



Neues Gemüsekochbuch

Nach zwei Tortenbüchern und einem Fleischbuch hat das Wochenblatt nun ein Kochbuch rund ums Gemüse zusammengestellt. Dabei ist der Titel „einfach, genial, Gemüse“ Programm. Hier ein kleiner Vorgeschmack.

Pikanter Butterkuchen mit Oliven

(ergibt 1 Blech)

Für den Hefeteig:

450 g Mehl, 1 Würfel frische Hefe, 1 Teelöffel Zucker, 200 ml lauwarme Milch, 4 Esslöffel weiche Butter, 1/2 Teelöffel Salz; **für den**

Belag: 1/2 Bund Thymian, 1 Bund Rosmarin, 250 g weiche Butter, Salz, Pfeffer, 285 g schwarze Oliven (ohne Stein), 285 g grüne Oliven (ohne Stein), 60 g Pinienkerne.



Für den Hefeteig alle Zutaten verkneten. Teig 30 Minuten gehen lassen. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Für den Belag Thymian und Rosmarin waschen, Blättchen und Nadeln abzupfen bzw. abziehen, fein hacken. Mit Butter, Salz und Pfeffer vermengen. Oliven halbieren. Hefeteig nochmals durchkneten, ausrollen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit dem Holzlöffel kleine Mulden in den Teig stechen. Butterflocken in den Mulden verteilen. Oliven und Pinienkerne auf dem Kuchen verteilen, im vorgeheizten Ofen 30 bis 35 Minuten backen.

Und wer's lieber mit Fleisch mag:

Eine pikante Note erhält der Kuchen, wenn er zusätzlich mit 250 g fein geschnittenem Bacon (Frühstücksspeck) belegt wird. Dann aber die Buttermenge auf die Hälfte reduzieren.

Statt mit Thymian-Rosmarin-Butter lässt sich der Pikante Butterkuchen auch mit Kräuter- oder Knoblauchbutter zubereiten.



Mit einfachen Zutaten kommt das Kartoffelgulasch aus.

Fotos: Cramer / Rezepte: Graskemper

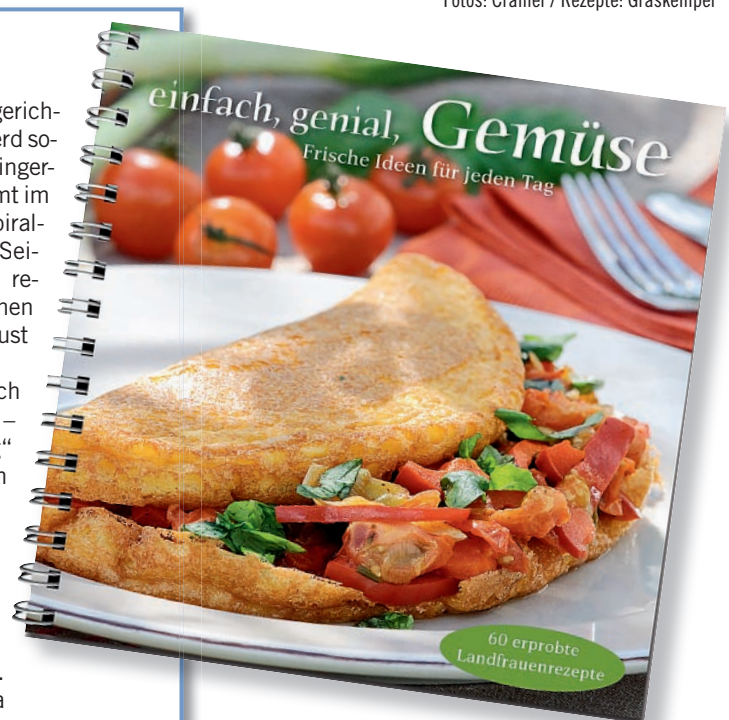
Von erfahrenen Landfrauen erprobt

Oftmals ist Gemüse nur Beilage zu Fleischgerichten. Nicht so in diesem Buch. Wir zeigen Ihnen auf 148 Seiten, wie Gemüse zum Hauptdarsteller Ihrer Mahlzeiten wird. Ob Blumenkohl-Möhren-Auflauf, Omelett mit Tomatengemüse oder Kalte Gemüsetorte – mit diesen Gerichten kommt Farbe auf den Tisch. Alle Rezepte sind von Landfrauen erprobt. Christiane Graskemper, Birgit Schulte Spechtel und Maria Möllers-Gädker bereiteten die Gerichte zu, vereinfachten die Zutatenlisten und ließen ihre Familien testessen. Die 60 Rezepte sind nun vielseitig wie das Gemüse selbst. Neben „Klassikern“ wie Tomaten, Spargel und Grünkohl sollten Sie auch die weniger bekannten oder vergessenen Gemüsesorten wie Steckrübe oder Stielmus probieren. Alle Anleitungen sind zunächst fleischlos. Wer das Ganze mit Fleisch ergänzen möchte, findet unter vielen Rezepten einen Tipp, wie sich die Gerichte abwandeln lassen.

Freuen Sie sich auf Gemüsegerichte aus dem Ofen und vom Herd sowie originelle Brot- und Fingerfoodrezepte. Das Buch kommt im quadratischen Format mit Spiralbindung und abwaschbaren Seiten daher. Großformatige, rezeptgetreue Fotos machen schon beim Durchblättern Lust aufs Nachkochen.

Erhältlich ist das Kochbuch „einfach, genial, Gemüse – Frische Ideen für jeden Tag“ über den Leserservice im Landwirtschaftsverlag GmbH, Tel. (0 25 01) 801-301, oder per E-Mail: service@lv.de sowie im Buchhandel. Der Preis beträgt 17,95 €, die ISBN lautet: 978-3-7843-5247-3.

Mareike Dorda





Kartoffelgulasch

(für 4 Personen)

1 kg festkochende Kartoffeln, 500 g Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 200 g geschälte Tomaten (aus der Dose), 50 g Butter, 50 g Tomatenmark, 1 Esslöffel Rosenpaprika, 250 ml Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 1/2 Bund glatte Petersilie, 2 Esslöffel saure Sahne.

Kartoffeln schälen, nicht zu klein würfeln. Zwiebeln in Scheiben, Knoblauch in feine Würfel schneiden. Geschälte Tomaten fein hacken. Zwiebeln in heißer Butter anschwitzen. Tomatenmark unterrühren, mit Paprikapulver bestreuen. Gehackte Tomaten untermischen, Gemüsebrühe zugießen, 10 Minuten köcheln lassen. Kartoffelwürfel, Knoblauch, Salz und Pfeffer dazugeben. Kartoffelgulasch weitere 25 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Petersilie fein hacken. Gulasch nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit saurer Sahne und gehackter Petersilie anrichten.

Sauerkrautauflauf

(für 4 Personen)

500 g Kartoffeln, 2 Zwiebeln, 2 Esslöffel Öl, 500 g Sauerkraut, 125 ml herber Weißwein, 125 ml Gemüsebrühe, 250 ml Sahne, 125 g saure Sahne, 50 g geriebener Parmesan.

Kartoffeln waschen, schälen, in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln würfeln, im heißen Fett anbraten. Kartoffeln und Sauerkraut zugeben, anschmoren. Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kartoffeln und Sauerkraut in eine gefet-

tete Auflaufform geben, mit Wein und Brühe aufgießen. Im vorgeheizten Ofen zugedeckt etwa 50 Minuten schmoren. Sahne und saure Sahne mischen, über den Auflauf gießen. Parmesan darüberstreuen, ohne Deckel weitere 20 Minuten backen. **Wer's lieber mit Fleisch mag:** 100 g Speck oder Räucherendchen zugeben.

Apfel-Baiser-Kuchen

Für den Boden: 200 g weiche Butter, 100 g Zucker, 2 Päckchen Vanillinzucker, 1 Prise Salz, 3 Eigelb, 1 Ei, 350 g Mehl, 2 Teelöffel Backpulver, 4 Esslöffel Milch, 2 Teelöffel geriebene Zitronenschale; **für den Belag:** 1,5 kg Boskop-Äpfel, Saft von 1 Zitrone, 100 g gemahlene Mandeln, 100 g Zucker, 3 Eiweiß, 1 Prise Salz, 125 g Puderzucker, 4 Esslöffel gehackte Mandeln, 4 Esslöffel Mandelblättchen.

Backblech mit Backpapier auslegen. Butter, Zucker, Vanillinzucker und Salz cremig rühren. Eigelb und ganzes Ei nacheinander zugeben und schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen und dazusieben. Milch und Zitronenschale zugeben. Alles unterrühren. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Teig auf das Backblech streichen, mit gemahlene Mandeln bestreuen und dicht mit Apfelspalten belegen. Mit Zucker bestreuen und im Backofen bei 200 °C Umluft etwa 30 Minuten vorbacken. Eiklar mit Salz und Puderzucker steif schlagen, auf den Äpfeln verstreichen. Gehackte Mandeln und Mandelblättchen darüberstreuen. Backofentemperatur auf 180 °C reduzieren und den Kuchen etwa 20 Minuten goldbraun fertig backen.



Zwischen den Apfelspalten und dem Teig ist eine dünne Schicht aus gemahlene Mandeln. Foto: BVEO



Der Gemüseauflauf trägt eine Haube aus Quark, Ei und Grieß.

Der Weißwein im Sauerkrautauflauf lässt sich durch Gemüsebrühe austauschen.



Gemüseauflauf mit Quarkhaube

(für 4 Personen)

500 g Brokkoli, 500 g Möhren, 1 mittelgroße Zwiebel, 2 Esslöffel Butter, 150 g Tiefkühl-Erbsen, Salz, Pfeffer, Muskat, 2 Eier, 500 g Magerquark, 4 Esslöffel Milch, 2 Esslöffel Hartweizengrieß, 80 g geriebener Käse.

Brokkoli putzen, waschen, in sehr feine Röschen teilen. Möhren schälen, in Scheiben schneiden. Zwiebel fein würfeln. Zwiebel in der heißen Butter glasig dünsten. Möhren dazugeben, 4 Minuten mitdünsten. Brokkoli zugeben,

weitere 4 Minuten dünsten. Erbsen zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Eier trennen, Eigelb mit Quark, Milch und Grieß verrühren. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Eiklar steif schlagen, unter die Quarkmasse heben. Gemüse in eine gefettete Auflaufform geben, Quarkmasse daraufgeben, mit geriebenem Käse bestreuen, im vorgeheizten Ofen etwa 40 Minuten backen.