



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



43. Kalenderwoche 2009

REZEPTE

Bandnudeln mit Spinat und Walnüsse

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 20-30 Min.

400 g Bandnudeln, breit
800 g Spinat
160 g Walnüsse
1 EL Butter
4 EL Paniermehl
Salz und Pfeffer

Bandnudeln in reichlich Salzwasser al dente garen
Den Spinat waschen und kurz blanchieren.
Walnüsse ohne Fettzugabe rösten.
Butter erhitzen und das Paniermehl darin bräunen lassen.
Den Spinat, die Walnüsse und die abgetropften Nudeln zugeben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Quittenjoghurtcreme

Zutaten:

für 4 Portionen



Zubereitung:

ca. 60 Min.

4 Quitten

100 ml Weißwein
100 ml Wasser
1 Stück Zitronenschale
100 g Zucker

Die Quitten mit einem Tuch abreiben, bis der weiße Flaum entfernt ist. Dann schälen, vierteln und in feine Schnitze schneiden.
Weißwein, Wasser, Zitronenschale und Zucker aufkochen.
Quitten darin bei geringer Hitze weich kochen.
Danach herausnehmen und den Sud auf ca. 50 ml einkochen lassen.
Einige Quittenschnitze beiseite legen, den Rest mit dem eingekochten Sud pürieren und abkühlen lassen.
Joghurt und Sahne darunter heben und mit den Quittenschnitzen garnieren.

200 g Joghurt nature
200 g Sahne, steif geschlagen

Tipp:

Schwarzer Rettich kann roh in dünnen Scheiben mit Kräutersalz oder geraspelt als Salat gegessen werden. Er schmeckt aber auch gekocht in Cremesuppen oder Eintöpfen.

Hustensaft aus schwarzem Rettich:

Schneiden Sie von dem schwarzen Rettich den Deckel ab, höhlen den Rettich ein wenig aus und füllen ihn nach Belieben mit Kandiszucker oder Honig. Man kann auch noch Stückchen des ausgehöhlten Fruchtfleisches darunter mischen. Danach ein paar Stunden stehen lassen und der entstandene Sirup ist verzehrfertig. Probieren Sie es aus!