

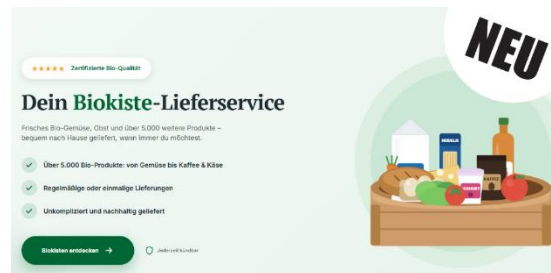
Neues Shop-Design

Freu dich auf einen frischen Look!

Vor Kurzem ist unser Onlineshop in einem neuen Design erschienen. Moderner, übersichtlicher und noch einfacher zu bedienen, damit du deine Lieblingsprodukte künftig noch schneller findest und entspannt bestellen kannst.

Schaut gerne mal vorbei:

<https://www.gemueseabo.com/>



Federweißer ist wieder da

Ab Ende August beginnt wieder die Federweißer-Zeit und natürlich darf der fruchtig-süße Genuss bei uns nicht fehlen.



[Federweißer, weiß \(DE\)](#)

Lieferzeitraum:
28.8.2026 - 30.9.2026



[Federweißer, rot \(DE\)](#)

Lieferzeitraum:
4.9.2026 - 30.9.2026

Freut euch auf fruchtig-süßen Federweißer – perfekt für gemütliche Spätsommerabende, gesellige Runden und herzhafte Herbstgerichte.

Zutaten

½ Spitzkohl
1 Zwiebel
Salz, Pfeffer
2 EL Weißweinessig
2 EL Pflanzenöl

Spitzkohlsalat

Den Spitzkohl halbieren, den Strunk entfernen und den Spitzkohl in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel fein hacken. In einer Schale 1 TL Salz, etwas Pfeffer, Weißweinessig und Öl vermischen. In das Dressing die Zwiebeln hinzugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spitzkohl in die Schale geben und alles gut miteinander vermengen. Guten Appetit!

Zutaten

750 g Hokkaido-Kürbis
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 g Mangold
250 g Soba-Nudeln
Salz, Pfeffer
150 ml Wasser
5 EL Sojasoße

Kürbis-Mangold-Pasta

Den Kürbis in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Darin die Zwiebeln andünsten. Anschließend Kürbis und Knoblauch hinzugeben und anbraten. Nun das Ganze mit Sojasoße ablöschen. Das Wasser hinzugeben und mit Deckel für ca. 7 Min. garen lassen, bis der Kürbis weich ist. Die Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Mangold klein hacken und mit in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse zusammen mit den Nudeln servieren.

Zutaten

400 g Mirabellen
3 Eier
80 g Mehl
300 ml Milch
1 TL Butter
1 TL Vanilleextrakt
50 g gemahlene Mandeln
140 g Puderzucker

Mini-Clafoutis mit Mirabellen

Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Die Mirabellen halbieren und den Stein entfernen. Eier und Zucker in einer Schüssel aufschlagen. Mehl und gemahlene Mandeln nach und nach mit untermischen. Die Milch und den Vanilleextrakt hinzufügen. Der Teig sollte relativ flüssig sein. Den Teig in kleine Förmchen geben und darauf die Mirabellen gleichmäßig verteilen. Für ca. 25 Min. im Ofen backen. Die Clafoutis sind fertig gebacken, wenn der Rand fest und die Mitte leicht flüssig ist. Vor dem Servieren die Clafoutis abkühlen lassen. Mit etwas Puderzucker bestreuen und genießen.



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

WEITERE
LECKERE
REZEPTE

HIER
KLICKEN

DE-ÖKO-006

