



## Bio Aromaküche



**LEBEN KOCHEN BACKEN**



Genussmomente für jeden Tag

## Über uns



### Herzlich Willkommen bei Vegaroma!

Schon seit meiner Jugend begleitet mich die Freude am eigenen Ausprobieren beim Kochen, Backen und Mixen, sowie die Liebe und Verbundenheit zur Natur. Mit dieser Leidenschaft im Herzen gründeten wir im Jahr 1997 unser Naturwaren Fachgeschäft. Inspiriert von 25 Jahren Erfahrung in der Aromakultur und Aromaküche und dem Kochen mit den Naturaromen ist 2006 Vegaroma® „gewachsener Geschmack“ entstanden.

Es ist für uns nicht nur ein Motto, sondern eine Botschaft und Lebensphilosophie. So sind vielerlei Erfahrungen und Anregungen von Freunden\*-, Kunden\*-, ausgezeichneten Aromaexpert\*innen und Anbaupartnern in diese Broschüre eingeflossen.

Dies nach dem Motto: Leben, Kochen und Backen mit Vegaroma.

Mit aromatischen Grüßen,

Deine Ingeborg Wäschenbach  
& das Vegaroma Team

*Ingeborg Wäschenbach*



Ingeborg Wäschenbach  
Demeter Zitronenplantage, Sizilien  
2013



## Bio-Aromaküche

### Anwendungen und Tipps

Die in der original Vegaroma® Bio Aromaküche aufgeführten Naturaromen werden idealerweise mit Hilfe von Verbindern bzw. Emulgatoren in die Speisen und Getränke eingearbeitet, da sie je nach Sorte wenig wasserlöslich, sondern eher in Pflanzenfasern gebunden oder fettlöslich sind!

### Verbinder bzw. Emulgatoren sind z.B.:

- jede Art von pflanzlichen Speiseölen und pflanzlichen Fetten
- pflanzliche Drinks, Sahnealternativen, Pflanzenmargarine etc.
- Quark, Butter, Joghurt, Milch, Sahne, Saure Sahne etc.
- Nuss- und Saatenmuse von allen Arten
- Teige für Brot, Brötchen, Kuchen etc.
- Fruchtmuse, Gemüsepüree, Smoothie etc.
- Frucht- und Gemüsesäfte, alkoholhaltige Mixgetränke, Weingeist etc.




### Hohe Ergiebigkeit: oft reichen 1 – 3 Tropfen!










#### für Salziges, Herzhaftes z.B.:

*Pflanzliche Brotaufstriche, Dip, Humus, Mayonnaise, Soja-sauce, Salz, Senf, Würzsaucen, Pesto, Essig, Balsamico, Weingeist, Fond, Pizza, Teige, Wrap, Quiche, Pesto, Snack, Chutney, Konserven, Wok, Kartoffelgerichte*

#### für Süßes, Fruchtiges z.B.:

*Sirup, pflanzliche Milch- und Sahnealternativen, Milchprodukte, Eiscreme, Honig, Vollrohrzucker, Fruchtsaft, Melasse, Malz, Feine Backwaren, Gelee, Marmeladen, Obstkonserven, Torten, Fruchtsalat, Punch, Tee, Erfrischungsgetränke*

Name	Seite	Suppen	Vorspeisen	Salate/ Rohkost	Aroma- gare/Ge- müse	Getreide/ Nudeln/ Tofu		Fleisch/ Fisch	Asiatische Gerichte/ Wok	Dips/Sau- cen	Desserts	Backen	Getränke
													
