

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



250 g Sojaschnetzel (Art.-Nr. 14145 / 14144)  
(alternativ: 400 g Hackfleisch Art.-Nr. 3740 / 3786)  
2 EL Sojasauce  
ca. 500 ml Gemüsebrühe  
1 Ei  
6-7 EL Semmelbrösel  
4 EL Schlagsahne  
Salz  
Pfeffer  
1 EL Paprikapulver, rosenscharf  
1 Msp. gem Kümmel  
1 Spitzkohl  
2 Zwiebeln  
Butter für die Form  
25 g Butter  
40 g Parmesan, frisch gerieben  
1 EL Petersilie



1 Radicchio  
1 – 2 Minigurken  
375 g Mozzarella (Art.-Nr. 2057 / 2152)  
*Für die Marinade:*  
1 EL Pfeffer rosa  
1 – 2 Zehen Knoblauch  
4 EL Essig  
6 EL Öl  
1 TL Thymian  
1 TL Oregano

## Rezepte für KW 20-24

### Spitzkohl-Schichtauflauf

Sojaschnetzel nach Packungsanweisung in ca. 250 ml Gemüsebrühe und Sojasauce einweichen, evtl. etwas ausdrücken. Sojaschnetzel (oder Hackfleisch) in einer Schüssel mit Ei, 3 EL Semmelbröseln und Sahne vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Kümmel zu einer glatten Masse kneten. Masse in 4 gleich große Portionen teilen. Kohl putzen und ohne den harten Strunk in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebeln in feine Streifen schneiden. In einer Schüssel mischen und leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Auflaufform buttern. 1 Portion Sojaschnetzel hineingeben und 1/4 des Kohls darauf verteilen. Restliche Schnetzel und den Kohl ebenso schichten. Restliche Brühe dazu gießen und die Form abdecken. Im Ofen bei 190 Grad auf der 2. Schiene von unten 50 Min. garen. Inzwischen Butter, restliche Semmelbrösel, Parmesan und Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 10 Min. vor Ende der Garzeit die Brösel auf den Auflauf geben und knusprig braun backen. (Wenn man Hackfleisch verwendet, Garzeit ca. 10 Min. verlängern).

### Mozzarella mit Gurken auf Radicchio

Mozzarella abtropfen lassen und in Würfel von ca. ½ cm Kantenlänge schneiden. Für die Marinade den rosa Pfeffer grob zerstoßen, Knoblauch pressen. Pfeffer und Knoblauch mit Essig, Öl, Thymian und Oregano mischen und über die Mozzarellawürfel gießen. 15 min. ziehen lassen, mehrmals vorsichtig wenden. In der Zwischenzeit die Gurke schälen, halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch ebenso groß wie die Mozzarellawürfel schneiden und untermischen. Radicchio putzen und die äußeren Blätter als Bett auf 4 Teller legen. Die kleinen Blätter in feine Streifen schneiden und mit den Mozzarella-Gurkenwürfeln mischen und auf den Tellern verteilen