

# BIO-KÜCHE

KREATIVE REZEPTE, TIPPS & MEHR

GRATIS  
mit vielen Rezepten  
FÜR DICH

Erlebe den Sommer!

MIT UNSEREN SOMMERLICHEN WÜRZWELTEN

AGAR AGAR

LEICHTE ANWENDUNG –  
VEGAN GELIEREN

AKTUELL

UNSER NEWSLETTER  
GEWÜRZTE POST IST DA

NEUHEITEN

GARTENKRÄUTER  
WIEDER IM SORTIMENT

# BIO-KÜCHE APRIL 2024

## Brecht REZEPTE



## Brecht AKTUELL

Agar-Agar –  
jetzt in Bio-Qualität **3**

## Brecht DIALOG

Gewinnspiel  
Mitmachen und gewinnen! **16**



## TITELBILD

**VEGAN**

No Bake Beerentorte  
mit Müsliboden

FOTOGRAFIE  
Tina Bumann

REZEPTENTWICKLUNG  
Tina Bumann

## Liebe Würzfans,

Mit der sonnigen Jahreszeit erwacht Deine sommerliche würzige Küche zu neuem Leben. Sie zeichnet sich durch Leichtigkeit, Frische und Vielfalt aus, wobei unsere Gewürze natürlich eine entscheidende Rolle spielen, um Deine Gerichte mit einem Hauch von Raffinesse zu versehen. Es ist die Zeit, in der die Aromen feiner Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie und Dill die Luft erfüllen und Deine Geschmacksknospen zum Tanzen bringen. Genau diese Kräutervielfalt erlebst Du mit den Brecht Gartenkräutern. Seit April findest Du sie wieder in unserem Sortiment.

Von knusprig gegrilltem Gemüse, das mit Brecht Veggie aus unserer BBQ Würzwelt verfeinert wird, bis hin zu würzig mariniertem Grillkäse, bietet Deine sommerliche Küche eine Fülle von Möglichkeiten, Deinen Gaumen zu verwöhnen.

In Deiner sommerlichen Küche finden sich auch exotische Aromen wieder, die von fernen Ländern und Kulturen inspiriert sind. Grüner Papaya Salat und Gurken Sushi, zubereitet mit unseren leckeren Dressings der Brecht Salat Würzwelt, beleben Deine Sinne und fangen die Essenz des Sommers ein.

Du willst zukünftig nichts mehr verpassen? In unserem Newsletter – der gewürzten Post – erfährst Du monatlich Aktuelles aus der Gewürzmühle Brecht.

**Lass Dich von der Sonne und unseren sommerlichen Würzwelten verwöhnen!**

*Dein Team der Gewürzmühle Brecht  
aus Eggenstein bei Karlsruhe*

Rezept  
auf Seite  
**4-5**



# AGAR-AGAR

## JETZT IN BIO-QUALITÄT



### BEI AGAR-AGAR IST DER NAME PROGRAMM.

Er stammt aus dem Malaiischen und bedeutet „gelierendes Lebensmittel aus Algen“. Agar-Agar wird aus Zellwandbestandteilen der hochwertigen Gelidium-Rotalgen gewonnen, die am Meeresboden gedeihen, was den an Meerwasser erinnernden Geruch erklärt. Er verflüchtigt sich bei der Zubereitung und ist in der fertigen Speise nicht mehr wahrnehmbar. Verarbeitetes Agar-Agar ist geruch- und geschmacklos.

### VORTEILE VON AGAR-AGAR ALS GELIERMITTEL

- > zuckerfreies Gelieren: keine Zugabe von Zucker und Säure nötig. Zuckeranteil oder alternative Süßungsmittel (z. B. Honig, Dicksäfte, Ahornsirup) können selbst bestimmt werden
- > geringe Vitaminverluste durch kurze Kochzeit
- > Für eine vegane Ernährung – ohne tierische Produkte
- > ungebleicht und frei von jeglichen Zusatzstoffen

### DOSIERUNG UND ANWENDUNG:

Aufgrund seiner hohen Gelierkraft werden nur geringe Mengen an Agar-Agar benötigt. Die Dosierung ist wie bei Gelatine auch abhängig von der zu bindenden Flüssigkeit.

