

# Wocheninfo

## Kistenvorschau für die KW 18



Für die KW 18 (27. April bis 1. Mai 2020) planen wir für Sie folgenden Kisteninhalt für die FrischeKiste „Klassik“:

- Salat (Deutschland)
- Möhren (Deutschland)
- Spargel weiß, Kistenpreis erhöht sich um ca. 4 € (Deutschland)
- Mangold grün
- Steinchampignons (Deutschland)
- Äpfel (Deutschland)
- Birnen

Das Brot der Woche:

- **Hessen Laib, 1000 g, 3,99 € (Biobäckerei Kaiser)**

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

### – LIEFERTAGVERSCHIEBUNG –



**Bitte beachten Sie, dass es in den Kalenderwochen KW 18 und KW 21 zu Liefertagverschiebungen kommt. Fällt ein Feiertag vor oder auf Ihren Liefertermin, so verschiebt sich die Anlieferung um einen Tag nach hinten. Bitte bestellen Sie im Onlineshop zu Ihrem regulären Liefertermin. Weitere Informationen dazu auf unserer Webseite.**

Ihr NOVUM-Team

## Rezeptvorschau für die KW 18

### Mangoldsuppe

1 Mangold, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 150 g Knollensellerie, 1 Stange Lauch (nur das Weiße), 500 ml Gemüsebrühe, 1 Papaya (ca. 300 g Fruchtfleisch), 400 ml Kokosmilch, 1 EL Butter, Salz, Pfeffer

### Frühlingsrisotto

600 g weißer Spargel, 2 Zwiebeln, 4 EL Olivenöl, 2 TL Zucker, 400 g Risottoreis (z. B. Arborio), 50 ml trockener Weißwein (nach Belieben), 1 l Gemüsebrühe, 1 EL Balsamico Bianco, 2 Handvoll gemischte Frühlingskräuter (z. B. Dill, Kerbel, Schnittlauch, Bärlauch), Pfeffer, Salz, 80 g italienischer Hartkäse, 40 g Butter

### Champignon-Zucchini-Auflauf

300 g Steinchampignons, 600 g Zucchini, 250 g rote Paprikaschoten, 40 g Butter, 1 Topf Basilikum, Salzwasser, 4 Eier (Größe M), 4 EL Milch, 150 g Crème fraîche, 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 100 g geriebener Gouda

### Ofen-Palatschinken mit Birnen (Zutaten für 1 – 2 Personen)

2 Eier (Größe M), 50 g Mehl, 2 EL gemahlene Haselnüsse, 100 ml Milch, 50 g saure Sahne, 2 EL Puderzucker, 1 Birne, 1 Prise Salz, 1 EL Butter, Puderzucker zum Bestäuben

### Produktinfo: Spargel

Es gibt drei Sorten Spargel: weißen, grünen und violetten. Weißer Spargel ist besonders mild, er wächst unterirdisch und wird zur Ernte gestochen. Grüner Spargel wächst über der Erde und bekommt seine Farbe durch die konstante Sonneneinstrahlung. Er ist in der Regel schmaler und schmeckt ein bisschen würziger als der weiße. Spargel mit violetten Spitzen wird gestochen, wenn sein Kopf schon etwas aus dem Boden ragt und sich durch das erste Tageslicht lila verfärbt. Er gilt vor allem in Frankreich als Delikatesse. Ganz violetter Spargel schmeckt besonders kräftig und nussig und hat eine leichte Bitternote.

**Lagerung:** Verarbeiten Sie den Spargel möglichst frisch. In ein feuchtes Tuch gewickelt und im Kühlschrank gelagert, hält sich der Spargel aber auch noch ein paar Tage länger.



