



Unser Tipp  
„Tour vor der Tür“  
zum Produkt des Monats!

www.landratsamt-roth.de/tour-vor-der-tuer



## Wirsing-Lamm-Rouladen

### Zutaten

- 1-2 alte Brötchen
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Bund glatte Petersilie
- 4 Stängel Minze
- 1 TL Currypulver
- ½ TL Kreuzkümmel
- 1 Msp. Piment
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Ei
- Salz und Pfeffer
- 1 Wirsing (ca. 1,5 kg)
- 2 EL Rapsöl
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1 TL Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Stärkemehl

### Zubereitung:

Semmeln in lauwarmem Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Petersilie und Minzblätter von den Stielen zupfen und grob schneiden. Eingeweichte Semmeln gut ausdrücken, mit Lammhackfleisch, Kräutern, Zwiebelwürfel, Knoblauch, Gewürzen und Ei gut verkneten; mit Salz und Pfeffer abschmecken, kalt stellen.

Vom Wirsing 16 Blätter ablösen, waschen, dicke Mittelrippen keilförmig heraus-schneiden. Blätter in kochendem Salzwasser 1–2 Minuten blanchieren, herausnehmen und abschrecken, abtropfen lassen. Blätter etwas trocken tupfen; je zwei Blätter leicht überlappend ineinander legen. Hackfleischmasse in acht Portionen teilen. Je eine Portion auf den Wirsingblättern verteilen, seitlich über die Füllung klappen und zu Rouladen aufrollen, mit Küchegarn über Kreuz zusammenbinden.

Rapsöl in einem Bräter erhitzen, die Wirsingrouladen bei guter Hitze von jeder Seite kurz anbraten, mit Brühe ablöschen und aufkochen lassen. Thymian und Lorbeerblätter zugeben, in der Backröhre bei 180 Grad (Heißluft 160 Grad) auf der zweiten Schiene von unten offen eine Stunde garen, nach 30 Minuten wenden. Wirsingrouladen aus dem Bräter nehmen, Sauce mit in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht anbinden. Rouladen in die Sauce einlegen und mit Kartoffeln und Salat als Beilage servieren.



Heimisches Lamm- und Ziegenfleisch aus eigener Schlachtung erhalten Sie bei folgenden Direktvermarktern/Metzgereien:

### Abenberg

**Hofmanns Hofladen**  
Güssübelstr. 4  
Tel. 09178 835  
www.hofmannshofladen.de  
Ziegenkäse, Schafskäse, Lammfleisch ganzjährig, Ziegenfleisch an zwei Terminen pro Jahr, Ziegen zum Streicheln

### Allersberg

**Landmetzgerei Regnet**  
Gustav-Schreier-Str. 2  
OT Göggelsbuch  
Tel. 09174 49676  
Lammfleisch aus eigener Schlachtung, Lammhack, Lammbratwürste

### Georgensgmünd

**Metzgerei Riepl**  
Hauslach 4  
Tel. 09172 663382  
Lammfleisch auf Vorbestellung

**Bergmann's Hoflädele**  
Hauslach 15  
Tel. 09172 684633 oder 1744  
Lammfleisch (Braten, Haxen, Keule, Gulasch, Schulter)

### Greding

**Alois Fersch**  
Buchstr. 6  
OT Kleinottersdorf  
Tel. 08469 271  
Lammfleisch, Lammsalami, nur auf Bestellung

### Roth

**Burmänn's HofundLADEN**  
Heidenbergstr. 12  
OT Pfaffenhofen  
Tel. 09171 63413  
www.hofundladen.de  
frisches Lammfleisch, Lammbratwürste, Lammgrillprodukte, Schafs- und Ziegenkäse

### Spalt

**Metzgerei Gruber**  
Max Gruber  
Hintere Dorfstr. 1  
OT Großweingarten  
Tel. 09175 635  
Lammfleisch ständig im Angebot, Ziegenfleisch auf Anfrage

