

Unser Rezeptvorschlag

Rote-Bete-Risotto

- 300 g Risotto-Reis
- 1 Bund Rote Bete
- 2 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- ½ Bund Frühlingszwiebel
- ½ Bund Schnittlauch
- 2 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer
- 500 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Weißwein trocken (kann durch Brühe ersetzt werden)
- 100 g Parmesankäse
- 1-2 EL Kalte Butter

Zubereitung:

Die Rote Bete putzen, waschen, abtrocknen und in eine feuerfeste Form legen. Olivenöl, Salz und Pfeffer drüber geben und im vorgeheizten Backofen bei ca. 170°C (Umluft) für 20-25 Minuten garen. Zum Abkühlen aus dem Ofen nehmen.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Brühe einmal aufkochen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch zusammen mit dem Reis farblos anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und langsam verkochen lassen. Lorbeerblätter hinzufügen.

Dann mit einem Teil der Brühe auffüllen und langsam einköcheln, immer wieder mit Brühe auffüllen, bis der gewünschte Garpunkt erreicht ist.

Währenddessen die Frühlingszwiebel und den Schnittlauch putzen und in feine Ringe schneiden. Die Rote Bete schälen und in Würfel schneiden.

Zum Ende die Rote Bete, den Schnittlauchröllchen und die Frühlingszwiebeln zum Risotto geben. Anschließend das Risotto vom Herd nehmen, die Butter und den Parmesan dazu geben und unterschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/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
info@obstkorb.de

GROSSMARKT
HAMBURG



Unser Rezeptvorschlag

Gebratene Lachswürfel auf Schmorgurken-Kartoffel-Pfanne

400 g	Lachs
700 g	Kleine Kartoffeln
1 kg	Schmorgurke
1	Zwiebel
	ÖL
250 ml	Gemüsebrühe
150 g	Crème fraîche
1 EL	Senf
	Salz und Pfeffer
1 Bund	Dill

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen und in ausreichend Salzwasser gar kochen. Anschließend abgießen, ausdämpfen und etwas abkühlen lassen. Die Kartoffeln pellen und gegebenenfalls in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Schmorgurke schälen (von der Blüte zum Strunk), halbieren, entkernen und in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Dill waschen, abtrocknen und fein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffeln goldbraun braten und wieder aus der Pfanne nehmen.

Dann die Schmorgurke zusammen mit den Zwiebelwürfeln anschwitzen. Die Brühe angießen, Crème fraîche hinzufügen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln wieder zugeben, mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken und den Dill zugeben.

Während die Gurken köcheln, den Lachs putzen, kalt abspülen, abtrocknen und in 2 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Lachswürfel 3-4 Minuten rundum scharf anbraten, bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten garziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schmorgurken und Kartoffeln anrichten und die Lachswürfel darüber geben.



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/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
info@obstkorb.de

GROSSMARKT
HAMBURG



Unser Rezeptvorschlag

Rindergeschnetzeltes mit Erbsen und Fusilli

- 500 g Rindergeschnetzeltes (aus der Hüfte oder dem Roastbeef)
- 400 g Fusilli
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 1 Paprika
- Öl zum Braten
- Salz und Pfeffer
- Paprikapulver, edelsüß
- 300 g Erbsen
- 3 bis 4 Große Tomaten
- Frische Petersilie
- 200 ml (Rinder-) Brühe

Zubereitung:

Die Nudeln in ausreichend Salzwasser nach Packungsangabe al dente kochen.

Das Fleisch kalt abspülen und trocken tupfen, gegebenenfalls in Streifen schneiden. Knoblauch und Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Paprika entkernen, waschen und in mundgerechte Rauten schneiden. Die Erbsen aus den Schoten lösen und verlesen. Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und grob in Stückchen schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter fein schneiden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch für zwei bis drei Minuten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Zwiebel und den Knoblauch in dem Bratensatz anschwitzen. Die Paprika kurz mit braten, mit (Rinder-) Brühe aufgießen und die Erbsen dazu geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Die Tomaten hinzugeben und für weitere zwei bis drei Minuten einköcheln. Am Ende das angebratene Fleisch und die frische Petersilie zugeben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.



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
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



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

info@obstkorb.de

**GROSSMARKT
HAMBURG**



Zeig uns Dein Menü
auf Instagram und
verlinke uns dort!

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

