

DELI STORIES

1. FIT IN DEN FRÜHLING

Wie es gelingt, das Immunsystem in Schwung zu bringen. Plus: Feel-Good-Getränke

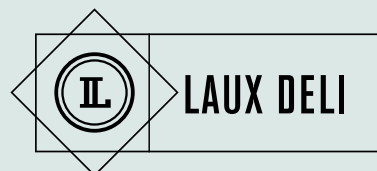
2. SPEZIAL: ESSIG

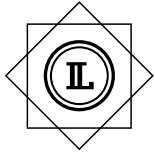
Essig-Spezialitäten begeistern mit unglaublicher Aromenvielfalt. Kleines Essigsorten-ABC

3. WILLKOMMEN ZUM OSTERBRUNCH

Leckere Rezeptideen für herzhaft und süße Gerichte samt Bowle fürs extralange Osterfrühstück

MIT
GEWINNSPIEL





LAUX GmbH

Europa-Allee 29 · 54343 Föhren
www.laux-deli.de



LIEBE FOODIES,

die kalte Jahreszeit begleitet uns noch eine Weile und damit auch der Wunsch, fit durch den Winter und frisch in den Frühling zu kommen. Wie es gelingt, das Immunsystem in Schwung zu bringen und welche Feel-Good-Getränke und leckere Speisen dieses Vorhaben im Alltag geschmackvoll unterstützen, darüber mehr auf den folgenden Seiten. Plus: Informationen zum Trend "Veganuary", einer Initiative für mehr vegane Ernährung.

Essig gehört (fast) in jedes Salatdressing, ...

... aber er kann noch viel mehr! Vorausgesetzt er ist von bester Qualität. So wie die Essigkreationen aus der LAUX Manufaktur mit fantastischem Aroma bei unterschiedlichem Säuregrad. Auch Sternekoch Harald Rüssel bringt grandiose neue Essig-Spezialitäten sowie Gewürze heraus. Eine geschmackvolle Inspiration für kulinarischen Hochgenuss zu Hause!

Und dann ist schon Ostern!

Wir laden ein zum Osterbrunch mit feinen Rezeptideen und 3 genialen Eierlikör-Sorten. Die Entscheidung, welcher der Beste ist, können wir Ihnen leider nicht abnehmen – sicher ist aber, dass sie alle unglaublich cremig sind und wie hausgemacht schmecken.

Wir wünschen genussreiche Wochen und viel Inspiration für Feinkost und feine Getränke,



Carl-Lambert Leisewitz (Inhaber)
und das gesamte LAUX Team

INHALT

- 04-07** Fit in den Frühling
- 08-10** **VEGANUARY** ♥
- 11** Gewinnspiel
- 12-13** Feel-Good-Getränke mit Pep
- 14-17** Leicht & lecker genießen
- 18-23** **SPEZIAL:** Essig
- 24-27** Neues vom Sternekoch
- 28-33** Willkommen zum Osterbrunch
- 34-37** Kleine Geschenke
- 38-41** Ei, ei, Eierlikör

3x
ZU GEWINNEN



FIT IN DEN FRÜHLING



FIT DURCH DEN WINTER, FRISCH IN DEN FRÜHLING

Es ist eine Frage der Abwehrkräfte, wie gut wir durch die kalte Jahreszeit gelangen. Mit den richtigen Tipps und Rezepten gelingt es ganz einfach, fit durch den Winter und frisch in den Frühling zu kommen.

GUT ESSEN FÜR EINE STARKE IMMUNABWEHR? UNBEDINGT!

Das, was wir essen und trinken, beeinflusst die Ausgangsposition beim Kampf gegen Viren und Bakterien. Je ausgewogener unsere Ernährung, umso widerstandsfähiger ist unser Körper gegen Infekte. Auf den Einkaufszettel gehören deshalb viel frisches Obst und Gemüse, hochwertiges Protein aus Getreide, Hülsenfrüchten und Nüssen sowie gute Fette wie Walnussöl und Olivenöl. Diese Lebensmittel liefern neben Energie, Zellbaustoffen und Ballaststoffen wichtige Mineralstoffe wie Eisen, Zink, Selen und die Vitamine C sowie D und A, dazu sekundäre Pflanzenstoffe wie Polyphenole, natürliche Farbstoffe (Betacarotin) und Flavonoide sowie Spurenelemente. Außerdem die Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) – alle wichtig für eine starke Abwehr.

MIT VITAMINEN, INGWER UND GEWÜRZEN

Die regionale Winterküche liefert traditionell viel Vitamin C mit Grünkohl und anderen Kohlsorten, Brokkoli, Knoblauch, Möhren, Spinat, Petersilie, Orangen und Zitronen. Auch die Ingwerwurzel mit ihren entzündlichen und antibakteriellen Stoffen sowie Antioxidantien, Mineralstoffen und ätherischen Ölen kann sich positiv auf die Immunabwehr auswirken. Ähnlich zählen auch Gewürze wie Kurkuma, Pfeffer, Cayennepfeffer und Chili in der traditionellen Naturheilkunde zu den natürlichen Abwehrboostern. Unser Tipp: Eine heiße, chilischarfe Suppe mit frischem Ingwer ist die leckerste Hilfe, um eine beginnende Erkältung in Schach zu halten. Die würzenden Zutaten dabei nicht mitkochen, sondern erst kurz vor dem Servieren dazugeben.

GETRÄNKE MIT DEM EXTRAKICK GEGEN VIREN & CO

Auch beim Trinken lässt sich einiges für ein starkes Abwehrsystem tun. Ein Tee oder Sirup mit Ingwer, ein frisch gebrühter Grüner Tee oder die Prise Kurkuma und Pfeffer in der Goldenen Milch bringen Abwechslung mit Booster-Effekt in den Speiseplan. Außerdem über den Tag verteilt zwei bis drei Liter ungesüßten Tee oder Schorlen trinken. Unser Tipp: Ein frisch gemixter Shot aus rohen Zutaten wie Ingwer oder der Kurkumawurzel für maximalen Geschmack



INGWER SENF

130 ml | 1610291



FRUCHTESSIG MIT INGWER

200 ml | 8065005



CHILI OLIVENÖL

100 ml | 1005562

und hohen Wirkstoffgehalt für einen guten Start in den Tag. Plus ein Schuss Weinessig mit Frucht.

