit einem Deck oder mit Alufolie verschließen und in den Backofen schieben.

Auf 200 Grad / Gas Stufe 3 schalten und 30 Minuten backen.

Deckel oder Folie abnehmen. Den Auflauf mit restlichem Fett in Flöckchen belegen und mit Mandeln bestreuen. Zehn Minuten weiterbacken.

Zubereitungszeit: 1 Stunde

dazu: grüner Salat

Eiweiß: 93g, Fett: 138g, Kohlenhydrate: 236g, 2620 Kalorien

pro Portion: 655 Kalorien

Nudeln mit Gemüse und Brotbröseln

600 g Gemüse
1 Zwiebel
50 g Vollkornbrot
4 El Olivenöl
Cayennepfeffer
400 g Vollkornnudeln
; Salz
2 El Sahne
50 g Parmesan; frisch gerieben
4 El ;Nudelwasser
2 El Gemischte Kräuter; frisch gehackt

Zubereitungszeit: etwa 40 Minuten

Das Gemüse putzen, schälen beziehungsweise waschen und fein zerkleinern. Die Zwiebel schälen und hacken. Das Brot fein

zerkrümeln.

In einer Pfanne die Hälfte des Öls erhitzen. Die Brotkrümel darin bei schwacher Hitze unter häufigem Wenden knusprig rösten.

Das restliche Öl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel darin bei schwacher Hitze glasig braten. Das Gemüse hinzufügen und unter häufigem Wenden gerade eben weich braten, mit Cayennepfeffer würzen und zugedeckt warm halten.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest garen.

Nudelwasser, die Sahne und den Käse unter das Gemüse mischen.

Die Nudeln abgießen, abtropfen lassen, mit dem Gemüse und dem gerösteten Brot vermischen. Die Gemüsenudeln auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Kräutern bestreut sofort servieren.

Nudeln mit Paprika Pilz Soße M

120 g Vollkornnudeln; roh
350 g Champignon
1 Groß Paprikaschote; rot
1 1/2 EI Butter / Margarine
2 EI Weizenvollkornmehl
1 c Gemüsebrühe; vegetabil
1 TI Paprikapulver
1 ds Cayennepfeffer
1/2 TI Majoran
1 TI Provinzialkräuter
3 EI Sahne; süß
Mehrsalz

Die Pilze nach belieben in Scheiben schneiden oder ganz lassen und in der Butter / Margarine anbraten. Das Kerngehäuse der Paprikaschotte entfernen und das Fruchtfleisch in schmale streifen schneiden.

Nun bereits das Kochwasser für die Nudeln aufsetzen. Den Paprika zu den Pilzen geben, alles mit dem Vollkornmehl bestäuben und kurz anschwitzen lassen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Sauce unter Rühren 5 bis 8 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen die Nudeln in 10 bis 12 Minuten in leicht gesalzenem Wasser garen. Die Sauce mit den Gewürzen und Kräutern abschmecken und mit der süßen Sahne verfeinern. Die Nudeln abgießen und zusammen mit der Sauce anrichten.

Nudeln mit Spinat Käse Sauce M

mit Vollkornnudeln, für Diabetiker geeignet

Zutaten für 2 Portionen

80 g Nudeln Vollkornnudeln

1 kleine Zwiebeln

1 Zehe/n Knoblauch

1 TI Olivenöl oder Rapsöl

200 g Blattspinat, frisch, oder 100 g TK

30 g Gorgonzola

50 g saure Sahne

1 TI Pinienkerne

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Vollkorn Nudeln nach Packungsanweisung bissfest kochen. Die Zwiebel fein hacken und den Knoblauch pressen, beides im Öl glasig dünsten. Den Spinat grob hacken und hinzugeben, ca. 5 Minuten mitdünsten lassen. Die austretende Flüssigkeit abgießen und auffangen.

