



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

51. Kalenderwoche 2013

REZEPTE

Cremige Porree-Hackfleischsuppe

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 25-30 Min.

1 Paprika, rot
700 g Porree
Olivenöl
500 g Hackfleisch
Pfeffer, Salz

Das Gemüse putzen und waschen, die Paprika in Würfel schneiden, Porree in feine Ringe schneiden.

Olivenöl im Topf erhitzen und das Gehackte darin krümelig braten.

Mit Pfeffer und Salz würzen.

Porree und Paprika dazugeben und kurz mitbraten.

Paprikapulver
1,5 l Brühe
2 Becher Schmand

Mit Paprikapulver würzen

Mit der Gemüsebrühe ablöschen und das Ganze ca. 10 Min. köcheln lassen. Schmand unterrühren und nochmal mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.

TIPP: Damit die Suppe noch besser sättigt, kann man 3-4 Kartoffeln fein würfeln und mitkochen.

Steckrübeneintopf

Zutaten

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 45 Min.

1 kg Steckrüben
400 g Porree
300 g Möhren
750 g Kartoffeln
2 große Zwiebeln

Steckrübe,

Porree,

Möhren,

Kartoffeln und

Zwiebeln putzen, waschen und würfeln bzw. den Porree in Ringe schneiden.

2 EL Öl

Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anbraten. Das restliche Gemüse zufügen und kurz mitbraten.

1 EL Zucker
Cayennepfeffer

Mit 1 - 2 EL Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Mit Cayennepfeffer würzen und mit

500 ml Gemüsebrühe

500 ml Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen lassen. Alles zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen, bei Bedarf noch etwas Brühe dazugeben.

4 Mettenden
Salz, Pfeffer

10 Min. vor Ende der Garzeit die Mettwürste zum Gemüse geben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.