

Oh bella **Italia**

Was für ein Lebensgefühl? Italien, Sommer, Sonne und jede Menge Lust auf Genuss. Hier finden Sie die richtigen Rezepte – von Pasta bis Panna cotta.



Grüne Bolognese mit Hack



20 Min.

Foto: Knorr

1. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen, in einem Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Hackfleisch in einem Topf in heißem Öl anbraten. Tiefgekühlten Blattspinat und 2 EL Wasser dazugeben. Spinat zugedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 10 Minuten auftauen und garen.
3. Inzwischen Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Das Basilikum waschen, trockenschleudern und die Blätter fein schneiden. 400 ml kaltes Wasser zu Hackfleisch und

Spinat geben. Fix für Hackfleisch-Schafskäse-Auflauf einrühren und unter Rühren aufkochen.

4. Frühlingszwiebeln und Basilikum untermischen und heiß werden lassen. Bolognese nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken, über die Spaghetti geben und mit Parmesan bestreuen.

Das berühmte Fleischragout aus Hackfleisch gibt es in unzähligen Zubereitungsarten. Hier setzt eine Portion Blattspinat einen neuen Akzent und bringt Abwechslung auf den Tisch.

Zutaten für 2 Portionen

- 250 g Spaghetti oder Tagliatelle
- Salz
- 150 g gemischtes Hackfleisch (Rind- und Schweinefleisch)
- 1 EL Keimöl
- 225 g Blattspinat, tiefgekühlt
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1/2 Bund Basilikum
- 1 Beutel Fix für Hackfleisch-Schafskäse-Auflauf
- Pfeffer aus der Mühle
- 50 g geriebener Parmesan

Pro Portion: 3855 kJ/922 kcal

Broccoli-Möhren-Lasagne

60 Min.



Foto: Mondamin

Ohne
Fleisch

Zutaten für 4 Portionen

1/4 l Gemüse-Kraftbouillon
1/4 l Milch
1/4 l Schlagsahne
100 g Mondamin Klassische
Mehlschwitze, hell
Salz, weißer Pfeffer
500 g Broccoli
300 g Möhren
1 EL getrocknete
italienische Kräuter
250 g Champignons
12–16 Lasagneplatten
(ohne Vorkochen)
75 g Pecorino Käse oder
geraspelter Pizza-Käse
(Kühlregal)
Petersilie zum Garnieren

1. Die Gemüsebouillon, Milch und Sahne aufkochen, Mehlschwitze einrühren und 1 Minute kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Broccoli und Möhren putzen und waschen. Broccoli grob hacken, Möhren in Scheiben schneiden. 100 ml Wasser aufkochen, Kräuter und die Möhrenscheiben zufügen und zugedeckt 5 Minuten dünsten. Broccoli ebenfalls zufügen und weitere 3 Minuten dünsten. Gemüse in einem Sieb abgießen. Champignons putzen und in Stücke schneiden.
3. Etwas Sauce in eine rechteckige gefettete Auflaufform geben, mit Lasagneplatten bedecken. 1/3 des Gemüses darauf geben, mit Sauce bedecken. Den Vorgang 2× wieder-

holen. Mit Lasagneplatten und Sauce abschließen. Käse reiben und darüber streuen.

4. Die Gemüse-Lasagne im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Gas: Stufe 3/Umluft: 175 °C) 30 Minuten backen. Eventuell mit Alufolie abdecken. Lasagne mit Petersilie garnieren.

Lasagneblätter

Die Nudelplatten gibt es in weiß und grün in großer Auswahl. Kaufen Sie auf jeden Fall Lasagneblätter, die man ohne Vorkochen direkt mit anderen Zutaten einschichten kann. Dann ist die Lasagne garantiert in 40 Minuten gar.

Pro Portion: 2043 kJ/488 kcal

Involtini auf Tomatensugo

35 Min.

1. Die Schnitzel der Länge nach halbieren und flach klopfen. Jedes Schnitzel mit Pfeffer bestreuen und mit 1 Scheibe Schinken belegen.

2. Für die Füllung Schalotten und Knoblauchzehen schälen, Petersilie waschen und trockenschütteln. Alles fein hacken, mit Parmesan mischen und auf den Fleischscheiben verteilen.

