

## Kistenvorschau für die KW 14

Für die KW 14 (01. bis 06. April 2024) planen wir für Sie folgenden Kisteninhalt für die Bio-FrischeKiste „Klassik“:

- Salat (Deutschland, Bioland-Hof Tollgrün)
- Lauch (Deutschland, Demeter-Eichwaldhof Förster)
- Möhren (Deutschland, Demeter-Eichwaldhof Förster)
- Zucchini (Spanien)
- Äpfel (Deutschland)
- Zitronatzitrone Cedri (Italien)

Das Brot der Woche:

- 5-Kornbrot, 1000 g // 4,99 € (Bäckerei biokaiser)

Alle Produkte sind aus kontrolliert-biologischem Anbau. Kurzfristige Änderungen sind möglich.

### LIEFERTAGVERSCHIEBUNGEN ZU OSTERN!



Bitte beachten Sie, dass es in den **Osterwochen KW 13/14** zu Liefertagverschiebungen kommt. Fällt in einer Kalenderwoche ein Feiertag vor oder auf den gewohnten Liefertag, so verschiebt sich Ihre Lieferung um einen Tag nach hinten. **Bestellen Sie dennoch wie zum regulären Liefertermin.**

Ihr NOVUM-Team

## Rezeptvorschau für die KW 14

**Risotto mit Cedri Zitrone** // 4 Portionen // vegetarisch

1 Cedri Zitrone, 6–8 kleine Thymianzweige, 3 TL Akazienhonig, Olivenöl extra nativ (2–3 EL für das Topping und einen Schuss für das Risotto), 1 Lauch, 200 ml Weißwein, 600 ml Gemüsebrühe, 250 g Risotto, frisch geriebener Parmesan, 20 g Butter, 100 g getrocknete Tomaten (in Öl), Meersalz

**Zucchini-Möhren-Puffer mit Kräuter-Joghurt-Creme** // 2–3 Portionen // vegetarisch

400 g Möhren, 400 g Zucchini, 2 Zwiebeln, 2 Eier, 4 EL Mehl, 100 g Crème fraîche, 250 g Joghurt, 1 Bund Schnittlauch, ½ Bund Petersilie, Salz, Pfeffer, Kräutersalz, Öl

**Lauch-Kartoffel-Pfanne** // 3 Portionen // vegetarisch

2 Stangen Lauch, 2 Frühlingzwiebeln, 1 Kartoffel, 50 g gewürfelter Rohschinken, 1 rote Paprika, 1 TL gehäuft Butterschmalz, 2 TL Zucker, Paprikapulver edelsüß, Salz, Pfeffer, 1 Schuss Milch, 1 Spritzer Zitronensaft, Muskat

**Veganer Apfelkuchen mit Zimtstreuseln** // 3–4 Portionen // vegetarisch

205 g Margarine, 350 g Mehl, 8 EL Zucker, 1 Pck. Vanillezucker, 1 Msp. Backpulver, 60 ml Wasser, 2 TL Zimt, 750 g Äpfel, 2 EL Apfelmus, Fett und Mehl für die Form

### Produktinfo: Zitronatzitrone Cedri

Die Zitronatzitrone (*Citrus medica*) ist auch als Zedrat-Zitrone, Cedri oder Cedro bekannt und ist eine Pflanzenart innerhalb der Familie der Rautengewächse (Rutaceae). Die stattliche Wuchtrumme aus Kalabrien oder Kampanien ist keine herkömmliche Zitrone aus dem Supermarkt. Sie ist deutlich größer und relativ teuer – eine Delikatesse, die in Deutschland nur selten den Weg auf unsere Teller findet. Die Cedri waren die ersten Zitrusfrüchte, die nach Europa eingeführt wurden. Sie gelten als die Mutter aller Zitrusfrüchte und sind mild-aromatisch im Geschmack. Ursprünglich kommen sie aus Asien, bestehen größtenteils aus ihren Schalen und zeigen einen kleineren Fruchtkern, bzw. je nach Sorte gar kein Fruchtfleisch auf. Sie duftet intensiv fruchtig. In der Industrie wird sie gerne zu Zitronat, Limoncello oder zu aromatischem Zitronenöl verarbeitet. Das Aroma macht Lust auf die wunderbare Frühlingsküche aus Italien. Ihre feinen Aromen eignen sich hervorragend als Salat-Beigabe, so wie Parmesan über frische Pasta gehobelt wird, oder ganz einfach und ohne großen Aufwand als erfrischendes Carpaccio. Das Cedro-Carpaccio schmeckt fantastisch und ist vor allem in Süden Bella Italiens ein erfrischender Sattmacher im Sommer.



