

## FRISCHE GRÜNE BOHNEN IN OLIVENÖL

Rezept für 4 Personen · Zubereitungszeit 45 Min.

### Zutaten

1 Tasse OlivenGold  
1 kg frische grüne Bohnen (geputzt)  
2 mittelgroße rote Zwiebeln (gewürfelt)  
1 Tasse frische Petersilie (gehackt)  
1 Nelke  
1 TL Tomatenpaste  
Mehl, Pfeffer, Zucker.



### Zubereitung

In einer Pfanne das OlivenGold erhitzen und die Zwiebeln darin leicht anbräunen. Die Bohnen und die Nelke mitmischen, bis die Bohnen die Farbe zu einem starken grün wechseln. Petersilie, Salz und Pfeffer hinzufügen. Zum Ende binden mit Tomatenmark und wenig Wasser. Mit einer Prise Zucker abschmecken. Die Hitze reduzieren und ca. 40 Min. weiter köcheln lassen. Bei Bedarf die Sauce mit Wasser anreichern, bis die Bohnen weich sind und die Sauce sämig mit dem Olivenöl bindet.

**Serviervorschlag:** Auf Desserttellern anrichten, mit Feta und Bauernbrot.



## AUBERGINENSALAT

Rezept für 4 – 6 Personen · Zubereitungszeit 45 Min.

### Zutaten

250 ml OlivenGold  
5 große Auberginen  
5 Knoblauchzehen  
(Knoblauchpresse)  
50 ml weißer Essig

2 EL frisch gehackter Dill  
2 EL frische gehackte Petersilie  
1 gehäufter EL Meersalz  
½ TL Paprikapulver süß  
½ EL Oregano

### Zubereitung

Die Auberginen waschen und rundum mit einer Gabel flächendeckend einstechen. Bei 240 Grad im Ofen auf ein eingöltes Backblech für 20 Minuten backen. Danach herausnehmen und für 10 Minuten in Lebensmittelbeutel geben, bis sich Kondenswasser bildet. Die Auberginen halbieren und das Fruchtfleisch vom Stielansatz mit einem Teelöffel herausnehmen. Die Masse mit einer Gabel zerquetschen und die gepressten Knoblauchzehen hinzugeben. Noch einmal zusammen mit der Gabel bearbeiten. Die Masse in einer Rührschüssel mit den Dill, der Petersilie, dem Salz, dem Paprikapulver und den Oregano verrühren. Danach das OlivenGold und den Essig unterrühren bis eine gebundene Masse entsteht.

**Serviervorschlag:** 100 g geriebener Feta, 4 – 5 Kirschtomaten halbiert Auf einen Servierteller geben und mit OlivenGold überziehen. Die halbierten Kirschtomaten und den gehobelten Feta darauf verteilen. Passt hervorragend zu Essen aus dem Ofen wie: Musaka, Pastizio (Nudelauf- lauf) und in Öl gebackenem Fleisch etc.



## ERFAHRUNGEN VON ANWENDERN VON OLIVENGOLD

„Meine sehr empfindliche und oft juckende Haut veränderte sich schon nach wenigen Tagen. Ich habe schon so viel probiert, aber euer Öl ist ein Hammer.“

„Ich habe mein Kind, das heftig an Neurodermitis leidet, mit dem Öl eingerieben. Schon nach dem zweiten Mal hörte der Juckreiz auf. Danke für dieses Öl.“

„Ich leide seit vielen Jahren unter Gelenkschmerzen. Ich rieb sie jeden Tag mit dem Öl ein und ich bin glücklich, dass sie deutlich weniger geworden sind. Das Öl tut mir fühlbar gut.“

„Wenn ich eine Erkältung habe, mache ich mir mit dem Öl Hals- oder Brustwickel. Am nächsten Tag ist die Erkältung stark abgeklungen oder gar ganz weg.“

## DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO 100 ML

Brennwert	3382 kJ / 823 kcal	einfach ungesättigte Fettsäuren	66 g
Eiweiß	0 g	mehrfach ungesättigte Fettsäuren	12 g
Kohlenhydrate	0 g	Cholesterin	0 g
Fett	91 g	Ballaststoffe	0 g
davon:		Natrium	0 g
gesättigte Fettsäuren	13 g		

## PREISE

Flasche à 750 ml	€ 15,90
6 Flaschen à 750 ml im Karton (eine Flasche gratis)	nur € 79,50



UNSER

OLIVENGOLD

VON DER KRAFTINSEL LESBOS



# OLIVEN GOLD

Dieses besonders hochwertige Olivenöl stammt von über 250 Jahre alten Olivenbäumen, die Robert Betz auf der griechischen Insel Lesbos, seiner Wahlheimat, bewirtschaftet.

Im Jahr 2010 kaufte er in der Nähe des Örtchens Petra zwei Grundstücke mit über tausend Olivenbäumen. Aus diesen und benachbarten Hainen stammt unser OlivenGold.



