



**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](mailto:info@biokiste-aachen.de)

Internet: [www.biokiste-aachen.de](http://www.biokiste-aachen.de)



## 46. Kalenderwoche 2010

# REZEPTE zur Gourmetkiste

## Kartoffel – Meerrettich - Suppe

### Zutaten:

für 4 Personen

600 g Kartoffeln  
150 g Zwiebeln  
175 ml Weißwein  
1 Liter Gemüsebrühe  
125 g Meerrettich, frisch  
250 ml Sahne  
500 g Nordseekrabben



### Zubereitung:

ca. 45 Min.

Kartoffeln und  
Zwiebeln grob würfeln, anschwitzen.  
Mit Wein und Brühe ablöschen. 30 Minuten garen.

Meerrettich schälen, fein reiben und zufügen.  
Sahne hinzugeben und alles pürieren.  
Nach Geschmack Nordseekrabben hinzufügen.

## Gebratener Rettich

### Zutaten:

für 4 Personen

600 g Rettich  
40 g Zwiebeln  
5 g Ingwer, roh  
20 g Butter  
  
20 ml Wasser  
10 ml Weißwein  
20 ml Zitronensaft  
20 g Meerrettich  
Salz  
5 g Zucker



### Zubereitung:

ca. 35 Min.

Rettich putzen, schälen und halbieren. Dann quer in schmale Stücke schneiden. Die Zwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden, Ingwer schälen und reiben.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln zusammen mit den geriebenen Ingwer andünsten. Die Rettichstifte dazugeben, durchschwenken und ein paar Minuten mitbraten.

Mit Wasser und Weißwein ablöschen. Den Zitronensaft dazugeben, die Hitze reduzieren und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Min. dünsten.

Mit 2-3 EL frisch geriebenem Meerrettich, Salz und Zucker abschmecken. Gehackte Petersilie oder frischen Koriander darüberstreuen. Dazu passt Basmati- oder Vollkornreis.

## Zuckerhutsalat – Suppe mit überbackenen Toastecken

### Zutaten:

für 4 Personen

1 Kopf Zuckerhut  
1 kleine Zwiebel  
2 EL Olivenöl  
1 EL Vollrohrzucker  
2 EL Mehl  
1 l Gemüsebrühe  
1/8 l Milch  
Salz, Pfeffer, Muskatnuss  
4 EL geriebener Bergkäse  
4 EL Vollkorn-Semmelbrösel  
2 EL Olivenöl  
4 Scheiben Vollkorntoast



### Zubereitung:

ca. 30-40 Min.

Zuckerhut waschen, halbieren (einige schöne Blätter zur Dekoration legen) und in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Öl in großem Topf erhitzen, den Zucker darin schmelzen, sofort die Zwiebel zugeben und glasig dünsten. Zuckerhut zugeben und dünsten, bis er zusammen fällt. Mit Mehl stäuben, Brühe aufgießen, aufkochen und Topf vom Herd nehmen. Milch zugeben, alles mit dem Mixstab fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Den Backofengrill vorheizen. Bergkäse mit Bröseln und Öl vermischen, den Mix auf den getoasteten Brotscheiben verteilen und im Ofen kurz überbacken. Die Suppe mit frischen Salatblättern und den überbackenen Toastecken garnieren.