Den Käse würfeln, mit der Sahne vermengen und diese Mischung zum Spinat geben. Vorsichtig erhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und evt. etwas von der aufgefängenen Flüssigkeit dazugeben. Die Sauce mit den Kernen bestreuen und zu den Nudeln reichen.

pro Portion 13 g Eiweiß, 15 g Fett, 36 g Kohlehydrate, 7 g Ballaststoffe, ca. **2-3 BE**

Brennwert p. P. 325

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

11.02.05 sierrrra

Kommentar von sierrrra 16.02.2005 1632

Hallo Sabine,

Es sollte ein "Diabetikertaugliches..." Rezept sein... gemeint sind 80 g Nudeln als Trockenware... für solche Rezepte durchaus übliche Mengen... Es ergibt immer noch immerhin knapp 3 BE bzw KH pro Portion....

Bis dann sierrrra

Nudelsalat

200 g Vollkornnudeln
500 g Tomaten
100 g Schafskäse (40 % Fett i. Tr.)
1 TI Tomatenmark
1 Becher Creme fraiche (150 ml)
2 El Öl (Sonnenblumenöl)
1 El Zitronensaft
Gewürze:
1 Bund Basilikum
Salz und Pfeffer

Garen Sie die Nudeln in leicht gesalzenem Wasser, anschließend abgießen und abtropfen lassen. Währenddessen die Tomaten waschen und in Spalten schneiden. Danach schmecken Sie die Creme fraiche mit Tomatenmark, Salz, Öl und Pfeffer ab und heben vorsichtig die Nudeln und die Tomaten unter. Zum Schluss streuen Sie das fein gehackte Basilikum über den Salat und verteilen den Schafskäse darüber.

Bemerkung: Ersetzen Sie Creme fraiche durch Joghurt, damit sparen Sie Fett und Kalorien ein.

Pro Person ca. kcal 443 / 1857 kJ

36 g KH - 7 g Ballastst. - 3 BE ca. - 27 g Fett - 14 g GFS - 7 g EUFS - 5 g MUFS - 56 mg Cholest. - 14 g Eiweiß

Popeye Lasagne M V

Zutaten für 8-10 Portionen
350 g Vollkorn Lasagneblätter (ohne Vorkochen)
3 El Olivenöl
1 kg Tomaten, 1 kg Spinat
50 g Butter
40 g Weizenvollkornmehl
1 El Honig

1/8 l Milch

1/4 l Schlagsahne

8 El gehackte Kräuter
150 g geriebener Käse (z.B. Gruyere)
Meersalz,
Cayennepfeffer,
Paprikapulver

Tomaten waschen, putzen, klein schneiden, in etwas Öl andünsten. Salz, Honig und Gewürze hinzugeben.

10 Minuten einkochen. In eine Auflaufform gießen, mit Lasagneblätter abdecken. Spinat waschen, putzen, eine Minute in kochendem Salzwasser blanchieren, dann abtropfen. Mehl in zerlassener Butter anschwitzen. Milch und Sahne hinzugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Kräutern würzen. Hälfte des Käses darin schmelzen. Auf Lasagneblätter Spinat verteilen. Mit Nudeln bedecken und mit Kräutersauce begießen. Restlichen Käse darüber streuen. Bei 200°C ca. **35-45 Minuten backen**.

Rosenkohl Nudel Käse Pfanne M

ca. 500 g Rosenkohl
ca. 200 g Vollkornnudeln
Gemüsebrühe

geriebener Käse,

Menge und Sorte nach Geschmack

Den Rosenkohl putzen und halbieren, in Gemüsebrühe dünsten. Die Nudeln kochen bis sie ungefähr halb durch sind. Die Nudeln dann zum Rosenkohl geben (dort garen sie weiter). Dann kommt der Käse drüber und jetzt alles schön auf kleiner Hitze weiterköcheln lassen bis der Käse geschmolzen ist

Spaghetti mit Tomaten Walnuss Sauce V

(4 Portionen, 655 kcal pro Portion)

Zutaten:

2 vollreife Tomaten
1 Schalotte
1/4 Stange Staudensellerie
1/2 Möhre
1 TI neutrales Pflanzenöl
1 El gehackte Petersilie
50 ml Gemüsebrühe (Instant)
100 g Vollkornspaghetti
25 g Walnüsse
1 TI Walnussöl
Salz
Pfeffer
1 Msp. gem. Peperoncino

Zubereitung:

