

Höstliche
Gerichte zu
100%
aus Resten gemacht



EIN FRÜHSTÜCK, DAS SIE BEINAHE
WEGGEWORFEN HÄTTEN

Wussten Sie das?

In unseren Obstplantagen wird kein einziger
Apfel verschwendet! Fallobst dient
als natürliches Düngemittel oder
es geht als Viehfutter an lokale
Züchter.

*Pink
Lady*®

Pink Lady® Gelee

Recycling liegt im Trend und
das ist äußerst praktisch!

Bewahren Sie Ihre leeren Gläser
auf und verwenden Sie diese,
nachdem Sie sie sterilisiert haben,
für das köstliche Pink Lady® Gelee!

Was halten Sie davon, mit Ihren
Kids einen Blindtest zu machen, um
ihren Geschmacksinn zu schulen?
Lassen Sie sie das Vanille- oder das
Zimtaroma erkennen. Das Gelee wird
innen dann noch besser schmecken!

Zubereitung

- 1 Apfelschalen und Kerngehäuse
in einen Topf geben, den
Zitronensaft zugeben und bis
zur Höhe der Schalen mit Wasser
füllen.
- 2 Aufkochen und ca. 40 Minuten
köcheln lassen.
- 3 Durch ein Sieb gießen, um die
kleinen Stücke herauszufiltern.
- 4 Abtropfen lassen und die
gleiche Menge Zucker wie das
Saftgewicht zugeben.
- 5 Den Zucker mit dem Saft in
einem Topf vermischen und
aufkochen.
- 6 Einkochen lassen und
anschließend weitere 30
Minuten kochen. Zum Schluss
2g Agar-Agar als Geliermittel
zugeben und nochmals 3
Minuten kochen.
- 7 Das Gelee wie eine Marmelade
in sterilisierte Gläser gießen.
Die Gläser fest verschließen, auf
den Kopf stellen und abkühlen
lassen.

Zutaten

Apfelschalen / Kerngehäuse / Apfelkerne
(4-5 Pink Lady)
Wasser + Gelierzucker + Saft einer
Zitronen + Agar-Agar

Nährwerte

Eine Scheibe Brot mit Apfelgelee am
Morgen versorgt Sie mit ausreichend
Energie bis zum Mittag. Eine ordentliche
Scheibe Brot hat ungefähr 100 Kalorien,
d.h. 5 % Ihres täglichen Bedarfs!

Kennen Sie das schreckliche Murphy-Gesetz? Es erklärt, warum die Toastscheibe
immer auf der Butterseite auf dem Boden landet. Das ist nicht nur einfach
Pech, sondern wissenschaftlich begründet... Die Höhe unserer Tische lässt der
Toastscheibe leider nicht genügend Zeit, dass sie sich komplett umdrehen kann. Damit
die Toastscheibe auf die richtige Seite fällt, müsste unser Tisch 3 Meter hoch sein!



*Höstliche
Gerichte zu*
100%
aus Resten gemacht



**DIE ZUTATEN FÜR DIE
WÜRZSAUCE IHRER TRÄUME ...**

Wussten Sie das?

In unseren Obstplantagen wird kein einziger Apfel vergessen! So wird beispielsweise ein Apfel, der die Größe eines Pink Lady® nicht erreicht hat, ein PinKids®, der ideal für den kleinen Appetit der Kids geeignet ist.

*Pink
Lady®*

Pink Lady® Chutney

Chutney ist eine aus Indien stammende Würzsaucе. Sie besteht i.d.R. aus verschiedenen Gemüsearten, Früchten und Gewürzen. Ideal für alle, die gerne süß-sauer essen und perfekt zum Würzen von Speisen geeignet: Es wird oft zu proteinhaltigen Nahrungsmitteln wie Huhn, Ente, Fisch und Foie Gras gegessen. Es verleiht den Speisen einen köstlichen Geschmack und Würze.

Ob als Kompott oder Würzsaucе, Kinder lieben den süß-säuerlichen Geschmack à la Pink Lady®. Der Erfolg ist garantiert!

