



KW 27/2016

Gratinierte Aprikosen mit Mandeln

Zutaten für 4 Personen:

20 reife Aprikosen, Butter für die Form, 100 g grob gehackte Mandelblättchen, 60 g Butterflocken, 5 EL Zucker

Zubereitung:

Den Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Aprikosen waschen, halbieren, von dem Kern befreien und dachziegelartig in eine gebutterte Auflaufform schichten. Mit den Mandeln bestreuen, mit Butterflocken belegen und mit dem Zucker bestreut für 25-30 Minuten im vorgeheizten Ofen backen lassen.

Das fertige Gratin aus dem Ofen nehmen und sofort servieren. Dazu passt gut geschlagene Sahne.

Aprikosen-Joghurt

Zutaten für 4 Personen:

400 g griechischer Joghurt, 400 g Quark, 50 ml Schlagsahne, 3 EL Honig nach Belieben, ½ Zitronen Saft, 12 Aprikosen

Zubereitung:

Aprikose heiß überbrühen, abschrecken, häuten, halbieren, Kerne entfernen und Fruchtfleisch würfeln.

Joghurt mit Quark, Sahne, Honig und Zitronensaft cremig rühren, Aprikosen unterziehen und in Schälchen gefüllt servieren.

Rote-Bete-Aprikosen-Smoothie

Zutaten:

500 g Aprikosen, ca. 250 g Rote Bete, 1 Stück Ingwer, 3/8 l Möhrensaft, 50 g flüssigem Honig, 1 TL Rapsöl

Zubereitung:

Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und in grobe Stücke schneiden. Rote Bete und Ingwer schälen und würfeln. Beides mit 3/8 l Möhrensaft, flüssigem Honig und 1 TL Rapsöl in einen Standmixer geben und fein pürieren. In Gläser füllen.

Wir wünschen Guten Appetit!

Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich u. Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum Konto: 6007291100 BLZ: 43060967