



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



ökokiste

35. Kalenderwoche 2011

REZEPTE zur Gourmetkiste

Joghurtsuppe mit Krabben

Zutaten:

Für 4 Personen



1 Salatgurke

500 g Naturjoghurt

4 EL Sahne

200 g Krabben

1 Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer

1 TL Petersilie, gehackt

1 Bd. Dill, gehackt

etwas Mineralwasser

Zubereitung:

Ca. 20 Min. – 1 Stunde Ruhezeit im Kühlschrank

Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, die Kerne entfernen und in dünne Scheiben schneiden.

Joghurt und

Sahne verrühren. Gurke und

Krabben unterheben.

Die Knoblauchzehe dazupressen und mit

Salz und Pfeffer abschmecken.

Im Kühlschrank für eine Stunde kalt stellen.

Kurz vor dem Servieren die gehackten Kräuter unterheben,

mit kaltem Mineralwasser auf die gewünschte Konsistenz verdünnen.

Zutaten:

für 4 Personen



5 Anchovisfilets

75 g Butter

2 Knoblauchzehen

2 EL Dill, gehackt

schwarzer Pfeffer

4 Maiskolben

Zubereitung:

Ca. 35 Minuten

Anchovisfilets in feine Streifen schneiden.

Die Butter bei Zimmertemperatur weich werden lassen, mit den geschnittenen Anchovis,

durchgepressten Knoblauchzehen,

Dill und

schwarzem Pfeffer aus der Mühle gut durchrühren.

Jeder Maiskolben wird auf ein Stück Aluminiumfolie gelegt, das so groß sein sollte, dass der Maiskolben locker darin eingepackt werden kann.

Vor dem Verschließen der Alufolie die Maiskolben mit der Anchovisbutter bestreichen.

Die Maispäckchen entweder auf dem Grill oder im Ofen unter mehrmaligem Wenden in etwa zwanzig Minuten garen.

Zum Servieren die Alufolie öffnen und die übrig gebliebene

Anchovisbutter in Flöckchen auf den fertig gegarten Maiskolben verteilen.

Maiskolben mit Anchovisbutter