

Kichererbsen-Lauch-Suppe

Zutaten für 6-8 Personen: 250-300 g Kichererbsen, 1 Kartoffel, 2 Knoblauchzehen, 5 Lauchstangen, 3 EL Olivenöl, 1 TL Butter, Salz, Pfeffer, 850 ml Brühe, Parmesan zum Reiben, gutes Olivenöl

Zubereitung:

1. Kichererbsen über Nacht einweichen (bzw. aus der Dose) und abschütten und abspülen. Kartoffel schälen und klein schneiden. Beides zusammen in einem Topf mit Wasser auf dem Herd weich kochen. (Wasser auffüllen, bis die Erbsen bedeckt sind) Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Lauch der Länge nach halbieren, in feine Ringe schneiden und waschen. In einem Topf mit dickem Boden Olivenöl und Butter erhitzen, dann Knoblauch, Lauch mit einer Prise Salz darin dünsten, bis sie weich sind.
2. Die gekochten Kichererbsen abgießen und OHNE WASSER im Topf mit dem Lauch mitbraten. Etwa zwei Drittel der Brühe (Hühner- oder Gemüse-) zugießen und alles 15 Minuten köcheln lassen.
3. Mit einer Kelle die Hälfte der Suppeneinlage aus dem Topf nehmen, den Rest mit einem Mixstab mixen. Die übrige Suppeneinlage und den Rest der Brühe zugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Vor dem Servieren nach Belieben mit Parmesan bestreuen, ein paar Spritzer gutes Olivenöl und frisch gemahlenen, groben Pfeffer darüber geben.

Der schnellste Krustenbraten der Welt

Zutaten für 6 Personen: 1,5 kg Schweinebauch natur, ausgebeint m. Schwarte, Salz, Pfeffer, TL Kümmel, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 1 Bund Suppengemüse: (1/8 Selerie, 1 Möhre, Stange Lauch), Fett, 250 ml Bier, 250 ml Gemüsebrühe, etwas heißes Wasser

Zubereitung:

1. Backofen auf 190 Grad vorheizen (Umluft 170 Grad). Schweinebauch auf der Schwarteseite rautenförmig einschneiden (1,5cm Rauten). Kümmel, Salz und Pfeffer im Mörser zerreiben und den Braten damit rundum gut einreiben.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und grob würfeln. Gemüse ebenfalls schälen, waschen und grob würfeln. Dann das Gemüse kurz anrösten und den Braten auf die Schwartenseite obendrauf legen! Alles in den Backofen.
3. Mit Bier ablöschen und Gemüsebrühe angießen, bis das Gemüse zur Hälfte bis zwei dritteln in der Flüssigkeit ist. Den Braten mit der Schwarte nach oben auf das Gemüsebett legen und im Ofen garen und gelegentlich mit dem Bratensud übergießen.
4. Wenn der Braten 30-40 Minuten im Ofen war, den Braten bei 210 GRAD aufgedeckt knusprig grillen.

Schnelle Sauce dazu:

Den fertigen Braten aus dem Bräter nehmen und kurz ruhen lassen. Den Bratenfond im Bräter mit etwas Wasser aufrühren. Sauce durch ein Sieb gießen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und zum Braten servieren.

Kartoffel-Möhren-Spargel-Gratin

Zutaten für 6-8 hungrige Personen: 500 g Kartoffeln, festk., 500 g Spargel, 300g Möhren, Butter 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, Muskat, $\frac{1}{4}$ l Milch, $\frac{1}{4}$ l Sahne, 2 EL geriebener Parmesan,

Zubereitung:

Kartoffeln, Spargel und Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden (bzw. hobeln).

Kartoffel-, Spargel- und Möhrenscheiben darin dachziegelartig aufschichten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen!

Milch und Sahne verrühren und gleichmäßig über die Gemüsescheiben gießen.
Mit geriebenem Parmesan überstreuen und im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen
ca 45 Minuten goldbraun backen.

Auflaufform mit Butter ausfetten. Eine Knoblauchzehe abziehen, halbieren und die
Auflaufform damit ausreiben.

Rhabarber-Crumble

Zutaten für 6 Personen: 500 g Rhabarber, 3-4 EL Zucker, 250 g Weizenmehl, 125 g
Butter, 100 g Zucker 1 Prise Salz

Zubereitung:

1. Rhabarber Stangen waschen, äußere Haut abziehen und in ca. 1cm große
Würfel schneiden und in eine Schüssel geben, dann gut zuckern und etwas
ziehen lassen.
2. Mehl, Zucker, Butter und Salz mit der Küchenmaschine oder von Hand zu
einer Streuselmasse vermischen, bis diese krümelig ist.
3. Die Rhabarbermasse in eine feuerfeste Auflaufform geben und Streusel
gleichmäßig darüber verteilen, bis alles abgedeckt ist. Form etwas rütteln,
bis sich alles satt setzt.
4. Im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen alles 30 Minuten backen, bis die
Streusel goldbraun sind.
5. Kann warm serviert werden, zB mit etwas Schlagsahne.