DER DARM SPIELT EINE WICHTIGE ROLLE

Der Darm ist ein oft unterschätztes Organ, denn hier sitzt der Großteil der körperlichen Immunabwehr. Eine gute, ausgewogene und ballaststoffreiche Ernährung unterstützt den Darm in dieser wichtigen Funktion. Vor allem fermentierte Lebensmittel, so genannte Probiotika, wie Sauerkraut, Kimchi und Joghurt sorgen für eine gute Zusammensetzung des Darmmikrobioms. Das wiederum unterstützt eine gute Funktionalität der Infektabwehr.

FRISCHLUFT, BEWEGUNG & VIEL SCHLAF

Um fit durch den Winter zu kommen, gilt neben einer ausgewogenen Ernährung außerdem: Stress reduzieren, ausreichend Schlaf bekommen, sich viel draußen an der frischen Luft bewegen (gut fürs Befeuchten der Schleimhäute), die Sonne suchen (das fördert die Produktion von Vitamin D) und regelmä-

ßig mit einem Saunagang und/oder kalten Wassergüssen für Abhärtung sorgen. Das hält nicht nur die Abwehrkräfte im Schwung, sondern macht auch frisch, sobald der Frühling da ist.



*Leckeres
für einen feinen
Frühling*




**MALABAR
PFEFFER**

19 g | 16482



**BIO CAYENNE
PFEFFER**

80 g | 170000



**CHILI
SENF**

210 ml | 3310040



GRÜNER TEE SENCHA

Grüntee mit dem Duft von frischem Gras. Angenehm milder Geschmack für den täglichen Genuss

100 g | 770440



GRÜNER TEE GUNPOWDER

Feinherber Grüntee mit aromatischem Geschmack für die verdiente Pause

130 g | 770441



MORGENFRISCHE TEE

Mit dem zartfruchtigen Blütenraum kann der Start in den Tag nur gut werden

80 g | 770079



LEMONGRAS-MINZE TEE

Frische & harmonische Kräuternote mit leichter Süße. Im Sommer auch kalt zu genießen

100 g | 770442

VEGANUARY

VEGAN IM JANUAR

Vegan leben im Januar – das ist erklärtes Ziel der Initiative “Veganuary”. Die Kampagne aus England ruft seit 2014 weltweit dazu auf, einen Monat eine rein pflanzliche, vegane Ernährung auszuprobieren. Damit sinkt die weltweite Fleischproduktion und die damit verbundene Emission von Treibhausgasen durch die Tierhaltung. Und es gelangen viele neue Genussmomente auf den täglichen Speiseplan. Seit dem Start des Veganuary im Jahr 2014 haben sich mehr als zwei Millionen Menschen daran beteiligt, allein im Januar 2022 waren 629.000 dabei. Der Effekt: Nach dem Monat ohne Fleisch, Milch und Käse gab die Hälfte der nachträglich befragten Teilnehmenden an, sich wohler zu fühlen, mehr Energie und eine bessere Stimmung zu haben. Vier von zehn Teilnehmenden wollen weiterhin vegan leben. Zum Vergleich: Laut BMEL-Ernährungsreport 2021 stieg der Anteil vegan lebender Menschen in Deutschland von 1 auf 2 Prozent. Mehr als die Hälfte der Deutschen ernährt sich flexitarisch, verzichtet bewusst öfter auf Fleisch, Fisch und andere tierische Produkte.

WAS IST VEGANE ERNÄHRUNG?

Bei der veganen Ernährung geht es darum, sich rein pflanzlich zu ernähren, also kein Fleisch, Fisch, Ei oder Milchprodukte zu essen sowie Zutaten, wie Molke (aus Milch) oder Honig (von Bienen hergestellt), die in Produkten versteckt sind. Meistens lässt sich einfach die pflanzliche Version zubereiten: statt Fleischpatty im Burger oder Milch im Cappuccino gibt es die vegane Variante aus Bohnen oder Getreide. Auf den Teller kommt viel frisches Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte, Saaten und Nüsse. Zudem ist die Zahl der pflanzlichen Alternativen in letzter Zeit enorm gestiegen, so lässt sich eine vegane Ernährung noch einfacher umsetzen. Übrigens: Vegetarisch ernährt sich, wer auf Fleisch und Fisch verzichtet, aber Eier, Milchprodukte und Honig isst.

6 TIPPS FÜR DEN EINSTIEG

1. Alles eine Frage der Planung!

Für den Start am besten die Vorräte checken, meistens ist schon eine große Auswahl an veganen Le-

bensmitteln im Haus, wie Pflanzenmilch, vegane Margarine, Nüsse, Soja- oder Kokosjoghurt, Müsli und Haferflocken, reichlich Obst und Gemüse, Vollkornnudeln und -reis, Tofu und Brot. Sonst entsprechend aufstocken. Ein Wochen-Ernährungsplan hilft beim Einstieg, den gibt es auf www.utoxia.de.

2. Viele Lebensmittel sind von sich aus vegan

Dazu gehören Nudeln, Reis, Tomaten und andere Gemüse aus der Dose, Kichererbsen und Kidneybohnen, Marmelade und Konfitüre, Kokosmilch, Tomatenmark, viele Cracker und Kekse, Kräuter und Gewürze, diverse Saucen, Tee, Kaffee und Bier. Dadurch sind viele selbst gekochte Speisen wie Currys mit Reis, Gemüsepfannen mit Nudeln oder Spinat mit Kartoffeln von sich aus vegan!

3. Entspannt rangehen

Der übliche Speiseplan muss nicht komplett umgebaut werden. Wer gerne Käsesandwiches isst, kann einfach eines mit der veganen Alternative zubereiten. Auch bei Eis oder Schokolade gibt es inzwischen Dutzende rein pflanzliche Sorten.

4. Vegan snacken

Fürs kleine Energietief oder zum Snacken finden sich Klassiker wie Studentenfutter, Nuss-Mix oder Müsliriegel. Auch spezielle Proteinriegel aus Datteln, Feigen und anderen getrockneten Früchten gehören dazu. Und natürlich Obst oder Möhren zum Knabbern.