### ALS FAUSTREGEL GILT:

**1 gestrichener Teelöffel** für **500 ml Flüssigkeit** oder Fruchtbrei

### STATT GELATINE:

Viele Rezepte sehen Gelatine als Geliermittel vor. Eine Umstellung auf Brecht Agar-Agar ist möglich:

**1 gestrichener Teelöffel Brecht Agar-Agar** entspricht **6 Blatt Gelatine**

- > Grundsätzlich vor dem Erhitzen in einen Teil der zu gelierenden Masse einrühren. Der restlichen zu gelierenden Masse hinzufügen und 1-2 Minuten aufkochen lassen, damit sich die vollständige Gelierkraft entfaltet.
- > Masse beginnt erst beim Abkühlen fest zu werden.
- > Haltbarkeit von Fruchtaufstrichen mit Agar-Agar: 2-3 Monate. Nach Anbruch im Kühlschrank aufbewahren.



## Frischer ERDBEERFRUCHT-AUFSTRICH



<b>FÜR CA. 4 GLÄSER</b>	<b>ZUTATEN</b>
<b>ZEIT</b> ca. 40 Minuten	30 g kandierte Ingwerstücke
<b>SCHWIERIGKEIT</b>	700 g Erdbeeren
leicht ★ ★ ★	<b>1 Stange Brecht Bourbon-Vanille</b>
	50 g Rohrzucker
	<b>1 leicht geh. TL Brecht Agar-Agar</b>

### ZUBEREITUNG

1. Kandierten Ingwer in kleine Stücke schneiden, Erdbeeren waschen, putzen und zusammen mit den Ingwerwürfeln pürieren.
2. Die **Brecht Bourbon-Vanillestange** längs aufschlitzen, das Mark mit dem Messer herauschaben und mit der Schote zusammen zum Erdbeerpüree geben. Rohrzucker und **Brecht Agar-Agar** zugeben und unter Rühren zum Kochen bringen. 2 Minuten unter Rühren kochen lassen.
3. In vorbereitete Twist-Off-Gläser füllen, verschließen und für einige Minuten auf den Deckel stellen.

Kann nicht nur als Brot-aufstrich verwendet werden, sondern schmeckt auch gut als Erdbeersoße auf Eis oder in Joghurt. Dazu wird der erkaltete Fruchtaufstrich mit einem Löffel durchgerührt bis dieser die Konsistenz einer sämigen Soße hat. Diese Erdbeersoße dann einfach über das Eis geben oder in Naturjoghurt oder Quark einrühren.



VEGAN

WÜRZWELT  
Klassiker

VIEL SPASS BEIM  
AUSPROBIEREN!



DELIFRUT

Entdecke den Zauber der süßen Küche! Mit unserem Klassiker für die süße Küche verleiht Du Kuchen, Pudding, Obstsalaten oder Müsli einen unverwechselbaren Geschmack. Lass Dich verzaubern und tauche ein in eine Welt voller süßer Köstlichkeiten.

NO BAKE BEERENTORTE

MIT MÜSLIBODEN

Müsli

## Beeren

vegane  
Joghurtalternative

## FÜR EINE SPRINGFORM Ø 24 CM

ZEIT 20 Minuten  
+ Wartezeit

SCHWIERIGKEIT mittel ★ ★ ★

## PRO PORTION

3,0 g E, 12,2 g F, 17,1 g KH  
191 kcal (798 kJ); BE = 1,42

## ZUTATEN

## FÜR DEN BODEN

160 g Müsli, nach Wunsch  
60 g Kokosöl  
½ TL **Brecht Vanille gemahlen**

## FÜR DIE CHEESECAKE FÜLLUNG

400 g vegane Joghurtalternative  
50 g Rohrohrzucker  
½ TL **Brecht Delifrut**  
200 g pflanzliche Schlagcreme, kalt  
80 g Pflanzendrink nach Wunsch  
15 g **Brecht Agar-Agar**  
(für 500 ml Flüssigkeit)  
100 g verschiedene, frische Beeren  
3 EL Beerenmarmelade  
Beeren zum Dekorieren

