



glasierte Steckrüben mit Ziegenkäse (für 2 Personen)

- in 2 EL Butter 1 gehackte Zwiebel sanft anbraten
- 600 g geschälte und in 1 cm große Würfel geschnittene Steckrüben zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und unter gelegentlichem Rühren und späterer Zugabe von etwas Wasser ca. 30 Min. bissfest garen
- das Gemüse in einer ofenfesten Form mit 2 gepressten Knoblauchzehen, etwas gehacktem Thymian und 1 EL gehackten Kapern vermengen, mit 120 g in 1 cm Stücke geschnittener Ziegenkäserolle bestreuen, mit etwas Olivenöl beträufeln und bei 200° ca. 15 Min. backen, bis der Käse leicht gebräunt ist
- zu gekochten Erdäpfeln servieren

Selleriesalat mit Granatapfelkernen

- ca. 450 g Sellerie schälen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden und dann mit dem Gemüseschäler in hauchdünne Streifen hobeln und diese sofort in Zitronenwasser legen
- die Kerne von einem Granatapfel auslösen
- 1 EL Kreuzkümmelsamen in der trockenen Pfanne anrösten bis sie duften
- 50 g Mandelblättchen in der trockenen Pfanne goldbraun anrösten
- ein Dressing aus 2 EL Olivenöl, 1 TL Honig, 2 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren
- die Selleriestreifen abtropfen lassen, in einer Salatschüssel mit dem Dressing, den Granatapfelkernen und den Kreuzkümmelsamen und gehackter Petersilie vermengen

Wurzelgemüse aus dem Ofen mit Joghurtsauce

- 300 g Erdäpfeln, 300 g Steckrüben, 300 g Sellerie, 300 g rote Rüben jeweils schälen und in ca. 6 mal 2 cm große Stifte schneiden, 2 Zwiebeln achtern
- das Gemüse in eine große feuerfeste Form geben, mit reichlich Olivenöl, Salz, Pfeffer, 2 TL Currypulver, 1 EL geriebenem Ingwer, 1 EL Honig, 2 EL Zitronensaft, abgeriebener Schale einer Bio-Zitrone vermengen und bei 220° im Ofen ca. 30 Min. goldbraun backen (dazwischen ein paar mal wenden).
- 150 g Joghurt und 150 g Sauerrahm mit 1 Prise Salz, Pfeffer, 1 EL Zitronensaft, 1 gepressten Knoblauchzehe vermengen und zum Wurzelgemüse servieren

Erdäpfel-Steckrüben-Puffer (für 2 Personen)

- 300 g geschälte Erdäpfeln und 300 g geschälte Steckrübe mit der Reibe grob reissen, salzen, 10 Min. stehen lassen, Flüssigkeit mit den Händen auspressen; mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss, 1 Ei, 2 EL Mehl vermengen
- in einer großen Pfanne reichlich Ghee oder eine Mischung aus Olivenöl und Butter erhitzen, mit einem EL jeweils Puffermasse hinein setzen, sehr flach drücken und langsam beidseitig goldbraun herausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen
- dazu passt auch die Joghurtsauce vom Wurzelgemüse aus dem Ofen

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Lilli und der Ochsenherz Gärtnerhof, www.ochsenherz.at