

03.06. - 07.06.2019

Rindfleisch

Auslieferung in KW24 (11.06. - 15.06.2019)

Bestellschluss: 03.06.2019

Rinder Beried geschn. 2 Stk. ca. 400g	€ 49,98/kg
Rinder Beiried im Ganzen ca. 600g	€ 49,98/kg
Rinder Schnitzel geschn. 2 Stk. ca. 350g	€ 30,95/kg
Rinder Schnitzel geschn. 5 Stk. ca. 850g	€ 30,95/kg
Rinder Rostbraten im Ganzen ca. 500g	€ 37,70/kg
Rinder Tafelspitz ca. 750g	€ 38,60/kg
Rinder Gulasch geschn. ca. 500g	€ 22,90/kg

Würstel und Leberkäse

Bestellschluss 6 Werktage vor Liefertag

Käsekrainer 2 Stk.-Pkg. ca. 240g	€ 7,26/Pkg
Bratwürstl v. Schwein dünn 2 Paar-Pkg. 220g	€ 5,88/Pkg.
Bratwürstl v. Lamm 2 Paar-Pkg. 220g	€ 6,93/Pkg.
Knacker 2 Stk.-Pkg. ca. 280g	€ 5,06/Pkg.
Berner-Würstl 3 Stk.-Pkg. ca. 250g	€ 8,19/Pkg.
Leberkäse natur 2 Scheiben ca. 220g	€ 4,20/Pkg
Frankfurter 2 Paar Pkg. ca. 250g	€ 6,09/Pkg.

GRILLEN MIT DER BOKISTE

Tipps und Anregungen für eine gelungene Grillerei:

Blätter als Alternative zu Alufolie:

Fisch und Käse lässt sich gut in Gemüseblätter vom Kohl, Mangold oder Mais verpacken! Blätter mit etwas Öl einstreichen, befüllen und mit Zahnstochern fixieren.



GEFÜLLTES

Avocado, Melanzani, Süßkartoffel, Zucchini etc. halbieren und aushöhlen. Mit der Innenseite nach unten solange auf den Grill geben, bis zarte Grillstreifen entstehen. In der Zwischenzeit Tomaten, Feta und frische Kräuter fein hacken und mit etwas Öl und Essig marinieren. Hälften mit dem Salat befüllen und

Schonend gegrillt wird Obst und Gemüse in **Backpapier-Päckchen**. Diese einfach an den Enden zubinden und auf den Grill – als Alternative geht's auch im Backrohr.

Spezialtipp fürs Dessert: Päckchen einfach mit Obst- und Schokostückchen füllen. Schmeckt wie Schokofondue!

Die Urlaubszeit beginnt

Wir bitten Sie deshalb, uns **rechtzeitig, d. h. mind. 3 Werktage vor Ihrem Liefertag** Bescheid zu geben, wenn Sie keine Lieferung wünschen. Sie können Ihre Abopause auch über den Onlineshop erfassen.

Zu spät eingelangte Meldungen können wir leider nicht berücksichtigen.

LIEFERTAGVERSCHIEBUNG

KW25 - Donnerstag, 20.06.2019 - Feiertag

Liefertag Donnerstag - verschiebt sich auf Freitag
Liefertag Freitag - verschiebt sich auf Samstag



**Sommer -
Telefonzeiten
vom 24.06. -
30.08.2019**

Vom 24.06. - 30.08.2019 sind wir telefonisch von

Montag - Freitag, von 08.00 - 12.00 Uhr

erreichbar. Sie können uns aber **gerne eine Nachricht auf dem AB sprechen oder ein Mail schreiben**, Sie erhalten in **jedem Fall eine Antwort** von uns.

Brotsalat „Panzanella“

Zutaten für 3-4 Personen: Brotreste, 2 Tomaten, 1 Paprika, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Oliven, 1 Packung Feta, ½ Rote Zwiebel, Salz, Pfeffer, Balsamicoessig, Olivenöl, Cashewkerne, Sprossen
ZUBEREITUNG: Brot in Scheiben schneiden, mit Olivenöl und Knoblauch einreiben. Rösten und würfelig schneiden. Mit Tomaten-, Paprikawürfeln, Oliven, Feta, und roten Zwiebelringen vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Balsamicoessig marinieren. Ein wenig durchziehen lassen und mit Cashewkernen und Sprossen bestreut servieren.