Dieses Öl ist nicht nur eine Köstlichkeit bei der Zubereitung vieler Speisen und Salate. Die in ihm gespeicherte Kraft ist gleichermaßen für die äußere und innere Anwendung am gesunden oder geschwächten oder kranken Körper ein wahrer Segen. Wer nur einen Teelöffel dieses Öls zu sich nimmt, schmeckt und spürt zunächst seinen besonders milden, säurearmen Charakter. Im Unterschied zu fast allen Olivenölen kann dieses Öl leicht pur eingenommen werden.

## WARUM IST DIESES ÖL SO WERTVOLL FÜR UNSEREN KÖRPER?

Lesbos war eine energetische Hochburg von ‚Atlantis‘, jener Zeitepoche, in der sich der Mensch noch seiner Liebesnatur und seiner großen Schöpferkraft und Gottverbundenheit bewusst war, sich im Einklang mit Mutter Erde und den Wesen der Natur befand und in großer Liebe und Harmonie miteinander lebte. Diese Liebe ist bis heute in der Insel, ihren Heilquellen, Felsen und Bäumen gespeichert, so auch im Öl der dortigen Oliven.

In diesen Jahren der großen Transformation von Erde und Menschheit ist die Insel dabei, die uralten in ihr gespeicherten Kräfte wieder zu offenbaren und uns Menschen zugänglich zu machen.

Diese Kräfte nutzen auch die jährlich über tausend Teilnehmer unserer Seminare, die während ihres Aufenthalts innerlich sehr bewegende und heilsame Stunden auf den Kraftplätzen der Insel erfahren.

## EINIGE ANWENDUNGS- UND GENUSSVORSCHLÄGE

- in allen Speisen, vor allem in Salat und Gemüse
- Zur äußeren Anwendung bei trockener, empfindlicher, juckender oder sonst angegriffener Haut
- Geben Sie Ihrem Badewasser regelmäßig 2 – 3 Esslöffel OlivenGold hinzu und Ihre Haut wird in wenigen Wochen seidenweich und glatt.
- Nutzen Sie OlivenGold auch beim Liebesspiel und beginnen sie es mit einer liebevollen Massage.
- Geben Sie jeden Morgen ein paar Tropfen auf die Mitte Ihrer Brust. Durch die Liebesenergie des Öls öffnet sich Ihr Herz-Chakra mehr und mehr für die Liebe zu sich selbst und zu Ihren Mitmenschen.
- Sie können auch täglich einen Teelöffel des Öls pur trinken. Es hinterlässt kein Kratzen im Hals und Sie genießen den milden, fruchtigen Geschmack.

## EIN KLEINES STÜCK LESBOS FÜR IHRE KÜCHE ZU HAUSE



### SCHOKOLADEN-ORANGEN TORTE

Ein Highlight aus dem Restaurant Majoran in Molivos

#### Zutaten für den Kuchenteig

- 320 g OlivenGold
- 400 g Zucker
- 600 g Zartbitter Kuvertüre
- 8 Eier
- 240 g Mehl gemischt mit einem TL Backpulver
- 150 g gemahlene Nüsse (Walnüsse, Haselnüsse oder Mandeln)



#### Zubereitung

Die Kuvertüre schmelzen, das Olivenöl mit einem Schneebesen langsam einrühren. 8 Eier mit dem Rührgerät schaumig rühren, nach und nach den Zucker einrieseln lassen, dann die gemahlene Nüsse oder Mandeln. Die flüssige Schoko-Öl Masse einrühren. Das Rührgerät beiseite stellen und das Mehl hinzusieben und mit einem Holzlöffel unterheben bis es feucht ist. Eine runde Kuchenform mit Olivenöl ausstreichen und die Teigmasse einfüllen. Im vorgeheiztem Backofen bei 160 Grad 25 Minuten backen. Auskühlen lassen.

#### Zutaten für die Creme Mousse au chocolate

- 240 g Mehl gemischt mit einem TL Backpulver
- 250 g Zartbitter Kuvertüre
- 6 Eier getrennt
- 30 g OlivenGold
- 1 Tasse Orangensaft
- geriebene Schale von einer Orange
- 4 Blatt Gelatine (3 g = 1 Blatt) in kaltes Wasser einweichen
- etwas zum Verzieren zum Bsp. Schokoraseln oder Zierplättchen

#### Zubereitung

Die Kuvertüre schmelzen und das OlivenGold einrühren, dann jedes Eigelb einzeln unterrühren. Die eingeweichte Gelatine mit den Händen ausdrücken und zu dem angewärmten Orangensaft rühren. Danach die Orangen-Gelatine zu der Schokoladenmasse geben. Das Eiweiß mit einer Prise Salz zu Eischnee schlagen und mit der Orangenschale unter die Schokoladencreme unterheben. Auf den Kuchenboden streichen. Die fertige Torte nach Belieben verzieren.

#### Zum Servieren

- 5 Orangen filetiert, 100 g Zucker
- In einer Pfanne etwas OlivenGold erhitzen, die filetierten Orangen mit 100 g Zucker karamellisieren.

