

Sessler's Sammel-Rezept des Monats Mai:

Schafskäse-Paprikakuchen vom Blech

1 Becher Mehl, 1/2 Becher Haferflocken, 1/2 Becher Öl, 1 Becher Naturjoghurt, 1 geriebene Zwiebel, 1 geriebene oder zerdrückte Knoblauchzehe, 2 Eier, 1 Becher Paprika in Streifen bunt, 1/2 Becher Petersilie oder Schnittlauch, 200 g Schafskäse zerbröselt, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Sesam zum Bestreuen

Alle Zutaten gut miteinander vermengen, auf ein vorbereitetes Backblech streichen, mit Sesam bestreuen und etwa 30-40 Minuten bei 180°C backen.



Cannelloni mit Spargel gefüllt

1 Paket Cannelloni, 1 kg Spargel bis auf die Köpfe klein gewürfelt, 250 g Creme fraiche, 1 Becher Frischkäse natur, 1 Becher Frischkäse Kräuter, Rote Zwiebelwürfel, Pilze, Schinken, Stück Gouda, Weiße Soße, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 1 Pack Kräutermischung (trocken/TK)

Creme fraiche und Frischkäse vermischen, Kräuter rein, abschmecken mit den Gewürzen. Spargelschnippel Zwiebel abziehen und dazugeben und mischen.

Die Cannelloni füllen und in eine Auflaufform legen. Schinken in Fetzen reißen und, Pilze in Scheiben schnei-



den, beides zusammen mit den Spargelköpfe drübergeben. Soße anrühren und Cannelloni übergießen. Ofen vorheizen auf 170 Grad. Abgedeckt ca. 15 min im Ofen lassen. Danach den Käse drübergeben. Weiterbacken, bis er geschmolzen ist.

Schneller Schoko-Bananen-Kuchen

2 Tassen Dinkelvollkornmehl, 1 1/2 Tassen Rohrzucker, 1 Tasse Kakao, 1 Tasse Mineralwasser, 3 Eier, 1 Packung Backpulver, 3 reife Bananen, 2 große Löffel Schoko-Brot-aufstrich

Teig ohne Bananen zusammenmischen, Bananenscheiben zum Schluss unterheben. Bei 200 Grad ca. 20-25 Minuten (runde oder Kastenform).



Von allem nur das Beste...

Oferdinger Mühle • Am Mühlwehr 16 72768 Reutlingen/Oferdingen • Tel: 07121-96 67 0
Öffnungszeiten Bio- und Bauernmarkt der Oferdinger Mühle:
Montag bis Freitag: 9 bis 12 und 14 bis 18 Uhr, Samstag: 9 bis 12.30 Uhr

INFO

Montag, Mittwoch und Freitag
Frischetag im
Bio- und Bauernmarkt

Liebe Kundinnen und Kunden,

jeden **Montag, Mittwoch und Freitag**
ist **Frischetag** im Bio- und Bauernmarkt
der Oferdinger Getreidemühle.

Je nach saisonaler Vielfalt führen wir Obst und Gemüse
aus regionalem und kontrolliert biologischem Anbau,
von Lieferanten, die uns persönlich bekannt sind.

Schauen Sie an diesen Tagen unbedingt bei uns vorbei.

Herzlichst Ihr Team
vom Oferdinger Bio- und Bauernmarkt.



**Oferdinger
Mühle**

Von allem nur das Beste...