### Metzgerei Wechsler

Georg Wechsler  
Hauptstr. 12  
Tel. 09175 248  
Lammfleisch von heimischen Bauern ständig im Angebot

### Thalmässing

**Hermann Brickel**  
Stetten 12  
Tel. 09173 1664  
ganzes oder halbes Lamm, ab Hof, nach Vereinbarung

**Metzgerei Eberle**  
Münchener Str. 32  
Tel. 09173 208  
Lammfleisch

### Biohof Enzenhöfer

Steindl 6  
Tel. 09173 1031  
www.enzenhoefer.de  
lina@enzenhoefer.de  
Zickleinfleisch, Ziegenmilch, versch. Ziegenkäseprodukte, Ziegeneis, alle Produkte in Bio-Qualität

### Bioarchehof Gerstner

Eysölden F3  
Tel. 09173 9718  
Lamm- und Ziegenfleisch (Einzelteile), Lammwurst, ab Hof nach tel. Vereinbarung, Lieferservice möglich



### Metzgerei Lederer

Hauptstr. 17  
Tel. 09173 280  
Lammbraten, -haxn, -koteletts, -schlegelsteaks, -rollbraten, Gyrosgeschnitztes vom Lamm, Lammbratwürste auf Bestellung

### Bio Refugium am Simsberg

Wolfgang und Doris Grimm  
Reinwarzhofen 11/1  
Tel. 09173 793632 od. 0172 7033526

Doris.Grimm@t-online.de  
Lamm- und Ziegenfleisch versch. Schaf- und Ziegenrassen, Mohairwolle von Angoraziegen, Schurwolle, handgestrickte Wellnessmode, gegerbte Schaf- und Ziegenfelle, alle Produkte Bio-Qualität, ab Hof, nach tel. Vereinbarung

### Schwanstetten

**Harmer Landluft**  
Harm 6  
Tel. 01573 6437431  
Lamm Salami und Lamm Pfefferbeißer im SB Häuschen

### Schwabach

**Bauernladen Schwabach**  
Höllgasse 5  
Tel. 09122 16256  
www.bauernladen-schwabach.de  
ganzjährig: Lammfleisch, geräucherte Lammbratwürste, Lammhackfleisch und Lammfleischküchle auf Bestellung, Ziegen- und Schafskäse, vor Ostern zusätzlich: Zickleinfleisch



Landkreis  
Roth

Wirtschafts-  
förderung

mit  
Rezepten

März/  
April

### AKTUELLES



www.landratsamt-roth.de

Eine Initiative des  
Landkreises Roth und  
der Stadt Schwabach  
zur  
Förderung regionaler  
Wirtschaftskreisläufe

# Produkt des Monats



Erzeugnisse von  
**LAMM UND ZIEGE**



STADT SCHWABACH  
Die Goldschlägerstadt.



# Rezepte

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,  
liebe Genießer regionaler Produkte,

wer bewusst konsumieren möchte, Wert auf Qualität legt und einen Mehrwert für unsere vielfältige Kulturlandschaft schaffen will, der trifft mit Lamm- und Ziegenprodukten aus der Region eine gute Wahl.

Denn durch die Kaufentscheidung für regionale Lebensmittel werden heimische Erzeugerinnen und Erzeuger ganz unmittelbar gefördert. Die Betriebe stehen für umweltschonende Erzeugung, teilweise auch in Bio-Qualität. Auch der Beitrag zum Klimaschutz ist beachtlich, da lange Transportwege und aufwändige Verpackung entfallen.

Die extensive Beweidung von Trockenrasen und Streuobstwiesen durch Schafe und Ziegen ist ein wichtiger Beitrag zum Erhalt von Lebensräumen einer Vielzahl von Tieren und Pflanzen, die bei intensiver Bewirtschaftung in dieser Vielfalt nicht vorkommen würden.

