



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

48. Kalenderwoche 2013

REZEPTE

Steckrübensuppe mit Paprika

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 35 Min.

2 Zwiebeln
1 Zehe Knoblauch
1 EL Margarine
1 kg Steckrüben

500 ml Gemüsebrühe
250 g Paprika rot

200 g Schlagsahne
Salz und Pfeffer
Currypulver
2 EL Petersilie

Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln und andünsten.
Steckrüben waschen, schälen und in Würfel schneiden. Dann zu den Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und weiter 5 Minuten dünsten.
Brühe zugießen, den Topf schließen und etwa 10 Minuten köcheln.
Paprika waschen, in Würfel schneiden, ebenfalls hinzugeben und weitere 10 Minuten kochen. Die Hälfte der Suppe pürieren und mit dem Rest vermengen.
Schlagsahne dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen.
Das Essen anrichten und mit Petersilie bestreuen.

Mangoldrollen mit Hirsefüllung

Zutaten

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 60 Min.

250 g Hirse
½ l Gemüsebrühe
700 g Mangold
Etwas Kräutersalz

2 Eier
Olivenöl
2 – 3 Zehen
Knoblauch

Salz

50 g Bergkäse

Hirse nach Packungsanleitung in der Gemüsebrühe aufkochen. 15-20 Minuten quellen lassen.
In der Zwischenzeit den Mangold waschen und die Stiele abschneiden.
Etwas Wasser mit Kräutersalz aufkochen und die Mangoldblätter in kleinen Portionen jeweils ca. 1 Minute darin blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die Brühe aufheben. Die Mangoldstiele fein würfeln, in Fett andüsten und ca. 5 min. garen.
Eier quirlen und mit 2 EL Öl unter die Hirse mischen.
Knoblauch schälen, durch die Presse drücken.
Zusammen mit den Mangoldstielwürfeln ebenfalls mit der Hirse vermischen. Mit Kräutersalz abschmecken.
2-3 Mangoldblätter aufeinander legen. 1-2 EL der Füllung darauf geben, zusammenrollen. Die Rollen dicht nebeneinander in eine große Pfanne legen. Dann ca. fingerhoch Blanchierbrühe hineinfüllen. Mangoldrollen leicht salzen und ca. 3 EL Olivenöl darüber geben. In der geschlossenen Pfanne 10 Minuten dünsten.
Zum Schluss mit dem geriebenen Bergkäse bestreuen und noch so lange stehen lassen, bis er geschmolzen ist.