



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



14. Kalenderwoche 2011

REZEPTE

Weißkohl asiatisch

Zutaten:
für 4 Personen



Zubereitung:
Ca. 30 Min.

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer (frisch)
1 Chilischote
1 TL Rapsöl

1 kg Weißkohl

100 g Couscous oder Reis
500 ml Gemüsebrühe
Sojasauce
Currypulver
Koriander
Salz und Pfeffer
Zucker

Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln.
Ingwer schälen und reiben bzw. in einem Mörser zermahlen.
Chilischote in feine Ringe schneiden.
Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen.
Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Chilischotenringe darin anschwitzen.
Weißkohl putzen, in Streifen schneiden, in die Pfanne geben und leicht anbraten.
Couscous oder Reis zufügen.
Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Sanft gar schmoren lassen.
Mit Sojasauce, Curry und Koriander würzen.
Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und evtl. etwas Zucker abschmecken.

Bärlauch Knöpfe

Zutaten:
Für 4 Portionen

1 Bund Bärlauch
200 g Mehl
4 Eier
1 Prise Salz

Zubereitung:
Ca. 15 Min./Ruhezeit des Teigs 30 Min.

Gehackten Bärlauch und Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde in das Mehl drücken und die Eier dort hinein schlagen.
Mit etwas Salz abschmecken.
Zutaten von Hand oder mit der Küchenmaschine kneten, bis der Teig völlig glatt ist. Dann eine halbe Stunde ruhen lassen.
Den Teig mit dem Spätzlehobel oder von Hand in kochendes Salzwasser schaben.
Die Knöpfe sind fertig, wenn sie an die Oberfläche steigen.
In ein Sieb abgießen und sofort servieren.
Schmeckt gut zu Gulasch oder Braten oder mit etwas flüssiger Butter übergossen zu einem grünen Salat.