

Eine kleine Aufmerksamkeit Ihres Teams der Enzian-Apotheke: eine pflegende Handcreme²

als Dankeschön für die Teilnahme an der Umfrage und den Kauf einer Packung Canephron® N



Wir beraten Sie gerne!

Enzian-Apotheke
 Wiebke Deichsel
 Görlitzer Str. 39 K
 34123 Kassel
 Tel.: 0561/9532800
 Fax: 0561/9532802
 enzianapotheke@t-online.de
 www.enzianapotheke-kassel.de

²Eine Handcreme pro Haushalt. Nur solange Vorrat reicht. Abbildung ähnlich. Änderungen vorbehalten.

Bitte hier abtrennen.

Antipastigemüse in Öl

zum Ein- und Selbermachen

Für 3 Gläser (je 500 ml)
 Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

Zutaten:

je 1 rote und gelbe Paprikaschote
 2 dünne Zucchini
 1 mittelgroße Aubergine
 4 kleine Möhren
 1 kleine Fenchelknolle
 4 Schalotten
 Salz
 1 TL Zucker
 Saft von 2 Zitronen
 ca. 500 ml Olivenöl

Ruhezeit: 3 Tage
 Haltbarkeit: 6 Monate

½ TL Pfeffer
 ½ TL gemahlener Koriander
 3 dünne Streifen Bio-Zitronenschale
 3 Blättchen Salbei
 3 Zweigspitzen Thymian
 3 Zweigspitzen Rosmarin

Außerdem:
 Eiswürfel
 3 Twist-off- oder Einmachgläser



Zubereitung:

- 1) Gemüse waschen und putzen, Fenchelgrün aufbewahren. Paprika in Streifen schneiden, Zucchini und Aubergine in grobe Stücke. Möhren in Stifte, Fenchel längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden, Schalotten schälen.
- 2) 2 l Wasser mit 1 EL Salz, dem Zucker und 75 ml Zitronensaft aufkochen. Die Gemüse darin nacheinander je 3–4 Minuten sprudelnd kochen, dann in Eiswasser abschrecken, leicht ausdrücken und trocken tupfen.
- 3) In einer hohen Pfanne 7 EL Olivenöl mittelstark erhitzen, das gesamte Gemüse im Öl wenden und 3–4 Minuten anbraten. Mit Pfeffer, Koriander und wenig Salz würzen.
- 4) Das Gemüse bis 1,5 cm unter den Rand fest in die vorbereiteten Gläser schichten. Jeweils etwas Zitronenschale, Salbei, Thymian, Rosmarin und Fenchelgrün daraufgeben. Übriges Olivenöl auf 80° erhitzen und über das Gemüse gießen. Gläser fest verschließen und das Antipastigemüse mindestens 3 Tage ziehen lassen.



Natürliche Hilfe bei Blasenentzündung¹...

... dank der 3-fachen Pflanzenkraft von **Canephron® N**



Enzian-Apotheke

Wir - für Ihre Gesundheit

Enzian-Apotheke
 Wiebke Deichsel
 Görlitzer Str. 39 K
 34123 Kassel

¹Canephron® N ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung und zur Ergänzung spezifischer Maßnahmen bei leichten Beschwerden im Rahmen entzündlicher Erkrankungen der Harnwege.

