

### Tour de Kaas

Die Tour de Kaas erreicht nun die letzte Station – Dänemark! Freuen Sie sich auf unterschiedliche Käsesorten aus Dänemark mit einem passenden Wein, alkoholfreien Wein oder auch keinem Wein.  
Machen Sie doch gerne mit und lernen Sie neue Käsesorten kennen!

### Gewinnspiel

Gewinnen Sie 2 VIP-Tickets im Wert von 180 € (95 € pro Ticket) für das Eishockey-Spiel „EC Hannover Indians – Füchse Duisburg“ am 25.02.2024 in Hannover!  
Um teilzunehmen, müssen Sie Folgendes tun: Sie wohnen in unserem Liefergebiet, sind bislang noch kein Kunde und haben in der Zeit vom 20.01.2024-18.02.2024 Ihre erste Bestellung bei uns aufgegeben und erhalten. Einfach Bestellung aufgeben, eine Info mit „Ich möchte am Eishockey-Gewinnspiel teilnehmen.“ als Bemerkung hinterlassen und schon sind Sie im Lostopf.  
Sie sind bereits Kunde? Dann freuen Sie sich auf unser Monatsmagazin Februar. Dort verlosen wir 2 weitere VIP-Tickets!  
Weitere Infos finden Sie in unserem Shop.  
Das Gemüseabo-Team wünscht Ihnen viel Glück!

**GEWINNE 2 VIP-Karten für**  
EC HANNOVER INDIANS VS. FÜCHSE DUISBURG  
Am 25.02.2024  
2 VIP-Karten  
Jetzt mitmachen  
Das mit etwas Glück gewinnen!

### Neu im Sortiment

Schoko Hafer-Taler  
3,29 € / 200 g

Fruchtaufstrich Sanddorn  
5,49 € / 250 g

Traubenhyazinthen im Tontopf  
37,69 €

Wiking Senf  
2,19 € / 160 ml

## Rezepte KW 05

- Zutaten**
- 600 g Kartoffeln
  - 3 Stangen Porree
  - 500 g Hackfleisch
  - 150 g geriebener Käse
  - 100 g Frischkäse
  - 100 g Creme fraiche
  - 3 Eier
  - Salz, Pfeffer

**Porree-Auflauf**

Die Kartoffeln schälen und für ca. 25 Min. im Wasser kochen. Den Ofen auf 180 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen. In der Zwischenzeit den Porree waschen und in Ringe schneiden. In einer Pfanne das Hackfleisch anbraten, anschließend den Porree kurz mit anschwitzen. Die Kartoffeln aus dem Wasser nehmen, auskühlen und in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Die Kartoffeln und die Hackfleisch-Porree-Masse in die Form geben. Frischkäse, Creme fraiche und Eier miteinander vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls in die Auflaufform geben. Den geriebenen Käse drüberstreuen und für 20-25 Min goldbraun backen.

- Zutaten**
- 2 Möhren
  - 2 Ringel Bete
  - 2 EL Mandeln
  - 2 EL Pistazien
  - 4 EL Olivenöl
  - 1 EL Sesamöl
  - 1 EL Sojasauce
  - 1 TL Honig

**Ringelbete-Möhren-Salat**

Die Möhren in dünne Streifen schneiden, die Ringel Bete in dünne Scheiben schneiden und zusammen in eine Schüssel geben. In einer zweiten Schüssel die Öle, die Sojasauce und den Honig gut vermischen. Das Dressing nun über die Möhren und Ringel Bete geben. Zum Schluss die Mandeln und Pistazien grob hacken. Den Salat auf Teller verteilen und die Mandeln und Pistazien darüber verteilen.

- Zutaten**
- 500 g Hähnchenbrust
  - 400 ml Kokosmilch
  - Salz, Pfeffer
  - 2 EL Currypulver
  - 1 TL Sambal Oelek
  - 1 Limette
  - 3 Tomaten
  - 3 Möhren
  - Frühlingszwiebeln
  - 300 g Reis
  - Olivenöl

**Kokos-Limetten-Curry**

Die Hähnchenbrustfilets waschen und in Würfel schneiden. In einer Schüssel 200 ml Kokosmilch mit ½ TL Salz, Curry und Sambal Oelek verrühren. Das Fleisch in die Schüssel geben, miteinander vermischen und für ca. 3 Std. zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Limette waschen, die Schale abreiben und den Saft von der halben Limette auspressen, die andere Hälfte in feine Spalten schneiden. Die Möhren in dünne Scheiben schneiden, zwei der Frühlingszwiebeln beiseitelegen und den Rest in Stücke schneiden. Den Reis nach Packungs-Anleitung kochen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl ca. 7 Min. anbraten und herausnehmen. Möhren und Zwiebelstücke ebenfalls mit etwas Olivenöl anbraten. Limettenschale, Marinade, restliche Kokosmilch hinzugeben und für 3 Min. köcheln lassen. Die Tomaten in Würfel schneiden und zusammen mit dem Fleisch in die Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken und servieren.