



Andi Landshammer  
Watzling 21  
84405 Dorfen

Tel.: 08081 9561582  
Mobil: 0170 3533554  
[www.gaertnereianderisen.de](http://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:

## Mangoldbraten

---

### Zutaten:

500-600 g Mangold, 1 Zwiebel, Butter oder Olivenöl, 8 Semmeln, ¼ l Milch oder Gemüsebrühe, 200 g Sauerrahm, 4 Eier, 2 – 3 EL Mehl, 400 g Emmentaler oder andere Schnittkäse, 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Muskat, evtl. Semmelbrösel, ca. 400 g gehackte Tomaten (Glas), ca. 50 g Butter, 6 – 8 Salbeiblätter, Parmesan

### Zubereitung:

Mangold klein hacken (samt weißen Stängel). 1 Zwiebel hacken und in Butter oder Öl leicht anbräunen. Mangold dazugeben und bissfest dünsten.

---

Semmeln klein schneiden und mit heißer Milch übergießen. Mindestens 20 Minuten quellen lassen. Mangold daruntermischen. Die Hälfte des Sauerrahms, die verschlagenen Eier, das Mehl und den Käse dazugeben. Mit zwei zerquetschten Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und zu einem kompakten, lockeren Teig verarbeiten. Falls der Teig zu weich ist, mit Semmelbrösel strecken.

---

Reine ausbuttern. Aus dem Teig einen großen ovalen Knödel formen und in die Reine legen.

---

Bei ca. 200 °C im Backrohr ca. 40 Minuten gar backen. Nach 10 Minuten Backzeit den Braten mit Sauerrahm einstreichen.

---

Butter in einer kleinen Pfanne zerlaufen lassen, gehackten Salbei dazu, salzen und pfeffern und aufschäumen lassen.

---

Den fertigen Braten in Scheiben schneiden.

---

Mit der heißen Butter überträufeln und mit Tomaten anrichten. Parmesan dazu reichen.

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