

Sommerpause der frischen Kiste vom 10. Aug. - 4. Sept.

Liebe Kundinnen und Kunden,

in unserem Honigsortiment gibt es jetzt wieder den Frühjahrstracht honig, dieser und der Sommerblütenhonig kommen aus Baumgätle, dazu gibt es den Edelkastanienhonig und den feinen Lindenblütenhonig mit etwas Sommerblüte aus St. Johann in Demeter-Qualität.

Aus eigenem Anbau gibt es jetzt die Zuckerschoten = Zuckererbsen. Dies ist eine Erbsensorte, die mit der Hülse auch roh gegessen werden kann, Blanchiert passen sie in Salate oder direkt in alle Gemüsepfannen.

Mit frischen großen
Heute Petersili

Zuckerschoten mit Karotten

- 200g Zuckerschoten - waschen, von Enden und evtl. Fäden befreien
 - 400g Karotten - waschen, in feine Streifen schneiden
 - 2-3 EL Butter - in großer Pfanne schmelzen
 - 2-3 Knoblauchzehen - fein zerhackt, kurz andünsten
 - 1 EL Honig
 - 3 EL Zitronensaft
- } dazu geben, bis Honig sich aufgelöst hat rühren dann Zuckerschoten + Karotten dazu, Salz, Pfeffer, Kräuter - weizen, bis fest garen, servieren
gerackten Koriander (oder Petersili) dazu geben
- > dazu passt Vollkornreis + Joghurt Dip

Guten Appetit