



Kürbis – Tomatensuppe

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger aus Schlatt

Zutaten:

40 g Butter, 1 Zwiebel, 350 g Kürbisfleisch, 3-4 Tomaten, 1 EL Tomatenmark, 1 l Suppe (evt. leichte Rindsuppe), Salz, Pfeffer, Basilikum, 1/8 l Schlagobers

Zubereitung:

Feingehackte Zwiebel in Butter glasig rösten, das in Würfel geschnittene Kürbisfleisch und die geschälten Tomaten beigegeben, kurz durchrösten. Das Tomatenmark dazugeben, mit Suppe aufgießen und weichdünsten.

Mit dem Mixer pürieren und abschmecken.

Das Schlagobers cremig schlagen, leicht salzen und fein gehacktes Basilikum unterziehen.

Vor dem Servieren jeden Teller mit einem Tupfen Basilikumobers garnieren.

Tipp: Die Suppe schmeckt sehr gut, wenn man sie mit in Butter gerösteten Semmelwürfeln serviert!

Gutes Gelingen wünschen:



Einkaufsadressen:

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 Perner**	Schmidham 2	4841 Pilsbach	0664/9177222
Familie Spitzer*	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/8376

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:

