

Putenbrust auf Pastinaken und Möhren

(für 4 Personen)

500 g Pastinaken, 500 g Möhren, 1 Limette, 2 Knoblauchzehen, 4 Putenbrustfilets, 3 bis 4 Esslöffel Olivenöl, Salz und Pfeffer, 3 Zweige Thymian, 400 ml Geflügelbrühe, 60 g Walnüsse.

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Pastinaken und Möhren schälen, waschen, Möhren längs halbieren,

Pastinaken längs vierteln. Limette heiß abwaschen und in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und halbieren. Putenbrustfilets mit Pastinaken, Möhren, Limettenscheiben, Knoblauch und Öl vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Diese Mischung in einen großen Bräter geben, mit Thymian garnieren, die Brühe angießen und im vorgeheizten Backofen etwa 40 Minuten goldbraun backen.

Walnüsse grob hacken, etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit über das Gericht streuen und mitrösten.



Foto: Deutsches Geflügel

Die Putenbrustfilets auf Pastinaken-Möhren-Gemüse schmecken am besten direkt aus dem Bräter.



Foto: Meine-Moehren.de

Die Möhren-Orangen-Suppe sieht mit Apfelsinenspalten dekoriert toll aus.

Möhren-Orangen-Suppe mit Ingwer

(für 4 Personen)

500 g Möhren, 4 mittelgroße Apfelsinen, 2 Schalotten, 1 Stück Ingwerwurzel (etwa 50 g), 5 Esslöffel Öl, 750 ml Gemüsebrühe, 2 Esslöffel eingelegte, grüne Pfefferkörner oder gemahlener bunter Pfeffer, Salz.

Möhren schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. 3 Apfelsinen auspressen, 1 Apfelsine schälen, halbieren und quer in Scheiben schneiden. Schalotten

pellieren und grob würfeln. Ingwer fein reiben. Öl im Topf erhitzen. Schalotten darin unter Wenden kräftig bräunen. Gemüsebrühe, Ingwer und Möhren zufügen und bei geringer Hitze weich kochen. Die Suppe pürieren. Orangensaft zugeben und noch einmal kurz aufkochen. Mit Salz und den gequetschten Pfefferkörnern oder dem grob gemahlenden bunten Pfeffer würzen.

WOCHENENDKUCHEN

Gertrudis Käsekuchen

(für ein Backblech 40 x 30 cm)

Für den Mürbeteig: 250 g Mehl, 125 g Zucker, 125 g Butter, 1 Ei, 1/2 Päckchen Backpulver, 1 Prise Salz; für die Quarkmasse: 1 kg Quark, 200 g Zucker, 6 Eigelb, 150 ml Öl, Saft von 2 Zitronen, 2 Päckchen Puddingpulver Vanille zum Kochen, 750 ml Milch; für das Baiser: 6 Eiklar, 75 g Zucker.

Den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Für den Mürbeteig die angegebenen Zutaten verkneten. Den Teig auf einem gefetteten hohen Backblech ausrollen. Für die Quarkmasse die angegebenen Zutaten verrühren. Zum Schluss die Milch zugeben. Die Masse ist sehr flüssig. Diese auf dem Mürbeteig verstreichen und im heißen Backofen etwa 30 Minuten backen. Für das Baiser Eiklar steif schlagen. Den Zucker einrieseln lassen und den Eischnee auf dem vorgebackenen Kuchen verteilen. Weitere 5 bis 10 Minuten backen, bis das Baiser anfängt, braun zu werden.

Gertrud Denker
aus Steinfurt-Ostendorf



Foto: B. Lütke Hockenbeck

Dieser Käsekuchen vom Blech lässt sich sehr gut am Vortag zubereiten.

☞ Weitere Torten- und Kuchenrezepte finden Sie unter www.wochenblatt.com/rezepte

Kartoffel-Petersilienwurzel-Küchlein

(für 4 Personen)

400 g Kartoffeln, 500 g Petersilienwurzel, 30 g Speisestärke, 1 Ei, 100 g Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 Teelöffel gehackte Petersilie; außerdem: Öl zum Ausbacken.

Kartoffeln und Petersilienwurzeln schälen, waschen und grob ras-

peln. Die Kartoffelraspeln ausdrücken und mit Petersilienwurzeln, Stärke, Ei und Mehl vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie untermischen. Die Küchlein in einer Pfanne mit heißem Öl von beiden Seiten braten.

Winterliches Wurzelgemüse

(für 4 Personen)

250 g Möhren, 250 g Petersilienwurzeln, 250 g Pastinaken, 250 g Steckrüben, 2 Zwiebeln, 4 Esslöffel Öl, 1 Esslöffel Zucker, Salz, Pfeffer, Muskat, 250 ml Brühe, 1 Esslöffel gehackte glatte Petersilie.

Möhren, Petersilienwurzeln und Pastinaken schälen und mit der Aufschnittmaschine längs in 4 mm dünne Scheiben schneiden. Die Steckrüben ebenfalls schälen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben in Portionen übereinanderlegen und in 2 cm große Rauten teilen. Zwiebeln pellen, fein würfeln und in einem großen Topf mit Öl bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Möhren- und Steckrübenrauten zugeben und mit Zucker etwa 4 Minuten andünsten. Restliche Gemüserauten zufügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Brühe angießen, weitere 5 Minuten mit Deckel garen. Das Gemüse sollte



Foto: Dr. Oetker Nahrungsmittel KG

Möhren, Pastinaken, Petersilienwurzeln und Steckrüben schmecken auch bunt gemischt als Gemüsebeilage.

noch leichten Biss haben. Petersilie dazugeben, abschmecken und servieren.