Lammlachse an Sahne-Zoodles

Rezept und Fotos von Dagmar Möller

Dieses Rezept und mehr gibt es auch hier: http://toepfle-und-deckele.de/

Zutaten für eine Portion:

Zutaten:
1 mittelgroße Zucchini
1 TL Olivenöl
70 ml Sahne
1 TL Gemüsepaste
5-6 schwarze entsteinte Oliven
etwas Piment d‘Espelette
schwarzer Pfeffer, Salz
1 Spritzer Zitronensaft
1 Prise Xucker (alternativ Zucker)
2 Kirschpaprika mit Frischkäsefüllung (optional)
10 g Parmesan (gerieben)
1 Ziegenkäsetaler mit Bacon (optional)

180 g Lammlachse (ggf. am Vortag mit Kräutern mariniert)
1 TL Ghee
1 Zweig Rosmarin
1 Soloknoblauch
Kräuterbutter

Zubereitung:
Lammlachse in einer heißen Grillpfanne mit Ghee, Knoblauch und Rosmarin anbraten. Ziegenkäsetaler mit anbraten. Bei 130 Grad im Backofen fertig garen lassen. Garstufe nach Gusto. Ggf. warm halten.

In der Zwischenzeit die Zucchini mit dem Spaghetti-Spiralizer schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten. Mit Zucker karamellisieren und mit Sahne ablöschen. Würzen, Oliven und Tomatenpaprika zufügen und ein paar Minuten garen. Zucchini sollen noch bissfest sein.

Zoodles anrichten, Fleisch aufschneiden, Parmesan zufügen. Kräuterbutter aufs Fleisch… 😉

Nudelsauce mit Zucchini, Südtiroler Schinken und Parmesan.

Foto und Rezept von Elvira Preiß

(Nudeln wurden mit der PastaFresca gemacht und gekocht, Matrize Trecce).

Zutaten für die Nudelsauce:
Schinken (Südtiroler Speck)
Zucchini
Parmesan
Olivenöl

Zubereitung:
Schinken (Südtiroler Speck) in ca 1 cm dicke Scheiben schneiden und dann im Multizerkleinerer mit der Scheibe Nr. 4 in feine Streifen schneiden.

Zucchini mit der groben Raspelscheibe.

Parmesan mit Scheibe 1 oder 2 (alternativ, wenn der Parmesan nicht zu hart ist, geht es auch mit dem Messer vom Multi).

Schinken in Olivenöl andünsten, Zucchini dazugeben.

Dann die gekochten Nudeln untermischen und zum Schluss den Parmesan. Mit Salz/Pfeffer abschmecken.

Dazu passt Salat vom Garten.

Kohlrabi-Spaghetti mit Avocado-Minz-Sauce

Fotos Steffi Grauer

Dieses Rezept und viele weitere Rezepte für Allergiker gibt es hier: www.kochtrotz.de

Zutaten für 2 größere Portionen:
2 Kohlrabi geschält
Sauce:
1/2 Bund frische Minze, Blättchen abgezupft
2-3 reife Avocados, Fruchtfleisch ausgelöst
Salz
Pfeffer
Zitronengraspulver (optional)
Ingwer frisch oder Pulver (optional)
50 – 100 ml Sahne oder Kokosmilch

Zubereitung:
Kohlrabi auf mit der feinsten Einstellung im Sprialschneider zu Spaghetti verarbeiten.

Messer in den Multi-Zerkleinerer einsetzen und alle restlichen Zutaten für die Sauce in den Behälter geben. Auf Stufe 5 für ein paar Sekunden zu einer sämigen Sauce verarbeiten lassen. Multi-Zerkleinerer abnehmen und Abdeckung wieder auf die CC setzen.

1 Liter Wasser in die Rührschüssel geben. Damit es schneller geht, am besten das Wasser mit dem Wasserkocher aufkochen und kochend in die Schüssel geben. Kohlrabi-Spaghetti in den Dämpfeinsatz geben und diesen in die Rührschüssel einsetzen.

Den Spritzschutz aufsetzen, Temperatur auf 140 °C mit Intervallstufe 3 stellen und für 3 Minuten garen.

Jetzt noch Kohlrabi-Spaghetti mit der Sauce vermengen und sofort genießen.

