

Avocadocrème mat frësche Friichten
Bliederdeeg mat Geméis an anerem
Curry mat zwou Zorten Apel
Gefëllte Gromperen
Gromperekichelcher
Gromperen-Gemeis-Paan
Gromperen mat Camembert an Brokoli
Kéissoufflé
Lasagne mat Geméis
Mielkniddele mat Appelkompott
Tortilla mat Paprika an Oliven

Avocadocrème mat frësche Friichten

Mir brauche fir 2 Leit:

200 g Avocado
De Jus vun enger hallwer Zitroun
De Jus vun enger hallwer Orange
2 IL Hunneg oder brongen Zocker
75 g frëscht Uebst z.B. Mango, Ananas, Bieren, Äerdbier

Uluecht:

De Hunneg brongen Zocker an de Jousen opléisen.
Avocado a Juse mam Sirop oder Zocker mëschen..
D'Uebst wierfelen.
D'Crème op zwee Dëppercher verdeelen an d'Uebst drop tässelen.

Bliederdeeg mat Geméis an anerem

Mir brauchen:

2 mol 250 g Bliederdeeg
Zirka 100 mL passéiert Tomaten
oder 2 IL Tomatekonzentrat
150 g Tomaten
1 Bécks Champignon an
Tranche (zirka 170 g)
1 Bécks Mais (zirka 150 g)
zirka 30 g Oliven (ouni Steng)
5 Fréijoers-Zwiwwelen
2 haart gekachter Eeër
zirka gerappte Kéis
1 Ee
Eng Schlupp Mëllech
Salz, Peffer a Cayenne-Peffer



Uluecht:

Fréijoers-Zwiwwelen an Tranchë schneiden.

D'Tomate wierfelen.

Tomatewierfel, Champignon, Mais, Oliven a Fréijoers-Zwiwwelen an enger Schossel mëschen a kräfteg wierzen.

De Kéis mat vermëschen.

Déi haart gekachten Eeër an Tranchë schneiden.

Passéiert Tomaten oder Tomatekonzentrat op engem Bliederdeeg verdeelen.

E Bord fräi loossen.

Geméis an aners drop tässelen. D'Eeërtranchë dra verdeelen.

De Bord mat Eegiel pënselen.

Den zweete Bliederdeeg drop leeën an um Bord mam éischte verbannen.

De Rescht Eegiel mat Mëllech opklappen. Op den Deeg pënselen.

Zirka 30 bis 35 Minutte bei 170°C Ëmloft am Schäffche baken.

Foto vum 9 Juli 2020

Curry mat zwou Zorten Apel

Mir brauchen:

600 g Gromperen

4 Ënnen

1 Knuewelekszéif

2 Äppel

1 Zitroun

1 IL gerappte Kokosnoss

30 cL Kokosmëllech

4 IL Olivenueleg

2 IL Curry

1 TL Ingwer

1 TL Koriander

Salz



Uluecht:

D'Zitroun auspressen.

D'Äppel Grompere schielen a rappen. Den Zitrounejus driwwer schëdden.

D'Grompere schielen a wierfelen. An enger Schossel mat Waasser versuergen.

D'Ënnen an de Knuewelek schielen a kleng schneiden.

An engem Kachdëppen d'Ënnen an de Knuewelek am Ueleg zirka 5 Minutten ubroden.

D'Äppel dobäi ginn an zirka 5 Minutten ubroden.

D'Gromperen aus dem Waasser huelen a dréchnen.

De Curry, Ingwer, Koriander a d'gerappte Kokosnoss dobäi ginn. Salzen, gutt vermëschen an ofschmaachen.

D'Gromperen an d'Kokosmëllech dobäi ginn a mat zouenem Deckel ongeféier eng hallef Stonn goe loossen.
Waarm zerwéieren.

Foto a Rezept vun Portiragnes 2017

Gefüllte Gromperen

Fir 2 Leit:

8 grouss Gromperen
4 Schaiwen Vollkarzwiback o.a. (Krispolitos...)
4 Tomaten
2 Onnen
200 g mëttelalen Gouda
1 Ee
Salz an Pfeffer

Uluecht:

D'Grompere waschen an an der Mikrowell mëll kachen oder dampfgaren oder mat Waasser bedecken, opkachen an ca. 25 Min. garen (orig.Recette).

Den Zwiback an eng Gefreiertut maachen a mat der Kicherull zerbreiselen.

D'Tomate wasche a wierfelen

oder kraizweis aritzen, kuerz a kachend Waasser leen, eraushuelen, ofschracken, d'Haut erof zeien, veierelen an entkären. Den Stillusatz erausschneiden an d'Tomat a Wierfelen schneiden (orig. Recette)

D'Onnen a Reng schneiden.

