

Kistenvorschau für die KW 01

Für die KW 01 (31. Dezember 2018 bis 04. Januar 2019) planen wir für Sie folgenden Kisteninhalt für die FrischeKiste „Klassik“:

- **Möhren (Deutschland)**
- **Lauch (Demeter Eichwald Hof Förster)**
- **Pastinaken (Deutschland)**
- **Chinakohl (Deutschland)**
- **Rote Bete (Demeter Eichwald Hof Förster/Bioland Hof Morgentau)**
- **Äpfel (Bioland Hof Speth)**
- **Birnen (Deutschland)**

Alle Produkte sind selbstverständlich aus kontrolliert-biologischem Anbau. Kurzfristige Änderungen sind möglich.

Das Brot der Woche:

- **Essener, 750 g, 3,96 € (Bäckerei Kaiser)**

Liebe Kunden,

bitte beachten Sie, dass in der Weihnachtswoche (**KW 52**) **keine Auslieferung** stattfindet. Ab KW 01 im neuen Jahr 2019 sind wir wieder für Sie da. Wegen des Feiertages beliefern wir Sie **in der Neujahrswoche einen Tag später als gewohnt**.

Wir wünschen Ihnen eine schöne, erholsame und vor allen Dingen besinnliche Weihnachtszeit.

Ihr NOVUM-Team

Rezeptvorschau für die KW 01

Lauch-Vollkorn-Nudeln

1 Stange Lauch, 250 ml Sahne oder Sojasahne, 150 ml Gemüsebrühe, 1 EL Sahne-Schmelzkäse, 1 EL Öl von sonnengetrockneten Tomaten, 100 g getrocknete Tomaten in Öl, Salz, Pfeffer, Basilikum, Kräuter der Provence, 400 g Vollkornnudeln

Pastinaken-Hirse-Auflauf

300 g Pastinaken, 300 g Broccoli, 150 g Hirse, 2 EL Öl, 400 ml Gemüsebrühe, 2 Zwiebeln, 250 g Quark, 4 Eier, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 1 EL Butter, 75 g Parmesan, 2 EL gehackte Petersilie

Chinakohl mit Käsekruste

1 Chinakohl, 1 l Gemüsebrühe, 125 ml Schlagsahne, 100 g Gouda, 100 g Haferflocken, 1 Stk. gehackte Knoblauchzehe, 1 Bund gehackte Petersilie, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer

Birnenschmarrn (2 Portionen)

3 Stk. Birnen, 1 TL abgeriebene Zitronenschale, 125 ml Milch, 4 Eier, 1 Päckchen Vanillezucker, 60 g Zucker, 1 weiterer EL Zucker, 125 g Mehl, Butter, Prise Salz

Rezeptvorschläge für die KW 51

17. bis 21. Dezember 2018

Zutaten

200 g Feldsalat, 1 Zwiebel, 400 g Kartoffeln festkochend, 80 g Walnuskerne, 200 g Feta, 150 ml Gemüsebrühe, 6 EL Essig mild, 4 EL Walnussöl, 1 Prise Zucker, Pfeffer aus der Mühle, Salz

Feldsalat mit Walnüssen und Feta

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser zugedeckt in ca. 25 Minuten garen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Gemüsebrühe in einem kleinen Topf aufkochen, die Zwiebel hinzufügen und alles ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln in dicke Scheiben schneiden und mit der heißen Zwiebelbrühe übergießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Feldsalat putzen, waschen, verlesen und trocken schleudern. Den Feta grob zerbröckeln sowie die Nüsse grob hacken. Aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker eine Salatsauce rühren. Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander mischen, kurz vor dem Servieren mit der Sauce beträufeln und dekorativ auf Tellern anrichten. Dazu passt frisches Baguette.

Rotkohl klassisch

Den Rotkohl putzen, waschen, Kopf vierteln, Strunk entfernen. Nun den Kohl hobeln oder fein schneiden. In heißem Fett gewürfelte Zwiebel, Zucker und fein geschnittene Äpfel andünsten, Rotkohl zugeben und für eine schöne Farbe sofort Essig darüber gießen. 10 Minuten zugedeckt dünsten. $\frac{1}{4}$ – $\frac{3}{8}$ Liter Wasser aufgießen, Salz und Gewürze dazugeben. Zugedeckt ca. 30 – 45 Minuten weich dünsten. Bei Bedarf heißes Wasser aufgießen. Nach Belieben mit angerührtem Mehl binden.

1 kg Rotkohl, 50 g Butterschmalz, 1 Zwiebel, 2 säuerliche Äpfel, 1 Lorbeerblatt, 2 Stk. Nelken, 2 EL Essig, 2 TL Mehl, 1 EL Zucker, $\frac{1}{4}$ l Wasser, Salz

Mangold-Ricotta-Lasagne

Strunk vom Mangold entfernen. Stiele waschen und grüne Blätter und Stiele in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen u. Würfeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel und Mangoldstiele unter Rühren 4 Minuten anbraten, bis die Stiele weich werden. Mangoldblätter hinzugeben und 2 Minuten mitdünsten. Mit Salz würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Restliches Olivenöl erhitzen und Knoblauch mit Chiliflocken ca. 1 Minute anschwitzen. Gestückelte Tomaten und Basilikum hinzufügen und 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz würzen. Backofen auf 200 ° C vorheizen. Je $\frac{1}{2}$ Ricotta, Mozzarella und Parmesan mit Mangold mischen und beiseite stellen. Boden der Auflaufform mit Käse-Mangold-Mischung bedecken. Lasagneplatten darauf verteilen und mit Tomatensauce bedecken. Mit restlichen Zutaten genauso verfahren, dabei mit einer Schicht Tomatensauce abschließen. Milch in die Ecken der Auflaufform gießen und mit restlichem Käse bestreuen. Im heißen Ofen ca. 30 – 35 Minuten backen.

700 g Mangold, 2 Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 1 TL Basilikum, 1 Dose Tomatenstücke, 80 g Parmesan gerieben, 80 g Mozzarella gerieben, 300 g Ricotta, 120 ml Milch, 3 EL Olivenöl, 10 Lasagneplatten, $\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken, Salz

Spekulatius-Mandarinen-Quark-Creme

Clementinen schälen. Die Sahne steif schlagen. Den Quark mit Milch und Vanillezucker sowie dem Rohrzucker verrühren. Die Sahne unterheben. Die Spekulatius zerbröseln. Hierzu am besten einen Frischhaltebeutel nehmen und etwas klein stampfen. Nun die Quark-Sahne-Masse abwechselnd mit den Clementinen sowie den Spekulatiusbröseln in Gläser schichten und mit Clementinen abschließen. Mind. 1 Stunde kalt stellen.

6 Clementinen, 250 g Quark 20 %, etwas Milch, 250 ml Schlagsahne, 2 Pck. Vanillezucker, 50 g braunen Rohrzucker, 8 Stück Spekulatius



NOVUM – Das Gemüseabo GmbH | Industriestraße 14 | 65474 Bischofsheim
Telefon (0 61 44) 3 37 48-0 | Fax (0 61 44) 3 37 48-33 | info@novum-gemueseabo.de | www.novum-gemueseabo.de
Unter DE-006-ÖKO-Kontrollstelle sind wir im Kontrollverfahren gemeldet und damit berechtigt, Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau zu vertreiben.