clever Wochenplan

Montag



Zutaten für 4 Personen

2 Packungen clever Pizzakombi, 400 g clever Mozzarella gerieben, 2 Handvoll clever Champignons, 1 clever Zucchini, 8 EL clever Gemüsemais, 2 Handvoll clever Geschwärzte Oliven, 2 Handvoll clever Grüne Oliven, 2 Handvoll clever Artischoken gegrillt, 2 Handvoll clever getrocknete Tomaten

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 200°C Heißluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Zucchini und Champignons waschen und schneiden. Artischocken und getrocknete Tomaten abtropfen lassen und klein schneiden. Mais und Oliven ebenfalls abtropfen lassen.
3. Den Pizzateig ausrollen und mit Tomatensauce bestreichen. Anschließend mit Käse, Gemüse und Oliven belegen.
4. Die fertig belegte Pizza nun für rund 10 Minuten in den Backofen geben.

Dienstag



Zutaten für 4 Personen

250 g clever Fusilli, 200 g clever Extrawurst, 100 g clever Delikatessgurken, 2 Stück clever Eier, 175 g clever Mayonnaise, 1 TL clever Estragon Senf, 1 Zehe clever Knoblauch, 0.5 TL clever Paprika edelsüß, 1 Prise clever Pfeffer schwarz gemahlen, 0.5 TL clever Salz, 0.5 Bund Schnittlauch

ZUBEREITUNG

1. Nudeln al dente kochen, kalt abspülen und abtropfen lassen.
2. Eier 10 Minuten hart kochen. Extrawurst würfeln, Essiggurken halbieren und in Scheiben schneiden.
3. Nudeln, Extrawurst und Essiggurken in eine Schüssel geben, 2 EL Gurkenwasser zugeben und kurz ziehen lassen.
4. Knoblauch pressen, mit Mayonnaise, Senf, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verrühren und über die Nudeln geben.
5. Eier schälen, würfeln und unterheben.
6. Nudelsalat abschmecken, mit Schnittlauch garnieren und servieren.

Mittwoch



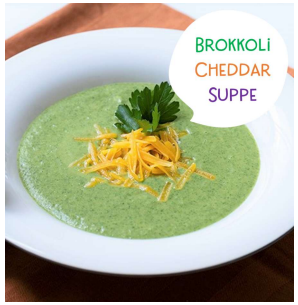
Zutaten für 4 Personen

50 g clever Teebutter, 1 clever Zwiebel, 100 g clever Bauchspeck im Ganzen, 500 g clever Eierspätzle, 250 g clever Emmentaler gerieben, 6 EL clever Schlagobers 36% Fett, 300 g Schweinelungenbraten, Schnittlauch

ZUBEREITUNG

1. Zuerst Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen. Anschließend Zwiebel schälen und fein hacken und gemeinsam mit dem klein geschnittenen Speck in der Pfanne anrösten.
2. Den Schweinelungenbraten in kleine Stücke schneiden, in die Pfanne geben und einige Minuten brutzeln lassen.
3. Schlagobers hineinrühren, die Eierspätzle dazugeben und aufkochen lassen. Emmentaler darüber streuen und für 15 Minuten bei 200° in den Ofen geben.
4. In einem Tontöpferl anrichten, mit Schnittlauch bestreuen und das Almtöpferl schmecken lassen.

Donnerstag



Zutaten für 4 Personen

450 g clever Brokkoli, 125 g clever Cheddar gerieben, 1 clever Erdäpfel, 1 clever Karotte, 1 clever Zwiebel, 1 Zehe clever Knoblauch, 30 g clever Butter, 30 g clever Mehl, 150 ml clever Schlagobers, 8 Scheiben clever Hüttenbrot, 600 ml clever klare Gemüsesuppe, clever Pfeffer schwarz gemahlen, clever Salz, Muskatnuss

ZUBEREITUNG

1. Erdäpfel, Karotte, Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln.
2. Zwiebel und Knoblauch in einem Topf mit Butter anrösten, mit Mehl bestäuben und kurz weiterrösten.
3. Mit Gemüsesuppe ablöschen, das gewürfelte Gemüse und den Brokkoli dazugeben und die Suppe 15-20 Minuten köcheln lassen.
4. Wenn das Gemüse weich ist, Schlagobers und 100 g Cheddar hinzufügen. Mit Muskatnuss, Pfeffer und Salz abschmecken.
5. Die Suppe mit dem Pürierstab cremig pürieren, mit den restlichen 25 g Cheddar garnieren und zusammen mit Hüttenbrot genießen.

Freitag



Zutaten für 4 Personen

500 ml clever Vollmilch, 250 g clever Weizengrieß, 50 g clever Butter, clever Staubzucker, clever Apfelmus, clever Heidelbeeren

ZUBEREITUNG

1. Milch in einem Topf mit 1 EL Butter aufkochen.
2. Anschließend den Grieß mit einem Schneebesen in die kochende Milch einrühren.
3. Sobald eine relativ feste Masse entsteht, den Topf zur Seite stellen und den Grieß auskühlen lassen.
4. Die restliche Butter in einer Pfanne schmelzen, den Grieß in Stücke reißen und in die Pfanne geben.
5. Den Grieß mit einem Pfannenwender immer wieder zerstoßen und so lange rösten, bis er leicht hellbraun ist.
6. Grießschmarrn mit Staubzucker und Heidelbeeren bestreuen und zusammen mit Apfelmus genießen.

Samstag



Zutaten für 4 Personen

1 Packung clever Blätterteig, 1 Packung clever Emmentaler gerieben, 2 Becher clever Sauerrahm, 200 g clever Toastschinken, 2 clever Eier, 1 clever Knoblauchzehe, clever Semmelbrösel, clever Salz, clever Pfeffer, frischer Oregano

ZUBEREITUNG

1. Schinken in feine Streifen schneiden, mit Käse, Sauerrahm und Eiern gut vermengen und kräftig würzen.
2. Den Blätterteig ausrollen und mit Bröseln bestreuen. Die Schinken-Käse-Mischung auf dem Blätterteig verteilen und einrollen.
3. Den Strudel auf einem Backblech mit Backpapier bei ca. 180 Grad ungefähr 30 Minuten im Ofen backen. Mit frischem Oregano garnieren und genießen.

Sonntag



Zutaten für 4 Personen

4 clever Rindsschnitzel, 800 g clever Erdäpfel festkochend, 90 g clever Teebutter, 2 EL clever Mehl, 2 clever Zwiebel, 250 ml clever klare Gemüsesuppe, 1 Schuss clever Sonnenblumenöl, clever Pfeffer schwarz gemahlen, clever Salz, 1 Bund Petersilie

ZUBEREITUNG

1. Erdäpfel schälen, in Scheiben schneiden und in 30 g Butter anbraten, bis sie durch sind. Mit Salz würzen.
2. Rindsschnitzel klopfen, an den Rändern einschneiden und beidseitig salzen und pfeffern.
3. Fleisch beidseitig mehlen, in Öl anbraten und herausnehmen. Bratrückstand mit 30 g Butter verrühren, mit Suppe aufgießen und kurz köcheln lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Zwiebeln in Streifen schneiden und in einer weiteren Pfanne in 30 g Butter langsam bräunen. Fleisch in die Sauce legen und erwärmen.
5. Rostbraten mit Sauce, Zwiebeln und Erdäpfeln servieren. Mit Petersilie garnieren.