

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
es ist zwar noch ein bisschen Zeit bis Weihnachten, aber die Menü-Planungen für die Festtage müssen bald in „trockenen Tüchern" sein. Sie können auf dem Ihrer Kiste beiliegenden Festtagsflyer schon mal schmökern ...

AMPERHOF ÖKOKISTE
Kundenbrief 47/26

Für Pilzliebhaber haben wir wie jedes Jahr von der Firma Pilzgarten aus Norddeutschland die Pilzkits. Es ist einfach spannend und faszinierend, diesen wundersamen „Lebewesen" beim Wachsen zuzusehen - und das zuhause.
Wir bieten Ihnen drei verschiedene Sorten zum **Vorbestellen** bis **3. Dezember** an, geliefert wird dann ab dem **14. Dezember**. Der frische **Limonenseitling**, der kräftig-würzige **Kastanienseitling** und der umami-geschmackige **Rosenseitling** halten auch farblich absolut, was der Name verspricht. Mit dabei im Karton ist sowohl ein extra Infoblatt als auch eine genaue Anleitung und nach einer spannenden Wachstumsphase von grob drei Wochen können Sie circa 500 Gramm Pilze ernten.



Premium-Weihnachtsbäume von Gut Mergenthau



Bestellschluss: 22.11.26
Auslieferung ab 7.Dez. 26

Nicht vergessen! Bis **22. November** können Sie noch Ihren wunderschönen und ungespritzten Bio-Weihnachtsbaum bestellen. Sie können unter vier verschiedenen Größen wählen. Die Netze, in denen die Bäume schutzverpackt zu Ihnen kommen, sind aus komplett verrottbarem Zellstoff (Holzfaser) und über Biotonne oder Kompost zu entsorgen.
Der Stamm ist frisch angespitzt.

Nicht nur zum Adventskaffee ...



Profanter Panettone Classico oder Schokolade, je 700g

Der besonders hochwertige und leckere Weihnachtskuchen aus Südtirol. Verpackt in Zellophan mit Schleife. Die Familienbäckerei Profanter ist in dritter Generation in Brixen verwurzelt und stellt diesen besonderen Panettone handwerklich und frisch für uns her. Exklusiv fein und weich - ein zarter fluffiger Teig, Sultaninen und kandierte Orangenschalen oder wahlweise Zartbitterschokolade machen diesen italienischen Klassiker zu einem besonderen Genuss.

Die stade Zeit ist nicht mehr weit ...



Die Bäckerei Herzberger verwöhnt uns mit **Dinkel- oder Marzipanstollen.** (Ministollen je 250g)

Die Mühlenbäckerei Fritz hat ihr Angebot an leckeren Elisenlebkuchen um viele Sorten erweitert: **z.B. Mohn-, Kaffee-, Orangen- und Nougat-Lebkuchen**



Was macht kalte, graue Nachmittage oder Abende ein bisschen kuschliger?
z.B. ein **Apfel-Aronia-Birnen-Punsch** von den Lillinghofer Beerenbauern oder ein feiner **Winzerglühwein**, sortenrein aus der Rebsorte Souvignier gris von der Ammersee Winery.



Soweit nicht anders gekennzeichnet handelt es sich bei unseren Produkten um Bio-Produkte gemäß EG-ÖKO-VO DE-ÖKO-006

Rezeptideen

Kürbissuppe asiatisch



Zutaten:
800g Hokkaido, 200g Möhren, 100g Zwiebeln, 50g Ingwer, 3 Knoblauchzehen, 200ml Orangensaft, 1 Zitrone, 400ml Kokosmilch, 1 Bd Petersilie, 1 EL Currypulver, 1 Prise Chilipulver, 1 EL Butter oder Kokosöl, 2 EL Sojasauce, 500ml Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer

