

Unser Rezeptvorschlag

Orecchiette mit Steinpilzen und Spinat

- 400 g Orecchiette
- 100 g Steinpilze
- 250 g Spinat
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 100 g Speck, gewürfelt
- 200 ml Gemüsebrühe
- 100 g Parmesan
- Petersilie
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- Kalte Butter

Zubereitung:

Die Pasta nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser al dente kochen.

Den Schwamm der Pilze mit einem Messer vorsichtig heraustrennen, anschließend die Pilze mit einem Pinsel putzen und in walnussgroße Stücke schneiden. Den Spinat vom Stiel befreien, waschen und gut abtropfen lassen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Parmesan fein reiben und zu Seite stellen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, zupfen und fein schneiden. Den Speck ebenfalls in kleine Würfel schneiden. (Wenn der Speck kurz eingefroren wird, dann lässt er sich besser schneiden.)

Den Speck in eine kalte Pfanne geben und langsam auslassen. Die Pilze, die Zwiebel und den Knoblauch dazu geben und für einige Minuten braten. Mit der Brühe angießen (wer mag kann auch mit einem trockenen Weißwein ablöschen), den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Am Ende eine Flocke Butter und die Petersilie dazu geben.

Den Parmesan nach dem Anrichten über den Teller streuen.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

info@obstkorb-hamburg.de
info@obstkorb.de

GROSSMARKT
HAMBURG



Unser Rezeptvorschlag

Kabeljau-Filet auf Rote-Beete-Kartoffel-Stampf und Baby-Leaf-Salat

- 800 g Kabeljau-Filet
- 600 g Kartoffeln
- 1 Bund Rote-Beete
- 200 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Butter
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Weißweinessig
- ½ TL Honig (Zucker)
- 1 EL Olivenöl
- ½ Bund Petersilie
- 100 g Baby-Mix-Salat

Zubereitung:

Die Kartoffeln und die Rote-Beete waschen, schälen und in grobe Würfel scheiden. In Salzwasser für etwa 25-30 Minuten kochen.

Für das Dressing den Essig, Honig, Salz und Pfeffer vermengen (für eine bessere Bindung, kann eine Messerspitze Senf dazu gegeben werden) und anschließend das Öl langsam unterschlagen.

Den Salat waschen und trockenschleudern. Erst kurz vor dem Anrichten mit dem Dressing marinieren.

Die Gemüsebrühe erwärmen.

Den Kabeljau putzen und portionieren. Die Haut leicht salzen. In einer heißen Pfanne mit Öl anbraten und dann langsam auf der Haut garen.

Kurz vor dem Ende mit Salz und Pfeffer würzen, eine Flocke Butter dazugeben und den Fisch wenden. Die schäumende Butter mit einem Löffel immer wieder über den Fisch geben.

Die Kartoffeln und Rote-Beete abgießen und grob stampfen mit der Brühe angießen und die Butter dazu geben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

info@obstkorb-hamburg.de
info@obstkorb.de

GROSSMARKT
HAMBURG



Unser Rezeptvorschlag

Spaghetti-Kürbis mit Hackfleisch-Füllung

- 2 Kleine Spaghetti-Kürbisse
- 400 g Hackfleisch
- Öl zum Braten
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1-2 TL Tomatenmark
- 400 g Tomaten, gestückelt
- Salz, Pfeffer
- 150 g Parmesan

Zubereitung:

Die Kürbisse der Länge nach halbieren und mit einem Löffel die Kerne entfernen. Mit der Schnittfläche auf ein Backblech mit Backpapier legen, kaltes Wasser angießen und bei 180°C Umluft, für etwa 45 Minuten, in den vorgeheizten Backofen schieben.

Währenddessen die Karotten waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch ebenfalls schälen und fein würfeln. Die Tomaten waschen, in walnussgroße Stücke schneiden und dabei den Strunk entfernen. Den Parmesan reiben und zur Seite stellen.

Das Hackfleisch in eine heiße Pfanne geben und scharf anbraten, dann die Karotten, Zwiebel und Knoblauch dazu geben und weiter braten. Das Tomatenmark dazu geben und leicht anrösten. Mit den gehackten Tomaten ablöschen und für ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wenn der Kürbis gar ist, aus dem Ofen nehmen und das Fruchtfleisch mit einer Gabel von der Schale lösen. Das Fruchtfleisch löst sich in Spaghetti ähnlichen Fäden ab. Die Fäden in der Schale lassen und die Bolognese darüber geben, etwas Parmesan drüberstreuen und in der Schale servieren.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

info@obstkorb-hamburg.de
info@obstkorb.de

GROSSMARKT
HAMBURG

