



**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](mailto:info@biokiste-aachen.de)  
Internet: [www.biokiste-aachen.de](http://www.biokiste-aachen.de)



**35. Kalenderwoche 2009**

# REZEPTE zur Gourmetkiste

## Gemüsepfanne

### Zutaten:

für 4 Personen



100 g gekochter Schinken  
Olivenöl  
50 g Stangenbohnen, geschnitten  
100 g Knollensellerie  
1 kleine Fenchelknolle  
4 Stängel Sellerie  
4 Knoblauchzehen  
2 Lauchzwiebeln  
Chili  
Salz und Pfeffer  
200 ml Gemüsebrühe (Instant)

Petersilie, fein geschnitten

### Zubereitung:

ca. 20-30 Min.

Den gekochten Schinken in feine Streifen schneiden und in Olivenöl andünsten.  
Dann die mundgerecht geschnittenen Gemüsestücke begeben und andünsten.

Die sehr fein geschnittenen Knoblauchzehen, die Lauchzwiebeln und die Chilischote erst zum Schluss der Garzeit dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.  
Dann mit der Gemüsebrühe ablöschen und ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze garen.  
Die Petersilie zugeben.  
Als Beilage neue Kartoffeln oder ein Fladenbrot

## Schnibbelbohnenuppe

### Zutaten:

für 4 Personen



750 g Stangenbohnen  
350 g Kartoffeln  
2 Möhren  
1 Bund Lauchzwiebeln  
2 Tomaten  
Öl

2 l Fleischbrühe  
frisches Bohnenkraut  
1 Stiel Liebstöckl  
Petersilie  
Muskat  
Schwarzer Pfeffer  
Salz  
2 EL Butter  
2 EL Mehl

4 Mettwürste oder Cabanossi

### Zubereitung:

ca. 40-50 Min.

Die Bohnen in ca. 1 cm große Stücke schneiden.  
Kartoffel, Möhren würfeln.

Lauchzwiebeln in Ringe schneiden.  
Die Tomaten häuten und in Würfel schneiden.  
Öl in einem großen Topf erhitzen und die Lauchzwiebeln darin glasig dünsten. Die Bohnen, Tomaten, Möhren und Kartoffeln zugeben und mit der Brühe aufgießen.  
Die frischen Kräuter klein schneiden und zur Suppe geben, würzen und solange kochen bis alles gar ist.

Zum Andicken der Suppe: Butter auslassen, mit dem Mehl langsam rösten und in die Suppe geben.

Nach Belieben Mettwürstchen mitkochen.