Kürbis waschen, vierteln, entkernen und mit Schale in grobe Stücke schneiden. Möhren putzen und in Würfel schneiden. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch häuten und fein würfeln. Curry und Chilipulver bereitstellen. Orangen und Zitrone auspressen. (Alternativ 200ml Orangensaft verwenden.) Petersilie fein hacken. In einem großen Topf Zwiebeln und Knoblauch in Butter oder Kokosöl anschwitzen, Kürbis- und Möhrenwürfel hinzufügen und kurz anrösten. Ingwer, Curry, Chili, Orangensaft, Zitronensaft, Kokosmilch und Gemüsebrühe dazugeben, einmal aufkochen lassen und bei geschlossenem Topf unter gelegentlichem Rühren 25 Minuten köcheln lassen. Mit einem Pürierstab alles fein pürieren. Sojasauce unterrühren, kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie servieren.
Tipp: Etwas Zitronen- oder Orangenschale in die Suppe reiben oder mit einem Zestenreißer etwas Schale in Streifen abreißen und zur Suppe geben. Gut schmeckt die Suppe auch mit Koriandergrün.

Ramen mit Chinakohl und knusprigem Tofu



Zutaten:
250g Mie-Nudeln, 2 Knoblauchzehen, 20g Ingwer, 1 Zitrone, 1/2 TL Ahornsirup, 200ml Gemüsebrühe, 2 EL Erdnussmus, 3 EL Sojasauce, 200ml Kokosmilch, 200g Tofu (natur oder geräuchert), 1 Chinakohl, 1 Frühlingszwiebel, etwas Sesam und 1 Chili (als Topping)

Die Mie-Nudeln nach Packungsanweisung garen, anschließend abgießen und beiseite stellen.
Währenddessen Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken oder reiben. Etwas Öl in einem Topf erhitzen und beides kurz darin anschwitzen. Mit Gemüsebrühe und 150ml Wasser ablöschen. Erdnussmus, 1 EL Sojasauce, Kokosmilch und Ahornsirup dazugeben und alles gut verrühren. Die Brühe einige Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen. Den Tofu mit den Händen in mundgerechte Stücke zupfen und mit der restlichen Sojasauce vermengen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Tofu darin etwa 5-10 Minuten rundherum knusprig anbraten. Alternativ kann er auch in der Heißluftfritteuse knusprig gebacken werden. Den Chinakohl waschen und in feine Streifen schneiden. Einen kleinen Teil für das Topping beiseite legen. Den restlichen Chinakohl in einer heißen Pfanne mit etwas Öl kurz und kräftig anbraten, sodass er leicht gebräunt wird, aber noch etwas Biss behält. Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Nach Belieben die Chili ebenfalls in feine Ringe schneiden.
Die Mie-Nudeln auf Schüsseln verteilen und mit der heißen Erdnuss-Kokos-Brühe auffüllen. Gebratenen Chinakohl und knusprigen Tofu darauf geben. Mit einem Spritzer Zitronensaft verfeinern und mit dem rohen Chinakohl, Frühlingszwiebeln, Sesam und nach Geschmack Chili garnieren.

Lauch-Gorgonzola-Pasta



Zutaten:
400g Pasta (z. B. Penne, Tagliatelle, Volanti), 400g Lauch, 300g Gorgonzola (am besten Dolce, also die mildere Variante), 1 EL Butter oder Olivenöl, Salz für das Nudelwasser, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Pasta darin al dente kochen. Währenddessen den Lauch putzen, der Länge nach halbieren, gründlich waschen und in feine Ringe schneiden. Etwa 100ml Kochwasser vor dem Abgießen der Pasta auffangen, dann Nudeln abgießen. In einer großen Pfanne die Butter (oder das Öl) erhitzen, den Lauch darin 5-7 Minuten bei mittlerer Hitze weich dünsten. Nicht zu sehr anbraten, damit er seinen süßlichen Geschmack entwickeln kann. Das aufgefangene Nudelwasser und den Gorgonzola hinzufügen, unter Rühren schmelzen lassen, bis eine cremige Sauce entsteht. Die abgegossene Pasta direkt in die Pfanne geben, alles gut vermengen und mit frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
Tipp: Verfeinern Sie das Gericht mit einem Spritzer Zitronensaft oder einigen gerösteten Walnüssen.