

Unsere kostbarsten Ölquellen

...Artenvielfalt aus der Pflanzenwelt - Tropfen für Tropfen Genuss und Gesundheit pur!



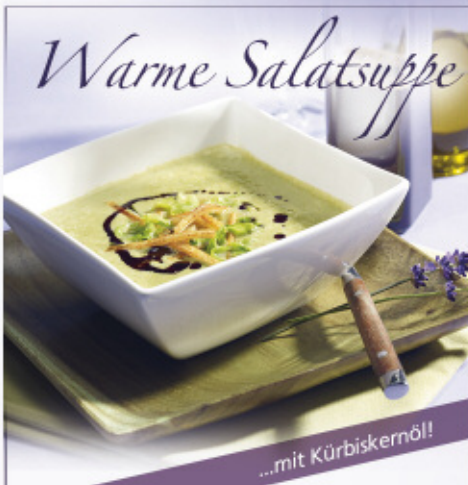
Rezept für 4 Personen

Zutaten: 4 mittelgroße Birnen zum Beispiel Abate, 4 Scheiben Schinkenspeck, 100 g Blauschimmelkäse (zerbröseln), 150 g gemischter Salat, 6 EL griechisches Olivenöl, 3 EL Balsamessig, 1 EL flüssiger Honig, 2 EL Orangensaft, Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung: Birnen waschen, halb durchschneiden, den unteren Teil mit einem kleinen Löffel oder mit einem Kugelausstecher aushöhlen und das Kerngehäuse entfernen. Den Käse in kleine Stücke schneiden, mit dem ausgelösten Birnenfleisch mischen, in die unteren Birnenhälften füllen und den oberen Birnenteil wieder aufsetzen. Die Schnittkante mit dem Speck umwickeln und die Birnchen in eine geölte kleine Auflaufform setzen. Bei 180°C Grad Ober-/Unterhitze (160°C Grad Umluft) im Ofen ca. 15-20 Minuten backen. Den Salat putzen, waschen und trocknen, auf 4 Teller verteilen. Öl und Essig mit einem kleinen Schneebesen verrühren, mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken. Die restlichen Käse-Birnenmischung auf dem Salat verteilen. Birnchen aus dem Backofen nehmen, auf den Salat setzen und das Dressing über Salat und Birne verteilen.

Weitere Rezepte finden Sie auf der Rückseite.

REWE



Zutaten für 4 Personen: 1 großer Kopfsalat, 2 mehligkochende Kartoffeln, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 500 g Geflügelbrühe, 2 EL Olivenöl, 200 g Sahne, Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung: Den Salat waschen, putzen und in Streifen schneiden. Eine Handvoll als Einlage beiseite stellen. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne, lange Streifen schneiden. Eine Kartoffel in 1 EL Olivenöl rösten, kurz garen und ein wenig salzen. Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Frühlingszwiebeln und die noch restlichen Kartoffelstreifen in 1 EL Olivenöl kurz anschwitzen, Salatstreifen zugeben, mit Brühe und Sahne auffüllen, ca. 15 Minuten garen lassen. Suppe pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In vorgewärmte Teller füllen, mit den Kartoffel- und den restlichen Salatstreifen garnieren. Zum Schluss das Kürbiskernöl über die Suppe träufeln.

Zutaten für 4 Personen : 4 mitteldicke Koteletts, 3 EL MAZOLA Keimöl, 1 TL gehackter Majoran, Salz und Pfeffer aus der Mühle

4 große Strauchtomaten, 1 Bund Petersilie (gehackt), 1 kleine rote Zwiebel (gewürfelt), 6 EL Rapsöl, 2 EL Balsamessig, etwas Zucker, Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung / Tomatentatar: Tomaten häuten (einschneiden, kurz in heißes Wasser legen, dann in Eiswasser abschrecken und die Tomatenhaut abziehen), vierteln, das Innere entfernen und in kleine Würfel schneiden. Tomatenwürfel, Zwiebel und Petersilie mischen. Öl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer mischen, zu den Tomaten geben und durchziehen lassen, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend auf 4 Gläschen verteilen.

Zubereitung / Koteletts: Koteletts waschen, trocknen, mit Öl bestreichen, dann salzen und pfeffern. Eine beschichtete Pfanne gut erhitzen, das restliche Öl einfüllen und die Koteletts von jeder Seite anbraten. Temperatur herunter stellen, von jeder Seite ca. 3 Minuten braten und mit Majoran bestreuen.

Koteletts zusammen mit dem Tomatentatar auf Tellern anrichten.



Zutaten für 4 Personen: 4 quadratische Scheiben Blätterteig ca. 12 x 12 cm, 4 große Aprikosen, 2 EL Olivenöl, 2-3 EL brauner Zucker, 2 kleine Stängel Rosmarin, 4 Kugeln Vanilleeis

Zubereitung: Blätterteigplatten etwas auftauen lassen und mit Olivenöl bestreichen. 4 Auflaufförmchen mit ca. 8 cm Durchmesser mit Olivenöl ausfetten und den Blätterteig damit auslegen. Aprikosen waschen, den Kern entfernen und in Streifen schneiden. In den Blätterteig stellen, mit Zucker und Rosmarinnadeln bestreuen.

Bei 200°C Grad Ober-/Unterhitze (Umluft bei 180°C Grad) ca. 30 Minuten backen. Nach dem Backen vorsichtig aus der Form heben und auf einen Dessertteller setzen, eine Vanilleeiskugel auflegen und heiß servieren.

Tipp: Statt der Aprikosen können Sie auch andere Obstsorten, zum Beispiel Birnen oder Äpfel, nehmen.