



KW 38/2018

Möhren-Kräuter-Quiche

Zutaten für 4 Personen:

Teig: 250g Dinkelmehl, 120g weiche Butter, Salz. **Füllung:** 800g kleine Möhren, 500ml Gemüsebrühe, 1 Bd Petersilie, 1 Bd Schnittlauch, 2 Kästchen Kresse, 1 Knoblauchzehe, 100g kräftiger Bergkäse, 2 Eier, 200g Saure Sahne, 100g Sahne, 2 Zweige frischer Liebstöckel, 1 Prise Muskat, schwarzer Pfeffer aus der Mühle. Etwas Butter für die Form.

Zubereitung:

Mehl, Butter, 1/2 TL Salz und 50 ml kaltes Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten. Form fetten und den Teig hineindrücken mit einem 2cm hohen Rand. 1 Stunde kühl stellen.

Petersilie, Schnittlauch und Liebstöckel fein hacken. Kresse abschneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Käse raspeln. Eier mit Saurer Sahne und Sahne verrühren, Dill, Schnittlauch, Kresse, Knoblauch, Liebstöckel, Muskat, Salz, Pfeffer und 2/3 des Käses untermischen.

Möhren schälen, größere längs halbieren und in Gemüsebrühe bissfest garen. Backofen auf 200°C vorheizen. Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen und ca. 15 Min vorbacken. Temperatur auf 180°C herunter schalten. Teigboden mit den vorgegarten Möhren belegen und die Ei-Käsemasse darüber verteilen. Den restlichen Käse darüber streuen. In ca. 40 Min fertig backen.

Glasierte junge Möhren

Zutaten für 4 Personen:

2 Bund junge Möhren, 30 g Butter, 3 TL Honig, Salz, Pfeffer, 1 Bd Petersilie, 4 EL Sonnenblumenkerne

Zubereitung:

Das Laub von den Möhren bis auf ca. 3 cm abschneiden und gründlich waschen. Die Möhren je nach Dicke der Länge nach halbieren oder vierteln.

Die Sonnenblumenkerne grob hacken und in einer trockenen Pfanne leicht anrösten.

Die Butter in einem Topf zerlassen und die Möhren bei schwacher Hitze zugedeckt in ca. 10 Minuten dünsten. 2-3 EL Wasser zugebe.

Den Honig kurz vor Ende der Garzeit unter die Möhren schwenken.

Zum Schluss die gehackte Petersilie und die Pinienkerne untermischen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

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