



**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](mailto:info@biokiste-aachen.de)

Internet: [www.biokiste-aachen.de](http://www.biokiste-aachen.de)



ökokiste

## **48. Kalenderwoche 2011**

# **REZEPTE zur Gourmetkiste**

## **Kaki-Pudding**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



### **Zubereitung:**

ca. 50 Min. – davon 35-40 Minuten im Ofen bei 190° Grad

400 g Kaki

Mit einem Löffel das Fruchtfleisch aus den Kakis lösen und im Mixer pürieren.

1 Ei

Das Ei in einer Schüssel verquirlen.

200 ml Buttermilch

Buttermilch,

200 g Rohrzucker

Zucker,

3 EL Butter

zerlassene Butter,

125 g Mehl

Mehl und Kakipüree dazu geben und alles gründlich verrühren.

Die Mischung in eine flache Auflaufform gießen.

Den Pudding im Ofen backen, bis er oben gleichmäßig gebräunt

ist. In Stücke teilen und warm servieren.

1 Dose Vanilleeis

Nach Belieben Eiscreme dazu reichen.

**Tipp: Kaki kann man auch roh mit der Schale genießen. Je reifer, desto süßer ist die Frucht. Bei starker Reife empfiehlt sich das Auslöpfeln wie z. B. bei einer Kiwi.**

## **Dorsch mit Rettich und Gurke**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



### **Zubereitung:**

ca. 30 Min.

4 Dorschfilets

Die Fisch-Filets werden zunächst mit

Salz, Pfeffer

Salz, Pfeffer und

1 EL Limettensaft

Limettensaft gewürzt.

1 Gurke

Aus der Gurke werden die Kerne entfernt und das Fruchtfleisch wird in Würfel geschnitten und gesalzen.

200 g Rettich

Den Rettich schälen und auf der Gemüsereibe grob raspeln.

1 Chili

Die Chilischote fein hacken.

1 EL Weinessig

Gurke, Chili und Rettich in einer Schale vermengen und mit dem Weinessig und

1 EL Zucker

Zucker anmachen.

1 EL Öl

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Dorsch darin von beiden Seiten jeweils zwei bis drei Minuten braten.

1-2 EL Sesamkörner

Die Sesamkörner in einer separaten Pfanne trocken rösten, bis sie zu duften beginnen.

Den Fisch auf vier Tellern anrichten, die Gemüsemischung darüber geben und mit den gerösteten Sesamkörnern bestreut servieren.