



WIESENHOF

**KOCH
CLUB
NEWS**

Den Frühling geflügelleicht genießen! *Seite 2-3*

Feuer frei für ein karibisches Geschmackserlebnis *Seite 4-5*

Für mehr Tierschutz: Privathof-Geflügel *Seite 6-7*



Liebe Koch-Club Freunde,

es wird Frühling und nicht nur die Natur erwacht zu neuem Leben. Jetzt wird es Zeit zum „Angrillen“. Also schnell den Grill startklar machen, Freunde einladen und los geht's. Die Grillsaison steht bei WIESENHOF dieses Jahr unter dem Motto Caribbean BBQ. Die Karibik, wer kommt da nicht ins Träumen - von weißen Sandstränden, türkisblauem Meer, Palmen, die sich sanft im Wind wiegen. Holen Sie sich den Geschmack der Karibik auf den Grill mit den WIESENHOF Saisonspezialitäten Hähnchen-Minutensteaks, Innenfiletspieße und Hähnchen-Schenkel-Duo in exotischer Marinade

sowie den gefüllten Geflügel-taschen „Frischkäse Peppadew“. Zwei tolle Rezeptideen dazu finden Sie hier im Heft: Geflügel-taschen „Peppadew“ mit karibischen Kartoffeln und Innenfiletspieße „Kokos-Curry“ mit karibischem Reissalat. Für alle Curry-Fans gibt es die feurigscharfen Bruzzler PiratenFeuer und die mild-würzigen Bruzzler Piraten minis, die sich auch prima zur Stärkung beim Kindergeburtstag eignen. Ebenfalls neu im großen WIESENHOF Grillsortiment sind die Hähnchenspieße mit Paprika, Zwiebeln und Schaschlik-Sauce.

Probieren Sie sie doch mal mit dem bunten Bulgursalat aus unserem Rezept. Eine kulinarische Osterfreude machen Sie Ihren Gästen mit dem Spargel-Mortadella-Salat. Der leichte Frühlingsalat passt wunderbar zum Osterbrunch oder als Vorpeise beim Ostermenü.

Frohe Ostern und einen heißen Grill-Sommer wünscht



Spargel-Mortadella-Salat

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

(für 4 Personen)

Zutaten:

1 Pk. WIESENHOF Geflügel-Mortadella je 400 g weißer und grüner Spargel Salz, schwarzer Pfeffer 1/2 Salatgurke Saft und Schale v. 1/2 Zitrone 1 Pr. Zucker 1 TL Senf 2-3 EL Olivenöl 1/2 Bd. Kerbel Nach Belieben 1 kl. Handvoll Kapuzinerkresse (Blätter und Blüten)

1 Weißen Spargel schälen, die Enden abschneiden. Grünen Spargel am unteren Drittel schälen, die Enden ebenfalls abschneiden. Spargel in 4 cm große Stücke teilen und in kochendem Salzwasser 4 Minuten (grünen Spargel 3 Minuten) bissfest garen. Spargel herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

2 Salatgurke waschen, trockenreiben, halbieren, die Kerne mit einem Löffel heraus-schaben. Gurke in dünne Scheiben schneiden, mit Spargel in einer Schale mischen.

3 Vier Esslöffel Spargelwasser, zwei Stücke weißer Spargel, Zitronensaft und -schale, Zucker, Senf und Öl mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Kerbel abbrausen, trockentupfen und die Blättchen

von den Stielen zupfen. Kerbel hacken und unter die Sauce rühren. Vinaigrette mit dem Salat mischen.

4 Mortadellascheiben halbieren und unter den Salat heben. Kapuzinerkresse waschen, trockentupfen und ebenfalls unter den Salat heben. Vor dem Servieren mind. 30 Minuten ziehen lassen.

pro Portion
ca. 604 kJ/145 kcal.; E 7 g; KH 6 g; F 10 g



Wünsch Dir was! Das 10.000 €-Gewinnspiel von WIESENHOF

Hätten Sie gerne 10.000 €, um sich damit einen lange gehegten Wunsch zu erfüllen? Dann nutzen Sie jetzt Ihre Chance und machen Sie mit beim Wünsch-Dir-was-Gewinnspiel von WIESENHOF: Bis zum 30.04.13 können Sie mit jeder Packung WIESENHOF Mortadella, Bierschinken, Jagdwurst, Salami Classico, Salami Pepper oder Geflügel-Wiener gewinnen. Einfach auf www.wiesenhof.de den Teilnahmecode von der Packungsinnen-seite eingeben und Ihren Wunsch beschreiben. Überzeugen Sie andere, für Ihren Wunsch zu stimmen. Danach voten Sie für einen Wunsch. Wer die meisten Stimmen erhält, gewinnt **10.000 €!**

Sie sind wunschlos glücklich? Dann voten Sie nur – ohne eigenen Wunsch. Unter allen, die bis zum 31.05.13 voten, werden 5 x 1000 € verlost. Es lohnt sich also auf jeden Fall!

