

25.05.2020- 29.05.2020

Grillfleisch

Auslieferung in KW24 (08.06.- 13.06.2020)

Bestellschluss: 01.06.2019 / 12 Uhr

Spareribs mariniert ca. 500g	€ 23,70/kg
Schw.Bauchstreifen mariniert 2 Stk. ca. 300g	€ 20,40/kg
Schw.Kotelett mariniert o. Kn. 2 Stk. ca. 350g	€ 33,50/kg
Schw.Schopf mariniert 2 Stk. ca. 350g ausgel. abgez.	€ 25,50/kg

GRILLEN einmal anders

lass dein Fleisch & Gemüse über die Planke gehen

PLANKEN-GRILLEN - schon davon gehört? Für mich ist das neu und ich habe das vom Biohof Achleitner erstmals gehört.

Das Grillen auf dem Räucherbrett liegt ganz im Trend und ist für alle unwiderstehlich, die rauchige Noten lieben. Alles begann mit der Rotzeder, deren Holz amerikanische Ureinwohner nicht nur zum Boot- und Hausbau, sondern auch zum Garen von Fisch nutzten. Mit Holzplanken kann Fisch, Fleisch und Gemüse schonend gegrillt werden, sodass dieses wunderbar zart und saftig bleibt. Gleichzeitig verleiht das Holz dem Grillgut herrliche Raucharomen. Egal ob Holzkohle-, Gas- oder Elektrogill, das unbehandelte Holz-Räucherbrett kann überall verwendet werden.

Wichtig ist nur, dass der Grill über einen Deckel verfügt und du das Brett vorm Grillen für ca. 1 Stunde wässerst und danach mit Öl bestreichst. Interessant, einfach ausprobieren !

Lamm-Grillfleisch

Auslieferung in KW25 (15.06. - 19.06.2020)

Bestellschluss: 08.06.2020 / 12 Uhr

Lamm-Mischpaket natur ca. 1,5 kg	€ 38,60/kg
Lamm-Mischpaket mariniert ca. 1,5 kg Keule, Schulter, Kotelett (alles geschnitten)	€ 39,60/kg
Lamm-Grillspieß natur ca. 0,5 kg	€ 49,50/kg
Lamm-Grillspieß mariniert ca. 0,5 kg 5 Stk. Spieße, ca. 0,5 kg	€ 50,60/kg
Lamm-Kotelett natur ca. 1,0 kg	€ 37,90/kg
Lamm-Kotelett mariniert ca. 1,0 kg	€ 38,90/kg



Sommer -
Telefonzeiten
vom 08.06. -
25.09.2020

Vom 08.06. - 25.09.2020 sind wir telefonisch von

Montag - Freitag, von 08.00 - 12.00 Uhr

erreichbar. Sie können uns aber **gerne eine Nachricht auf dem AB sprechen oder ein Mail schreiben**, Sie erhalten in **jedem Fall eine Antwort** von uns.

Liefertagverschiebung in KW23

Am Montag, 01. Juni ist ein Feiertag.

Deshalb **verschieben sich in dieser Woche ALLE LIEFRUNGEN auf den FOLGETAG !**
Der Bestellschluss bleibt wie gehabt !

Liefertagverschiebung in KW24

Am Donnerstag 11. Juni ist ein Feiertag.

Deshalb **verschieben sich in dieser Woche die Donnerstag- und Freitaglieferungen auf den Folgetag.**
Der Bestellschluss bleibt wie gehabt !

Die Urlaubszeit beginnt

Wir bitten Sie deshalb, uns **rechtzeitig, d. h. mind. 3 Werktage vor Ihrem Liefertag** Bescheid zu geben, wenn Sie keine Lieferung wünschen. Sie können Ihre Abopause auch über den Onlineshop erfassen.

Zu spät eingelangte Meldungen können wir leider nicht berücksichtigen.

Schafkäse gegrillt auf Mangold



Zutaten für 4 Personen: 400g Bund Mangold, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, Olivenöl, 150 g Schafskäse, Salz, Pfeffer, frischer Thymian, Pinienkerne

ZUBEREITUNG: Backofen auf 180 °C vorheizen. Mangoldblätter in Streifen, Stiele in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch in Stücke schneiden und in Olivenöl andünsten. Zuerst Mangoldstücke dazu geben, dann die Blattstreifen. Gemüse salzen und pfeffern. Schafskäse in Scheiben schneiden mit Olivenöl beträufeln, mit frischem Thymian bestreuen, salzen und pfeffern. Im Backofen ca. 4 Minuten „grillen“. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Schafskäse auf das Gemüse legen und mit Pinienkernen bestreuen.



