



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

48. Kalenderwoche 2012

REZEPTE

Chinakohlsuppe

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 45 Min.

500 g Chinakohl

Den Chinakohl putzen, waschen und in Streifen schneiden. Einige Streifen zur Seite legen.

100 g Sellerie

Sellerie schälen und würfeln.

100 g Möhren

Möhren schälen und würfeln.

500 ml Wasser

Das Gemüse in einem Topf mit Wasser zum Kochen bringen, salzen und ca. 10 Min. köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und den Chinakohl fein pürieren.

Salz

350 g Hackfleisch

Das Hackfleisch

Fett zum Anbraten

im heißen Fett krümelig anbraten,

1 Zwiebel

Zwiebel und

2 Knoblauchzehen

Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden und zum Hackfleisch geben.

250 ml Sahne

Den Topf mit dem pürierten Chinakohl wieder auf den Herd stellen, Sahne und Hackfleisch zufügen und erhitzen.

Salz, Pfeffer

Mit den Gewürzen abschmecken und evtl. mit etwas Saucenbinder andicken.

Muskatnuss

Evtl. Saucenbinder

Porree-Linsen

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 30 Min.

500 g Porree

Den Porree waschen, in feine Ringe schneiden und in der Butter andünsten.

2 EL Butter

500 ml Hühnerbrühe

Mit der Hühnerbrühe ablöschen und zugedeckt ca. 5 Min. garen.

150 g rote Linsen

Die Linsen einige Minuten in der Lauchbrühe erhitzen,

10 EL Sahne

Sahne und

4 TL scharfer Senf

Senf einrühren und kurz aufkochen.

Salz, Pfeffer

Mit Pfeffer, Salz,

Zitronensaft, Zucker

etwas Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken.

½ Bd. glatte Petersilie

Petersilie hacken und über das Gemüse streuen.

Passt gut zu Fisch und Geflügel.