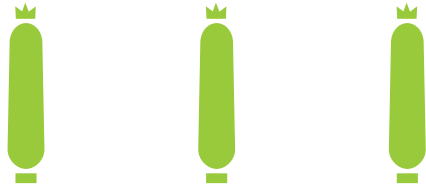


Nº 37

REZEPTE DER WOCHE

Herausgeber: **märkische kiste**, 09/2018



Gefüllte Zucchini



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN 3-4 Zucchini (je nach Größe), 2-3 Tomaten, 150 g Hirse (alternativ Couscous), 30 g getrocknete Steinpilze, 1 Zwiebel, 1 Stange Staudensellerie, 1-2 Möhren, ½ Bund Frühlingszwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 2 Zweige Rosmarin, 750 ml Gemüsebrühe, 150 g Parmesan, Salz, Pfeffer, Olivenöl.

Für die Soße: 600 g Tomaten, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Thymian & Oregano (frisch oder getrocknet), Salz, Pfeffer, Zucker.

ZUBEREITUNG Zucchini waschen und mit einem scharfen Löffel aushöhlen (die Außenwand sollte möglichst dünn sein). Das Fruchtfleisch klein würfeln. Steinpilze in lauwarmem Wasser 15 Minuten einweichen, dann leicht ausdrücken und fein hacken. Zwiebel hacken, Stangensellerie putzen, Möhren schälen und beides fein würfeln. Knoblauch und Kräuter fein hacken.

Zwiebeln und Knoblauch in einem Topf in Olivenöl anschwitzen (wer mag fügt noch gewürfelten Schinken hinzu), Möhren-, Sellerie- und Zucchiniwürfel hinzugeben und 5 Minuten anbraten. Hirse einrühren, kurz anrösten, Steinpilze und die Hälfte der Brühe zugeben, 15 Minuten quellen lassen (gelegentlich umrühren), das Rosmarin unterrühren und mit Pfeffer und ggf. Salz abschmecken.

Backofen auf 220°C vorheizen. Zucchinihälften innen salzen und die Mischung hinein füllen und in eine Auflaufform setzen. Tomaten in Scheiben schneiden, die Zucchini damit belegen, Parmesan darüber reiben. 20-25 Minuten backen bis die Oberfläche goldbraun wird.

Für die Soße die Tomaten blanchieren, häuten und würfeln. Zwiebel hacken, in Olivenöl (oder Butter) anschwitzen, Tomatenwürfel zugeben, 15 Minuten köcheln lassen. Thymian und Oregano fein hacken, kurz vor Ende der Kochzeit zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem servieren über die Zucchinihälften geben.

Dazu passt ein bunter Rohkostsalat.

Tomaten Chutney



ZUTATEN 1kg Tomaten, 100 g Schalotten, 100 g getr. Tomaten in Öl, 200 ml Rotweinessig, 25 ml dunkler Balsamico, 180 g Zucker, jeweils eine Prise getrockneter Thymian, getrockneter Oregano, Paprikapulver u. Cayennepfeffer; 10 frische Basilikumblätter, 1TL eingelegter Pfeffer, 2 EL Olivenöl.

ZUBEREITUNG Rotweinessig in einem kleinen Topf langsam auf die Hälfte einreduzieren lassen. Tomaten und eingelegte Tomaten würfeln und mit Thymian, Oregano und eingelegtem Pfeffer vermischen.

Schalotten in kleine Würfel schneiden, in Öl glasig anbraten, unter rühren den Zucker zugeben, schmelzen lassen und mit den Essigen ablöschen. Tomatenmischung dazugeben und alles ca. ½ Stunde dicklich einkochen lassen.

Basilikumblätter kleinschneiden und am Ende der Kochzeit mit Cayennepfeffer und Paprikapulver zum Chutney geben. Heiß in abgekochte Gläser füllen.

Passt wunderbar zu Fleisch und Pasta-Gerichten.

Feigenkuchen



ZUTATEN 1kg Feigen (geviertelt), 350 g Mehl (Weizen oder Dinkel), 180 g Zucker, 180 g zimmerwarme Butter, 3 Eigelbe, 3 EL Zucker, Schale einer halben Zitrone, gerieben, etwas Puderzucker, Semmelbrösel für die Springform

ZUBEREITUNG Für den Mürbeteig das Mehl und den Zucker vermengen. Die Butter in Stückchen, Eigelbe und die Zitronenschale schnell unterkneten. Der Teig sollte glatt und geschmeidig sein. Daraus einen Ball formen und im Kühlschrank mind. 1 Stunde kalt stellen.

Die Springform mit Butter austreichen und Semmelbrösel gleichmäßig verteilen.

Zwei Drittel des Teiges auf einer bemehlten Fläche ausrollen und den Boden der Springform damit auslegen, rundum etwa 4 cm Rand hochziehen.

Die geviertelten Feigen auf dem Boden verteilen. Zucker darüber streuen. Den übrigen Teig ausrollen, in schmale Streifen schneiden und damit ein Gittermuster über den Kuchen legen. Im vorgeheizten Backofen bei 150°C etwa 40 Minuten backen und abkühlen lassen.

Wenn der Kuchen sich abgekühlt hat etwas Puderzucker mit einem Sieb darüber verteilen und servieren.

Vielen Dank an Appenweier Frische für das Rezept - von Olaf und seinem Team bekommen wir derzeit die Feigen!