

Paprikaschoten mit Gemüsefüllung

Zutaten für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Öl
- 500 g TK-Blattspinat
- 100 g Schafskäse am Stück
- 150 g Crème fraîche
- Salz
- Pfeffer
- 4 rote Paprikaschoten
- 300 ml Gemüsebrühe
- 2 Kochbeutel 10-Minuten-Reis (à 125 g)
- 1 EL Mehl
- 100 g Sahne



Reispfanne mit Paprika & Champignons

Zutaten für 4 Personen

- 2 Kochbeutel 10-Minuten Reis (à 125 g)
- Salz
- 3 Paprikaschoten (rot, grün und gelb)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 500 g Pilze (z. B. Champignons und Austernpilze)
- 50 g Haselnusskerne
- 5 EL Olivenöl
- Pfeffer
- 1 gestrichener EL Thymian, getrocknet
- 4 EL Schmand



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

Tomatensuppe »Pizza-Art«

Zutaten für 4 Personen

- 150 g Champignons
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 3 EL Öl
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Dosen stückige Tomaten (»Pizzatomaten«; à 400 g Füllmenge)
- 1 EL Gemüsebrühepulver
- 1 EL getrocknete italienische Kräuter
- 3 grüne Peperoni (aus dem Glas)
- 1 Kugel Mozzarella (125 g)
- 3–4 Stiele Basilikum
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- geröstetes Weißbrot nach Belieben



Kartoffeltopf mit Blumenkohl

Zutaten für 4 Personen

- 800 g Kartoffeln
- 1 Bund Suppengrün (ca. 500 g: Möhren, Knollensellerie, Lauch)
- 1 Blumenkohl (ca. 1 kg)
- 1 große Zwiebel
- 3 EL Öl
- 1 EL getrockneter Majoran
- 1 Lorbeerblatt
- Salz
- Pfeffer
- ½ Bund Petersilie



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«