TIPP: Schmeckt auch köstlich mit Zoodles, das sind Zucchini-Spaghetti. Dann sieht es so aus:

Zucchini-Relish

Rezept und Fotos wurde zur Verfügung gestellt von Lydia Schüler

Zutaten:
1 kg Zucchini
500 g Zwiebeln
Salz
500 g Zucker
500 g Kräuteressig
3 EL Senf
Und wie oben beschrieben 20 min köcheln lassen, dann
3EL Curry
3 TL Paprika
1/2 TL Sabal Oelek
3-4 EL Mehl

Zubereitung:
Zucchini und Zwiebeln mit der Trommelraffel oder dem Multi grob raspeln. Mit etwas Salz bestreuen, und im Kühlschrank ein paar Stunden oder über Nacht durchziehen lassen
Flüssigkeit abgießen.

Gemüse in den Kessel geben, mit
500 g Zucker
500 g Kräuteressig
3 EL Senf
Und wie oben beschrieben 20 min/Kochrührelement köcheln lassen, dann
3EL Curry
3 TL Paprika
1/2 TL Sambal Oelek.

Nochmal 10 min kochen lassen
Dann mit 3-4EL Mehl andicken
Heiß in Einmachgläser (oder twist off) füllen und eine halbe Stunde einwecken…

Lecker als Grillsauce, zu kaltem Fleisch, zu frischem Brot zu Reis… Euch fällt bestimmt noch mehr ein….

Zucchini-Chutney

Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Lydia Schüler

Zutaten:
1kg Zucchini
1kg rote Gemüsepaprika
500 g Zwiebeln
500 ml passierte Tomaten

500 ml Ketchup
Knoblauch, Pfeffer, Salz
250 ml Olivenöl
Etwas Sambal Oelek

Zubereitung:
Zucchini , Paprika und die Zwiebel mit der Trommelraffel oder dem Multi grob raspeln.

Im Kessel Tomate, Ketchup, Öl und Gewürze zum kochen bringen, Gemüse dazugeben und 30-40 min mit Stufe 1 und Kochrührelement köcheln lassen..,

Heiß in Einmachgläser (oder twist off) füllen und eine halbe Stunde einwecken…

Lecker als Grillsauce, zu kaltem Fleisch, zu frischem Brot zu Reis… Euch fällt bestimmt noch mehr ein….

Kartoffelroulade mit Gemüsefüllung – Variationen –

Rezept Nr. 1 und Foto zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

Rezept Nr. 1 – zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

Zutaten:
600 gr. Kartoffeln
2 Eier
100 gr. geriebener Käse
Salz/Pfeffer

Füllung:
250 gr. Champions
250 gr. Zucchini
2 Tomaten
Salz/Pfeffer

Zubereitung:
600g rohe Kartoffeln im Multi mit Scheibe 3 raspeln, mit 2 Eiern, 100g geriebenen Käse, Salz und Pfeffer vermengen.

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und bei 175 Grad ca. 25 Minuten backen.
Tipp: auf Dauerbackfolie bleibt die Masse nicht kleben.

250g Champions und 250g Zucchini im Multi mit Scheibe 2 raspeln. Mit zwei klein geschnittenen Tomaten in einer Pfanne anbraten bis das Wasser verkocht ist. Nach Geschmack würzen, ich habe nur Salz und Pfeffer verwendet.

Gemüsemasse auf die vorgebackene Kartoffelmasse streichen, einrollen und nochmal ca. 10 Minuten backen.

Gutes Gelingen!

Rezept Nr. 2 von italienischer Kochseite – zur Verfügung gestellt von Ivonne Birnbaumer

Zutaten:
3 Kartoffeln
2 Karotten
1 Zwiebel
2 Eier
Salz/Pfeffer/Rosmarin/Schnittlauch
1 Becher Creme Fraiche
ggf. Schinken
ca. 100 gr. geriebener Käse

Zubereitung:
3 Kartoffeln und 2 Karotten im Multi reiben mit 1 Zwiebel klein gewürfelt und 2 rohen Eiern Salz Pfeffer,Schnittlauch und Rosmarin mischen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 180 Grad auf einem Backpapier verteilt ca 30 min backen.

Danach mit Creme Fraiche mit Kräutern bestreichen. Hab einen Sauerrahm genommen mit Kräutern aus dem Garten und Knoblauch gerieben untergemischt.

Danach etwas Schinken, wenn man will, verteilen und dann aufrollen wie eine Rollade, mit etwas Käse verteilen und nochmal ca 10 min mit dem Grill überbacken.

Schinken oder Speck Salami kann verwendet werden oder einfach fleischlos.

Rezept Nr. 3 zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

Kartoffel-Zucchini Roulade mit Schinken Mozzarella gefüllt und Joghurt Rahm Schnittlauch Sauce.