3. Die Schnitzel zu kleinen Rouladen aufrollen und mit Holzspießen feststecken. Die

Rouladen rundherum im heißen Keimöl 3–5 Minuten braten. Herausnehmen und warm stellen.

4. 1/4 l (250 ml) Wasser in die Pfanne geben und den Bratensatz lösen. Spaghetti Sauce Napoli einrühren, unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 1 Minute kochen. Die Sauce mit Marsala abschmecken. Tomatensugo zu den Involtini servieren.

Dazu passt körniger Reis.

Zutaten für 4 Portionen

4 Kalbsschnitzel à 150 g
Pfeffer aus der Mühle
8 Scheiben Parmaschinken
1–2 Schalotten
3 Knoblauchzehen
1/2 Bund Petersilie
50 g geriebener Parmesan
2 EL Keimöl
1 Beutel Knorr Spaghetti Sauce Napoli
1–2 EL Marsala (italienischer Dessertwein)

Pro Portion: 1742 kJ/417 kcal

Genuss
für



Foto: Knorr

Insalata con pane

Für 4 Portionen

250 g Mozzarella in Würfel, 150 g geröstetes Weißbrot in Stücke schneiden. 4–5 Lauchzwiebeln in schmale Streifen schneiden, 1 Knoblauchzehe zerdrücken. 200 g Tomaten und 200 g Salatgurke würfeln. Alles mit einem Dressing aus 2 EL Balsamico-Essig, 3 EL Walnussöl, Salz, Pfeffer und fein geschnittenen Basilikumblättchen mischen. Vor dem Servieren mit 1 EL kleinen Kapern bestreuen.



Foto: Galbani

Die kleinen Kalbfleischröllchen schmecken einfach köstlich. Außerdem sind sie leicht, zart und blitzschnell gemacht.

30 Min.

Feines Erdbeer-Tiramisu

eine Schicht Kompott und eine Lage Löffelbiskuits geben. Diesen Vorgang wiederholen.

6. Das Dessert für ca. 30 Minuten kühl stellen. Vor dem Servieren mit Erdbeerscheiben und gehackten Pistazien garnieren, mit Puderzucker leicht bestäuben.

Pro Portion: 4112 kJ/982 kcal

Panna cotta

Für 4 Portionen

6 Blatt weiße Gelatine, 1 Vanilleschote
250 ml Rama Cremefine zum Schlagen
250 ml Milch, 100 g Puderzucker
250 g Erdbeeren, Minze zum Garnieren

1. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Cremefine und Milch verrühren, Vanillemark und 50 g Puderzucker unterrühren.

2. Gelatine ausdrücken und in einem Drittel der Sahne langsam erwärmen und auflösen. Mit einem Schneebesen in die restliche Sahne rühren und in 4 kalt ausgespülte Förmchen füllen. Die Sahnecreme 2 Stunden kalt stellen.

3. Die Erdbeeren mit restlichem Puderzucker pürieren und auf 4 Teller verteilen. Die Förmchen stürzen und auf dem Erdbeermark anrichten. Mit Minze garnieren.

Viel Frucht

Zutaten für 4 Portionen

Für das Kompott

250 g Rhabarber
250 g Erdbeeren
50 ml Erdbeersirup
50 g Zucker

Für die Creme

1 Becher (500 g)
Mascarpone
250 g Quark
4 cl Eierlikör
2 EL Vanillezucker
50 g Zucker

Für die Biskuits

100 g Löffelbiskuit
4 cl Orangenlikör

Zum Verzieren

Erdbeeren
Pistazien, Puderzucker

1. Rhabarberstangen und Erdbeeren putzen und waschen. Rhabarber in Stücke schneiden. Erdbeeren je nach Größe halbieren bzw. vierteln.

2. Rhabarberstücke mit Erdbeersirup und etwas Wasser aufkochen und 5–10 Minuten garen. Die Erdbeeren dazugeben, das Kompott mit dem Zucker abschmecken und abkühlen lassen.

3. Für die Creme Mascarpone, Quark, Eierlikör, Vanillezucker und Zucker verrühren.

4. Die Löffelbiskuits nebeneinander legen und mit Orangenlikör beträufeln.

5. Etwas von der Creme auf 4 hohe Dessertgläser verteilen. Darauf

Foto: Rama

