



GUT PAULINENWÄLDCHEN
BIOLAND-HOF

Bioland-Hof Gut Paulinenwäldchen

Zum Blauen Stein 26-34
52070 Aachen

Montag bis Freitag: 8.30 bis 13.00 Uhr oder Anrufbeantworter

Telefon: +49 241 955 1453

Telefax: +49 241 955 1452

E-Mail: info@biokiste-aachen.de

Internet: www.biokiste-aachen.de



15. Kalenderwoche 2009

REZEPTE

Mangoldrolle mit Pilzfüllung

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 20-30 Min.

120 g Naturreis
500 ml Gemüsebrühe
800 g Mangold

3 Zwiebeln
100 g Haselnusskerne
250 g Champignons

20 g Margarine
Salz, Pfeffer

6 EL Paprikamark
150 g Creme fraiche
1 Bund Petersilie

Den Reis in
500 ml Gemüsebrühe 25-30 Min. garen.
Mangold 1 Min. in Salzwasser blanchieren, abtropfen lassen.
8 große Blätter zum Füllen beiseite legen.
Zwiebeln würfeln.
Nüsse hacken.
Champignons hacken.
Rest Mangold fein hacken.
Fett auslassen, die Zwiebeln darin andünsten und Nüsse,
Pilze und Mangold zugeben.
4-8 Min. köcheln lassen. Mit Pfeffer würzen.
Den abgetropfen Reis unter das Gemüse mischen und noch
mal abschmecken.
Je zwei Mangoldblätter leicht überlappend nebeneinander
legen, die Füllung darauf geben. Die Blätter seitlich
einschlagen, dann aufrollen.
Die Mangoldrollen in 125 ml Gemüsebrühe Brühe erhitzen,
warm stellen. Paprikamark und Creme fraiche unter die
Brühe rühren, abschmecken und die feingehackte Petersilie
unterrühren.

Krautstrudel

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 20-25 Min. + 20 Min. Backzeit

600 g Spitzkohl
1 Zwiebel
2 TL Öl
500 g Blätterteig oder Strudelteig

100 g Kochschinken (nach Belieben)
100 g Pilze (nach Belieben)
2 Eiweiß
100 g geriebener würziger Käse
100 g Schmand
Muskat
Pfeffer, Salz
2 Eigelb

Den Spitzkohl putzen und in feine Streifen schneiden.
Zwiebel hacken und in Öl glasig dünsten. Spitzkohl zufügen
und 3-4 Min. garen.
Den Teig zu einem länglichen Rechteck ausrollen.
Spitzkohl in der Mitte des Teiges verteilen.
Nach belieben gewürfelten Schinken oder gehackte Pilze
darüber streuen.
Eiweiß steif schlagen und mit Käse und Schmand mischen.
Würzen und abschmecken.
Die Eimasse über dem Gemüse verteilen.
Die Teigblätter über den Spitzkohl klappen und Strudel mit
der „Naht“ nach unten auf ein Backblech legen und mit dem
Eigelb bestreichen.
Bei 200 °C ca. 20 Min. backen.