

<p><u>Nudelsuppe mit Kräutern und Joghurttopping</u> 150 g Fadennudeln (oder andere Suppennudeln) 2 Bund gem. Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Dill) 1 Knoblauchzehe 1 Zwiebel 2 EL Butter Salz, Pfeffer</p> <p><i>Topping:</i> 150 g Joghurt 2 EL frischer Zitronensaft Salz, Pfeffer</p>	<p>Die Nudeln bissfest kochen und abschrecken Kräuter verlesen, waschen und hacken. Knoblauch zerdrücken, Zwiebel fein schneiden. Die Butter in einen Topf zerlassen, Knoblauch, Zwiebel und Kräuter darin anschwitzen, mit $\frac{3}{4}$ l heißem Wasser auffüllen und aufkochen. Nudeln darin erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.</p> <p>Joghurt mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren und als Topping zur Suppe reichen.</p>
<p><u>Tomaten - Kartoffelauflauf</u> 750 g Kartoffeln 750 g Tomaten 125 g Fetakäse 1 B. saure Sahne 3 Knoblauchzehen Salz, Pfeffer 1 Zweig Rosmarin 3 EL Olivenöl 2 – 3 EL Semmelbrösel 1 Bund glatte Petersilie gewaschen und in Streifen gehackt</p>	<p>Kartoffeln in der Schale nicht zu weichkochen. Tomaten waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden, dabei den grünen Stängelansatz entfernen. Käse mit saurer Sahne und durchgepresstem Knoblauch miteinander verrühren. Gekochte Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform lagenweise mit Kartoffeln und Tomaten beschichten. Jede Lage mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen, mit Olivenöl beträufeln und etwas von der Käsesahne dazugeben. Die oberste Kartoffelschicht mit der restlichen Käsesoße begießen, mit den Semmelbröseln bestreuen. Bei 200°C ca. 15 Min. im Backofen backen. Mit frischer Petersilie bestreut servieren.</p>
<p><u>Huhn mit Joghurtkruste</u> 1 Knoblauchzehe zerdrückt 2 cm Ingwerwurzel, fein gehackt 1 Chili, entkernt und fein gehackt 1 B. Joghurt 1 EL Tomatenmark 1 TL Curry 1 EL Limettensaft Salz, Pfeffer 4 Hähnchenbrustfilets 1 Bund frischer Koriander</p>	<p>Backofen auf 180°C vorheizen. Knoblauch, Ingwer, Chili, Joghurt, Tomatenmark, Curry, Limettensaft sowie Salz und Pfeffer in einer kleinen Schüssel verrühren. Fleisch trocken tupfen und in eine flache Auflaufform legen. Mit der Joghurtpaste bestreichen und ca. 25 Min. im Backofen garen. Vor dem Servieren mit frischen Koriander bestreuen.</p>

Gewürzkuchen vom Blech

125 g Butter
125 g Quark
4 Eier
150 g Zucker
1 EL Zimt
1 TL Nelken
1 TL Muskat
4 reife Bananen zerdrückt
200 g gem. Haselnüsse
100 g geriebene Schokolade
1 P. Backpulver
1 P. Puddingpulver Vanille
350 g Mehl

Backblech mit Backpapier belegen.
Backofen auf 180°C vorheizen.
Butter, Quark, Eier, Zucker und Gewürze Schaumig
rühren. Bananen, Nüsse und Schokolade hinzufügen
und unterrühren.
Mehl, Backpulver und Puddingpulver mischen und
unter den Teig rühren.
Teig auf das Backblech streichen und ca. 35 Min.
backen.

Statt Bananen kann man auch klein geschnittene
Äpfel oder Birnen verwenden.