

Kohlgemüse in allen Facetten

KRAUT

Weiß-, Rot-, Spitz-
oder Sauerkraut

Immer für feine
Genüsse gut!



CHINAKOHL & SONSTIGE ASIA-KOHLGEMÜSE

Exotik auf den
Tisch!



KARFIOL, BROKKOLI & ROMANESCO

Rosige Aussichten!



KOHL & CO

Kohl, Grünkohl,
Kohlsprossen,
Kohlrabi

Das beliebteste
Wintergemüse!



Kohlgemüse

Genießen mit Köpfchen!



Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH.
Dresdner Str. 68a, 1200 Wien
Tel.: 01/331 51-0, Fax: 01/331 51-499
www.ama-marketing.at



FINANZIERT MIT FÖRDERMITTELN DER EUROPÄISCHEN UNION
UND MITTELN DER AGRARMARKT AUSTRIA MARKETING GESMBH.

IMPRESSUM

© 2012 by Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH.
Medieninhaber und Herausgeber: Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH.,
Dresdner Straße 68a, 1200 Wien

Gesamtkoordination: A&V Werbeagentur • Text und Konzeption: Scherr Wirbt
Grafik: Studio Corsaro • Fotos: Michael Rähmayer
Lithografie: Hantsch & Jesch PrePress Services OG
Die Verwendung der Texte und Bilder, auch auszugsweise,
ist ohne Zustimmung des Herstellers urheberrechtswidrig
und strafbar. Dies gilt auch für Vervielfältigung, Übersetzung und
für die Verbreitung mit elektronischen Systemen.



Herzhaft fein und unglaublich vielseitig: Kohlgemüse sorgt mit seinen intensiven Aromen für g'schmackige Überraschungen am Gaumen. Von kräftigen Suppen, Eintöpfen und Aufläufen bis hin zu raffinierten Salaten, Strudeln und Rouladen – Kohl, Kraut & Co sind aus der heimischen Küche nicht wegzudenken!

In dieser Broschüre finden Sie Wissenswertes zu den beliebtesten heimischen Arten und natürlich eine Auswahl köstlicher Rezepte.



Knackiges Kohlgemüse gehört einfach dazu, wenn man die bekannte Zauberformel „Obst und Gemüse 5 x am Tag“ auf herrlich pikante Art umsetzen möchte!

Dr. Stephan Mikinovic
Geschäftsführer



Chinakohl-Eintopf

Den Chinakohl putzen und halbieren, in schmale Streifen schneiden, dann waschen und gut abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen, fein würfelig schneiden und in Butter andünsten. Erdäpfel schälen, dann Erdäpfel und Paradeiser in Würfel schneiden. Chinakohl, Erdäpfel und Paradeiser in den Topf mit den Zwiebeln geben. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen, dann mit 250 ml Wasser aufgießen. 45 Minuten garen lassen und mit Ketchup abschmecken.

750 g Chinakohl
150 g Zwiebeln
250 g Paradeiser
250 g Erdäpfel
40 g Butter
250 ml Wasser
2 EL Ketchup
Salz, Pfeffer



Rotkraut mit Apfel und Hühnerbrust

Fein geschnittene Zwiebeln in Schmalz anschwitzen, das fein nudelig geschnittene Rotkraut dazugeben und mit Rotwein ablöschen. Die Gewürze und die Apfel-Würfel ebenfalls dazugeben. Eine Stunde bei kleiner Hitze weich dünsten. Die Kirschen abtropfen lassen, halbieren und unterrühren, eventuell nachwürzen. Die Hühnerbrüste salzen und pfeffern und saftig braten. Mit dem Rotkraut anrichten.

2 Zwiebeln, 1 EL Öl
1 kg Rotkraut,
1/8 l Rotwein
Salz, gemahlener
Zimt,
Nelkenpulver
1 geschälter Apfel,
entkernt, in Würfel
geschnitten
1 kleines Glas
Kirschen
4 Hühnerbrüste
mit Haut
Salz, Pfeffer