Frühkrautstrudel

Zutaten: 500 g Frühkraut, 1-2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, Butter zum Anrösten, 150 g Speckwürfel, 300 g Rinderfaschiertes, Salz, Pfeffer, Majoran, 100 ml Suppe, 1 Pkg. Strudelteig, 1 Ei zum Bestreichen

ZUBEREITUNG: Frühkraut vierteln, Strunk keilförmig heraus schneiden, Kraut in Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in Butter anschwitzen, Speck und Faschiertes zugeben, kräftig durchrösten, bis das Faschierte krümelig zerfällt. Krautstreifen hinzugeben, mitrösten. Mit Suppe aufgießen und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Mit den Gewürzen gut abschmecken. Strudelteig auf Geschirrtuch ausrollen, Krautmasse auf dem vorderen Drittel verteilen, Strudel mithilfe des Geschirrtuches einrollen, Enden einschlagen, Teig mit Ei bestreichen, auf ein Backblech (Backpapier) legen, bei 200°C 30 Minuten backen. Dazu passt ein Schnittlauch Dip.



Nudelsalat

Zutaten für 4 Personen: 200 g Spiralen, 1 Zucchini, 1 Melanzani, 1 Paprika, 5 Knoblauchzehen, 30 g Parmesan, 2 EL Olivenöl, etwas Dill, Oregano, 3 EL Balsamico, 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG: Die Nudeln al dente garen. Abschütten und mit kaltem Wasser abschrecken. Die Melanzani waschen, in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl leicht gesalzen ca. 20 Min. anbraten. Zucchini und Paprikaschote währenddessen waschen in kleine Stücke schneiden und zugeben. Die Knoblauchzehen in feine Streifen schneiden und mit den Nudeln vermischen. Dill, Oregano und den hauchdünnen Parmesan untermischen. Zum Schluss das ausgekühlte Gemüse hinzufügen und mit Balsamico, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

TIPP: auch Zucchini, Kohrabi, Pilze, kann man dazugeben.

Mangold-Kartoffelrösti mit Dipp



Zutaten für 4 Personen: Rösti: 250 g Mangold, 750 g Kartoffeln, 1 Ei, 1 leicht gehäufter EL Mehl, Salz, Pfeffer Dip: 250 g Topfen, 125 g Joghurt, 3 EL Milch, Salz, Pfeffer, 1 Bund Radieschen, 1 Gemüsezwiebel, frischer Schnittlauch, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG: Radieschen, Gemüsezwiebel und Schnittlauch fein schneiden. Topfen mit Joghurt und Milch glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen, Radieschen und Zwiebel unterheben, mit Schnittlauch bestreuen. **Rösti:** Mangold blanchieren, grob hacken, Kartoffeln schälen und fein raspeln. Ei, Mehl, Kartoffeln und Mangold vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und 20 kleine goldbraune Rösti darin braten.



Gemüse überbacken

Zutaten für 4 Personen: gut ¼ kg Gemüse (Kohlrabi, Broccoli, Karotten, Kartoffeln, Zucchini, ...) für die Sauce: ¼ l Suppe, ⅓ l Schlagobers, 2 Dotter, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Zitronensaft, Öl, Butter, Mehl

ZUBEREITUNG: Gemüse putzen, klein schneiden oder zerteilen und alles bissfest garen. 3 EL Mehl in 3 EL Butter hell anschwitzen, mit Suppe und Obers aufgießen, unter ständigem Rühren dick einkochen, vom Herd nehmen, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronensaft würzen, Dotter einrühren. Rohr auf 180°C erhitzen, Gemüse in eine Auflaufform schichten, mit der Sauce übergießen und im heißen Rohr 15 Minuten überbacken.



Frühlingssalat mit Honighühnchen

Zutaten für 4 Personen: 1 Blattsalat, 1 Jungzwiebel, 3 Radieschen, 3 EL Essig, 3 EL Öl, 2 TL süßer Senf, 1 TL Ketchup, 1 TL Honig, 4 EL Wasser, 1 EL Sesam, Salz, Pfeffer. 500 g Hühnerbrust, 3 EL Mehl, 3 EL Kokosfett, 6 EL Soja Sauce, 3 EL Honig, 2 EL Sesam, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Wasser, Chili, Salz, Pfeffer.

ZUBEREITUNG: Salat waschen und in mundgerechte Stücke reißen. Jungzwiebel in Ringe und Radieschen in Scheiben schneiden. Alle Zutaten für das Dressing vermengen und kurz vor dem Servieren über den Salat gießen.

Hühnerbrust in 5mm Scheiben schneiden, in Mehl wälzen und in Kokosfett anrösten. Soja Sauce, Honig, Sesam, gepressten Knoblauch und Wasser miteinander vermischen und zum Fleisch in die Pfanne geben. Würzen. Leicht aufkochen, Temperatur zurückdrehen und noch etwas durchziehen lassen bis es eine ähnliche Konsistenz wie Honig hat. Gemeinsam mit dem Salat servieren.