

M E I N E
Welt

Nr.2|2020

DAS HOFER MAGAZIN



Da bin ich mir sicher.

KOSTENLOS
für HOFER Kunden

Feuer & Flamme

Das Leben schmecken, spüren,
feiern und genießen!



Fächer-Kartoffeln

vom Grill mit selbst gemachter Peperonata

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Kartoffeln:

- 4 festkochende Kartoffeln (à ca. 160 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 50 ml Olivenöl
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 EL Salz

Peperonata:

- je 1 roter, gelber, grüner Paprika
- 2 Zwiebeln
- 5 Tomaten (ca. 500 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Zucker
- ½ TL Chiliflocken
- 2 EL Weißweinessig
- 2 Zweige Thymian

etwas Olivenöl zum Braten
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Die Kartoffeln schälen und bis unten dünn ein-, jedoch nicht ganz durchschneiden.
2. Für die Marinade Knoblauch pressen und mit Olivenöl, gezupftem Rosmarin und Salz verrühren.
3. Ausreichend Marinade über die eingeschnittenen Kartoffeln geben. Kartoffeln auf eine Grillschale legen und indirekt etwa 1 Stunde grillen.
4. Paprika und Zwiebeln in Streifen, Tomaten in Achtel schneiden, Knoblauch grob hacken.
5. Etwas Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen. Geschnittenes Gemüse sowie alle weiteren Zutaten zugeben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten schmoren.
6. Die Peperonata auf eine Platte geben und mit den knusprigen Fächer-Kartoffeln belegen.



GESAMTZEIT: 1 Std. 20 Min.
Zubereitungszeit: 20 Min.
Grill- und Kochzeit: 1 Std.



↑
Frische Paprika
saisonal erhältlich in
Ihrer HOFER Filiale



BBQ-Garnelen-Spieß

mit Zitronen-Aioli

ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

Spieß:

40 tiefgefrorene Garnelen
1 rote Zwiebel
½ Bund Petersilie
6 EL BBQ-Sauce
1 TL Chiliflocken

Aioli:

2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
100 g Mayonnaise
50 g Joghurt
1 unbehandelte Zitrone

Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Die aufgetauten Garnelen auf Küchenpapier abtropfen lassen. Rote Zwiebel achteln und die Segmente etwas lösen. Petersilie fein schneiden und mit der BBQ-Sauce und 2 EL Wasser mischen. Garnelen und Zwiebeln abwechselnd aufspießen.
2. Für die Aioli den Knoblauch pressen und im Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe hell rösten. Anschließend komplett auskühlen lassen. Von der Zitronenschale Zesten reiben und Zitrone auspressen.
3. Mit Mayonnaise und Joghurt gut verrühren und Aioli mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Garnelenspieße mit Salz und Pfeffer würzen und direkt auf dem Grill von beiden Seiten 4-5 Minuten grillen. Anschließend mit der BBQ-Marinade bestreichen und mit Chiliflocken und Zitronenzesten bestreuen.



GESAMTZEIT: 40 Min.
Zubereitungszeit: 30 Min.
Grillzeit: 10 Min.



BAMBUS-GRILLSPIESSE
Grillspieße für Fleisch-, Fisch-,
und Gemüsespeisen, 50 Stück
ab 23.04.2020 erhältlich

per Packung

2,49



**FAIRHOF PUTENFLEISCH-
VARIATION**
300 g

dauerhaft erhältlich

per Packung

3,99

13,30/kg



Fruchtige Curry- Putenschnitzel

mit Ananas-Ketchup

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Schnitzel:

- 4 Stück FairHOF-Putenschnitzel (ca. 300 g)
- 2 EL Curry
- ½ Bund Petersilie + etwas mehr zum Garnieren

Ananas-Ketchup:

- 1 Dose eingelegte Ananasringe (Abtropfgewicht 490 g)
- 2 rote Zwiebeln
- 1 kg Tomaten
- ½ TL Chilipulver
- 60 ml Tafelessig
- 60 g Zucker
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer

etwas Öl zum Braten und Grillen
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1.** Für das Ketchup die Ananasringe abgießen, dabei den Saft auffangen. 3 Ananasringe halbieren und zur Dekoration zur Seite stellen. Restliche Ananas grob schneiden. Zwiebeln fein würfeln und Tomaten vierteln.
- 2.** Zwiebeln mit Chilipulver in Öl anschwitzen. Essig und Zucker zugeben, einmal aufkochen und die restlichen Zutaten zugeben. Unter gelegentlichem Rühren etwa 45 Minuten leicht köcheln, anschließend kräftig mixen und Ketchup durch ein feines Sieb streichen.
- 3.** Ketchup im Topf etwa 15 Minuten unter Rühren zähflüssig einkochen und sofort in sterile Schraubgläser füllen. Ketchup bei Zimmertemperatur 4 Std. auskühlen lassen.
- 4.** Die Putenschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Öl bestreichen. Schnitzel auf dem Grill von beiden Seiten 2 Minuten direkt grillen. Curry, 2 EL Ananassaft und fein geschnittene Petersilie verrühren und die Schnitzel damit während des Grillens bestreichen.
- 5.** Die Schnitzel auf ein Brett geben und mit halbierten Ananasringen und Petersilieblättern garnieren. Das Ananas-Ketchup dazu servieren.

GESAMTZEIT: 5 Std. 30 Min.
Zubereitungszeit: 30 Min.
Koch- und Auskühlzeit: 5 Std.



Saftige Mojito-Hühnerkeulen

mit Reissalat

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Hendl:

- 2 Limetten
- 50 ml Pflanzenöl
- 30 g brauner Zucker
- ½ Bund Minze + etwas mehr zum Garnieren
- 12 Stück FairHOF Hühner Unterkeulen

Reissalat:

- 200 g Langkornreis
 - 30 ml Tafelessig
 - 50 ml Olivenöl
 - 50 g Sultaninen
 - ½ Salatgurke
 - 2 Tomaten
- 1 Limette in Scheiben zur Dekoration
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Limetten auspressen und mit Öl und Zucker gut verrühren, Minze grob zupfen. Marinade und Minze mit den Hühnerkeulen mischen und für mindestens 8 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Den Reis laut Packungsanleitung kochen und kurz ausdampfen lassen. Essig, Öl und Sultaninen mischen und zum warmen Reis geben. Salat mit Salz und Pfeffer würzen. Reis komplett abkühlen lassen. Gurke und Tomaten klein schneiden und unter den Reis rühren.
3. Marinierte Keulen mit Salz und Pfeffer würzen und indirekt in einer leicht geölten Grillschale etwa 1 Stunde grillen, dabei öfter wenden.
4. Den Reissalat auf eine Platte geben und mit den gegrillten Hühnerkeulen belegen. Zum Schluss mit frischer Minze und Limettenscheiben garnieren.



GESAMTZEIT: 9 Std. 40 Min.
Zubereitungszeit: 40 Min.
Grill- und Rastzeit: 9 Std.