Greifen Sie bei Lamm- und Ziegenprodukten deshalb vorrangig zu Produkten aus der Region. Genießen Sie die Frische der original regionalen Spezialitäten. Die Erzeugerinnen und Erzeuger freuen sich auf Ihren Einkauf.

Ihr Landkreis Roth, Ihre Stadt Schwabach

## Frühlingsgeschmack mit Lamm und Ziege

Wahre Köstlichkeiten lassen sich zaubern aus zartem Lamm- und Ziegenfleisch. Immer mehr Genießer haben deshalb den besonderen Geschmack für sich entdeckt.

Lammfleisch zählt in der Ernährung zu den empfehlenswerten Lebensmitteln. Es liefert sehr hochwertiges Eiweiß bei einem idealen Fett-Eiweißverhältnis. Hervorzuheben ist auch der hohe Gehalt an Mineralstoffen und Vitamin B.

Der Geschmack von Lammfleisch wird weniger von der Rasse als vielmehr vom Alter, Geschlecht und dem Verfettungsgrad bestimmt. Es handelt sich dabei überwiegend um Mastlämmer, die nicht älter als 12 Monate sind. Milchlämmer, die es insbesondere zur Osterzeit gibt, sind höchstens 6 Monate alt.

Unter Kennern gilt auch Ziegenfleisch als kulinarischer Gaumenschmaus. Ziegenfleisch zeichnet sich durch seinen feinen Geschmack aus. Bestes Fleisch liefert das Kitzfleisch im Alter von 10-12 Wochen. Ziegenfleisch enthält viel Eiweiß, wenig Fett und gilt als sehr leicht verdaulich. Da Ziegenfleisch dem Kalbfleisch sehr ähnlich ist, lassen sich viele Kalbfleischrezepte auf Ziegenfleisch übertragen.

Den besonderen Geschmack von Ziegenkäse schätzen nicht nur Käseliebhaber. Auch für Kuhmilchallergiker kann Ziegenmilch und Ziegenkäse eine wertvolle Alternative sein. Durch die feinverteilten Fettkügelchen und Eiweißpartikel ist Ziegenmilch sehr bekömmlich und gut verträglich.

## Ziegenfrischkäsetarte

### Quarkmürbteig:

200 g Mehl  
200 g Butter  
200 g Magerquark  
½ TL Salz  
Getrocknete Hülsenfrüchte zum  
Blindbacken

### Füllung:

200 g Ziegenfrischkäse  
1 Ei  
100 ml Sahne  
50 g Schmand  
Salz, Pfeffer  
20 g Walnusskerne, grob gehackt  
und trocken in einer Pfanne  
geröstet.  
2 EL Honig

### Zubereitung:

Mehl und Salz auf die Arbeitsfläche geben, kalte Butter in feine Scheibchen schneiden, am Rand verteilen, eine Mehlgrube machen und das aufgeschlagene Ei zugeben, mit zwei Teigkarten zusammenhacken und am Schluss rasch mit den Händen zusammen kneten. Den Teig kurz kalt stellen.

Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche passend zur Größe der Tarteform ausrollen. Teig mit dem Rollholz aufrollen, über der Tarteform abrollen, Teig am Boden und Rand fest andrücken, überstehenden Teig mit Messer abschneiden, Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Tarteform ca. 15–20 Minuten kalt stellen. Zum Blindbacken: Teig in der Form mit Backpapier auslegen, mit Hülsenfrüchten füllen und bei 190 °C (Heißluft 170 °C) ca. 15–20 Min backen.

Für die Füllung: Ziegenfrischkäse mit Ei, Sahne und Schmand verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Tarte aus dem Backofen nehmen, Backpapier mit Hülsenfrüchten entfernen, Frischkäsemasse auf der vorgebackenen Tarte verteilen und weitere 20–25 Min. backen. Im ausgeschalteten Backofen noch 20 Min. ruhen lassen.

Tarte mit 2 EL Blütenhonig beträufeln, mit den Walnusskerne bestreuen und servieren.

