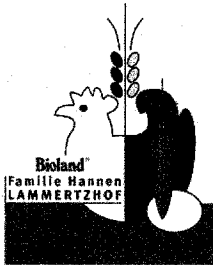


Name: \_\_\_\_\_

Kundennummer: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ich möchte keine Lieferung am/vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_ erhalten  
zusätzlich bestellen: \_\_\_\_\_



folgendes reklamieren:

### Rotkohl mit Maronen

1 Kopf Rotkohl, 2 Zwiebeln, 1cm Ingwerwurzel, 4 EL Öl, 2 EL Rotweinessig, 1 EL Balsamico, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer, 4 Gewürznelken, 4 Wacholderbeeren, 4 Pimentkörner, 1 Prise Muskatnuß, Zimt, 2 EL Johannisbeergelee, 2 Äpfel, 200g gekochte Maronen

- Den Rotkohl putzen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel in Streifen schneiden, Ingwer schälen und fein hacken.
- Öl erhitzen, Zwiebel und Ingwer kurz darin andünsten. Den Rotkohl dazugeben und unter Rühren mitdünsten.
- Mit Rotweinessig und etwa 1/2 l Wasser ablöschen. Gewürze zugeben, dann das Gelee einrühren und den Rotkohl zugedeckt ca. 40 Min. schmoren lassen.
- Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Apfelstücke und Maronen zum Gemüse geben einige Minuten ziehen lassen. Mit Balsamico, Salz und Zucker abschmecken. Übrigens: Alle Rezepte sind für 2-3 Personen gedacht.

### Zubereitung

Alle Teigzutaten rasch zu einem Mürbeteig verarbeiten. Den Teig abgedeckt für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Eine Tarteform (Ca. 30 cm) gut ausfetten.

In der Zwischenzeit den Rotkohl putzen, den Strunk heraus schneiden und den Kohl in feine Streifen schneiden oder hobeln. Die Zwiebeln fein hacken. Feigen sehr klein würfeln oder mit dem Blitzhacker zerkleinern. Sahne, Milch, Thymian und Eier verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken. Die Mischung bis zum Gebrauch kühl stellen.

Das Öl in einem breiten Topf erhitzen. Die Zwiebeln darin glasig dünsten. Dann Rotkohl und Feigen hinzufügen, leicht salzen und 4-5 Minuten unter Rühren andünsten. Mit dem Rotweinessig ablöschen, die Gemüsebrühe angießen und den Rotkohl im geschlossenen Topf etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze garen. In den letzten 1-2 Minuten ohne Deckel köcheln lassen, bis eventuell vorhandene Flüssigkeit verkocht ist. Nachmals abschmecken und eventuell mit etwas Essig oder Salz nachwürzen

Den Teig etwas größer als die Form ausrollen. Die Form mit dem Teig auslegen, überstehenden Rand mit dem Messer begradigen und den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Den Rotkohl gleichmäßig darauf verteilen. Die Sahnemischung darüber gießen und die Tarte mit zerkrümelten Feta bestreuen.

Im auf 200° vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 45-50 Minuten backen.

Die Tarte etwas abkühlen lassen, aus der Form lösen und - z.B. mit einem Blattsalat - servieren.

*Rotkohl mit Feigen* ↑

### Zutaten

- 250 g b\*Mehl
  - 125 g b\*Butter
  - 1 Ei
  - 1 Prise Salz
  - Butter für die Form
  - 
  - 1 kl. Rotkohl, ca. 700 g
  - 2 rote Zwiebeln
  - 75 g b\*Feigen, getrocknet
  - 200 ml b\*Sahne
  - 125 ml b\*Milch
  - 1 TL Thymian, getr.
  - 3 Eier
  - Salz
  - Pfeffer, frisch gemahlen
  - Muskatnuss, frisch gerieben
  - 2 EL b\*Olivenöl
  - 2-3 EL Rotweinessig
  - 175 ml Gemüsebrühe
  - 125 g b\*Feta
- Weitere Rezepte in unserem Kochbuch auf [bioladen.de/rezepte](http://bioladen.de/rezepte)

### Geröstete Butternut-Kürbis-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

- 1 mittelgroßer Butternut-Kürbis,
- 3 Möhren, 2-3 EL Olivenöl, 2 TL Meersalz, 2 TL Kreuzkümmelsamen, 1 TL Knoblauchpulver, 1 mittelere Zwiebel, 1 Stück Ingwer (3-4 cm), 2 Staudensellerie, 1 EL Kokosöl, 2 TL Garam Masala (oder Currypulver), 1 1/2 Tassen Gemüsebrühe, 100 ml Kokoscreme (plus etwas zum Garnieren), 1 Msp. Chiliflocken (optional), Kerne von 1/2 Granatapfel, gehackter Koriander.

**Zubereitung:** Den Backofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Kürbis und die Möhren schälen und in grobe Stücke schneiden. Beides in eine tiefe Auflaufform geben, mit Olivenöl beträufeln und mit Meersalz, Kreuzkümmel und Knoblauchpulver bestreuen. Für ca. 30 Min. im Ofen backen, dabei gelegentlich wenden, bis das Gemüse gar ist. Währenddessen die Zwiebel und den Ingwer schälen und fein hacken. Den Sellerie von Strunk und Blättern befreien und klein schneiden. Alles in einer Pfanne in Kokosöl bei mittlerer Hitze für 5-10 Min. braten. Mit Garam Masala würzen und ein paar Min. weiterbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, kurz aufkochen und anschließend für 15 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Die gerösteten Kürbis- und Karottenstücke zugeben und weitere 5 Min. köcheln lassen. Schließlich die Kokoscreme und Chiliflocken nach Belieben zufügen. Mit einem Pürierstab zu einer cremigen Suppe aufmixen. Mit Granatapfelkernen, Koriander und Kokoscreme garnieren.

*Die Sauce passt auch gut zu Süßkartoffelpommes oder gedünstetem Weißkohl*

### ÜBERBACKENER ROTKOHLMIT ZIEGENKÄSE, THYMIAN, HONIG

(dazu Kartoffelklöße)

300 g Rotkohl, 2 Knoblauchzehen, 4 Thymian-Zweige, 1 Bio-Zitrone, 3 EL Olivenöl, 150 g Ziegenkäse-Rolle, 1 EL Honig, Meersalz und Pfeffer, 1/2 Granatapfel, 50 g Walnüsse  
Zeit: 30 Min. + Backzeit: 25 Min.

*Wir wünschen Ihnen schöne Feiertage. Gute Wünsche für das neue Jahr*

Rotkohl in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Für die Marinade Knoblauch schälen und pressen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen abzupfen. Zitrone pressen. Öl mit 3 EL Zitronensaft, Thymian und Knoblauch vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rotkohlscheiben mit der Marinade bepinseln und etwa 10 Minuten marinieren. Anschließend auf mittlerer Schiene des Ofens etwa 25 Minuten backen. Granatapfel entkernen und Walnüsse grob hacken. 5 Minuten vor Ende der Backzeit Blech mit dem Rotkohl aus dem Ofen nehmen. Ziegenkäse mit den Fingern auseinanderzupfen und zusammen mit dem Honig über dem Rotkohl verteilen. Auf oberster Schiene des Ofens weitere 5 Minuten überbacken. Rotkohl-Steaks auf Teller geben. Mit Granatapfelkernen und Walnüssen bestreuen und genießen. Dazu passen Kartoffelklöße genauso wie Kartoffeln