



PRESSEINFORMATION

Mit Powerfood gesund durch den Herbst Kürbis-Schupfnudeln mit Brotsalat à la Bad Reichenhaller

Heilbronn, im September 2017 | Wenn die Tage kürzer werden, die Bäume ihre Blätter färben und die Temperaturen sinken, ist er da: der Herbst. Und mit ihm die gemütliche Zeit des Jahres, in der gutes Essen die ein oder andere Regenwolke in Vergessenheit geraten lässt. Das farbenfrohe Rezept von Bad Reichenhaller für Kürbis-Schupfnudeln mit geröstetem Brotsalat kommt da gerade recht.

Saisonales Gemüse liegt im Trend. Der leckere Hokkaido-Kürbis wird vor allem von September bis November geerntet. Dank seines hohen Vitamin C-Gehalts von rund 32 mg/100 g zählt er zu den sogenannten Powerfoods, die unser Immunsystem in Erkältungszeiten stärken. Gemeinsam mit traditionellen Schupfnudeln, frischen Champignons und Petersilie schmeckt Kürbis doppelt so lecker.

Herbstlich-deftiger Brotsalat

Ein herzhafter Beilagensalat ist die ideale Ergänzung für das Kürbis-Schupfnudel-Gericht. Mit der Bad Reichenhaller Mühle Salz & Chili verfeinerte Baguettescheiben, saftige Kirschtomaten, Emmentaler Käse und Schalottenringe werden hierfür zu einer herbstlichen Komposition vermengt. Abgeschmeckt wird die dazu passende Vinaigrette mit Bad Reichenhaller AlpenJodSalz + Fluorid + Folsäure

Tipp: Weitere Rezepte gibt es auf www.bad-reichenhaller.de



Rezept: Kürbis-Schupfnudeln mit geröstetem Brotsalat

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten (für 4 Portionen):

Brotsalat:

100 g Baguette (vom Vortag)
1 EL Olivenöl
15 Kirschtomaten
4 Scheiben Emmentaler Käse
2 Lauchzwiebeln
2 Schalotten
4 EL Weißweinessig
1 EL Senf
Pfeffer
4 EL Olivenöl
3 TL Kapern (aus dem Glas)
Bad Reichenhaller Mühle Salz & Chili
Bad Reichenhaller AlpenJodSalz + Fluorid + Folsäure

Schupfnudeln:

200 g Champignons
200 g Hokkaido-Kürbis
2 EL Olivenöl
1 Packung Schupfnudeln (400 g / Kühlregal)
30 g Butter
½ Bund Petersilie
4 EL Schmand
Backpapier



Zubereitung:

Für den Brotsalat Baguette in ca. 20 dünne Scheiben schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit 1 EL Olivenöl beträufeln und mit der Bad Reichenhaller Mühle Salz & Chili würzen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/Gas: s. Hersteller) ca. 8 Minuten goldbraun rösten.

Inzwischen Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Käse in Streifen schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Schalotten schälen und fein würfeln. Essig, Senf, Schalotten, Bad Reichenhaller AlpenJodSalz + Fluorid + Folsäure und Pfeffer verrühren. 4 EL Öl unterrühren. Tomaten, Kapern, Käsestreifen, Lauchzwiebeln und Vinaigrette vermengen. Röstbrot unterheben. Salat mit Bad Reichenhaller AlpenJodSalz + Fluorid + Folsäure und Pfeffer abschmecken.

Champignons putzen und halbieren. Kürbis entkernen und in schmale Spalten schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Kürbisspalten darin ca. 10 Minuten braten, dabei einmal wenden. 1 EL Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Champignons darin unter Wenden goldbraun braten. Schupfnudeln und Butter zugeben, mitbraten. Kürbisspalten unter die Schupfnudelmischung heben. Mit der Bad Reichenhaller Mühle Salz & Chili und Pfeffer würzen. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. In Streifen schneiden und darüberstreuen.

Schmand glatt rühren. Mit Bad Reichenhaller AlpenJodSalz + Fluorid + Folsäure und Pfeffer würzen. Brotsalat mit den Kürbis- Schupfnudeln anrichten. Schmand darüberkleksen und die Kürbis-Schupfnudeln lauwarm servieren.



Bildmaterial:



**BRH_Kuebis_Schupfnudeln_
mit_Brotsalat.jpg**

Mit Vitamin C-haltigem Kürbis kombiniert schmecken traditionelle Schupfnudeln besonders gut. Dazu passt: Ein deftiger Brotsalat.

Bad Reichenhaller ist jetzt auch auf Facebook:

www.facebook.com/BadReichenhaller

Die Website wurde gerelauncht und um einen Marken-Blog ergänzt: www.bad-reichenhaller.de

Über Bad Reichenhaller

Bad Reichenhaller ist eine Marke der Südwestdeutsche Salzwerke AG und steht für hochwertiges Salz aus den Tiefen der Alpen. Gewonnen aus reiner Alpensole, garantiert es höchste Qualität beim Würzen, Kochen und Backen. Schon vor Hunderten von Jahren hat das „weiße Gold“ aus den Alpen seinen Ursprungsort berühmt gemacht. Heute ist Bad Reichenhaller die bekannteste Marke im deutschen Speisesalzsegment. Das Produktportfolio von Bad Reichenhaller umfasst AlpenSalze ohne und mit Zusatz von Vitaminen und Spurenelementen für eine ausgewogene Ernährung sowie eine große Auswahl an GewürzSalzen, Mühlen und Salzspezialitäten.

Mehr Informationen: www.bad-reichenhaller.de / www.facebook.com/BadReichenhaller

Bitte nehmen Sie, bei Rückfragen und Interviewwünschen oder wenn Sie Bildmaterial benötigen, Kontakt mit uns auf! Wir freuen uns über ein Belegexemplar.

Kontakt:

Südwestdeutsche Salzwerke AG
Lena Backfisch
Tel.: 07131/959-1866
E-Mail: lena.backfisch@salzwerke.de
www.bad-reichenhaller.de

Pressekontakt:

Ansel & Möllers GmbH
Simone Lenz | Svenja Dreher
Tel.: 0711/92545-219
E-Mail: s.lenz@anselmoellers.de
www.anselmoellers.de