## AUSSERDEM

24 cm Springform

## ZUBEREITUNG

1. Das Kokosöl schmelzen (z.B. in der Mikrowelle), **Brecht Vanille** unterrühren und zum Müsli geben. Alles gut durchmischen. Eine 24 cm Springform leicht einfetten und die feuchten Müslibrösel hineinschütten – mit der Rückseite eines Löffels zu einer glatten Schicht zusammenpressen. Bis zur weiteren Verwendung in den Kühlschrank stellen.
2. Für die Füllung die vegane Joghurtalternative mit dem Rohrohrzucker und **Brecht Delifrut** in einer großen Schüssel verrühren. Zur Seite stellen. Die pflanzliche Schlagcreme steif schlagen und ebenfalls zur Seite stellen.
3. Den Pflanzendrink mit dem **Brecht Agar-Agar** Pulver in einen kleinen Topf geben und aufkochen – für 2 Minuten blubbernd kochen lassen und dabei immer wieder rühren, damit nichts anbrennt. Den Topf vom Herd ziehen und etwa 2-3 EL der Joghurt-Mischung mit einem Schneebesen unterrühren.
4. Diese Mischung aus dem Topf dann in die große Schüssel schütten und alles gut verrühren. Marmelade und Beeren vorsichtig unterheben. Anschließend die Sahne untermischen.
5. Sofort in die vorbereitete Springform mit dem Keksboden füllen und glattstreichen. Für mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen (am besten über Nacht).
6. Mit den Beeren dekorieren und sofort servieren.

## VEGETARISCH

SPARGEL MIT  
KRÄUTERQUARK

## FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 30 Minuten

## SCHWIERIGKEIT

leicht ★ ★ ★

## PRO PORTION

21,4 g E, 7,5 g F,  
29,1 g KH  
275 kcal (1.150 kJ);  
BE = 2,42

## ZUTATEN

500 g festkochende  
Kartoffeln  
1 kg weißer Spargel  
400 g Quark  
200 g Naturjoghurt  
(griechisch)  
½ Zitrone  
1-2 EL **Brecht  
Gartenkräuter**  
1 TL **Brecht  
Meersalz fein**

## ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln waschen und bei mittlerer Hitze gar kochen.
2. Spargel schälen, die Enden abschneiden und in den Topf geben. Soviel Wasser hinzugeben, dass der Spargel zur Hälfte im Wasser liegt. Etwa ½ TL **Brecht Meersalz fein** und ca. 1 TL Zitronensaft hinzufügen.
3. Quark, Joghurt, restlicher Zitronensaft und **Brecht Gartenkräuter** miteinander verrühren. Mit **Brecht Meersalz fein** abschmecken.
4. Spargel mit den Kartoffeln und dem Kräuterquark anrichten, mit **Brecht Gartenkräuter** garnieren und servieren.

VEGAN

# SOM-TAM

## GRÜNER PAPAYA SALAT

Erdnüsse

Chili



←  
VIEL SPAS BEIM  
AUSPROBIEREN!



### SOMMER-DRESSING

Der perfekte Begleiter für sonnige Tage und frische Salate! Mit Zutaten wie Kurkuma, Paprika und Kornblumen sorgst Du für maximales Aroma in Deiner Salatschüssel und bringst Dir den Sommer auf den Teller.

## FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 20 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

## PRO PORTION

4,4 g E, 5,0 g F, 8,3 g KH  
98 kcal (412 kJ); BE = 0,67

## ZUTATEN

2	rote Chili
2	Knoblauchzehen
50 g	Prinzessbohnen
2 TL	Rohrohrzucker
1 TL	<b>Brecht Sommer-Dressing</b>
3 TL	Fischsauce, vegane Alternative: Sojasauce
1 TL	Limettensaft
1 TL	Tamarindensaft
2	Tomaten
150 g	grüne Papaya
50 g	Karotten
2 EL	geröstete, gehackte Erdnüsse (nicht gesalzen)

## Papaya

Für Som-Tam Salat werden die sehr festen unreifen grünen Papaya-Früchte verwendet. Sie haben weiße Samen und hellgrünes Fruchtfleisch. Sie sind reich an Vitaminen, Mineralien und Ballaststoffen.

## ZUBEREITUNG

1. Die kleingeschnittenen Chilies zusammen mit den Knoblauchzehen in einen Mörser geben und solange mörsern, bis eine glatte Paste entstanden ist.
2. Bohnen in Stücke schneiden. In einem Topf mit Wasser 2 Minuten kochen, bis sie bissfest und knackig sind. Dann mit kaltem Wasser abschrecken.
3. Die Paste über die blanchierten Bohnen geben und ebenfalls mit dem Mörser bearbeiten, bis die Bohnen aufplatzen und leicht gequetscht sind.
4. Nun den Rohrohrzucker, **Brecht Sommer-Dressing**, Fischsauce (oder Sojasauce), Limettensaft und den Tamarindensaft hinzugeben und alles vermischen.
5. Nun die Tomaten vierteln, Papaya und Karotten raspeln, hinzufügen und alles mit den Händen durchkneten.
6. Ganz zum Schluss noch die gehackten Erdnüsse untermischen.

