



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



GUT PAULINENWÄLDCHEN
BIOLAND-HOF

06. Kalenderwoche 2012

REZEPTE

Rübchencremesuppe mit Ziegenfrischkäse

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 20 Min.

500 g weiße Rübchen
1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz
250 ml Wasser

150 g Ziegenfrischkäse
Pfeffer
Kräutersalz
1 EL Sahne
4 Sch. Putenaufschnitt

Rübchen schälen und klein schneiden.

Zwiebel würfeln und in heißem

Butterschmalz anbraten. Rübchen zugeben, kurz mitschwitzen.

Die Hälfte des Wassers zugießen. Die Rübchen in etwa zehn Minuten weich garen.

Ziegenfrischkäse zugeben, erhitzen.

Alles pürieren und mit Pfeffer und

Kräutersalz abschmecken.

Sahne einrühren.

Den Putenaufschnitt in dünne Streifen schneiden und in die Suppe geben.

grüner Salat mit Avocado und Pilzen

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 20 Min.

1 Salat
1 Hähnchenbrustfilet
1 EL Butterschmalz

1 Avocado
1 Zwiebel
150 g Champignons
1 Kiwi

2 EL Aceto balsamico
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Salat putzen und waschen, auf vier Teller verteilen.

Hähnchenbrustfilet würfeln und in heißem

Butterschmalz rundherum knusprig anbraten. Nach etwa fünf Minuten aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen.

Avocado schälen und in dünne Streifen teilen.

Zwiebel fein würfeln.

Champignons abbürsten, dünnblättrig aufschneiden.

Kiwi schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Alles dekorativ über dem Salat auf den Tellern anrichten.

Aus Aceto balsamico,

Olivenöl,

Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und über den Salat geben.