



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

5. Kalenderwoche 2013

REZEPTE

Topinambur-Schaumsuppe

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 45 Min.

500 g Topinambur

Die Topinamburknollen zuerst mit der Schale gar kochen. Die Knollen schälen, 2-3 Knollen für die Einlage zurücklegen, die restlichen Knollen in grobe Würfel schneiden.

2 Schalotten/Zwiebeln

Schalotten/Zwiebeln klein schneiden und mit den Topinamburstücken in heißem Fett andünsten.

Fett

750 ml Gemüsebrühe

mit Brühe,

250 ml Sahne

Sahne und

20 ml Sherryessig

Essig ablöschen. Die Suppe mixen und durch ein Sieb streichen.

Salz, Pfeffer

Die restlichen Topinamburstücke in der Pfanne mit etwas

½ Bund gehackte Petersilie

Pflanzenfett anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen, Petersilie darüber streuen (etwas zum Garnieren zurückhalten) und in die Suppenteller geben

Ca. 250 g gebratene

Die Entenbrust kalt aufschneiden und auf die Topinamburstücke legen.

Entenbrust

2 EL geschlagene Sahne

Die Suppe mit der geschlagenen Sahne aufmischen und über das Gemüse und die Entenbrust gießen.

Balsamico

Mit Petersilie und einigen Tropfen Balsamico garnieren

Avocado-Pesto

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 10 Min.

1 reife Avocado

Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel ausschälen und in den Mixer geben.

3 Knoblauchzehen

Die Knoblauchzehen pellen und grob hacken. Zusammen mit Basilikum,

Je 1 Handvoll Basilikum- und Petersilien-Blätter

Petersilie

50 g geriebenen Pecorino

und Käse zum Avocadofleisch geben.

2 EL Olivenöl

Nun alles miteinander zu einer relativ festen Paste pürieren und langsam Öl und

1 EL Balsamico-Essig

Balsamico einlaufen lassen, sodass eine geschmeidige Masse entsteht.

Salz, Pfeffer

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Passt gut zu diversen Pasta-Sorten, schmeckt aber auch als Brotaufstrich.