



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



02. Kalenderwoche 2012

REZEPTE zur Gourmetkiste

Pilzomelette mit Kräuterseitlingen

Zutaten:

für 4 Personen

1 Zwiebel
200 g Schinken
200 g Kräuterseitlinge
1 EL Butter

Salz, Pfeffer
4 Eier
2 EL Milch
2 EL geriebenen Parmesan

Zubereitung:

ca. 20 Min.

Zwiebel und Schinken fein würfeln.
Kräuterseitlinge in dünne Scheiben schneiden.
Butter in einer Pfanne erhitzen.
Zwiebelwürfel, Schinken und Kräuterseitlinge in der Butter einige Minuten anschwitzen.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Eier in einer Schüssel mit der Milch, dem geriebenen Parmesan und etwas Salz verquirlen.
Die Masse in die Pfanne über die Pilze geben, etwa fünf Minuten bei schwacher Hitze stocken lassen.
Dann das Omelette wenden und auf der anderen Seite noch einmal vier bis fünf Minuten erhitzen.

Steckrübensuppe mit gebratenem Rosenkohl

Zutaten:

für 4 Personen

500 g Steckrüben
700 ml Gemüsebrühe
100 g saure Sahne
Salz, Pfeffer
1 Zwiebel
250 g Rosenkohl

1 EL Olivenöl

Zucker



Zubereitung:

ca. 10 Min. + 15 Min. Backzeit

Steckrüben in Würfel schneiden und in der Brühe in etwa 10 Minuten weich kochen.
Mit der sauren Sahne vermengen und pürieren.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Zwiebel in halbe Ringe schneiden,
Rosenkohl halbieren und in kochendem Salzwasser für fünf Minuten blanchieren, abschütten und in Eiswasser abschrecken.
Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, darin Zwiebel und Rosenkohl braten. Dies empfiehlt sich zunächst auf kleiner Flamme, damit alles schön gar wird und dann mit etwas mehr Hitze, damit alles eine schöne Farbe bekommt.
Zum Schluss alles mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen.
Die Suppe in Schalen füllen und das gebratene Gemüse darauf anrichten.

Dazu passen im Ofen geröstete Brotscheiben, die mit Knoblauch abgerieben wurden.