Die Tomaten häuten, das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Schalotte fein hacken, den Sellerie und die Möhre in kleine Würfel schneiden. Das Öl erhitzen und die Schalotte, den Sellerie und die Möhre darin bei schwacher Hitze 5 Minuten dünsten. Die Tomaten, die Petersilie und die Gemüsebrühe zufügen. Die Sauce aufkochen, dann zugedeckt bei schwacher Hitze 20-25 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen die Spaghetti bissfest garen, abgießen und abtropfen lassen. Die Walnüsse hacken. Das Walnussöl behutsam erhitzen und die Nüsse darin bei schwacher Hitze 5 Minuten rühren. Die Tomatensauce mit dem Stabmixer pürieren, mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken und die Walnüsse unterrühren. Die Sauce mit den Spaghetti vermischen.

Spaghetti mit Zucchini M V

2 Zucchini;
250 g Vollkorn-Spaghetti;
1 Bund Basilikum;

120 g Greyerzer oder Parmesan;

Olivenöl;
Salz,
Pfeffer

Zucchini in dünne Scheiben schneiden und ca. 8 Minuten bei starker Hitze in 2 El Öl braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Spaghetti in reichlich Salzwasser nach Anweisung kochen. Nach Belieben Basilikumblätter fein hacken. Die Spaghetti abtropfen lassen und mit den Zucchini und 2 weiteren El Öl und dem Basilikum vermischen. Mit Pfeffer würzen und frisch geriebenen Greyerzer oder Parmesan dazu reichen.

Spaghetti Salat

Zutaten:
200 g Vollkorn Spaghetti
2 große Fleischtomaten
100 g feine grüne Bohnen (eventuell TK)
1 gelbes Endiviensalatherz (oder 1 Chicoree)
1 Zwiebel
100 g Champignons
Saft von einer Zitrone
1 Avocado

50 g Walnusskerne
1 Bund Schnittlauch

Für das Dressing:

2 El Estragonessig
5 El kaltgepresstes Olivenöl
1 El französischer Senf
Meersalz
schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Zutaten für das Dressing gut verrühren und in einer großen Schüssel mit den Nudeln mischen.
30 Minuten durchziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und das Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Bohnen in sprudelndem Salzwasser bissfest garen. Endiviensalat waschen und in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Champignons putzen, blättrig schneiden und mit der Hälfte des Zitronensafts beträufeln. Avocado schälen, Kern entfernen und das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Sofort mit dem restlichen Zitronensaft beträufeln.

Nüsse grob hacken, Schnittlauch waschen und fein schneiden. Alle vorbereiteten Zutaten locker mischen.
Reformhaus Kurier 2/03

Spargelragout mit dicken Bohnen M

1 kg Grünspargel
600 g ausgepulte Bohnenkerne
200 g Möhren
50 g Zwiebeln
1-2 Knoblauchzehen
400 g Vollkornnudeln
1 El Butter (10 g)
100 g Schafskäse
30 g fein gemahlener Weizen
Meersalz,
Cayennepfeffer
1/2 TI Gemüsebrühpulver

50 g Schlagsahne

- 1 El fein geh. Liebstöckel
- 3 El fein geh, frisches Oregano
- 3 El fein geh. Petersilie

Grünspargel waschen, putzen und schälen, Spargelabfälle mit 300 ml Wasser zum Kochen bringen und zugedeckt etwa 20 Min auskochen, abseihen und ausdrücken. Bohnenkerne in das kochende Spargelwasser geben, 5 Min kochen, abseihen und dabei die Brühe auffangen. Bohnen mit kaltem Wasser abschrecken und häuten. Garflüssigkeit mit Wasser auf 300 ml ergänzen. Spargel in 3 cm lange Stücke schneiden, Köpfe beiseite legen. Möhren eventuell längs vierteln und in 3 cm lange Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauchzehen fein würfeln. Für die Nudeln 3 l Wasser mit Meersalz aufkochen. Nudeln darin garen, kaltes Wasser in den Topf geben und abseihen. Zwiebeln in Butter anschwitzen, Knoblauch ebenfalls darin andünsten. Möhren mit dünsten, Garflüssigkeit zugießen, aufkochen und zugedeckt etwa 3 Min dünsten, dann Spargelstücke ohne Köpfe und nach weiteren 3 Min Spargelköpfe und Bohnenkerne zugeben. Schafskäse zerkrümeln. Weizenvollkornmehl mit 200 ml Wasser glatt rühren, mit Meersalz, Cayennepfeffer, Gemüsebrühpulver und Schlagsahne zugeben, aufkochen und zugedeckt weiter dünsten, bis das Gemüse bissfest gegart ist. Liebstöckel, Oregano und Petersilie unterrühren, abschmecken und mit Schafskäse bestreut zu den Nudeln servieren.