Basilikum	18	Eintopf, Tomatensuppe	Tomate Mozzarella, Antipasti, Ei	Blattsalat, Tomate	gedünstete Tomate, Aubergine, Kartoffel, Pilze, Zucchini	div. Nudelgerichte, Spaghetti		Fisch, Fleisch, Geflügel	Gemüse	Pesto, Saucen, Sugo, Tomatenpaste	Joghurt, Quark	Pizza, Snacks	Tomatencocktail, Tomatensaft
Bergamotte	12	kalte Sommer-suppe	Melonenvor-speise	Chinakohl, Frischkost	Kohl, Spargel	Milchreis(alt. Pflanzendrink), Tofu		glacierte Hüh-nerbrust	Bambussprossen	Butter, Dips, dressings, süße Saucen	Crèmes, Des-serts, Marzipan-pralinen, Quark, Sahne	Käsekuchen, Torten	Drinks, Earl Grey-Tee, Limonaden
Blutorange	13	Möhrensuppe	Frischkäse	Feldsalat		Milchreis(alt. Pflanzendrink)		Geflügel	Gemüse	Butter, Dips, dressings, süße Saucen	Crèmes, Des-serts, Marzipan-pralinen, Quark, Sahne, Eis	Topfkuchen, Torten	Drinks, Cocktails, Limonaden
Bourbon Vanille- extrakt	15	Weinschaum-suppe, Rote Bete-suppe, Möhrensuppe	Smoothies aller Art	Rohkost, Obstsalat	Gemüse	Grieß, Müsli, süßer Reis		Marinade		Chutneys, Dips, Joghurt, Jus, Marinaden	Crèmes, Eis, Pudding, Quark, Sahne, Schokola-lade, Sorbet	Gebäck, Torten	Bowlen, Cocktails, Drinks, Liköre, Mix-getränke
Capri	11		Smoothies aller Art	Rohkost, Obstsalat	Gemüse	Grieß, Müsli, süßer Reis		Geflügel Mari-naden		Chutneys, Dips, Joghurt, Jus, Marinaden	Crèmes, Eis, Pudding, Quark, Sahne, Schokola-lade, Sorbet	Kuchen, Torten	Aromawasser, Limona-den, Cocktails
Cardamom	26	Currysuppe			Gemüse	Basmatireis, Hirse, Müsli		Fleisch, Wild	Gemüse und Fleisch, Curry-gerichte	Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Desserts, Eis Pudding, Sahne	Weihnachtsge-bäck, Schokola-lade	Kaffee, Liköre, Mixge-tränke, Punsch, Tee
Curcuma	26	Gemüsesuppe	Aufstriche	Alle Gemüse	Gemüse	Basmatireis, Hirse, Müsli		Geflügel	Gemüse und Fleisch, Curry-gerichte	Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Desserts, Eis Pudding, Sahne	Gebäck	Kaffee, Milchalternati-ven-Drinks
Euro Asia	17	Ayurvedische Suppen	Indisches Dal	Polak	Gemüse	Tofu, Reinsnudeln		Geflügel	Gemüse und Fleisch, Curry-gerichte	Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Indischer Jo-ghurt	geröstete Nüsse	
Grapefruit	13	Kaltschale	Melone	Blattsalat, Frischkost		Müsli, süßer Reis		Fisch, Geflügel		Butter, Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Crèmes, Desserts, Eis, Kompott, rote Grütze, Sorbet, Schokolade	Schokoladen-kuchen	Longdrinks, Liköre, Limonaden, Milch-/So-jashakes
Ingwer	25	Brühe, Eintopf, Möhrensuppe	Pickles	Frischkost	viele Gemüse, Kürbis, Karotte	Basmatireis, ro-ter Reis, Quinoa, Tofu		Fisch, Geflügel, Kalbfleisch	Gemüse und Fleisch, Reis-currygerichte	Chutneys, Dips, Saucen	Aprikosen, Birnen, Des-serts, Grützen, Pudding	Gebäck	Bier, Liköre, Mixgeträn-ke, Weine, Ingwer-wasse
Kakao- extrakt	23	Möhrensuppe	süße Aufstriche	Frischkost	viele Gemüse, Kürbis, Karotte	Milchreis		Geflügel	Geflügel	Chutneys, Dips, Saucen	Crèmes, Desserts, Eis, Kofekt, Pudding Quark	Gewürzkuchen, Schokoplätz-chen, Kuchen	Drinks, Lassis, Liköre, Mixgetränke, kaffee
Koriander	26	Eintopf, Suppe	Frischkäse	Blattsalat, Frischkost	alle Gemüse	Dinkel, Gerste, Hirse		Fisch, Fleisch, Geflügel, Wild	Fisch, Fleisch, Geflügel, Ge-müse	Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Crèmes, Des-serts, Grütze, Kompott	Brot, Gebäck	Liköre, Limonaden, Milch-, Mix- und Soja-getränke
Kräuter & Co	17	Eintopf, Suppe	Aufstriche	Blattsalat, Frischkost	alle Gemüse	Dinkel, Gerste, Hirse		Fisch	Fisch, Fleisch, Geflügel, Ge-müse	Dips, Marinaden, Mayonnaise, Saucen	Joghurt, Quark	Brot, Gebäck	Gemüsesäfte
Lavendel	21	Fischbouillon, Eintopf		Blattsalat	Gemüse in französischer Küche	Dinkel, Gerste, Hirse		Fisch, Fleisch, Hammelbraten	Fisch, Fleisch, Geflügel, Ge-müse	Dressings, Mari-naden	Desserts, Eis, Honig	Tortensahne	Kräuterliköre, Milch- und Sojashakes
Lemongrass	25	Eintopf, Suppe	Melonensorbet	Blattsalat, Frischkost	Spargel	Tofu		Fisch, Geflügel	Bambus, Fisch, Geflügel	Butter, Dips, Ma-rinaden, Pasten, Saucen	Desserts, Kom-pott, Sorbet	Gebäck	Drinks, Limonaden, Milch-, Mix- und Soja-getränke

