

# Kürbis

**Echt vielfältig:** In Deutschland wachsen rund 200 verschiedene Speisekürbisse. Darunter sind tolle Namen: „Sweet Dumpling“, „Muskat de Provence“, „Der lange von Nizza“ oder „Surprise“. Überraschen auch Sie mit Kürbis-Vielfalt.



## BUTTERNUT DER BIRNENFÖRMIGE

Würzig-nussiger und süßlicher Geschmack mit buttriger Note. Gut zum Pürieren und Grundzutat für den amerikanischen „Pumpkin Pie“.



## SPAGHETTIKÜRBIS DER EXOTISCHE

Leicht nussiger Geschmack, ähnlich einer Zucchini. Beim Kochen wird das Fruchtfleisch zu dekorativen spaghettiartigen Fäden.



## HOKKAIDO DER TYPISCHE

Kräftiger Geschmack, fein-nussiges Kastanien-Aroma. Kann mit Schale gegessen werden und eignet sich besonders für Suppen und Chutney.



## GHOST RIDER DER HALLOWEEN-STAR

Süßer Geschmack. Durch die weiche Schale eignet er sich perfekt zum Kürbisschnitzen. Das entfernte Fruchtfleisch ist perfekt für die passenden Halloween-Desserts.



## BISCHOFSMÜTZE DER KRÄFTIGE

Sehr aromatischer und kräftiger Geschmack. Da er schwer zu Schneiden oder Schälen ist, wird er oft ausgehöhlt und mit Suppe aus seinem Fruchtfleisch gefüllt.

## PATISSON DER HANDLICHE

Eher neutral im Geschmack. Kann roh und auch mit seiner hauchzarten Schale verzehrt werden. Wie die Gurke auch zum sauer Einlegen geeignet.



# Kohl

**Hat's in sich:** Ob rot, grün oder weiß, spitz oder rund, ob im Smoothie, Salat oder als Chips – Kohl ist vom Speiseplan nicht mehr wegzudenken. Der Grund: Kohl ist ein wahres Nährstoffwunder, lecker und vielfältig in der Zubereitung!



## ROTKOHL DER BUNTE

Süßlicher, milder Geschmack. Der perfekte Begleiter für winterliche Gerichte. Aber auch roh ein toller Farbtupfer für Salate.



## WIRSING DER KRAUSIGE

Kräftiger Geschmack mit mildem Aroma. Die festen Blätter eignen sich gut für Kohlrouladen, Suppen oder Eintöpfe.

## BLUMENKOHL DER VIELSEITIGE

Sanfter Geschmack mit dezentem Kohlaroma. Kann gekocht, gedünstet, gedämpft, gebraten, überbacken oder frittiert werden.



## ROSENKOHL DER KLEINE

Ein kräftiger aber unaufdringlich feiner Kohlgeschmack. Buttrige, cremige Konsistenz. Geeignet für Gratins, Püree oder als Salat.

# Wurzelgemüse

**Wieder da:** Lange Zeit waren sie fast vergessen, doch nun sind sie wieder in Mode gekommen: **Rüben und Wurzelgemüse. Selbst unförmige Exemplare dürfen mehr und mehr auf die Märkte – dank bewusst ökologisch-nachhaltigem Standpunkt der Kunden.**



## SCHWARZWURZEL DIE STANGENARTIGE

Nussiger Geschmack. Harmoniert gut mit Wild, Äpfeln, Nüssen, Möhren und Muskatnuss. Für Suppen, Pürees oder auch im Salat.

## PASTINAKE DIE WIEDERENTDECKTE

Sehr aromatischer Geschmack, süßlich, mild und nussig. Für Suppen oder Püree, aber auch als Pommes gut geeignet.



## ROTE BETE DIE GESUNDE

Erdig süßliches Aroma mit leicht säuerlichem Geschmack. Bekannt durch die Klassiker Labskaus und Borschtsch. Kann aber auch mit hauchfeinen Scheiben roh als „Carpaccio“ zubereitet werden.



## STECKRÜBE DIE TRADITIONELLE

Fein-süßer Geschmack mit würzigem Aroma. Für Suppe, Eintopf oder als Stampf. Achtung: Ist nicht roh verzehrbar!



## PETERSILIENWURZEL DIE INTENSIVE

Intensiver, würziger Geschmack mit leicht süßlicher Note. Klassisch als Suppe oder in Scheiben als leckere Chips frittiert.



## TOPINAMBUR DER EXOT

Die Alternative zur Kartoffel mit einem nussigen Geschmack. Kann mit Schale gekocht und gegessen werden. Als Salat, Gratin oder knusprige Puffer.

# Wilde Begleiter