Vollkorn Nudelsalat M

- 40 Vollkornnudeln
- 2 Tomaten
- 4 lg Frische Champignons
- 1 c Erbsen, TK
- 100 g Spargel, frisch o. gefroren

2 El Creme fraiche

- 1 TI Tomatenmark
- Natriumarme Würze
- Pfeffer

Nudeln ca. 10 Min. in Wasser garen, abtropfen lassen. Tomaten und Pilze waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Erbsen ca. 5 Min. dünsten. Spargel in Stücke schneiden und mit den Nudeln, Pilzen, Tomaten und Erbsen vermischen. Creme fraiche mit Tomatenmark verrühren, mit Pfeffer und natriumarmer Würze abschmecken und unterheben.

Vollkorn Spätzle mit Soja Bolognese

Für 4 Personen

400 g Vollkorn-Spätzle ohne Ei

100 g Sojabohnen

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

400 g Tomaten

1 rote Paprikaschote

2 El Olivenöl

½ Tl edelsüßer Paprika

200 ml Gemüsebrühe

Kräutersalz

frischer Pfeffer

Die Sojabohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann Einweichwasser weggießen und die Bohnen in 600 ml sprudelndem Salzwasser bei mittlerer Hitze etwa 25 min gar kochen. Abtropfen lassen und im Mixer grob zerhacken.

Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen schälen, Zwiebeln fein würfeln, Knoblauchzehen pressen. Tomaten für etwa 10 Sek. in kochendes Wasser tauchen, häuten und ohne Stielansätze in kleine Würfel schneiden.

Die Paprikaschote putzen und ebenfalls würfeln. Zwiebelwürfel sowie den Knoblauch im erhitzten Öl glasig dünsten. Paprikawürfel untermischen und etwa 3 min bei mittlerer Hitze anbraten. Die Tomatenwürfel sowie das Paprikapulver zugeben, kurz mitbraten und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Tomatensauce etwa 15 min bei mittelstarker Hitze einkochen lassen.

Spätzle laut Packungsangabe kochen. Bolognese pürieren. Dann die gehackten Sojabohnen unterrühren, die Sauce erneut erwärmen und mit Kräutersalz und Pfeffer pikant abschmecken

Vollkornnudeln mit Spinat Käse Sauce M

Zutaten für 4 Portionen

150 g Zwiebeln

20 g Öl

600 g Blattspinat

100 g Gorgonzola, od. Österkron

200 g Sauerrahm

Salz und Pfeffer

500 g Bandnudeln Vollkorn

Knoblauch

Zubereitung

Zwiebel fein schneiden und anrösten, Blattspinat hacken und 5 min. mitdünsten, danach eventuell herausgetretenes Wasser abgießen. Gorgonzola würfeln, mit Rahm verrühren und zum Spinat geben. Vorsichtig erhitzen und abschließend würzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
11.04.05 sithna

Vollkornnudeln mit Spinat und Mozzarella M

Zutaten für 2 Portionen

250 g Nudeln Vollkorn
etwas Salz

1 Zwiebeln

1 TI Olivenöl

100 g Blattspinat TK

200 g Tomaten, geschält, aus der Dose

Pfeffer

Chilischoten, gestoßen, getrocknet

½ Kugel Mozzarella

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Inzwischen die Zwiebel in kleine Würfel schneiden, das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten schmeckt übrigens auch mir roten Zwiebeln. Den tiefgefrorenen Blattspinat hinzugeben und garen lassen.

