

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
haben Sie schon mal Ingwer in Zartbitter-Schokolade probiert? Die Kombination von scharfem Ingwer mit edler Schokolade ist ein feiner Snack für zwischendurch - und passt perfekt in diese Jahreszeit ...

AMPERHOF



Kundenbrief 41/2022

Jetzt machen wir es uns gemütlich ...

Der Herbst ist ins Land gezogen - am Abend wirds früher dunkel und frischer - das ist die Zeit für Kuschel- und Wohlfühlzeit. Füße hoch legen, ein gutes Buch lesen, einen Spielenachmittag veranstalten oder die Lieblingsserien im TV anschauen - das alles läutet den Beginn der „staden Zeit“ ein ...

Mit einer guten Tasse Tee und leckerem Gebäck lässt es sich natürlich doppelt so schön genießen - Wir haben für Sie eine große Auswahl in unserem Sortiment:

Von der 32° Bäckerei in Augsburg gibt es sehr leckere **Zimt-** und **Schokoschnecken**, aus fluffig aufgegangenem Hefeteig in Langzeitführung (24h) - gefüllt mit einer Zimtfüllung, saftig und lecker, oder mit einem Schokoüberzug.

Und die Mühlenbäckerei Fritz verwöhnt uns wieder mit den „nahrhaften“ **Elisen-Lebkuchen** in verschiedenen Geschmacksausführungen, was die Auswahl nicht einfach macht...

Sie können sich einen **Dinkel-Plätzchen-Teller** zum **Dionisio-Kaffee** von einer regionalen Rösterei schmecken lassen und bei klassischen **Spekulatius** und **Honigkuchen** in Kindheits-erinnerungen schwelgen ...



Wohlschmeckende **Yogi-Teas** für verschiedene Vorlieben oder der **Glückstee** und **Goldene Kurkuma Tee** von Sonnentor runden gemütliche Stunden perfekt ab. Unterstützend wirken auch die fein-duftenden **ätherischen Stimmungs-Öle** von Primavera und die beliebten **Bienenwachskerzen** aus der Höhenberger Werkstatt.



Nach einem längeren Spaziergang an der frischen Luft wärmen uns die **Hygge-Punsche** mit Heidelbeer oder Ingwer, natürlich alkoholfrei, oder die „**heißen Hirsche**“ mit Weiß- oder Rotwein. Und für die „Kleinen“ sorgt der **Familien- oder Hollerglühpunsch** für wohlige Befinden



In unserem **Shop** unter den **Themen** erweitern wir auch täglich das Adventssortiment, wo Sie sicherlich noch die ein oder andere Leckerei für die kommende Zeit finden werden

Käse und Wein des Monats Oktober

Gouda Kürbis ca. 180g Stück
Cremiger Gouda, verfeinert mit Kürbis, Karotte, Ingwer, Chili u. Koriander. € 24,90/kg

Tilsiter ca. 180g Stück
Ein aromatischer, mild bis pikanter Käsegenuss von der Roggenburger Käserei. € 19,50/kg

Coburger Brietorte
Ein milder, aromatischer Bioland Brie.
ca. 180g Stück € 17,50/kg

Wiesenmilch-Almkäse ca. 180g Stück
Ein österreichischer Alm Käse aus Bio Wiesenmilch, 14 Monate gereift. Würzig, kräftig, duftet nach Heu. € 24,90/kg

Zillertaler Emmentaler ca. 180g Stück
6 Monate gereifter Rohmilchkäse, schmeckt leicht nussartig bis kräftig würzig. € 24,50/kg

Von unserem regionalen Weinlieferanten empfohlen:

MONTEPULCIANO
Ein samtiger, vollmundiger u. fruchtiger Rotwein.
0,75l Flasche € 6,99

GRÜNER VELTLINER
Weißwein aus dem Burgenland. Frisch, süffig, mit einer angenehmen Säure.
1l Flasche € 4,99



Rezeptideen

Zutaten:

250g Tagliatelle, 1/2 Chinakohl, 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe, 150g Cocktailtomaten, 1 Hdvoll schwarze Oliven,
4 EL Olivenöl, Salz, Chiligewürz

Zutaten:

500g Kürbisfleisch, 1 l Gemüsebrühe, 1 EL Senf,
2 Schalotten, 1 Chili, 4 EL Öl, etwas Kreuzkümmel,
Pfeffer, 200g Risottoreis,
100ml Orangensaft, 2 Auberginen, 1-2 EL Sojasoße,
1 EL geh. Majoran, Saft von 1/2 Zitrone,
100g Butter, 2 EL geh. Basilikum

