

Lauwarmer Schwarzwurzelsalat

4 Portionen

500 g Schwarzwurzeln
Saft 1/2 Zitrone
100 ml Milch
200 ml Wasser
Salz
Endiviensalat
150 ml Sauerrahm
1 EL Zitronensaft
2 EL Öl
Pfeffer, Petersilie

Die Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen, in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und sofort in das mit Zitronensaft gemischte Wasser legen. Milch und Wasser aufkochen und die Schwarzwurzeln darin weich garen. Endiviensalat in feine Streifen schneiden. Sauerrahm, Zitronensaft, Öl, Pfeffer und Petersilie zu einem Dressing verrühren. Schwarzwurzeln mit dem Dressing mischen und auf der Endivie anrichten.

Orangen-Schwarzwurzel-Suppe

4 Portionen

500 g Schwarzwurzeln
1 Knoblauchzehe
30 g Butter
400 ml Brühe
200 ml Sahne
50 ml Crème fraîche
1 Bio-Orange
Salz, Pfeffer
Orangenschale

Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen, in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und sofort in kaltes Wasser mit Milch-Mehl-Gemisch legen. Knoblauchzehe fein hacken und zusammen mit den abgespülten Schwarzwurzeln in der Butter anschwitzen, mit Brühe, Sahne und Crème fraîche auffüllen und 20 Min. köcheln. Schale der Orange abreiben, Orange filetieren und zur Suppe geben. Suppe mit Salz, Pfeffer und Orangenschale abschmecken.

Schwarzwurzeln mit Hirse überbacken

4 Portionen

1,5 kg Schwarzwurzeln
125 g Hirse
1/2 Bund Petersilie
75 g Sonnenblumenkerne
50 g geriebenen Käse
2 Eier
125 g Sahne
2 El. Creme fraiche
Salz, Pfeffer

Schwarzwurzeln unter kaltem, fließendem Wasser gründlich bürsten. In einem Topf mit reichlich Salzwasser ca. 10-15 Min. garen, in Stücke schneiden. Hirse in 250 ml Salzwasser ca. 15-20 Min. ausquellen lassen, abgießen und abkühlen. Sonnenblumenkerne in der Pfanne rösten. Petersilie, Sonnenblumenkerne, geriebenen Käse, Eier (verquirlt), Sahne, Crème fraîche, Salz, Pfeffer miteinander vermengen, Schwarzwurzeln hinzugeben und bei 180 Grad (Umluft) im Backofen ca. 25 Min überbacken.

Schwarzwurzelsalat mit Kapernsauce

8-10 Portionen

250 g Feldsalat
150 g Schalotten
1 kg Schwarzwurzeln
4 El. Öl
1 TL Zucker
150 ml Wasser
1 frische Pfefferschote
50 g Kapern
1/2 Bund Petersilie
3 EL Weißweinessig
4 EL Öl
Salz, Pfeffer, Zucker

Den Feldsalat gut waschen und putzen, die Schalotten fein würfeln. Schalotten und abgespülte Schwarzwurzeln in Öl ohne Farbe andünsten. Zucker karamelisieren lassen und mit Wasser auffüllen, zum Gemüse hinzugeben und 20 Min. zugedeckt garen lassen. Salzen, pfeffern und bei geöffnetem Topf weitergaren bis die Flüssigkeit verkocht ist. Die Pfefferschote fein schneiden, Kapern abtropfen lassen, die Petersilie hacken, mit Weißweinessig und Öl und den Schwarzwurzeln vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Auf dem Feldsalat anrichten.

Schwarzwurzeln in Sahnesauce mit Kartoffeln

4 Portionen

1000 g Schwarzwurzeln
500 ml Gemüsebrühe
1 Mangold-Staude
250 g Crème fraîche
Saft von 1-2 Zitronen
Pfeffer, Salz, Muskat
50 g Butter
10 Salzkartoffeln

Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen, in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und sofort in kaltes Wasser mit Milch-Mehl-Gemisch legen. Die Schwarzwurzelstücke abspülen, in die Brühe geben und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. bissfest garen. Schwarzwurzeln aus dem Fond herausnehmen und den Fond auf 250 ml einkochen lassen. Crème fraîche einrühren, mit Pfeffer, Salz, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Die Mangoldstaude putzen, in Streifen schneiden und in Salzwasser blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Mangoldstreifen und Schwarzwurzeln in der Soße mit Butterflocken binden. Zusammen mit den Salzkartoffeln servieren.

Porree-Schwarzwurzelgemüse mit Nudeln

4 Portionen

400 g Penne
400 g Schwarzwurzeln
200 g Porree
4 EL Öl
200 ml Sahne
Pfeffer, Salz, Muskat
geriebener Käse

Penne nach Packungsanweisung garen. Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen, in ca. 2-3 cm lange Stücke schneiden und sofort in kaltes Wasser mit Milch-Mehl-Gemisch legen. Porree putzen und in feine Ringe schneiden. Gemüse in Öl anbraten, mit der Sahne auffüllen und bissfest garen. Falls Flüssigkeit fehlt noch mit Brühe verlängern. Mit Pfeffer, Salz, Muskat abschmecken. Die Nudeln und die Sauce mischen und mit Käse bestreut servieren.

Dessert

Pfannkuchenpastete

12 Portionen

Für den Teig:

2 Eier
150 ml Milch
1 Prise Salz
1 TL Zucker
1/2 TL geriebene Zitronenschale
130 g Mehl
Butterschmalz

Eier, Milch, Salz, Zucker, Zitronenschale und Mehl verquirlen und 15 Min. quellen lassen. In jede Mulde einer Muffinform 1/2 TL Butterschmalz geben und die Form bei 200 Grad 5 Min. in den Backofen stellen. Den Teig auf die Formen verteilen und auf mittlerer Schiene ca. 25 Min. backen (keine Umluft). Pastetchen abkühlen lassen

Für die Füllung:

200 ml Sahne
1 Päck. Vanillezucker
300 g Preiselbeerkompot (alternativ Johannisbeer- oder Kirschkonfitüre)

Sahne und Vanillezucker steif schlagen und Preiselbeerkompott unterheben, auf den Pastetchen servieren

Brotpudding mit Äpfeln und Zimt

4 Portionen

3 Äpfel
500 g trocknes Weißbrot
2 Eier
200 ml Milch
Zucker
Zimt
evtl. Mandelblättchen
Puderzucker

Äpfel in dünne Scheiben schneiden. Das Weißbrot entrinden und diagonal schneiden (Rinde kann zu Bröseln verarbeitet werden!) Eier, Milch und 3 EL Zucker verquirlen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Eine flache Auflaufform mit Butter ausstreichen und mit 2 EL Zucker austreuen. Die halbierten Brotscheiben mit den Äpfeln in die Form legen, die Eimasse gleichmäßig über die Apfel-/Brotscheiben gießen. Mit einem EL Zucker und nach Geschmack mit Zimt und evtl. Mandelblättchen bestreuen. 30 Min. backen und dann mit Puderzucker bestäuben. (Dazu paßt auch geschlagene Sahne oder Vanillesauce.)