## Zutaten

300 g Steinchampignons, 1 Zwiebel,  
200 g Shiitake-Pilze, 1 Knoblauchzehe,  
200 g Staudensellerie, 1 Bund Petersilie,  
2 EL Olivenöl, 800 ml Gemüsebrühe,  
Salz, Pfeffer, 1 TL gerebelter Thymian,  
1–2 EL Zitronensaft, 4 EL Joghurt (nach  
Belieben)

250 g Spinat, 2 Knoblauchzehen, Salz,  
Pfeffer, 2 Schalotten, 50 g Pinienkerne,  
100 g Gorgonzola, 500 g Tagliatelle,  
400 ml Sahne, 600 ml Gemüsebrühe,  
3 EL Zitronensaft, 4 EL Olivenöl,  
2 EL italienische Gewürzmischung

700 g Äpfel, 2 EL brauner Zucker,  
70 g Puderzucker, 1 Pck. Vanillezucker,  
2 TL Zitronensaft, 1 TL Vanilleextrakt,  
1 TL Zimt, 250 g Mascarpone, 2 EL Milch,  
500 g Magerquark, 30 ml Apfelsaft,  
1 Pck. Löffelbiskuits, 3 EL Back-Kakao

400 g Williams Birnen, 100 g Zucker,  
40 g Mandelblättchen, 10 g Puderzucker,  
50 ml Milch, 500 g Speisequark (20 %),  
50 g Mandelmus, Bittermandelaroma

## Kräuter-Pilz-Suppe // 4 Portionen // vegetarisch

Zwiebel und Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Staudensellerie putzen und die harten Außenfäden abziehen. Selleriestangen waschen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden. Die Pilze putzen, mit Küchenpapier abreiben, eventuell abspülen und trocken tupfen. Champignons in Scheiben und Shiitake in Streifen schneiden. Die Petersilie abspülen, trocken tupfen und die Blättchen von den Stängeln zupfen. Blättchen klein schneiden und beiseitelegen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel-, Knoblauchwürfel und Selleriescheiben darin etwa 3 Min. unter gelegentlichem Rühren andünsten. Die Pilze hinzugeben, unter Rühren weitere 3 Min. dünsten. Die Brühe hinzugießen und die Petersilie unterrühren. Mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Alles aufkochen lassen und zugedeckt etwa 10 Min. bei schwacher Hitze leicht köcheln lassen. Die Kräuter-Pilz-Suppe mit Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zum Servieren in Schalen aufteilen und nach Belieben je einen Esslöffel Joghurt darauf geben.

## Gorgonzola-Spinat-Topf // 4 Portionen // vegetarisch

Pinienkerne ohne Fettzugabe in einer beschichteten Pfanne rösten, herausnehmen und beiseite Stellen. Den Spinat putzen, in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. Den Gorgonzola in kleine Stücke schneiden. Die Schalotten putzen, halbieren und in Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Schalottenwürfel dazugeben. Den Knoblauch schälen, in den Topf dazu pressen und alles glasig andünsten. Mit der Brühe und der Sahne ablöschen. Die Tagliatelle in den Topf geben und bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen. Zwischendurch immer wieder umrühren. Anschließend den Spinat und den Gorgonzola unterrühren. Mit Zitronensaft und den Gewürzen abschmecken. Herd ausschalten und die Pasta noch weitere 5 Min. auf dem Herd ziehen lassen. Die Pasta auf Tellern verteilen und mit Pinienkernen bestreuen.

## Apfel Tiramisu // 8 Portionen // vegetarisch

Die Äpfel waschen, schälen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Hälften würfeln und mit dem braunen Zucker in einem kleinen Topf vermischen. Zitronensaft, Zimt und Vanilleextrakt unterrühren und ca. 10–15 Min. köcheln lassen. Alles beiseite stellen und abkühlen lassen. Den Quark mit der Milch, Vanillezucker und Puderzucker glattrühren. Vorsichtig die Mascarpone unterheben. Eine kleine Auflaufform mit den Löffelbiskuits auslegen. Mit der Hälfte vom Apfelsaft beträufeln und die Hälfte der Äpfel darüber verteilen. Dann etwas von der Quark-Creme darauf geben und glattstreichen. Auf die Creme nochmal die Löffelbiskuits verteilen. Den restlichen Apfelsaft über die Biskuits geben, dann wieder die Apfelstücke und die restliche Creme verteilen. Im Kühlschrank für mindestens vier Stunden kaltstellen und vor dem Servieren mit Back-Kakao bestreuen.

## Mandelquark mit Birne // 4 Portionen // vegetarisch

Die Birnen waschen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf 250 ml Wasser mit 50 g Zucker aufkochen und die Birnen 1–2 Min. darin garen bis sie weich sind. Anschließend herausheben und abtropfen lassen. Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne kurz anrösten. Den Puderzucker darüberstreuen, leicht karamellisieren und abkühlen lassen. Milch und Mandelmus verrühren, mit dem Quark, dem restlichen Zucker und ein paar Tropfen Bittermandelaroma verrühren. Den Quark auf vier Schälchen aufteilen, dann die Birnen und Mandeln darauf anrichten.