Viel Erfolg!



Hähnchenspieße mit Schaschlik-Sauce und Bulgursalat

Zubereitungszeit: ca. 25 Min. + Grillzeit

(für 6 Personen)

Zutaten:

2 Pk. WIESENHOF Hähnchenspieße mit Schaschlik-Sauce
150 g Bulgur (7 Minuten-Bulgur)
300 ml Gemüsebrühe
1 kl. Dose Maiskörner (150 g)
100 g TK-Erbesen
100 g Mini-Romana-Tomaten
2 Frühlingszwiebeln
2 Stiele Petersilie
2 EL Weißweinessig
Salz, schwarzer Pfeffer
1 TL Birnendicksaft oder Honig
2 EL Olivenöl
evtl. Öl zum Braten



Wasser 5 Minuten kochen. Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Petersilie abbrausen, trockentupfen und die Blättchen hacken.

1 Bulgur in ein Sieb geben und unter kaltem Wasser abspülen. In die Brühe geben, aufkochen lassen und ca. 7 Minuten auf kleiner Stufe ohne Deckel köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Bulgur in eine Schüssel geben und auskühlen lassen.

2 Maiskörner in einem Sieb abtropfen lassen. Erbsen in

3 Essig, Salz, Pfeffer, Birnendicksaft oder Honig und Öl verrühren. Mit Bulgur, dem vorbereiteten Gemüse und Petersilie mischen.

4 Schaschlik-Spieße unter Wenden ca. 15 Minuten grillen oder mit etwas Öl in der Pfanne braten. Zigeunersauce erwärmen. Hähnchen-Spieße mit Bulgursalat und Schaschlik-Sauce servieren.

pro Portion
ca. 1561 kJ/371 kcal.; E 26 g; KH 46 g; F 7 g

Karibisches Grillvergnügen

Dieser Sommer wird heiß! Und das ganz unabhängig vom Wetter, denn mit dem neuen Grillsortiment „Caribbean BBQ“ von WIESENHOF kommt auch im heimischen Garten Karibik-Feeling auf. Die neuen WIESENHOF Produkte Hähnchen Minutensteaks „Honey BBQ“, Hähnchen-Schenkel-Duo „Honey BBQ“, Innenfiletspieße „Kokos-Curry“ und Geflügeltaschen „Frischkäse Peppadew“ bringen exotische Abwechslung auf den Grill. Bei den Bruzzlern heißt es „Feuer frei“ für ein neues karibisches Geschmackserlebnis! Der Bruzzler PiratenFeuer mit hot Curry begeistert alle, die

es ein bisschen schärfer mögen und die Bruzzler Piraten minis mit mildem Curry-Geschmack sind genau das Richtige für kleine Grill-Piraten. Am besten holen Sie sich die Caribbean BBQ-Produkte gleich nach Hause und grillen sich z. B. die Geflügeltaschen „Frischkäse Peppadew“ mit karibischen Kartoffeln oder die Hähnchen Innenfiletspieße „Kokos-Curry“ mit karibischem Reissalat. Und mit einer Flotte Piraten-Flöße auf grüner See gibt es beim nächsten Kindergeburtstag bestimmt keine Essens-Meuterei!

Hähnchen Innenfiletspieße mit karibischem Reissalat

Zubereitungszeit: ca. 30 Min. + Grillzeit

(für 4 Personen)

Zutaten:

- 2 Pk. WIESENHOF Hähnchen Innenfiletspieße „Kokos-Curry“
- 100 g Basmati-Reis
- 50 ml Kokosmilch
- 100 ml Gemüsebrühe
- 1 kl. Schalotte
- 10 g Ingwerknolle
- 1 rote Chilischote
- 1 Limette
- 1 TL brauner Rohrzucker
- Salz
- 2-3 EL Olivenöl
- 1/2 rote Paprika
- 1 Stange Staudensellerie
- 1/2 Mango
- 2 Scheiben Ananas
- 2 Stiele Minze

- 1 Reis mit Kokosmilch und Brühe aufkochen, dann zugedeckt ca. 15 Minuten bei kleiner Hitze quellen lassen. Abkühlen lassen.
- 2 Inzwischen Schalotte und Ingwer schälen und sehr fein würfeln. Chili entkernen und in feine Streifen schneiden. Limette heiß waschen und

etwa die Hälfte der Schale abreiben. Limette auspressen. Saft mit Rohrzucker und Salz verrühren. Das Öl kräftig unterschlagen. Schalotte, Ingwer, Chili und Zitronenschale zufügen.

