



Wir sagen Danke,

..... dass wir Sie durch das letzte Jahr begleiten und mit unseren Köstlichkeiten verwöhnen durften, Sie uns die Treue gehalten und kleine Fehler verzeihen haben, wenn etwas nicht so gelaufen ist, wie es sollte.

Und - wir freuen uns, auf ein neues, spannendes Jahr mit Ihnen und wünschen Ihnen und Ihren Familien einen guten Rutsch ins neue Jahr !



Ihr Biomitter-Team, Karin Diewald-Kunstfeld und Wolfgang und Sabine Mitter



Die Biowichtel, die täglich fleissig Ihre Kistel packen wünschen Ihnen einen guten Rutsch ins neue Jahr !



Gulaschfleisch

Angebot für die KW03 (14.01.-18.01.2019)
Bestellschluss: 07.01.2019

Rinder Gulaschfleisch geschn. ca. 500g	€ 22,90/ kg
Rinder Gulaschfleisch im Ganzen ca. 500g	€ 22,90/kg
Kalb Gulasch geschn. ca. 500g	€ 31,80/ kg
Kalb Gulasch im Ganzen ca. 500g	€ 31,80/ kg

Schweinefleischangebot

Auslieferung in KW04 (21.01.-25.01.2019)
Bestellschluss: 14.01.2019

Schw. Schnitzel geschnitten 2 Stk. ca. 300g	€ 29,98/kg
Schw. Schnitzel geschnitten 5 Stk. ca. 750g	€ 29,98/kg
Schw. Schitzel ganz ca. 500g	€ 29,50/kg
Schw. Kotelett o. Kn. abgez. 2 Stk. ca. 400g	€ 32,98/kg
Schw. Kotelett o. Kn. abgez. 5 Stk. ca. 850g	€ 32,98/kg
Schw. Schopf geschn. 2 Stk. ca. 350g	€ 24,98/kg
Schw. Lungenbraten 1 Stk. ca. 600g	€ 45,40/kg

Info zu Lieferungen in KW01 (01.01.-06.01.2019)

Liefertag Montag u. Dienstag : ENTFALLEN
Liefertag Mittwoch: kommt Donnerstag
Liefertag Donnerstag: kommt Freitag
Liefertag Freitag: kommt Samstag

**Bestell- und Änderungsschluss für
Donnerstag und Freitag: Freitag, 28.12.2018, 11 Uhr
Samstag Lieferungen: Mittwoch, 02.01.2018, 10 Uhr**

Bitte die Urlaubsmeldungen rechtzeitig mitteilen. Zu spät eingelangte Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

Fenchelgratin

Zutaten für 3 Personen: 1 EL Butter für die Form, 300 g Erdäpfel, 400 g Fenchel, 1 Knoblauchzehe, 4 TL Semmelbrösel, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 100 g geriebener Parmesan

Zubereitung: Fenchel putzen (Fenchelgrün beiseitelegen), waschen und in nicht zu dünne Scheiben schneiden. In einem Topf mit Salzwasser blanchieren. Erdäpfel weichkochen, schälen und in Scheiben schneiden. Erdäpfel und Fenchel in eine gebutterte Auflaufform schichten, mit Salz, Pfeffer und Muskat bestreuen. Mit Parmesanspänen belegen. Semmelbrösel mit kleingeschnittenem Knoblauch, Salz und Pfeffer mischen, über das Gratin streuen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Backrohr bei 200°C etwa 10 Min. backen. Anschließend mit dem Fenchelgrün bestreut servieren. Passt als vegetarisches Hauptgericht oder als Beilage zu Fisch und hellem Fleisch.

Pastinaken orientalisches

Zutaten für 4 Personen: 500 g Pastinaken, Saft 1 Limette, 6 E Honig, 1 TL Paprikapulver, 1 TL Kurkuma gemahlen, 1 TL Currypulver, 1 TL Schwarzkümmel, 1 TL Zimtpulver, 180 ml Olivenöl, 1 TL Salz

Zubereitung: Pastinaken, schälen, stifteln, in Salzwasser bissfest garen und abgießen. Inzwischen alle übrigen Zutaten mit dem Mixstab gut verquirlen, unter die noch warmen Pastinaken heben und mindestens eine Stunde ziehen lassen. Dann noch einmal gut mit der Marinade mischen. Schmeckt kalt als Antipasti oder zu Blattsalaten, sowie lauwarm zu Fisch und/oder Reis.