**Aufgepasst:** Bei dem klassischen Som-Tam Salat werden rohe Bohnen verwendet. Durch das Mörsern in der Paste sollen sie bekömmlicher werden. Wir empfehlen die Bohnen jedoch kurz zu blanchieren, denn rohe grüne Bohnen können bei empfindlichen Menschen zu Übelkeit und Erbrechen führen, da sie das Eiweiß Phasin enthalten. Dieses wird durch die Hitze zerstört!

WÜRZWELT  
Salat

## GURKEN SUSHI



## FÜR 2 ROLLEN

ZEIT 20 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

## PRO PORTION

32,8 g E, 54,7 g F, 68,3 g KH  
903 kcal (3.781 kJ);  
BE = 5,67

## ZUTATEN

2-3	Salatgurken
1	Avocado
140 g	Sushi Reis
25 ml	Sushi Essig
10 g	Rohrohrzucker
150 g	Frischkäse
etwas	Zitronensaft und Abrieb
100 g	Geräucherter Lachs
3 TL	<b>Brecht Dill-Dressing</b>

## ZUBEREITUNG

1. Gurken mit dem Sparschäler in lange, dünne Scheiben schneiden, ca. 5 Stück pro Seite. Avocado schälen und in Scheiben schneiden.
  2. Den Sushi Reis nach Verpackungsanleitung zubereiten, Sushi Essig und Rohrohrzucker hinzufügen. Abkühlen lassen.
  3. Gurkenscheiben nebeneinander auf eine Sushi-Matte (Alternativ: ein Stück Frischhaltefolie) legen, so dass die langen Seiten immer etwas überlappen. Gurkenscheiben trocken tupfen.
  4. Frischkäse mit Zitronensaft und -abrieb sowie 2 TL **Brecht Dill-Dressing** glatrühren. 1-2 EL auf den Gurkenscheiben verteilen.
  5. Reis, Avocado und Lachs ebenfalls darauf verteilen.
  6. Nun wird das Ganze vorsichtig zu einer strammen Rolle gerollt und für ca. 30 Minuten in den Kühlschrank gelegt.
  7. Aus dem Kühlschrank nehmen, mit **Brecht Dill-Dressing** bestreuen, mit einem scharfen, angefeuchteten Messer in Scheiben schneiden und servieren.
- Tipp:** In Sojasauce dippen und genießen.

**Alternativ zu Lachs:** Für den Karotten-Lachs die Karotte mit dem Sparschäler in lange Scheiben schneiden und 5 Minuten schonend dämpfen. Anschließend in einer Marinade aus Sojasauce, **Brecht Paprika geräuchert** und Öl über Nacht ziehen lassen.

VEGAN

## GURKEN MANGO

## RELISH

FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 10 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

1,5 g E, 0,6 g F, 15,0 g KH  
74 kcal (310 kJ); BE = 1,25

ZUTATEN

50 ml	Weißwein Essig
2 EL	Rohrohrzucker
1 TL	Brecht Senfsaat gelb ganz
1	Salatgurke
½	Mango
1	rote Zwiebel
1 kleine	rote Chili Schote
1 TL	Brecht BBQ Grillkäse
etwas	Brecht Meersalz fein

ZUBEREITUNG

- 5 EL Wasser, Essig, Rohrohrzucker, **Brecht Senfsaat gelb ganz** verrühren und in einem kleinen Topf etwa 2 Minuten kochen lassen, vom Herd nehmen.
- Gurke, Mango und Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Die Chili halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Zusammen mit **Brecht BBQ Grillkäse** in den Essigsud geben, gut durchrühren und servieren. Gegebenfalls mit Salz abschmecken.

