



GUT PAULINENWÄLDCHEN
BIOLAND-HOF

Bioland-Hof Gut Paulinenwäldchen

Zum Blauen Stein 26-34
52070 Aachen

Bürozeit: 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



23. Kalenderwoche 2010

REZEPTE

Ratatouille

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 20 Min.

1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 Aubergine
1 Zucchini
250 g Tomaten
¼ l trockener Weißwein od.
Gemüsebrühe
½ TL getrockn. Thymian,
Oregano u. Basilikum
½ TL Salz, 1 Prise Zucker
1 EL Olivenöl

Knoblauchzehe und Zwiebel fein würfeln und in dem Olivenöl hellgelb anschwitzen.
Aubergine und Zucchini in kleine Würfel schneiden und mit in den Topf geben.
Kurz anbraten, Tomaten würfeln und zufügen. Mit dem Weißwein bzw. der Gemüsebrühe ablöschen. Die getrockneten Kräuter zufügen. Je nach Jahreszeit können natürlich auch frische Kräuter verwendet werden, dann jedoch eine höhere Menge einplanen (etwa 1 TL je Kraut). Mit Salz und Zucker abschmecken und etwa 15 Minuten mit geschlossenem Deckel auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Kohlrabi-Lasagne

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 20 Min. + 30 Min. Backzeit im Ofen

3 Kohlrabi
200 g gek. Schinken
1 Ei
2 EL Sahne
Salz
1 EL Butter für die Form
100 g geriebener Käse
Semmelbrösel

Kohlrabi schälen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. 10 Min. in Salzwasser blanchieren. Eine Auflaufform buttern, mit Semmelbröseln bestreuen und mit den Kohlrabischeiben auslegen. Darauf den fein geschnittenen gekochten Schinken verteilen, eine zweite Lage Kohlrabi darüber geben. Ei mit Sahne und Salz verquirlen und über die Kohlrabischeiben geben. Mit dem geriebenen Käse und den semmelbröseln bestreuen und in dem auf 180 °C vorgeheizten Backofen 30 Min. überbacken.

Radieschensalat aus Eiszapfen

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 10 Min. + 20 Min. ziehen lassen

1 Bund Weiße Eiszapfen
0.5 Bund Frühlingszwiebeln
150 ml Gemüsebrühe
2 EL Schnittlauch
2 EL Petersilie
Balsamico-Essig weiß
Olivenöl

Eiszapfen mit dem Sparschäler schälen, in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. In eine Schüssel geben und mit Brühe begießen. 20 Min. ziehen lassen, dann mit Schnittlauch und Petersilie vermischen, mit Essig und Öl abschmecken.