Selbst gemachter
Kräuter-Rub auf
meinhofer.at/vatertag

GASGRILL BOSTON PRO 3 K TURBO

konstante Temperaturen von 80° C bis zu 300° C im Garraum, direkt am Rost werden Temperaturen von bis zu 400° C erreicht

- 3 stufenlos regulierbare Edelstahlbrenner
- Turbo-Zone – für direktes und indirektes Grillen – erreicht schnell Höchsttemperaturen
- Grillfläche aus hochwertigem Gussrost – 62 x 43 cm
- mit Seitenkocher in der rechten Ablagefläche
- Aufbaumaß: 134 x 59 x 115 cm (B x T x H)
- Gewicht: 39 kg
- Gasflaschen nicht im Lieferumfang enthalten

ab 02.04.2020 erhältlich

per Stück

249,-



HEIMBRINGSERVICE

Sie kaufen in der Filiale -
wir bringen's zum HOFER Preis.
hofer.at/heimbringservice

Bier-Pulled-Pork

mit Tsatsiki

ZUTATEN FÜR 8 PORTIONEN

- 50 g Kristallzucker
- 25 g Salz
- 4 Zweige Rosmarin
- 1 EL Oregano
- ca. 1,5 kg Schweinsschopf
- 500 ml Bier + ggf. etwas mehr zum Nachgießen
- 500 ml Apfelsaft

Tsatsiki:

- 2 Gurken
- 4 Knoblauchzehen
- 250 g griechisches Joghurt
- Salz

Sonstiges:

- 8 Burger Brötchen
- 100 g BBQ-Sauce

ZUBEREITUNG

1. Zucker, Salz, gezupfter Rosmarin und Oregano für den Kräuter-Rub mischen und den Schweinsschopf sehr gut damit einreiben. Schopf in Frischhaltefolie einpacken und für 24 Stunden in den Kühlschrank geben.
2. Am nächsten Tag den Schweinsschopf 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Bier und Apfelsaft mischen und in eine große, feuerfeste Schale geben. Schweinsschopf hineingeben und auf dem Grill indirekt bei kleiner Hitze garen. Die Temperatur im Grill sollte ca. 130° C betragen.
3. Den Schopf des Öfteren wenden und mit dem Bier übergießen. Sollte die Flüssigkeit verdampfen, nochmals etwas Bier nachgießen. Nach ungefähr 6 Stunden (Kerntemperatur ca. 90° C) den Braten entnehmen und z.B. in einer kleinen Thermobox mindestens 1 Stunde rasten lassen.
4. Für das Tsatsiki die Gurken reiben und mit 1 EL Salz vermengen. Gurken 30 Minuten rasten lassen, dann mit den Händen gut ausdrücken. Knoblauch pressen und mit Joghurt und den Gurken verrühren.
5. Das Fleisch mit 2 Gabeln gut zupfen und mit dem entstandenen Sud vermengen. Die Brötchen aufschneiden, kurz auf den Grill legen, mit BBQ-Sauce bestreichen und mit Pulled-Pork und Tsatsiki belegen.



GESAMTZEIT: 1 Tag 8 Std. 30 Min.
Zubereitungszeit: 30 Min.
Grill- und Rastzeit: 1 Tag 8 Std.



**FAIRHOF COCKTAIL-
WÜRSTEL**
180/160 g

dauerhaft erhältlich

per Packung

2,29

1,27/1,43/100g

Tipps

Schmeckt natürlich
auch mit anderen
Wursteln aus unserem
Grillsortiment!

Österreichischer **Grill-Hotdog**

ZUTATEN FÜR 6 PORTIONEN

- | | |
|---------------------------------------|----------------------|
| 4 EL Kürbiskerne | 6 Kornspitz |
| 2 große Essigurkerl | 2 EL Senf |
| 2 Zwiebeln | 2 EL geriebener Kren |
| 5 Radieschen | einige Salatblätter |
| 12 Stück FairHOF Cocktail Käsekrainer | Salz, Pfeffer |
| | etwas Öl zum Braten |

ZUBEREITUNG

1. Die Kürbiskerne mit 1 EL Öl und etwas Salz mischen und in einer Pfanne auf mittlerer Stufe rösten. Anschließend auskühlen und grob hacken.
2. Essigurkerl in Scheiben und Zwiebeln in Streifen schneiden, Radieschen würfeln. Die Zwiebeln in einer Pfanne mit etwas Öl kurz braten und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Käsekrainer auf dem Grill 10 Minuten indirekt oder je nach Geschmack entsprechend kürzer direkt grillen.
4. Die Kornspitz zu 2/3 der Länge nach aufschneiden und mit Senf bestreichen. Mit Salat, Essigurkerln und Käsekrainern füllen und mit Kren, Zwiebeln, Radieschen und Kürbiskernen bestreuen.



GESAMTZEIT: 25 Min.
Zubereitungszeit: 15 Min.
Grillzeit: 10 Min.

GRILL-BEISTELLTISCH XL

zum Grillen, Kochen, Vorbereiten und Servieren. Kunststoffschränk, mit Arbeitsfläche aus Edelstahl, Ablagefläche unter der Arbeitsfläche, leicht zu transportieren, Fassungsvermögen Schrank 200 l, wetterbeständig, UV-stabil, einfache Montage, Maße: 116 x 54 x 90 cm (L x B x H), inkl. 5 Edelstahlhaken 3 Jahre Garantie

ab 06.04.2020 erhältlich

per Stück

199,-

**Nähere Informationen
zu „HOFER liefert“ und
zum „Heimbringservice“
finden Sie auf
SEITE 50**



HOFER LIEFERT

Sie bestellen online,
wir liefern's kostenlos.

hofer.at/liefert

Gegrillte Avocados

mit Feta und Balsamico-Tomaten

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

2 EL Sonnenblumenkerne
200 g bunte Cocktailtomaten
170 g Fetakäse im Kräutermantel
4 Zweige italienische Grillkräuter,
z.B. Rosmarin, Thymian, Salbei und Oregano
2 EL Balsamicoessig
4 EL Olivenöl
4 Avocados
Salz, Pfeffer, Zucker

ZUBEREITUNG

1. Sonnenblumenkerne in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell rösten.
2. Cocktailtomaten je nach Größe halbieren oder vierteln und Feta würfeln. Kräuter abzupfen und sehr fein schneiden. Alles mischen und mit Olivenöl und Balsamicoessig marinieren. Mit Salz, Pfeffer und bei Bedarf Zucker abschmecken.
3. Avocados halbieren und entsteinen. Mit der Schnittseite nach unten auf den Griller legen und über der heißen Glut 3-5 Minuten grillen.
4. Avocados vom Griller nehmen und mit dem Tomaten-Feta-Salat füllen. Mit gerösteten Sonnenblumenkernen bestreuen und sofort servieren.

Tipps

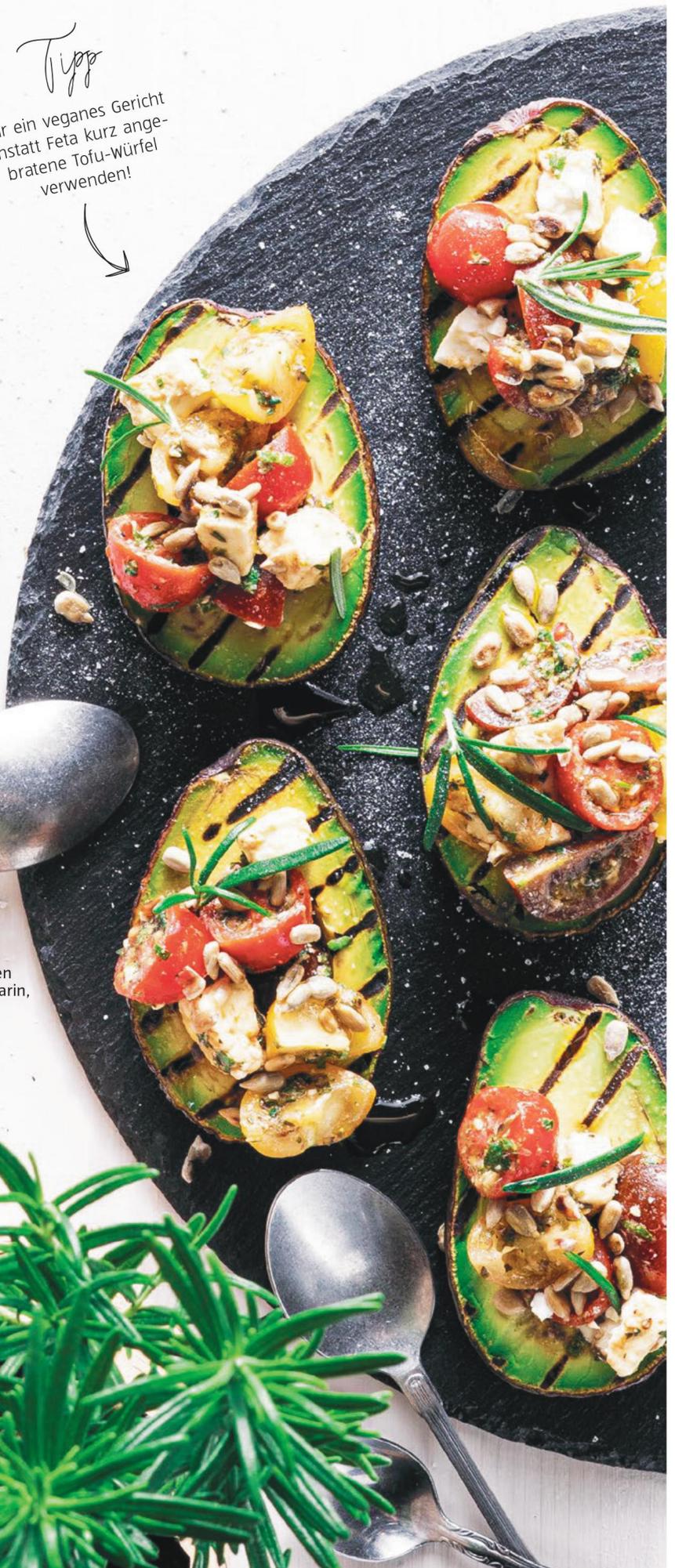
Für ein veganes Gericht
anstatt Feta kurz ange-
bratene Tofu-Würfel
verwenden!



