



Spinatsuppe mit Räucherforelle

Zutaten (2 Portionen):

- 200 g Spinatblätter (alternativ: tiefgekühlter Blattspinat)
- 2 Stück Schalotten
- 10 g Butter
- 60 ml Weißwein
- 400 ml Hühnersuppe oder Gemüsebrühe
- 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 oder Gemüsebrühe 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_November2020.docx		Version: 1	Status: Final
Erstellung: Jamina Sommerfeld, BSc Ing. Renate Sudy	Freigabe: Susanna Finker	Druckdatum: 10.11.2021	Seite: 1/2

Rote Rüben Risotto mit Ziegenkäse und Kren

Zutaten (für 2 Portionen):

- 125 g Risottoreis
- 1 Schalotte, fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 2 EL Öl
- 150 g Rote Rüben, vorgegart
- 1 Schuss Weißwein, trocken
- 150 ml Rote-Rüben-Saft
- 350 ml Gemüsefond
- 35 g Parmesan, gerieben
- 1 EL Butter
- ½ Pkg. Ziegen-Frischkäse Natur
- 1 EL 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 Ziegen-Frischkäse verteilen und mit frisch geriebenem Kren servieren.
6. Nach Geschmack mit frischen Kräutern garnieren.



Dateiname: Rezepte_November2020.docx		Version: 1	Status: Final
Erstellung: Jamina Sommerfeld, BSc Ing. Renate Sudy	Freigabe: Susanna Finker	Druckdatum: 10.11.2021	Seite: 1/2