

Räucherlachs-Rucola-Spaghetti

(für 4 Personen in 15 Minuten!)

Zutaten

500g Spaghetti

150g Rucola

4 Zehen Knoblauch

2 Peperoni

200g Räucherlachs

Salz, Pfeffer

Parmesan oder Pecorino

Zubereitung

Auf dem Herd einen Topf mit 2,5l Wasser zum Kochen bringen und kräftig salzen.

Spaghetti ins Nudelwasser geben.

Derweil Rucola waschen und schleudern.

Knoblauch schälen und fein hacken (oder später pressen)

Peperoni waschen, entkernen und in feine Streifen (halbe Ringe) schneiden

Räucherlachs aus der Packung nehmen und in Streifen schneiden.

In einer **großen Pfanne Olivenöl** erhitzen und darin **Peperoni** anbraten, nach 1 Minute **Knoblauch** dazugeben. Zwei Minuten braten, dann **Lachs** in die Pfanne geben und 1 Minute mitbraten.

Mit 1-2 Kellen (oder Tassen) **Nudelwasser** ablöschen, kräftig mit **Pfeffer** abschmecken aber vorsichtig salzen (Nudelwasser ist schon recht salzig)

Nudeln abgießen und mit in die Pfanne geben und mit schwenken, bis alles gleichmäßig durchmischt ist.

In tiefen Tellern ein Häufchen Rucola kalt anrichten, dann die Nudeln darüber geben.

Parmesan oder Pecorino darüber reiben und mit einem Schuss Olivenöl servieren!

Pappardelle mit Salsica und Pilzen

(4 Personen in 15 Minuten!)

<u>Zutaten</u>	<u>Zubereitung</u>
1 Zwiebel	Auf dem Herd einen Topf mit 2,5l Wasser zum Kochen bringen und kräftig salzen.
1 Zehe Knoblauch	Zwiebel schälen und fein hacken.
250g Bratwurstbrät	Knoblauch schälen und fein hacken.
400g Pilze der Saison (Shitake, Pfifferlinge, Steinpilze, Austernpilze...)	Bratwurstbrät zerbröseln (bei wurst erst pellen)
4 Zweige frischer Thymian	Pilze trocken sauberwischen, NICHT waschen! und in mundgerechte Stücke pflücken oder schneiden.
1 getrocknete Chili (Brösel)	Thymian waschen, Blätter abstreifen und hacken.
500g Pappardelle-Nudeln (oder andere)	Chillischote kleinbröseln (oder Chiliflocken bereithalten).
Olivenöl	Nudeln im Kochwasser aldente kochen.
Butter	Derweil: In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen und darin die Zwiebelwürfel und das Brät anbraten und mit dem Pfannenwender zerstoßen.
Salz, Pfeffer	Knoblauchwürfel dazugeben und mitbraten.
Frische Petersilie	Pilze, Chiliflocken und Thymian dazugeben und mitbraten.
Parmesan oder Pecorino	Die Pfanne vom Herd nehmen und 2-3 EL Butter untermischen, mit 1-2 Kellen Nudelwasser ablöschen und mit Pfeffer und Salz abschmecken .
	Wenn die Nudeln aldente sind, abgießen und in die Pfanne geben und alles gut durchmischen.
	In tiefen Tellern anrichten, Parmesan oder Pecorino darüber reiben und servieren!

Filetto con Riso e verdure – Schweinefilet mit Reis & Gemüse

(edel für 4 Personen)

Zutaten

300g Wildreis
(oder 3-Reis-Mischung)

600g Schweinefilet

100g Möhren

100g feiner Lauch

100g Selleriewurzel

1 EL Schnittlauch

Butter

Butterschmalz

Salz und Pfeffer

250g Sauerrahm

1/2 TL Currypulver

2 TL Vanillezucker

Zubereitung

Reis waschen und nach Packungsangabe kochen.

Schweinefilet von Sehnen und Fett befreien und dann in dünne Streifen oder Medaillons schneiden.

Möhren schälen und mit der Reibe in Stifte schneiden. **Lauch** waschen, quer durchschneiden und in dünne Halbringe schneiden. **Sellerie** schälen und auf der Reibe ebenfalls wie die Möhren stifteln.

Schnittlauch waschen und in Ringe schneiden.

In einer **Pfanne** die **Gemüwestreifen** in **Butter** kurz anschwitzen und leicht mit **Salz und Pfeffer** würzen.

Den gekochten **Reis** dazugeben und alles kurz bei Seite stellen.

In einer **zweiten Pfanne** **Butterschmalz** erhitzen und die **Filetstreifen** darin kurz und scharf anbraten, dann mit **Salz und Pfeffer** würzen und den **Sauerrahm** zugeben.

Nach dem **Aufkochen** mit **Curry, Vanillezucker, Salz und Pfeffer** abschmecken.

Auf einzelnen Tellern um ein Schoppenglas herum aus dem Gemüse-Reis einen Ring formen und eine Kelle Rahmfilet hineingeben.

Mit **Schnittlauchröllchen** garnieren.

Balsamico-Erdbeeren mit Mascarpone

(für 4 Personen)

Zutaten

600g Erdbeeren

5-6 EL Zucker

10 EL Balsamico-Essig

1 Vanilleschote

400g Mascarpone

(oder Quark)

Puderzucker

4-5 Basilikumblätter

Zubereitung

Erdbeeren waschen, entstrunken und in mundgerechte Stücke schneiden.

In einer Schüssel **sehr gut zuckern!**

Mit dem **Balsamico** beträufeln und gut durchmischen.

Dann im Kühlschrank gute 2h ruhen und marinieren lassen.

Derweil **Vanilleschote** der Länge nach aufschneiden und das feine **Mark** mit einem Löffel oder Messerrücken herausschaben.

Mascarpone (oder Quark, der ist nicht so mächtig) in eine Schüssel geben und mit Vanille und **Puderzucker** nach Belieben abschmecken, ruhig süß.

Basilikumblätter abzupfen, waschen und in feine Streifen schneiden.

Auf Einzeltellern einen guten Schlag Mascarpone geben und darauf dann die marinierten Erdbeeren häufeln und etwas Marinade dazugeben.

Mit den Basilikumstreifen garnieren und genießen.