GESAMTZEIT: 25 Min.
Zubereitungszeit: 15 Min.
Grillzeit: 10 Min.

ITALIENISCHE GRILLKRÄUTER
im 4er-Tray, diverse Mischungen
wie z.B. Thymian, Salbei, Rosmarin,
Oregano etc.
ab 06.04.2020 erhältlich

per Tray
4,79





Tipps

Schmeckt auch mit Pfirsich, Nektarine oder Ananas hervorragend!

Erdbeer-Marshmallow-Spieße mit Schokosauce

ZUTATEN FÜR 8 PORTIONEN

500 g Erdbeeren
½ Pkg. BBQ Marshmallows
8 Grillspieße
Basilikum zum Garnieren

Schokosauce:

100 g Kochschokolade
125 ml Schlagobers

ZUBEREITUNG

1. Erdbeeren putzen und mit Marshmallows im Wechsel auf die Grillspieße aufspießen.
2. Für die Schokosauce Kochschokolade fein hacken und in eine kleine Schüssel geben. Obers aufkochen und über die Schokolade gießen, so lange rühren, bis sich alles gelöst hat.
3. Erdbeer-Marshmallow-Spieße auf dem Grill direkt von beiden Seiten je 1 Minute grillen.
4. Mit Schokosauce streifenförmig garnieren und nach Belieben mit Basilikum dekorieren.



GESAMTZEIT: 15 Min.
Zubereitungszeit: 12 Min.
Grillzeit: 2 Min.

BBQ MARSHMALLOWS
300 g
ab 15.04.2020 erhältlich

per Packung

1,29

~43/100g



Frische
Nektarinen
saisonal
erhältlich in
Ihrer HOFER
Filiale

Gegrillte Nektarinen

mit Mascarpone-Honig-Füllung

ZUTATEN FÜR 8 PORTIONEN

4 Nektarinen
200 g Mascarpone
100 g Magertopfen
1 EL Honig
1 Pkg. Vanillezucker
Abrieb und Saft von
½ unbehandelten Zitrone
4 Schokoladen-Cookies
einige Minzspitzen
zum Garnieren

ZUBEREITUNG

1. Nektarinen halbieren und entsteinen. Mit der Schnittfläche nach unten auf den Grill legen und über der heißen Glut 3-5 Minuten grillen. Anschließend kurz überkühlen lassen.
2. Währenddessen Mascarpone mit Topfen, Honig, Vanillezucker, Zitronenabrieb und -saft verrühren.
3. Nektarinen vom Grill nehmen und mit je 1-2 EL Mascarponecreme füllen. Schoko-Cookies darüberbröseln. Mit Minze garnieren.



GESAMTZEIT: 20 Min.
Zubereitungszeit: 15 Min.
Grillzeit: 5 Min.



Dieses und weitere abwechslungsreiche Grill-Rezepte auf meinhofer.at/grillen

HOFER Profi Grilltipps

1. Gute Vorbereitung:

Überlegen Sie, was Sie während des Grillens benötigen und bereiten Sie alles vor. Wenn Beistelltisch, Grillzange, Küchenrolle und Teller für das fertige Grillgut in greifbarer Nähe sind, kommt keine Hektik auf und der Abend wird auch für den Grillmeister ein Genuss.

2. Richtiges Vorheizen:

Verzichten Sie auf Brandbeschleuniger wie Spiritus und rechnen Sie genug Zeit zum Vorheizen ein. Während Holzkohle nach ca. 25 Minuten einsatzbereit ist, benötigen Briketts etwa 40 Minuten, bis sie richtig glühen und die volle Hitze entwickeln. Für das typische Raucharoma ist das entscheidend.

3. Sauberer Grillrost:

Der Grillrost wird unmittelbar vor dem Einsatz gereinigt. Dafür können Sie diesen 10 Minuten über der Glut erhitzen und anschließend mit einer Drahtbürste kräftig abschrubben. Den Rest erledigt eine halbierte Zwiebel, die auf eine Grillgabel aufgespießt wird. Die Schnittfläche mit Öl benetzen und den Rost damit mehrmals abreiben.

4. Verschiedene Temperaturzonen:

Schaffen Sie sich unterschiedliche Temperaturzonen, indem Sie die heiße Kohle auf einer Seite anhäufen. Dort kann auf direkter Hitze heiß gegrillt werden. Auf

der kohlefreien Seite, der indirekten Grillseite, ist die Temperatur deutlich geringer, was sich optimal für langsames Garen oder Warmhalten eignet.

5. Besonderes Grillaroma:

Räucherchips aus verschiedenen Hölzern verleihen dem Grillgut ein ganz besonderes Aroma. In der Regel weicht man die Chips für ungefähr 30 Minuten in Wasser ein und legt sie anschließend direkt auf die heiße Kohle. Mit dem Dampf ziehen die zarten Rauchnoten ins Grillgut.

6. Kreative Abwechslung:

Es müssen nicht immer die Klassiker sein. Auch Fische wie Lachs, Forelle und Goldbrasse eignen sich hervorragend zum Grillen und zaubern Abwechslung auf den Teller. Verschiedene Obst- und Gemüsesorten müssen keinesfalls separat in der Küche zubereitet werden, sondern dürfen ebenfalls bei direkter oder indirekter Hitze auf den Rost.

7. Sicherheit geht IMMER vor!

Es ist ratsam, einen geeigneten Feuerlöscher griffbereit zu haben und brennbare oder leicht schmelzende Gegenstände weit genug vom Grill entfernt zu lagern. Gerade im Sommer sind Wiesen und Wälder besonders trocken und Funkenflug kann schnell zu einem Brand führen. Lassen Sie den Grill während dem Einsatz auch nie aus den Augen!



Muttertag: Ein Fest der Sinne

Blumen zum Muttertag sind einfallslos? Keineswegs! Vertrauen Sie auf die visuelle Botschaft des Arrangements und der einzelnen Blüten. Farben haben eine psychologische Wirkung und die Sprache der Blumen wird in jeder Kultur verstanden. Schenken Sie einen Strauß, der Liebe, Dankbarkeit und Poesie in non-verbalen Versen zum Ausdruck bringt.

Der Muttertag hat bereits eine lange Geschichte und mehrere überlieferte Ursprünge. Viele Jahre vor Christus wurde zu Ehren von römischen und griechischen Göttinnen ein Muttertagsfest abgehalten, unter Heinrich III. wurden in England die „Mothering Days“ zelebriert, und auch Napoleon schwebte die Etablierung eines Muttertags vor.