2 Zucchini u 5 mittlere Kartoffel 1min gesamt in der Trommelraffel mit grober Reibe gerieben.

Rezept: 2 Zucchini, 5 mittlere Kartoffel, 2 Eier, 100g geriebener Käse (Emmentaler war daheim), 3-4 EL Mehl. SZ, PF, Muskat. Wer möchte kann auch Zwiebel dazu geben. 150g Schinken, 1 Mozzarella oder ein paar Scheiben Gouda.

Gemüse mit grober Raffel in der Trommelraffel reiben. Ich habe Zucchini zuerst in eine eigene Schüssel geraffelt u mit reichlich Salz gemischt und beiseite gestellt. Dann Kartoffeln geschält u geraffelt. Danach die Zucchini ausgedrückt und mit den Kartoffeln, Eiern, Gewürzen u Käse vermischt. Maße auf ein mit Backpapier od Dauerfolie belegtes Blech bestreichen gleichmässig verteilen u auch 180C ca 25min backen. Rolle aus dem Ofen nehmen und entweder mit Backpapier einrollen u einige Minuten liegen lassen od so wie ich gleich mit Schinken u Mozzarella belegen u mit Folie einrollen. Dabei gleich die Folie von der Masse lösen. Wenn die Folie nicht mehr so gut funktioniert wie bei mir vor dem Rollen mit einer Palette lösen. Eingerollt nochmal auf das Blech legen und noch 10min backen. Ich habe Grill dazu geschälten.
Serviert mit super dünn gehobeltes Gemüse

Nudelsalat mit Pasta fresca, schwarzen Kichererbsen, gerösteten Tomaten, Zucchini und Minze

Foto Gisela M.

Rezept aus Alta scuola di cucina 1/2016 und von Gisela M. vom Italienischen ins Deutsche übersetzt

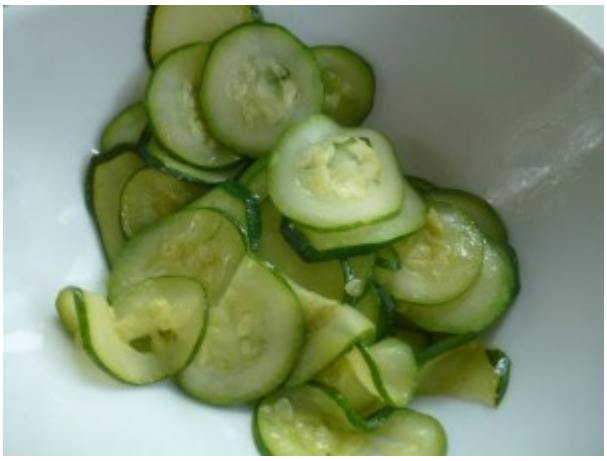
Zutaten:
350 gr. Pasta fresca (Anmerkung: Ich hatte Teig aus 100 gr. Mehl, 150 gr. Semola und 90 ml Wasser)
150 gr. schwarze Kichererbsen eingeweicht eine Nacht (Anmerkung: 75 gr. langen m. E. auch/Alternativ ggf. schwarze Oliven)
150 gr. Datteltomaten (Anmerkung: besser 300 gr., die schmecken so unglaublich süss und lecker)
300 gr. Zucchini
frische Minze
Olivenöl extra vergine
Salz/Pfeffer

Avocadomousse:
1 Avocado
1 kleine weiße Zwiebel
1/2 Limette
Salz und etwas getrocknete Peperoni

Zubereitung:
Eingeweichte Kichererbsen mit Wasser spülen für ca. zwei Stunden in Wasser kochen, bis sie weich sind. 10 Minuten vor Ende salzen. Abgiessen und abkühlen lassen.

Nudeln mit Pasta fresca herstellen (ich hatte die Matritze “Conchiglia”)

Zucchini waschen/putzen und mit dünner Schneidscheibe vom Multi durchlaufen lassen.



Kessel mit Kochrührelement einsetzen, 3 TL Öl einfüllen, 120 Grad/Intervall 2, Zucchini einfüllen und Timer auf 5-6 Minuten stellen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Tomaten in Mitte durchschneiden. Tomaten in den Kessel mit 1 TL Öl geben, Timer auf 4 Minuten stellen. Abkühlen lassen.

Nudeln in kochenden Salzwasser geben und al dente kochen. Abschrecken .

Alle Zutaten für Nudelsalat mischen, mit etwas Öl/Salz/Pfeffer mischen und etwas Minze in Streifen zugeben. Mind. 10 Minuten durchziehen lassen.

