



Grillzeit

Gemüsepackchen und süße Obstspieße

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger aus Schlatt

Gemüsepackchen

Zutaten:

2 Tomaten, 2 Zucchini, 1 gelber und 1 grüner Paprika, ev. 1 Melanzani, 4 EL Basilikumpesto, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das Gemüse in Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und das Pesto untermischen. Diese Gemüsemischung auf 4 Stück Alufolie verteilen und verschließen. Die Gemüsepackchen ca. 7 Min. grillen

Süße Obstspieße

Zutaten:

Obst der Saison (Zwetschken, Marillen, Äpfel, Weintrauben,....)

Zutaten Marinade:

1 EL Honig (oder Vollzucker), 1 Stamerl Orangenlikör, Saft und fein geriebene Schale einer Zitrone, 1/16l Most oder Weißwein, Vanille

Zubereitung:

In Stücke geschnittenes Obst auf leicht geölte Holzspieße stecken und in der Marinade ca. 1 Std. ziehen lassen. Aus der Marinade heben, abtropfen lassen und auf Folie grillen. Zwischendurch mit der Marinade bestreichen.

Tipp: Vor dem Servieren in gehobelten Mandelblättchen wälzen und mit Zimtobern (Schlagobers mit Zimt und Zucker vermischt) anrichten.

Gutes Gelingen wünschen:



Einkaufsadressen:

Hier gibt's Milchprodukte, Käse Kuh*, Schaf**, Ziege***:

Familie Grabner*	Laiter 4	4894 Oberhofen	06213/ 8380
Familie Innerlohninger*	Radau 11	4882 Oberwang	06233/ 8308
Familie Mayr*	Reichholz 20	4852 Weyregg	07664/ 3122
Familie Preuner*	Halt 2	4873 Frankenburg	07683/ 8663
Familie Rosner***	Katterlohen 4	4880 Berg	07667/ 80 49
Familie Spitzer**	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/ 8376
Familie Strobl*	Achenstraße 5	5310 Mondsee	06232/ 42 23
Familie Wiener*	Hötzing 2	4870 Vöcklamarkt	07682/ 6596

Hier gibt's Gemüse* und Kräuter**:

Familie Friedl*, **	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Lohninger **	Truchtlingen 3	4890 Weißenkirchen	07684/ 8272
Familie Neuhuber **	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*,**	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84

Hier gibt's Frischobst:

Familie Friedl	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Neuhuber	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	07662/ 2106
Familie Lohninger	Steindorf 5	4863 Seewalchen	07662/ 28 42

Hier gibt's Most:

Familie Friedl	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Hofmanning	Weigensam 9	4904 Atzbach	0664/ 73674373
Familie Obermaier	Freundling 8	4904 Atzbach	0676/ 7244774
Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	07662/ 2106
Familie Langwallner	Gassen 10	4893 Zell am Moos	06234/ 8456

Homepage der Direktvermarkter: www.gutesvombauernhof.at, www.genussland.at

Kostenlose Rezeptheft und Lebensmittelinfo: www.ama-marketing.at

Unsere Bauernmärkte im Bezirk:

Bauernmarkt MONDSEE	Marktplatz, Ende Mai bis Ende Oktober, jeden Samstag, 8:30 -12:00 Uhr
Bauernmarkt REGAU	Markthalle Regau, jeden Freitag, 16:00 - 19:00 Uhr
Bauernmarkt SCHWANENSTADT	Gmundner Straße, Sparkassenplatz, jeden Samstag, 8:30 - 12:00 Uhr

Gutes Gelingen wünschen:

