



Feine Weine für die Feiertage

Liebe Kundinnen und Kunden,

freuen Sie sich auch schon auf Weihnachten? Sich Zeit nehmen für wohligh wärmende Stunden mit lieben Menschen. Falls Sie noch passende Weine für die Feiertage suchen, bei unseren Aktuellen Angeboten finden Sie eine erlesene Auswahl herrlicher Weine.

Möchten Sie einzelne Weine vorab probieren oder suchen Sie noch Geschenkideen? Kommen Sie zu unserem kleinen **Weihnachtsmarkt am 14. Dezember von 11 bis 15 Uhr**. Wir freuen uns auf Sie!

Beachten Sie bitte unsere **Extra-Tour am 23.12. und die anschließende Winterpause bis zum 6. Januar**. Alle Infos auf unserer Website.

Wochenrezepte

Pilz-Risotto mit Mandel-Grünkohl

250g Risotto-Reis, 1 Zwiebel, 4 Knoblauchzehen, 300g Grünkohl, 250g Champignons, 750 ml Gemüsebrühe, 100 ml Kokosmilch, 50g gehackte Mandeln, Salz & Pfeffer

- Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und in einem Topf mit etwas Olivenöl glasig dünsten. Den Grünkohl in Streifen schneiden.
- Die Pilze in Scheiben schneiden und 5-10 Min. mit anbraten. Den Reis zugeben und kurz mitdünsten.
- Mit Gemüsebrühe aufkochen und bei niedriger Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen.
- Wenn etwa $\frac{3}{4}$ der Flüssigkeit aufgesogen sind, Kokosmilch und Grünkohl hinzugeben und umrühren.
- Mandelsplitter, Salz & Pfeffer sowie bei Bedarf noch etwas mehr Gemüsebrühe hinzufügen. Weiter köcheln lassen bis der Reis gar ist und zum Schluss mit ein paar Mandelsplittern garnieren.

Fruchtiger Grünkohlsalat

300g Grünkohl, 150g Möhren, 1 Apfel, 1 Orange, 2 EL Limettensaft, 3 EL Balsamico Creme, 4 EL Rapsöl, 2 TL Dattelsirup, Salz & Pfeffer, 50g Sonnenblumenkerne

- Grünkohl putzen und in feine Streifen schneiden. Grünkohl in Salzwasser ca. 5 Min. garen. Über einem Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Gut abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.
- Möhren und Apfel schälen, grob raspeln und zum Grünkohl geben. Orangen schälen, filetieren und den Saft auffangen. Die Spalten halbieren und in den Salat geben.
- Für das Dressing den Orangensaft mit allen weiteren Zutaten verrühren und mit Salz & Pfeffer abschmecken. Dressing über den Salat geben und mischen.
- Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und den Salat damit bestreut servieren.

Gratinierte Grünkohl-Pasta mit Pilzen

400g Penne, 400g Grünkohl, 200g Champignons, 2 EL Butter, 400 ml Sahne, 4 Eier, 50g Crème fraîche, 100g geriebener Käse, Muskat, Salz & Pfeffer, Butter

- Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen, abschrecken und abtropfen lassen. Den Kohl in Streifen schneiden, 5 Min. im Salzwasser blanchieren, dann abschrecken.
- Die Champignons putzen, vierteln und in Butter braun anbraten. Mit Salz & Pfeffer würzen und beiseite stellen.
- Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Sahne, Eier, Crème fraîche und Käse verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- Die Nudeln mit dem Kohl und den Pilzen vermengen und in einer gefetteten Auflaufform verteilen. Mit der Eiersahne übergießen und im Ofen ca. 30 Min. goldbraun backen.

Präsentkörbe & Geschenkideen



je 32,99 €

Madame Rosé & Monsieur Noir

Präsentkörbe für Genießerinnen & Genießer

Geschenke zum Verwöhnen: In Rosé gibt es Bademilch und Bodybutter, zusammen mit einer Flasche Spumante 'Violette' und exklusiven Cocos-Pralinen. Der dunkle Gegenpart besteht aus edelem Pinie-Thymian-Honig, dem ShampooBit Calendula-Ghassoul sowie dem roten Franzosen 'Nostalgie' und Mandeln in Zartbitter-Schokolade. Schenken Sie etwas Besonderes - natürlich 100% Bio.

Alle Präsentkörbe und weitere Geschenkideen finden Sie unter "Aktuelle Angebote" auf www.lotta-karotta.de.



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf www.lotta-karotta.de

Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie Ihre Ökokiste bis zum TAG VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999