



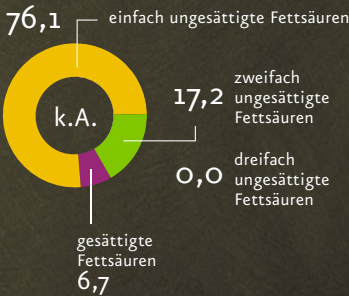
WISSENSWERTES

# Mandel- Vanille

— Würzöl —

- Zutaten Kaltgepresstes süßes Mandelöl mit echter Bourbon-Vanille.
- Herstellung Liebevoll und handwerklich in den kleinen Ölpresen der Ölmühle Solling im Weserbergland.
- Charakter Süße, weiche Vanillenote.
- Besonders lecker in Desserts, Fruchtsalaten, Quarkspeisen, Torten, Plätzchen, Schlagsahne...
- Anwendung Zum Würzen, Backen, für Desserts und Süßspeisen.
- Hinweis **Eine wunderbare Alternative zu Vanille-Zucker.**

Die Angaben in den Kreisen (Gramm pro 100 g) beschreiben jeweils das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren. Alle angegebenen Werte sind Durchschnittswerte, die Schwankungen unterliegen, da Pflanzenöle nicht standardisierte Naturprodukte sind.  
 k.A. = für das Nährwertverhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren können keine aussagekräftigen Angaben gemacht werden.



ÖLMÜHLE  
SOLLING

MÜHLENFRISCH

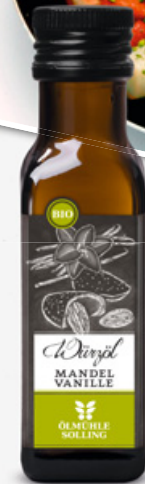
BIO

# Erdbeer-Spargel-Dessert

## REZEPT

- Zutaten für 4 Personen
- 
- 🕒 Zubereitungszeit: zirka 30 Minuten
- 
- **Zutaten**
- 400 g Spargel
- 400 g frische Erdbeeren
- 2 EL Kokosöl
- Mandel-Vanille Würzöl
- brauner Zucker
- evtl. frische Minze
- 
- 
- **aus der Ölmühle Solling**
- Mandel-Vanille Würzöl,
- falls gewünscht Chili Würzöl

- **Zubereitung**
- Den Spargel schälen und blanchieren. In kaltem Wasser abkühlen und dann in Rauten schneiden. Die Erdbeeren waschen, putzen und vierteln.
- Den Spargel in 2 EL Kokosöl anbraten. Etwas braunen Zucker hinzugeben. Dann die Erdbeeren für kurze Zeit (dürfen nicht matschig werden) mitbraten. Von der Kochplatte nehmen und mit Mandel-Vanille Würzöl beträufeln. Vor dem Servieren verleiht frische Minze in Streifen den besonderen Geschmack.
- 
- **Tipp:** Im Sommer ist dieses Gericht auch als Hauptgericht sehr lecker, dann die Menge mindestens verdoppeln.
- 
- **Noch ein Tipp:** Wer es scharf liebt, kann zusätzlich mit Chili Würzöl abschmecken.
- 
- Mehr Rezepte mit unseren köstlichen nativen Ölen gibt's hier: [oelmuehle-solling.de](http://oelmuehle-solling.de)



  
**ÖLMÜHLE  
SOLLING**

• Ölmühle Solling GmbH · Höxtersche Straße 1  
• 37691 Boffzen/Germany · T 0 52 71.9 66 66-0  
• F 0 52 71.9 66 66-66 · [info@oelmuehle-solling.de](mailto:info@oelmuehle-solling.de)