

## Fasanenbrust mit Bandnudeln

### Zutaten für 4 Personen:

400 g Bandnudeln  
2 Fasanenbrüste  
300 g Pfifferlinge  
300 g Steinpilze  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
frischer Thymian  
frischer Rosmarin  
6 EL Olivenöl  
4 cl Weinbrand  
400 ml Sahne  
100 g Creme fraiche  
Salz  
Pfeffer  
Kerbel  
etwas geriebener Bergkäse

### Zubereitung:

Bandnudeln nach Packungsanweisung kochen, anschließend abgießen und abschrecken. Inzwischen die Fasanenbrüste waschen und trocken tupfen. Die Pfifferlinge und die Steinpilze putzen, kurz waschen, abtrocknen und je nach Größe vierteln oder halbieren. Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und würfeln. Thymian und Rosmarin waschen und fein hacken. In einem breiten Topf 3 EL Olivenöl erhitzen, die Zwiebel- und Knoblauchstücke darin andünsten. Die Pilze und die frischen Kräuter zugeben, zwei bis drei Minuten ausschwenken. Mit Weinbrand ablöschen und flambieren. Die Sahne auffüllen, mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken und fünf Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Creme fraiche einrühren. In einer Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen. Die Fasanenbrüste salzen und pfeffern, zuerst mit der Fleischseite in die Pfanne legen und eine Minute braten. Fleisch wenden und weitere zwei bis drei Minuten braten. Die Nudeln auf vier Tellern anrichten und mit der Sauce übergießen. Fasanenbrüste in Scheiben schneiden und über die Sauce verteilen. Mit Kerbel und geriebenem Bergkäse garnieren.



[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Gabelspaghetti mit Chicorée, Lachs und Orangenfilets

### Zutaten für vier Personen:

300 g Gabelspaghetti  
1 Zwiebel  
2 EL milder körniger Senf  
6 EL Orangensaft  
6 bis 8 EL Weißweinessig  
1 / 2 EL Manuka-Honig  
(MGO 100+, aus dem Reformhaus)  
8 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
3 Stauden Chicoree  
1 Bund Dill  
4 unbehandelte Orangen  
350 g gebeizter Lachs

### Zubereitung:

Die Nudeln bissfest garen. Die Zwiebel schälen, hacken, mit Senf, Orangensaft, Essig und Honig in einer Schüssel vermischen und das Olivenöl einrühren. Salzen und pfeffern. Das Wurzelende vom Chicoree entfernen, einige Blätter abbrechen, den Rest in Streifen schneiden.

Den Dill klein zupfen.  
Von zwei Orangen Zesten aus der Schale reißen, dann alle Orangen schälen und filetieren.

Den Lachs in Streifen schneiden.  
Die Nudeln in eine Schüssel geben, Orangenfilets, Lachs und Chicoreestreifen untermischen und mit der Vinaigrette anmachen.

Mit Dill, Orangenzesten und Chicoreeblättern garnieren

## Glasnudeln in Mango-Vinaigrette

### Zutaten für vier Personen:

#### Vinaigrette:

1 Knoblauchzehe  
1 rote Chilischote  
300 ml Mangonektar  
100 ml Limettensaft, plus etwas Saft zum Abschmecken (etwa 4 Limetten)  
100 g brauner Zucker

#### Salat:

100 g Glasnudeln  
1 EL geschälter Sesam  
1 Salatgurke  
1 reife, aromatische Mango  
100 g kleine Garnelen  
gegart 1 Bund sehr feine Lauchzwiebeln  
60 g Schweinekrusten (im Supermarkt in der KartoffelchipsAbteilung erhältlich)

#### außerdem:

feines Meersalz

### Zubereitung:

Vinaigrette: Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischote fein schneiden, dabei entkernen. Zusammen mit 100 ml Mangonektar, Limettensaft und Zucker zwei bis drei Minuten bei kleiner Hitze leicht sirupartig einkochen, abkühlen lassen.

Salat: 200 ml Mangonektar mit der gleichen Menge Wasser aufkochen und über die Glasnudeln geben. Fünf Minuten ziehen lassen, dann Nudeln auf ein Sieb geben und abkühlen lassen. Sesam in einer Pfanne unter Rühren goldbraun rösten. Gurke und Mango schälen, entkernen und klein würfeln. Garnelen kalt abbrausen, abtropfen lassen. Saft und Salz marinieren. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und sehr fein schneiden. Schweinekrusten grob zerbröseln. Glasnudeln, Sesam, Gurken, Mango und Garnelen mit der Vinaigrette vermengen und nochmals mit Limettensaft und Salz abschmecken. Zusammen mit den Schweinekrusten servieren.