WÜRZWELT  
BBQSPICY  
GRILLKÄSE

- VEGETARISCH -

FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 25 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

17,1 g E, 36,9 g F, 5,6 g KH  
427 kcal (1.788 kJ); BE = 0,42

ZUTATEN

4	Grillkäse
2 TL	Brecht BBQ Grillkäse
1 TL	Senf
2 EL	Agavensirup
5 EL	Olivöl

ZUBEREITUNG

- Alle Zutaten für die Marinade gut verrühren und in eine flache Schüssel geben. Den Grillkäse dazugeben und ca. 30 Minuten marinieren. Mehrmals wenden.
- Danach auf dem Grill oder in der Grillpfanne grillen.



## BBQ GRILLKÄSE

Hebe Deinen Grillkäse auf ein neues Level! Zutaten wie Zwiebeln, Thymian und Chili verleihen Deinem Käse – sei es Feta, Halloumi oder eine vegane Alternative – eine würzige Note, die jeden Gaumen begeistert.





- VEGETARISCH -

## GURKEN ERDBEER SALAT

MIT FETA



FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 10 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

6,0 g E, 12,0 g F, 5,0 g KH  
154 kcal (645 kJ); BE = 0,33

ZUTATEN

1	Salatgurke
200 g	Erdbeeren
½ Bund	Rucola
100 g	Feta
2 EL	Olivenöl
2 EL	Zitronensaft
1-2 TL	Brecht Kräuter-Dressing

ZUBEREITUNG

1. Gurke waschen und mit dem Sparschäler in dünne „Bänder“ schneiden. Dabei das Innere mit den Kernen beiseite legen und andersweitig verwenden (z. B. für ein leckeres Tzatziki). Erdbeeren waschen, Blätter entfernen und je nach Größe entweder halbieren oder vierteln.
2. Gurkenstreifen und Erdbeeren auf einer Platte anrichten. Mit dem Rucola und dem Feta bestreuen.
3. Olivenöl, Zitronensaft und **Brecht Kräuter-Dressing** zu einem Dressing vermischen und über den Salat träufeln. Noch etwas **Brecht Kräuter-Dressing** darüber streuen und servieren.

## RAINBOW GEMÜSE-GRILLSPIESSE

FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 25 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

4,3 g E, 25,8 g F, 17,0 g KH  
321 kcal (1.345 kJ); BE = 1,33

ZUTATEN

1 kleine	Aubergine
1 mittelgroße	Zucchini
2	rote Zwiebeln
je 1	gelbe, orange und rote Paprika
8	Cherrytomaten

MARINADE

100 ml	Olivenöl
2 EL	Honig, vegane Alternative: Agavensirup
1	Zitrone
1 TL	Brecht BBQ Veggies
Optional: 2	Knoblauchzehen

AUSSERDEM

8 Spieße

ZUBEREITUNG

1. Aubergine und Zucchini in Scheiben, geschälte Zwiebeln in Spalten schneiden. Die Paprika entkernen und in Stücke schneiden.
2. Für die Marinade Olivenöl, Honig (oder Agavensirup), den Saft und Abrieb der Zitrone sowie **Brecht BBQ Veggies** kräftig verrühren. Nach Belieben können noch zwei geschälte und gepresste Knoblauchzehen hinzugefügt werden.
3. Gemüse nach Farben sortiert auf die Spieße stecken. Zuerst je eine Scheibe der Aubergine, anschließend je zwei Spalten rote Zwiebeln. Dann je zwei Zucchini-scheiben. Mit je zwei gelben, orangen und roten Paprikastücken weitermachen. Am Schluss kommen die Tomaten auf den Spieß. Die Spieße mit der Marinade bestreichen und ca. 20-30 Minuten ziehen lassen.
4. Spieße auf den Grillrost legen und für 6-8 Minuten pro Seite grillen, bis das Gemüse weich ist.

VEGAN

## BBQ VEGGIE

Ein Hauch von Süden für Deine vegetarischen und veganen Grillgerichte! Zutaten wie mediterrane Kräuter und Tomaten bringen die sonnige Würze des Mittelmeers auf den Tisch.



VEGAN

# VEGANES OMELETTE

## MIT PAPRIKA-FÜLLUNG

Kichererbsenmehl

Sojajoghurtherzeugnis



VIEL SPAS BEIM  
AUSPROBIEREN!



### SCHARFES EIERLEI

Deine Geheimwaffe für ein pikantes Rührei, Spiegelei oder Omelette in Sekundenschnelle! Zutaten wie Chili, Petersilie und Knoblauch verleihen Deinen Frühstückskreationen den ultimativen Kick. Und für diejenigen, die es vegan mögen, lässt sich auch problemlos Ei-Ersatz damit würzen.

VEGAN



## ZUCCHINI PASTA AGLIO E OLIO MIT ROSA PFEFFER



FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 20 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

17,9 g E, 22,0 g F, 97,9 g KH  
662 kcal (2.767 kJ);  
BE = 8,08

ZUTATEN

500 g	Spaghetti
2	Zucchini
250 g	Kirschtomaten
5 EL	Olivenöl
3-4 EL	Brecht Aglio e Olio
1-2 TL	Brecht Ur-Steinsalz
etwas	Brecht Rosa Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser al dente kochen.
2. Für die Zucchini-Nudeln die Zucchini mit einem Spiralschneider in lange Stränge schneiden.
3. Kirschtomaten im Ganzen in Olivenöl kurz anbraten, dann die Zucchini-Nudeln dazugeben und ebenfalls kurz anschwitzen.
4. Die gekochten Spaghetti zu den Zucchini-Pasta geben, vorsichtig unterheben und mit **Brecht Aglio e Olio** abschmecken.
5. Auf einem Teller anrichten und mit **Brecht Rosa Pfeffer** garnieren.

FÜR 4 PERSONEN

ZEIT 30 Minuten

SCHWIERIGKEIT leicht ★ ★ ★

PRO PORTION

17,9 g E, 17,4 g F, 21,6 g KH  
450 kcal (1.881 kJ); BE = 1,75

ZUTATEN

300 g	Kichererbsenmehl
3 EL	Speisestärke
½ TL	Brecht Meersalz fein
1 TL	Brecht Scharfes Eierlei
1 TL	Backpulver
½ TL	Brecht Kurkuma gemahlen
250 g	Sojajoghurtherzeugnis
500 ml	Wasser
2 EL	Olivenöl
je 1	rote und gelbe Paprika
1	rote Zwiebel
1 TL	Tomatenmark
1 TL	Brecht Ratatouille
1 EL	Olivenöl

NACH BELIEBEN

Frische glatte Petersilie

### ZUBEREITUNG

1. Kichererbsenmehl, Stärke, Salz, **Brecht Scharfes Eierlei**, Backpulver und **Brecht Kurkuma** miteinander vermengen.
2. Mit Joghurtalternative und Wasser kräftig zu einem glatten Teig verrühren. Je Omelette ½ TL Olivenöl in eine heiße, beschichtete Pfanne geben. Je Omelette ¼ des Teigs in die Pfanne geben. Mit geschlossenem Deckel bei mittlerer bis hoher Hitze 5-7 Minuten braten.
3. Paprika und Zwiebel fein würfeln und zusammen mit Tomatenmark, **Brecht Ratatouille** in 1 EL Olivenöl langsam anbraten.
4. Deckel abnehmen, ¼ der Paprikamischung auf dem Omelette verteilen. Omelette auf die Hälfte umklappen, mit Petersilie bestreuen und servieren.

WÜRZWELT  
Frühstück



JETZT  
NEU!UNSER MONATLICHER NEWSLETTER  
**DIE GEWÜRZTE POST**NEU  
Schon  
entdeckt?**Brecht Gartenkräuter**  
Optimal für die Verwendung  
in Salaten, Soßen und Dips**Brecht  
Grüner Pfeffer**  
Beliebt in der  
französischen  
Küche**Brecht Rosa Pfeffer**  
Passt zu süßen und deftigen  
Speisen – das Aroma erinnert  
an Wacholderbeeren**Melde Dich jetzt kostenlos  
an und erhalte 5% auf  
Deine erste Bestellung!**In unserer Gewürzten Post erfährst Du  
alles über neue Gewürze und Gewürz-  
mischungen, leckere Rezepte und  
auch Aktuelles aus der Gewürzmüh-  
le Brecht. Einfach diesen QR-Code  
scannen und direkt anmelden.**Der Bezug des Newsletters ist kostenlos,  
verpflichtet Dich zu nichts und kann  
jederzeit widerrufen werden.**

GEWINNSPIEL

JETZT  
MITMACHEN!**GEWINNE EIN SOMMERLICHES GEWÜRZ-SET  
bestehend aus:**

- 1x **Gartenkräuter** (aus der Würzwelt Klassiker)
- 1x **Veggie** (aus der Würzwelt BBQ)
- 1x **Dill-Dressing** (aus der Würzwelt Salat)
- 1x **Rosa Pfeffer**

**WELCHE AUSSAGE ZU AGAR AGAR IST FALSCH?**

- A:** eignet sich für eine vegane und vegetarische Ernährung  
**B:** wird aus Petersilie gewonnen  
**C:** ermöglicht zuckerfreies Gelieren  
**D:** hat eine hohe Gelierkraft

Schicke Deine Antwort bis zum **02.09.2024** (Datum des Poststempels)  
per Post an: **Gewürzmühle Brecht GmbH, Ottostraße 1, D-76344 Eggenstein**  
oder per E-Mail an: **gewinnspiel@gewuerzmuehle-brecht.de**

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Mit unserem Newsletter informieren wir Dich regelmäßig kostenlos per E-Mail über unsere  
aktuellen Angebote und Verbraucherinformationen. Der Bezug des Newsletters ist kostenlos,  
verpflichtet Dich zu nichts und kann jederzeit widerrufen werden. **Ja, ich möchte den Newsletter abonnieren (Datenschutzhinweise können auf unserer Inter-  
netseite nachgelesen werden) - bitte ankreuzen. Hier meine E-Mail-Adresse:**

E-Mail \_\_\_\_\_

Deine Daten werden ausschließlich für das Gewinnspiel genutzt und nicht an Dritte weitergegeben. Die Preise können nicht in bar abgelöst werden. Die Ermittlung der Gewinner erfolgt per  
Losziehung. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der Gewürzmühle Brecht und deren Angehörige sind nicht teilnahmeberechtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.**Wir beraten Dich gerne und halten immer eine Auswahl an Brecht Produkten für Dich bereit.**

Gewürzmühle

**BRECHT**

SEIT 1925

## SERVICE

**Weitere Infos oder Fragen?**  
Unser Team mit Ernährungs- und  
Gewürzspezialisten ist für Dich da.**Info-Hotline:**  
+49(0) 721-97827-80  
info@gewuerzmuehle-brecht.de  
www.gewuerzmuehle-brecht.de

## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
Gewürzmühle Brecht GmbH  
Ottostraße 1 · D-76344 Eggenstein  
Tel.: +49(0) 721 97827-0  
Fax: +49(0) 721 97827-38**Redaktion (V.i.S.d.P.)**  
Rezeptentwicklung: Tina Bumann,  
Sina Krupitza, Svenja Deichmann  
Redaktion: Sina Krupitza**Konzeption und Gestaltung**  
Domino Werbung & Kommunikation GdbR  
www.domino-click.de**Fotografie:**  
Tina Bumann, Sina Krupitza**Bildnachweise**  
S.3-12 ©freepik.com  
S.2-3 ©stock.adobe.com/Lyubov  
S.3 ©stock.adobe.com/The Big L  
S.3 ©shutterstock.com/Brent Hofacker  
S.3 ©shutterstock.com/Anna Kucherova  
S.3 ©shutterstock.com/aniok  
S.4,6,8-10 ©stock.adobe.com/nevodka.com  
S.5 ©stock.adobe.com/New Africa  
S.7 ©stock.adobe.com/Viktar Malyschchyts  
S.7 ©stock.adobe.com/mnimage  
S.11 ©stock.adobe.com/alinamd

## Papier

**RECYCLED**  
Papier aus  
Recyclingmaterial  
FSC® C009717Die Innenseiten wurden gedruckt auf:  
**Steinbeis Charisma**100% Recyclingpapier,  
ausgezeichnet mit dem  
Blauen Engel. [www.stp.de](http://www.stp.de)

ANZEIGE

## Druck

westermann DRUCK | pva,  
Georg-Westermann-Allee 66  
38104 Braunschweig**Druckprodukt  
CO<sub>2</sub> kompensiert**klima-druck.de  
ID-Nr. 24166319VDM<sup>+</sup>

## Import / Vertrieb Schweiz

Phag GmbH  
Dürrenburgstrasse 3b / CH-6318 Walchwil  
Tel.: +41 (0)22 364 01 22  
Fax: +41 (0)22 364 53 63  
E-Mail: [info@phag.eu](mailto:info@phag.eu)  
[www.phag.bio](http://www.phag.bio) – [info@phag.eu](mailto:info@phag.eu)  
[www.webshop.phag.bio](http://www.webshop.phag.bio)