5. Neue Rezepte ausprobieren

Es gibt unzählige Kochbücher mit veganen Rezepten oder auch im Internet Ideen, die eine neue Welt von Gerichten eröffnen. Wichtig dabei: hochwertige Zutaten, keine allzu lange Zutatenliste und leckere Gewürze, die für den geschmacklichen Unterschied sorgen.

6. Genussvoll ohne Zwang

Auch bei veganer Ernährung sollte der Genuss immer an erster Stelle stehen. Und falls doch nur etwas Nicht-Veganes auf der Menükarte steht oder der Wunsch nach dem geliebten nicht-veganen Snack zu groß wird – kein Problem. Jede vegane Mahlzeit zählt für eine bewusstere und achtsamere Lebensweise.

Unsere veganen
Feinkostprodukte

LAUX MACHT MIT!

Besonders cool: Viele Unternehmen machen beim Veganuary mit – auch in der LAUX Feinkost-Manufaktur lassen sich ganze Teams darauf ein. Dabei können sie sich auf mehr als 600 vegane Produkte im LAUX Sortiment stützen. Diese Gewürze, Saucen, Senf und Feinkostprodukte bis hin zu Likören und Spirituosen sorgen für extra Genuss im veganen Speiseplan. **Mehr Infos und die Anmeldung fürs 30-Tage-Mail-Programm mit Infos, Rezepten und Tipps gibt es auf veganuary.de.**



JETZT MITMACHEN AUF WWW.VEGANUARY.DE

PROBIER'S VEGAN. DIESEN JANUAR.

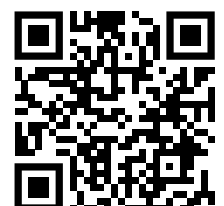
VEGANUARY IST EINE GEMEINNÜTZIGE ORGANISATION UND KAMPAGNE: WIR MOTIVIEREN WELTWEIT MENSCHEN DAZU, SICH IM JANUAR VEGAN ZU ERNÄHREN – UND DARÜBER HINAUS.

Jedes Jahr starten Hunderttausende rein pflanzlich in den Januar: Das kann gut für die Gesundheit sein, hat enorme Auswirkungen auf die Umwelt und bewahrt das Leben vieler Tiere.

**98%
WEITER-
EMPFEHLUNG**

VEGANUARY

BESUCHE DIE VEGANUARY WEBSITE, ERFAHRE MEHR UND MELDE DICH KOSTENFREI AN:





🕒 40 min 🍴 4 ♦♦♦ Einfach 🌱 Vegan

CURRY-REIS MIT BROKKOLI UND BLUMENKOHL

mit LAUX Curry Dip & Gewürz

Schritt 1: Reis nach Packungsanleitung mit Wasser, Curry und Brühe kochen, bis das Wasser aufgesogen ist. Nüsse und Cranberrys grob hacken. Brokkoli- und Blumenkohlrischen ca. 5 Minuten in kochendem Wasser garen, herausnehmen.

Schritt 2: Garflüssigkeit mit Sahne in einer Pfanne erwärmen. Würzmischung einrühren, aufkochen. Kohlröschen zugeben, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten gar kochen, ab und zu umrühren. Nüsse und Cranberrys unterrühren. Mit Senf abschmecken. Kresse darüber streuen. Mit Curry-Reis servieren.

Zutaten:

250 g Reis
500 ml Wasser
2 TL LAUX Curry Dip & Gewürz
1 TL Gemüsebrühe
30 g Walnusskerne
30 g getrocknete Cranberries
300 g Brokkoli
300 g Blumenkohl
100 ml Hafersahne
1 Pack Würzmischung für rotes Curry
1 TL LAUX Feigen Senf
1 Pack Kresse
Salz & Pfeffer



CURRY DIP & GEWÜRZ

79 g | 161507
17 g | 16507

Orientalisch-pikant für Dip & Curry

Mit gerösteten Gewürzen,
Kurkuma, Chili & Petersilie

Typischer Curry-Geschmack,
leicht scharf und fruchtig

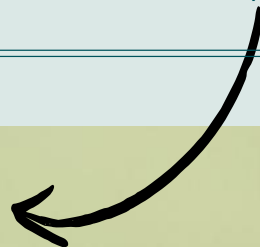
Mit Crème fraîche oder veganer
Alternative zum Dip verrühren

Gewinnspiel

MITMACHEN & GEWINNEN!

Damit gelingt ein fitter Start in den Frühling bestimmt! Unser "Vegane Lieblinge" Geschenkset begeistert nicht nur Veganer mit einer extrafeinen Auswahl von 6 handgemachten, veganen Feinkost-Spezialitäten in Originalgröße.

Wir verlosen 3 x 1 "Vegane Lieblinge" in unserem Online-Gewinnspiel auf <https://laux-deli.de/raetsel/18>



GESCHENKSET
„VEGANE LIEBLINGE“
11602

3x
ZU GEWINNEN



TEILNAHMEBEDINGUNGEN:

Das Gewinnspiel läuft bis zum 21. März 2023. Teilnahme ab 18 Jahren, Wohnsitz in Deutschland. Gewinner*innen werden aus allen Teilnehmenden per Los ermittelt und per E-Mail benachrichtigt. Ein Rechtsanspruch ist ausgeschlossen. Alle weiteren Teilnahmebedingungen auf: <https://laux-deli.de/tb-raetsel>

FEEL-GOOD-GETRÄNKE MIT PEP

Kleiner Frische-Shot gefälltig? Oder eine superfruchtige Alternative zum Soft Drink? Mit Essigkreationen, fruchtigen Teesorten und einem kleinen Gewürzextra kommt Abwechslung ins Glas. 3 schnelle Mini-Rezepte mit extraleckeren Zutaten.



SELBST GEMACHTER HIMBEER EISTEE

mit delica Himbeer Tee & Rittergut Valenbrook Limetten-Basilikum Sirup

Zubereitung: 5 TL Himbeer Tee mit 1 Liter 80 °C heißem Wasser aufgießen und 3 Minuten ziehen lassen. Sirup und Saft der Limette unterrühren, abkühlen lassen und mit frischer Minze dekoriert genießen. Schmeckt auch warm!