Name	Seite	Suppen	Vor-speisen	Salate/ Rohkost	Aromagare/ Gemüse	Getreide/ Nudeln/ Tofu		Fleisch/ Fisch	Asiatische Gerichte/ Wok	Dips/Saucen	Desserts	Backen	Getränke
													
Limette	12	Kaltschale	Avodacocrème	Avocado, Blattsalat	feine Gemüsesorten, Spargel	süßer Reis, Tofu		Fisch, Geflügel	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Joghurtsaucen, Marinaden, Quark	Desserts, Eis, Joghurt, Pudding	Kuchen, Gebäck	Aromawasser, Cocktails
Mandarine, rot	12	Kaltschale	Frischkost	Blattsalat, Chicoée, Frischkost	feine Gemüsesorten, Spargel	Grieß, Müsli, süßer Reis		Glaciertes Geflügel	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, salzige+ süße Marinaden, Mayonnaise	Eis, Joghurt, Kompott, Pudding, Quark, Sahne, Sorbet	Kuchen, Gebäck, Torten	Bowlen, Eiswürfel, Limonaden, Liköre, Longdrinks
O sole mio	17	Boullion, Eintopf, Minestrone	Antipasti, Frischkost	Blattsalat, Paprika, Tomate	Auflauf, kräftige Gemüse, Pilze, Tomate, Aubergine	Nudeln, Dinkel, Bulgur		Fleisch, Geflügel, Lamm	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Marinaden, Tomatensauce, Vinaigrette	Quark	Kekse	Gemüsesäfte
Orange	11	Geeiste Suppe, Kaltschale, Schaum	Antipasti	Blattsalat, Chicoée, Frischkost	Spargel	Grieß, süßer Reis		Glaciertes Geflügel	Geflügel, Gemüse	Cumberlandsauce, salzige und süße Dips, Marinaden	Eis, Honig, Kompott, Marmeladen, Pudding, Sorbet, Schokolade	Kuchen, Torten	Cocktails, Drinks, Glühwein, Liköre, Limonaden
Orangenzauber	23	Möhrensuppe	Frischkost, Frischkäse	Blattsalat, Chicoée, Frischkost	feine Gemüsesorten, Spargel	Bulgur		Geflügel, Lamm	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Sahne, marinaden	Eis, Honig, Kompott, Marmeladen, Pudding, Sorbet, Schokolade	Kuchen, Torten	Gemüse-, Obstsaft
Pfeffer, grün	24	Boullion, Eintopf, Gemüsebrühe	Eierspeisen, Pickles	alle Salate, Frischkost	alle Gemüse, Brokkoli, Blumenkohl, Kartoffel, Kohlrabi	Hirse, Reis, Nudeln, Polenta		Fisch, Fleisch, Geflügel	Currygerichte	Butter- und Sahnensaucen, Dips, Marinaden	speziell für Erdbeeren Früchtekompott	Brot, Gebäck	Frucht drinks, Tomatensaft
Pfefferminze	23	Minzschäum, Nektarinenkaltschale	Nektarinen-sorbet, Frischkäse	Apfelsalat, Blattsalat	Bohnen, Erbsen, Pilze	Hirse		Ente, Fisch, Hammel, Lamm	Fisch, Fleisch, Gemüse	Butter, Dips, Marinaden, Saucen	Desserts, Eis, Joghurt, Pfefferminzcreme, Schokolade, Sorbet	Kuchen, Gebäck	Chartreusenlikör, Cocktails, Eisgetränke, Minzlikör
Rose	21	Möhrensuppe	Aufstriche, Lassi	Apfelsalat, Blattsalat		süßer Reis, Tofu		Geflügel, Lamm	Fisch, Fleisch, Gemüse	Butter, Dips, Rosenessig, Rosenwasser	Desserts, Konfekt, Marzipan, Parfait, Rosenpudding	Gebäck, Torten	Bowlen, Liköre, Rosenlikör, Sirupe, Tee, Weine
