



OBST & GEMÜSE

UNSERE TOP-ANGEBOTE IM MAI

Fotos: FCC (1), Thassineem (1), Michael Dechev (1), Brunc Rosa (2), MRS. Sivaporn (1), Lotus Images (1), Shutterstock



CHERRY-TOMATEN
24. BIS 29.4.

Tomatentarte



WEIßER SPARGEL
1. BIS 6.5.

Spargelgratin



ERDBEEREN
8. BIS 13.5.

Naked Cake
mit Erdbeeren



ZUCCHINI
13. BIS 20.5.

Eingelegte Zucchini-Mozzarella-Röllchen



Achten Sie auf das „Produkte-des-Monats“-Siegel! In der Obst- und Gemüseabteilung und in der Handzettelwerbung zeigt es Ihnen Produkte, die diesen Monat besonders empfehlenswert und besonders günstig sind.



CHERRY-TOMATEN
24. BIS 29.4.

Perfekter Snack Cherrytomaten gehören zu den beliebtesten Tomatensorten. Hauptgründe dafür: 1. ihr Aroma! Durch einen hohen Zuckergehalt schmecken sie kräftig süßsauerlich. 2. ihre Größe! Wie der Name bereits verrät, sind die kleinen Runden den Kirschen sehr ähnlich und somit perfekt zum Snacken von der Hand in den Mund. Der rote Farbstoff Leukopin (zählt zu den Antioxidantien) macht Cherrytomaten besonders wertvoll, denn er schützt vor freien Radikalen, die zu Krebserkrankungen führen können.

Anbau Wie alle Tomatensorten tragen auch Cherrytomaten Blüten, die in Trauben am Strauch hängen. Daraus entwickeln sich erst grüne, dann meist rote (s. Bilder oben), manchmal gelbe oder orange-farbene Früchte. Durch Drüsenhaare auf den Stängeln und Blättern verströmen sie einen charakteristischen Geruch. Gut zu wissen: Gentechnik spielt in der Tomatenzüchtung in der EU keine Rolle!

Lagerung Auch, wenn sie das ganze Jahr über in unseren Märkten angeboten werden: Im Frühjahr und Sommer haben Cherrytomaten Hauptsaison! Jetzt kommen sie aus Deutschland oder den Niederlanden. Zu Hause sind sie etwa eine Woche lang haltbar, wenn man sie an einem kühlen Ort (jedoch nicht im Kühlschrank!) aufbewahrt.

Tomatentarte

Für 6 Portionen

300 g Mehl (z. B. Goldmarie), Salz, 3 Eier (Gew.-Kl. M), 200 g kalte Butter, 2 Tomaten, 500 g Cherrytomaten, 200 g Datteltomaten, ca. 6 Stiele Basilikum, 80 g Parmesan oder Grana Padano, 80 g Saure Sahne, 80 g Crème fraîche, Pfeffer, 3 EL Pinienkerne, Fett f. d. Form

Mehl mit ½ TL Salz, 1 Ei und Butter in Stückchen verkneten, 30 Min. kalt stellen. Alle Tomaten waschen, trocken reiben. An einigen Cherrytomaten das Grün stehen lassen. Große Tomaten jeweils in 3 dicke Scheiben schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und (bis auf einige zum Verzieren) in feine Streifen schneiden. Form fetten, mit Teig auskleiden (Teig evtl. vorher ausrollen), einen Rand hochziehen. Boden mehrmals per Gabel einstechen. Käse reiben, mit Saurer Sahne, Crème fraîche und restlichen Eiern verquirlen, salzen, pfeffern. Auf dem Teigboden verteilen. Basilikumstreifen daraufgeben. Tomaten dekorativ auf der Tarte verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C (U: 180 °C/G: Stufe 4) auf unterer Schiene 40–45 Min. backen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Tarte aus dem Ofen nehmen, mit Pinienkernen bestreuen, mit restlichem Basilikum garnieren.

Zubereitungszeit: 75 Min.
Schwierigkeitsgrad: leicht
Pro Portion: 662 kcal/2774 kJ
16 g E/41 g KH/46 g F

Ganz neu von Goldmarie: beste Mehle wie das feinporige Weizenmehl Type 405. Aus unseren Märkten.

