

Jürgen Schröder präsentiert

Idee21 - die Kreativwerkstatt für
Web, Socialmedia und Print

Immobilien in Exposés und
auf Onlineplattformen

Pflanzenwelten und Image
mittels Fotografie, Text und Grafik

Servierkonzepte für
Restaurant und Hotel

Ausstattung für Gastronomie
und Großküchen

Ergonomie und Design
für Büro und Objekt



...weil mehr geht.

JÜRGEN SCHRÖDER

Die Kreativwerkstatt

Im Sande 43b | 21698 Harsefeld
01523 - 1950687 | 04164 - 8755 966
f /weilmehrgeht | jsch@idee21.de

*Dies Rezept schenke ich euch!
Viel Spaß und Guten Appetit.*

Harsefelder Möhrencreme

Für 4 Personen:

700g Möhren
2 EL Butter
3 - 4 TL Honig
Salz | Pfeffer
250 g Sahne
200 ml Gemüsebrühe (Instant)
400 g Farfalle
8 EL Mandelblättchen

Zubereitungszeit: ca. 35 Min.

Pro Portion: ca. 870 kcal

1 Für die Farfalle ausreichend Wasser zum Kochen bringen. Die Möhren putzen, waschen und klein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen, die Möhren kurz darin andünsten.

Mit dem Honig, Salz und Pfeffer würzen.

Die Sahne und die Brühe dazugießen.

Zugedeckt bei schwacher Hitze 10-12 Min. köcheln lassen.

2 Inzwischen die Farfalle in dem gesalzenen kochenden Wasser nach Packungsanweisung bissfest garen.

3 Die Mandelblättchen in einer kleinen beschichteten Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

4 Ca. ein Drittel der Möhren aus dem Topf nehmen. Die übrigen Möhren samt Flüssigkeit mit dem Pürierstab fein pürieren. Die Möhrencreme wieder aufkochen lassen, die Möhrenstücke untermischen und alles abschmecken.

5 Die Farfalle in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Auf Teller verteilen, mit der Sauce begießen und mit den Mandelblättchen bestreuen.

Tip: Wir nehmen gern noch 400 g Putengeschnetzeltes o.Ä. dazu.

Einfach ca. 1. Stunde mit Wok-Gewürzmischung, 2 Teelöffel Sojasauce und ein wenig Olivenöl marinieren und dann kurz und scharf anbraten.



JÜRGEN SCHRÖDER