



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

5. Kalenderwoche 2014

REZEPTE

Paprika-Schwarzwurzel-Gemüse



Zutaten:

Für 4 Personen

Zubereitung:

Ca. 30-40 Min.

500 g Schwarzwurzeln

Die Schwarzwurzeln mit Handschuhen schälen, waschen und in Essigwasser legen.

1 Paprika, grün

Die Paprikaschoten entstielen, entkernen und von innen und außen waschen und trocknen. Dann in feine Streifen schneiden.

1 Paprika, rot

100 ml Gemüsebrühe

Die Schwarzwurzeln in 100 ml Gemüsefond

8 Tropfen Tabasco

mit dem Tabasco und

1 TL Salz

dem Salz in einem Topf mit Deckel aufkochen lassen und ca. 3 - 5 Min. garen. Dann die Paprikaschoten zugeben. Noch einmal aufkochen lassen und die Herdplatte abstellen. Auf der heißen Herdplatte noch so lange ziehen lassen, bis die Petersilie gewaschen, geschleudert und fein gehackt ist.

1 Bd. Petersilie

etwas Pfeffer

200 g Crème fraiche

Nun den Pfeffer,

1 TL Limettensaft

den Limettensaft und die Petersilie unterheben und direkt servieren.

Kartoffel-Steckrüben-Rösti mit Räucherlachs

Zutaten

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 40 Min.

2 Zwiebeln

Zwiebel schälen und fein würfeln.

600 g Kartoffeln

Kartoffeln und

400 g Steckrübe

Steckrübe schälen und grob raspeln. Zwiebel, Kartoffeln und Steckrübe

2 EL Mehl

mit Mehl und

2 Eigelb

Eigelb gut verrühren und mit

Salz, Pfeffer, Muskat

Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen.

Öl

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Mit einem Esslöffel kleine Mengen der Rösti-Masse portionsweise in die Pfanne geben und flach drücken und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 - 4 Minuten knusprig braun braten. Bereits gebratene Röstis im Ofen warm halten. Mit

200 g Räucherlachs

Lachs und

Sahnemeerrettich

Sahnemeerrettich servieren.