Die in Amerika lebende Pastorenfrau Anna Jarvis machte sich als große Wohltäterin einen Namen und motivierte besonders Mütter, sich so wie sie selbst sozial zu engagieren. Sie war es schließlich, die 1908 den Muttertag als Zeichen der Anerkennung für alle Mütter initiierte. Es war ihr ein großes Anliegen, Mütter bereits zu Lebzeiten gebührend zu ehren und Ihnen für ihr unermüdliches Tun und tägliches Wirken zu danken. Um 1920 verbreitete sich der Muttertag auch in Europa und kam schließlich 1924 nach Österreich.

Seit dieser Zeit haben sich um den Muttertag schöne Bräuche und Traditionen entwickelt. Wir schenken Grußkarten, Süßigkeiten und Blumensträuße. Kinder lernen Muttertagsgedichte auswendig und präsentieren die beschwingten Reime samt selbst gebastelten Geschenken am Frühstückstisch.

Der Tisch wird am zweiten Sonntag im Mai nicht wie üblich von der Mama, sondern von den Kindern gedeckt. Auch das Frühstücksangebot fällt an diesem Tag meist bunter aus und die eigene Küche verwandelt sich in eine Genusswerkstatt. Gefühlvolle Worte, kulinarische Leckerbissen, bunte Blumengrüße und ganz viel Liebe: Herz, was willst du mehr?

Blumentradition

Jedes Land hat seinen ganz eigenen Brauch, um der Mama Dankbarkeit auszudrücken und sie zu ehren. Wussten Sie, dass der Muttertag, im Gegensatz zum Valentinstag, weltweit an unterschiedlichen Tagen gefeiert wird? Auch wenn sich Brauch und Datum international unterscheiden, so haben Blumengrüße zum Muttertag doch in fast jeder Kultur Tradition. Letztendlich drücken alle Gesten und Geschenke aber dasselbe aus: Mama, ich liebe dich!

Durch die Blume

Wenn wir etwas sprichwörtlich durch die Blume sagen, versuchen wir eine unangenehme Botschaft so sanft zu übermitteln, dass der Empfänger nicht gekränkt ist. Verblümt zu sprechen ist somit seit jeher der Ausdruck für das vorsichtige und möglichst schonende Üben von Kritik. ▶



„Anders als der Valentinstag, findet der Muttertag nicht allorts am selben Tag statt. In den meisten Ländern aber wird im Frühling gefeiert.“

– Ursula Reithmayer-Ducaneaux,
Schnittblumen-Expertin Green Partners –

Auch heute noch lassen wir Blumen für uns sprechen, wenn wir Emotionen zum Ausdruck bringen, die wir nicht in Worte fassen können. Aber diese Emotionen dürfen selbstverständlich auch positiver Natur sein. Aufrichtige Liebe, unendliche Dankbarkeit, tiefe Verbundenheit. Gefühle, die uns in unserem Herzen mit dem Menschen verbinden, der uns das Leben geschenkt hat – unserer Mama. Und diese gilt es am Muttertag gebührend hochleben zu lassen, mit kleinen Aufmerksamkeiten, einer Einladung zum Muttertagsbrunch und liebevollen Worten. Wer sich mit den ausgesprochenen oder niedergeschriebenen Worten schwertut, der darf ruhig wortlos durch die Blume sprechen. Vertrauen Sie darauf, dass auch Ihre Mama die stille Botschaft versteht.

Mehr als tausend Worte

Die Geschichte der Blumensprache ist nicht nur alt, sondern auch unglaublich spannend. Entstanden ist das Selamlik, also die viktorianische Blumensprache, zwar nicht in England, es war jedoch die Engländerin Lady Mary Wortley Montagu, die die Blumensprache in Europa populär machte. In Asien hat sich Hanakotoba, die japanische Sprache der Blumen, durchgesetzt.

„Die Sprache der Blumen wird auf der ganzen Welt gesprochen und verstanden. Ich kenne keine Frau, die einen schönen Blumenstrauß als Geste der Anerkennung nicht zu schätzen weiß.“

– Ursula Reithmayer-Ducaneaux,
Schnittblumen-Expertin Green Partners –

Worüber man sich im Osten und im Westen einig ist, ist die Bedeutung der roten Rose. Sie steht für tiefe Liebe und Leidenschaft. Die rote Nelke sendet ähnliche Signale, symbolisiert aber ebenso Mut und Kühnheit. Während

die weiße Rose, Nelke, Gerbera oder ihre kleine Schwester, die Germini, Unschuld und Treue zum Ausdruck bringt, steht die Chrysantheme mit all ihren Gattungen für Frische, Fröhlichkeit und Beständigkeit. Eine Lilie im Blumenstrauß bedeutet echte, aufrichtige Liebe – vor allem in der Farbe Weiß. Die Alstroemeria steht in der Symbolik für Werte wie Freundschaft, Verbundenheit, Zuneigung und Hingabe. Kein Wunder also, dass diese Schnittblumen zu besonderen Anlässen wie dem Muttertag in vielen gebundenen Sträußen zu finden sind.

Egal für welche Blumen Sie sich am Ende entscheiden: Erlaubt ist, was gefällt! Hören Sie beim Kauf auf Ihre innere Stimme, denn auch sie versteht die Sprache der Blumen und trifft mit Sicherheit die richtige Wahl. Wenn Sie sich dennoch unsicher sind, beziehen Sie die Nase in die Entscheidung mit ein. Und übrigens: Auch Väter mögen Blumen!

URSULA REITHMAYER-DUCANEUX

Die Schnittblumen-Expertin versteht die Sprache der Blumen und weiß genau, was Blumen brauchen, um den Beschenkten lange Freude zu bereiten.

Tipps für eine lange Haltbarkeit

Rosen, Tulpen, Nelken – so verzögern Sie das Verwelken!

- **Nahrung für die Blüten:** Verwenden Sie beim Einwässern immer das Säckchen mit dem mitgelieferten Blumenfrischhaltungsmittel. Die Nährstoffe werden über die Stiele aufgenommen und fördern das Öffnen der Knospen sowie das prächtige Aufblühen. Der Verwelkprozess wird verzögert und das Blumenwasser bleibt klar, sauber und geruchlos.
- **Der zweite Anschnitt:** Bevor die Sträuße in den Verkauf kommen, erhalten sie noch den letzten Anschnitt. Trotzdem empfiehlt es sich, die Stiele daheim noch ein zweites Mal mit einem scharfen Messer anzuschneiden. So können die Blumen die Nährstoffe im Wasser noch besser aufnehmen.
- **Ambiente und Raumklima:** Direkte Sonne, trockene Heizungsluft und Raumtemperaturen über 20° C beschleunigen das Verwelken von Schnittblumen. Wenn Sie den Strauß über Nacht in den kühlen Vorraum oder auch in den Keller stellen, wirkt das wie eine Frischekur und verlängert die Haltbarkeit deutlich.
- **Wasserwechsel:** Am besten werden Schnittblumen in lauwarmes Wasser gestellt, damit dieses schneller durch die Leitbahnen der Stiele nach oben steigen kann. Wechseln Sie das Wasser keinesfalls täglich: Sie gießen mit dem Wasserwechsel auch das Nährstoffkonzentrat aus. Lieber am dritten Tag wechseln und dem frischen Wasser wieder Blumenfrischhaltungsmittel zufügen.





Wir lassen Blumen sprechen.

