



Foto: Martina Meier, Styling: Doris Moser

Was  
koche ich  
diese Woche?

### MONTAG

**Vegi:** Ofenguck mit Lauch und Eiern\*.  
**Fleisch:** Rindstreifen mit Curry-Sauerrahm\*.  
Beide Gerichte können mit  
einem Eisbergsalat ergänzt werden.

### DIENSTAG

**Vegi:** Zucchini-Risotto mit Gorgonzola\*.  
**Fleisch:** Zitronenhuhn\* mit Weissweinsrisotto.  
Den süßen Schlusspunkt kann hier ein  
Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu\* setzen.

# OFENKÜCHLEIN MIT ERDBEEREN

**Für 16 Stück**  
**pro Stück ca. 174 kcal**  
**F: 12 g, KH: 13 g, EW: 3 g**  
**Vor- und Zubereitungszeit:**  
**ca. 45 Min.**  
**Backen/Trocknen: ca. 45 Min.**

## Zutaten

- ⇒ 2 dl Wasser
- ⇒ 50 g Butter
- ⇒ 2 Prisen Salz
- ⇒ 2 EL Zucker
- ⇒ 120 g Weissmehl
- ⇒ 3 Eier (klein), verknüpft
- ⇒ 150 g Mascarpone
- ⇒ 1 dl Vollrahm
- ⇒ 3 EL Zucker
- ⇒ 2 EL Zitronenlikör  
(z. B. Liquore di Limone)
- ⇒ 1 Limette, heiss ab gespült,  
trocken getupft, abgeriebene  
Schale und Saft
- ⇒ 150 g Erdbeeren, in Scheibchen
- ⇒ ½ Beutel dunkle Kuchenglasur  
(ca. 60 g), geschmolzen

## Zubereitung

**BRÜHTEIG:** Wasser mit Butter, Salz und Zucker aufkochen, Hitze reduzieren. Mehl auf einmal zugeben, mit einer Kelle ca. 1½ Min. rühren, bis sich ein geschmeidiger Teigkloss bildet, der sich vom Pfannenboden löst.

Pfanne von der Platte nehmen, Eier nach und nach darunter rühren, bis der Teig weich ist, aber nicht zerfließt. Teig in einen Spritzsack mit glatter Tülle (ca. 12 mm Ø) geben. 16 Häufchen von je ca. 4 cm auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen.

**Backen/Trocknen:** ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Ofen nie öffnen! Die Küchlein anschliessend im ausgeschalteten Ofen ca. 15 Min. trocknen, dabei die Ofentür mit einem Kellenstiel einen Spalt breit offen halten. Ofenküchlein herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen, aufschneiden.

**FÜLLUNG:** Mascarpone mit allen Zutaten bis und mit Limettenschale cremig rühren. Erdbeeren mit dem Limettensaft mischen. Masse auf die Bödeli verteilen, Erdbeeren darauflegen. Deckel in die Kuchenglasur tauchen, daraufsetzen.

## Im Web

► Im Internet finden Sie dieses und viele weitere Rezepte.  
[www.coopzeitung.ch/rezepte](http://www.coopzeitung.ch/rezepte)

## MITTWOCH

**Vegi:** Spinat-Cannelloni al forno\*.  
**Fleisch:** Hackfleisch-Salat\*, dazu schmecken Ofenkartoffeln und Kräuterquark.  
 Quinoa-Tzatziki-Töpfli\* passen zur Vorspeise.

## DONNERSTAG

**Vegi:** Frühlingsrollen mit Tofu\*, kombiniert natürlich mit einer feinen Sweet-Chili-Sauce.  
**Fisch:** Dorade im Ofen mit Frühlings-Gemüse\*.

## FREITAG

**Vegi:** Äplerpolenta\*.  
**Fleisch:** Gerstensuppe mit Wienerli\*.

\* Rezepte unter:  
[www.coopzeitung.ch/wochenplan](http://www.coopzeitung.ch/wochenplan)