

## 33. Kalenderwoche 2016

# REZEPTE

## Palmkohl mit Linsen

### Zutaten:

Für 4 Personen



### Zubereitung:

Zubereitungszeit: ca. 15 Min. + 15 Min. Backzeit bei 200 °C

400 g Palmkohl  
200 g rote Linsen  
1 Zwiebel  
Olivenöl

Palmkohl waschen und in Streifen schneiden.  
Linsen nach Packungsanleitung in Wasser garen.  
Zwiebel schälen, fein würfeln und in  
Öl andünsten. Kohl hinzufügen. Etwas Öl angießen und 5-10 Minuten anbraten.  
In der Zwischenzeit Penne Nudeln kochen.

400 g Penne Nudeln  
200 ml Milch  
200 g Frischkäse  
Muskat  
Salz, Pfeffer

Zutaten in eine Auflaufform geben.

Milch und  
Frischkäse mixen.

Mit Muskat,  
Salz und Pfeffer würzen.

Dann in die Form gießen.

100 g Parmesan

Parmesan reiben und über den Auflauf streuen.  
Im Ofen bei 200 ° 15 Min. goldbraun backen.

## Auberginen-Zucchini-Quiche

### Zutaten:

Für 4 Portionen



### Zubereitung:

Zubereitungszeit: ca. 45 Min. + 50 Min. Backzeit + 10 Min. Ruhezeit

250 g Mehl  
120 g kalte Butter  
Salz  
1 Ei  
350 g Auberginen  
400 g Zucchini  
2 Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
300 g Spitzpaprika  
500 g Tomaten  
8 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
2 Stängel Salbei  
5 Stängel Thymian  
2 Stängel Basilikum

Aus Mehl,  
Butter,  
½ TL Salz,  
dem Ei und 2-3 EL eiskaltem Wasser einen Teig kneten. Kalt stellen.  
Auberginen und  
Zucchini waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben halbieren  
oder vierteln. Zwiebeln und  
Knoblauch schälen und würfeln.  
Paprikaschoten waschen, putzen und in Streifen schneiden.  
Tomaten am Stielende kreuzweise einschneiden, 2 Min. in kochend heißes  
Wasser legen, häuten und das Fruchtfleisch klein schneiden. Nacheinander  
Auberginen, Zucchini und Paprika im heißen Olivenöl anbraten und  
herausnehmen. Alle Gemüse auf Küchenpapier entfetten, salzen und pfeffern. 2  
EL Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig braten. Tomatenstücke  
zufügen und bei mittlerer Hitze dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Den  
Topf vom Herd nehmen, alle Gemüse unter die Tomaten mischen. Kräuter  
waschen, Blätter abzupfen, klein schneiden und dazugeben. Den Ofen auf 190°  
vorheizen. Den Käse reiben und mit  
Sahne und  
Eiern verquirlen. Evtl. mit Salz und Pfeffer würzen. Den Teig dünn in einer  
Springform ausrollen, dabei einen 4 cm hohen Rand hochziehen. Ratatouille  
einfüllen und mit dem Käse-Sahne-Guss überziehen. Die Quiche im Ofen (unten,  
Umluft 170°) 50 Min. backen. In 5-10 Min. im ausgeschalteten Backofen fertig  
backen.

100 g Pecorino  
150 g Sahne  
2 Eier