

Kohlrabi

Gebackene Kohlrabi

4 Kohlrabi, Salz, 150 g Mehl (super ist Weizenvollmehl mit etwas geriebenen Nüssen gemischt!), 3 Eier, ca. 200 g Butter

Den Kohlrabi schälen, in wenig Wasser weich dünsten, in ca. 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und leicht salzen. Zuerst in Mehl, dann auf beiden Seiten in die versprudelten Eier tauchen und in Butter (nicht zu heiß!!) herausbacken, mit Blattsalaten servieren.

Kohlrabi a la Creme

Rezept für 4 Personen

4-5 Kohlrabi, 2 EL Butter, 1/16 l Schlagobers, 1 Bund Schnittlauch, Salz, Muskatnuss

Die jungen grünen Blättchen von den Kohlrabi abschneiden, waschen, und fein hacken. Kohlrabi schälen, die holzigen Teile entfernen. Kohlrabi vierteln und in ca. 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Butter erhitzen, Gemüse zugeben, mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen, mit wenig Wasser bissfest dünsten (10 bis 15 Minuten). Schlagobers unterrühren. Schnittlauch schneiden. Gemüse mit Kohlrabi Blättchen und Schnittlauch bestreut servieren.

Inhalt:*

Bio-Mixkisterl KW 18/ Auslieferungstag 02.05.2012

4 stk. Kohlrabi rot	AT
4 stk. Kohlrabi weiss	AT
0,5 kg Tomaten oval	IT
3 stk Paprika rot/gelb	IT
1 stk Kopfsalat rot	AT
1,5 kg Orangen	IT
1 kg Kiwi	IT



Inhalt:*

Bio-Regionalkisterl KW 18/ Auslieferungstag 02.05.2012

1 stk Kopfsalat rot	AT
1 stk Lollo Rosso	AT
4 stk. Kohlrabi rot	AT
4 stk. Kohlrabi weiss	AT
1 bund Petersilie	AT
2,5 kg Kartoffel festkochend	AT
1 kg Äpfel	AT



Produkt der Woche: Kohlrabi

Inhalt:*

Bio-Kindergarten Kisterl KW 18/ Auslieferungstag 02.05.2012

3 stk. Kohlrabi rot	AT
3 stk. Kohlrabi weiss	AT
0,25 kg Cherrytomaten	IT
0,5 kg Tomaten oval	IT
3 stk Paprika rot/gelb	IT
1 stk Kopfsalat rot	AT
1,5 kg Orangen	IT
1 kg Kiwi	IT



JUNGPFLANZEN VERKAUF 2012

04.05.2012 **Bio-Bauernmarkt Citypark Graz**
www.citypark.at

04.05.2012 **Bauernmarkt Wagna / bei Leibnitz**

05.05.2012 **Bio-Bauermarkt Kirchbach / Millis Bio Oase**
www.bio-oase.at

06.05.2012 **DELI Restaurant-Lounge Leitring**
www.deli.co.at

*Zusammenstellung mit Vorbehalt je nach Verfügbarkeit! Größe S!
Alle Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau!

Liebe Grüße aus der Süd-Ost Steiermark

Ihr Team vom Bio-Gemüsehof Fam. Wressnigg

Biogemüsehof Fam. Wressnigg

Weixelbaum 18
8484 Unterpurkla
Tel.: 03475/21 21
Fax.: 03475/73 23 4
Mobil.: 0664/39 00 864
office@bio-service.at



www.bio-service.at

„Gemüse ist unsere Leidenschaft“