

Sessler's Sammel-Rezept des Monats September:

Quiche

Zutaten für den Teig: 240 g Mehl, 50 ml Wasser, 1 TL Salz, 110 g halbfett Margarine, 1 Eier.
Zutaten für den Belag: 1 Stange/n Lauch, 3 Eier, 2 Zwiebeln, 100 g Schinkenspeck (mager, gewürfelt), 2 TL Öl, 125 ml Milch, 200 g Schmand, 1 TL frische Kräuter, 140 g geriebene Käse (bis 30 % Fett i.Tr.), Salz und Pfeffer, Mehl für die Arbeitsfläche

Aus Mehl, Wasser, 1 TL Salz, Margarine und 1 Ei einen Mürbeteig kneten. Den Teig zu einer Kugel formen und anschließend in Frischhaltefolie ca. 30 min. in den Kühlschrank stellen. In der Zwischenzeit den Lauch waschen, in Ringe schneiden, die Zwiebeln würfeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Lauch, Zwiebeln und Speck darin ca. 5 min. anschwitzen, salzen und pfeffern. 3 Eier mit der Milch und dem Schmand verquirlen, gut salzen und pfeffern (abschmecken!). Die Kräuter dazugeben. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Den gekühlten Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen, sodass er in einer 26-cm-Springform über den Rand fällt. Die Form mit dem Teig auslegen und den Rand herunterfalten, der Teig sollte fast bis zum Rand der Form reichen. Den Boden bei 200°C etwa 10 min. vorbacken. Die Lauch-Zwiebel-Speckmischung auf den vorgebackenen Teig geben, die Eiermasse darüber gießen und mit dem Käse bestreuen. Bei 200°C etwa 30 - 40 min. fertigbacken.



den bei 200°C etwa 10 min. vorbacken. Die Lauch-Zwiebel-Speckmischung auf den vorgebackenen Teig geben, die Eiermasse darüber gießen und mit dem Käse bestreuen. Bei 200°C etwa 30 - 40 min. fertigbacken.

Liebe Kundinnen und Kunden,

die Zutaten für die Rezepte erhalten Sie in unseren Bio- und Bauern-Märkten in Althengstett, Ofdingen 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.



Kartoffelsuppe

400 g geschälte Kartoffeln, 1 fein gewürfelte Zwiebel, 50 g gewürfelter Speck, 100 g Wurzelwerk (z.B. Karotten, Sellerie usw), fein gewürfelt, 4 EL Öl, 20 g Mehl, ¼ Liter Rinderbrühe, 2 TL Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 EL Majoran, 1 Knoblauchzehe, 1 Lorbeerblatt, 10 g getrocknete Steinpilze, 1 EL Essig, 2 EL Sauerrahm oder Schmand

Steinpilze in warmen Wasser einweichen, anschließend fein schneiden. Die geschälten Kartoffeln in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel, Speck und Wurzelwerk in erhitztem Öl anrösten. Das Mehl unterrühren, mit Rindsuppe aufgießen und mit den Gewürzen und Kräutern abschmecken. Die fein geschnittenen Steinpilze samt Einweichwasser dazugeben. Ca. 15 Min. köcheln lassen, dann die Kartoffelwürfel zufügen und nochmals ca. 10 Min. kochen lassen. Sauerrahm einrühren und die Suppe abschließend mit Salz und Essig abschmecken. Heiß servieren.



Zwetschgen - Muffins

250 g Mehl, 3 Eier, 75 ml warme Milch, 125 g Margarine, 100 g Zucker, 1 Pkt. Backpulver, 1 TL Zimt, Butter für die Form, 6 Stück Zwetschgen

Margarine, Zucker und Ei schaumig rühren. Milch hinzufügen und glatt rühren. Mehl mit Backpulver und Zimt vermengen und in die flüssige Masse einrühren. Zwetschgen entkernen und klein schneiden. In den Teig integrieren. Muffinform einfetten und mit Teig füllen. Bei 180 Grad in vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen

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@sesslermuehle.de



Öffnungszeiten im Mühlenmarkt Renningen:

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