Zutaten:

delica Himbeer Tee
RV Limetten-Basilikum Sirup
1 Limette
Frische Minze

Erfrischende säuerlich-
süße Note



RHABARBER SWITCHEL

mit Rittergut Valenbrook Essig & Holunderblüten-Minze Sirup

Zubereitung: Alle Zutaten in eine große Karaffe geben und mit einem langen Löffel umrühren. Auf Eis servieren. Als Aperitif mit Secco statt Mineralwasser aufgießen.

Zutaten für 10 Shots:

6 cl RV Rhabarber Essig
6 cl RV Holunderblüten-Minze Sirup
0,7 l Mineralwasser mit Kohlensäure

INGWER-ZITRONEN-SHOT ALS VITAMIN-BOOST

mit LAUX Golden Milk Gewürz

Zubereitung: Bio-Ingwer unter kaltem Wasser waschen (falls konventionell, die Schale mit einem Löffel abkratzen), dann sehr fein hacken. Mit dem Zitronensaft, Honig und Golden Milk Gewürz (enthält Kurkuma und Pfeffer) in einem Standmixer gründlich mixen. Falls der Shot zu scharf ist, 100 ml Orangensaft unterrühren.

Am besten frisch mit einer Prise Golden Milk Gewürz genießen. Restliche Shots in ein steriles Fläschchen füllen, so bleiben sie im Kühlschrank ein paar Tage haltbar.

Zutaten für 10 Shots:

100 g Ingwer (unbehandelt)
Saft von 5 Zitronen
3 EL flüssiger Honig oder Ahornsirup
½ TL LAUX Golden Milk Gewürz
Evtl. 100 ml Orangensaft

LEICHT & LECKER GENIESSEN

Diese Snacks für unterwegs oder fürs Büro lassen sich wunderbar vorbereiten und helfen dabei, sich auch im trubeligen Alltag gut und ausgewogen zu ernähren. Der Clou: Fein abgestimmte Saucen und Dips, die alles im Handumdrehen einfach lecker machen. Wir haben drei feine Rezepte to go!



ASIA SOUP TO GO

mit LAUX Sweet Chili Sauce

Schritt 1: Nudeln nach Packungsanweisung kochen. Währenddessen die Erbsen auftauen. Karotten schälen und raspeln. Spinat waschen und trockenschleudern. Rotkohl putzen und in feine Streifen schneiden. Sojasprossen abtropfen lassen. Hühnerbrust oder Tofu mundgerecht in Stücke schneiden.

Schritt 2: Brühe und Saucen gut verrühren. Auf vier große Gläser mit Schraubverschluss verteilen. Darauf 1/8 der Nudeln geben und gut verrühren, die restlichen Zutaten darüber stapeln. Mit einer Nudelschicht enden. Deckel verschließen. Kurz vor dem Servieren mit heißem Wasser aufgießen, umrühren und genießen. Eventuell mit Limettensaft und LAUX Sweet Chili Sauce und Chiliflocken abschmecken.

Zutaten:

350 g Soba Nudeln
120 g TK-Erbsen
2 Karotten
60 g frischen Babyspinat
120 g Rotkohl ohne Strunk
120 g eingelegte Sojasprossen
300 g gebratene Hühnerbrust
oder Räuchertofu
3 EL gekörnte Brühe
5 EL Sojasauce
2 EL LAUX Sweet Chili Sauce
Evtl. 1 Limette



**SWEET
CHILI SAUCE**

145 ml | 7900603

Begeistert mit fruchtig-süß-saurem Geschmack, einem Hauch Knoblauch und feiner Schärfe.

Eignet sich wunderbar zum Dippen von Frühlingsrollen, Satay-Spießen & Co.



🕒 10 min 🍴 4 ♦♦♦ Einfach

PASTRAMI SANDWICH

mit LAUX Café de Paris Dip

Schritt 1: Café de Paris Dip mit heißem Wasser verrühren und ein paar Minuten ziehen lassen. Mit Crème fraîche oder veganer Mayonnaise glattrühren und nach Wunsch mit Pfeffer abschmecken. Roggenbaguette halbieren, Gurken längs in Scheiben schneiden, Pastrami aus dem Kühlschrank nehmen.

Schritt 2: Die Unterseite des Baguettes großzügig mit dem Café de Paris Dip bestreichen, den Rest des Dips in ein kleines Schälchen füllen. Zuerst Pastrami-Scheiben ziegelartig aufs Baguette legen, nach Wunsch pfeffern. Dann großzügig Essiggurken auf der Pastrami verteilen, mit dem Baguette-Oberteil bedecken. Pastrami-Baguette in vier Stücke schneiden und jedes Sandwich mit einem Bambus- oder Holzspieß fixieren. Mit dem extra Café de Paris Dip servieren.

Schritt 3: Für unterwegs das Pastrami-Sandwich in Butterbrotpapier einschlagen und ggf. mit einem Gummiband fixieren. Übrigen Dip in ein kleines Schraubglas füllen und zum Dippen mitnehmen. Wenn das Sandwich erst später gegessen wird, beides im Kühlschrank aufbewahren.

Zutaten:

3 TL LAUX Café de Paris Dip

1 EL heißes Wasser

6 EL (vegane) Crème fraîche oder Mayonnaise

1 Roggen- oder Körnerbaguette (ca. 40 cm)

8 mittelgroße Essiggurken

300 g (vegane) Pastrami (geräucherte Rinderbrust) in feinen Scheiben

LAUX Malabar Pfeffer

4 Bambus-Spieße mit Knoten oder Holzspießchen



CAFÉ DE PARIS DIP

70 g | 161455

15 g | 16455

Französisch inspirierte Gewürz-
zubereitung in Manufaktur-Qualität

Fein-würzig mit leichter Zitrusnote
sowie Petersilie, Knoblauch, Kurkuma
& Estragon

🕒 15 min 🍴 4 ♦♦♦ Einfach

LACHS-AVOCADO-SANDWICH

mit KÜCHENBUDDY Barbeque Sauce Zitrone & Dill

Schritt 1: Avocado halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch aus der Schale heben. Längs in Scheiben schneiden und mit Limettensaft beträufeln. Salatblätter waschen und trockentupfen.

