



**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)



## 17. Kalenderwoche 2011

# REZEPTE

## **Pflücksalat mit gebratenem Spargel**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



### **Zubereitung:**

Ca. 20 Min.

750 g mitteldicker Spargel  
3 EL Öl

Spargel waschen, schälen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden.  
Öl in eine Pfanne geben und erhitzen.

Salz, Pfeffer, Zucker  
3 EL Balsamico

Spargel darin in etwa 10 Minuten goldbraun braten.

200 g Pflücksalat  
3 EL Balsamico  
4 EL Walnussöl

Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker  
und drei Eßlöffel Balsamico würzen.

Die Pfanne vom Herd nehmen.

Pflücksalat säubern, auf vier Teller verteilen.

Drei Eßlöffel Balsamico, Salz, Pfeffer

und Walnussöl verquirlen und über den Salat geben.

Den warmen Spargel aus der Pfanne nehmen und auf dem Salat  
anrichten.

150 g Schafskäse

Den Schafskäse in Würfel schneiden und über den Salat geben.

Die noch warme Vinaigrette aus der Pfanne über dem Salat  
verteilen.

30 g gehackte Walnüsse

Zum Schluss mit den gehackten Walnüssen bestreuen und gleich  
servieren.

## **Römische Zucchini**

### **Zutaten:**

Für 4 Portionen



### **Zubereitung:**

Ca. 15 Min. – Backzeit im Ofen 20-25 Min.

50 g gewürfelter Speck  
2 EL Olivenöl

Gewürfelten Speck in einer Pfanne in  
Olivenöl anbraten.

1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe

Zwiebel würfeln, zum Speck in die Pfanne geben.

500 g Tomaten

Knoblauchzehe dazu pressen.

1 EL Oregano

Tomaten enthäuten, zerkleinern, ebenfalls in die Pfanne geben.

Salz, Pfeffer

Mit Oregano,  
Salz und Pfeffer würzen.

60 g Sahne

Sahne zufügen. Köcheln lassen, bis eine dickliche Soße entsteht.

500 g kleine Zucchini

Von den Zucchini die Enden abschneiden, längs halbieren und mit  
Salz bestreuen.

2 EL Semmelbrösel

Semmelbrösel,

2 EL Petersilie

Petersilie, Schnittlauch, Parmesan und Sahne verrühren.

1 EL Schnittlauch

Tomatensauce in eine Auflaufform geben.

40 g geriebener Parmesan

Die Zucchinistreifen mit der Kräutermasse bestreichen und auf die  
Tomatensauce setzen.

60 g Sahne

Bei 225-250 °C etwa 20-25 Minuten im Backofen überbacken.