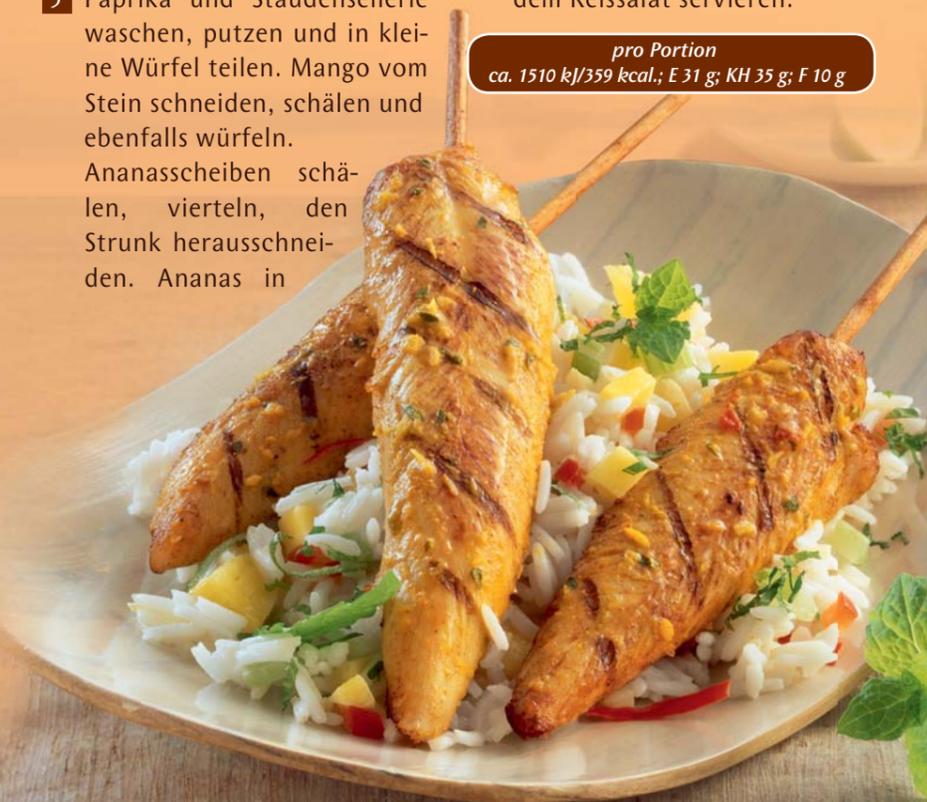
- 3 Paprika und Staudensellerie waschen, putzen und in kleine Würfel teilen. Mango vom Stein schneiden, schälen und ebenfalls würfeln. Ananasscheiben schälen, vierteln, den Strunk herausschneiden. Ananas in



kleine Stücke schneiden. Alle Zutaten mit dem Dressing mischen. Minze waschen, die Blättchen hacken und unterheben.

- 4 Hähnchen Innenfiletspieße rundherum grillen und mit dem Reissalat servieren.

pro Portion
ca. 1510 kJ/359 kcal.; E 31 g; KH 35 g; F 10 g



Geflügeltaschen mit karibischen Kartoffeln

Zubereitungszeit: ca. 15 Min. + Grillzeit

(für 4 Personen)

Zutaten:

- 2 Pk. WIESENHOF Geflügeltaschen „Frischkäse Peppadew“
- 800 g festkochende Kartoffeln
- Salz
- 1-2 Knoblauchzehen
- Saft v. 1/2 Limette
- 2-3 EL Öl
- je 1/2 TL brauner Rohrzucker und Salz
- je 1 TL Cayennepfeffer und gemahl. Piment
- 1/4 TL gemahl. Zimt
- 1 Msp. gemahl. Muskatnuss



- 1 Kartoffeln gründlich waschen und 10 Minuten in Salzwasser kochen. Abgießen, auskühlen lassen und längs halbieren.
- 2 Inzwischen Knoblauch schälen und durch die Presse drücken, mit Limettensaft, Öl, Zucker, Salz und Gewürzen verrühren.

