

Topinambur-Kartoffel-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

500 g Topinambur
300 g mehligkochende Kartoffeln
2 Stangen Staudensellerie
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
1 kleines Stück frischen Ingwer
1 EL Butter
800 ml Gemüsebrühe
je 1 Msp. Salz, Pfeffer, Muskatnuss, gemahlener Kreuzkümmel, Zimt
ca. 100 g süße Sahne
einige Stengel Petersilie

1. Topinamburknollen und Kartoffeln schälen und würfeln. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Staudensellerie waschen und in feine Stücke schneiden. Knoblauch schälen und klein schneiden.
2. Die Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten und Staudensellerie darin glasig dünsten.
3. Topinambur- und Kartoffelwürfel, Knoblauch, Gemüsebrühe und Gewürze dazu geben, aufkochen und bei kleiner Hitze 15 Min. kochen lassen.
4. In der Zeit Ingwer schälen, reiben und eine Minute mitkochen lassen. Die Sahne zum Schluss unterziehen.
5. Petersilie waschen und klein schneiden. Die Suppe pürieren und nochmal abschmecken. Die Petersilie darauf geben und die Suppe gleich servieren.

Schwarzwurzel-Feldsalat

Zutaten für 4 - 6 Personen:

1 kg Schwarzwurzeln
1 kleiner Apfel
150 g Feldsalat
20 g frischer Meerrettich
1 Schalotte
½ Bund glatte Petersilie
weißer Balsamico-Essig oder Apfelessig, ½ TI Senf
8 EL Weinessig
1 TI Agavendicksaft
Olivenöl
Salz, Pfeffer, 1 Würfel Gemüsebrühe
ca. 12 Walnusskernhälften

1. Schwarzwurzeln waschen, schälen, beide Enden abschneiden und erneut waschen. Die Schwarzwurzeln in 3 cm lange Stücke schneiden und in eine Schüssel mit Wasser und 8 EL Weinessig geben. (Das ist notwendig, damit die Schwarzwurzeln sich nicht verfärben.)
2. Wasser zum Kochen bringen, 1 Msp. Salz und einen Würfel Gemüsebrühe reingeben und die Schwarzwurzeln mit Deckel zugedeckt 20 Min. bissfest kochen, herausnehmen, auf ein Sieb geben und abtropfen lassen.
3. Feldsalat waschen, putzen und in der Salatschleuder trockenschleudern. Petersilie waschen und fein schneiden. Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden.

4. Schalotte fein würfeln. Aus dem Essig, Agavendicksaft, Senf, Salz und Pfeffer eine Salatsoße rühren, Schalottenwürfel und Apfelstücke reingeben. Meerrettich fein reiben und in die Salatsoße geben.
5. Feldsalat, Petersilie und Schwarzwurzeln mit der Salatsoße vermengen und 20 Min. ziehen lassen. Mit den Walnuskernen bestreuen.

Marmorkuchen -Gugelhupf

Zutaten für 4 Personen:

400 g Dinkelmehl (Typ 550)
250 g Süßrahmbutter
250 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 1 Prise Salz
10 g Backpulver
1/8 l Milch
4 Eier
3 El Kakao
1 abgeriebene Zitrone

1. Die Eier trennen und die Masse in zwei Rührschüsseln geben. Das Eiweiß steif schlagen. Die Zitronenschale vorsichtig abreiben.
2. Die Butter schaumig rühren. Zucker, Salz, Vanillezucker, Zitronenabrieb und die 4 Eigelbe miteinander verrühren. Je länger man rührt, umso lockerer wird der Kuchen.
3. Das Backpulver und das Mehl mischen und abwechselnd mit der Milch unter den Teig rühren. Das Eiweiß ganz zum Schluss unter den Teig rühren.
4. Zwei Drittel des Kuchenteiges hineingeben. Das restliche Drittel des Teiges gut mit dem Kakaopulver verrühren. Die dunkle Teigmasse nun auf die helle geben und mit einem Holzlöffel mehrmals in den Kuchenteig tauchen, so dass sich die dunkle Masse mit der hellen verbindet und ein Marmor-Muster entstehen kann.
5. Die Gugelhupf-Form gut ausfetten und den Teig darin verteilen. Bei 180 Grad ca. 50 bis 60 Min. backen. Anschließend noch etwas in der Form auskühlen lassen.
6. Aus der Form stürzen und mit etwas Puderzucker bestäuben.