

## HAUPTGANG

### FORELLENRÖLLCHEN AUF KAROTTEN-SEE

---

#### Einkaufsliste für 4 Personen

##### Milchprodukte

von einer unserer Zürcher Oberländer

Molkereien und Käsereien

- 60 g Chäsi-Anke oder Butter
- 1 dl Milch
- 1 dl Rahm

**Käsespezialität** von Schupplis Geisse-Chäsi

- 1 Stk Oberländer Perle Extrahartkäse

**Gemüse/Früchte** von der Stiftung zur Palme

- 50 g Zwiebeln
- 400 g Karotten
- 1 Kg Kartoffeln, mehlig kochend
- 100g frischer Bärlauch
- Frühlingsgemüse

##### Fisch

von der Fischzucht am Bachtel

- 8 Stk. kleine St. Forellenfilet

##### Flüssigkeiten

- 2 dl Gemüsebouillon

##### Gewürze

- Kräuter-Alpensalz (im Shop erhältlich)  
Bsp.: «Wild» zum würzigen Abrunden
- Pfeffer
- Zitrone

##### Material

- Klarsichtfolie
- Stabmixer

Viel Spass beim Einkaufen und Entdecken!

Standortförderung Zürioberland, 30.8.2024