

22.06.2020- 03.07.2020

Rindfleisch

Auslieferung in KW28 (06.07.- 10.07.2020)
Bestellschluss: 29.06.2020 / 12 Uhr

Rinder Beried geschn. 2 Stk. ca. 400g	€ 49,98/kg
Rinder Beiried im Ganzen ca. 600g	€ 49,98/kg
Rinder Schnitzel geschn. 2 Stk. ca. 350g	€ 30,95/kg
Rinder Schnitzel geschn. 5 Stk. ca. 850g	€ 30,95/kg
Rinder Rostbraten im Ganzen ca. 500g	€ 37,70/kg
Rinder Tafelspitz ca. 750g	€ 38,60/kg
Rinder Gulasch geschn. ca. 500g	€ 22,90/kg

Grillfleisch

Auslieferung in KW29 (13.07.- 17.07.2020)
Bestellschluss: 06.07.2019 / 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

Würstel und Leberkäse - geht immer ...

Bestellschluss 6 Werktage vor Liefertag

Käsekrainer 2 Stk-Pkg. ca. 240g	€ 7,26/Pkg.
Bratwürstl v. Schwein dünn 2 Paar-Pkg. 220g	€ 5,88/Pkg.
Bratwürstl v. Lamm 2 Paar-Pkg. 220g	€ 6,93/Pkg.
Knacker 2 Stk-Pkg. ca. 280g	€ 5,06/Pkg.
Berner-Würstl 3 Stk.-Pkg. ca. 250g	€ 8,19/Pkg.
Leberkäse natur 2 Scheiben ca. 220g	€ 4,20/Pkg.
Frankfurter 2 Paar Pkg. ca. 250g	€ 6,09/Pkg.

Putenfleisch

Auslieferung in KW31 (27.07.- 31.07.2020)
Bestellschluss: 20.07.2020 / 12 Uhr

Puten Filet geschnitten 2 Stk. ca. 300g	€ 49,90/kg
Puten Filet geschnitten 5 Stk. ca. 750g	€ 49,90/kg
Puten Filet ganz ca. 500g	€ 49,90/kg
Puten Rollbraten ca. 500g	€ 24,95/kg
Puten Ragout geschnitten ca. 500g	€ 24,95/kg
Puten Oberkeule ausgelöst ca. 500g	€ 24,95/kg

Kundenbriefe im Juli und August

Im Juli und August genießen auch unsere Mitarbeiter Ihre Urlaubstage und mein Mann und ich sind voll dabei, das neue Programm und den neuen Onlineshop zu bestücken, lernen und was man sonst noch alles machen muss. Damit wir uns voll ganz damit beschäftigen können, gibt es bis Ende August den Kundenbrief nur 14-tägig.

Vielen Dank für Euer Verständnis.

Ihre Sabine Mitter

Kräutersalz selber machen



Frische Kräuter hacken und mit grobem Salz vermischen. Das Verhältnis sollte 2:1 sein (2 Teile Kräuter, 1 Teil Salz). Je nach Intensität kann man das Verhältnis variieren. Das Salz mit den gehackten Kräutern in der Küchenmaschine oder im Mörser gut verreiben. Das Kräutersalz auf ein Blech streichen und ganz ökologisch einige Tage lufttrocknen lassen (alternativ im Backrohr bei ca. 40°C trocknen). Anschließend in Schraubgläser füllen.

Tipp: Auch fein gehacktes Karotten- oder Selleriegrün und Blüten wie Schafgarbe, Ringelblumen, Gänseblümchen oder Löwenzahn passen hervorragend in ein Kräutersalz!



Wussten Sie schon ...

Nektarinen & Pfirsiche

...sehen sich zwar ähnlich, aber die Nektarine ist ursprünglich aus dem Pfirsich entstanden und hat im Gegensatz zum Pfirsich eine glatte Schale.

Das Obst ist besonders vielseitig. Meistens wird es pur genossen, es passt aber auch gut in Obstsalate oder Kompotts. Selbst in pikanten Speisen punktet der Pfirsich. Kombiniert mit Salat, Käse oder in Chutneys hinterlässt er eine exotische Note.

Tipp: Die Haut von Pfirsichen und Nektarinen färbt in Marmeladen leicht bräunlich aus. Wenn das stört, der soll einfach geschälte Früchte verwenden. Beim Marmelade-Einkochen harmonisieren Pfirsiche und Nektarinen gut mit Beerenobst und Marillen.

Zucchinsalat griechisch



Zutaten: 400g Zucchini, längs in 6mm dicke Scheiben geschnitten, 2 TL Weißweinessig, 2 TL Olivenöl, ½ Knoblauchzehe, 100g schwarze Oliven, halbiert, eventuell 5 Blatt Pfefferminze, fein gehackt, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 200g Feta, in grobe Würfel geschnitten.

ZUBEREITUNG: Zucchini salzen und bei starker Hitze kurz anbraten, auf Salattellern anrichten. Alle Salatsaucenzutaten gut mischen und über die Zucchini (sie sollten noch heiß oder mindestens warm sein) geben. Ziehen lassen. Den Feta-Käse über den Salat streuen.



