

# AMA-Gütesiegel

Das AMA-Gütesiegel dient zur Kennzeichnung von qualitativ hochwertigen Lebensmitteln. Es ist ein behördlich anerkanntes Gütezeichen, das die AMA-Marketing vergibt.

Für die Konsumenten bietet das AMA-Gütesiegel Orientierung beim Einkauf von Lebensmitteln. Es gibt verlässlich Auskunft über nachvollziehbare Herkunft, hohe Qualität und unabhängige Kontrolle. Neben frischem Obst und Gemüse, Milchprodukten, Fleisch und Fleischwaren sowie Eiern können auch einige Be- und Verarbeitungsprodukte das AMA-Gütesiegel tragen, beispielsweise Tiefkühlgemüse. Alle Richtlinien sind unter [www.ama-marketing.at](http://www.ama-marketing.at) abrufbar.

## Kontrollierte Qualität

Um die hohe Qualität auch in den nachgelagerten Stufen abzusichern, sind die Abpackbetriebe und die Verteilerzentren der Lebensmitteleinzelhändler im AMA-Gütesiegel-Programm eingebunden und unterliegen ebenso wie die Produzenten einer jährlichen Vor-Ort-Kontrolle durch unabhängige Kontrollstellen.

## Sicher ist sicher!

Das AMA-Gütesiegel steht für:

- ✓ **ausgezeichnete Qualität**
- ✓ **nachvollziehbare Herkunft**
- ✓ **unabhängige Kontrollen**



**Sicher ist sicher!**



# Fruchtgemüse.

Aus  
Freude an  
der Vielfalt

Agrarmarkt Austria Marketing GesmbH.  
Dresdner Straße 68a, 1200 Wien  
Tel.: 01/331 51-0, Fax: 01/331 51-498  
[www.ama-marketing.at](http://www.ama-marketing.at)



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

## IMPRESSUM

© 2015 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: Gerhard Wasserbauer • Lithografie: Hantsch 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.

[www.ama-marketing.at](http://www.ama-marketing.at)



# Paradiesische Auswahl

Ob Paradeiser, Paprika oder Gurken – Fruchtgemüse ist in der heimischen Küche mit Abstand am beliebtesten. Dabei steht es als Überbegriff für eine Vielzahl an unterschiedlichen Arten, die botanisch gesehen unter anderem zu den Familien der Nachtschatten- und der Kürbisgewächse gehören. Die folgenden zwei Rezepte zeigen, wie einfach und gut sich die Gemüse-Liebhaber der Österreicherinnen und Österreicher zu köstlichen Gerichten verarbeiten lassen.

„Obst und Gemüse 5 x am Tag“, lautet die Zauberformel für eine ausgewogene Ernährung – und Fruchtgemüse kann dabei nicht oft genug auf dem Speiseplan stehen!



Mag. Karin Silberbauer  
Marketing-Management für  
Obst, Gemüse und Erdäpfel



## Paradeis-Ziegenkäse-Tarte

Den Ziegenkäse mit den Gewürzen verrühren. Blätterteig aufrollen und mit dem Ziegenkäse bestreichen. Die Tomaten in gleichmäßige Scheiben schneiden und den Teig damit belegen. Die Tomaten mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Olivenöl beträufeln und bei 190 °C ca. 25 Minuten backen.

### ZUTATEN

150 g Ziegenfrischkäse  
750 g Paradeiser  
2 El Olivenöl  
3 TL Thymian, gehackt  
2 Knoblauchzehen, gepresst  
1 Pkg. Blätterteig  
Salz, Pfeffer



## Gefüllter Paprika mit Petersil-Couscous

Petersilwurzeln klein schneiden, in Salzwasser weich kochen. Abseihen und 450 ml vom Kochwasser beiseitestellen. Couscous in eine Schüssel geben. Zwiebel fein schneiden und in Olivenöl kurz anschwitzen. Couscous mit dem heißen Fond übergießen. fünf Minuten ziehen lassen. Couscous kräftig abschmecken, Zwiebel, gehackten Petersil und Wurzeln dazugeben, die Paprika mit dem Couscous füllen. In eine Auflaufform stellen, mit Olivenöl bestreichen und bei 180 °C ca. 35 Minuten zugedeckt braten.

### ZUTATEN

2 Stk. Petersilwurzeln, geschält  
1 Bund Petersil, fein gehackt  
4 Stk. Paprika  
150 g Couscous  
1 kl. Zwiebel  
Salz, Pfeffer  
Olivenöl

