



KW 49/2018

Orangen-Reis-Auflauf

Zutaten für 4 Personen:

1 Vanilleschote, 1 l Milch, 300 g Rundkornreis, 150 g Zucker, 3 Orangen, 80 g Mandelstifte, 3 EL gehacktes Orangeat, 3 EL Butter, 4 Eier, 2 Msp. Zimtpulver, 2 EL Puderzucker

Zubereitung:

Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark mit einem Messer herausschaben. Mark, Schote, Milch, Reis und 75 g Zucker in einem Topf mischen. Einmal aufkochen lassen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Min. garen. Dabei gelegentlich umrühren, damit der Reis nicht anhängt. Vom Herd nehmen und leicht auskühlen lassen, die Vanilleschote entfernen.

Inzwischen die Orangen waschen und trocknen. Von 1 Frucht die Schale dünn abreiben. Dann alle Orangen schälen, dabei die weiße Haut mit entfernen. Die Filets zwischen den Trennhäutchen herausschneiden, dabei den Saft auffangen. Die Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Das Orangeat etwas feiner hacken.

Den Backofen auf 180° vorheizen, die Form mit knapp 1 EL Butter fetten. Die Eier trennen, die Eiweiße steif schlagen. Dabei nach und nach 75 g Zucker einrieseln lassen. Die Eigelbe, ca. 1 TL Orangenschale, Orangensaft, Mandeln, Orangeat und Zimt in den Reis rühren. Die Orangenfilets und den Eischnee unterheben. Die Reismasse in die Form füllen und im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 25 Min. garen. Die übrige Butter schmelzen und auf den Auflauf träufeln, den Puderzucker darüberstreuen. Die Ofentemperatur auf 200° erhöhen und den Auflauf ca. 15 Min. weiterbacken, bis die Oberfläche knusprig karamellisiert ist.

Italienischer Orangensalat

Zutaten für 4 Personen:

1 rote Zwiebel, 2 Orangen, 16 schwarze Oliven ohne Stein, 1 Kopf Radicchio, 4-6 EL Olivenölextra vergine, 1-2 TL Zitronensaft, Salz

Zubereitung:

Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Orangen schälen, dabei die weiße Haut sorgfältig entfernen. Orangen quer in dünne Scheiben schneiden, eventuell vorhandene Kerne entfernen.

Von den Oliven das Fruchtfleisch in Streifen schneiden.

Den Salatblätter grob zerteilen, diese waschen und trockenschleudern. Salatblätter auf vier Teller verteilen, Orangenscheiben und Zwiebelringe darauf anrichten, die Olivenstreifen darauf verteilen. Olivenöl, Zitronensaft und Salz gut miteinander verrühren (so dass das Salz aufgelöst ist) und über den Salat gießen.

Wir wünschen einen guten Appetit
Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg