

Bild: Pixabay
leppäkerttu

Warme Getränke und Weihnachtsbäckerei

Liebe Kund*innen,

es wird schon kuschelig und die ersten Gedanken wandern zu den leckeren Düften von Zimt, Nelken und Anis, die in keinem Weihnachtsgebäck und -getränk fehlen dürfen. Ob nach einem langen Spaziergang durch die gefärbten tanzenden Blätter im Wind oder nach einem Arbeitstag - die längeren, kälteren Abende laden wieder ein, es sich mit einem heißen Getränk gemütlich zu machen. Punsch, Glühwein, heiße gewürzte Säfte - sie wärmen richtig von Innen durch. Darf es vielleicht ein Holunderpunsch oder Apfel-Cranberry-Hyggepunsch von Voelkel sein? Oder ein "richtig" glühender Wein wie der Winzerglühwein von Keth? Wer lieber selbst kreativ ist, freut sich über leckere Gewürze, Obstsaft und Spirituosen für das gewisse Extra. All das gibt es in unseren aktuellen Angeboten unter "Wintergetränke, Punsch & Co."

Wochenrezepte

Steckrüben-Möhrenpfanne & Cashewschmelz

300g Steckrübe, 200g bunte Möhren, 375g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 5 EL Olivenöl, ½ l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, ½ EL gehackt. Petersilie, 3 EL Hefeflocken, 6 EL Cashemus

- Steckrübe, Möhren und Kartoffeln waschen und mit einer Reibe in feine Scheiben hobeln. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden.
- 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Steckrübe und Möhren darin anbraten, mit Brühe ablöschen. Zugedeckt ca. 15 Min. garen. In einer Schüssel warm halten.
- Restliches Öl in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln unter Wenden ca. 10 Min. goldbraun braten. Zum Schluss Zwiebelringe mitbraten. Gemüse zu den Kartoffeln geben und mit erwärmen. Salzen und pfeffern.
- Hefeflocken mit Cashewmus verrühren, salzen, pfeffern. Über das Gemüse geben und mit Petersilie bestreuen.

Broccoli mit schwarzen Bohnen-Vegan

150g Schwarze Bohnen, 200g Reis, 450g Broccoli, 100g Bunte Möhren, 3 EL Öl, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Chili, 200ml Gemüsebrühe, ½ Bund Petersilie, Salz, Pfeffer

- Die schwarzen Bohnen über Nacht einweichen und mit der doppelten Menge frischem Wasser weichkochen.
- Den Reis nach Packungsanleitung kochen.
- Broccoliröschen abtrennen und den Strunk in kleine Stücke schneiden. In einen Topf mit kochendem Wasser geben und 2 Min. gar dünsten.
- Öl im vorerhitzten Wok erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchscheiben sowie feine Möhrenscheiben darin anbraten, bis sie Farbe annehmen. Abgegossenen Broccoli dazu und weitere 2-3 Min. rösten. Salzen, pfeffern.
- Die Schwarzen Bohnen dazugeben und mit etwa 200ml Gemüsebrühe ablöschen. Ca. 5 Min. köcheln. Petersilie feinhacken und über Soße streuen. Mit Reis servieren.

Fruchtiger Feldsalat mit Walnüssen

100g Feldsalat, 1 Birne, 1 handvoll Walnüsse, 2 EL Himbeeressig, 2 EL Leinöl, 1 TL Honig, Salz, evtl. Wasser

- Die Birne vierteln, in ganz feine Scheiben schneiden.
- Dressing: Himbeeressig, Leinöl, Honig und Salz vermengen. Evtl. etwas Wasser dazu.
- Feldsalat mit Birnen, Walnüssen & Dressing vermengen.

Broccoli-Cashew-Leckerli

1 kg Broccoli, 250g Cashewkerne, 100g Margarine, etwas Kräutersalz und Muskatnuss

- Broccoli in wenig Wasser mit Kräutersalz und Muskatnuss dämpfen, bis er gar ist.
- Cashewkerne in einer Pfanne rösten. Margarine in einem Topf erhitzen. Broccoli in eine Schüssel geben, Margarine darüber gießen und mit Cashews garnieren.

Produkt der Woche



Weihnachtsbäckerei
bei unseren aktuellen
Angeboten

Allerlei Zutaten für die Weihnachtsbäckerei

Es wird Zeit, die Plätzchenrezepte rauszusuchen und Keksdosen zu füllen! So wie Punsch und Glühwein gehören auch Zimtsterne und Butterplätzchen zu den gemütlichen Herbst- und Winterstunden. Ärmel hochgekrempt und los geht's: Mehl, Eier, Milch und Co. kneten, fleißig ausstechen und nach Belieben verzieren. Damit auch wirklich genug genascht werden kann, haben wir in unseren aktuellen Angeboten vielfältige Zutaten für Ihre Weihnachtsbäckerei zusammengestellt. Wie wäre es z.B. mit regionalem Mehl und Eiern als Grundzutaten, verfeinert mit Mandeln, Vanille und gehackten Haselnüssen? Können Sie den Duft schon erahnen? Dann nichts wie ran an die Weihnachtsbäckerei!



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf

www.lotta-karotta.de

Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie

Ihre Ökokiste bis ZWEI TAGE VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



DE-ÖKO-006

lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE

SEIT 1999