

Biokiste®

INFO 02 | 11.01.-17.01.2021

#produktderwoche #gsiesagoggilan

Auf dem Hintnerhof im Gsiesertal genießen rund 600 Hühner auf 1250 ü.d.M. viel **frisches Gras, Luft und Sonne**. Die Biohühner wohnen mitten auf der Wiese in einem Mobilstall, welcher alle 2 Wochen Platz wechselt. Durch die gute Fütterung (ausschließlich zertifiziertes gentechnikfreies BIO-Futter) und der großen Bewegungsfreiheit schmecken die BIO-Wieseneier besonders. Aus Überzeugung werden **Zweintzungshühner** gehalten, die der Bruderhahn Initiative angehören. Mit Zweintzung sind **Eier & Fleisch** gemeint, d.h. auch das Fleisch wird nach der aktiven Zeit als Legehennen, als Suppenhuhn verwertet und auch die **männlichen Küken** werden aufgezogen.

#biokistl #südtirol #regional #lebensmittelfürgenießer #bioausleidenschaft



Produkte des Monats JANUAR



Ananas

-25 %

(Costa Rica - Fairtrade)



Fenchel

-25 %

(IT/Apulien)



Zuckerhut

-25 %

(IT/Abruzzen)

Ätherische Öle

-15 %

Bergila (10 ml)

Kräuteröl

Latschenkieferöl

Lavendelöl

Zirbelkieferöl

8.08 € anstatt 9.50 €

Zitronenöl

7.65 € anstatt 9.00 €

Orangenöl

6.80 € anstatt 8.00 €

Pfefferminzöl

9.35 € anstatt 11.00 €

Bergila (5 ml)

Thymianöl

8.25 € anstatt 9.70 €



Bohnen im Glas

-15 %

Nur Puur (350 g)

Bohnen Mix im Glas

1.69 € anstatt 1.99 €

Dicke Bohnen im Glas

1.78 € anstatt 2.09 €

Kidneybohnen im Glas

1.44 € anstatt 1.69 €

Weißer Bohnen im Glas

1.57 € anstatt 1.85 €

LaSelva (340 g)

Borlotti Bohnen im Glas

2.04 € anstatt 2.40 €



#rezeptderwoche

Kürbis Beignets

Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 Butternutkürbis
- 100 g Butter
- 90 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 500 g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 4 Eier
- 2 TL Zimt



Weiteres:

- ½ Samenöl zum Ausbacken
- Puderzucker

Zubereitung: Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. 50 g Butter in einem Topf erhitzen und den Kürbis darin anschwitzen. Soviel Wasser hinzufügen, dass der Boden gerade bedeckt ist. Den Kürbis 25 Minuten leicht kochen lassen, bis er weich ist. Abseihen und pürieren. 700 g Kürbispüree abwiegen und mit der restlichen Butter, Zucker und Vanillezucker im Topf erhitzen. Dabei ständig mit einem Holzlöffel umrühren. Mehl, Zimt und Backpulver dazugeben und die Eier einzeln nach und nach unterrühren, bis ein dicker, homogener Teig entsteht. Das Öl in einem zweiten Topf erhitzen, mit einem Löffel Kugeln vom Teig abstechen und in das heiße Öl gleiten lassen. Darauf achten, dass die Kugeln nicht am Boden haften bleiben. Die Beignets 5 Minuten goldgelb ausbacken, dabei ab und zu drehen. Mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Puderzucker bestäuben und heiß genießen.

--> Zweites Rezept auf der Rückseite



NEU IM SORTIMENT:

Selektion Weiss Cuvée 2019

Sonnleitenhof (0,75 l)

Preis: 16,90 €

Biokiste®

INFO 02 | 11.01.-17.01.2021

#prodottodellasettimana #gsiesagoggilan

Sul Hintnerhof nella valle di Casies, a 1250 metri sul livello del mare, circa 600 polli si godono l'erba fresca, l'aria e il sole in abbondanza. I polli biologici vivono in mezzo ai prati in una stalla mobile, che cambia posto ogni 2 settimane. Grazie alla buona alimentazione (esclusivamente mangimi biologici certificati senza OGM) e alla grande libertà di movimento, le uova biologiche hanno un sapore particolarmente buono. Per convinzione, vengono tenuti **polli a doppio uso**, che appartengono all'iniziativa „Bruderhahn“. Con doppio uso si intendono **uova e carne**, cioè anche la carne viene utilizzata dopo il tempo attivo da gallina ovaiole come pollo da minestra e anche **i pulcini maschi** vengono allevati.

#biokistl #altoadige #alimenteriperbuongustai #bioperpassione



#ricettasettimanale

Vellutata di cavolfiore e curry

per 4 persone:

Ingredienti:

400 g cavolfiore
1 porro medio
1 patata media
3 C olio di semi
20 g burro
750 ml brodo vegetale
2 c curry
½ c curcuma in polvere
2 pizzichi zenzero

Altro:

q.b. sale
q.b. pepe



Preparazione: Prendete le cimette del cavolfiore e lavatele sotto l'acqua. Lavate il porro, eliminate la parte più verde e dura e tagliate il resto a rondelle. Pelate la patata e tagliatela a cubetti. Scaldate una pentola con l'olio e il burro, quando sarà sciolto, aggiungete il porro, la patata e il cavolfiore. Fate rosolare per qualche minuto, mescolando spesso. Aggiungete il curry, fate rosolare ancora per qualche istante, salate e aggiungete il brodo vegetale. Lasciate cuocere con il coperchio per 15-20 minuti, fino a quando il cavolfiore e la patata saranno cotti. Unite la curcuma e lo zenzero e frullate il tutto con il frullatore a immersione fino a ottenere una crema liscia e vellutata. Volendo, prima di frullare, potete prelevare e mettere da parte qualche cimetta di cavolfiore, per decorare la vellutata. Eventualmente aggiustate di sale e curry e servite con un po' di erba cipollina tritata e le cimette di cavolfiore.

--> Seconda ricetta sul retro

„Passione cooking“ di Julia Morat
Edition Raetia, Bolzano

Prodotti del mese

GENNAIO



ananas

-25 %

(Costa Rica - Fairtrade)



finocchio

-25 %

(IT/Puglia)



pan di zucchero

-25 %

(IT/Abruzzo)

oli essenziali

-15 %

Bergila (10 ml)

olio essenziale misto erbe

olio essenziale pino mugolo

olio essenziale lavanda

olio essenziale pino cembro

8.08 € invece di 9.50 €

olio essenziale limone

7.65 € invece di 9.00 €

olio essenziale arancio

6.80 € invece di 8.00 €

olio essenziale menta piperita

9.35 € invece di 11.00 €

Bergila (5 ml)

olio essenziale timo

8.25 € invece di 9.70 €



fagioli in vasetto

-15 %

Nur Puur (350 g)

mix fagioli in vasetto

1.69 € invece di 1.99 €

fave in vasetto

1.78 € invece di 2.09 €

fagioli red kidney in vasetto

1.44 € invece di 1.69 €

fagioli bianchi in vasetto

1.57 € invece di 1.85 €

LaSelva (340 g)

fagioli borlotti in vetro

2.04 € invece di 2.40 €



PRODOTTO NUOVO:

Selektion Bianco Cuvée 2019

Sonnleitenhof (0,75 l)

prezzo: 16,90 €