Zubereitung

- 1** *Die Apfelschalen und Kerngehäuse in einen Topf geben.*
- 2** *Den Zucker und den Cidre-Essig zugeben und bei schwacher Hitze zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen. Für die süße Version kann zum Schluss des Kochvorgangs etwas Vanilleextrakt, Orangenblütenwasser oder Zimt zugegeben werden.*
- 3** *In einem Standmixer auf höchster Stufe zu einem Kompott pürieren.*

Zutaten

*Apfelschalen und Kerngehäuse von 6 Pink Lady® Äpfeln
150 g Zucker + 150 cl Cidre-Essig
+ Standmixer*

Kennen Sie die „No-Sugar“ Made?

Es handelt sich um einen kulinarischen Trend, der darauf abzielt, Industriezucker in den Rezepten zu reduzieren oder ihn ganz daraus zu verbannen. Passen Sie die Zuckermenge Ihrem Geschmack an und verwenden Sie natürliche Zucker wie Früchte, Honig, Ahorn- und Agavensirup, die weniger Fruktose enthalten.

Um den Abfall zu reduzieren und Ihren Kindern das richtige Verhalten zu vermitteln, wenn sie draußen herumströmen, bevorzugen Sie wiederverwendbare Trinkflaschen, die mit Pink Lady® Kompott gefüllt, von den Kids mit Begeisterung in Besitz genommen werden.



Höstliche
Gerichte zu
100%
aus Resten gemacht



EINE LECKEREI ZUM APERITIF,
DIE IHRE LIEBLINGSGÄSTE
BEGEISTERN WIRD

Wussten Sie das?

Nach der Ernte werden die Äpfel in unseren
Verpackungszentren sortiert. Die schönsten werden als Pink
Lady® Äpfel vermarktet die anderen werden
zu Saft und Kompott verarbeitet.

Pink
Lady®

Chips aus Pink Lady® Apfelschalen

Entgegen der allgemeinen Annahme
ist nicht das Salz gefährlich für
die Gesundheit, sondern das in den
Lebensmitteln und im industriell
gefertigten Kochsalz enthaltene
Natrium. Verwenden Sie zum
Salzen Ihrer Chips daher lieber ein
unraffiniertes natürliches Salz, das
reich an Mineralstoffen ist.

Wussten Sie, dass Kartoffelchips
die am weitesten verbreiteten Snacks
sind? Aber wo kommen sie eigentlich
her? Die Erfindung wird dem
amerikanischen Koch George Crum
zugeschrieben, der sie ungewollt
erfunden haben soll... Es heißt,
ein besonders anspruchsvoller
Kunde habe sich über zu dicke
Bratkartoffeln beschwert. Verärgert
beschließt der Koch daraufhin, die
Kartoffeln in hauchdünne Scheiben
zu schneiden. So entstanden nach
wenigen Minuten im heißen Fett und
einer Prise Salz die Chips!

Zubereitung

- 1 Den Backofen auf 180°C vorheizen.
- 2 Die Apfelschalen gründlich abspülen.
- 3 Die Schalen auf einem Backblech auslegen. Die Butter in kleine Stückchen schneiden und auf den Apfelschalen verteilen.
- 4 Mit 2 Esslöffeln braunem Zucker bestreuen und 20 Minuten im Backofen backen.
- 5 Die Apfelschalen alle 5 bis 6 Minuten wenden, damit sie gleichmäßig braun werden.
- 6 Nach 15 Minuten nachsehen, ob sie fertig sind und wenn sie nicht braun genug sind, noch etwas braunen Zucker zugeben.
- 7 Weitere 3 Minuten im Backofen lassen und aufpassen, dass die Apfelschalen nicht verbrennen. Wenn sie karamellisiert sind, aus dem Backofen nehmen und abkühlen lassen.

Zutaten

100 g Pink Lady® Apfelschalen
1 Esslöffel leicht gesalzene Butter
3 Esslöffel brauner Zucker
(oder Kristallzucker)

**Täglich fünf Portionen
Obst und Gemüse essen
ist wichtig!**

Mikronährstoffe, sagt Ihnen das was?
Obst und Gemüse enthalten jede Menge
davon! Sie sind für unseren Organismus
unverzichtbar und helfen dabei,
Makronährstoffe wie Eiweiße, Kohlenhydrate
und Fette zu verdauen und in
Energie umzuwandeln.

Der Apfel harmoniert perfekt mit gewissen Aromen. Versuchen
Sie beispielsweise Ihre Chips mit etwas Zimt, Sternanis, frischem
Ingwer oder Vanille zu bestreuen... Guten Appetit!