Gemüse gebacken mit Kräutersauce

Zutaten: 1 Bund Jungzwiebel, Zucchini, Kohlrabi, Blattsalat, Salz, Pfeffer, Zitronen, Essig, Öl, Mehl, Brösel, Eier zum Panieren. **Sauce:** 1 Bd. Petersilie, 3/8 l Joghurt, 50 g Gorgonzola

ZUBEREITUNG: Den Salat waschen und zupfen und eine Marinade aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und etwas Wasser herstellen. **Sauce:** Joghurt aufschlagen (mit Schneebeesen) und mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie und mit passiertem Gorgonzola (am besten durch ein Sieb gestrichen) gut verrühren. Die Blattansätze der Jungzwiebel soweit abschneiden, dass nur die Zwiebel übrigbleiben, waschen und die etwas größeren halbieren. Die Kohlrabi schälen und in Scheiben schneiden, eventuell halbieren und mit den Zwiebeln ca. 15 min in Salzwasser bissfest kochen. Die Zucchini in Scheiben schneiden. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln und anschließend in Mehl, Eier und Brösel wälzen. Das Gemüse in heißem Fett goldgelb backen und abtropfen lassen, warmstellen. Auf mariniertem Salat mit der Kräuter-Käsesauce servieren.



Gurkenkaltchale

Zutaten: ca. 500 g Gurke, 300 g Naturjoghurt, 4 EL Sauerrahm, Salz, Pfeffer, Saft ½ Zitrone, 1 kleine Zwiebel, Dill oder Minze zum Würzen (je nach Belieben)

ZUBEREITUNG: Gurke schälen und fein würfelig schneiden, Zwiebel fein hacken. Gurkenwürfel, Zwiebelstücke, Naturjoghurt und Sauerrahm pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Dill oder Minze abschmecken und mindestens 1 Stunde kaltstellen.

Fenchel-Zitronen-Spaghetti



Zutaten für 2 Personen: 200 g Spaghetti, 1 Fenchel, frischer Knoblauch, 1 Zitrone, 125 ml Weißwein, 125 ml Rahm, ca. 30 ml Gemüsebrühe, geriebener Hartkäse nach Belieben, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG: Spaghetti bissfest kochen. Fenchel in Scheiben schneiden, Zitronenschale abreiben und Knoblauch fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Fenchelscheiben und Knoblauch andünsten, mit Wein ablöschen und mit Rahm und Brühe aufgießen und einige Minuten dünsten. Gegen Ende der Garzeit Zitronenschale unterrühren, mit Hartkäse, Salz und Pfeffer abschmecken. Die gekochten Spaghetti untermischen und mit gehacktem Grün bestreuen.



Gemüse-Dinkel-Wrap

Zutaten für 4 Personen: Wraps: 200 g Dinkelmehl (fein gemahlen), 300 ml Milch, 125 ml Wasser, 60 g zerlassene Butter. **Fülle:** 300 g Hühnerfilets, 400 g Gemüse nach Wahl (Frühkraut, Karotten, Kohlrabi, Radieschen, Paprika, Zucchini,...), 1 Handvoll junge Salatblätter, 5 EL Zitronensaft, 2 EL Honig, frisch gehackte Kräuter

ZUBEREITUNG: Eier und Mehl verrühren, Wasser und Milch zugießen, zu einem glatten Teig verrühren und mit Salz abschmecken. Eine Pfanne mit Butter austreichen, Teig eingießen und dünn verlaufen lassen. Auf beiden Seiten bei mäßiger Hitze goldgelbe Wraps backen und auf einem Gitter auskühlen lassen. Hühnerfilets in Streifen schneiden, salzen und pfeffern, in etwas Olivenöl braten. Gemüse waschen, in dünne Streifen schneiden, mit Zitronensaft und Honig marinieren, mit Salz abschmecken, frische Kräuter untermischen. Salat, Gemüse und Fleisch auf Wraps verteilen und einrollen.



Marillenknödel

Zutaten für 4 Personen: 1/4 kg Topfen, 60 g Butter, 1 Ei 1 Prise Salz, 125 g Mehl, 8 Stück Marillen (entkernt), Salz, Butter (und Semmelbrösel zum Wälzen), Staubzucker

ZUBEREITUNG: Aus den angegebenen Zutaten einen Knödelteig zubereiten, zu einer Rolle formen und diese auf acht Portionen aufteilen. Teigstücke leicht andrücken. Marillen in die Mitte setzen, Knödel formen und diese ca. 10 Min. in sprudelndem Salzwasser kochen. Knödel herausheben, abtropfen lassen. In einer Pfanne ausreichend Butter zerlassen, Semmelbrösel darin kurz anrösten, aber nicht zu dunkel werden lassen. Knödel einlegen, unter Schütteln der Pfanne darin schwenken und mit Staub- oder Zimtzucker bestreut servieren.