Den Gouda wierfelen.

D'Ee verquirleren a mat den Zwibackgrimmelen, Tomaten a Gouda vermeschen. Mat Salz a Pfeffer wierzen.

D'Gromperen ofkille loossen. Deckel erofschneiden an d'Knollen mat engem Teileffel aushielechen. Dat Bannescht mat der Forchette zerdrecken an ennert d'Ee-Grimmel-Meschung hiewen.

D'Fellung an d'Gromperen machen an op engem agefettene Bakblech am Schaftgen ca. 25 Min. bei 200°C baken. Evtl. mat Onnen garneieren.

Gromperekichelcher

Mir brauche fir 4 bis 6 Léit:

1 kg Gromperen
1 deck Enn
2 Eeër
2 IL Miel
Salz, Pfeffer, Péiterséileg



Uluecht:

D'Enn reng schneiden.
D'Grompere schielen a mat enger Kichemaschinn rappen.
Alles verméschen.

An eng Pan mat vill gliddegem Ueleg 3 Portioune ginn an zirka 3 Minutte vun all Säit broden.

Gromperen-Gemeis-Paan

Fir 4 Leit:

750 g Gromperen
1 Aubergine
1 Zucchini
1 rout an 1 greng Paprika
2 Onnen
5 EL Olivenueleg
100 g schwaarz Oliven ouni Kar
1 EL gekörnten" Britt
500 ml waissen Wain
Salz a Pfeffer
1/2 Bond Oregano

Mir brauchen ausserdem:

eng feierfest Pan/Schossel mat Deckel

Uluecht:

Grompere schielen a wäschen, Aubergine an Zucchini botzen an a Stecker schneiden,

Paprika botzen, entkaren a wierfelen
d'Onnen ofzeien a kleng schneiden.

D'Gromperen an 3 EL Ueleg an enger feierfester Pan oder Schossel ubroden an wierzen. Duerno aus der Pan eraus huelen.

D'Aubergine an d'Zucchini am Rascht Ueleg ubroden, d'Gromperen, de Paprika a d'Onnen dobai gin.

Den Oregano ofbrausen, d'Bliedercher ofzupfen, mat den Oliven, der Britt an dem Wain dobai gin.

Alles zesummen zougedeckt ca. 30 Min. bei 200°C am Schaftgen garen.
Wierzen.

Gromperen mat Camembert an Brokoli

Fir 4 Leit:

1 kg kleng Gromperen
 500 g Brokoli
 400 g Camembert
 2 EL Tomatemmuech
 1 EL Olivenuelech
 1 EL Botter
 Salz an Pepper

Mir brauchen ausserdem:

eng Pan mat Deckel

Uluecht:

Den Tomatenmuech frosten.

D'Grompere waschen, ca. 20 Min. garen, schielen.

Den Brokoli wäschen, a Reisercher schnaiden, am Salzwaasser ca. 8 Min garen, ofdrëpse loossen.

Botter an Uelech an enger grousser Pan schmelzen an d'Gromperen gëllen-brong broden. Salzen a pëfferen.

Den Tomatenmuech op eng Forchette picken an d'Gromperen domadden bestrichen, duerno zougedeckt nach ca. 3 Min. rösten.

D'Gemeis dobai gin, de Keis a Schaiwe geschnidden drop léen a mat openem Deckel schmelze loossen.

Kéissoufflé

Mir brauche fir zirka 6 Portiounen:

115 g gerappte Kéis (Emmentaler, Gruyère,
 Parmesan o.a. Hartkéis)
 45 g Botter
 45 g Miel
 3 dL Mëllech
 3 Eeër
 Salz, Pepper a Muskat



Uluecht:

De Botter an enger Kasseroll schmélzen an'd Miel dobäi ginn.

No a no d'Mëllech mat verréieren a kuerz opkachen.

Mam Salz, Pepper a Muskat wierzen.

Déi Bechamelszooss e bësselchen ofkille loossen.

D'Eegiel vum Eewäiss trennen.

Déi 3 Eegiel an de Kéis mat der Bechamelszooss verréieren.

Déi feierfest Forme botteren an e bësselche Miel dra verdeelen.

De Schäffche mat Ëmloft op 180°C erwiermen.

D'Eewäiss mat enger Pouz Salz zu enger festen Eewäisschaum mixen.

Den Eewäisschaum ënnert de Rëscht hiewen an op'd Forme verdeelen.

Am Schäffchen zirka 20 bis 25 Minutte baken. De Schäffchen an der Zäit net opmaachen.