Die Tomaten zerkleinern, den Saft und die Tomaten zum Spinat geben, mit Salt, Pfeffer und wenig gestoßenem Chili würzen und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Den Mozzarella in kleine Würfel schneiden und unter die Tomaten-Spinat-Sauce geben. Die Nudeln abgießen, abschrecken, abtropfen lassen und auf Teller verteilen. Die Sauce darüber geben und servieren.

Brennwert p. P. 540

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
07.05.05 zanon

Vollkornnudeln mit Tomaten und Porree M

Zutaten für 4 Portionen

750 g Porree
250 g Tomate(n)
250 g Nudeln (Vollkornnudeln)
30 g Butter oder Margarine
1 Ei Mehl
1/8 Liter Brühe, Instant

¼ Liter süße Sahne

½ TI Muskat

200 g Blauschimmelkäse oder Gouda

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Porree in Ringe schneiden, die Tomaten achteln, die Nudeln garen. Das Fett zerlassen, Mehl zugeben und anschwitzen. Unter Rühren Brühe und Sahne angießen und aufkochen lassen. Sauce mit Pfeffer, Muskat und eventuell noch Salz abschmecken. Porree und Tomaten unterrühren, zugedeckt bei milder Hitze etwa 10 Minuten garen. Dann den Käse würfeln und kurz mitdünsten.

Vollkornspaghetti Bratling mit Paprikasauce M

Zutaten für 4 Personen

Für den Bratling:

200 g Vollkornspaghetti,
100 g zarte Haferflocken,
gut ¼ l Wasser,
Gemüsebrühe,

100 g Butterkäse (60 % Fett i. Tr.),

100 g Ricotta,

10 g Butter,
1 Zwiebel, ½ Bund Petersilie,
Kräutersalz,
50 ml Sonnenblumenöl,
150 g Semmelbrösel

Für die Sauce:

500 g (2 St.) Fleischtomaten,
400 g Broccoli,
20 g Butter,
40 g Sesam (ungeschält),
Salz, Pfeffer,
400 g gelbe Paprika,
1 Zwiebel,

75 ml Sahne,

1 Ei Weizenmehl (Type 405),
Meersalz,
Gemüsebrühe,
75 ml Wasser

Zubereitung:

Für die Nudeln 3 l Salzwasser aufsetzen.

Zwiebel schälen und würfeln. Vollkornspaghetti in das kochende Wasser geben und etwa 7 Minuten garen. Zwiebeln in 10 g Butter andünsten und gut $\frac{1}{4}$ l Wasser, Haferflocken und Gemüsebrühe hinzufügen und auf ausgeschalteter Kochplatte etwa 5 Minuten quellen lassen, abschmecken. Broccoli in Röschen zerteilen. Fleischtomaten und Broccoliröschen ca. 3 Minuten blanchieren und abschrecken. Tomaten aushöhlen und mit Broccoli füllen. Die Broccolitomate mit Salz und Pfeffer würzen und mit 10 g Butterflöckchen besetzen.

Paprika putzen, waschen und zerkleinern, restliche Zwiebelwürfel mit 10 g Butter andünsten, mit Mehl bestäuben, Sahne und 75 ml Wasser angießen. Das Ganze etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen und pürieren. Die Sauce durch den Sieb streichen und abschmecken. Die Hafermasse vorsichtig mit den Spaghetti verkneten und 12 gleichgroße Stücke formen. Die Bratlinge in den Semmelbröseln wenden und anbraten. Anschließend eine Mulde in die Mitte drücken, mit Ricotta füllen und mit Butterkäse überbacken. Zwischenzeitlich Tomaten im Backofen erhitzen, alle Zutaten erwärmen und anrichten. Den Sesam in der trockenen Pfanne anrösten. Die Petersilie waschen und hacken. Die Bratlinge mit Petersilie und die Broccolitomate mit geröstetem Sesam bestreuen.

Zubereitungszeit: 80 Min.

