

Unser Rezeptvorschlag

Tagliatelle mit Senf-Rosenkohl und süßen Maronen

400 g	Tagliatelle	200 g	Maronen (gekocht)
		3 EL	Zucker
200 g	Rosenkohl	1	Saftorange
1	Zwiebel	1 EL	Butter
30 g	Butter		
350 ml	Gemüsebrühe	½ Bund	Lauchzwiebeln
1 EL	Dijon-Senf	½ Bund	Petersilie
200 g	Sahne		
			Salz, Pfeffer
			Muskat

Zubereitung:

Die Tagliatelle in ausreichenden Salzwasser nach Packungsangabe al dente kochen.

Den Rosenkohl putzen, waschen und gegebenenfalls halbieren. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebelwürfel 3 Minuten farblos anschwitzen, dann den Rosenkohl dazu geben und für 2 Minuten mitdünsten. Mit der Gemüsebrühe auffüllen, etwas salzen und etwa 5 Minuten leise köcheln lassen. Die Sahne mit dem Senf verrühren und dazu geben, dann weitere 5 Minuten einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Maronen vierteln. Die Zeste der Orange abschälen und den Saft auspressen. In einem Topf den Zucker mit 4 EL Wasser geben und hellbraun karamellisieren lassen. Die Maronen dazugeben, karamellisieren lassen und mit dem Saft der Orange ablöschen. Dann mit der Butter abbinden. Zum Schluss die Orangenzeste dazugeben.

Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter fein schneiden. Beides kurz vor dem Anrichten zum Rosenkohl geben.



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



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

Zanderfilet mit Flower Sprouts und Kürbis-Püree

700 g	Zanderfilet	800 g	Hokkaido Kürbis
		300 g	Kartoffeln
250 g	Flower Sprout	2 EL	Butter
1	Schalotte	150 ml	Milch
1	Knoblauchzehe	1	Limette, Saft
200 ml	Gemüsebrühe		Muskat
40 g	Butter		
	Salz, Pfeffer	½ Bund	Petersilie

Zubereitung:

Den Kürbis waschen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Die Kartoffel waschen, schälen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. Den Kürbis und die Kartoffeln zusammen in einem großen Topf mit ausreichend Salzwasser garkochen.

Anschließend abgießen und etwas ausdämpfen lassen, zusammen mit der Milch und der Butter pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und dem Limettensaft abschmecken.

Flower Sprouts putzen, waschen und gegebenenfalls halbieren. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und in feinen Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen und die Blätter fein schneiden. In einer Pfanne die Butter zerlassen und den Knoblauch zusammen mit der Schalotte anbraten. Die Flower Sprout dazugeben und alles gleichmäßig anbraten. Mit der Brühe ablöschen und 3-4 Minuten bissfest köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie hineingeben.

Den Zander gegebenenfalls putzen und portionieren. Unter kaltem Wasser abspülen und abtrocknen, die Haut leicht einschneiden und salzen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Fisch für 1-2 Minuten scharf auf der Haut anbraten. Dann die Hitze reduzieren und den Fisch garziehen. Kurz vorm Ende mit Salz und Pfeffer würzen und wenden.



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



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

Kalbs-Involtini mit Schwarzwurzeln und Rosmarin-Kartoffeln

8x 80g	Kalbsschnitzel	500 g	Schwarzwurzeln
8	scheiben Schinken (luftgetrocknet)	½	Zwiebel
1	Rote Paprika	250 ml	Gemüsebrühe
½	Zwiebel	1 EL	Butter
200 ml	Kalbsbrühe	½ Bund	Petersilie
			Salz, Pfeffer
800 g	Kartoffeln		Öl, Olivenöl
2 Zweige	Rosmarin		

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen.

Die Paprika waschen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und eine Hälfte ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die Kalbsschnitzel kalt abspülen, abtrocknen und flach auf eine Arbeitsfläche legen. Mit Salz würzen und je etwas von den Paprika- und Zwiebelstreifen drauflegen. Die Ränder vom Fleisch einklappen, dann aufrollen, und mit Zahnstochern zusammenstecken.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Involtini rundum gleichmäßig anbraten. Mit dem Kalbsfond auffüllen und zugedeckt etwa 10 Minuten schmoren lassen.

Die Schwarzwurzeln waschen und unter Wasser schälen, anschließend in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. In Salzwasser 3 Minuten blanchieren. Die übrige Zwiebel in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Schwarzwurzeln mit den Zwiebelwürfeln anbraten. Dann mit der Brühe auffüllen und ungefähr 7 Minuten garköcheln. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter fein schneiden. Zum Ende die Brühe runter köcheln lassen und mit der Butter abbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie dazu geben.

Die Rosmarinspitzen abstreifen und fein hacken. Die Kartoffeln in Olivenöl goldbraun braten und mit Rosmarin, Salz und Pfeffer abschmecken.



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



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

