

Eine-Welt-Verkauf
bei Kaffee und Kuchen
am 2. Aug und 6. Sep
von 14 bis 17 Uhr im
Rathausfoyer Ludwigsstadt

Eine-Welt-Team
der Kirchengemeinde
Lauenstein Secundo



Überbackenes Ofengemüse mit 2 Saucen

Zutaten für das Gemüse (4 Personen):

1 kg	gemischtes Gemüse (davon 500 g Kartoffeln fk, ansonsten z.B. Lauch, Zwiebeln, Sellerie, Süßkartoffeln, grüner Spargel ...) nach Geschmack und Saison	
2	Birnen	50 g GEPA Datteln
4 EL	Rapsöl etw. Salz/Pfeffer	200 g Käse, 3 Sorten gemischt (z.B. Mozzarella, Bergk.)
1 TL	Bohnenkraut	

Zutaten für die Joghurt-Honig-Sauce

400 g	Joghurt	1 EL Olivenöl
½	Zitrone, abger. Schale	1 TL GEPA Honig
½ Bd	Schnittlauch	Salz, Pfeffer

Zutaten für Die Tomaten-Erdnuss-Sauce:

44 g	Dosentomaten, sückig	50 g GEPA Erdnusscreme
½	Orange, abgeriebene Schale	Prise Chilipulver
	Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

- * Für die Joghurt-Honig-Sauce ein feines Sieb in eine Schüssel hängen, sauberes Geschirrtuch einlegen, den Joghurt einfüllen und im Kühlschrank 12 Std. abtropfen lassen. Schnittlauch waschen, verlesen und in Röllchen schneiden, mit den übrigen Zutaten unter den abgetropften Joghurt rühren.
- * Für die Tomaten-Erdnuss-Sauce die Tomaten in einem Topf ca. 15 min. köcheln lassen, bis etwas Flüssigkeit verdampft ist. Restliche Zutaten einrühren und mit Olivenöl, Chili, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Warm zum Gemüse reichen.
- * Das Gemüse waschen, putzen, ggf. schälen und in grobe Streifen schneiden. Birne waschen und entkernen, ebenfalls in Streifen schneiden. Alles mit dem Öl vermengen, salzen und pfeffern. auf einem Backblech bei 200° C im Ofen ca. 15 min backen. Datteln entkernen und in feine Streifen schneiden. Käse reiben und mit dem Bohnenkraut vermischen. Erst die Dattelstreifen, dann den Käse über das Gemüse verteilen und weitere 10-15 min backen.