- 3 Kartoffeln mit der Marinade vermengen, abtropfen lassen und auf Aluschalen grillen. Dabei öfter wenden und mit der restlichen Marinade bestreichen.
- 4 Geflügeltaschen von beiden Seiten grillen und mit den Kartoffeln servieren.

pro Portion
ca. 1823 kJ/443 kcal.; E 35 g; KH 34 g; F 17 g



Piraten-Flöße auf grüner See

Zubereitungszeit: ca. 30 Min. + Grillzeit

(für 5 Personen)

Zutaten:

- 2 Pk. WIESENHOF Bruzzler Piraten minis
- 300 g mehlig kochende Kartoffeln
- 400 g tiefgefrorene Erbsen
- 1 rote Paprika
- evtl. Öl für die Pfanne
- 1 TL Butter
- 50 ml Milch
- Salz, schwarzer Pfeffer
- Zahnstocher

- 1 Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser ca. 15 Minuten kochen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Erbsen dazugeben.
- 2 Paprika waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Daraus 5 Dreiecke für die Segel schneiden.

- 3 Bruzzler grillen oder mit etwas Öl in der Pfanne braten.
- 4 Kartoffeln und Erbsen abgießen, Butter und Milch dazugeben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Jeweils 3 Bruzzler mit einem Zahnstocher zusammenstecken. Auf jedes „Bruzzler-Flöße“ mit einem Zahnstocher ein „Paprikasegel“ stecken. Auf dem Erbsenpüree anrichten und servieren.

pro Portion
ca. 1327 kJ/317 kcal.; E 18 g; KH 23 g; F 16 g





Ausgezeichnet!

Der deutsche Tierschutzbund hat für Geflügelfleisch erstmalig das Label „Für Mehr Tierschutz“ der Einstiegsstufe vergeben und WIESENHOF Privathof-Geflügel mit dem neuen Siegel gekennzeichnet. WIESENHOF Privathof-Geflügel erfüllt damit die strengen Standards für Aufzucht, Haltung, Transport und Schlachtung des Deutschen Tierschutzbundes, die weit über die gesetzlichen Standards hinausgehen.

einem besonderen Leckerbissen – zugleich zart und mit festem Biss. Das können Sie schmecken, bei Hähnchenbrustfilets, Hähnchenschenkeln, Hähnchen-Flügeln und dem ganzen Hähnchen aus dem WIESENHOF Privathof-Sortiment. Ein tolles Frühlingsrezept ist unser „Gefülltes Hähnchenbrustfilet auf Blattsalaten“.

Weitere Rezepte finden Sie unter www.wiesenhof-privathof.de



Für die Tiere bedeutet das:

- Mehr Zeit zum Heranwachsen
- Mehr Platz durch geringeren Besatz
- Mehr Abwechslung durch Beschäftigungsmöglichkeiten (Sitzstangen, Strohballen, Pickgegenstände)
- Kein gentechnisch verändertes Futter

Auf www.wiesenhof-privathof.de finden Sie viele weitere Informationen zu unserem Privathof-Konzept. In Videos und Bilderstrecken zeigen wir Ihnen, wie Privathof-Geflügel aufwächst, welche Besonderheiten es bei den Haltungsbedingungen gibt und wie die Ställe aussehen.

Durch das langsamere Wachstum und die aktive Lebensweise unserer Privathof-Hähnchen wird ihr Fleisch zu



Rosmarin-Zitronen-Hähnchen



Hähnchenschenkel vom Blech



Knusprige Hähnchenflügel

Gefülltes Hähnchenbrustfilet auf Blattsalaten

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

(für 4 Personen)

Zutaten:

- 4 WIESENHOF Privathof-Geflügel Hähnchenbrustfilets
- 4 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- 150 g Ricotta
- 1 Eigelb (Gr. L)
- 6 EL Semmelbrösel
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 3 EL Öl
- 100 ml Geflügelfond
- 200 g gemischte Blattsalate (z. B. Lollo Rosso, Radicchio, Frisée)
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL Orangensaft
- 3 EL Weißweinessig
- 1 TL Honig

- 1 Kräuter abbrausen, trocken-schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Mit Ricotta, Eigelb und Semmelbröseln mischen. Knoblauch durch die Presse drücken und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Hähnchenbrustfilets waschen, trockentupfen, jeweils eine tiefe Tasche hineinschneiden. Von innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Ricotta-Masse in die Taschen füllen, Filets mit Holzspießchen zusammenstecken.
- 3 Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum kräftig anbraten. Fond angießen, Hitze reduzieren,



Deckel auflegen und die Hähnchenfilets in ca. 10 Minuten fertig garen. Dabei einmal wenden.

