

Sessler's Sammel-Rezept des Monats August:

Gazpacho: Kalte Gemüsesuppe aus Spanien

3 Tomaten, 1 Paprikaschote rot, 1 Paprikaschote gelb, 2 kleine Zucchini 1 kleine Zwiebel, 2 Zehen Knoblauch, 1 Zweig Rosmarin, 2 EL Essig (mgl. Sherry) 4 EL Olivenöl), 1 eingeweichtes Brötchen, 1 Zweig Thymian, 1 Zweig Oregano

Die Tomaten häuten und entkernen. Paprika, Zucchini, Zwiebel in grobe Würfel schneiden. Alle Zutaten in der Küchenmaschine zerkleinern. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer, Essig und evtl. Tabasco abschmecken. Eine weitere Zugabe von Flüssigkeit ist nicht erforderlich, das Gemüse enthält genug. Unbedingt eiskalt servieren.



Dazu getoastetes Schwarzbrot mit Kräuter-/Knoblauch-/Bärlauch-/Sardellenbutter.

Variante: Statt frischer Kräuter Kreuzkümmel, Koriander und etwas mehr Tabasco verwenden.

Gefüllte Zucchini

Zutaten für 2 Personen: 1 ganz große oder 2 normale Zucchini, 1 Zwiebel, 250 g Rinderhackfleisch, 2 EL Semmelbrösel, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß, 1 Dose Tomaten/ oder frische Tomaten, 2 Zweige Thymian, Oregano, Basilikum und 1 Blatt Salbei, 1 Knoblauchzehe, 1 TL 3x-konzentriertes Tomatenmark, 2 EL Parmesan, 1/2 Bund Schnittlauch, 1/2 Bund Basilikum

Die Zucchini waschen, halbieren und etwas aus der Mitte herauskratzen. Das Zucchinifleisch fein hacken. Die Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln. Das Hackfleisch



und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zucchini einsetzen, mit Parmesan bestreuen. Bei 180°C Umluft (ohne Vorheizen) etwa 30 Minuten überbacken.

Apfel- Tiramisù

Zutaten für 8 Personen: 250 g, 250 g Mascarpone, Ricotta, 100 g, 700 g Zucker, Apfelkompott, 24 Löffelbiskuits, 1 Vanillinzucker, 6 EL Milch 1,5% Fett, 200ml Apfelsaft, Zimt

In einer Schüssel Mascarpone, Ricotta, Milch, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Hälfte der Löffelbiskuits kurz in Apfelsaft (kann auch mit Apfelloch gemischt werden) tränken und in eine flache Auflaufform schichten. Apfelkompott darauf verteilen und mit der Hälfte der Creme bestreichen. Eine weitere Schicht getränkte Löffelbiskuit darauf verteilen und mit der restlichen Creme bedecken. Tiramisù mind. 5Std. kalt stellen.

Vor dem Servieren mit Zimt bestäuben und mit Apfelstückchen verzieren.



mit der Hälfte der Zwiebelwürfel und der Hälfte des Zuccinifleisches, dem Ei, Semmelbröseln und Salz, Pfeffer und Paprikapulver anmachen und in die Zuccinihälften füllen.

Die Dosentomaten oder frische klein geschnittene Tomaten in eine Auflaufform geben, die Kräuter waschen, grob hacken und zugeben. Die Knoblauchzehe dazu pressen. Das Tomatenmark unterrühren

Liebe Kundinnen und Kunden,

die Zutaten für die Rezepte erhalten Sie in unseren Bio- und Bauern-Märkten in Althengstett, Oferdingen und Renningen. Unseren Kunden beste heimische und biologisch angebaute Lebensmittel in einwandfreier Qualität zu bieten, liegt uns am Herzen. Diese Philosophie leben wir jeden Tag aufs Neue.

Herzlichst Ihr Sessler-Team

Info



Getreidemühle Althengstett

Im Eulert 1
75382 Althengstett
Tel: 07051-31 48
Fax: 07051-93 78 66
www.althengstetter-muehle.de



Öffnungszeiten im Bio- und Bauernmarkt der Althengstetter Mühle:

Montag bis Freitag:
9 bis 12.30 und 14 bis 18 Uhr
Samstag: 8 bis 12.30 Uhr



Getreidemühle Oferdingen

Am Mühlwehr 16
72768 Oferdingen
Tel: 07121-96 67 0
Fax: 07121-96 67 20
www.oferdinger-muehle.de



Öffnungszeiten Bio- und Bauernmarkt der Oferdinger Mühle:

Montag bis Freitag:
9 bis 12 und 14 bis 18 Uhr,
Samstag: 9 bis 12.30 Uhr



Getreidemühle Mühlgasse 25 71272 Renningen

Tel: 07159-70 61
Fax 07159-17 284
www.sesslermuehle.de
info@seesslermuehle.de



Öffnungszeiten im Mühlenmarkt Renningen:

Montag bis Freitag: 9 bis 18 Uhr, durchgehend geöffnet, Samstag: 9 bis 14 Uhr

