

KW 26 / 2022

Rote Bete-Nudel-Gratin



Zutaten: (Für 4 Portionen)

400 g Vollkornnudeln, 1 Zwiebel, 1 EL Butter oder Margarine, 700 g grob Rote Bete (grob geraspelt), 200 ml Schlagsahne, je 1 TL Kümmel, Koriander und Majoran, 150 g Emmentaler gerieben, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest garen, abtropfen lassen. Die gehackte Zwiebel in Butter oder Margarine glasig dünsten. Rote Bete und Sahne zugeben und fünf Minuten leise köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Koriander und Majoran würzen. Das Gemüse mit den Nudeln mischen und in eine gefettete Auflaufform geben, mit dem Käse bestreuen und bei 180-200° etwa 40 Minuten goldbraun überbacken.

Flammkuchen mit Rote Bete und Pflaumen

Zutaten: (Für 4 Portionen)

410 g Dinkelmehl Type 1050, 1 Päckchen Trockenhefe, Salz, 50 g Margarine, 1 TL Honig, 2 Zweige Thymian, 200 g Ziegenfrischkäse, Pfeffer, 2 Rote Bete, 2 Frühlingszwiebeln, 4 rote Pflaumen, 100 g Halloumi, 50 g Walnusskerne, 4 EL Rapskernöl

Zubereitung:

400 g Mehl, Hefe, 1 TL Salz, Margarine, Honig und 250 ml lauwarmes Wasser zu einem glatten Teig kneten. Teig abgedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde bis zur doppelten Größe gehen lassen. Arbeitsfläche mit restlichem Mehl bestäuben, darauf den Teig zu 4 Fladen ausrollen und auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Die Hälfte vom Thymian mit dem Ziegenfrischkäse glatrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Rote Bete schälen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Pflaumen waschen, halbieren, Stein entfernen und in Spalten schneiden. Käse klein schneiden oder zerbröckeln. Walnusskerne grob hacken. Ziegenfrischkäse auf die Teigfladen streichen. Rote-Bete-Scheiben, Pflaumenspalten und Zwiebeln darauf legen, Käse darüber geben. Im vorgeheizten Backofen bei 220 °C (Umluft 200 °C; Gas: Stufe 3–4) etwa 15–20 Minuten goldbraun backen. Jeweils herausnehmen, mit dem Rapskernöl beträufeln und mit restlichem Thymian, Walnüssen und Pfeffer bestreut servieren.

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS

KW 26 / 2022

Kräuterpfannkuchen mit Rote-Bete-Dip

Zutaten: (Für 4 Portionen)

Für den Rote-Bete-Dip:

4 EL Sonnenblumenkerne, 500g vorgegarte Rote Bete, 4 EL Quark (20 % Fett i. Tr.), 3 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer, 1 Prise Chiliflocken nach Belieben

Für die Kräuterpfannkuchen:

3 Eier, 300 g Mehl, 600 ml Milch, 1 TL Salz, 1 Bund frische Kräuter, (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Kresse), Butter zum Ausbacken

Zubereitung:

Zuerst den Rote-Bete-Dip vorbereiten:

Die Sonnenblumenkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten und danach auskühlen lassen. Die Roten Beten grob würfeln und in ein hohes Gefäß geben. Geröstete Sonnenblumenkerne, Quark, Olivenöl und Gewürze nach Belieben hinzufügen und alles zu einem cremigen Dip pürieren. Abschmecken, ggf. nachwürzen und kaltstellen.

Nun die Kräuterpfannkuchen backen:

Die Eier mit dem Mehl, der Milch und dem Salz in einer großen Schüssel zu einem Teig verrühren und 20 Min. ruhen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von der Petersilie abzupfen, alle Kräuter fein hacken und unter den Teig rühren. Den Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen. Eine große beschichtete Pfanne erhitzen und ein kleines Stück Butter darin schmelzen lassen. Eine Kelle Pfannkuchenteig in die Pfanne geben und den Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun backen. Im Backofen auf einem Teller warm stellen. Alle Pfannkuchen mit einem kleinen Stückchen Butter fertig backen, anschließend zusammen mit dem Rote-Bete-Dip servieren.

Rote Bete Cocktail

Zutaten: (Für 2 Cocktails)

2 mittelgroße Rote Bete, 1 Apfel (süß-saftig), 1 Daumen großes Stück Ingwer, 8 cl Gin (4 cl je Drink), 2 Sträußchen (Zitronen-) Thymian als Garnierung, Eiswürfel



Zubereitung:

Rote Bete und Ingwer schälen, Apfel waschen und alles in grobe Stücke schneiden. Dann zusammen entsaften. Da der Apfel genug Säure und Fruchtzucker hat, braucht man keinen extra Zitronensaft oder Cocktail Sirup für den Drink. Wem der Drink nicht süß genug ist, kann optional 1 cl Simple Sirup (= Wasser+Zucker Lösung im Verhältnis 1:1) dazu geben. Den Bete-Apfelsaft zusammen mit dem Eis und dem Gin in den Shaker geben. Kurz shaken und in ein gekühltes, mit Eiswürfeln gefülltes Glas geben. Wer keinen Schaum mag, kann den Drink auch vorher durch ein Sieb in das Glas füllen. Zuletzt mit einem Zweig Zitronenthymian garnieren. Cheers!

**Wir wünschen einen guten Appetit
Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS