



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



28. Kalenderwoche 2009

REZEPTE zur Gourmetkiste

Nudelauflauf mit Broccoli

Zutaten:

für 4 Personen

400 g Spiralnudeln
450 g Broccoli
200 g Schinken
4 Eier
1 Becher Sahne
Salz, Pfeffer
250 g geriebenen Käse (z. B. Gouda oder Edamer...)



Zubereitung:

ca. 20 Min. + 40 Min. Backzeit

Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Broccoli putzen und ca. 7 Min. kochen. Währenddessen den Schinken in Würfel schneiden. Die Eier mit der Sahne zu einer Masse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die fertigen Nudeln mit Broccoli und Schinken abwechselnd in eine gefettete Auflaufform schichten. Jede Schicht gut salzen und pfeffern, mit wenig Käse bestreuen und nach und nach etwas von der Sahne-Ei-Masse darüber geben. Auf der letzten Schicht den Käse und die restliche Ei-Masse verteilen. Den Auflauf ca. 40 Min. bei 200 Grad Umluft im Ofen backen.

Dicke-Bohnen-Salat mit Radieschen

Zutaten:

für 4 Personen

3 Kartoffeln
300 g Dicke Bohnen, gekocht
2 Frühlingszwiebeln, mit Grün / fein hacken
5 Radieschen, halbieren und in Scheiben schneiden
1 Stück Gurke (ca. 1/3), halbieren und in Scheiben schneiden.
4 EL Essig (Apfelessig)
1 EL Apfelsaft
½ TL Senf
Pfeffer, Salz
Etwas Bohnenkraut, getrocknet
2 EL Olivenöl
1 EL Öl
100 g Feta-Käse
1 Bund Kräuter (z.B. Basilikum, Petersilie, Dill)
2 kleine Salate



Zubereitung:

ca. 35 Min.

Die Kartoffeln in Salzwasser bissfest garen. Dann abgießen, schälen und in Würfel schneiden. Mit dem Gemüse in einer Schüssel vermengen.

Essig, Apfelsaft, Senf, Salz, Pfeffer und das Bohnenkraut vermischen. Dabei die beiden Ölsorten darunter schlagen. Diese Sauce über das Gemüse geben und ca. 30 Min. ziehen lassen.

Feta-Käse würfeln und die frischen Kräuter fein hacken. Die Salatblätter zerkleinern. Kräuter und Feta-Käse unter den durchgezogenen Salat mischen.