Das bunte Treiben

Nicht nur die Blumen-, sondern auch die Farbwahl ist entscheidend. Farben beeinflussen unsere Gefühle und unser Verhalten. Satte, leuchtende Farben rufen ganz andere Emotionen hervor als gedeckte oder blasse Farbtöne. Den Effekt, den gestrichene Wände, bunte Einrichtungsgegenstände oder farbige Kleidung auf unser Gemüt haben, können wir auch mit einem Blumenstrauß am Tisch erzielen. Je nach Zusammenstellung kann dieser Energie im Zuhause versprühen, fröhlich machen oder auch Entspannung herbeizaubern. Diese Reaktionen sind in psychologischen Wirkweisen, biologischen Konditionierungen und kulturellen Prägungen verankert und werden im Unterbewusstsein gesteuert. Warme Farben wie Rot, Orange und

Gelb erregen Aufmerksamkeit und rufen Glücksgefühle und Optimismus hervor. Kühle Farbtöne wie Weiß oder ein zartes Pastellrosa wirken in der Regel besänftigend und beruhigend. Greifen Sie bei Blumengrüßen oder Tischdekorationen ruhig öfter in die Trick- äh ... Farbkiste und spielen Sie die farbpsychologische Wirkung am gemeinsamen Esstisch aus. Apropos: Wussten Sie, dass bestimmte Farben hungriger machen als andere? Tischdekoration und Blumenschmuck in roten und orangen Tönen wirken belebend und können sogar den Appetit beim Muttertagsfrühstück anregen. An dieser Stelle möchten wir allerdings festhalten, dass es bei unseren köstlichen Rezeptideen für den Muttertagsbrunch in dieser Ausgabe keinerlei Unterstützung der Farbpsychologie zur Appetitanregung bedarf. Wetten? ■

Farbenfrohe Blumengrüße

- 1 MUTTERTAGSSTRAUSS**
verschiedene Farbkombinationen,
Stiellänge 35 cm
ab 08.05.2020 erhältlich
- 2 MUTTERTAGSSTRAUSS „ALLES LIEBE“**
verschiedene Farbkombinationen,
Stiellänge 50 cm
ab 08.05.2020 erhältlich
- 3 EXKLUSIVER FLORISTENSTRAUSS**
verschiedene Farbkombinationen,
handgebunden, inkl. Grußbetikett,
Stiellänge 50 cm
ab 08.05.2020 erhältlich

1

per Bund

6,99



2

per Bund

9,99



3

per Bund

18,99





Kreative Alternativen

zum klassischen Blumenstrauß

Blumen sind ohne Zweifel immer eine gute Wahl – egal ob zum Muttertag oder zu einem anderen feierlichen Anlass. Das bedeutet aber nicht, dass es immer ein klassisches Blumenarrangement sein muss. Ein selbst gemachtes Blütensalz, eine duftende Blumenseife oder ein kunstvolles Bild aus getrockneten Blumen bringen Abwechslung in die jährlich wiederkehrende Muttertagstradition. Und etwas Selbstgemachtes lässt das Herz der Mama besonders hoch schlagen.

Gebastelte Aufmerksamkeiten festigen nicht nur die Beziehung zwischen Mutter und Kind, sondern schenken auch den Vätern oder Großeltern, die beim Basteln unterstützen, wertvolle Qualitätszeit mit dem Nachwuchs. Bereits das Sammeln der Bastelutensilien schenkt allen Beteiligten Familienzeit. Beim gemeinsamen Spaziergang findet man allerhand Nützliches für besondere Muttertagsgeschenke. Der Aufwand lohnt sich also auf ganzer Linie. Wie wäre es beispielsweise mit einer hübschen, floralen Wanddekoration?

So eine Bastelidee ist für Kinder mit ein bisschen Hilfe einfach umzusetzen und erfreut die Mama nicht nur am Muttertag, sondern über viele Jahre.

Wer trotzdem lieber einen Blumenstrauß verschenkt, kann die Blüten aus dem Strauß rechtzeitig vor dem Abblühen in einer gemeinsamen Bastelaktion mit der Mama zum Blumengemälde verwandeln. Denn das schönste Geschenk ist immer noch, miteinander Zeit zu verbringen.



Dekorative Blumencollage

1. Blumen trocknen:

Dazu werden die Blumen am besten einzeln an einem Band kopfüber aufgehängt. Dachboden oder Keller eignen sich hervorragend als Trockenraum, da sie meist dunkel und kühl sind. Idealerweise sind die Blüten noch nicht ganz geöffnet. Wer leuchtende Farben vor dem Verblässen schützen will, kann die Blumen vor dem Aufhängen mit ein bisschen Haarspray besprühen.

2. Schneiden und gestalten:

Am schönsten wird das Blumengemälde, wenn man die Blumen vorab auf einem Hintergrund auflegt. Wenn alles richtig liegt, können die Stiele zugeschnitten und final arrangiert werden.

3. Fixieren und einrahmen:

Zum Fixieren eignet sich Sprühkleber – wenn die Blumen klein und leicht sind, funktioniert es auch mit Haarspray. Wir verwenden gerne Rahmen ohne Scheibe, um die Blumen plastisch zu erhalten. Natürlich kann man die Blumen auch pressen und einen Rahmen mit Scheibe verwenden.



TISCHGESTECK
verschiedene Farbkombinationen,
Höhe inkl. Topf: ca. 20 cm
ab 07.05.2020 erhältlich

per Stück

6,99

Kulinarisch verwöhnen

Ein ausgiebiges und gemütliches Frühstück gehört zum Muttertag einfach dazu. Und während die Mama einmal ausschläft, tummeln sich die kleinen Heinzelmännchen in der Küche, um der Mama den besten Morgen des ganzen Jahres zu bereiten.





BIO-TOAST
Vollkorn/
Weizen
500 g

dauerhaft erhältlich

per Stück

1,89

3,78 /kg



Bacon & Egg

Herztoast

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 4 Toastscheiben
- 1 EL Butter
- 8 Speckstreifen
- 4 Eier
- 50 g Kräuterfrischkäse
- einige gemischte Sprossen
- Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Toastscheiben mit einem Herz-ausstecher (ø ca. 5 cm) ausstechen.
2. Toast und Herzen mit Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten hell rösten, aus der Pfanne nehmen.
3. Speckstreifen in der Pfanne knusprig braten und entnehmen. Ausgestochene Toastscheiben wieder in die Pfanne geben. Je ein 1 Ei über jeder Herzaussparung aufschlagen und so lange braten, bis die Spiegeleier gar sind. Mit einem Pfannenwender vorsichtig entnehmen.
4. Kleine Herzen mit Frischkäse bestreichen und mit Sprossen bestreuen. Ei-Herztoast, etwas Speck und Sprossenherzen auf Teller geben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.



GESAMTZEIT: 20 Min.
Zubereitungszeit: 10 Min.
Bratzeit: 10 Min.



Herzhafte Waffelsandwiches

ZUTATEN FÜR 10 STÜCK

Waffeln:

100 g weiche Butter
½ TL Salz
2 große Eier (L)
140 g glattes Weizenmehl
1 gestrichener TL Backpulver
70 ml prickelndes Sodawasser
50 g geriebener Mozzarella

Füllung:

2 Stück Mozzarella (je 125 g)
2 Tomaten
1 Glas Pesto Genovese
10 Scheiben Prosciutto
einige Blätter Basilikum

Salz, Pfeffer
etwas Öl zum Bepinseln

ZUBEREITUNG

1. Für die Waffeln Butter mit Salz schaumig schlagen. Zimmerwarme Eier nach und nach zugeben und gut unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und esslöffelweise im Wechsel mit dem Sodawasser unter den Teig rühren. Zum Schluss Mozzarella unterheben und Teig mit Pfeffer abschmecken.
2. Waffeleisen aufheizen, dünn mit Öl bepinseln und je einen Schöpflöffel Teig hineingeben, knusprig ausbacken und überkühlen lassen. Insgesamt 4 Waffeln ausbacken.
3. Waffeln in einzelne Herzen teilen. Mozzarella und Tomaten in Scheiben schneiden.
4. Auf 10 Waffelherzen jeweils 1 EL Pesto, Tomate, Mozzarella und Prosciutto sowie Basilikumblätter legen. Mit den übrigen Waffelherzen bedecken und sofort servieren.



GESAMTZEIT: 40 Min.
Zubereitungszeit: 30 Min.
Backzeit: 10 Min.