[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Penne-Zucchini-Auflauf

### Zutaten für vier Personen:

250 g Penne  
75 g Parmesan  
1 / 2 Bund Thymian  
100 ml Geflügelbrühe  
100 ml Sahne  
4 Eigelbe  
Abrieb von 2 Zitronen  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
250 g Putenbrust  
2 mittelgroße Zucchini  
3 EL Olivenöl

### Zubereitung:

Penne nach Packungsangabe bissfest kochen. Parmesan fein reiben. Thymian abbrausen und die Blättchen von den Stielen zupfen. In einer großen Schüssel 3 / 4 der Geflügelbrühe mit der Sahne, den Eigelben und Zitronenabrieb verrühren. Parmesan und Thymian darunter mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Putenbrust waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Zucchini waschen, der Länge nach vierteln, entkernen und schräg in 1 cm breite Rauten schneiden.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Putenstreifen darin von allen Seiten scharf anbraten, Zucchini dazu geben ebenfalls anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ofen auf 190° C vorheizen. Nun alle Zutaten zusammen in die große Schüssel zu der Eier-Sahne geben und vermengen. In eine entsprechend große Auflaufform füllen und circa 15 Minuten goldbraun backen.

# Setzer

[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Schinkennudeln

### Zutaten für vier Personen:

400 g Spiralnudeln  
1 Zwiebel  
250 g Schinken (2 bis 3 dickere Scheiben)  
250 g Mozzarella (oder ein anderer milder Käse)  
1 EL Butter  
1/8 l Gemüsebrühe  
3 Eier  
3 EL Sahne  
Pfeffer  
Salz  
Muskat  
fein gehackte Petersilie

### Zubereitung:

Die Nudeln al dente kochen und abtropfen lassen. Inzwischen die Zwiebel schälen und fein würfeln, den Schinken in Würfel oder kurze Streifen schneiden. Mozzarella abtropfen lassen und würfeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel andünsten, mit Gemüsebrühe löschen. Die Schinkenwürfel zugeben und kurz miterhitzen. Die Nudeln unterheben. Die Eier mit der Sahne verrühren, mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Die Käse-Würfel mit dem Eier-Sahne-Gemisch an die Nudeln geben, unterheben und kurz miterhitzen. Mit Petersilie bestreut servieren.



[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Spaghetti mit Tomaten, Bacon und Champignons

### Zutaten für vier Personen:

6 Tomaten  
100 g Bacon, in Scheiben  
200 g Champignons  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
400 g Spaghetti  
Salz  
1 EL Olivenöl  
150 ml trockener Weißwein  
Pfeffer, aus der Mühle  
2 EL frisch gehackte Petersilie

### Zubereitung:

Die Tomaten überbrühen, abschrecken, häuten, vierteln, entkernen und würfeln. Den Bacon in Streifen schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Nudeln in Salzwasser al dente kochen. Den Bacon in heißem Öl kurz anschwitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch zugeben und ein bis zwei Minuten mitschwitzen. Die Champignons ungefähr zwei Minuten mitbraten. Mit dem Wein ablöschen und die Tomaten unterrühren. Etwa acht Minuten einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die abgetropften Nudeln mit der Petersilie unter die Sauce schwenken und servieren.

# Setzer

[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Spiralnudeln mit Tomaten und Auberginen

### Zutaten für vier Personen:

400 g Spiralnudeln  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Olivenöl  
500 g Tomaten  
4 kleine Auberginen  
Pfeffer  
Meersalz  
200 g Mozzarella-Kügelchen  
Basilikum

### Zubereitung:

Spiralnudeln gemäß Packungsaufschrift zubereiten. Tomaten mit kochendem Wasser über brühen, enthäuten und fein pürieren. Zwiebel und Knoblauchzehe fein hacken, in heißem Olivenöl glasig werden lassen. Tomatenpüree zugeben, mit Pfeffer und Salz würzen. Auberginen in dünne Scheiben schneiden, in einer beschichteten Pfanne anbraten, würzen. Die Mozzarella-Kügelchen in die Tomatensauce zum Warmziehen geben. Auberginenscheiben fächerförmig auf die Teller setzen. Nudeln anrichten und die Sauce darüber geben. Mit Basilikum garnieren.