Schritt 2: Toast auf kleiner Stufe im Toaster rösten. Alle Scheiben großzügig mit Barbeque Sauce bestreichen. Zwei Toastscheiben mit der Hälfte von Lachs, Avocado und Salat belegen, darauf eine weitere Scheibe Toast legen, diese auch mit Dip bestreichen und die restlichen Zutaten darauf verteilen. Jeden Mini-Turm mit einer Scheibe Toast upside-down bedecken und vorsichtig diagonal halbieren. Die Sandwiches mit einem Bambus- oder Holzspieß fixieren und sofort servieren. Zum Mitnehmen in eine Bento-Box legen und möglichst kühl aufbewahren.

Zutaten:

4 Scheiben Räucherlachs (ca. 120 g)

5 EL KÜCHENBUDDY Barbeque Sauce
Zitrone & Dill

1 Avocado

1 Limette

6 Scheiben Toastbrot

4 Blätter Romanesco Salat

LAUX Malabar Pfeffer aus der Mühle

Bambus Knoten-Sticks oder Holzstäbchen



BARBEQUE SAUCE ZITRONE & DILL

Würzig | Fruchtig | Süß

Nicht nur zum Grillen und Braten
eine aromatische Bereicherung.

230 ml | 80800021

SPEZIAL: ESSIG



ESSIG – VIEL MEHR ALS DAS TUNING FÜRS DRESSING

Ein Schuss Essig gehört in (fast) jedes Salatdressing, doch Essig kann noch viel mehr. Die exklusiven Essig-Spezialitäten aus unserer LAUX Manufaktur begeistern mit fantastischem Aroma und unglaublicher Vielfalt von Aceto Balsamico bis Weinessig.

In der modernen Küche macht ein guter Essig nicht nur Gurken und Gemüse haltbar oder Sauerbraten mürbe, sondern rundet Saucen und Dips ab, verfeinert sogar Desserts oder Eiscreme und findet als Aperitif und Feel-Good-Getränk immer mehr Fans. Warum das so ist? Handgemachte Premium-Essig-Spezialitäten liefern für jeden Einsatz spannende Aromen. Aus unserer LAUX Manufaktur kommen die leckersten Sorten von fruchtigem Apfelessig über feinen Balsamico bis hin zu Essigkreationen auf Basis von hervorragendem Obst- und Weinessig. Alle Essige sind handgemacht aus besten Zutaten, mal mit mehr oder weniger Säure oder fruchtiger Süße, immer mit extra viel Aroma und auf jeden Fall ein feines Extra für viel kulinarischen Genuss ganz ohne Geschmacksverstärker.

WIE DURCH ZUFALL EIN UNERSETZLICHES LEBENS-MITTEL ENTSTAND

Essig ist eigentlich das geniale Ergebnis eines zufälligen Aufeinandertreffens von Wein mit in der Luft vorkommenden Essigbakterien. Das Ergebnis: Saurer Wein, der zum Trinken nicht mehr genießbar ist, aber zum Kochen und Konservieren von Lebensmitteln ideal. Heute wird bei der Essigherstellung nichts mehr dem Zufall überlassen. Aus hochwertigen Zutaten werden bei LAUX in der Tradition des jahrtausendalten Handwerks eigens entwickelte Rezepturen umgesetzt. So verwandeln unsere spezialisierten Fachkräfte hochwertige Obst- und Weinessige zu feinsten Essigkreationen, die für ganz besondere Geschmackserlebnisse sorgen.

VON APFELESSIG BIS ROSÉ BALSAMICO

Da gibt es extrafruchtigen Essig mit Holsteiner Cox Äpfeln aus dem Alten Land und andere hochwertige Fruchtessige mit Birne oder Rhabarber aus der Region sowie raffinierte mit natürlichen Fruchtauszügen aromatisierte Weinessige. Balsamessige, wie der Aceto Balsamico, der im Holzfass reift und mit einem intensiven Aroma überzeugt, genauso wie

verschiedene fein-würzige Balsamico-Essige von Bianco bis Rosé und dem fruchtigen Apfel Balsamico. Als Kreationen mit weniger Essigsäure, aber genauso viel Aroma punkten die LAUX Aperitifs, die je nach Sorte mit einem Extra an Himbeeren oder Schwarzer Johannisbeeren begeistern – und die mit Secco oder Sprudel aufgegossen ihrem Namen alle Ehren machen.

Und dann sind da die besonders cremigen, säurearmen und mit schöner Farbe überzeugenden LAUX Balsame mit extrahohem Fruchtanteil von Mango bis Orange oder fein-duftig als Bier Balsam. Cremas sind überhaupt das Highlight für jeden Gourmet und Hobbykoch, da sie dank feinsten Dattelsüße fruchtig-milde Akzente setzen. Die dickflüssige Crema all'Aceto Balsamico di Modena I.G.P. ist unverzichtbar, wenn es ums Dekorieren und Glasieren von Desserts, Käseplatten und Carpaccio geht. Und wer sich nicht entscheiden kann oder eine kleine Vielfalt probieren möchte, bekommt mit dem Essig-Geschenkset 5 handgemachte, superaromatische Essigkreationen in Probiergröße.





WELCHER ESSIG PASST WOZU? KLEINES ESSIGSORTEN-ABC

Aceto Balsamico und **Balsamico-Essige** besonders würzig für Italian Dressing, Saucen und Suppen.

Aperitifs (3 % Säure) mit viel Frucht für sommerliche Blattsalate, als Topping von Vorspeisen, Obstsalat und Desserts.

Apfelessig und andere **Fruchtessige** auf Basis von Weißweinessig im Shot mit Zitronensaft als täglicher Frische-Kick, in Schorlen, zu Obstsalat und Vinaigretten.

Balsame (3 % Säure) verfeinern hocharomatisch Aperitifs, Saucen, Ziegenkäse, Carpaccio oder gegrilltes Fleisch.

Cremas und **Fruchtbalsame** sind sämiger, cremige Essigkreationen mit wenig Säure als Topping für süße und salzige Gerichte, als Glasur für Vorspeisen, Käse und Desserts.

FUNFACT

Seit 10.000 Jahren nutzen die Menschen den Essig als Würzmittel in der Küche, aber auch als Volksmedizin, Hausmittel oder zur Stärkung. Gemischt mit Eiern und Wasser wurde er römischen Soldaten als stärkendes Getränk verordnet und es gab bereits damals delikate Essigsorten, die für besondere Anlässe der feinen römischen Gesellschaft aus dem ganzen Mittelmeerraum importiert wurden.