Rosmarin	18	Boullion, Eintopf, Gemüse	Antipasti, Frischkost	Blattsalat, Paprika, Tomate	Auflauf, kräftige Gemüse, Pilze, Tomate, Aubergine	Nudeln, Dinkel, Bulgur		Fleisch, Geflügel, Lamm, Wild	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Joghurtsaucen, Marinaden, Quark	Quark	Rosmarinkex	Mixgetränke
Thymian	18	Boullion, Eintopf, Minestrone	Antipasti, Bohnen, Kürbis, Tomate	Blattsalat, Bohnen, Tomate	Aubergine, Linsen, Kartoffeln, Oliven	Nudeln, Dinkel, Bulgur		Fisch, Fleisch, Ente, Geflügel, Wildschwein	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Joghurtsaucen, Marinaden, Quark	Quark	Brot, Gebäck	Mixgetränke
Tonka Extrakt	25	Süße Suppen	Aufstriche, Müsli	Frischkost	feine Gemüsesorten, Spargel	Hirse, Reis, Nudeln, Polenta		Geflügel	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Joghurtsaucen, Marinaden, Quark	Eis, Joghurt, Kompott, Pudding, Quark, Sahne, Sorbet	Kuchen, feine Backwaren	Likör, Gin
Tonka-traum	27	Süße Suppen	Müsli, Obstsalat	Frischkost	feine Gemüsesorten, Spargel	Grieß, süßer Reis		Fisch, Geflügel	Fisch, Fleisch, Gemüse	Dips, Joghurtsaucen, Marinaden, Quark	Eis, Joghurt, Kompott, Pudding, Quark, Sahne, Sorbet	Kuchen, Torten	Kaffee, Liköre, Mixgetränke, Punsch, Tee
Yogis Inspiration	24	Gemüsesuppen	Porridge	Frischkost	feine Gemüsesorten, Spargel	Grieß, süßer Reis		Geflügel	Currygerichte	Butter- und Sahnensaucen, Dips, Marinaden	Eis, Joghurt, Kompott, Pudding, Quark, Sahne, Sorbet	Kekse, Kuchen	Cocktails, Drinks, Glühwein, Liköre, Limonaden
Zimt-Orange	24	Winterliche Suppen	Müsli, Obstsalat	Smoothie	feine Gemüsesorten, Spargel	Grieß, süßer Reis		Geflügel	Currygerichte	Butter- und Sahnensaucen, Dips, Marinaden	Eis, Joghurt, Kompott, Pudding, Quark, Sahne, Sorbet	Kekse, Kuchen	Cocktails, Drinks, Glühwein, Liköre, Limonaden
Zirbelkiefer	27	Eintöpfe	Antipasti	Blattsalat, Frischkost, Obstsalat	feine Gemüsesorten, Spargel	Hirse, Reis, Nudeln, Polenta		Fisch, Fleisch, Geflügel	Currygerichte	Butter- und Sahnensaucen, Dips, Marinaden	Honig	Gebäck	Cocktails, Drinks, Glühwein, Liköre, Limonaden
Zitrone	11	Kaltschale, Zitronenschaum	Antipasti, Zitronensorbet	Blattsalat, Frischkost, Obstsalat	Auflauf, Rotkohl, Spargel, viele Gemüsesorten	Grieß, Müsli, süßer Reis		Fisch (speziell blau), Geflügel, Kalb	Geflügel	Dips, salzige und süße Dressings, Vinaigrette	Desserts, Eis, Quark, Kompott, Sorbet	Gebäck, Kuchen	Drinks, Liköre, Limonaden, Mixgetränke

## Unsere Geschmackswelten



Der Vegaroma Slogan „gewachsener Geschmack“ beschreibt die rein pflanzlichen, gewachsenen Rohstoffe, aus Kräutern, Samen, Gewürzen und Früchten, die wir bei der Herstellung verwenden. Diese Naturprodukte sind die Grundlage dafür, dass mit der Zeit unser Produktangebot und das Sortiment wachsen konnten. So entwickelten sich aus der „Original Bio Aromaküche“ die Vegaroma „Geschmackswelten“.

