

Presseinformation

24. September 2008

Rezeptwettbewerb der „umweltberatung“

Einsendungen noch bis 30. September möglich

Unter dem Motto „g'schwind & g'schmackig“ sucht „die umweltberatung“ Niederösterreich noch bis 30. September die besten klimafreundlichen Blitzrezepte. Ziel des Wettbewerbes ist es, ein gesundes, nährstoffreiches und saisonales Gegenangebot zu „Fastfood“ zu setzen. Der Bewerb läuft im Rahmen der Aktion „So schmeckt NÖ“ und ist eine Kooperation zwischen dem Land Niederösterreich und der Österreichischen Hagelversicherung. Auf die Gewinner warten ein Wellness-Wochenende, ein Korb köstlicher Bioprodukte und viele weitere Sachpreise.

Frisch gekocht und trotzdem schnell und unkompliziert zubereitet - das ist jetzt im Herbst besonders leicht, da Felder und Gärten jede Menge Paradeiser, Zucchini, Kürbisse, Birnen, Brombeeren oder Äpfel liefern. Zahlreiche Hauptspeisen wie Pastagerichte, Salate oder Gemüsepflanzen werden besonders schnell und mit geringem Aufwand zubereitet. Der Vorteil dabei ist, dass die meisten dieser Rezepte auch gesund sind, da kurze Zubereitungszeiten, Kohlehydrate und ein hoher Anteil an Obst und Gemüse die besten Voraussetzungen für eine optimale Nährstoffversorgung sind. Wichtig ist dabei, auf regionale und saisonale Angebote an Obst und Gemüse zurückzugreifen.

Nähere Informationen und Einsendungen: „die umweltberatung“ NÖ, 3100 St. Pölten, Rennbahnstraße 30/1/3, Telefon 02742/718 29, e-mail niederoesterreich@umweltberatung.at und <http://www.rezepte.umweltberatung.at/>, wo es auch viele Rezeptideen gibt.