

04.01.- 09.01.2021

Willkommen im neuen Jahr

der Jahreswechsel war, wie wahrscheinlich auch bei Ihnen, sehr ruhig und gemütlich, trotzdem aber auch mit einem persönlichen Rückblick auf das vergangene Jahr, das für viele eine ziemliche Herausforderung war.

Die Pandemie hat uns in Schach gehalten und uns vor Aufgaben gestellt, die vielleicht schon längst überfällig waren und wir uns nur davor gescheut haben, etwas neues zu lernen und alles auf den Kopf zu stellen. Wie unser neues Programm mit dem Internetauftritt und alles was noch im Hintergrund dazu läuft und gelernt werden musste und noch muss.

Aber, es fordert unsere Gehirnzellen und für Sie, ist es natürlich auch eine Umstellung im neuen Online-shop, der nun so vielfältig ist, dass Sie selber Ihre Kiste verändern, neu zusammenstellen, usw. können. Alles in Allem, ... neu und herausfordernd, aber Veränderungen gehören nun einmal dazu.

Da auch wir nur Menschen sind und auch bei uns einmal etwas schief gehen kann, entschuldigen wir uns auf diesem Weg bei Ihnen und danken Ihnen, dass Sie auch diesen Anfang mit uns gemeinsam gemeistert haben.

Ein großer Danke gilt auch unseren Mitarbeitern, die im letzten Jahr fast „Übernatürliches“ gemeistert haben, speziell im ersten lock down. Vielen, Dank für Euren Einsatz, wir und Sie wissen es sehr wohl zu schätzen.

im neuen Jahr haben wir für Sie eine kleine Überraschung, die wir Ihnen im Jänner noch vorstellen wollen. So viel sei schon vorab gesagt, es ist nur zu Ihrem Vorteil und Sie können sparen. Es lohnt sich also, unsere Infos zu lesen.



Gutes neues Jahr!

vorallem aber Gesundheit, wünschen Ihnen
Wolfgang und Sabine Mitter

Wir freuen uns auf ein
neues Jahr mit Ihnen!

Wir sagen Danke!



Kohlnockerl mit Karotten-Orangen-Sauce

Zutaten für 3 Personen: 250g Kohl, 250g Ricotta, 2 Eier, 100g geriebener Hartkäse, 120g Mehl, Salz, Pfeffer, Muskatnuss. **Sauce:** 1Zwiebel, 200g Karotten, 1Erdapfel, 200ml Gemüsebrühe, 1 Orange (Saft und etwas Schale), 2 EL Walnussöl, Ingwer

ZUBEREITUNG: Kohl waschen, Strunk wegschneiden und in kochendem Wasser ca. 7 Min. blanchieren. Kalt abschrecken, gut ausdrücken und sehr fein hacken. Mit den restlichen Zutaten vermischen und die Masse ca. 10 Min. durchziehen lassen. Mit 2 Esslöffeln Nocken abstechen (Masse soll auf dem Löffel Standhaben und nicht zerfließen, sonst noch Mehl zugeben) und in kochendem Salzwasser 10 Min. gar ziehen lassen. Für die Sauce Karotten und Erdapfel schälen und in Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken und in wenig Öl leicht anschwitzen. Karotten und Erdapfel zugeben und mit Brühe sowie Orangensaft knapp aufgießen. Frischen Ingwer und Orangenschale nach Geschmack dazu reiben und alles weichkochen. Mit Salz, Pfeffer und Walnussöl abschmecken und mit den Nocken anrichten.



Bulgur-Gemüse überbacken

Zutaten für 4 Personen: 400 ml Wasser, 200 g Bulgur, 200 g würziger Hartkäse, 150 g Melanzani, 120 g Zucchini, 1 Paprika (oder Gemüse nach Belieben) 1 Zwiebel, Chilipulver, Suppenwürze, Salz, Pfeffer, Kräuter nach Belieben, Olivenöl zum Anbraten

ZUBEREITUNG: Wasser salzen, zum Kochen bringen, Bulgur einrieseln lassen, 10-15 Min. köcheln, bis das Wasser aufgesogen ist. Käse reiben, Gemüse in Würfel schneiden, Zwiebel und Kräuter fein hacken. Olivenöl erhitzen, Melanzani-Würfel darin braten, bis sie weich sind, Zwiebel und restliches Gemüse zugeben, kurz mitrösten, Bulgur untermengen, mit Chilipulver, Suppenwürze, Salz und Pfeffer würzen, in eine Auflaufform geben, mit Käse bestreuen, bei 200°C 15-20 Min. im Rohr überbacken, mit frischen Kräutern bestreut servieren.



