

Griechischer Auflauf mit Kritharaki Nudeln und Joghurt-Dill-Dip

Auflauf

160 g Kräuter-Frischkäse (Bresso), 2 EL Ajvar, 100g Baby Spinat, 200g Kirschtomaten, 2 Knoblauchzehen, 100 g Champignons, 1 rote Zwiebel, 1 Schuss Metaxa, 200 g Fetakäse zum Überbacken, Olivenöl, 500 g Kritharaki-Nudeln , 750 ml Gemüsebrühe, 2 rote Zwiebeln

1. Zwiebeln, Knoblauch in der Pfanne anschwitzen (mit etwas Olivenöl)
2. Champignons, Spinat und Kirschtomaten hinzufügen
3. Auflaufform mit Olivenöl ausstreichen
4. Knoblauch reiben und in die Form streichen (mit nem Pinsel bitte)
5. Nudeln,Pfanneninhalt und Frischkäse in eine Form geben und alles einmal verrühren
6. Brühe aufgießen
7. Mit Käse bestreuen
8. Für 25 Minuten in den Kombidampfgarer geben (180°C / 20 Minuten/ 30 % Feuchtigkeit)

Variation I : Hackfleisch (halb und halb) anbraten und dazu geben

Joghurt-Dip

300 g griechischer Joghurt, 1/2 Gurke, 10 Zweige Dill, 1 Knoblauchzehe , 1 Zitrone, Meersalz

1. Gurke halbieren, Kerngehäuse entfernen und in feine Streifen schneiden
2. Gurkenstreifen leicht Salzen und 5 Minuten ziehen lassen
3. Knoblauch fein hacken
4. Dill in sehr feine Streifen schneiden
5. Joghurt in eine Schüssel geben und Saft und abgeriebens von 1/2 Bio-Zitrone dazu geben
6. Gurkenstreifen abgießen und zusammen mit dem Knoblauch und dem Dill hinzufügen
7. Mit Meersalz abschmecken