Apfelrosen-Muffins

ZUTATEN FÜR 12 PORTIONEN

2 Pkg. Blätterteig aus dem Kühlregal
 3 rote Äpfel (z.B. Pink Lady)
 200 g feiner Kristallzucker
 Saft von 1 Zitrone
 200 g Fruchtaufstrich Erdbeere
 nach Belieben etwas Staubzucker zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

1. Backrohr auf 220° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Äpfel vierteln, entkernen und ungeschält in sehr dünne Scheiben hobeln oder schneiden.
2. Zucker mit 500 ml Wasser aufkochen. Topf vom Herd nehmen, Zitronensaft und Äpfel zugeben und bis zum Gebrauch darin ziehen lassen.
3. Blätterteige der Länge nach in je 6 gleich breite Streifen schneiden. Jeden Streifen mit 1 TL Fruchtaufstrich bestreichen. Je 10-12 Apfelscheiben überlappend aufreihen — jene Seite der Apfelscheiben mit der Schale soll dabei immer über den Teigrand hinausragen. Der untere Teil des Teigstreifens bleibt frei.
4. Die untere Teighälfte jedes Teigstreifens darüber einschlagen und von einer Seite zu einer Schnecke einrollen, sodass optisch kleine Rosen entstehen. Die Rosen mit Papierförmchen in eine Muffinform setzen.
5. Apfelrosen auf unterster Schiene ca. 30 Minuten knusprig backen, nach halber Backzeit mit einem Backpapier abdecken. Übrigen Fruchtaufstrich in einem Topf mit etwas Wasser erhitzen und die Apfelrosen damit einpinseln. Nach Belieben zusätzlich mit Staubzucker bestreuen.



Servieren Sie die Apfelrosen-Muffins doch einmal zu kalt gebrühtem Kaffee oder Tee, statt zu den gewohnten Frühstücks-Heißgetränken.

COLD BREW KAFFEE- UND TEEZUBEREITER

Das Aroma wird durch das kontinuierliche Übergießen des Kaffeepulvers mit kaltem Wasser besonders schonend abgegeben. Auch für die Zubereitung von kalt gebrühtem Tee*.

- einzigartiger Geschmack
- verglichen zum klassischen Brühprozess werden weniger Bitterstoffe extrahiert
- integrierter Timer – 10, 20, 30 oder 40 Minuten Durchlaufzeit
- verkürzter Zubereitungsprozess – von Stunden auf nur noch wenige Minuten

ab 15.06.2020 erhältlich

per Stück

39,99



* Verwenden Sie für die Zubereitung von kalt gebrühten Tees ausschließlich geeignete Teeerzeugnisse.



GESAMTZEIT: 1 Std. 15 Min.
 Zubereitungszeit: 45 Min.
 Backzeit: 30 Min.



FAIRHOF
LÄNGERFRISCHE VOLLMILCH
3,5 % Fett
1 l

dauerhaft erhältlich

per Packung

1,15

Selbst gemachtes Granola

mit frischem Obst

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Granola:

80 g Mandelkerne
440 g Haselnuskerne
20 g Butter
60 g Haferflocken, großblättrig
40 g Honig
40 g Sesam
½ TL Zimt
1 Prise Salz

Sonstiges:

250 g Beeren und Obst
(z.B. Erdbeeren, Himbeeren,
Wassermelone etc.)
1 l Milch
etwas Minze zum Garnieren

Optional:

100 g Zartbitterschokolade

ZUBEREITUNG

1. Für das Granola Nüsse hacken, Butter schmelzen. Zusammen mit den restlichen Zutaten mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech aufstreichen.
2. Granola bei 160° C (Ober- und Unterhitze) 15-20 Minuten goldgelb rösten – dabei alle 5 Minuten die Mischung durchmengen. Danach vollständig abkühlen lassen. Nach Belieben zusätzlich gehackte Zartbitterschokolade zugeben und in ein verschließbares Glas füllen.
3. Zum Verzehr das Granola mit Milch aufgießen und mit mundgerecht geschnittenen Beeren, Obst und Minze garnieren.



GESAMTZEIT: 30 Min.

Zubereitungszeit: 10 Min.

Backzeit: 20 Min.

Tipps

Granola kann auch mit getrockneten Früchten wie Beeren oder Bananen verfeinert werden!



Dieses und weitere
Frühstücks-Rezeptideen
auf [meinhofer.at/
fruehstueck](http://meinhofer.at/fruehstueck)



Auf der Seite 36 findet ihr ein super Pizza-Rezept, perfekt für den Vatertag.



Heldenhafte Küchen-Action am Vatertag

Superhelden-Kinder kochen am Vatertag: selbst kochen macht Spaß und ist ein heldenhaftes Erlebnis. Mit etwas Übung wirst auch du zum kleinen Kochmeister. Doch bevor es losgehen kann, steht die Sicherheit für

jeden Sternekoch an oberster Stelle. Das gilt für Erwachsene wie für junge Kochmeister gleichermaßen. Darum erklären wir dir zehn wichtige Schritte und Sicherheitstipps hier in der Übersicht.



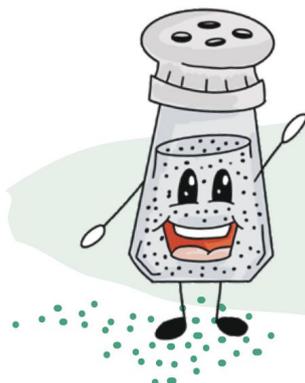
Sicherheit geht vor!

Tipps für Ordnung und Sauberkeit in deiner Sterne-Küche

1. Sage deinen Eltern immer Bescheid, wenn du kochen möchtest.
2. Lies das Rezept aufmerksam durch, bevor du mit dem Kochen startest.
3. Überlege, ob du bei manchen Kochschritten Hilfe benötigst.

Wasche deine Hände, bevor du anfängst, damit vermeidest du Verunreinigungen und krankmachende Bakterien. Wasche deine Hände aber auch zwischendurch – vor allem wenn du mit Fleisch oder Fisch kochst.
4. Wasche deine Hände, bevor du anfängst, damit vermeidest du Verunreinigungen und krankmachende Bakterien. Wasche deine Hände aber auch zwischendurch – vor allem wenn du mit Fleisch oder Fisch kochst.
5. Lange Haare zurückbinden, sonst landen sie im Essen.
6. Verwende beim Kochen eine Schürze – so bleibt dein Gewand sauber.
7. Bevor du startest, räume die Arbeitsfläche frei.
8. Stelle zu Beginn alles bereit, was du für dein Kochrezept benötigst: alle Utensilien und Zutaten – unbedingt auch die Gewürze. So weißt du schon am Anfang, ob dir was fehlt.

Stelle eine Schüssel oder Kübel für Abfall bereit und wenn etwas auf dem Boden landet, heb es gleich auf oder wische den Boden schnell auf, damit du nicht ausrutschen oder darüberfallen kannst.
9. Besondere Vorsicht mit scharfen Messern. Wie du mit Messern richtig schneidest, entdeckst du auf der nächsten Seite.
- 10.



Nach dem Kochen ist vor dem Kochen:

Räume in der Küche wieder alles auf und reinige die Arbeitsflächen gut – so bist du jederzeit bereit für dein nächstes Kochabenteuer.

Schütze deine Finger



Zu Beginn suche dir ein Messer aus, das du gut in der Hand halten kannst.

Zum Üben genügt anfangs ein Schälmesser mit einer ca. 10 cm langen Klinge. Sobald du etwas Routine hast, kannst du auch ein größeres Messer verwenden.

