

Tel . 07223 / 806 22 30
Fax. 07223 / 806 22 55
email:info@deckersbiohof.de
www.deckersbiohof.de



Ca. 500 g Bohnen
Meersalz
200 g Sahne (Art.-Nr. 2004)
200 g Crème fraîche (Art.-Nr. 2273)
1 EL mittelscharfer Senf (Art.-Nr. 8470)
Pfeffer
1 EL getr. Thymian (Art.-Nr. 8356)

Rezepte für KW 20-50

Bohnengemüse mit Thymian-Senfsahne

Bohnen waschen, putzen und in kochendem Salzwasser 15-20 Minuten kochen. Sahne und Crème fraîche in einem breiten, flachen Topf etwa 5-10 Minuten dicklich einkochen. Mit Senf, Salz und Pfeffer würzen, abschmecken. Thymian in die Sauce einrühren. Bohnen auf den Tellern anrichten, mit der Sauce übergießen.



250 g Blumenkohlröschen (½ mittelgroßer Kopf)
25 g Mandeln (Art.-Nr. 5044)
25 g Emmentaler (Art.-Nr. 2573)
je 1 MS Salz, Pfeffer und Muskat
1 Ei
4 EL Sahne (Art.-Nr. 2004)
2 TL Schnittlauch (Art.-Nr. 452)

Blumenkohl mit Mandelsauce

Die Blumenkohlröschen gründlich waschen. Das Gemüse in wenig Wasser in etwa 10 Minuten zugedeckt bei schwacher Hitze bissfest kochen; in einem Sieb abtropfen lassen und die Kochflüssigkeit auffangen. Die Mandeln und den Käse fein reiben, mit Salz, Pfeffer, Muskat, Ei, Sahne und 4 EL Kochflüssigkeit verquirlen. Die Mischung in einen Topf gießen, unter Rühren mit einem Schneebesen einige Male aufkochen lassen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Den Blumenkohl auf einem Teller anrichten, mit der Sauce übergießen und mit Schnittlauch bestreuen.