HIMBEER APERITIF

250 ml | 2515332

Weitere köstliche
Essige gibt es hier





ACETO BALSAMICO
250 ml | 2515426



ROSÉ BALSAMICO
250 ml | 2515480



APFEL ESSIG
200 ml | 3310019



**CRANBERRY
BALSAM**
250 ml | 2515357



**BIER
BALSAM**
250 ml | 2515356



**CREMA ALL'ACETO BALSAMICO DI
MODENA AI FRUTTI DI BOSCO**
250 ml | 25110802



MANGO FRUCHTBALSAM
250 ml | 2515421

ESSIG & ÖL MATCHING LISTE

Für noch mehr Dressing-Vielfalt haben wir die besten Öl-Essig-Kombis für Salate gematcht.

	 APFEL ESSIG-SPEZIALITÄT # 3310019	 FEIGE DATTEL BALSAM # 2515365	 HASELNUSS BALSAM # 2515305
 OLIVENÖL MORESCA # 2515565		 Feldsalat	 Portulake
 ZITRONEN-GRAS ÖL # 2515660	 Rohkost		
 WALNUSS ÖL # 2515502	 Kartoffeln		
 MACADAMIA-NUSS ÖL # 2515537			
 RUCOLA ÖL # 2515541			 Kartoffeln



**SCHWARZER
JOHANNISBEER
ESSIG**
2515406



**BALSAMICO
BIANCO**
2515201



**RHABARBER
ESSIG-
SPEZIALITÄT**
3310004



**ACETO
BALSAMICO
CREMA**
25110800



NEUES VOM STERNEKUCH

ESSIG UND GEWÜRZE

STERNEKUCH,
TV-KUCH
& BUCHAUTOR

FEINKOST
by
HARALD RÜSSEL

RÜSSEL
Landhaus

Harald Rüssel

NEUES VOM STERNEKOCHE HARALD RÜSSEL

Jetzt hat der Sternekoch und Buchautor zu seinem Senf by Harald Rüssel auch fantastische Essigsorten und Gewürze komponiert – wieder mit regionalem Bezug und viel Aroma!

Nachdem der bekannte TV-Koch Harald Rüssel im vergangenen Jahr Duft und Geschmack seiner Heimat in drei Senf-Sorten gepackt hat, erweitern jetzt drei aromastarke Essigsorten, drei Gewürze und zwei Gewürzsalez die geschmackvolle Produktserie. Alle exklusiven Rezepturen wurden aus besten Zutaten und von Hand in der LAUX Manufaktur zubereitet und abgefüllt. Wir stellen die kulinarischen Perlen vor!



© Benny Dutka



NEU

APFEL BALSAM ESSIG BY HARALD RÜSSEL

Apfelessig 100 % langsam und natürlich fermentiert. Begeistert mit perfekter Balance aus Säure und Frucht.

250 ml | 720433



NEU

WEISSWEIN BALSAM ESSIG BY HARALD RÜSSEL

Weißweinessig und konzentrierter Traubenmost finalisiert im Barrique-Fass vom Weingut Nik Weis.

250 ml | 720434



NEU

ROSÉ BALSAM ESSIG BY HARALD RÜSSEL

Weißweinessig mit natürlicher Färbung durch 6 Monate Reifezeit im Spätburgunder-Fass.

250 ml | 720435

LECKER LECKER LECKER



WILD GEWÜRZSALZ BY HARALD RÜSSEL

Für Kurzgebratenes von Reh, Wildschwein & Hirsch.

135 g | 161519

Fein abgeschmecktes, mittelgrobes Steinsalz mit den wärmenden Gewürzen Piment, Kardamom, Zimt und Nelken. Mit einem Hauch von Chili und Orange. Tipp: Ideal für Wildsteaks, zum Grillen von dunklem Fleisch und als Finishing-Salz.



NEU



FISCH GEWÜRZSATZ BY HARALD RÜSSEL

Fein-aromatisch abgeschmeckt für die kreative Fisch-Küche. Meersalzflöckchen natürlich aromatisiert mit Fenchel, Anis und Orangen. Für warme und kalte Speisen mit Fisch oder auch zu Krustentieren und Meeresfrüchten. Tipp: Passt auch zum Grillen im Sommer.

80 g | 161518

NEU



WILD GEWÜRZ BY HARALD RÜSSEL

Eine Gewürzmischung für Speisen mit Wild. Wunderbare Mischung hochwertigster Gewürze für Gerichte mit Reh, Hirsch oder Wildschwein. Feine geschmackliche Unterstützung für Ragouts und Geschmortes. Tipp: Bei Schmorgerichten erst zum Schluss mit Salz abschmecken.

55 g | 161515

NEU



WALD WIESE & WURZEL GEWÜRZ BY HARALD RÜSSEL

Kräftige Gewürzmischung für Suppen & Eintöpfe. 12 fantastische Gewürze, Kräuter und Gemüse verfeinern Suppen, Eintöpfe, Schmorgerichte oder Kartoffelspeisen. Mit roten Zwiebeln und Steinpilz. Tipp: Würzt auch Möhrengemüse und Kürbisgerichte.

55 g | 161516

NEU



KIMASU GEWÜRZ BY HARALD RÜSSEL

Asiatische Gewürzmischung mit feiner Schärfe. Äußerst schmackhaft & aromatisch für asiatische Nudel-, Geflügel- oder Fleischgerichte, Wok-Pfannen oder auch vegetarische Speisen. Pikant! Tipp: Für Grillmarinaden 1 Teil Gewürz plus 3 Teile Pflanzenöl verrühren.

60 g | 161517

OSTERBRUNCH

WILLKOMMEN ZUM OSTERBRUNCH

So ein gemütlicher Osterbrunch mit der Familie oder im Freundeskreis macht gute Laune und stärkt die Kräfte für die Ostereiersuche am Nachmittag. Wir haben leckere Rezeptideen für herzhaftes und süße Gerichte und eine Frühlingsbowl fürs extralange Osterfrühstück.





🕒 10 min 🍹 4 ♦♦♦ Einfach

PANCAKES

Mit Lapp & Fao Misses Vanilla Sirup

Schritt 1: Zuerst alle trockenen Zutaten in einer großen Schüssel vermischen.

Schritt 2: Eier trennen, Eigelb und Milch zum Mehl-Mix geben und zu einem cremigen Teig verrühren. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben.

