



Mehr Infos online unter:

 www.janaturlich.at

 magazin.janaturlich.at

 www.facebook.at/bio.janaturlich

 www.twitter.com/ja_naturlich

 www.youtube.com/janaturlich2008

 instagram.com/ja_naturlich



aus biologischer
Landwirtschaft

Knackige Bio- Paprika-Raritäten

aus der Steiermark



MIX

Papier aus verantwortungsvollen Quellen

FSC® C001924

Für weitere Informationen, Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

info@janaturlich.at | www.janaturlich.at

Impressum:

Herausgeber: Ja!Natürlich Naturprodukte GmbH, Postfach 2000, AT-2355 Wiener Neudorf

Produktfotos: Copyright by Reinsaat KG

Mit Bio-Rezepttripp

Bio-Paprika in ihrer Vielfalt

Wer **Ja! Natürlich Bio-Paprika-Raritäten** kauft, kann auf **beste Bio-Qualität** aus dem **Hause Pranger** zählen. Der **Familienbetrieb** liegt im Herzen des **steirischen Vulkanlandes**. Der fruchtbare, vulkanische Boden sowie das milde Klima spiegeln sich in der hervorragenden Produktqualität. Familie Pranger hat sich auf den Anbau von **Paradeiser, Paprika, Chili und Gurken** spezialisiert – selbstverständlich **100% biologisch**.

Dank jahrelanger Vorarbeit der Firma **ReinSaat** konnte das Raritäten-saatgut für unsere **Ja! Natürlich Bio-Raritäten** kultiviert werden.



Hamik

Der kleine, orange und süße Paprika wird sehr gerne als Snack und in Salaten verwendet.



Paradeisfrüchte gelb

Die süßen, gelborangen und flachrunden Früchte schmecken roh aber auch gekocht sehr gut.



Merino

Dieser Minipaprika hat dünn-schalige und aromatische Früchte und eignet sich sehr gut für den Frischverzehr und auch zum Füllen mit Frischkäse.



Sweet Chocolate

Das dunkelrote Fruchtfleisch erweist sich als sehr fruchtig und süß. Sie ist zum Füllen geeignet, z.B. mit einer Champignon-Feta-Variation oder Faschiertem.



Ferenc Tender

Diese Sorte ist an ihren hellgelben, spitzen Früchten erkennbar. Sie schmeckt herrlich süß und saftig. Gerne verwendet man diese Sorte zum Füllen und Grillen sowie geschnitten in Salaten.



Hamlet

Dieser leuchtend rote Paprika ist eine sehr aromatische Sorte, welche vielseitig einsetzbar ist. Sie schmecken roh oder auch verarbeitet.

Bio-Paprika-Raritäten auf gegrilltem Schwarzbrot mit Mozzarella



Zutaten für 4 Portionen:

- 500 g Bio-Paprika-Raritäten
- Saft und Abrieb von 2 Bio-Zitronen
- 1 TL Salz
- 2 EL Bio-Ahornsirup
- 1 Bio-Knoblauchzehe
- 1 Weckglas
- 4 Zweige Bio-Thymian

- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Bio-Chiliflocken
- 50 ml Bio-Olivenöl
- 4 Scheiben Bio-Kärntnerbrot
- 1 Kugel Bio-Mozzarella
- 20 g Bio-Rucolasalat
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Paprika vom Kerngehäuse trennen, das Paprikafleisch mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen und im Backrohr mit der Grillfunktion so lange braten, bis die Haut schwarz ist. In eine Schüssel füllen und mit einem nassen Geschirrtuch bedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen. Währenddessen die Marinade zubereiten. Dafür den Knoblauch pressen, mit Zitronensaft, Ahornsirup und Salz verrühren, die Paprikafilets darin einlegen und im Kühlschrank eine Nacht ziehen lassen. Am nächsten Tag die Paprika aus der Marinade nehmen. Die Marinade mit den Lorbeerblättern, Chili und Thymian einmal aufkochen lassen und danach Olivenöl unterrühren. Die Paprika in ein sauberes Weckglas füllen und mit dem Zitronen-Olivenölsud begießen. Gut verschließen und auskühlen lassen, hält sich ungeöffnet mehrere Wochen bis Monate. Das Schwarzbrot in einer Grillpfanne von beiden Seiten anbraten, die Paprika darauf verteilen und den geputzten Mozzarella darauf anrichten. Mit etwas Rucola garnieren, mit dem Paprikasud würzen und sofort servieren.