

Feldsalat mit Birnen und Granatapfel

🌱 vegetarisch ⌚ Zubereitungszeit: 15 Min. III einfach



Bilder: © Ariane Bille für BVEO

Zubereitung Vorspeise

- Schalotten schälen und fein hacken. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotten darin zusammen mit 1 EL Honig anbraten, bis sie eine goldbraune Farbe bekommen.
- Feldsalat verlesen, putzen, waschen, gut trocken schleudern und in eine Salatschüssel geben. Birnen waschen, trocken reiben, Kerngehäuse entfernen und in kleine Spalten schneiden. Granatapfel entkernen und Walnüsse grob hacken.
- Für das Salatdressing restliches Öl und Honig mit dem Essig verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Kurz vor dem Servieren Salat mit Dressing und Birnen vermischen und anschließend auf Salatschalen verteilen. Schalotten über dem Salat verteilen, mit Granatapfelkernen und Walnüssen betreuen und genießen.

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Schalotten
- 6 EL Olivenöl
- 1 ½ EL Honig
- 200 g Feldsalat
- 2 Birnen
- ½ Granatapfel
- 50 g Walnüsse
- 3 EL Aceto Balsamico-Essig
- Meersalz und Pfeffer

Überbackener Rotkohl mit Ziegenkäse, Thymian, Honig und Kartoffelklößen

🌱 vegetarisch ⌚ Zubereitungszeit: 30 Min. + Backzeit: 25 Min. ||| einfach



Bilder: © Ariane Bille für BVEO

Zubereitung Hauptgang

- Rotkohl in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- Für die Marinade Knoblauch schälen und pressen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen abzupfen. Zitrone pressen. Öl mit 3 EL Zitronensaft, Thymian und Knoblauch vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rotkohlscheiben mit der Marinade bepinseln und etwa 10 Min. marinieren. Anschließend auf mittlerer Schiene des Ofens etwa 25 Min. backen.
- Währenddessen Kartoffelklöße nach Packungsanleitung zubereiten. Granatapfel entkernen und Walnüsse grob hacken.
- 5 Min. vor Ende der Backzeit Blech mit dem Rotkohl aus dem Ofen nehmen, Ziegenkäse mit den Fingern auseinander zupfen und zusammen mit dem Honig über dem Rotkohl verteilen. Auf oberster Schiene des Ofens weitere 5 Min. überbacken.
- Rotkohl-Steaks zusammen mit den Klößen auf Teller geben. Mit Granatapfelkernen und Walnüssen bestreuen und genießen.

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g Rotkohl
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Thymian-Zweige
- 1 Bio-Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- 150 g Ziegenkäse-Rolle
- 1 EL Honig
- Meersalz und Pfeffer
- 1 Packung Kartoffelkloß-Teig (750 g)
- ½ Granatapfel
- 50 g Walnüsse

Apfel-Mascarpone-Trifle

🌱 vegetarisch ⌚ Zubereitungszeit: 20 Min. + Kühlzeit: 1 Std. ||| einfach



Bild: © Ariane Bille für BVEO

Zubereitung Dessert

- Orangen waschen, trocken reiben und Schale abreiben. Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und mit 100–150 ml Wasser, 1 TL Zimt, ½ TL Kardamom, 3 EL Honig und 1 ½ EL Orangenschale zu einem Kompott einkochen.
- Orangen pressen. Mascarpone mit ¾ des Orangensafts und restlichem Zimt, Kardamom und Honig zu einer cremigen Masse verrühren und in Dessertschalen verteilen.
- Spekulatius in einen Gefrierbeutel füllen und grob zerkleinern. Walnüsse grob hacken.
- Apfel-Kompott auf die Mascarpone-Creme geben und mit Keksbröseln und Walnüssen bestreuen. Restlichen Orangensaft über die Trifles träufeln, abdecken und vor dem Genießen mind. 1 Std. in den Kühlschrank stellen und Durchziehen lassen.

Zutaten für 4 Personen:

- 2 große Bio-Orangen
- 2 große Äpfel (z.B. Elstar)
- 2 TL gemahlener Zimt
- 1 TL gemahlener Kardamom
- 6 EL Honig
- 500 g Mascarpone
- 150 g Spekulatius
- 3 EL Aceto Balsamico-Essig
- 50 g Walnüsse



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.