



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



47. Kalenderwoche 2010

REZEPTE zur Gourmetkiste

Posteleinsalat mit Möhre und Apfel

Zutaten:

für 4 Personen

100 g Postelein-Salat
½ Zwiebel
½ TL Kräutersalz
4 EL Obstessig
4 EL Olivenöl
1 Möhre
1 Apfel



Zubereitung:

ca. 20 Min.

Den Postelein schonend waschen.
Die Zwiebel schälen und in kleinste Würfel schneiden. Die Zwiebel mit Kräutersalz, Obstessig und Olivenöl mischen.
Möhren grob raspeln und mit dem in kleine Würfel geschnittenem Apfel mischen. Alles vermengen.

Süßkartoffeln Überbacken

Zutaten:

für 4 Personen

1 kg Süßkartoffeln
4 Tomaten
2 Eier
0,4 L Milch
0,2 L Sahne
100 g Emmentaler,
gerieben
Salz, Pfeffer
Butter



Zubereitung:

ca. 20 Min. + Backzeit 40 Min.

Fetten Sie eine große Auflaufform mit Butter ein. Die Süßkartoffeln werden geschält und nicht zu dünn in Scheiben geschnitten und in die Auflaufform geschichtet. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Nun die Süßkartoffeln mit dem Gemisch aus geschlagenen Eiern, Milch und der Sahne übergießen. Die Menge der Flüssigkeit sollte ausreichen, dass alle Scheiben gut bedeckt sind. Nun noch die Tomaten waschen und ebenfalls in Scheiben schneiden. In der Auflaufform auf den Kartoffeln verteilen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Topinambur-Auflauf etwa 40 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad überbacken lassen.

Gebackener Romanasalat

Zutaten:

für 4 Personen

40 g Pinienkerne
1 Romana

Olivenöl
Balsamico
Salz
Pfeffer
Parmesan



Zubereitung:

ca. 15-20 Min.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und zur Seite stellen. Salat waschen und evtl. ein äußeres Blatt entfernen, so dass ein fester Strunk entsteht. Den Salat vorsichtig vierteln, damit er am Strunk zusammenbleibt.
Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Salatherzen rundherum anbraten. Das ganze mit Balsamico-Essig ablöschen, würzen und kurz weiterdünsten.
Salatherzen auf einem Teller anrichten, mit den Pinienkernen bestreuen und etwas Parmesankäse in Blättchen darüber hobeln..