



Festtagspäckchen

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger aus Schlatt

Zutaten:

700 g Hühnerbrüstchen, 250 g Frühstücksspeck, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, ½ Fenchelknolle, 150 g Kürbis, 1 roter und 1 grüner Paprika, 1 Glas getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt), 300 g Ziegenkäse, Salz und Pfeffer, etwas frisch geriebener Ingwer, Backpapier in Rechtecke schneiden

Zubereitung:

Die Hühnerbrüstchen der Länge nach in breite Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Fleischstück mit Frühstücksspeck umwickeln.

In heißem Öl (Olivenöl in dem die Tomaten eingelegt sind) rundherum knusprig anbraten. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und im Bratenrückstand anbraten. Kürbis, Paprika und Fenchel würfelig schneiden und mitrösten. Die Tomaten in Streifen schneiden und dazugeben. Die Gemüsemischung überkühlen lassen.

Den Ziegenkäse in Würfel schneiden und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Ingwer abschmecken.

1 Hühnerbrust auf ein vorbereitetes Backpapier legen, Gemüse-Käsemischung darauf verteilen und das Ganze zu einem Päckchen verschließen.

Auf ein Backblech legen und im vorgeheiztem Backrohr bei 200°C ca. 20 Min. garen.

Tipp: Dazu passt sehr gut Sesamkartoffel und gemischter Salat.

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 Stauer*	Ausserhörgersteig 2	4871 Frankenburg	07683/ 73 47
Familie Strobl*	Achenstraße 5	5310 Mondsee	06232/ 4223

Hier gibt's Gemüse* und Kräuter**:

Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Friedl*, **	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Graf*	Imling 4	4692 Niederthalheim	07673/ 7446
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Neuhuber **	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*, **	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84
Familie Obermaier*, **	Freundling 8	4904 Atzbach	07676/ 74 88
Familie Perner**	Schmidham 2	4841 Pilsbach	0664/ 9177222
Familie Schablinger*	Iming 4	4692 Niederthalheim	07673/ 7446
Familie Spitzer*	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/8376

Hier gibt's Getreide und Getreideprodukte:

Familie Schablinger	Iming 4	4692 Niederthalheim	(07673)7446
Familie Grabner	Pössing 13	4880 Berg im Attergau	07667/21803
Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	07662/ 21 06
Familie Obermaier	Freundling 8	4904 Atzbach	07676/7488

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

Kostenlose Rezepthefte 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:

