



GENUSS HOCH DREI: MIT DIESEN NEUEN REZEPT-HIGHLIGHTS BEGRÜSST NATURATA DIE GOLDENE JAHRESZEIT

Marbach, Juni 2024. Frühling, Sommer, rein in den Herbst! Zum Start in die goldene Jahreszeit begeistert Naturata wieder mit drei köstlichen Rezeptideen und sorgt mit ihnen auch an Schlechtwettertagen für richtig gute Laune. Ob zum Frühstück, am Nachmittag oder in der Kaffeepause zwischendurch — der im Nu zubereitete Getreidecappuccino lädt zu gemütlichen Genussmomenten ein. Eine feine Vanillehaube aus aufgeschäumter Pflanzenmilch setzt ihm optisch die Krone auf. Dazu ein Stück des süßen Pumpkin Spice Kürbiskuchen und der Tag ist gerettet! Zum Mittag oder am Abend kommen mit der Zucchini Tarte mit Pinienkernen und Ziegenkäse herzhaftes Geschmackserlebnisse auf den Tisch.

Alle verwendeten Naturata-Produkte kommen wie gewohnt in 100 % Bio-Qualität daher und finden sich im Biohandel und online unter www.naturata-shop.de. Noch mehr leckere Herbstrezepte finden Fans der guten und gesunden Küche unter www.naturata.de/rezepte.

Die NATURATA AG – „Wir leben Bio 4.0“

Als führender Anbieter von biologischen und biodynamischen Lebensmitteln zeichnet sich die NATURATA AG durch beste Qualität, Nachhaltigkeit und einzigartigen Geschmack aus. Die Marke macht dabei den extra Schritt, um Verbrauchern mehr als Standard Bio zu garantieren. Die knapp 300 Premium-Produkte enthalten daher ausschließlich natürliche, biologische Zutaten und werden besonders schonend weiterverarbeitet. Über 50 Prozent der produzierten Produkte haben zudem Demeter-Qualität. Ebenfalls wichtig sind dem Unternehmen reduzierte Verpackungsmaterialien sowie besondere, langlebige Verhältnisse zu Erzeugern und Handelspartnern.

1976 entstand die Naturata Idee, die damaligen Naturkost Einzelhändler mit hochwertigen Produkten in Demeter- und Bio-Qualität zu beliefern und die Branche mit neuen Impulsen mitzugestalten. Diesem Leitmotiv folgt die NATURATA AG bis heute und entwickelt Produkte, die nicht nur Bio-Genuss auf höchstem Niveau garantieren, sondern auch einen wertvollen Beitrag für Mensch und Umwelt leisten. Faire und vertrauensvolle Partnerschaften, nachhaltiges Wirtschaften und die Förderung sozialer und umweltorientierter Themen sind wesentlicher Bestandteil der Unternehmensphilosophie.

NATURATA Produkte sind im deutschen Naturkostfachhandel erhältlich und werden darüber hinaus in 30 Länder weltweit exportiert.

Nähere Informationen zur **NATURATA AG** und zu **NATURATA** Produkten finden Sie unter: www.naturata.de.

> Getreidecappuccino

mit feiner Vanillehaube



ZUTATEN:

4 Portionen

8 TL	NATURATA Getreidekaffee
400 ml	heißes Wasser
600 ml	Barista Pflanzenmilch
¼ TL	NATURATA Bourbon Vanille, gemahlen
1 TL	NATURATA Kakao Getränk

ZUBEREITUNG

1. NATURATA Getreidekaffee mit heißem Wasser aufgießen und umrühren.
2. Pflanzenmilch und gemahlene NATURATA Vanille vermengen und in einem Milchschaumer cremig aufschlagen.
3. Getreidekaffee auf 4 Tassen aufteilen, mit der geschäumten Pflanzenmilch auffüllen und NATURATA Kakao Getränk darüber sieben.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Abdruck honorarfrei

Belegexemplare erbeten

> Pumpkin Spice Kürbiskuchen

Die leckerste Art den Herbst zu genießen!



ZUTATEN:

Teig:

125 g	Butter
240 g	NATURATA Rübenzucker
2 Stück	Eier
300 g	Kürbispüree
3 EL	Pumpkin Spice
1 Stück	NATURATA Bourbon Vanillezucker
225 g	Mehl
1 Prise	NATURATA Deutsches Steinsalz
2 TL	Backpulver
1 TL	Natron

Glasur:

150 g	Sahne
200 g	Frischkäse
60 g	NATURATA Rübenzucker
1 Stück	NATURATA Bourbon Vanillezucker
1/2 TL	Zimt
2 EL	NATURATA Puderzucker
50 g	NATURATA Cashewkerne
	NATURATA Vollrohrzucker

ZUBEREITUNG

1. Butter mit 240 g NATURATA Rübenzucker und einem Päckchen NATURATA Vanillezucker in einer Küchenmaschine schaumig aufschlagen. Die Eier nach und nach unterrühren. Das Kürbispüree hinzufügen und gut unterheben.
2. Mehl, Pumpkin Spice, NATURATA Steinsalz, Backpulver und Natron mischen, zum Teig geben und vermengen bis eine glatte Masse entstanden ist. Die Kuchenmasse in die gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Form geben. Bei 180°C im Ofen für ca. 30 Minuten backen.
3. Sahne mit 60 g NATURATA Rübenzucker, einem Päckchen NATURATA Vanillezucker und Zimt steif schlagen. Frischkäse anschließend unterrühren.
4. Puderzucker in einer Pfanne zu einem hellen Karamell schmelzen lassen. NATURATA Cashewkerne hineingeben und mit dem Karamell vermengen. Die karamellisierten Cashewkerne auf ein Stück Backpapier geben und auskühlen lassen.
5. Die fertige Frischkäsecreme auf dem ausgekühlten Kürbiskuchen verteilen und mit karamellisierten Cashewkernen, sowie etwas NATURATA Vollrohrzucker bestreuen.

Tipp:

Kürbispüree gibt es fertig zu kaufen. Man kann es jedoch auch schnell und auf Vorrat selbst herstellen. Dafür einen Hokkaido-Kürbis vierteln, entkernen und im Ofen bei 160°C Umluft für ca. 30 Minuten garen bis er weich ist. Anschließend im Mixer pürieren und je nach Bedarf weiterverarbeiten oder einfrieren.

Zubereitungszeit:	40 Minuten
Backzeit:	ca. 30 Minuten
Temperatur:	180°C Ober-/Unterhitze
Backform:	26 cm Durchmesser

**Abdruck honorarfrei
Belegexemplare erbeten**

> Zucchini-Tarte mit Pinienkernen und Ziegenkäse

Herzhafte Geschmackserlebnisse



ZUTATEN:

2	mittelgroße Zucchini
	NATURATA Atlantik Meersalz fein
5 EL	NATURATA Olivenöl nativ extra aus Kreta
5	Getrocknete Tomaten
2 Stiele	Rosmarin, gehackt
40 g	Pinienkerne
	Pfeffer, Zucker
1 Rolle	Blätterteig
100 g	Ziegenfrischkäse
	NATURATA Crema con Aceto Balsamico di Modena IGP

ZUBEREITUNG

1. Zucchini waschen, in 2 cm dicke Scheiben schneiden, leicht mit Naturata Meersalz einsalzen und für 10 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Rosmarin hacken und die getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden. Zuccinischeiben trockentupfen. Das Naturata Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zuccinischeiben von beiden Seiten anbraten.
2. Nun eine ofenfeste, runde Form mit ca. 25 cm Durchmesser mit Backpapier auslegen. Darauf den Rosmarin sowie die getrockneten Tomaten und die Naturata Pinienkerne gleichmäßig verteilen. Die Zuccinischeiben hineinlegen und das Ganze mit Naturata Atlantik Meersalz, Pfeffer und Zucker würzen.
3. Den Blätterteig auseinanderrollen, auf die Zucchini legen und an der Form entlang abschneiden. Den Blätterteig mehrmals mit einer Gabel einstechen. Die Tarte im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft (200 °C Ober-/Unterhitze mittlere Schiene) für ca. 25-30 Minuten backen.
4. Die Tarte nun auf eine Platte stürzen, das Backpapier ablösen und den Ziegenfrischkäse in kleinen Portionen draufgeben und mit Naturata Crema con Aceto Balsamico di Modena IGP garnieren.

Zubereitungszeit:	60 Minuten
Backzeit:	ca. 25-30 Minuten
Temperatur:	200 °C Ober-/Unterhitze

Abdruck honorarfrei

Belegexemplare erbeten