

Rezepte für den 11. April 2014

Daniels Hühnerhof

Bolognese vom Weide-Gockel

mit buntem Wurzelwerk
und Eiernudeln

Rezeptur für 4 Personen:

400 g frisches Geflügelfleisch, je 50 g Karotten, Lauch, Sellerie, Zwiebeln,
4 El. Tomatenmark, 2 Zehen Knoblauch, 1 Zweig Rosmarin, ¼ l Gemüsebrühe,
400 g Eierteigwaren, 60 g trockener Alpkäse zum Reiben

Zubereitung:

Geflügelfleisch durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfes wirken, ebenso das Gemüse.
Alles zusammen gut im Topf anschwitzen, Tomatenmark zugeben, mit anrösten lassen.

Gewürze zugeben und mit der abgeschmeckten Gemüsebrühe auffüllen. Alles ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Teigwaren in reichlich Salzwasser al dente (bissfest) garen.

Tipp:

Die Bolognese kann auch statt Fleisch mit reichlich diversen Gemüse, Tomaten und mediterranen Kräutern pikant zubereitet werden. Ein knackig frischer Salat rundet das leichte, vitaminreiche Gericht harmonisch ab.