



DIE KOSCHER-METZGEREI
KOL TUV כשר



www.koltuv.ch

Aktionen*

Vom 31.08.15 - 11.09.15

Besuchen
Sie unseren
Webshop:
www.koltuv.ch

Kalbs-Koteletts

5er-Packung

statt Fr. ~~73.10~~ / kg

nur Fr. **44.90** / kg



	statt Fr.	Aktion Fr.
Pökelfleisch Abgepackt ca. 1.2-1.5 Kilo	44.70 / kg	33.55 / kg
Poulet gefroren	13.70 / kg	11.50 / kg
Poulet-Schnitzel gefroren	27.95 / kg	21.70 / kg

*Nur solange Vorrat

Öffnungszeiten:

- **Di 22.09.15** ערב יום כיפור (keine Lieferungen) **7:30 bis 10:30 Uhr**
- **Mi / Do 30.09 / 01.10.15** חול המועד **8:30 bis 15:00 Uhr**
(Bestellungsannahme für Hauslieferung bis 10:00 Uhr)
- **Fr 02.10.15** חול המועד **8:00 bis 12:00 Uhr**

Das Kol Tuv Team wünscht Ihnen כתיבה וחתימה טובה.

Metzgerei Kol Tuv | Die Koscher Metzgerei | Aemlerstrasse 8 | 8003 Zürich
Tel: 00 41 (0)44 454 10 00 | E-Mail: bestellung@koltuv.ch | www.koltuv.ch





KALBS-KOTELETT MIT BOHNEN!



Rezept für 4 Personen:

Arbeitszeit: ca. 45 Min. / Schwierigkeitsgrad: leicht

200 g grüne Oliven, entsteint

1 Bund Peterli

1 Bund Schnittlauch

2 Knoblauchzehen

3 Schalotten

1 Zitrone

5 EL Olivenöl

Salz und Pfeffer

500 g grüne Bohnen

600 g neue kleine Kartoffeln

8 Kalbs-Koteletts, pro Stück ca. 150 g

Die Oliven klein schneiden und in eine Schüssel füllen. Peterli waschen, Kraut vom Stiel abzupfen, fein hacken und zu den Oliven geben. Die Zitrone ganz kurz und heiss abwaschen, mit einer feinen Raffel die Schale abreiben und die Zitrone auspressen. Den Saft und die abgeriebene Schale mit 3 EL Olivenöl in ein Glas geben und gut (mit einer Gabel) vermischen. Mit Salz, Pfeffer und süßem Paprika würzen.

Schalotten und Knoblauch fein hacken. Schnittlauch fein schneiden. Beides separat in einer Schale bereit stellen.

Neue Kartoffeln von Hand unter kaltem Wasser abwaschen, Schale nicht entfernen. Im Dampfkochtopf

nicht zu weich garen. Olivenöl in Pfanne geben, leicht erhitzen und die Kartoffeln zugeben. Schön goldgelb anbraten und am Schluss den Schnittlauch zugeben.

Die Bohnen gut putzen und waschen. Wasser mit Salz aufkochen und die Bohnen ca. 10 Min. garen. Sie sollten noch etwas Biss haben. Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch zugeben, dünsten und die Bohnen schnell darin drehen.

Im restlichen Öl die Kalbs-Koteletts pro Seite ca. 5 Min. braten, würzen. Das Fleisch soll nur einmal gewendet werden. Mit Bohnen und Sauce anrichten.