- 4 Unterdessen Salate waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Olivenöl, Orangensaft, Essig und Honig gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Salat mit dem Dressing mischen, auf die Teller verteilen. Hähnchenbrustfilets halbieren und an dem Salat anrichten.

pro Portion
ca. 1830 kJ/435 kcal.; E 46 g; KH 3 g; F 23 g



Leserrezept

Gegrillte marinierte Hähnchen Schenkel

Zubereitungszeit ca. 80 Min.

(für 4 Personen)

Zutaten:

4 WIESENHOF Hähnchen Schenkel

3 EL Tomatenketchup

2 EL Öl

1 TL mildes Paprikapulver

1/2 TL Currypulver

Saft v. 1/2 Zitrone

Salz

- 1 Hähnchen Schenkel waschen und trocken tupfen. Die übrigen Zutaten zu einer Marinade verrühren.
- 2 Die Schenkel mit der Marinade bestreichen und auf dem Grill oder im Ofen bei 200-210°C ca. 40 Minuten braten. Dabei immer wieder mit der Marinade bepinseln.



Wir danken Herrn und Frau Wahl aus Neuental-Gilsa für diese Rezept-Idee.

Impressum

Verantwortlich für Inhalt:
WIESENHOF
Texte: Ricarda Nolte
Layout:
KD&P Werbeagentur, Bremen
www.wiesenhof.de

Schicken Sie uns Ihr Lieblingsrezept! Sie kennen ein tolles Rezept mit leckerem Geflügel? Dann verraten Sie es doch auch den Lesern der Koch Club News und schicken Sie es an kochclub@wiesenhof.de oder per Post an WIESENHOF Koch Club, Paul-Wesjohann-Str. 45, 49429 Visbek

Genießen und gewinnen Sie mit WIESENHOF und TEFAL

Heißer Toast mit Ei und knusprigem Puten Bacon – das schmeckt lecker! Für alle Liebhaber dieses Frühstückgenusses verlost WIESENHOF jetzt 111 mal den praktischen **Toast'n Egg** von Tefal. Mit diesem tollen Kombi-Gerät können Sie Toast, Ei und WIESENHOF Puten Bacon gleichzeitig zubereiten und dann genießen. Zum Gewinnen einfach den Gewinncode von der Packungsrückseite auf www.wiesenhof.de eingeben und sofort erfahren, ob Sie gewonnen haben.

Also ran an den Speck!



Kleines Küchen-Lexikon: Curry

„Curry“ bezeichnet sowohl das bekannte Gewürzpulver, als auch ein beliebtes Gericht aus der indisch-asiatischen Küche. Der Begriff leitet sich von dem indischen Wort für „Sauce“ ab. Dort ist das Curry eine Art Eintopf mit einer sämigen Sauce. Die Gewürzmischung zur Herstellung eines Currys heißt hingegen Masala. Masalas werden für jedes Gericht individuell zusammengestellt



und bestehen meistens aus 12-36 Gewürzen, deren Anteile von Mischung zu Mischung variieren. Wichtig ist eine harmonische Kombination der Zutaten, bei der kein Gewürz besonders hervorsticht. Im 18. Jahrhundert brachten die Engländer das Currypulver nach Europa und passten es unserem Geschmack (besonders in der Schärfe) an. Es besteht meistens aus Kurkuma (für die gelbe Farbe), Pfeffer, Ingwer, Piment, Kreuzkümmel, Paprika, Nelken, Koriander, Kardamom, Bockshornkleesamen, Muskatblüte, Zimt und Cayenne-Pfeffer. Currypulver passt zu sehr vielen Speisen, so zu allen herzhaften Reisgerichten, zu hellen Fleischragouts, Fischsuppen, Eierspeisen und zu vielen Gemüsegerichten. Mit Geflügel harmoniert es hervorragend, z. B. in Grillmarinaden, Hühnerfrikassee oder in Hähnchensalat. Und natürlich lässt sich mit Currypulver auch ein leckeres Geflügel-Curry zubereiten.