Vor dem Schneiden mit scharfen Messern gibt es ein paar wichtige Dinge, die du unbedingt wissen und stets beachten solltest:

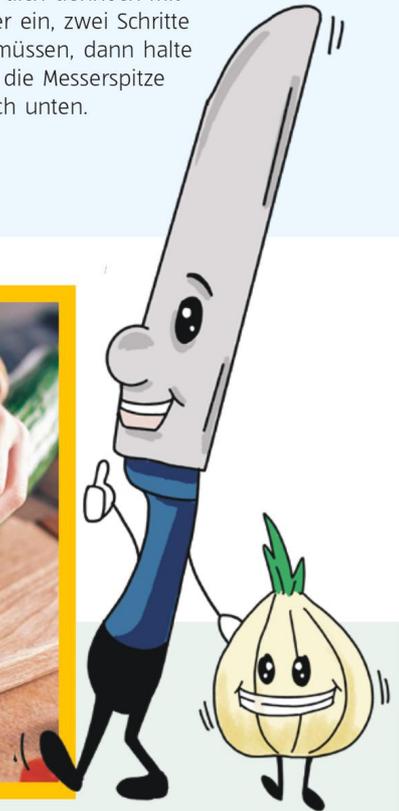
5 Tipps vor dem Schneiden mit dem Messer

- Wähle eine Arbeitsfläche in geeigneter Höhe – ideal wäre knapp unter der Taille. Probiere es aus – oft ist der Küchentisch besser als die Arbeitsfläche der Küche.
- Achte darauf, dass du stabil stehst und stell dich niemals auf einen wackeligen Hocker, wenn die Arbeitsfläche zu hoch für dich ist.
- Trage feste Schuhe beim Kochen, um deine Füße gut zu schützen. Denk daran: Es kann immer etwas herunterfallen.
- Schneide immer auf einem flachen und stabilen Brett. Gib auf deine Finger und Knöcheln auch bei Sparschälern und Reiben acht – auch sie sind scharf.
- Trage deine Messer nicht herum. Solltest du dich dennoch mit dem Messer ein, zwei Schritte bewegen müssen, dann halte unbedingt die Messerspitze seitlich nach unten.

Krallengriff

So funktioniert der Krallengriff:

Forme deine Hände wie eine Kralle, um Obst oder Gemüse in Scheiben oder Würfel zu schneiden. Krümme deine Finger und Daumen nach innen, um sie zu schützen.



Tunnelgriff



So funktioniert der Tunnelgriff:

Um rundes Obst und Gemüse in zwei Hälften zu schneiden, formst du mit deiner Hand einen Tunnel. Du möchtest danach dein Obst oder Gemüse noch weiter zerkleinern, z.B. in Viertel schneiden? Das ist ganz einfach: Lege deine Zutaten zum weiteren Zerkleinern immer auf die flache Seite – so kann beim Schneiden nichts verrutschen. Danach hältst du die Zutat auf dem Brett auf der einen Seite mit dem Daumen und auf der anderen Seite mit den Fingern fest. Nun schneide die Zutaten, indem du die Klinge nach unten auf das Brett führst.

Gewürze als Geheimwaffe beim Kochen am Vatertag

Gewürze sind deine Geheimwaffe beim Kochen. Probiere es aus und entdecke, welcher besonderen Geschmack selbst einfache Speisen durch verschiedene Gewürze bekommen und werde zum Gewürze-Feinschmecker am Vatertag.

Mit Gewürzen lassen sich Geschenke zum Vatertag ganz einfach kreieren: nimm ein leeres Gewürzglas, bemale es bunt und beschrifte es z.B. mit dem Text „Bester Papa“. Was ist das Lieblingsgewürz deines Vaters? Finde es heraus und befülle damit das Gewürzglas. So hast du ein besonderes Geschenk!

Was ist eigentlich ein Gewürz?

Gewürze sind Bestandteile von Pflanzen und schmecken viel intensiver als andere Zutaten beim Kochen. Probiere es einfach mal aus und koste mit deinem Zeigefinger eine Prise Kakaopulver oder ein wenig Paprikapulver! Du wirst gleich merken, wie stark du diese Zutaten schmecken kannst. Kräuter, wie z.B. Basilikum aus Mamas Kräutergarten, bestehen normalerweise aus Blättern. Bei Gewürzen ist das anders: Sie werden nämlich aus Samen, Früchten, Wurzeln, Blüten oder Rinden gewonnen und meist werden sie getrocknet, bevor du sie verwenden kannst. Es gibt allerdings auch Gewürze in Form von Blättern, wie z.B. Lorbeer oder Curryblätter – sie haben einen besonders starken Duft und Geschmack.



Schon gewusst?

Was haben Gewürze mit Chemie und Medizin zu tun?

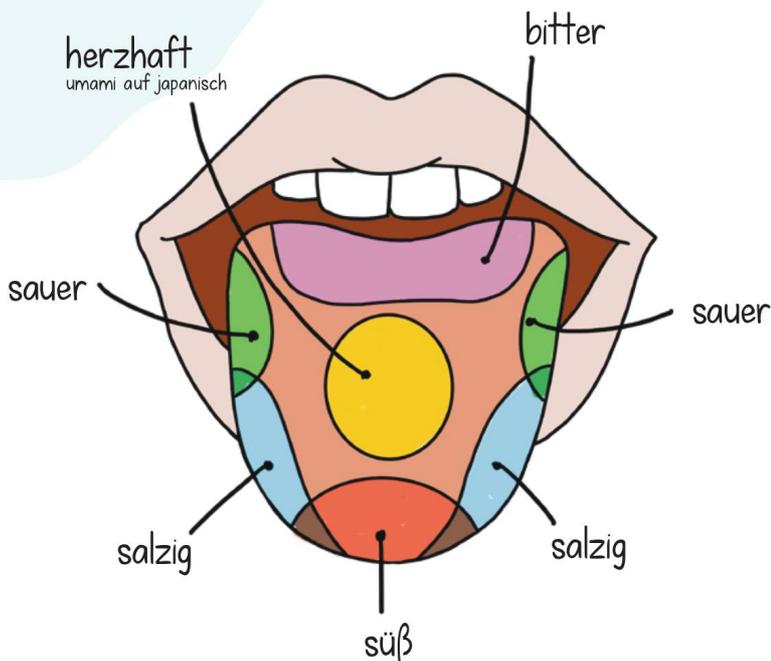
Chemie kennst du bestimmt schon aus der Schule, aber was haben Gewürze mit Chemie zu tun? Wir verraten es dir: Du weißt ja bereits, dass Gewürze ein Teil von Pflanzen sind. Die für Gewürze verwendeten Pflanzenteile enthalten chemische Stoffe, man nennt diese Geschmacks- und Aromaverbindungen. Diese sind häufig ein wichtiger Schutz der Pflanze gegen Fressfeinde (Insekten) und Bakterien oder Krankheiten – so wie du deine Jacke im Winter anziehst, um nicht zu frieren, benötigen Pflanzen eben auch einen Schutz.



Geschmack und Aroma

Das Spiel mit deinen Geschmacksknospen ist vielseitig

Woran glaubst du liegt es, dass dir ein Essen gut schmeckt? Richtig: Es sind die Geschmacksknospen deiner Zunge – sie können die folgenden Geschmacksrichtungen unterscheiden: süß – sauer – bitter – salzig – herzhaft.



Spiel für kleine Feinschmecker

Iss und genieße mehrere Tomatenstücke, aber jeweils mit einer anderen Würze und beobachte, wie unterschiedlich du die Zutaten mit deiner Zunge schmecken kannst. Für dieses Experiment nimmst du Tomatenstücke und ein bisschen ...

- **Salz** (salzig)
- **Olivenöl** (bitter und fett)
- **Aceto Balsamico** (süß und sauer)
- **Parmesan** (salzig und würzig)

Wenn du alles einzeln probiert hast, nimm ein Tomatenstück und koste es mit allen Zutaten gemeinsam – wie ein Dressing – Salz, Öl, Essig und Parmesan. Wenn dein Dressing harmonisch abgestimmt ist, wird es den Tomatengeschmack betonen.

Ein bärenstarkes Rezept für einen supertollen Vatertag.



