

"Die Beliebteste"

Roter Kopfsalat
Karottenbund
Rose Kartoffel
Mangold
Melanzane
Feldgurke
Gelbe Paprika
Fisolen
Eiertomaten
Frisches Dillesträußchen

Garten Plus Kisterl

Stangensellerie



Tipp!

Ferienzeit. Ist Reisezeit.

Bitte denken Sie daran Ihr Kisterl bis **spätestens Donnerstag 12:00** zu pausieren. Spätere Änderungen können wir leider nicht mehr berücksichtigen.

IDEEN AUS DER VEGETARISCHEN KÜCHE

...weitere Rezeptideen finden Sie auf vitalkisterl.at

Sommerliche Tomaten-Melanzane-Sugo

- 1 Melanzane. Olivenöl. Butter. Tomaten. Salz. Knoblauch. Rosmarin.
 - Ofen auf 180° Grad vorheizen.
 - Melanzane putzen und in 2 cm große Stücke würfeln. Auf ein Backblech geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl bepinseln.
 - Im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 10-15 Minuten hellbraun rösten. Dabei immer wieder wenden.
 - Währenddessen etwas Butter in einer Pfanne schmelzen. Tomaten würfeln und dazugeben. Langsam köcheln, damit die Tomaten ein schönes Aroma entfalten. Dann salzen.
 - Wer gerne einen mediterranen Touch in das Gericht zaubern möchte, gibt etwas Knoblauch und eine Prise Rosmarin dazu.
 - Die fertigen Melanzane Würfel zu den Tomaten geben.
- Jetzt können Sie beliebig entscheiden, wie Sie die Soße verspeisen möchten. A) als Beilage zum Grillen b) als Soße über Pasta c) auf das Bruschetta Brötchen d)
- Wir wünschen viel Genuss und Freude!

"Gemüsetiger"

Radicchio
Grüner Feldsalat
Karottenbund
Stangensellerie
Rose Kartoffel
Mangold
Melanzani
Bunte Spitzpaprika
Zucchini
Eiertomaten
Kirschtomaten
Fisolen
Schnittlauchbund

Frucht-Abo

Williams Birnen (Stmk.)
Heidelbeeren (Mostviertel)

"Gemüsefrüchtchen"

Bologneser
Eiertomaten
Melanzani
Stangensellerie
Zucchini
Birnen (Stmk.)
Heidelbeeren (Mostviertel)