

SELBSTGEKOCHT VON LISA

Zutaten

1 kg Kartoffeln
 2 EL Butter
 80 g Mayonnaise
 300 g Naturjoghurt
 4 EL Zitronensaft
 Salz + Pfeffer
 1 Knollensellerie
 2 Möhren
 2 Äpfel
 2 rote Zwiebeln
 1 Bund Petersilie
 60 g Walnüsse

Ofenkartoffeln mit fruchtigem Selleriesalat

Kartoffeln waschen und nebeneinander in eine Auflaufform legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 40-50 Minuten backen, bis die Schale knusprig ist, Blasen schlägt und das Fruchtfleisch weich ist. Mayonnaise, Joghurt, 3 EL Zitronensaft, $\frac{3}{4}$ TL Salz und $\frac{1}{4}$ TL Pfeffer in einer großen Schüssel verrühren. Sellerie und Möhren schälen, grob reiben und zugeben. Äpfel waschen, vierteln, entkernen, ebenfalls grob reiben, zugeben und alles mit dem Dressing vermischen. Zwiebeln schälen, halbieren, in sehr feine Halbringe schneiden und zum Salat geben. Petersilie waschen, trocken schütteln, klein hacken und $\frac{2}{3}$ unter den Salat heben. Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl anrösten, bis sie fein duften. Kurz abkühlen lassen und grob hacken. Salat mit Salz, Pfeffer und restlichem 1 EL Zitronensaft abschmecken. $\frac{2}{3}$ der Walnüsse unterheben. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, längs einschneiden, das Kartoffelinnere mit einer Gabel vorsichtig lockern, leicht salzen, ein Stück Butter mit dem Inneren vermengen. Einen Teil Salat darauf geben und den restlichen Salat neben den Kartoffeln anrichten und mit der restlichen Petersilie sowie Walnüssen garnieren.

Zutaten

100 g kalte Butter
 200 g Dinkelmehl 630
 1 Ei
 Salz
 1 kleiner Hokkaido
 3 EL Brat-Olivenöl
 2 rote Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 40 g getr. Tomaten
 $\frac{1}{2}$ TL Dill
 1 Prise Chili
 300 g Crème fraîche
 3 Eier

Kürbis-Zwiebel-Quiche

Butter 1 cm groß würfeln und mit Mehl, Ei, 2 EL kaltem Wasser und $\frac{1}{2}$ TL Salz in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. Teig mit den Händen in eine eingefettete Springform drücken, dabei einen ca. 3 cm hohen Rand formen. Teigboden mit einer Gabel mehrfach einstechen und ca. 30 Minuten kühl stellen. Kürbis waschen, halbieren, entkernen, in 2 cm breite Spalten und diese in 1,5 cm dicke Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Kürbis darin ca. 5 Minuten bei hoher Hitze anbraten, bis er leicht Farbe bekommt. Anschließend in eine Schüssel geben, mit Salz würzen und etwas abkühlen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln halbieren und längs in ca. 3 mm dicke Spalten schneiden. Getrocknete Tomaten in feine Streifen schneiden. Knoblauch zum Kürbis pressen. Zwiebeln, Tomaten, Dill und ein Prise Chili ebenfalls zugeben und alles gut vermischen. Crème fraîche, Eier, 1 TL Salz und $\frac{1}{4}$ TL Pfeffer verquirlen. Den Guss gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Kürbismischung darüber geben und mit den Händen leicht in den Guss drücken, sodass das Gemüse sichtbar bleibt. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C ca. 50-60 Minuten goldbraun backen. Vorm Anschneiden mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Zutaten

300 g Zwiebeln
 200 g Steinchampignons
 50 g Butter
 Salz + Pfeffer
 Paprika edelsüß
 8 Saat-Mandelbrot
 4 Eier
 150 g Kräuterfrischkäse
 150 g Bergblumenkäse

Strammer Max mit Pilzen & 8-Saat-Mandelbrot

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. 30 g Butter in einem Topf zerlassen und Zwiebeln darin ca. 1 Minute anschwitzen. Pilze zugeben und ca. 4 Minuten bei hoher Hitze mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und $\frac{1}{2}$ TL Paprikapulver würzen. Brot in Scheiben schneiden und tosten. In einer großen Pfanne die restliche Butter zerlassen, 4 Spiegeleier darin ausbraten, salzen und pfeffern. Brote mit Frischkäse bestreichen und Zwiebel-Pilzpfanne darauf verteilen. Je 1 Spiegelei quer über zwei Brote legen und mit einer Scheibe Bergblumenkäse servieren. 😊

