

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
sicherlich haben Sie schon in unserem Shop unter den „Themen“ die große Produktvielfalt entdeckt, die mit dem saisonalen Bärlauch zu tun hat... Von leckerem Pesto, Lena's Bärlauchcreme, Bärlauchkäse bis hin zu Bärlauchgnocchi - Sie haben die Qual der Wahl!



Was gibt's neues im Sortiment?

Brat- und Grillkäse von ÖMA

Ein wahrer Gaumenschmaus - **natur oder mit Kräutern.**

Die Allgäuer Käsemanufaktur in Kimratshofen bringt mit diesen Schnittkäsevarianten Frühlingsfrische auf den Grill, in die Pfanne und auf unseren Tisch.

In der Kräutervariante verleiht eine Mischung aus heimischen Zutaten wie Zwiebel, Winterhecke, Ringelblume, Kerbel, Petersilie, Liebstöckel und Dill dem Käse eine aromatische Würze. Die 7 Kräuter stehen für mehr Biodiversität und kommen aus zertifizierten Bioland-Betrieben. Ob als vollwertige Mahlzeit, als Fleischersatz oder als Salat-Beilage, dieser halbfeste Schnittkäse ist universell einsetzbar, vorallem wenn es schnell gehen muss ...

Tipp: Den Käse rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen, damit er sich auf Zimmertemperatur erwärmen kann.

Eine vegane Alternative sind die gewürzten **Bratfilets nach japanischer Art** oder mit **Bärlauch**.



Söldtiroler Trüffelkäse

Der Algunder Trüffelkäse ist ein vollfetter Schnittkäse mit einer Naturrinde.

Der Teig ist durchzogen mit schwarzen Trüffelstücken. Der Käse schmeckt mild, aromatisch, buttrig und charakteristisch nach Trüffel.



Ebenfalls neu bei uns im Sortiment sind die **Börek Röllchen Spinat-Feta** nach türkischer Art von Soto.

Käse und Wein des Monats April

Aurora Frühlingskäse ca. 180g Stück € 23,90/kg
Gouda mit Gänseblümchen, Löwenzahn und Ingwer

Kräuter Herz ca. 180g Stück € 23,90/kg
Schnittkäse, durchzogen mit Gewürzblüten-Mischung

Brie Blanc ca. 180g Stück € 19,90/kg
Klassischer Brie für die ganze Familie

Allgäuer Emmentaler ca. 180g Stück € 21,90/kg
Hartkäse aus Rohmilch, 3 Monate gereift, nussig

Oida Kärntna ca. 180g Stück € 24,90/kg
Aromatisch würziger Bergkäse, mindestens 8 Monate gereift

Eine Empfehlung unseres regionalen Weinhändlers:

Naca Primitivo I.G.P. 0,75l Flasche € 6,89/Fl
Vollmundiger, ausgewogener, trockener Rotwein

Pinot Grigio Perlage 0,75l Flasche € 6,69/Fl
Ein frischer, fruchtiger, italienischer Weißwein

Frisch, knackig und regional!

Eichblatt grün und **Batavia** liefert uns Johannes Rutz aus der Nachbarschaft und ebenfalls aus heimischem Anbau stammen jetzt der **Chicoree** und die feinen **Radieschen**.



Für Kurzentschlossene ...

Wildgemüse Schmankerl mit Bärlauch mit Gisela & Ulle

Die kleine Variante unseres Wildkräuterkurses mit saisonalem Fokus auf Bärlauch.

Samstag, 6. April 24 13 - 17 Uhr

Noch schnell buchbar über unsere Kundenbetreuung!

Zutaten:

400g Spaghetti, 50g Bärlauch, 40g getr. Tomaten, 500g Kohlrabi, Salz, 100g helles Mandelmus, 100ml Brühe, 50g Parmesan, 20g Butter, Pfeffer

Spaghetti Carbonara mit Bärlauch und Kohlrabi

Den Bärlauch verlesen, waschen und in feine Streifen schneiden. Getrocknete Tomaten ebenfalls in Streifen schneiden und mit 50ml kochendem Wasser übergießen und quellen lassen.