<i>Fruchtwelten</i> .....	10
<i>Vanillewelten</i> .....	14
<i>Kräuterwelten</i> .....	16
<i>Blütenwelten</i> .....	20
<i>Spezialitäten</i> .....	22
<i>Würzöle</i> .....	28
<i>Würzpasten und Würzsalze</i> .....	36

**Unser Bio-Naturaromen-Sortiment  
100% naturreiner Geschmack**

A woman with glasses and a white long-sleeved shirt is smiling while cooking in a kitchen. She is using a wooden spoon to stir ingredients in a black frying pan on a gas stove. In the background, there are kitchen cabinets and a range hood. On the right side of the image, there is a green graphic with a leaf and the number '100'.

# Vorspeise Hauptgang Getränke Snacks



# Fruchtwelten



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



## Capri bio „süß-fruchtig“

Der Alleskönner  
Getränke, Süßspeisen,  
Desserts

Zutaten:  
Zitronenöl, Orangenöl

Getränke



Gebäck



Desserts



## Orange bio „fruchtig-frisch“

Sommer- & Winterküche  
Desserts, Müsli, Torten,  
Gebäck

Zutaten:  
Orangenöl

Desserts



Müsli



Gebäck



## Zitrone bio „spritzig-frisch“

Frühlings- & Sommerküche  
Joghurt, Getränke, Salate

Zutaten:  
Zitronenöl

Salate



Getränke



Gebäck





Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Bergamotte bio

„grün-fruchtig, herb-frisch“

Der Alleskönner  
Earl Grey Tea, Müsli,  
Spargel, Käsekuchen

Zutaten:  
Bergamottenöl



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Grapefruitöl bio

„spritzig-herb“

Frühlings- & Sommerküche  
Getränke, Cocktails, Smoo-  
thies

Zutaten:  
Grapefruitöl



### Mandarine rot bio

„fruchtig-süß“

Sommer- & Winterküche  
Cocktails, Eis, Gebäck

Zutaten:  
Mandarinenöl rot



### Blutorangenöl demeter

„süß-fruchtig“

Sommer & Winterküche  
Desserts, Müsli, Torten,  
Gebäck

Zutaten:  
Blutorangenöl



### Limettenöl bio

„fruchtig-herb“

Frühlings & Sommerküche  
Getränke, Cocktails, Smoo-  
thies

Zutaten:  
Limettenöl



## Reiner Geschmack für Wasser & Getränke

Auf ganz einfache Weise können Sie Ihrem Wasser (idealerweise in einer Glasflasche) einen aromafeinen Geschmack verleihen. Capri-, Grapefruit-, Limetten-, Pfefferminz- und Zitronenöl bio sind Vegaroma Geschmacksvarianten.

### ZUTATEN

- 1L Wasser
- 2 Tropfen Vegaroma Capriöl bio
- nach Wunsch Saft von 1/4 Zitrone oder etwas Agavendicksaft

### ZUBEREITUNG

Geben Sie den Zitronensaft, oder für eine süße Variante Agavendicksaft, auf einen Teelöffel und träufeln Sie den gewünschten Geschmack dazu. Verrühren oder schütteln Sie diese Mischung mit dem Wasser. Durch Zugabe des Emulgators (Zitronen-/Agavendicksaft) verbindet sich das Öl mit dem Wasser. Nach Wunsch noch mit Saft von 1/4 Zitrone oder etwas Agavendicksaft vermiteln und mit Fruchtscheiben dekorieren.