Tipp: Die Pastinaken lassen sich gut vorbereiten und sind im Kühlschrank mindestens 5 Tage haltbar. Man kann sie nach dem Abkühlen im Topf vorsichtig erwärmen.

Wintersalat mit Sauerkrautnockerl

Zutaten für 2 Personen: verschiedene Blattsalate wie Chinakohl, Zuckerhut, Vogerlsalat, 50 ml Apfelessig, 40 ml Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer
Sauerkrautnockerl: 500 g mehliges Kartoffeln, 300g Sauerkraut, 2 Eidotter, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, etwas Kartoffelstärke, 2 EL Sonnenblumenöl
Zubereitung: Salate waschen, schneiden und nach Geschmack marinieren. Auf Tellern anrichten.

Sauerkrautnockerl: Kartoffeln kochen, auskühlen lassen und raspeln. Das Sauerkraut mehrmals durchschneiden. Alle Zutaten (ausgenommen das Öl) vermengen. Mit zwei großen Löffeln 12-16 Nockerl formen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Nockerl bei mittlerer Hitze etwa 5 Min. braten. Die fertiggebratenen Nockerl auf den Salat setzen.

Zuckerhutsalat mit Orangen

Zutaten: 1 Zuckerhut, 1 Orange, Salz, Pfeffer, Zucker, Orangensaft, Himbeeressig, Olivenöl, Schlagobers
Zubereitung: Zuckerhut in ca. 1 cm breite Streifen schneiden, in die Salatschleuder geben, mit warmem Wasser waschen, abtropfen und ausschleudern.

Orange schälen, in kleine Würfel schneiden. Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, etwas Orangensaft und 3 EL Schlagobers, 1 EL Zucker in der Salatschüssel zu einer Marinade verrühren, Orangenviertel und Zuckerhut dazugeben und gut vermischen und abschmecken. Ein paar Minuten ziehen lassen und servieren.

Tipp: Kann auch mit Chinakohl zubereitet werden.

Chinakohl überbacken

Zutaten für 4 Personen als Beilage: 1 Kopf Chinakohl, 1 l Suppe, 100 g geriebener Käse, 1 Becher Sauerrahm, 1 Zwiebel feingehackt, 1 EL Petersilie, Salz, Pfeffer, evtl. geriebene Muskatnuss

Zubereitung: Chinakohl putzen, vierteln (er darf nicht auseinander fallen!), in der Suppe weich kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. In eine befettete Auflaufform legen. Fein gehackte Zwiebel mit Sauerrahm und den Gewürzen zu einer Sauce verrühren und über den Chinakohl gießen, mit Käse bestreuen. Bei 180°C-200°C ca. 10 Min. überbacken.

Scharfe Schwarzwurzelsuppe

Zutaten für 4 Personen: 250g Schwarzwurzeln, 2 EL Olivenöl, 2 Zwiebeln, 100ml Weißwein, 6 TL Crème fraîche, 100ml Schlagobers, Salz, Pfeffer, Muskat
Zubereitung: Schwarzwurzeln schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und sofort in Zitronenwasser einlegen. Zwiebel schälen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schwarzwurzeln und Zwiebeln darin anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsefond aufgießen. Anschließend mit einem Pürierstab gut durchmischen und nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Tipp: Vor dem Servieren mit Schlagobers und Crème fraîche verfeinern und Kräutern bestreuen.

Ziegenkäse auf Rettichscheiben

Zutaten für 4 Personen: 400g Rettich schwarz, Salz, Pfeffer, 1 TL Rapsöl, 4 Ziegenkäsebällchen, 2 EL Balsamico, 4 EL Rapsöl, 1 EL Kapern
Zubereitung: Rettich schälen, 4 etwas dickere und den Rest in dünnere Scheiben schneiden. Die dünnen Scheiben salzen und ziehen lassen. Backofen vorheizen, ein Blech mit Alufolie auslegen und dünn mit Öl bestreichen. Die ungesalzene dicken Rettichscheiben darauf geben und mit jeweils einem Ziegenkäse belegen. 4 Min. überbacken. Den gesalzenen Rettich mit Küchenkrepp abtupfen, auf 4 flache Teller verteilen. Mit Balsamico und Olivenöl beträufeln. Mit Kapern und Pfeffer bestreuen. Je 1 Rettichscheibe mit Käse dazugeben.

FENCHEL

ZUCKERHUT

CHINAKOHL

PASTINAKEN

SCHWARZWURZELN

SAUERKRAUT

RETTICH