Spaghetti nach Packungsanweisung bissfest garen. Inzwischen Kohlrabi schälen und grob raspeln. Mandelmus und Brühe in einen Mixbehälter geben und pürieren.

Parmesan fein reiben. Spaghetti abgießen, dabei 100ml Nudelwasser auffangen.

Spaghetti zurück in den Topf geben und beiseite stellen. Butter in großem Topf zerlassen, Kohlrabi dazugeben und 2-3 min. unter Rühren bei mittlerer Hitze anschwitzen. Vom Herd nehmen. Tomaten mit Einweichwasser dazugeben, mit Mandel-Brühe Mischung verrühren, kurz erwärmen und Parmesan unterheben.

Soße über die Spaghetti geben, gut vermischen und ggf. noch etwas mit Nudelwasser cremig rühren. Bärlauch unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Schmeckt auch mit Zucchini statt Kohlrabi sehr lecker.

aus köstlich vegetarisch 2/17

Zutaten:

500g Broccoli, 4 Birnen, 4 EL Joghurt, 150g Magerquark, 2 TL Senf, 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Broccoli-Birnen-Salat

Die Birnen schälen, entkernen und grob raspeln. Broccoli waschen, putzen und sehr klein schneiden oder auch grob raspeln.

Die restlichen Zutaten zu einem Dressing rühren, abschmecken und mit Broccoli und Birnen vermischen.

Den Salat mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Zutaten:

1 Blaukraut, 500g Hackfleisch, Butter, 1 Zwiebel, Salz, Thymian, Majoran, Kümmel, Pfeffer, 2 EL saure Sahne, Butterflöckchen

Blaukrautauflauf

Gewaschenen Krautkopf halbieren und kurz in Salzwasser kochen. 6-8 große Blätter abmachen. Rest in kleine Würfel schneiden. Zwiebel fein würfeln und in der Butter dünsten. Kohlwürfel dazu geben und gar dünsten. Mit den Kräutern, Pfeffer und Salz würzen, beiseite stellen.

Jetzt das Fleisch in Öl anbraten und würzen. Mit dem Kohl vermischen.

Eine Auflaufform mit 3-4 großen Kohlblättern auslegen. Die Krautmischung einfüllen und mit den restlichen Krautblättern abdecken. Saure Sahne darauf verstreichen und mit Butterflöckchen besetzt ca. 40 Minuten bei 175°C backen.

Zutaten:

1 Wirsing, 100g Hirse, 200ml Gemüsebrühe, 1 EL Butter, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1-2 EL Olivenöl, 1/2 TL Thymian, ca. 150g Schafskäse, 2 EL Schnittlauch, Meersalz, Pfeffer, Butterflöckchen

Wirsing-Roulade mit Schafskäse-Kräuterfüllung

Die Hirse mit Brühe und Butter 5 Minuten kochen und dann ausquellen lassen.

Den Wirsing von den äußeren Blättern befreien und waschen. Einzelne Blätter vom Strunk abschneiden und kurz blanchieren, beiseite legen. Für die Füllung Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, klein hacken und in Olivenöl andünsten. Thymian dazugeben, kurz mitdünsten, die Hirse, den zerbröckelten oder geschnittenen Schafskäse und den Schnittlauch dazugeben. Gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die beiseite gelegten Wirsingblätter je mit 2 EL Hirse-Käse-Mischung füllen, einrollen und in eine gefettete Auflaufform geben. Butterflöckchen darüber geben und im Backofen bei 170° ca. 20-30 Minuten backen.

Wer möchte kann dazu eine einfache Tomatensoße reichen.

Tipp: Statt Hirse passt auch Reis für die Füllung.