Rezept Maria M. Kettenring



# Vanillewelten



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



## Premium Bourbon Vanilleextrakt bio „vanillig-aromatisch“

Backküche  
Kuchen/Gebäck, Kaffee,  
Schokolade, Smoothies

Zutaten:  
Bourbon Vanilleextrakt

Desserts



Kaffee



Gebäck



## Bio Bourbon Vanilleschotenpulver „vanillig-aromatisch“

Backküche/Dekoration  
Kuchen/Gebäck, Desserts,  
Schokolade, Smoothies

Zutaten:  
Bourbon Vanilleschotenpulver

Gebäck



Desserts



Smoothies



## Bourbon Vanilleextrakt Auszug ohne Alkohol „vanillig-aromatisch“

Backküche  
Kuchen/Gebäck, Kaffee,  
Schokolade, Smoothies

Zutaten:  
Bourbon Vanilleextrakt

Gebäck



Desserts



Smoothies





# Kräuterwelten



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



## Kräuter & Co. bio „krautig-frisch“

Klassische deutsche Küche  
Salate, Marinaden, Suppen,  
Gemüse

Zutaten:  
Dill-, Bergamotten-, Fenchel-,  
Lorbeer-, Pfefferöl schwarz



## Euro Asia bio „exotisch-würzig“

Asiatische Küche  
WOK/Tofu Gerichte, Dips,  
Gemüse

Zutaten:  
Pfeffer- grün, Ingwer-, Lemongrass-,  
Bay-, Koriandersamen-, Limettenöl



## O sole mio bio „würzig-frisch“

Mediterrane Küche  
Pasta, Pizza, Antipasti,  
Salate

Zutaten:  
Rosmarin-, Thymian-,  
Mandarinenöl rot





Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Basilikumöl bio „krautig-frisch-grün“

Mediterrane Küche, Pasta, Pizza, Antipasti, Salate

Zutaten:  
Bio Alkoholdestillat, Basilikumöl

Antipasti



Pizza



Pasta



### Rosmarinöl bio „krautig-frisch“

Antipasti, Salate, Gemüse, Pasta, Grillgerichte

Zutaten:  
Rosmarinöl

Salate



Antipasti



Gemüse



Pasta



Salate



Antipasti



### Thymianöl bio „krautig-herb“

Pasta, Salate, Gemüse, Pizza, Antipasti

Zutaten:  
Bio Alkoholdestillat, Thymianöl



## Sushi (vegan)

### ZUTATEN

- 100 g Karotten
- 100 g Zucchini (optional 1/2 Avocado)
- 3 EL Erdnussöl
- 6 EL Reisessig
- 1 EL Sojasauce
- 2-3-Tropfen Vegaroma Euro Asia
- 300 g Sushi Reis
- 2 EL Zucker (oder andere Süße nach Wahl)
- 1/2 TL Salz
- 3-4 Noriblätter

### ZUBEREITUNG

Die Karotten und die Zucchini in feine Streifen schneiden und die Karotten 2-3 Minuten blanchieren. Aus Erdnussöl, 2 EL von dem Reisessig, Sojasauce und Vegaroma Euro Asia eine Marinade anrühren und das Gemüse darin mindestens eine halbe Stunde marinieren.

Den Reis gründlich waschen und anschließend in kaltem Wasser eine halbe Stunde ruhen lassen. Das Wasser abgießen und 300ml frisches Wasser hinzugeben und den Reis kurz aufkochen, danach 13 Minuten auf kleinster Stufe köcheln lassen und anschließend noch 10 Minuten mit geschlossenem Deckel quellen lassen. Währenddessen 4 EL Reisessig, den Zucker und das Salz leicht erhitzen bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Mischung unter den fertigen Reis heben und abkühlen lassen. Noriblätter mit der glatten Seite nach unten ,wenn vorhanden, auf eine Sushimatte legen und mit feuchten Fingern den Reis darauf verteilen. An einer Seite 4 cm zum verschließen frei lassen. Die Gemüsestreifen darauf legen und zu einer Rolle einrollen. In 3-4 cm lange Streifen schneiden und mit Sojasauce servieren.



