

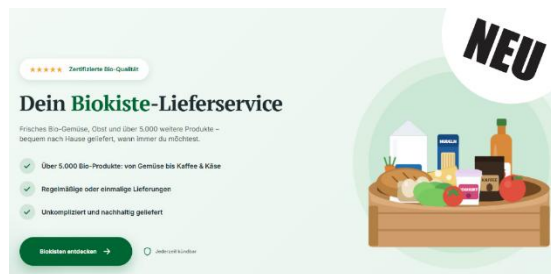
## Neues Shop-Design

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/>



## Neu im Sortiment

Apple-Cinnamon Curd Creme (Aufstrich)

5,49 € / 190 g



Bremer Kürbisbrot

6,15 € / 375 g



Lassi Zitrone

1,29 € / 250 g



Tiger Quick Trinkkakao

6,99 € / 400 g



TK Piccoli Pizzasnack Tomate Mozzarella

7,39 € / 270 g

[Zum Shop](#)

### Zutaten

3 Kartoffeln  
4 Wurzelpetersilien  
1 Zwiebel  
750 ml Gemüsebrühe  
1 EL Butter  
200 g Schlagsahne  
Salz, Pfeffer

### Wurzelpetersilien-Kartoffel-Suppe

Kartoffeln, Wurzelpetersilien und Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen. Das Gemüse darin andünsten. Das Ganze mit der Brühe ablöschen und für ca. 15 Min. garen. Mit einem Stabmixer pürieren. Die Schlagsahne unterrühren. Die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen und genießen.

### Zutaten

1 kg Blumenkohl  
100 g Parmesan  
1 EL Zitronensaft  
3 EL Olivenöl  
1 Knoblauchzehe  
Paprikapulver, Salz, Pfeffer

### Smashed Blumenkohl

Den Blumenkohl in Röschen schneiden und im kochenden Salzwasser in einem Topf für 5 Min. bissfest garen. Den Ofen auf 220 °C vorheizen. In der Zwischenzeit den Blumenkohl auf einem Backblech verteilen und diesen mit einem Glas etwas platter drücken. Knoblauch in eine Schüssel pressen. Den Knoblauch mit Olivenöl, Zitronensaft, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermischen. Die Knoblauch Mischung auf dem Kohl verstreichen. Parmesan über die Röschen streuen. Das Ganze für 15 Min. goldgelb backen.

### Zutaten

3 Zitronen  
6 Eier  
350 g Zucker  
350 g Mehl  
1 Pck. Vanillezucker  
2 TL Backpulver  
350 g Margarine  
300 g Puderzucker

### Zitronenkuchen

Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Die Schale von den Zitronen abreiben und den Saft von zwei auspressen. Eier und Zucker schaumig rühren. Das Mehl zu der Eier Masse sieben und gut vermischen. Nun Vanillezucker, Backpulver, Zitronenschale und Margarine hinzugeben und alles vermischen, damit ein glatter Teig entsteht. Den Teig auf einem Blech verteilen und für ca. 20 Min. backen. In der Zwischenzeit Zitronensaft mit Puderzucker zu einer Glasur mischen. (Die Glasur muss dickflüssig sein). Die Glasur auf dem warmen Kuchen verstreichen und auskühlen lassen.



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

WEITERE  
LECKERE  
REZEPTE

HIER  
KLICKEN

DE-ÖKO-006

