



KRÄUTER-HIRSE-SALAT MIT SCHAFSKÄSE

ZUTATEN (für 2 Portionen):

- > 1 Tasse Hirse
- > 1 Handvoll Kräuter
- > 150 g Schafskäse
- > 1 EL Nussöl
- > 1 Handvoll Lihn Walnusskerne
- > 2 – 3 Handvoll Babyspinat
- > 1 Birne
- > 2 EL Zitronensaft
- > 1 Paprika

ZUBEREITUNG:

Hirse mit der doppelten Menge Wasser etwa 20 Min. bissfest garen und auskühlen lassen. Kräuter und Spinat waschen und hacken. Paprika und Birne waschen und mit Schafskäse in kleine Würfel schneiden. Aus Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren und über dem Salat verteilen.

KARTOFFELAUFLSTRICH

ZUTATEN (FÜR 4 PORTIONEN):

- > 250 g Kartoffeln
- > 2 EL Sauerrahm
- > 1 kleine Zwiebel
- > 1 Knoblauchzehe
- > 2 EL Rapunzel Leinöl
- > Bauckhof Wunderbröt Backmischung
- > Muskatnuss

ZUBEREITUNG:

Wunderbröt Backmischung wie auf der Verpackung beschrieben zubereiten. Kartoffeln mit Schale weich kochen, schälen und zu Brei zerdrücken. Zwiebel und Knoblauch fein schneiden, mit Leinöl und Sauerrahm zu den Kartoffeln geben und gut verrühren. Würzig abschmecken. Mit Wunderbröt genießen.

