

Möhren-Maronen Suppe

400g Maroni
300g Kartoffeln
400g Karotten
1 kleine Zwiebel
2 Rosmarinzweige
2 frische Lorbeerblätter
1 Knoblauchzehe
ev. ein guter Schuss Weißwein
Milch und Wasser 50:50
200 ml Sahne
Frisch gepresster Saft von 4 Orangen
Salz, Pfeffer

Kartoffeln, Karotten und Zwiebeln und Knoblauch schälen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit Maroni, Rosmarin und Lorbeer in einem Topf in etwas Öl oder Butter kräftig anbraten (soll ruhig gut Farbe bekommen, darf aber nicht anbrennen!).

Ev. mit Weißwein ablöschen.

Mit 50:50 Milch und Wasser auffüllen, so dass das Gemüse gut bedeckt ist.

Ca. 30 Min. köcheln bis das Gemüse weich ist.

Rosmarin und Lorbeer entfernen, ev. Sahne zugeben, Suppe pürieren.

Mit Salz, Pfeffer und frisch gepresstem Orangensaft abschmecken.

Mit gebratenem Fisch oder Garnelen als Einlage servieren.

Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, leicht mehlieren und dann in einer Öl-Butter Mischung braten.

Wintersalat mit Mozzarella und Orangen

6 Orangen
10 EL Weißweinessig (mild)
2 TL Honig
350 Gramm Feldsalat
350 Gramm Treviso Salat (oder Radicchio)
7 EL Pinienkerne
400 Gramm (Büffel)Mozzarella
10 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer (frisch gemahlen)

Orangen so dick schälen, dass die weiße Haut vollständig mit entfernt wird. Die Filets mit einem scharfen Messer auslösen, dabei den Saft auffangen. Die restliche Orange auspressen und den Saft auffangen.

Orangensaft, Essig und Honig bei starker Hitze etwa 3 Minuten sirupartig einkochen, dann abkühlen lassen. Blattsalate putzen, abspülen, trocken schütteln und kleiner zupfen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Mozzarella abtropfen lassen und grob würfeln.

Blattsalate, Mozzarella, Pinienkerne und Orangenfilets mit dem Orangenessig und Olivenöl in einer Schüssel vorsichtig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Sofort servieren.

Apfel-Zimt-Ballen (mit Vanille Eis)

Ballen-Teig

400 g Magerquark
200 ml Rapsöl
Mark einer Vanilleschote
220 g Zucker
600 g Weizenmehl
20 g Backpulver
Sechs mittelgroße Äpfel, geschält, entkernt, in grobe (wichtig, dann werden sie schön saftig!) Stücke geschnitten
Zum Wälzen
Zucker-Zimt-Mischung (nach Bedarf)

Den Ofen auf 180° C (Umluft vorheizen).

Die feuchten Zutaten mit Zucker und dem Mark der Vanilleschote in einer Schüssel verrühren. Anschließend das Mehl mit dem Backpulver vermengen und mit der Hand unter die Quark-Öl-Masse kneten. Die Apfelstücke unterarbeiten. Der Teig ist feucht und klebrig, aber das muss so sein.

Nun 12 bis 18 Ballen formen und diese mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Für ca. 25-30 Minuten backen und anschließend noch heiß in der Zucker-Zimt-Mischung wälzen.

Noch Warm mit etwas Vanille-Eis servieren.

Quelle: <http://www.kochmaedchen.de>