



**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)



## **46. Kalenderwoche 2011**

# REZEPTE

## **Romanasalat mit Radicchio und Parmesan**

### **Zutaten:**

Für 4 Personen



### **Zubereitung:**

Ca. 30 Minuten

1 Romanasalat  
1 Radicchio  
  
2 Eier  
  
2 Sardellen  
1 TL mittelscharfer Senf  
2 EL Naturjoghurt  
20 g geriebener Parmesan  
1½ EL Weißweinessig  
2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer, 1 Prise  
Zucker  
Ein Stück Parmesan  
2 Scheiben Vollkorntoast

Romanasalat und Radicchio waschen, putzen und halbieren. Die Strünke entfernen und die Salate in mundgerechte Stücke teilen, waschen und trocken schleudern.  
Eier in kochendes Wasser legen und in 5 Min. weich kochen, pellen und in ein hohes Gefäß geben.  
Sardellen kalt abspülen, trocken tupfen und grob zerrupfen.  
Sardellenstückchen, Senf, Joghurt, Parmesan, Weißweinessig und Olivenöl zu den Eiern geben und mit dem Pürierstab zu einem cremigen Dressing mixen.  
Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.  
Parmesan mit einem Gemüse- oder Trüffelhobel dünn hobeln.  
Toast in Würfel schneiden, in einer Pfanne ohne Fett rösten.  
Den Salat mit dem Dressing mischen, auf Tellern anrichten, mit Parmesanspänen und Vollkorncroûtons bestreut servieren.

## **Topinambursalat mit Paprika**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



### **Zubereitung:**

Ca. 30 Min.

800 g Topinambur  
  
1 Zwiebel  
3 EL Essig  
Salz, Pfeffer, Zucker  
150 g Joghurt  
150 g Salatcreme  
1 Paprika rot  
1 Gewürzgurke

Topinambur gründlich säubern, in leicht gesalzenem Wasser garen (je nach Größe 10-15 Min.), schälen und in Scheiben schneiden.  
Zwiebel fein würfeln.  
Essig mit 6 EL Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker in einem Topf aufkochen, abkühlen lassen.  
Dann mit Joghurt und Salatcreme zu einem Dressing verrühren.  
Paprika und Gewürzgurke fein würfeln.  
Topinambur, Paprika und Gewürzgurke unter das Dressing mischen.  
Am besten über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.