



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



32. Kalenderwoche 2012

REZEPTE zur Gourmetkiste

Antipasti

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 30-40 Min. + Ruhezeit (am besten über Nacht)

300 g Aubergine
150 g Zucchini
Salz

Aubergine und Zucchini waschen, trockenreiben und den Stielansatz entfernen. Beides in Scheiben schneiden, auf einem großen Brett ausbreiten und leicht mit Salz bestreuen. Das Gemüse etwas ziehen lassen, bis sich Wasser bildet. Gemüse mit Küchenkrepp trocken tupfen. Paprika halbieren, weiße Kerne und Häute entfernen und die Paprika in mundgerechte Stücke schneiden.

3 Paprika

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen und das Gemüse bissfest braten.

6 EL Olivenöl

2 Knoblauchzehen
Pfeffer

Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden und zum Gemüse in die Pfanne geben. Mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen und mit Balsamico-Essig ablöschen. Gemüse mit Bratenfond in eine Auflaufform füllen. Schwarze Oliven, Kapern und frischen Basilikum zufügen und die Antipasti zugedeckt möglichst über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren Pinienkerne in einer Pfanne trocken anrösten, bis sie anfangen zu duften. Antipasti auf einer Platte anrichten und mit den Pinienkernen bestreuen.

2 EL Balsamico-Essig
10 schwarze Oliven
2 TL Kapern
2 EL Basilikum
20 g Pinienkerne

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 15 Min.

2 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
1 EL Essig,
Salz, Pfeffer,
Thymian,
½ Wassermelone,
½ Salatkopf

Olivenöl, Zitronensaft, Essig, Salz und Pfeffer kräftig aufschlagen und Thymianblättchen zugeben. Kalt stellen. Wassermelone in Spalten schneiden und anschließend würfeln. Salatkopf putzen und Blätter in mundgerechte Stücke teilen. Salatblätter auf tiefe Teller legen und rundherum mit Salatsauce beträufeln.

150 Schafskäse
1 EL Kürbiskerne
1 EL Sonnenblu.-Kerne
16 Oliven, schwarz

Schafskäse in Würfel schneiden
Kerne rösten,
Melonenstücke, Fetastücke, Oliven, Salatblätter, Kürbis- und Sonnenblumenkerne dekorativ auf dem Blattsalat verteilen und sofort servieren.

Melonen-Feta-Salat