

Angebote im August



Geschirrspülmittel
Lemon & Lime
4,35 € / 1 L



Apfel-Beeren Schorle
1,89 € / 500 ml



TK Knusper Garnelen
7,79 € / 160 g



Dinkel Frischeiwaffel
2,39 € / 165 g

Schutz vor Hitze

[Unsere Thermohaube](#) schützt im Sommer vor Hitze bis zu +40 °C. Die Haube einfach zusammen mit dem Leergut bereitstellen und um den Rest kümmern sich unsere Fahrer. Natürlich schützt die Thermohaube auch im Winter (bis zu -20 °C). Nach Kauf einer Thermohaube ist diese dein Eigentum!

Tipp für den Sommer: Einfach zwei gefrorene Kühlakkus unter die Haube für noch besseren Hitzeschutz legen.



[Frisches Gemüse direkt aufs Handy –
Jetzt WhatsApp-Kanal abonnieren!](#)

Zutaten

150 g Couscous
300 ml Gemüsebrühe
1 Schlangengurke
250 g Cherrytomaten
200 g Feta
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Couscous mit Gurke, Tomaten und Feta

Den Couscous mit der heißen Gemüsebrühe übergießen und etwa 5 Minuten quellen lassen. Die Gurken würfeln und die Tomaten halbieren. Den Feta zerbröseln. Alles mit dem Couscous vermengen und das Olivenöl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und lauwarm oder kalt genießen. Passt hervorragend als leichtes Hauptgericht oder als Beilage zu Gegrilltem.

Zutaten

500 g Wirsing
300 g Buschbohnen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 ml Sahne
Salz, Pfeffer
150 g geriebener Käse

Wirsing-Bohnen-Auflauf

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Wirsing in Streifen schneiden und die Buschbohnen putzen und halbieren. Beides in kochendem Salzwasser etwa 5 Minuten vorgaren und anschließend abgießen. Zwiebel und Knoblauch würfeln und kurz in etwas Öl anbraten. Alles in eine Auflaufform geben, die Sahne darüber gießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Käse darüberstreuen und den Auflauf etwa 25 Minuten goldbraun backen.

Zutaten

2 Pfirsiche
1 Apfel
2 frische Feigen
2 EL Honig
150 g Joghurt

Pfirsich-Feigen-Joghurt

Pfirsiche entsteinen und würfeln. Den Apfel in kleine Stücke schneiden und die Feigen vierteln. Alles mit dem Honig vermengen und einige Minuten ziehen lassen. Den Joghurt auf Gläser verteilen, das Obst daraufgeben und direkt servieren. Wer mag, garniert das Dessert mit gehackten Nüssen oder etwas Zimt.

WEITERE
**LECKERE
REZEPTE**

HIER
KLICKEN