Pastinaken-Nuss-Gemüse

Zutaten 2 Personen: 300 g Pastinaken, 125 ml Gemüsebrühe, 50 g gehackte Walnüsse, 30 g Rosinen, 1 EL Butter, 1 EL Walnussöl, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Kräuter nach Belieben

ZUBEREITUNG: Pastinaken schälen, in Stifte schneiden. Walnussöl mit Butter erwärmen, Pastinaken zugeben, Suppe angießen, Pastinaken weich dünsten. Walnüsse in einer Pfanne rösten, mit den Rosinen zum Gemüse geben, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, mit frischen Kräutern servieren.



Penne mit Fenchel und Speck

Zutaten für 4 Personen: 500 g Penne, 150 g Fenchel, 150 g Crème Fraîche, 125 ml trockener Weißwein, 100 g Speckwürfel, 100 g Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Peperoncino nach Belieben, Parmesan im Stück (zum Hobeln), Olivenöl zum Anbraten

ZUBEREITUNG: Penne al dente kochen. Fenchelknolle vierteln, in feine Streifen schneiden. Fenchelgrün, Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Speck in einer Pfanne auslassen, Zwiebel zum Speck geben, hell anrösten, Fenchelstreifen einige Minuten mitbraten (bei Bedarf Olivenöl nachgießen), Knoblauch zugeben, durchrühren, mit Weißwein aufgießen, einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen, Crème Fraîche einrühren, Penne zugeben, mit Peperoncino, Fenchelgrün und Parmesan-Spänen bestreut servieren.



Fettuccine mit Austernpilzen

Zutaten für 2 Personen: 1 Zwiebel, 2 EL Olivenöl, 1/4 rote Chili, 2 Zehen Knoblauch, Salz, 2 Zweige Thymian, 200 g Austernpilze, Pfeffer gemahlen, 250 g Fettuccine, frische Petersilie, 1 EL Hefeflocken

ZUBEREITUNG: Zwiebel in feine Streifen schneiden und in einer heißen Pfanne mit Öl bei mittlerer Hitze 3 Min. anschwitzen. Chili und Knoblauch fein hacken und zusammen mit dem Salz, dem Thymian zu den Zwiebelstreifen geben und weitere 2 Min. anschwitzen. Pilze in Streifen zupfen dazugeben und 8 Minuten anbraten. Mit Pfeffer würzen. Nudeln al dente kochen und kurz bevor die Nudeln gar sind, 150 ml Nudelwasser zu den Pilzen geben, kurz aufkochen. Fettuccine tropfnass in die Sauce geben, gut umrühren und etwas ziehen lassen. Petersilie hacken. Pasta mit Petersilie und Hefeflocken garnieren und sofort servieren.



Apfel-Birnen-Crumble

Zutaten für 6 Personen: 3 Äpfel, 3 Birnen, 150g Walnüsse, 50 + 10g Zucker, 2 Pkg. Vanillezucker, 100g Butter, 150g Dinkelmehl, 1/2 Zitrone, Salz, Kardamom, Zimt, etwas Zucker, 2 EL Butter

ZUBEREITUNG: Mehl mit Zucker, 1 Pkg. Vanillezucker und einer Prise Salz vermischen. Kalte Butterwürfel so lange unterkneten bis ein krümeliger Teig entsteht. Diesen in einer Frischhaltedose für mind. 20 Min. in den Kühlschrank stellen. Äpfel und Birnen schälen, vierteln, entkernen und in Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft und -schale vermischen. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und mit 3 EL Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Äpfel und Birnen in eine feuerfeste Schale schichten und 1 Pkg. Vanillezucker und Gewürze darüber streuen. Die karamellisierten Nüsse verteilen. Teig aus dem Kühlschrank nehmen und über dem Obst und den Nüssen zerkrümeln und verteilen. Mit kleinen Butterflocken bestreut im Ofen bei 180°C ca. 40 Min. lang backen. Warm servieren.

KOHL

FENCHEL

MELANZANI

AUSTERNPILZE

PASTINAKEN

APFEL