



Weihnachten & Winterpause

Liebe Kundinnen und Kunden,

diese Woche erhalten Sie Ihre letzte Lieferung in diesem Jahr. Ein ganz herzliches DANKESCHÖN für Ihre Bestellungen und Ihr Vertrauen. Mit jeder Ökokiste unterstützen Sie unser großes Ziel, nachhaltig zu wirtschaften. Wir hoffen, dass wir Sie auch im nächsten Jahr wieder zu Ihrer Zufriedenheit beliefern dürfen. Unser Dank gilt auch unseren Lieferant*innen und Erzeuger*innen. Sie ermöglichen uns diese wunderbare Auswahl an Produkten, besonders aus der Region. Ein extra dickes Dankeschön geht an unser großartiges Lotta-Team! Nun verabschieden wir uns in die wohlverdiente Winterruhe und beliefern Sie wieder ab dem 9. Januar. Allen eine schöne Weihnachtszeit!

Wochenrezepte

Cremig - Fruchtige Mangoldsuppe

500g Mangold, 2 Kartoffeln, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 500 ml Gemüsebrühe, 150 ml Weißwein, 150 ml Sahne, 75g Parmesan, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Saft ½ Orange

- Mangold in Streifen schneiden. Zwiebel & Knoblauch fein würfeln. Kartoffeln würfeln. Parmesan reiben.
- In einem großen Topf das Olivenöl erhitzen. Kartoffeln, Mangold und Zwiebeln dazugeben und alles 7 Min. bei mittlerer Hitze und unter ständigem Rühren anbraten. Knoblauch dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Mit Gemüsebrühe aufgießen und 15 Min. köcheln lassen. Sahne dazugeben, aufkochen lassen und Hitze reduzieren. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.
- Suppe in tiefe Teller verteilen, mit Orangensaft beträufeln und den geriebenen Parmesan darüber geben.

Veganes Mousse au Chocolat

200 ml Kichererbsenwasser, 1 TL Backpulver, 3 EL Puderzucker, 1 Pck. Vanillezucker, 150g dunkle Schokolade

- Glas Kichererbsen durch ein Sieb abgießen, die Flüssigkeit auffangen. In eine Schüssel füllen und mit dem Handrührgerät luftig aufschlagen.
- Sobald die Masse hell-cremig ist, Backpulver, Puderzucker und Vanillezucker dazugeben. 5-8 Min.iterrühren, bis sie fest wird. Zur Seite stellen.
- Schokolade in Stücke brechen und im Wasserbad schmelzen. Ab und an umrühren. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Geschmolzene Schokolade (nicht zu heiß) nach und nach vorsichtig mit dem Schneebesen unter den Aquafaba-Schnee heben. Die Crème in 4 Dessertgläser (à 250 ml) oder Schälchen füllen und für 3-4 Stunden oder über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Sellerieschnitzel mit Karamellsauce

1 Sellerieknolle, 2 Eier, 6 EL Mehl, 150g Parmesan, 5 EL geriebene Mandeln, 2 EL Öl, Für Karamellsauce: 200g Zucker, 175g Butter, 200 ml Sahne, 1 EL grobes Salz

- Sellerieknolle halbieren, in 1 cm breite Streifen schneiden und im kochenden Salzwasser 3 Min. blanchieren. Eier verquirlen, Mehl auf einen tiefen Teller geben. Parmesan reiben, mit Mandeln mischen und auch auf einen tiefen Teller geben.
- Sellerie gut abtropfen lassen. Nacheinander erst in Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und zum Schluss im Parmesanmix wenden, leicht andrücken.
- Öl in der Pfanne erhitzen. Sellerieschnitzel darin von jeder Seite ca. 2 Min. goldbraun braten.
- Für Karamellsauce: Zucker in einem Topf schmelzen lassen, dabei umrühren, damit nichts anbrennt.
- Den Zucker kochen lassen, bis der Zucker eine dunkle Bernsteinfarbe annimmt. Dann sofort Butter in Stückchen dazugeben. Rühren, bis die Butter vollständig geschmolzen ist. Sahne dazugeben und solange rühren, bis eine homogene Creme entstanden ist, Salz dazugeben und ebenfalls gut unterrühren.

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 ½ 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.



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!



lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999