

Unser Rezeptvorschlag

Bärlauch-Gnocchi mit Ziegenfrischkäse-Sauce

800 g	Kartoffeln	150 g	Ziegenfrischkäse
250 g	Mehl	1	Zwiebel
2	Eier	1	Knoblauchzehe
1 Bund	Bärlauch	1EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer	200 ml	Sahne
	Muskat	½	Zitrone

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen und ungeschält etwa 25 Minuten in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen, mit einer Gabel einstechen und gut ausdämpfen lassen.

Bärlauch waschen, trocken tupfen, die Blätter von den Stielen schneiden und fein scheiden.

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die warmen Kartoffeln pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mehl, Eier und Bärlauch dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Masse gut durchkneten und abschmecken. Wenn die Masse zu feucht ist, etwas mehr Mehl dazu geben. Auf einer mehlierten Arbeitsfläche den Teig mit einer Teigkarte zerteilen und in etwa 1,5 cm dicke Rollen formen, dann mit der Teigkarte etwa 2 cm große Rauten schneiden. Die Gnocchi mit dem Daumen über eine Gabel rollen. Die Gnocchi in das kochende Wasser geben und gar ziehen lassen. Das Wasser nicht wieder aufkochen lassen. Wenn die Gnocchi an die Oberfläche kommen, dann sind sie gar. Mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch glasig schwitzen. Die Sahne dazugeben und den Ziegenkäse einrühren, aufkochen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Gnocchi goldbraun braten. Zusammen mit der Sauce anrichten.



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



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!

@obstkorb.de



Unser Rezeptvorschlag

Lachsfilet im Speckmantel mit Spargel, Tomaten-Ragout und Hasselback- Kartoffeln

800 g	Lachsfilet (ohne Haut)	500 g	Tomaten
12 Scheiben	Speck	1	Zwiebel
1	Zitrone	1	Knoblauchzehe
		50 g	Zucker
2 kg	Spargel pro	100 ml	Gemüsebrühe
50 g	Butter	1 TL	Butter
		8-12 Stück	Kartoffeln (länglich)
	Salz, Pfeffer	4 EL	Butter

Zubereitung:

Den Backofen auf 180°C (Umluft) vorheizen.

Kartoffeln gründlich waschen, auf einen Esslöffel legen und in etwa 2 mm dicke Scheiben schneiden. Nicht ganz durchschneiden, die Kartoffeln sollen an der Unterseite zusammenhalten. Die Kartoffeln auf ein mit Backpapier ausgelegten Backblech legen und salzen. Die Butter zerlassen und die Kartoffeln damit einstreichen. Etwa 40 Minuten im Backofen goldbraun backen, dabei immer wieder mit der Butter bestreichen.

Tomaten waschen, vierteln, Kerne herausschneiden und sammeln. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden, die Kerne pürieren und durch ein feines Sieb geben, den Saft auffangen. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einem Topf die Zwiebeln und Knoblauch in Butter anschwitzen. Zucker darüber streuen, karamellisieren lassen und mit Tomatensaft ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwa 25 Minuten köcheln lassen. Gegebenenfalls Brühe hinzufügen. Zwei Minuten vor dem Ende der Garzeit die Tomatenwürfel dazugeben.

Den Spargel gründlich schälen, die holzigen Enden abbrechen oder abschneiden. In reichlich Salzwasser etwa 7 Minuten kochen, gut abtropfen lassen und anschließend in einer Pfanne mit zerlassender Butter schwenken.

Lachs putzen, portionieren, kalt abspülen und trocken tupfen. Mit Pfeffer und Zitronensaft würzen und mit je 3 Scheiben Speck ummanteln. In einer Pfanne gleichmäßig anbraten und im Ofen fertig garen (Umluft, etwa 160°C für 7-10 Minuten).



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

Lammkoteletts mit Minz-Joghurt und Gemüse-Couscous

800 g	Lammkoteletts	250 g	Couscous
2	Knoblauchzehen	600 ml	Gemüsebrühe
3-4 Zweige	Rosmarin	500 g	Erbsen
3-5 Zweige	Thymian	200 g	Karotten
		1	Paprika
400 g	Sahnejoghurt	1	Zwiebel
3-4 Stängel	Minze	2 EL	Olivenöl
1	Knoblauchzehe	1 Prise	Cayennepfeffer
			Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Couscous nach Packungsanweisung in der Brühe quellen lassen.

Erbsen palen und verlesen. Karotten waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Paprika waschen, entkernen und das Fruchtfleisch ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen, Zwiebeln und Karotten anbraten, dann die Paprika und Erbsen dazu geben und in etwas Brühe gar köcheln. Anschließend mit dem Couscous vermengen und mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer abschmecken.

Minze waschen und abtrocknen. Die Blätter abzupfen und fein schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Joghurt, Minze und Knoblauch in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammkoteletts mindestens 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank holen. Den Knoblauch andrücken. Rosmarin und Thymian abspülen und abtrocknen. In einer Pfanne etwa 2 EL Öl erhitzen und die Koteletts von jeder Seite etwa 3 Minuten scharf anbraten. Knoblauch und Kräuter dazu geben und mitbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Koteletts circa 3 Minuten darin ruhen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Marinierte Lammkoteletts eignen sich auch bestens zum Grillen.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
@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

