

MENÜPLAN

smart convenience food

Serviervorschläge & Abwandlungen für alle unsere Maultaschen

Gebratene Maultaschen auf Kartoffelsalat mit Alblinsen und Apfel



70 Minuten



4 Personen

Sie benötigen dazu:

- 700 – 800 ml Gemüse- oder Fleischbrühe
- 120 g Alblinsen (kleine braune Linsen)
- 800 g kleine Kartoffeln
- 1 TL Kümmel
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 3 EL Sonnenblumen- oder Leinöl
- 6 EL Obstessig
- 1 großer Apfel
- 1 EL Zitronensaft
- Salz & Pfeffer schwarz aus der Mühle
- 8 **MENÜPLAN** Maultaschen
- 80 g Butter o. Butterschmalz zum Anbraten

Zubereitung:

400 ml Gemüsebrühe aufkochen, Linsen zugeben und bei milder Hitze 25 – 30 Min. kochen lassen. Die Kartoffeln mit dem Kümmel aufkochen und bei kleiner Hitze 20 Min. kochen lassen. Frühlingszwiebeln putzen, das Hellgrüne schräg in feine Ringe schneiden und abgedeckt beiseite stellen. Das Weiße würfeln und im heißen Öl glasig dünsten. 300 ml Brühe zugeben, aufkochen lassen, Essig unterrühren und beiseite stellen.

2/3 der Essigbrühe aufkochen und vom Herd nehmen. Kartoffeln abgießen, abschrecken und pellen, dann in dünnen Scheiben in die Brühe schneiden. 1/3 der Essigbrühe unter die Linsen mischen. Linsen und Kartoffeln getrennt 30 Minuten ziehen lassen. Eventuell noch etwas Gemüsebrühe dazugeben.

Apfel ungeschält achteln und entkernen. Achtel quer in dünne Scheiben schneiden und sofort mit dem Zitronensaft mischen. Kartoffeln, Linsen und Apfelscheiben mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frühlingszwiebelringe unterheben.

Die Maultaschen in Butter braten und gemeinsam auf einem Teller anrichten.



Gratinierte Maultaschen



30 Minuten



4 Personen

Sie benötigen dazu:

- 10 – 12 **MENÜPLAN** Maultaschen
- 600 g **MENÜPLAN** provenzalische Gemüsesauce
- 200 g geriebener Mozzarella
- 1 – 2 TL Semmelbrösel
- 500 ml Gemüsebrühe

Zubereitung:

Die Maultaschen in einem Topf mit Gemüsebrühe erwärmen. Gleichzeitig in einen separaten Topf die provenzalische Gemüsesauce erhitzen.

Dann die Auflaufform mit der provenzalischen Gemüsesauce befüllen. Die Maultaschen darauf legen, mit dem Mozzarella bestreuen und im vorgeheizten Backofen 10 – 15 min bei 220 °C überbacken.

Weitere leckere Maultaschenvariationen:

Klassisch:

- In der Rinderbrühe mit Kartoffelsalat
- Gebraten auf Kartoffel-Kresse-Salat mit Bratensauce

Sommer:

- Als Salat an einer Tomaten-Basilikum-Vinaigrette
- Gegrillt auf Mango-Salsa und Tacos
- Gebraten auf Rahmpfifferlingen mit Gartenkräutern
- Gedämpft auf Thai Curry-Sauce, Sojasprossen & Koriander

Mehr Produkte & Informationen auf www.mein-menueplan.de