

Christa Wonisch

Rezepte frisch aus dem Gemüsegarten!



Kohlrabi-Erbсен-Cremesuppe

Zutaten für 4 Personen:

700g Kohlrabi
2 Handvoll frische Erbsen
2 Schalotten
800 ml Gemüsebrühe
200 ml Schlagobers
200 ml Milch
Salz, Pfeffer
Zucker
4x Erbsengrün
zum Dekorieren
Butter

Etwas Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotten- & Kohlrabiwürfeln darin 6 bis 8 Minuten farblos dünsten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die Gemüsebrühe, Schlagobers und Milch hinzugeben und bei mittlerer Hitze rund 20 Minuten leicht köcheln lassen. Nun die Suppe fein pürieren.

Zuletzt noch die frischen Erbsen hinzufügen und kurz aufkochen lassen und mit Salz & Pfeffer abschmecken.

In Suppenschalen portionsweise anrichten & mit Erbsengrün dekorieren.

Zubereitung:

FrISCHE Erbsen aus den Schoten herauslösen, waschen & beiseite stellen.

Den Kohlrabi und die Schalotten schälen und grob würfeln.



Gegrillte Zucchini Blüten

Zutaten für 4 Portionen:

12 Mini-Zucchini
mit Blüten dran
120 Gramm halbfester
Ziegenkäse in Salzlake
2 getrocknete Paradeiser
2 Stiele Oregano
Rapsöl
Salz & Pfeffer

den. Oregano abzupfen und fein hacken. Paradeiser, Ziegenkäse & Oregano mischen, mit Salz & Pfeffer würzen und portionsweise in die Blüten füllen. Die Blüten wieder vorsichtig schließen.

In einer (Grill-)Pfanne Rapsöl erhitzen und die Mini-Zucchini mit den bereits gefüllten Blüten vorsichtig auf beiden Seiten anbraten.

Nach Bedarf die Zucchini noch würzen & zu Gegrilltem genießen.

Zubereitung:

Die Blüten vorsichtig öffnen und die Stempel herauslösen.

Getrocknete Paradeiser & Ziegenkäse in kleine Würfel schneiden.

BUCHVORSTELLUNG

Klaus Dürrschmid: Zungenbekenntnisse

Interessante Details aus der Lebensmittelsensorik zeigen uns in dem Buch die Vielfalt der Wahrnehmungen und Zusammenhänge, die wir oft nicht erahnen. Dass es bei weitem mehr als die Geschmacksrichtungen süß, sauer, salzig und bitter, eventuell noch umami als wohl-schmeckend gibt, beschreibt Dr. Klaus Dürrschmid in dem unterhaltsamen Buch. Die Vernetzung mit anderen Sinneswahrnehmungen wird ebenso beschrieben wie erlernte oder psychisch bedingte Verhaltensmuster. Wer seine Sinne schärft, ist glücklicher, sagt Dürrschmid. Der Sensorik-Papst und Duftexperte entführt uns in die faszinierende Welt des Geschmacks und erklärt das geheime Netzwerk unserer Sinne. Viele Experimente machen das Buch spannend für alle Sensorik-Affinen und Besserschmecker!

ISBN978-3-7106-0280-1, Verlag Brandstätter
Hardcover, 240 Seiten, € 22.-



RUNDGANG AM GEMÜSEBAUERNHOF

Termine 2020:

10. Juni, 10. Juli, 10. August, 10. September
jeweils um 10 Uhr, € 7.- pro Person

Wir bitten um Voranmeldung unter 03473 / 8339.
Bitte Mund-Nasen-Schutz mitbringen.

Gruppen auf Anfrage gerne auch zu anderen Terminen.

AUCH ALS GUTSCHEIN ERHÄLTlich!