Schritt 3: Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und darin jeweils 2-3 EL Teig ausbacken. Die Pancake-Größe sollte einen Durchmesser von etwa 10 cm haben. Nach etwa 2-3 Minuten wenden. Auf einem Teller stapeln. Mit Sirup und Obst nach Wahl anrichten und sofort servieren.

Zutaten:

250 g Mehl
2 EL Zucker
1 TL Backpulver
1 Prise Salz
2 Eier
200 ml Milch
3 EL LAUX Landöl mit Buttergeschmack
8 EL Lapp & Fao Misses Vanilla Sirup
Puderzucker
125 g Heidelbeeren oder Obst nach Wahl



MISSSES VANILLA SIRUP

200 ml | 8064004

Sirup mit feinsten Bourbon Vanille. Die Lapp & Fao Sirupe überzeugen, im Gegensatz zu industriell hergestellten Sirupsorten, durch den konsequenten Verzicht auf jegliche Farb-, Aroma- und Konservierungsstoffe.



🕒 40 min

👤 4

◆◆◆ Einfach

SPINATSALAT MIT BRESAOLA

mit LAUX Apfel Balsamico



**APFEL
BALSAMICO**

250 ml | 2515481

Schritt 1: Spinat und Rucola verlesen, waschen, trocken schütteln. Schalotten abziehen, in 1 EL Öl kurz andünsten und mit Apfelessig ablöschen. In eine kleine Schüssel umfüllen. Senf, Honig, restliches Öl dazugeben und mit den Zwiebeln gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Schritt 2: Spinat und Rucola auf vier Teller verteilen, Dressing darüber geben. Tomaten und Limetten waschen, halbieren oder vierteln. Auf dem Salat verteilen. Bresaola locker rollen, Parmesan hobeln und den Salat damit garnieren. Mit knusprigem Weißbrot servieren.

Langsam & natürlich fermentiert
für ein intensives Aroma

100 % reiner Apfel-Essig
mit 5 % Säure

Schmeckt frisch-fruchtig,
auch pur ein Genuss

Köstlich für Soufflés, Reisgerichte,
Saucen und Gerichte mit Zwiebeln

Zutaten:

150 g Babyspinat

50 g Rucola

2 Schalotten

5 EL Sonnenblumenöl

3 EL Apfel Balsamico

2 TL Valenbrocker Senf
mit Chili

1 EL Honig

Salz, Pfeffer

8 kleine Tomaten

2 Limetten

80 g Bresaola

(alternativ rohen Schinken)

100 g Parmesan

🕒 10 min + 2 h Marinierzeit 🍴 4 ♦♦♦ Einfach

GESCHMORTES SENFHÄHNCHEN

mit Valenbrooker Bratwurst Senf

Schritt 1: Hähnchen in 8-10 Stücke teilen, salzen und pfeffern. Knoblauch und Schalotte schälen und hacken bzw. würfeln. Tomaten und Kräuter waschen. 2/3 der Kräuter hacken.

Schritt 2: Im Bräter 3 EL Öl erhitzen, Fleisch darin rundum knusprig anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Knoblauch, Schalotte und Tomaten in die heiße Pfanne geben und andünsten. Mit Mehl bestäuben, kurz anrösten. Brühe, Senf und gehackte Kräuter dazugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schritt 3: Fleisch wieder zugeben und im Ofen (E-Herd: 200 °C, Umluft: 180 °C, Gas: Stufe 3) ca. 25 Minuten garen. Fleisch zwischendurch mit Sauce übergießen. Wenn das Hühnchen gar ist (Kerntemperatur 80-85 °C), Bräter aus dem Ofen nehmen, mit den restlichen Kräutern garnieren und sofort servieren. Dazu passt warmes Baguette oder auch ein knackiger Salat.

Zutaten:

- 1 Brathähnchen (ca. 1,5 kg)
- LAUX Meerspeisesalz
- LAUX Malabar Pfeffer aus der Mühle
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Schalotte
- 3 Tomaten
- Je 2-3 Stiele Thymian und Salbei
- 3 EL LAUX Landöl mit Olivenöl
- 1 EL Mehl
- 150 ml Geflügelbrühe
- 3 EL Valenbrooker Bratwurst Senf



VALENBROOKER BRATWURST SENF

Aromatische Senf-Mischung nach norddeutschem Gutsrezept.

Milde Schärfe, angenehme Säure und mit feiner Kräuternote. Samtige, leicht grobe Konsistenz. Top zur (Veggie-)Bratwurst und zum Verfeinern von Saucen & Dressings

210 ml | 3310025



GRANATAPFEL MIT CHILI LIKÖR

350 ml | 3505290

🕒 15 min 🍹 4 ♦♦♦ Einfach

GRANATAPFELBOWLE

mit Roséwein und LAUX Granatapfel-Chili Likör

Schritt 1: Granatapfel vierteln und Kerne auslösen. Mit Vanille und Likör im Bowlengefäß verrühren. Minze abbrausen, Blättchen vom Stiel zupfen. Zitrone heiß abwaschen und in Scheiben schneiden.

Schritt 2: Eiswürfel zur Granatapfel-Vanille-Likör-Mischung geben und mit Wein und Mineralwasser aufgießen. Auf Gläser verteilen und mit Minze und Zitronenscheibe servieren.

18 % Vol.

Fruchtig-süß und leicht herb: Granatapfel trifft in diesem Likör auf eine feine Chilischärfe.

Die perfekte Kreation zum puren Genuss, für besondere Desserts oder Cocktails.

Herb-frisches Aroma mit feiner Süße und angenehmer Schärfe.

Zutaten:

1 Granatapfel

½ TL Vanilleextrakt

100 ml LAUX Granatapfel-Chili Likör

2 Stiele Minze

1 Bio-Zitrone

Eiswürfel

700 ml Roséwein, z.B. BIO

Lúculo Cátulo Rosado

Navarra DO

0,7 l Mineralwasser

Weitere leckere
Rezepte für den
Osterbrunch gibt es
hier



**GRÜNER
PFEFFER**

55 g | 170229

AUSGABE 01 | WILLKOMMEN ZUM OSTERBRUNCH



**GRANATAPFEL
SECCO**

200 ml | 660406



**CAFÉ DE PARIS
SAUCE**

185 ml | 7900455



**SUNSHINE GIN
FESTIVAL**

500 ml | 5005801



**ROSA
PFEFFER**

45 g | 170231



**WEINBERGSPFIRSICH
LIKÖR**

350 ml | 3505100



**RIESLING
SECCO**

200 ml | 14601



**BRUSCHETTA
BÄRLAUCH**

60 g | 196444

LOVE IS IN THE AIR!



