



Erntefrisch

TIEFGEFROREN

Iss was G'scheit's!

Iglo Broccoli –

**der beste Broccoli Österreichs
mit der Erntefrisch Garantie!***

Es gibt viele gute Gründe, um sich für Broccoli von Iglo zu entscheiden:

- ◆ **zum optimalen Zeitpunkt geerntet:**
junge geschlossene Rosen, feine Struktur
- ◆ **gleichmäßig große Röschen, kurzer Stängel:**
schöne Optik, Aufwertung jedes Gerichtes
- ◆ **kräftige, grüne Farbe:**
frisch im Aussehen und Geschmack
- ◆ **geringer Abrieb, keine Glasur:**
mehr Broccoli für Ihr Geld

Spitzenqualität zu jeder Jahreszeit!



Bei Iglo kaufen Sie 100% Gemüse – ohne Wasserglasur, d.h. jedes Gemüse von Iglo wird ohne Wasserzugabe tiefgefroren. Durch die besonders schöne Optik und den frischen Geschmack eignet sich der Iglo Broccoli hervorragend nicht nur als Beilage, sondern auch als Vor- oder Hauptspeise, in Suppen oder Terrinen. Probieren Sie doch einmal die Rezepte auf der Rückseite!

Tipp: Damit die kräftig grüne Farbe nach dem Kochen bewahrt bleibt, schrecken Sie die Broccolirosen für Sekunden in Eiswasser ab.

***Die Erntefrisch Garantie:** Ab dem Zeitpunkt, wo Gemüse geerntet wird, verliert es an Frische und Vitaminen. Zum Beispiel frischer Broccoli: Laut einer Studie verliert er pro Tag bei einer Lagertemperatur von 20°C rund 8% seines Vitamin C-Gehalts. Damit die wertvollen Nährstoffe bestmöglich erhalten bleiben, garantiert Iglo, dass dieses erntefrische Gemüse **innerhalb von Stunden tiefgekühlt** wird.



Erntefrisch

TIEFGEFROREN

Zutaten für
8 bis 10 Portionen

BROCCOLI-CHILI-SÜPPCHEN MIT BROCCOLI-TEMPURA

Zubereitung
ca. 40 Minuten

- ◆ 500 g Iglo Broccoli
- ◆ 60 g Butter
- ◆ 2 Zwiebeln
- ◆ 1500 ml Fond (Huhn oder Gemüse)
- ◆ 500 ml Schlagobers
- ◆ 70 g Mehl
- ◆ Salz, schwarzer Pfeffer
- ◆ Muskatnuss
- ◆ Chili fein geschnitten

Broccoli-Tempura:

- ◆ ca. 250 g Iglo Broccoli (10 Stück)
- ◆ 60 g Kartoffelstärke
- ◆ 60 g Mehl glatt
- ◆ 2 Eidotter
- ◆ 200 ml kaltes Wasser
- ◆ 20 g Zucker
- ◆ Salz

Tipp:

Suppe mit Chilifäden garnieren.

Suppe:

1. Broccoli auftauen lassen.
2. Zwiebel grob schneiden, in heißer Butter ohne Farbe anschwitzen. Fond und Schlagobers dazu geben, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen.
3. Ca. 10 Min. schwach köcheln lassen, mit Stabmixer gut pürieren
4. Mehl mit etwas Wasser glatt rühren, Suppe eindicken.
5. Aufgetauten Broccoli zugeben und aufkochen lassen. Suppe mit Stabmixer fein pürieren.
6. Vor dem Anrichten entkernte, fein geschnittene Chili zugeben.

Tempura:

1. Alle Zutaten bis auf Broccoli zu einem glatten Teig rühren.
2. Broccoli in etwas Mehl und Teig eintauchen, in heißem Fett knusprig backen.



Foto: Michael Immann/IGLO

Zutaten für
ca. 10 Portionen

TOMATENCARPACCIO MIT SESAMBROCCOLI

Zubereitung
ca. 30 Minuten

- ◆ ca. 1000 g Iglo Broccoli (40 Stück)
- ◆ 10 Tomaten
- ◆ 3 Zwiebeln
- ◆ Salz, Pfeffer

Backteig:

- ◆ 210g Mehl
- ◆ 3 Eier
- ◆ 240ml Milch
- ◆ 85g Sesam
- ◆ Salz, Pfeffer

Tipp:

Mit etwas Essig und Öl verfeinern.

1. Broccoli auftauen lassen.
2. Backteig: Mehl, Milch, Sesam, Salz, Pfeffer und Dotter zu einem cremigen Teig rühren. Eischnee steif schlagen und unter den Teig heben.
3. Broccoliröschen in Backteig tauchen und in heißem Fett goldbraun backen.
4. Tomaten in feine dünne Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und auf Teller anrichten. Den knusprig gebackenen Broccoli und die fein gewürfelten Zwiebel dazulegen.



Foto: Michael Immann/IGLO

Zutaten für
8 bis 10 Portionen

BROCCOLI-SHRIMPS- TERRINE

Zubereitung
ca. 30 Minuten

- ◆ ca. 200 g Iglo Broccoli (8 Stück)
- ◆ 250 g Shrimps
- ◆ 1 Zwiebel
- ◆ 500 ml Fond (Gemüse oder Fisch)
- ◆ 7 Blatt Gelatine gold
- ◆ Salz, Pfeffer

1 Terrine 30x5x5 cm

Tipp:

Mit Blattsalaten und etwas Vinaigrette servieren.

1. Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
2. Fond würzen, erhitzen, Gelatine darin auflösen.
3. Terrine mit 250 ml Fond auffüllen. Aufgetaute und überbrühte Broccoliröschen einsetzen. Terrine kaltstellen bis Fond stockt.
4. Zwiebel fein würfeln, mit Shrimps und etwas Fond gut vermischen; in die Terrine geben.
5. Die Terrine mit dem restlichen Fond auffüllen und für einige Stunden kaltstellen.



Foto: Michael Immann/IGLO

Zutaten für
8 Portionen

GRATINIERTER BROCCOLI

Zubereitung
ca. 35 Minuten

- ◆ 1200 g Iglo Broccoli
- ◆ 60 g Margarine
- ◆ 1 mittlere Zwiebel
- ◆ 4 EL Mehl, glatt
- ◆ 750 ml Milch
- ◆ 2 EL Schlagobers
- ◆ 2 Lorbeerblätter
- ◆ 160 g Käse, gerieben
- ◆ 4 Eidotter
- ◆ 240 g Toastschinken im Block
- ◆ Salz, weißer Pfeffer, Cayenne Pfeffer

Tipp:

Pinienkerne in der Sauce für eine extravagante Note.

In Auflaufformen oder in der Gastro-Wanne zuzubereiten.

1. Broccoli nach Anleitung auf der Packung kochen.
2. Die geschnittenen Zwiebeln in Margarine leicht anschwitzen, mit Mehl stauben und mit Milch unter ständigem Rühren aufgießen und einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblätter beigegeben und mit Schlagobers verfeinern. Béchamel beiseite stellen und abkühlen lassen.
3. Käse, in Streifen geschnittenen Schinken und Eidotter einrühren.
4. Broccoli in eine große (oder 8 kleinere) Auflaufform(en) geben, Sauce darüber gießen und im vorgeheizten Backrohr bei 200°C (mittlere Schiene) ca. 15 Minuten goldbraun backen.



Foto: Michael Immann/IGLO