Nährwerte pro Portion:

Eiweiß: 30 g kcal: 860

Fett: 43 g kJ: 3602

Kohlenhydrate: 87 g

Vollkornspaghetti mit Broccoli 1 Eigelb M

Zutaten

400 g Vollkornspaghetti
500 g Broccoli
150 ml Gemüsebrühe

200 g Creme fraîche

1 Eigelb

; Pfeffer,
Muskatnuss

Zubereitung

Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser garen. Den Broccoli von den Blättern befreien, die Stielenden entfernen und den Strunk kreuzweise einschneiden. Broccoli gründlich waschen.

Die Gemüsebrühe zum Kochen bringen und den Broccoli darin 15 bis 20 Minuten garen. Kochflüssigkeit abgießen und auffangen.

Die Broccoliröschen zweimal durchschneiden und mit den Nudeln vermengen, warm stellen.

Broccolibrühe mit Creme fraîche verrühren und aufkochen lassen. Von der Kochplatte nehmen, Eigelb unterrühren. Mit den Gewürzen abschmecken und über die Broccoli-Spaghetti geben.

Vollkornspaghetti mit Champignon Käse Sauce M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Vollkornspaghetti,
Salz,
200 g weiße Champignons,
1 mittelgroße Zwiebel,
100 g Kirschtomaten,
20 g Butter oder Margarine,

1 Becher (200 g) Schlagsahne,

1 Becher (150 g) Frischkäse mit provenzalischen Kräutern (z. B. Bresso),

weißer Pfeffer,

1 Bund Basilikum, Parmesan.

Zubereitung

Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Champignons trocken abreiben und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Tomaten waschen und vierteln. Fett in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln und Champignons darin andünsten. Mit der Sahne ablöschen und den Käse darin schmelzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten

zugeben. Basilikum waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Spaghetti abtropfen lassen, auf einer Platte anrichten und die Champignon-Käsesoße darüberggeben. Mit Basilikum bestreuen. Dazu schmeckt frisch geriebener Parmesan.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Eine Portion enthält: 21,0 g E; 31 g F; 96 g KH; 770 kcal; 3250 kJ.

Würziger Nudelaufbau mit Feta 2 Ei M

/2P je ca 4 BE

150 g Nudeln nach Wahl
Salz,
Olivenöl

100 g Feta

1 mittelgroße Zwiebeln
2 EI Olivenöl
300 g Broccoli (Tiefkühl)

2 Eier

1/8Ltr. Milch

150 g Feta

Salz,
Pfeffer,
Muskatnuss,
Knoblauch,
getr. Oregano,
Paprikapulver,
Fondor

50 g mittelalten Gouda

Die Nudeln nach Anweisung in kochendem Salzwasser mit Öl garen, abschütten und gut abtropfen lassen. Gut $\frac{2}{3}$ der Nudeln in eine gefettete Auflaufform geben, den Feta darüber krümeln. Die gewürfelte Zwiebel im Olivenöl glasig dünsten, den Broccoli dazugeben, beides andünsten, dann alles gut mit Salz, Pfeffer, Muskat, Fondor oder Aromat und Knoblauch würzen. Alles in die Auflaufform geben und glattstreichen. Die restlichen Nudeln darüber verteilen. Die Ei verquirlen und gut mit Salz, Pfeffer, Muskat, Fondor oder Aromat ,etwas Paprikapulver und knapp 1 TI Oregano würzen. Dann die Milch dazu und gut verquirlen, anschließend den zerkrümelten Feta untermischen und alles über den Auflauf geben. Bei ca. 190°C 30 min backen, danach den geriebenen Gouda darüber verteilen und noch weitere 15 min bei 150°C backen, dann sofort servieren. Wer mag kann auch noch 250 g Hackfleisch zu Anfang mit braten

Hinweis M

Das M in den Titelleisten , bedeutet nur,
das sich im Rezept ,
Kuh Milch Produkte, befinden

Mit freundlichen Grüßen

Hinweis Ei

Das Ei in den Titelleisten , bedeutet nur,
das sich im Rezept ,
Ei Produkte + deren Anzahl, befinden

Donnerstag, 16. März 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben,
wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzah-
lenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis ,
erst Inhaltsverzeichnis, dann Index,
mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.
Dann speichern, O K.

Mit freundlichen Grüßen

Hans