



Spinatsuppe mit Räucherforelle

Zutaten (2 Portionen):

- 200 g Spinatblätter
- 2 Stück Schalotten
- 10 g Butter
- 60 ml Weißwein
- 400 ml Hühnersuppe
- 50 ml Obers
- etwas Salz
- etwas weißer Pfeffer
- 2 Räucherforellenfilets
- 1 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. Die Spinatblätter in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser so lange baden, bis sie von Sand vollständig befreit sind. Anschließend die Stiele von den Blättern zupfen und beiseitelegen. Die Blätter in reichlich kochendem Wasser zusammenfallen lassen, abseihen und mit eiskaltem Wasser abschrecken. Dann leicht ausdrücken.
2. Die Schalotten hacken und mit den Spinatstielen in Butter glasig anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen. Mit Hühnersuppe und Obers aufgießen. 10 Minuten lang kochen lassen.
3. Die Suppe durch ein feines Sieb passieren. In einem Topf erneut zum Kochen bringen. Spinatblätter zugeben und die Suppe mit einem Stabmixer pürieren.
4. Die Suppe abschmecken und in Teller verteilen.
5. Forellenfilets in Stücke schneiden. Die Forellenstücke darüber verteilen und mit Zitronensaft beträufeln.



Dateiname: Rezepte_Mai2021.docx	Version: 1	Status: Final
Erstellung: Jamina Sommerfeld, BSC	Freigabe: Susanna Finker	Druckdatum: 04.06.2021
		Seite: 1/2

Rote Rüben Risotto mit Ziegenkäse und Kren

Zutaten (für 2 Portionen):

- 125g Risottoreis
- 1 Schalotte, fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 2EL Öl
- 150g Rote Rüben, vorgegart
- 1 Schuss Weißwein, trocken
- 150ml Rote-Rüben-Saft
- 350ml Geflügelfond
- 35g Parmesan, gerieben
- 1EL Butter
- ½Pkg. Ziegen-Frischkäse Natur
- 1EL Kren, frisch gerieben
- Kräuter

Zubereitung:

1. Öl in einem heißen Topf geben, Schalotten und Knoblauch glasig anschwitzen.
2. Risottoreis hinzugeben, leicht salzen, mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen.
3. Die Roten Rüben in kleine Würfel schneiden und dem Risottoreis beimengen. Immer wieder mit heißem Fond (vermischt mit Rote-Rüben-Saft) aufgießen und bei mittlerer Temperatur vorsichtig umrühren.
4. Wenn der Risottoreis schön cremig ist, das Risotto vom Herd nehmen und geriebenen Parmesan und kalte Butterflocken untermengen.
5. Auf heißen Tellern anrichten, cremigen Schaffrischkäse verteilen und mit frisch geriebenen Kren servieren.
6. Nach Geschmack mit frischen Kräutern garnieren.



Dateiname: Rezepte_Mai2021.docx	Version: 1	Status: Final
Erstellung: Jamina Sommerfeld, BSC	Freigabe: Susanna Finker	Druckdatum: 04.06.2021
		Seite: 1/2