## Zutaten

600 g Möhren, 2 Schalotten, 2 EL Butter, ca. 30 g Ingwer, 900 ml Gemüsebrühe, 3 – 4 EL Sahne, ½ TL gemahlener Koriander, frisch ausgepresster Saft von 4 Orangen (ca. 200 ml), 4 EL Mandelblättchen, Salz, 5 – 6 Stängel Koriandergrün, Pfeffer

Salz, 60 g Butter, 2 Kartoffeln (ca. 400 g), 2 Pastinaken (ca. 500 g), 3 rotschalige Äpfel, 4 EL helle Sesamsamen, 2 EL edelsüßes Paprikapulver, 80 – 100 ml Milch, 2 EL Schnittlauchröllchen

1 Bund Radieschen, 200 g Lachsschinken, 1 EL Walnussöl, 3 EL Aceto Balsamico Bianco, 4 EL Apfelsaft, 100 g Joghurt (1,5%), ½ Bund Petersilie, Salz, Pfeffer

2 – 3 Bananen, 125 g gewürfelte Butter, 1 Ei, Prise Salz, 125 g Zucker, 4 Eier, 75 g Backkakao, 300 g Zartbitterschokolade (92%), 250 g Mehl, 300 g Dunkle Vollmiltschokolade, 250 ml Sahne, 250 g weiche Butter, Kakaopulver zum Bestäuben

## Möhren-Orangen-Suppe mit Ingwer

Möhren schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Schalotten und Ingwer getrennt schälen und klein würfeln. 1 EL Butter in einem Suppentopf zerlassen, die Schalotten darin bei mittlerer Hitze langsam goldgelb andünsten. Möhren und Ingwer dazugeben, salzen, pfeffern und unter Rühren kurz mitdünsten. Die Brühe und ⅓ des Orangensafts dazugießen, alles zugedeckt 30 – 35 Min. kochen lassen, bis die Möhren weich sind, dabei gegen Garzeitende den übrigen Orangensaft unterrühren. Die restliche Butter in einer kleinen Pfanne zerlassen und darin die Mandelblättchen bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren goldbraun rösten. Aus der Pfanne nehmen, auf Küchenpapier abkühlen lassen. Gemahlene Koriander und Sahne zur Suppe geben und alles mit einem Stabmixer fein pürieren. Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen fein hacken (es sollten ca. 2 EL sein) und mit den Mandeln mischen, auf die Suppe streuen.

## Paprika-Äpfel mit Pastinaken-Stampf

Die Pastinaken und Kartoffeln waschen, schälen und nicht zu grob würfeln. Beides zugedeckt in wenig Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Inzwischen die Äpfel waschen und gut trocken reiben, dann vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Die Viertel längs in dicke Spalten schneiden. Die Butter in einer beschichteten Pfanne zerlassen. Die Äpfel darin bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten braten, sie sollen keinesfalls zerfallen. Die Äpfel salzen, Sesamsamen und Paprikapulver darüberstreuen und alles gut mischen. Die Pastinaken- und Kartoffelwürfel abgießen. Mit einem Kartoffelstampfer im Topf grob zerdrücken, dabei die Milch zugießen und untermischen. Das Püree eventuell mit Salz nachwürzen und mit den Äpfeln anrichten. Die Schnittlauchröllchen darüberstreuen.

## Radieschensalat

Die Radieschen waschen, putzen und in Stifte schneiden. Den Lachsschinken in Streifen schneiden und mit den Radieschenstiften vermischen. Für die Soße das Walnussöl, Aceto balsamico bianco, den Apfelsaft mit dem Joghurt verrühren. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und klein hacken. Zu dem Joghurt geben und alles salzen und pfeffern. Die Radieschen mit den Schinken in die Joghurt-Soße mischen und servieren.

## Bananen-Schokoladen-Tarte

Den Backofen auf Umluft 160 °C Grad vorheizen. Mehl, Zucker, Butter, Ei, Salz und Kakao-pulver zu einem Teig verkneten. Eine 24er runde Tarteform buttern und mehlen. Den Teig auf die Form verteilen und die Ränder schön hochdrücken und den Teig mit einer Gabel mehrfach einstechen. Für ca. 15 Minuten backen. Die Tarte aus dem Ofen holen und etwas abkühlen lassen. Für die Füllung die Bananen schälen und in Scheiben schneiden, in den Kuchenteig hochkant drücken. Die Schokolade in kleine Stücke hacken und die Sahne kurz aufkochen lassen. Dann die Schokolade in der Sahne schmelzen lassen. Die weiche Butter in die Schokoladenmischung geben und gut verrühren. Die Eier mit einem Schneebesen unter die Mischung rühren. Die Schokoladenmischung in die Tortenform füllen und für mindestens 4 Stunden in Kühlschrank stellen.