



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



03. Kalenderwoche 2011

REZEPTE zur Gourmetkiste

Grünkohl mit karamellisierten Kartoffeln

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 60 -70 Min.

750 g festk. Kartoffeln
6 Schalotten
150 g Räucherspeck
40 g Schweine-/Gänseschmalz

250 ml Rinder-/Kalbsfond
1 kg Grünkohl

2 TL Zucker/Salz/Pfeffer
4 Mettwürste

30 g Butterschmalz

2 TL Zucker/Salz

Kartoffeln in der Schale in 20-25 Minuten garen. Kalt abspülen, pellen. Inzwischen die Schalotten abziehen und fein würfeln. Den Speck ebenfalls fein schneiden. Das Schmalz in einem grossen Topf erhitzen. Den Speck zufügen und glasig braten. Mit dem Fond aufgießen, den gewaschenen, von groben Rippen befreien und in Streifen geschnittenen Grünkohl zufügen und mit Salz, Pfeffer und 2 TL Zucker würzen. Den Grünkohl zugedeckt ca. 50 Minuten dünsten. Die Würste auf den Kohl legen, weitere 5-10 Minuten mit geschlossenem Deckel auf kleiner Flamme fertig garen. In einer großen Bratpfanne das Butterschmalz erhitzen, die Kartoffeln hineingeben und unter Wenden hellbraun braten. Salz und 2 TL. Zucker darüber streuen. Die Kartoffeln so lange karamellisieren, bis jede Kartoffeln rundum braun ist und glänzt. Grünkohl abschmecken und mit Wurst und Kartoffeln anrichten.

Schwarzwurzel – Möhren - Curry

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 45 Min.

1 Liter Wasser
3 EL Essig
3 EL Mehl
750 g Schwarzwurzel

2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
400 g Möhren
4 EL Öl
4 EL Curry
400 ml Kokosmilch
100 ml Gemüsebrühe
1 cm Ingwer
Kardamompulver
Salz, Pfeffer
Zitronensaft

Wasser, Essig und Mehl in einer Schüssel verrühren. Schwarzwurzel unter kaltem Wasser kräftig bürsten. Um Verfärbungen an den Händen zu vermeiden, empfiehlt es sich, zur weiteren Verarbeitung der Schwarzwurzeln Handschuhe zu tragen. Die Wurzeln schälen, noch mal waschen, in kleine Stücke schneiden und in das Essig-Mehl-Wasser legen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Möhren schälen und würfeln und zusammen mit Knoblauch, Zwiebeln und Schwarzwurzeln im Öl etwa 5 Minuten andünsten. Die Schwarzwurzeln lassen sich am besten mit einem Schaumlöffel aus dem Essig-Mehl-Wasser holen. Alles mit Curry bestäuben, dann mit Kokosmilch und Brühe ablöschen. Ingwer hinein reiben, unterrühren und ca. 5 Minuten köcheln lassen, dann mit Salz, Pfeffer, Kardamompulver und Zitronensaft abschmecken. Noch etwa 10 Min. köcheln lassen. Falls die Mischung zu dick wird, noch etwas Wasser oder Brühe zugeben.