Zutaten:

150g Champignons, ca. 500g Zucchini, 2 Knoblauchzehen,
Olivenöl, 150ml Weißwein, ersatzweise Gemüsebrühe,
150g Saurrahm oder Creme fraiche,
Meersalz, Pfeffer, 1/2 Bd Petersilie

Zutaten:

1/2 Endiviansalat, 2 EL Apfelessig,
1 EL Apfeldicksaft, 1 EL Zitronensaft,
2 EL Sonnenblumenöl, 6 EL Naturjoghurt,
1 EL Meerrettich aus dem Glas,
Meersalz, 1 Apfel, 1 Banane, 1/2 Orange

Diese Woche in Ihrer Kiste: Chinakohl

Eigentlich ist der Chinakohl kein Kohl, sondern eine Salatpflanze und somit eine gute, bekömmlichere Alternative zu den üblichen Kohlarten. Er hat einen milden, angenehm frischen Geschmack. Senföle, Vitamin C und Folsäure machen den Chinakohl gesund und Ballaststoffe bringen den Darm in Schwung.

Chinakohl, in Streifen geschnitten, schmeckt roh besonders gut als Salat, mit ein paar Satsumasstücken oder gerösteten Sonnenblumenkernen bleibt er auch mit Dressing länger knackig. Auch als Gemüse im Wok gebraten oder in einer asiatischen Kokokosuppe findet der Chinakohl viele Anhänger.

Tagliatelle mit Chinakohl

Tagliatelle nach Packungsanweisung in Salzwasser bissfest garen, abtropfen lassen. Chinakohlhälfte vom Strunk befreien, in feine Streifen schneiden und waschen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten halbieren.

In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Chinakohl dazugeben und unter Rühren 4-5 Minuten garen. Die Tomatenhälften dazugeben und kurz mit durchschwenken. Mit Salz und Chili abschmecken. Die Nudeln in einer Extra-Pfanne mit 2 EL Olivenöl kross anbraten und danach unter den Chinakohl mischen.

Zum Schluss die gehackten Oliven über die Pasta streuen.

Kürbisrisotto mit gebratenen Auberginen

Die Gemüsebrühe mit dem Senf erhitzen. Schalotten schälen und fein hacken. Chili putzen, entkernen, waschen und fein hacken. Kürbisfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und Kreuzkümmel, Pfeffer, Schalotten und Chili andünsten. Den Reis dazustreuen, so lange mitdünsten bis er glasig geworden ist. Das Kürbisfleisch dazugeben, mit Orangensaft ablöschen und etwas Brühe dazugeben. So lange rühren bis die Flüssigkeit fast aufgesaugt ist, dann wieder Brühe zugeben, rühren, und das ganze solange wiederholen bis der Reis ca. nach 20 Minuten gar ist aber noch Biss hat. Die Auberginen waschen, längs in Streifen schneiden und im restlichen Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Sojasoße ablöschen und mit Majoran und Zitronensaft abschmecken. Reis vom Herd nehmen und die Butter mit dem Basilikum unterrühren. Alles noch einmal abschmecken und mit den Auberginen servieren.

Zucchini-Champignon-Ragout

Die Champignons putzen, vierteln, den Knoblauch fein hacken, die Zucchini waschen, halbieren und dann in Scheiben schneiden. Die Petersilie abbrausen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Knoblauchzehen glasig dünsten, zuerst die Champignons dazugeben, dann die Zucchini. Das Gemüse ca. 5-10 Minuten braten und mit dem Weißwein ablöschen. Die Crème fraîche dazugeben, mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken, einige Minuten köcheln lassen, die gehackte Petersilie unterrühren und z.B. mit Kartoffelpüree servieren.

Endiviansalat mit Obst und Meerrettich

Den Salat waschen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. (Möchten Sie die Bitterstoffe aus dem Salat ziehen, legen Sie ihn für ca. 10 Minuten in lauwarmes Wasser) Die Zutaten, außer dem Obst und dem Meerrettich in einer großen Schüssel mit dem Schneebeesen gut verschlagen. Das Obst klein würfeln und mit dem Meerrettich zu der Soße geben. Kurz vor dem Servieren den Endiviansalat dazugeben.