

# Unser Rezeptvorschlag

## Semmelknödel mit Pfifferling-Rahmsauce

500 g	getrocknete Semmel	300 g	Pfifferlinge
500 ml	Milch	1	Knoblauchzehe
½	Zwiebel	½	Zwiebel
	Salz, Pfeffer	500 ml	Gemüsebrühe
3	Eier	200 ml	Sahne
	Öl zum Braten	30 g	Mehl
½ Bund	Petersilie	60 g	Butter

### Zubereitung:

Die getrockneten Semmeln in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch mit Salz und Pfeffer aufkochen und über die Semmel geben. Für etwa 20 Minuten ziehen lassen. Währenddessen die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Anschließend die Hälfte in etwas Öl anschwitzen und zu der Semmelmasse geben. Die Petersilie putzen und die Blätter fein schneiden. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, zusammen mit den Eiern zu einer homogenen Masse kneten. Es dürfen keine harten Semmelwürfen mehr zu finden sein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Hälfte der Petersilie dazu geben.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Hände mit kaltem Wasser befeuchten und aus der Masse gleichmäßige Knödel formen. Anschließend die Knödel in den Topf geben und für ca. 10 Minuten ziehen lassen. Die Knödel dürfen nicht kochen, sonst zerfallen sie.

Die Pfifferlinge mit einem Messer oder Pinsel putzen. In Butter anbraten und die restlichen Zwiebelwürfel dazu geben und kurz mit braten. Mit Mehl bestäuben und anschließend mit der Brühe ablöschen. Die Sahne dazu geben und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die restliche Petersilie dazu geben.



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen  
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona  
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)

[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG



Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!

[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)



# Unser Rezeptvorschlag

## Gebratenes Zanderfilet mit Kürbiströsti und Kräuterquark

800 g	Zanderfilet (4x 200 g)		
1	Hokkaidokürbis		
500 g	Kartoffeln	400 g	Magerquark
1	Zwiebel	etwas	Milch
2	Eier	½ Bund	Petersilie
2 EL	Mehl	1 Bund	Schnittlauch
2 EL	Kartoffelstärke	½	Zitrone
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss Öl zum Braten Butter		

### Zubereitung:

Den Kürbis waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Kartoffeln schälen und waschen. Den Kürbis und die Kartoffeln mit der Küchenmaschine oder Vierkantreibe mittelgrob raspeln. Etwa 1TL Salz dazu geben und gut durchkneten, bis Wasser austritt. Anschließend etwa 20 Minuten ziehen lassen.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Eier mit Mehl, Stärke, Muskat und Salz vermengen und die Zwiebelwürfel dazu geben. Die Kürbis-Kartoffel-Masse gut ausdrücken und die Eier-Zwiebel-Mischung untermengen.

Petersilie und Schnittlauch waschen, die Petersilie zupfen und die Kräuter fein schneiden. Den Quark mit einem Schluck Milch glattrühren. Die Zitrone unter warmem Wasser abspülen und die Zeste abreiben. Die Kräuter zum Quark geben und mit Salz, Pfeffer, der Zeste und dem Saft der Zitrone abschmecken.

Den Zander putzen und portionieren. Die Haut leicht einschneiden und salzen. In einer heißen Pfanne mit Öl anbraten und dann langsam auf der Haut garen.

Kurz vor dem Ende mit Salz und Pfeffer würzen, eine Flocke Butter dazugeben und den Fisch wenden. Die schäumende Butter mit einem Löffel immer wieder über den Fisch geben.

Die Kürbis-Kartoffel-Masse portionieren und zu Rösti formen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Rösti goldbraun und gar braten.



Zeig uns Dein Menü

auf Instagram und

verlinke uns dort!

@obstkorb.de



OBSTKORB.de

marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen

08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona

08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)

[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG



# Unser Rezeptvorschlag

## Rindersteak mit in Honig-Butter gebratenem Maiskolben und geschmolzenen Tomaten

800 g Rindersteak

4 Maiskolben

150 g Butter

2 TL Honig

250 g Safari-Tomaten

Olivenöl

Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Maiskolben putzen, waschen und etwa 20 Minuten in gesalzenem Wasser kochen.

Das Rindfleisch ungefähr 30 Minuten vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank nehmen und temperieren lassen, anschließend putzen und portionieren.

Die Tomaten waschen, trocken tupfen und in eine feuerfeste Form geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln. Anschließend für etwa 10 Minuten bei 140 °C Umluft in den Ofen schieben.

Die Steaks salzen und in einer heißen Pfanne, für etwa 2 Minuten je Seite, scharf anbraten. Danach in der Pfanne oder dem Ofen langsam zum gewünschten Garpunkt weiter garen. Zum Ende mit Pfeffer würzen und eine Flocke Butter dazugeben. (Zur Butter kann man wunderbar Knoblauch, Rosmarin, Thymian etc. geben.)

Die Butter in einer Pfanne zerlassen und den Honig dazu geben. Die Maiskolben in die schäumende Butter geben und langsam goldbraun braten.



Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!

@obstkorb.de



OBSTKORB.de

marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen

08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona

08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)

[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG

