

Das perfekte Geschmackserlebnis

Sonnengereiftes Gemüse, aromatische Kräuter und spontane Grillfeste – das klingt nach Urlaub? Holen Sie sich das Wohlgefühl ins eigene Gemüse- und Kräuterbeet, denn Essen mit gutem Gewissen und eine gesunde Ernährung lassen sich mit Freude am Gärtnern kombinieren. Der Anbau von Schmackhaftem ist auch gar nicht schwer, denn der Fachhandel bietet bereits vorgezogene kräftige Pflanzen, die den Erntespaß über den ganzen Sommer garantieren. Dazu passen dann praktische Küchenutensilien für die Verarbeitung!



Diese Tomaten sind die Chefs im Gemüse-Paradies



Neun Tomatensorten sind als die Chef-Auswahl – 'La Sélection du Chef' – zum Siegeszug im Garten angetreten: Frohwüchsig, nährstoffreich und natürlich gentechnikfrei.

Von Kirsch- bis Ochsenherztomate bieten sie besondere Geschmackserlebnisse, denn die Auswahl haben französische Chefköche getroffen;

jede Pflanze bringt ihr Rezept vom Sternekoch mit.

Kinder lieben die Kirschtomate 'Pepe'; sie ist klein, zart und süß. Aber auch die Ochsenherztomate 'Fleurette' – schwer wie ein Apfel und ideal für delikate Füllungen – oder die Mini 'San-Marzano Trilly' können Speiseplan und Grillabend bereichern. Eine echte Vitaminbombe ist 'Garance' mit ihrem hohen Lycopin- und Vitamin C-Gehalt.

Jungpflanzen von 'La Sélection du Chef' gibt's ab April im Gartenfachhandel oder bei www.olerum.de, Anregungen und Rezepte online auf www.la-selection-du-chef.de.



Tomate in Pizzakruste

Für 6 Personen

- 6 schöne Garance F1 Tomaten
- 3 Zwiebeln • 300g Pizzateig
- 100g Sardellenfilets • Olivenöl
- 100g Büffelmozzarella • 1 Bund Basilikum • 1 Eigelb

Fruchtfleisch und Kerne der Tomaten entfernen und aufbewahren. Zwiebeln schälen und hacken. Basilikum kleinschneiden, den Mozzarella würfeln. Anschließend Zwiebeln in Olivenöl leicht anbraten, Fruchtfleisch und Kerne hinzufügen, außerdem das Basilikum und die Sardellenfilets. 5 Minuten kochen, Mozzarella hinzufügen. Tomaten mit dieser Mischung füllen. Pizzateig ausrollen und 6 Kreise ausschneiden. Jede Tomate einzeln in Pizzateig wickeln. Mit Eigelb bestreichen. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 180°C backen.

