

Kürbiscremesuppe mit geröstetem Brot

Zutaten für 4 Personen

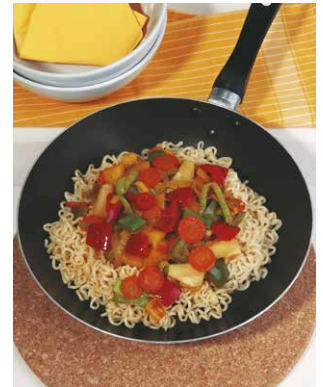
- 1 Hokkaidokürbis (ca. 900 g)
- 3 kleine Zwiebeln (ca. 150 g)
- 1 Stück frischer Ingwer (ca. 40 g)
- 1 kleine rote Chilischote
- 4 EL Öl
- 2 EL Gemüsebrühepulver
- 250 ml Orangensaft
- 2 Scheiben Graubrot
- 20 g Butter
- 250 g Schmand
- Salz
- Pfeffer



Gemüsepfanne süßsauer

Zutaten für 4 Personen

- 2 Stangen Lauch
- 3 Möhren
- 3 Paprikaschoten (rot, grün und gelb)
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g asiatische Weizennudeln
- Salz
- 3 EL Öl
- Pfeffer
- 1 Dose Ananasstücke (560 g Füllmenge)
- 100 ml süßsaure Asiasauce (aus der Flasche)
- 3 EL Sojasauce



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

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

Nudelauflauf mit Spinat

Zutaten für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- 1–2 Knoblauchzehen
- 450 g TK-Blattspinat, gefroren
- Salz
- 400 g kurze Nudeln (z. B. Fusilli, Penne)
- 200 g Doppelrahmfrischkäse
- 150 g Gorgonzola
- Pfeffer

Außerdem Öl für die Form



Mediterranes Gemüse aus dem Ofen

Zutaten für 4 Personen

- 3 Zucchini (ca. 600 g)
- 3 Paprikaschoten (rot, grün und gelb)
- 4 Möhren (ca. 350 g)
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Kirschtomaten
- 6 EL Olivenöl
- 1 gehäufter EL getrocknete italienische Kräuter
- Salz
- Pfeffer
- 2 Packungen Kräuterquark (à 250 g)
- 1 Baguette



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

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