

Gefüllte Tomate in der Parmesanblüte

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

8 EL geriebener Parmesan
4 große Tomaten · 1 rote Zwiebel
6 Scheiben bioladen*Salami
4 Tomaten · 80g Ziegenbrie Italiano
10 Oliven, entkernt
1 EL bioladen*Pinienkerne
2 TL Pesto Genovese
Thymian · Rosmarin · Salz



ZUBEREITUNG

1. Aus je 4 EL Parmesan einen Kreis (12cm Durchmesser) auf Backpapier streuen, bei 180°C im Backofen schmelzen und leicht bräunen lassen.
2. Wenn der Käse kräftig Blasen schlägt, herausnehmen und 2 Min. auskühlen lassen. Vorsichtig anheben, über eine Tasse oder ein Glas legen und erkalten lassen.
3. Bei den großen Tomaten oben den Deckel abschneiden und die Tomaten aushöhlen.
4. Die Zwiebel fein würfeln und in etwas Öl anschwitzen. Die Salami in Streifen schneiden, dazugeben und leicht mitbraten.
5. Die restlichen Tomaten entkernen und in Würfel schneiden. Den Ziegenbrie würfeln. Alle Zutaten miteinander vermischen und mit Pesto, Kräutern und Gewürzen abschmecken.
6. Anschließend in die Tomaten füllen und 2–3 Min. im Ofen gratinieren. Die Tomaten in der Parmesanblüte anrichten und servieren.

Weitere Rezepte finden Sie in unserem Kochbuch auf www.bioladen.de



Für Menschen mit Geschmack.

bioladen

www.bioladen.de



Tomaten von der Insel Reichenau

Uricher
BIOLANDHOF

Bio-Gemüse von Familie Uricher



Familie Uricher baut Fruchtgemüse und verschiedene Wintersalate an.



Gerhard und Gerda Uricher leiten ihren Betrieb auf der Insel Reichenau gemeinsam mit ihrem Sohn Manuel.



Unter 1 Hektar geschütztem Anbau und 9 Hektar Freilandfläche pflanzt die Familie Uricher auch Strauchtomaten an.



Sohn Manuel bei der Ernte von frischem Pflücksalat und Feldsalat.

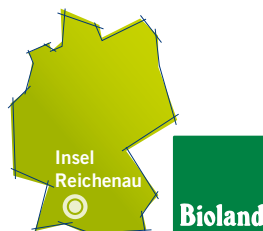
Im südlichsten Gemüseanbaugebiet Deutschlands, der Insel Reichenau, baut die Familie Uricher ihr Bio-Gemüse an.

Sohn Manuel arbeitet in dritter Generation im elterlichen Betrieb und wird diesen auch künftig fortführen. Dank ihrer Lage im Bodensee bietet die Insel ideale klimatische Bedingungen für den Gemüsebau. Die Gärtnerei Uricher ist ein typischer Reichenauer Familienbetrieb, welcher der Reichenau Gemüse eG angehört.

Auf 1 Hektar Gewächshausfläche und 9 Hektar Freilandfläche produzieren sie Gemüse nach den Richtlinien des Bioland-Verbandes. In den Sommermonaten werden im Glashaus Tomaten und im Freiland Kohlrabi und Pflücksalat kultiviert. In den Wintermonaten können aus den Gewächshäusern Feldsalat und Pflücksalat geerntet werden.

Gerda, Gerhard und Manuel Uricher möchten mit ihrer Arbeit den Wünschen der Verbraucher nach gesundem, wertvollem Bio-Gemüse nachkommen. Darüber hinaus trägt ihr ökologischer Landbau zum Erhalt der wertvollen Kulturlandschaft der Insel Reichenau bei.

Art des Betriebes
Gemüsebau/Familienbetrieb
Anbaufläche
9 Hektar Freiland, 1 Hektar geschützter Anbau
Herkunft
Deutschland, Insel Reichenau
Bio-Zertifizierung
Bioland



Produkte	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Tomaten						X	X	X	X	X		
Kohlrabi					X	X	X	X	X	X		
Feldsalat	X	X	X									X
Pflücksalat	X	X	X	X	X	X		X	X			X
Gurken				X	X	X	X	X	X			
Radieschen				X	X							
Landgurken					X	X	X					
Baby-Spinat					X	X			X	X		

Tomatenbutter



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

30g getrocknete bioladen*Tomaten · 2 Tomaten
 250g bioladen*Butter · 40g Tomatenmark · frischer Thymian
 frische Petersilie · Meersalz · Pfeffer · Rohrohrzucker
 1 Spritzer Zitronensaft

ZUBEREITUNG

1. Die getrockneten Tomaten klein schneiden.
2. Die frischen Tomaten vierteln, entkernen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
3. Die weiche Butter mit dem Tomatenmark, den Tomatenstückchen und den klein gehackten Kräutern mischen.
4. Mit den Gewürzen und etwas Zitronensaft abschmecken.

Weitere Rezepte finden Sie in unserem Kochbuch auf www.bioladen.de