Bärenstarke Pizza

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Pizzateig:

500 g glattes Weizenmehl + etwas mehr zum Arbeiten
1 Pkg. Backpulver
1 TL Salz
280 ml lauwarmes Wasser
2 EL Olivenöl

Belag:

1 kleine Zucchini
je ½ roter und gelber Paprika
1 kleine rote Zwiebel
einige bunte Oliven
einige Kirschtomaten
150 g Tomatensugo
125 g geriebener Mozzarella
80 g Salamischeiben
4 Basilikumspitzen zum Garnieren

ZUBEREITUNG

1. Backrohr auf 220° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Das Gemüse für den Belag beliebig klein schneiden.
2. Für den Teig alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des Handmixers oder den Händen zu einem glatten Teig verkneten.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche vierteln. Aus jedem Stück 1 große Teigkugel (für die Gesichter) und 2 kleinere Teigkugeln (für die Ohren) formen. Teigkugeln mit einem Teigroller flach rollen und zu Bären-Gesichtern zusammensetzen. Je 2 Bären zusammen auf ein mit Backpapier bedecktes Backblech legen.
4. Die Pizzen mit Tomatensugo bestreichen und mit Mozzarella bestreuen. Mit Salami und dem vorbereiteten Gemüse dekorativ belegen, sodass lustige Bären-gesichter entstehen.
5. Die Bären-Pizzen nacheinander im Backofen auf unterster Schiene je ca. 15 Minuten knusprig backen. Nach dem Backen die Pizzen mit je einer Basilikumspitze garnieren.



GESAMTZEIT: 45 Min.
Zubereitungszeit: 30 Min.
Backzeit: 15 Min.



Tipps

Wenn es schnell gehen muss

PIZZATEIG
mit Tomatensauce,
klassik/rustikal, 600 g

per Stück

1,75

2,92/kg



TISCHWÄSCHE
BOTANIC NATURE
mit hochwertigem Druck, für den
Innen- und Außenbereich geeignet,
in verschiedenen Farben

- eckig: Gr. 130 x 160 cm
- eckig: Gr. 160 x 210 cm
- rund: Gr. Ø 160 cm

ab 22.06.2020 erhältlich

per Stück

4,99

Erlebe mit Knopfi ein Gewürzabenteuer

Errate die Namen der gesuchten Gewürze und werde zum Gewürze-Feinschmecker!

8

Welches indische Gewürzpulver besteht aus vielen Gewürz-Sorten?

C R R

GESCHAFFT!
Gratulation - du bist ein Gewürze-Feinschmecker.

7

Welche Gewürzmühlen bzw. -streuer findet man auf vielen Esstischen?

P F R
S L

6

Mit welchem Gewürz verfeinert man Tomaten und Mozzarella?

B S L L K M

5

Welches Gewürz ist besonders scharf?

C H

2

Welches Teegewürz wirkt besonders gut gegen Bauchkrämpfe und Blähungen?

F N C H

3

Welches Gewürz gibt man gerne auf die Pizza?

O R N O

4

Welches Gewürz verwendet man vorwiegend in der Weihnachtszeit?

Z I

1

Welches Gewürz ist das teuerste der Welt?

S A F N

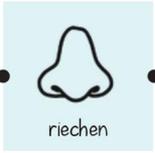
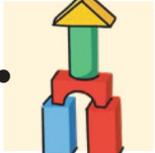
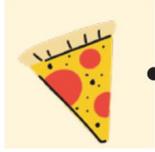
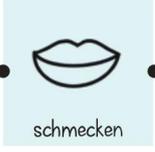
Ab ins Beet!

Hier startet für dich das Gewürzabenteuer. Springe von einer Frage zur nächsten und versuche, die gesuchten Gewürze zu erraten.

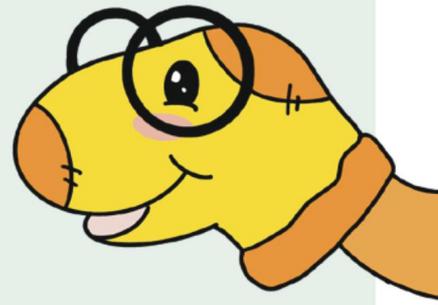
Los geht's!



Verbinde jeweils zwei Sachen zu den passenden Sinnesorganen!

	 sehen	
	 riechen	
	 hören	
	 schmecken	
	 tasten	

Finde den richtigen Weg zum Fleischbällchen!

Welche Dinge gehören nicht in die Suppe?



HOFER liefert:

**Sie bestellen online,
wir liefern's kostenlos**



SCHNELLE, BEQUEME & KOSTENLOSE LIEFERUNG:

Nutzen Sie für ausgewählte Artikel die kostenlose Lieferung unseres Online-Services „HOFER liefert“. Bestellen Sie Ihren Wunschartikel bequem auf hofer.at/liefert und bezahlen Sie schnell und sicher online oder in Ihrer HOFER Filiale. Sollten Sie nicht zufrieden sein, können Sie innerhalb von 2 Monaten ab Zustellung den Artikel kostenlos zurücksenden, sofern kein ausdrücklicher Hinweis auf ein kürzeres Rückgaberecht in der Produktbeschreibung des jeweiligen Produktes gegeben wird.

Einfach online bestellen unter hofer.at/liefert

Zwei unterschiedliche HOFER Lieferservices für ausgewählte Artikel:

HOFER liefert – unser Online-Service vs. **HOFER Heimbringservice** – für sperrige Artikel aus der Filiale

**HOFER Heimbringservice:
Sie kaufen in der Filiale,
wir bringen's**

zum **HOFER
PREIS,-**



EINFACH, PRAKTISCH & SICHER:

Sie möchten sich nicht um den Transport von großen, sperrigen Artikeln von der Filiale zu Ihnen nachhause kümmern? Kein Problem! Bei gekennzeichneten Artikeln übernehmen wir kostengünstig für Sie die Lieferung, gegebenenfalls die Entsorgung Ihres alten und den Anschluss Ihres neuen Geräts (Umfang des Angebots abhängig vom Artikel).

Einfach in der Filiale kaufen und Ihr gewünschtes Servicepaket dazubuchen. Nähere Infos unter hofer.at/heimbringservice



MEHR NATUR, WENIGER VERPACKUNG

**Packen wir's
gemeinsam an!
Heute für ein
besseres Morgen.**

Im Zuge unserer Verpackungsmission haben wir es geschafft, bereits über 1.000.000 kg Verpackungsmaterial pro Jahr einzusparen - und das ist erst der Anfang.

Wir verfolgen ein klares Prinzip im Umgang mit Verpackungen: Wir prüfen fortlaufend, wie viel Verpackung bei unseren Produkten notwendig ist und sind bemüht diese bestmöglich zu reduzieren oder im Optimalfall ganz zu vermeiden.



Unsere nachhaltigste Milchverpackung klimaneutral und ohne Plastikverschluss



Papier statt Plastik bei ausgewählten Teigwaren



Heimkompostierbare Kaffee-kapseln aus nachwachsenden Rohstoffen



Banderole aus Karton oder Stoff statt Plastiksackerl



Mehrwegnetze für loses Obst und Gemüse



Nachhaltigkeit, nachvollziehbar heißt:

Aus dem Wert- vollen schöpfen.



Da bin ich mir sicher.



Die einzige BIO-
Molke Österreichs.
Gewonnen aus Milch
aus traditioneller
Bergbauernwirtschaft.

Weitergehen heißt auch weiterverarbeiten. Auf dem Weg von der Milch zum fertigen Käse entsteht ein wertvolles Nebenprodukt, das zu unseren Molke-Drinks weiterverarbeitet wird. Erfrischend, fruchtig und ein weiteres Beispiel dafür, wie nachhaltig es ist, regionale Traditionen und Arbeitsweisen zu erhalten und so auch der nächsten Generation an Ursprungs-Bauern eine Perspektive zu bieten.

#weitergehen



KREISLAUF DES LEBENS
Der Beweis für echte Nachhaltigkeit.
zurueckzumursprung.at



Bio, das weiter geht.