

Erdbeersalat mit Feta

ZUTATEN

500g Erdbeeren · 1 TL Puderzucker · Saft von einer Limette
Abrieb von 1/2 Limette
2 EL Walnussöl · Salz · Pfeffer
200g bioladen*Feta · 1/2 rote Zwiebel
50g bioladen*Walnüsse · etwas Basilikum

ZUBEREITUNG

1. Die Erdbeeren vierteln und ca. eine halbe Stunde mit dem Puderzucker ziehen lassen.
2. Mit Limettensaft, Limettenabrieb und Öl vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Feta würfeln und die Zwiebel in feine Würfel schneiden. Walnüsse hacken.
3. Alles unter die Erdbeeren heben und mit Basilikum garnieren.

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



Für Menschen mit Geschmack.

bioladen[★]

www.bioladen.de



Fruchtige Beeren von


LAS BAYAS
DE DOÑANA

Bio-Beeren von Bayas de Donana



Juan Maria Rodriguez,
Inhaber des Betriebes



Ein Blick ins Gewächshaus



Die Früchte zeichnen sich besonders durch ihr intensives Aroma und ihren Geschmack aus.



Seit 2001 werden auf dem Betrieb von Juan Maria Rodriguez in Almonte verschiedene Sorten Beeren angebaut, vor allem Erdbeeren, Himbeeren und Heidelbeeren. Seit 2012 sind diese Naturland zertifiziert. Der Familienbetrieb befindet sich angrenzend an dem Naturpark „Parque Nacional de Doñana“.

Juan Maria möchte mit der Arbeit gesundes und qualitativ hochwertiges Obst erzeugen und gleichzeitig eine solide und sozial gerechte Landwirtschaft fördern. Er und seine Mitarbeiter arbeiten sehr sorgsam und legen größten Wert auf die optimale Qualität ihrer Früchte. Zusammen arbeiten sie täglich für ihr Projekt, ein gesundes Leben zu führen, um ihren Kindern ein gutes Vorbild zu sein.

Art des Betriebes
Einzelunternehmen
Anbaufläche
30 Hektar
Herkunft
Spanien, Almonte
Bio-Zertifizierung
Naturland



Produkte	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Erdbeeren	X	X	X	X	X							
Heidelbeeren				X	X							
Himbeeren	X	X	X	X	X							X

Erdbeer-Joghurt-Creme



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

200g Erdbeeren · 12g Gelatine
175g bioladen*Joghurt · 50g Puderzucker
125ml bioladen*Schlagsahne (gut gekühlt)
100g Zartbitter Kuvertüre
Minze oder Zitronenmelisse zur Garnitur

ZUBEREITUNG

- 150g Erdbeeren mit einem Pürierstab pürieren. Die Gelatine in 6 EL kaltem Wasser einweichen und auflösen. Die pürierten Erdbeeren schnell mit Joghurt, Puderzucker und Gelatine verrühren.
- Die steif geschlagene Sahne unterheben und in vier Tassen füllen.
- Kuvertüre schmelzen, dünn auf Backpapier verteilen und auskühlen lassen. Insgesamt 16 Scheiben in Tassengröße ausstechen oder ausschneiden.
- Die Creme mit einem Messer am Tassenrand lösen, die Tasse kurz (4 Sekunden) in heißes Wasser setzen und stürzen. Die Creme in Scheiben schneiden und abwechselnd mit der Schokolade übereinanderschichten. Dabei mit einer Schokoladenscheibe anfangen.
- Die letzte Schokoladenscheibe zerteilen und hochkant in die Creme stecken. Mit den restlichen Erdbeeren und frischer Minze oder Melisse garnieren.

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

