

Kochduell am 25.6.



Nudeln mit Tomatensauce und geriebenem Käse

(Rezept: Medine und Ayse)

für 2 Personen

Zutaten:

250g Nudeln
500g passierte Tomaten
Kräuter (Majoran, Oregano, Thymian, Basilikum)
100 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer

Geriebener Käse

Zubereitung:

Die Nudeln in gesalzenem Wasser bissfest kochen.
In der Zwischenzeit aus den passierten Tomaten, den Kräutern und der Gemüsebrühe eine sämige Sauce einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Die Nudeln abgießen und mit der Sauce anrichten, Käse darüber streuen.

Felix empfiehlt:

Für die Sauce vorher ein paar Zwiebelwürfel oder Frühlingszwiebeln anbraten, eventuell etwas Knoblauch dazu, das gibt dem Gericht etwas mehr "Pfiff".



Rührei im Paprikarand mit Karotten und Reis

(Rezept: Maria, Sara, Zehra und Hande)

für 4 Personen

Zutaten:

1 rote Paprika
12 Eier
150g Reis
500g Karotten
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Reis in Salzwasser kochen.
In der Zwischenzeit die Paprika in 4 Ringe schneiden und roh auf die Teller legen. Die Karotten schälen und reiben, auch auf die Teller geben.
Die Eier miteinander verquirlen und in einer nicht zu heißen Pfanne zum stocken bringen, in den Paprikaringen anrichten.
Den Reis abgießen, kurz abspülen und etwas Butter darüber geben, auch auf die Teller setzen.

Felix empfiehlt:

*Das Rührei portionsweise in den Paprikaringen (als Form benutzen) braten, vielleicht mit ein paar Kräutern, Frühlingszwiebeln oder Zucchiniwürfeln ergänzen.
Die Möhren haben einen tollen Eigengeschmack, können aber mit etwas Öl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft zu einem Salat verarbeitet werden.*



Nudelauf aus der Kastenform mit Gemüse

(Rezept: Alexia, Carla, Lina, Livia)

für 4 Personen

Zutaten:

500g Nudeln
2 Karotten
1 grüne Paprika
Ein paar Lauchzwiebeln
500g passierte Tomaten
Kräuter (Majoran, Oregano, Thymian, Basilikum)
Salz, Pfeffer

200g geriebener Käse

Zubereitung:

Die Nudeln in Salzwasser etwas härter als bissfest vorkochen.
Die Karotten schälen und mit der Paprika in dünne Würfel schneiden. Die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden.
Die passierten Tomaten mit den Kräutern mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles miteinander vermengen, in eine gefettete Kastenformen geben, mit Käse bestreuen.

Bei 180°C für 25-30 Minuten im Ofen backen.

Felix empfiehlt:

Die Möhren werden schön knackig gar, eventuell kann man das Ganze noch mit Schinken, Erbsen oder Ähnlichem ergänzen.

Toll schmeckt auch, wenn man zum Abschluss, bevor man das Ganze mit Käse bestreut, eine Bechamel kocht und darüber gibt.



Mürbeteig-Gemüsepizza

(Chayenne, Julia und Anastasia)

für 3 Personen

Zutaten:

125g Butter
250g Mehl
50 ml Wasser

2 Möhren
1 Zucchini
Frühlingszwiebeln

250 ml passierte Tomaten
Kräuter (Majoran, Oregano, Thymian, Basilikum)
150g geriebener Käse
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Die weiche Butter mit Mehl und Wasser zu einem Teig verkneten, zu kleinen runden Pizzen ausrollen und auf ein Blech geben, dabei einen kleinen Rand formen.

Die Möhren schälen und dünn schneiden oder raspeln. Die Zucchini fein würfeln, die Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden.

Aus den Tomaten, Gewürzen und Kräutern eine Sauce mischen, auf den Teig geben. Darüber das Gemüse und den Käse streuen, den Rand hochklappen.

Bei 180°C für 15-20 Minuten im Ofen backen.

Felix empfiehlt:

Eine tolle Idee, bei dem Gemüse kann man noch variieren, zum Beispiel mit Spinat, Paprika oder Mais.

Bonusgericht:



Carlas Kohle-Kekse

(Rezept: Carla)

ca 20 Stück

Zutaten:

125g Butter
250g Mehl
50 ml Wasser
100g Zucker

Geriebene Zartbitterschokolade

Zubereitung:

Die weiche Butter mit Mehl, Zucker und Wasser zu einem Teig verkneten, zu kleinen runden Keksen formen und auf ein Blech geben.

Die Kekse mit der geriebenen Schokolade bestreuen.

Bei 150°C für 10-15 Minuten im Ofen backen.

Felix empfiehlt:

Die Kekse sehen... gruselig... aus. Eine tolle Idee für Halloween. Wenn es etwas weniger Kohle-mäßig aussehen soll, die Schokolade grob raspeln und unter den Teig mengen.