

avanti!andi

Der wöchentliche Lieferservice der Biogärtnerei an der Isen
Gemüse und Obst aus kontrolliert – biologischem Anbau

BIOGÄRTNEREI
an der Isen



Andi Landshammer
Watzling 21
84405 Dorfen

Tel.: 08081 9561582
Mobil: 0170 3533554
www.gaertnereianderisen.de

Liebe KundInnen,

Von uns selber sind zurzeit: Kopfsalate, Schnitt - und Feldsalat, Fenchel, Kohlrabi, Kräuter, Sellerie, Bohnen, Tomaten, Paprika, Rote Rüben, Himbeeren, Rettich, Grün – und Schwarzkohl, Broccoli, Kürbisse, Puntarella, Physalis

Diese Woche empfehlen wir

Gebratener Fenchel

Zutaten:

Fenchelknollen (je nach Größe und Belieben 2-3 Stück), Olivenöl, Zitronensaft, Weißwein, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Fenchelknollen putzen und als Ganzes oder halbiert in Olivenöl anbraten und mit Olivenöl und Zitronensaft beträufeln. Salzen und pfeffern.

Mit etwas Weißwein angießen und im Rohr gute ½ Stunde braten. Zwischendrin wenden und mit Schmorflüssigkeit begießen. Salzen und pfeffern. Passt zu Fleisch und Fisch.

TIP: Am besten brät man die Fenchelknollen als Beilage zu einem Schweine-, Kalbs-, oder Lammbraten. Aber auch Fisch ist denkbar. Etwa eine halbe Stunde bevor der Braten fertig ist, den Fenchel dazugeben und hin und wieder begießen.

Einen guten Appetit und eine schöne Woche wünscht das avantiandi - Team!