Avocadocreme:
In Multizerkleinerer mit Messer die in groben Stücken zerkleinerte weiße Zwiebel geben und zerkleinern.

Geschälte Avocado, Limettensaft, Salz und eine Prise Chillischoten zu einer glatten Creme vermischen.

Pastasalat zusammen mit der Avocadocreme servieren. Ggf. über Pastasalat auch noch etwas Limettensaft träufeln.

Tipp: Langt ca. für 3 Portionen. Für Parties am besten gleich

die doppelte oder dreifache Menge machen. Die Kenwood schafft das

Und wenn ihr am nächsten Tag noch Reste übrig habt und nicht wieder das gleiche essen wollt: Mischt unter die Reste einfach Rucola, Salz/Pfeffer/Balsamico und Öl… und schon habt ihr einen wunderbaren Sommersalat.

www.cookingchef-Freun.de

Letscho alla Giselle

Fotos Gisela M.

Zutaten:
500 gr. Zwiebeln
1000 gr. Paprika in verschiedenen Farben
1000 gr. Zucchini
1 Dose Tomaten mit Stücken oder frische Tomaten
Peperoni nach Belieben
etwas Tomatenketchup
Salz/Pfeffer/Paprikapulver (Achtung, wer Peperoni zugegeben hat, kann sich den Pfeffer und die Paprika ggf. sparen)
Kräuter, was vorhanden ist
ggf. ein Klecks Sahne

Etwas Öl

Zubereitung:
Zwiebeln/Zucchini/Paprika/Peperoni mit dem Würfleraufsatz würfeln.

Etwas Öl in CC geben, Kochrührelement einsetzen, 140 Grad, Rührintervall 1 und Zwiebeln zugeben und glasig andünsten.

Paprika/Peperoni/Zucchini/Tomaten/Ketchup zugeben, ca. 100 Grad, 20 Minuten.

Nach Bedarf etwas Sahne und Gewürze/Kräuter zugeben. Fertig.

Spaghetti-Garnelen-Pfanne mit Zoodles, Cranberries, Pinienkernen, Thymian und Majoran

Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Saskia Renker

Zutaten für 4 Personen:
Nudelteig:
125 gr Semola
1 Ei
5 ml Olivenöl
ggf. 10 ml Wasser
Salz
Sosse:
ca. 20 Garnelen, küchenfertig
750 g Zucchini
4 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian
60 g Pinienkerne
60-80 g Cranberries
Olivenöl, Butter, Salz, Pfeffer
Kräuter zum garnieren, z.B. Thymian und Majoran

Zubereitung:
Nudeln nach Wunsch mit der Pasta fresca herstellen (Multizerkleinerer oder K-Haken). Ich hab als Matrize die Spaghetti quadri gewählt und Teig Nr. 3 aus dem Blog genutzt. Nudeln kochen und an die Seite stellen.
Zucchini waschen und putzen, mit einem Spiralschneider in Streifen schneiden. Wer keinen Spiralschneider hat, kann die Zucchinis auch mit einem Sparschäler in Streifen schneiden.
Knoblauch abziehen, Thymian von den Stielen abziehen, beides fein hacken.
Öl in einer Pfanne erhitzen und Garnelen, Knoblauch, Thymian,

Pinienkerne und Cranberries für circa 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten.
Zucchinistreifen, Spaghetti und Butter hinzufügen, durchschwenken und kurz mitgaren. Dann salzen und pfeffern.

Auf Tellern anrichten und mit Kräutern garnieren.

Foto Saskia Renker

Zucchini Roulade

Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Lisi Wenin

Zutaten:
450 gr. Zucchini

5 Eier
50 gr. Parmesan
5 gr. Salz
Frischkäse zum Bestreichen
Schinken zum Belegen

Zubereitung:
50 gr. Parmesan im Multi reiben, z.B. mit Scheibe Nr. 1 (dann ganz fein):

Foto Parmesan Scheibe Nr. 1/Gisela M.

450gr Zucchini im Multizerkleinerer, Scheibe Nr. 3, raspeln.

Foto Zucchini/Scheibe Nr. 3/Gisela M.

5 Eier mit dem geriebenen Parmesan und 5 gr Salz verrühren. Die Eimasse über die Zucchini geben und alles gut verrühren.

Auf ein Backblech geben und bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Mit Frischkäse bestreichen, Schinken drauf legen und zusammenrollen.

Variante anstelle Zucchini: Karotten
Zum Belegen: Anstelle von Schinken mit Lachs belegen, Kopfsalat mit Belegen etc. etc.

Foto: Lisi Wenin