



Andi Landshammer
Watzling 21
84405 Dorfen

Tel.: 08081 9561582
Mobil: 0170 3533554
www.gaertnereianderisen.de

Liebe KundInnen,

wir möchten Sie informieren, dass Salate aller Art, Weißkraut, Fenchel, rote Rüben, Mangold, Kohlrabi, Stauden – und Knollensellerie, Rettiche, Zwiebelbund, Gurken, Johannisbeeren, Grüner Paprika, Bohnen, Tomaten und Kräuter aus Eigenanbau stammen.

Diese Woche empfehlen wir:

Grüne Paprika-Zucchini-Suppe

Zutaten: für ca. 4 Portionen

Ca. 150 g Zwiebeln, 200 g Kartoffeln, 400g grüne Paprikaschoten, 400 g Zucchini, 3 EL Speiseöl, $\frac{3}{4}$ l Gemüsebrühe, 1 Becher Crème fraîche, frisch gemahlener Pfeffer, Salz, etwas Schnittlauch;

Zubereitung:

Die Zwiebeln abziehen, Kartoffeln schälen, Zucchini und Paprika waschen und putzen. Nun das Gemüse in Würfel schneiden.

In einem großen Topf das Öl erhitzen und erst die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Anschließend die Kartoffeln hinzufügen und kurz mitdünsten. Die Paprika –und Zucchiniwürfel dazugeben. Nach ca. 5 Minuten alles mit der Gemüsebrühe aufgießen und bei schwacher Hitze mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten gar kochen.

Die Suppe pürieren und das Crème fraîche mit einem Schneebesen unterrühren. Nach Belieben mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Vor dem Servieren den fein geschnittenen Schnittlauch unterrühren und/oder aufstreuen.

Einen guten Appetit und eine schöne Woche wünscht das avantiandi - Team!