Gemüseflammkuchen vom Grill

Zutaten für 4 Personen: Teig: 200g Weizenmehl, 100 ml kaltes Wasser, 25 ml Weißwein, 1 1/2 EL Olivenöl, 1 TL Salz
Belag: 1 Zucchini, 3 Stangen Spargel grün, 2 Zwiebeln, 2 Paprika, 100g Mais, 250g Creme fraiche, 4 EL Ajvar (Paprika Pastete), Olivenöl zum beträufeln, Salz, Pfeffer
ZUBEREITUNG: Teig: alle Zutaten gut verkneten, bis ein glatter Teig entsteht, 45 Min. ruhen lassen und danach 4 Kugeln formen und nochmals 15 Min. ruhen lassen. Zucchini mit dem Sparschäler in dünne längsstreifen hobeln, Spargel blanchieren und schräg in dünne Scheiben, Zwiebel in dünne Ringe und Paprika in Rauten schneiden. Creme Fraiche mit Ajvar verrühren und mit Salz abschmecken. Die Teigkugeln auf einer bemehlten Fläche so dünn wie möglich ausrollen, mit der Creme Fraiche Mischung bestreichen, das Gemüse darauf verteilen, Salz und Pfeffer darüberstreichen und auf dem vorgeheizten Pizzastein bei 230 ° Hitze garen.



Schokokuchen in der Orange

Zutaten: für ca. 2 Stück, je nach Orangengröße: 50g dunkle Schokolade, 1 Ei, 25g Mehl, ½ TL Backpulver, 25g Butter, 25g Zucker, 1 Prise Salz
ZUBEREITUNG: Den oberen Teil der Orange abschneiden und mit einem Löffel das Fruchtfleisch vorsichtig aus der Schale lösen (etwas Fruchtfleisch kann ruhig in der Schale bleiben). Schokolade und Butter schmelzen. Ei mit Zucker schaumig schlagen, anschließend Mehl und Backpulver unterheben. Die geschmolzene Schokomischung mit etwas Orangensaft hinzufügen und zu einem cremigen Teig verrühren. Die Orangen zu ca. ¾ mit dem Teig befüllen und den Deckel auflegen. In Alufolie einschlagen und ca. 20 bis 30 Min. auf den heißen Grill geben.



Haben Sie ein tolles Grillrezept, das man unbedingt nachmachen sollte, dann schicken Sie uns dieses per Mail an: office@biomitter.at. Vielen lieben Dank!

Zupfbrot

800g Mehl, 1 TL Salz, 5 EL Olivenöl, 1 Würfel Germ und 500ml lauwarmes Wasser zu einem glatten Germteig verkneten. Abdecken und an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen. Teig zu Rechteck ausrollen und mit 200g weicher Kräuterbutter bestreichen. Teig anschließend in Quadrate (ca. 7 cm) schneiden. Alle Teigquadrate nach und nach von der Mitte aus in eine befettete Springform kreisförmig schichten. Bei 200°C 30 Min. backen.



Wassermelone gegrillt

Zutaten für 2 Personen: 1 EL Obstessig, 1 EL Zitronensaft, 2 EL Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer, 100 g reschen Salat, ½ Bund Rauke, ¼ Gurke, 1 Wassermelone, grüne und schwarze Oliven, 75 g Fetakäse, Olivenöl
ZUBEREITUNG: Essig, Zitronensaft und Öl verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat putzen, waschen, trocken schütteln und klein schneiden. Gurke waschen, putzen, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Melone waschen und in 2-3 cm dicke Stücke schneiden. Kerne wenn möglich entfernen. Mit Öl dünn einstreichen. Auf einem heißen Grill oder einer Grillpfanne ca. 4 Min. unter Wenden grillen. Salat, Oliven und Vinaigrette mischen. Salat und Melone anrichten. Käse zerbröseln und darüberstreuen



Gemüsetaler vom Grill

Zutaten: 200 g Melanzani, 200 g Zucchini, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Olivenöl, 1 Spritzer Tabasco, 2 EL Kräuter (frisch gehackt, 50 Gramm Parmesan (frisch gerieben), Pfeffer, Salz
ZUBEREITUNG: Melanzani und Zucchini in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Olivenöl mit dem gepressten Knoblauch und Tabasco mischen. Die Kräuter mit dem Parmesan mischen. Gemüsescheiben auf einer Seite mit dem Würzöl bepinseln und diese auf dem Grill etwa 3 Min. garen. Dann die obere Seite mit etwas Würzöl bestreichen und die Gemüsetaler wenden. Die gegarte Seite noch einmal mit Öl bepinseln und mit der Käse-Kräuter-Mischung bestreuen, weitere 3 Min. grillen, bis das Gemüse schön weich und der Käse geschmolzen ist.



Kräuterbutter

Zutaten: 1 Pkg. Butter, 1 Handvoll Kräuter (z.B. Rosmarin, Petersilie, Schnittlauch, Oregano, Majoran...), 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Chili
ZUBEREITUNG: Zimmerwarme Butter mit dem Mixer schaumig rühren. Gehackte Kräuter und Knoblauch untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Mit dem Dressiersack auf einem Teller portionieren und anschließend einfrieren.

