

WEINTIPP: JA! NATÜRLICH WEISSER BURGUNDER

SORTE:	Weißburgunder
ALKOHOL:	12,5 % vol.
PREIS / 0,75 l:	€ 5,49
HERKUNFT:	Burgenland
BEZUGSQUELLEN:	Merkur, ADEG
INFO:	www.janatuertlich.at

Duftet nach feinen Steinobstfrüchten, am Gaumen ist er fruchtbetont und finessenreich. Die Trauben stammen ausschließlich aus biologischem Anbau. Dabei wird auf jede Art synthetischer Pflanzenschutzmittel und chemischer Düngemittel verzichtet. Ideal zu Fleisch, Wild, Teiggerichten und Weichkäse mit Schimmelpilzrinde.



BUCHTIPP: SUPPITO MIT BISS

Das Rezept stammt aus dem Kochbuch „Suppito mit Biss“ von Andrea Scholdan und Laurence Koblinger. Seit vier Jahren werden in der Wiener Suppenmanufaktur Suppito nach den 5 Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin sowie laktose-, hefe- und glutenfrei Suppen, Salate, Eintöpfe und Desserts zubereitet.

44 Rezepte geben guten Einblick in die gesunde Kochphilosophie von Andrea Scholdan und Laurence Koblinger mit Tipps zum Haltbarmachen ohne Konservierungsstoffe und Einführung in die 5-Elemente-Küche.

96 Seiten,
Österreichischer
Agrarverlag,
Wien – AV Buch,
€ 19,90;
www.avbuch-shop.at,
www.suppito.at



LAUWARMES ROTE-RÜBEN-CARPACCIO

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 6 kleine Rote Rüben
- 1 Rolle Ziegenfrischkäse oder griechischer Manourikäse
- 2 EL Kürbiskerne
- 4 EL Olivenöl
- 1 Bund Jungzwiebeln
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 1 Messerspitze frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Marinade:

- 3 EL Olivenöl
- 1 Msp. frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- feines Meersalz nach Bedarf
- 3 EL Apfelessig (vorzugsweise unpasteurisiert)

ZUBEREITUNG

Die Roten Rüben waschen und in Salzwasser bissfest kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken und schälen. Lauwarme Rote Rüben mit einer Gemüsereibe in dünne

Scheiben hobeln. Den Käse in Scheiben, die Zwiebeln mit dem Grün in feine Ringe, den Schnittlauch auf etwa 4 cm Länge schneiden.

Kürbiskerne ohne Fett knusprig anrösten, Zwiebelringe in 1 EL Olivenöl kurz braten und pfeffern. Für die Marinade Essig, restliches Öl, Salz und Pfeffer in ein Schraubglas füllen und gut schütteln.

Abwechselnd die Roten Rüben und die Käsescheiben turmartig aufschichten, Zwiebelringe, Kürbiskerne und Schnittlauch dekorativ darüberstreuen. Mit der Marinade beträufeln und servieren.

Tipp: Wenn es schnell gehen soll, einfach bereits gekochte Rote Rüben aus dem Bioladen verwenden.

Typisch kretische
Spezialitäten
kommen auf den
Tisch: Tomatenpuffer,
Zucchini Blüten und Kä-
setaschen in Olivenöl.

SO | 18³⁰

Zu Tisch auf ...
Kreta

ARTE