



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



45. Kalenderwoche 2013

REZEPTE zur Gourmetkiste

Apfel-Feigen-Chutney

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 40 Min

1 kg Äpfel
50 g Ingwer
150 g Zucker
50 g gem. Mandeln
1 EL gelbes Senfpulver
Salz
100 ml milden Essig

Äpfel schälen, vierteln, entkernen, in Würfel schneiden.

Ingwerwurzel schälen, in Stücke schneiden.

Beides mit Zucker,

Mandeln,

Senfpulver,

Salz und

Essig vermengen, zum Kochen bringen und etwa 30 Minuten dünsten lassen.

Feigen waschen, enthäuten, in kleine Stücke schneiden, hinzufügen und etwa 15 Minuten mitdünsten lassen.

Chutney kochendheiß in Gläser mit Twist-off-Deckel füllen, sofort verschließen. 5 Minuten auf dem Deckel stehen lassen.

3 frische Feigen

Passt gut zu kräftigem Käse oder gebratenem Fleisch.

Postelein-Salat mit Äpfeln und Maronen

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 30 Min.

1 – 2 Schalotten
1 EL Öl
Pfeffer
1 TL Honig

Schalotte halbieren und in Ringe schneiden. Anschließend mit etwas geschmacksneutralem Öl,

einer Prise Pfeffer und

Honig in der Pfanne anbraten, dann aus dem Öl nehmen und erkalten lassen.

1 Paket Maronen, vorgegart

Maronen nach Packungsanweisung zubereiten.

150 g Posteleinsalat
1 mittelgroßer Apfel

Postelein waschen und trocken schleudern.

Apfel waschen und ungeschält in kleine Stücke schneiden.

Kräuter nach Wahl
3 EL Balsamico bianco
4 EL Öl
1 TL Honig
Bunter Pfeffer
½ TL Kräutersalz

Für das Dressing Kräuter,

Essig,

Öl,

Honig,

Pfeffer und

Kräutersalz vermengen. Anschließend mit einigen kleinen Apfelstücken und zwei Maronen mit dem Pürierstab schaumig pürieren.

Die Maronen vierteln. Den Postelein mit Apfelstücken, Maronen und den karamellisierten Schalotten auf Tellern anrichten und das Dressing darüber geben.