



Liebe KundInnen,

Von uns selber sind zurzeit: Kopfsalate, Fenchel, Kohlrabi, Kräuter, Mangold, Sellerie, Bohnen, Tomaten, Paprika, Gurken, Lauch, Auberginen, Rote Rüben, Himbeeren, Zwiebelbund, Gemüsezwiebel, Zucchini, Zuckermais und Rettich

Diese Woche empfehlen wir

Marinierte Auberginen

Zutaten:

Auberginen, Salz, Petersilie, Salbei, Oregano, Rosmarin, Olivenöl, Zitrone, Pfeffer nach Belieben

Zubereitung:

Auberginen in ½ cm dicke Scheiben schneiden, leicht salzen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen die Kräuter fein wiegen und mit Öl und Zitronensaft verrühren. Die Marinade pfeffern und leicht salzen.

Die Auberginen abtupfen und mit der Marinade bestreichen. Vor dem Grillen mindestens 10 Minuten ziehen lassen.

Die Scheiben auf dem heißen Grill beidseitig weich grillen

Wer kein schönes Wetter zum Grillen hat, kann die Auberginen auch auf dem Backblech im Rohr backen. Gegrillte oder gebackenen Auberginen schmecken gut zum Brot und können noch am nächsten Tag kalt anstelle von Wurstscheiben in die Stulle gelegt werden

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