KLEINE GESCHENKE UND MITBRINGSEL

Ob zum Valentinstag, zum Frühlingsanfang, als Mitbringsel zum Osterbrunch oder einfach so, diese kleinen Genussgeschenke passen zu vielen Anlässen und verführen mit ihrem einzigartigen Geschmack.



Mehr feine
Geschenke zum
Valentinstag



SCHOKOTRÜFFEL MIT MACARONS

8022507



ZA'ATAR GEWÜRZ

170537



ALTER LAUX GESCHENKSET

11513



ZITRONENPFEFFER RÖHRCHEN

16277



CREMA DI BURRO AL TARTUFO BIANCO

7710043



ERDBEER PROSECCO FRUCHTAUFSTRICH

660107



VERSOL ROSSO

14534



ERDBEER SECCO

660102



KALAHARI SALZ

16483



DANKE GESCHENKSET

11601



VON GANZEM HERZEN TEE GESCHENKSET

669936



ÖL GESCHENKSET

11526



LIKÖR LIMONCELLO LIEBLINGSMENSCH

100 ml | 669906

Weitere köstliche
Mitbringsel gibt es hier



EI, EI, EIERLIKÖR



EIERLIKÖR PUR

500 ml | 5005168

EIERLIKÖR ORANGE

500 ml | 5005419

EI, EI, DREIERLEI EIERLIKÖR

Was wäre Ostern ohne Eierlikör? Die drei fantastischen Sorten *LAUX Eierlikör Pur*, *LAUX Eierlikör Schokotrüffel* und *LAUX Eierlikör Orange* begeistern mit einzigartiger Cremigkeit und verführerischem Geschmack nach Vanille, feinen Trüffelpralinen und sonnengereiften Orangen. Sie schmecken zimmerwarm pur zu Kaffee, im heißen Eiergrog oder im fancy Cocktail. Mit ihnen gelingen aber auch Torten und Desserts, wie die feinen Eierlikör-Cupcakes auf der nächsten Seite.



Tipps &
Rezepte zum
Eierlikör



EIERLIKÖR SCHOKOTRÜFFEL
500 ml | 5005335





🕒 45 min 🥄 12 ♦♦♦ Einfach

EIERLIKÖR CUPCAKES

mit LAUX Eierlikör Pur

Schritt 1: Eier, Zucker und Vanille mit einer Prise Salz schaumig rühren. Öl in einem feinen Strahl dazugeben und gut unterrühren. Mehl mit Mandeln und Backpulver mischen und nach und nach zur Eiermasse hinzugeben. Möhren schälen und fein raspeln und unter den Teig heben.

Schritt 2: 12 Cupcake-Förmchen in ein Muffinbackblech stellen, alternativ jeweils 2 Förmchen ineinanderstecken, dann den Teig darin verteilen. Im 175 °C heißen Backofen etwa 20-25 Minuten goldbraun backen. Auskühlen lassen.

Schritt 3: Für das Frosting Mascarpone mit einem Rührgerät aufschlagen und Puderzucker einrieseln lassen. Eierlikör dazugeben und nur so lange auf niedriger Stufe schlagen, bis alles schön cremig ist. Je einen Klecks Frosting mit einem kleinen Löffel oder der Spritztülle auf den Muffins zum Kreis formen. Schokolade grob raspeln und mit ein paar Zuckermanteln als Topping verzieren.

Zutaten:

- 2 Eier
- 100 g Zucker
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz
- 100 ml LAUX Landöl mit Buttergeschmack
- 100 g Mehl
- 100 g gemahlene Mandeln
- 1/2 Pck. Backpulver
- 150 g Möhren (geschält)
- 250 g Mascarpone
- 100 g Puderzucker
- 4 EL LAUX Eierlikör Pur
- 30 g Zartbitterschokolade
- 100 g bunte Mandeln im Zuckermantel

Verführerisch & so cremig:
Handgemachter Eierlikör

Exquisite Likör-Spezialität für
besondere Momente

Zarter Genuss mit feiner Vanillenote
Schmeckt pur, zu Eis, im Eierpunsch
oder Cocktail

Auch lecker für Kuchen und Desserts



EIERLIKÖR PUR

500 ml | 5005168



LECKER, LECKER, LAUX!

Seit mehr als 30 Jahren steht für uns Genuss auf dem Programm! Als innovative familiengeführte Premium-Lebensmittelmanufaktur bieten wir seit 1990 feine Leckereien und beste Spirituosen an: handgemachte Feinkostprodukte, Öl und Essig, Senf, Gewürze und Dips sowie Edelbrände und Liköre – hergestellt aus besten, ausgewählten Zutaten in Deutschland an der schönen Mosel. Unsere erfahrenen Köche und Destillateurmeister entwickeln immer wieder neue spannende Rezepturen, die jeden Gaumen begeistern und Lust auf unkomplizierten Genuss im Alltag machen.

Und dafür sind wir ausgezeichnet: 2021 mit dem Bundesehrenpreis in Gold für hervorragende Leistungen in der DLG-Qualitätsprüfung für Spirituosen – die höchste Auszeichnung der deutschen Ernährungswirtschaft. Darauf sind wir besonders stolz! Genauso wie auf die 17 DLG Gold-Medaillen, die wir 2022 für unsere beliebtesten Liköre und Edelbrände erhalten haben und den Preis für langjährige Produktqualität, der uns 2022 zum 12. Mal in Folge von der DLG verliehen wurde.

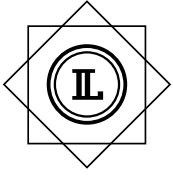


**Preis für
langjährige
Produktqualität**



Feinkost & Spirituosen Spezialitäten aus unserer LAUX Manufaktur gibt es mit exklusiver Beratung im ausgewählten Fachhandel und online unter www.laux-deli.de





Handgemacht aus eigener Produktion



laux.deil | www.laux-deil.de