Foto vum 11. Juni 2020

Lasagne mat Geméis

Fir 4 Leit:

250 g Lasagne-Placken (ca. 180 g wäisser a 70 g grénger)

1 Mozzarella (150 g)

250 g Muerten

250 g Courgette

ca. 80 g sëlwer gemeeten Pesto oder 1 klengt Glas Pesto

150 g Champinonen (an Tranchen) z.B. eng Béchs

0,1 L Rahm

1 EL Botter oder Margarine

Olivenueleg

Péiterséilech

Salz a Peffer

Uluecht:

Muerten a Rondelen, Courgette a Stécker schneiden.

Dat Geméis am Olivenueleg dënschten.

D'Champinonen eventuell an Tranchen schneiden (de Jus versueren) an am Botter ubroden.

De Péiterséilech reng schneiden.

D'Champinone kräfteg mat Salz, Peffer a Péiterséilech wierzen.

Nuddele ca. 5 Minutten am gesalzte Waasser mat Ueleg no an no (ëmmer 6 bis 8 Placken) kachen. Oppassen dat se net unenee pechen.

Eng gutt Portioun Botter an'd Pan mat de Champinone ginn. Miel dobäi ginn an e bësselche Salz drop streeën, fir dat et net ubrennt. Mam Schnéibiesem ënnert réieren uschweessen.

D'Halschent vun der Flësegheet vun de Champinonen driwwer schëdden (déi aner Halschent gëtt net gebraucht), Rahm dobäi ginn, mat Salz a Peffer ofschmaachen. E puer Minutte kache loossen.

Déi mat Botter agefett feierfest Form(en) mat wäissen Deegplacken ausleeën.


D'Halschecht vum Geméis an dem Pesto do drop leeën.

Mat gréngen Deegplacken zou decken.

D'Champinone mat der Zooss do drop ginn a mat wäissen Deegplacken zou decken.

De Rescht vum Geméis mam Pesto drop fëllen a mat gréngen Deegplacken zou tässelen.

Mam Mozzarella a Tranchen ofdecken.

Am net virgewiermt Schäffchen (mat Waarmloft ) bei 185°C ca. 45 Minutte baken.

Mielkniddele mat Äppelkompott

Mir brauchen:

400 g Miel
 1 IL Mieressalz
 3 Eeër
 240 mL Mëllech
 4 Äppel
 Jus vu ½ Zitroun
 2 IL Rouerzocker (brongen) Zocker

Uluecht:

D'Äppel schielen, véierelsen an de Batz eraus schneiden. Den Zitrounejus driwwer schëdden.

D'Äppel mat enger Schlupp Waasser an dem Zocker kachen, heiansdo dra réieren an eventuell a Schotz Waasser dobäi ginn.

Mam Mixer püréieren an ofkille loossen.

D'Miel, d'Eeër an eng Pouz Salz an enger Schossel mëschen.

No a no d'Mëllech dobäi gi a mëschen, bis mer en déckflëssegen Deeg hunn.

An enger grousser Kasseroll Salzwaasser kachen.

Hëtzt ewech huelen, d'Louche an'd Salzwaasser zappen, duerno eng Portioun Deeg huelen an an'd Waasser ginn.

Wann d'Kniddelen uewen um Waasser schwamme sinn se fäerdeg.

Mam Äppelkompott zerwéieren.

Tipp: An der Pan ugebroden, schmaachen se nach besser.

A Rezept vum Claude Turmes (aus enger europäesche Kachbichelchen)
 en Zocker

Tortilla mat Paprika an Oliven

Fir 3 Leit:

500 g Gromperen
 2 Ënnen (zirka 150 g)
 1 rout Paprika
 100 g schwaarz Oliven ouni Steng
 7 Eeër
 Olivenueleg
 Péiterséileg
 Salz a Peffer

Uluecht:

D'Grompere schielen a wierfelen.

Vill Ueleg an'd Pan maachen an d'Gromperen dra broden.

D'Ënne kleng schneiden a bei d'Grompere ginn.

D'Paprika kleng schneiden an dobäi ginn.

D'Oliven an zwou Hallschente schneiden an dobäi ginn.

Zirka eng Véierel Stonn goe loossen.



D'Eeër an enger Schossel verréieren. Salzen, pefferen a Péiterséileg dobäi ginn.

Alles aus der Pan dobäi mëschen an zirka 5 Minutten zéie loossen.

An der Pan d'Tortillamëschung vun all Säit bei mëttlerer Hëtzt e puer Minutten ubroden. Heiansdo mat eppes Spatzes dra picken fir ze mierken, wéini se duerch ass. Am beschte mat engem Teller dréien, fir dat d'Form erhale bleift.

Foto vum 26. Mee 2020