

Eiszeit

Wenn die Temperaturen steigen, gibt es kaum etwas Besseres als eine [erfrischende Auszeit](#). Cremiges Eis, fruchtige Sorbets und gekühlte Leckereien sorgen für pure Genussmomente an warmen Tagen.

Entdecke hochwertige Bio-Eissorten und Zutaten, die den Sommer noch ein bisschen schöner machen.

Ob klassisch, vegan oder fruchtig-leicht – die Eiszeit bietet für jeden das Richtige. Kombiniere dein Lieblingseis mit frischen Beeren, knusprigen Toppings oder feinen Saucen und kreiere deine ganz persönliche Sommer-Erfrischung. Einfach genießen und den Moment auskosten.



Beerenzzeit

Wenn die [Beerenzzeit](#) beginnt, ist der Sommer nicht mehr aufzuhalten. Saftige Erdbeeren, süße Himbeeren und aromatische Heidelbeeren bringen Farbe und Geschmack auf deinen Tisch. Ob pur genascht, im Müsli oder als Dessert – frische Beeren sind der Inbegriff von Leichtigkeit und Genuss.

Beeren sind nicht nur lecker, sondern auch echte Alleskönner in der Küche. Verfeinere dein Frühstück, zaubere fruchtige Kuchen oder kreiere erfrischende Snacks für warme Tage. Mit besten Bio-Beeren holst du dir die volle Frische der Saison direkt nach Hause.

Schau gerne bei uns im Shop vorbei.



Zutaten

200 g Rettich
50 g Lachskaviar
1 Zweig Zitronenmelisse
Sojasauce

Rettich mit Lachskaviar

Rettich schälen, reiben und etwas andrücken. Ein Bällchen pro Portion formen und auf der Oberseite mit dem Daumen eindrücken. Lachskaviar in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und mit einem Teelöffel auf die Rettichbällchen verteilen. Mit Melisseblättchen dekorieren. Zum Essen mit etwas Sojasauce beträufeln.

Zutaten

125 ml Milch
75 g Mehl
300 g Möhren
2 Eier
Kardamom
1 kl. Zwiebel
150 g Magerquark
2 EL Sahne
Kräuter, Salz und Pfeffer

Möhrenpfannkuchen mit Quark-Dipp

Die Milch mit dem Mehl und einer Prise Salz verrühren, 30 Min. ausquellen lassen. In der Zwischenzeit die Möhren putzen, waschen, in dünne Scheiben schneiden und in kochendem Salzwasser 5 Min. blanchieren. Abgießen, abschrecken. Eier, Pfeffer und Kardamom zum Teig geben. Zwiebel fein hacken. Quark mit Sahne und Senf glatrühren, Gartenkräuter Gewürzmischung, Zwiebel und Salz zugeben, abschmecken. In einer großen Pfanne Fett erhitzen, 1/2 des Pfannkuchenteiges hineingeben und sofort mit 1/2 der Möhrenscheiben belegen. Von beiden Seiten braten, auf einen Teller gleiten lassen und mit 1/2 des Quarks bestreichen. Zusammenklappen. Mit dem anderen Pfannkuchen ebenso verfahren.

Zutaten

1 Mango
150 g Milchreis
400 ml Kokosmilch
600 ml Milch
1 Prise Salz
60 g Zucker
4 EL Kokosraspeln
1 TL geriebene Zitronenschale
2 EL Zitronensaft

Kokos – Mango – Milchreis

Milchreis mit Kokosmilch, Milch, Salz und Zucker zum Kochen bringen und 40 Min. quellen lassen, dabei öfter umrühren. Kokosraspel ohne Fett anrösten, abkühlen lassen. 1 reife Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein und in kleine Stücke schneiden. 1 TL ger. Zitronenschale und 1-2 EL Zitronensaft unter den Reis rühren.



WEITERE
LECKERE
REZEPTE

HIER
KLICKEN

DE-ÖKO-006

BIO DAS
GEMÜSE
ABO