Noch mehr leckere Rezeptideen findest du in unserem Rezeptforum



# Blütenwelten



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



## Rose bio „rosig-sinnlich“

Feine Rosenküche  
Liköre, Getränke, Desserts,  
Gebäck,

Zutaten:  
Bio Alkoholdestillat, Rosenöl

Getränke



Gebäck



Desserts



## Lavendel fein bio „blumig-krautig“

Sommersüßholz  
Cocktails, Eis, Suppen

Zutaten:  
Lavendelöl fein

Cocktails



Desserts



Suppen



## Rose bio „rosig-sinnlich“

Feine Rosenküche  
Liköre, Getränke, Desserts,  
Gebäck,

Zutaten:  
Bio Alkoholdestillat, Rosenöl

Getränke



Gebäck



Desserts



## Rosen-Apfel Aromadrink

### ZUTATEN

- 600 ml Apfelsaft, naturtrüb
- 400 ml Quell- oder Mineralwasser
- 2 Tropfen Vegaroma Rose
- frische Rosenblüten zum Dekorieren

Rezept Maria M. Kettenring und Vegaroma Team

### ZUBEREITUNG

Das Rosenaroma in den Apfelsaft träufeln, gut verrühren und anschließend mit Wasser auffüllen. Gut gekühlt, evtl. mit zerkleinertem Eis und frischen Rosenblüten servieren.

**Tipp:** auch als warmes Getränk für die kalte Jahreszeit...



# Spezialitäten



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



## Orangenzauber bio „fruchtig-warm“

Der Verführerische  
Süßspeisen, Cocktails, Eis,  
Kuchen

Zutaten:  
Orangen-, Neroli-,  
Mandarinenöl grün, Vanilleextrakt,  
Mandarinenöl rot, Kakaosextrakt,  
Rosenöl

Cocktails



Eis



Gebäck



## Kakaosextrakt bio „herb schokoladig“

Backküche  
Kuchen/Gebäck, Kaffee,  
Schokolade, Smoothies

Zutaten:  
Kakaosextrakt

Gebäck



Kaffee



Smoothies



## Pfefferminze bio „frisch- minzig“

Frühlings- & Sommerküche  
Getränke, Likör, Eis, Torten,  
Schokolade

Zutaten:  
Pfefferminzöl

Getränke



Eis



Gebäck







Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Zimt Orange bio „fruchtig-zimtig“

Herbst- & Winterküche  
Gebäck, Punsch, Bratapfelsaucen, Kaffee

Zutaten:  
Orangenöl, Zimtrindenöl,  
Vanilleextrakt

Gebäck



Kaffee



Desserts



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Lemongrass bio „würzig-herb“

Asiatische Küche  
Spargel, WOK Gerichte, Cocktails

Zutaten:  
Lemongrassöl

Spargel



Wok



Cocktails



### Pfeffer grün bio „würzig-frisch“

Klassische deutsche Küche  
Salate, Marinaden, Suppen,  
Gemüse

Zutaten:  
Pfefferöl grün

Salate



Suppen /  
Marinaden



Gemüse



### Tonka Extrakt bio „süß-mandelig“

Herbst- & Winterküche  
Kaffee, Desserts, Gebäck,  
Eis

Zutaten:  
Tonka Extrakt

Kaffee



Desserts



Gebäck



### Yogis Inspiration bio „ohne Nelke“

Herbst- & Winterküche  
Gebäck, Lassi, Tee, Joghurt

Zutaten:  
Ingwer-, Zimtrinden-, Cardamom-,  
Pfefferöl grün

Gebäck



Tee



Smoothies



### Ingwer „würzig-wärmend“

Asiatische- & Ayurvedische  
Küche  
Currys, Getränke

Zutaten:  
Ingweröl

Wok



Suppen /  
Marinaden



Getränke





Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Cardamom bio „exotisch“

Internationale Küche  
Kochen, Backen, Kaffee, Eis

Zutaten:  
Cardamomöl

Kaffee



Gebäck



Desserts



Vorspeise  Hauptgang  Dessert  Snacks  Getränke  Backen



### Zirbelkiefer bio „frisch-klar“

Gebäck, Cocktails, Suppen,  
Marinaden

Zutaten:  
Zirbelkieferöl

Gebäck



Cocktails



Suppen /  
Marinaden



### Curcuma bio „exotisch-warm“

Suppen, Gemüse, Marina-  
den, Dips

Zutaten:  
Curcumaöl

Suppen /  
Marinaden



Gemüse



Dips



### Tonkatraum bio „ein Träumchen“

Gebäck, Eis, Desserts,  
Cocktails, Kaffee, Tee

Zutaten:  
Tonka Extrakt, Bourbon Vanilleex-  
trakt, Kakaoextrakt

Gebäck



Desserts



Cocktails



### Koriander bio „würzig-aromatisch“

Suppen, Gemüse, Dips, Brot

Zutaten:  
Korianderöl

Suppen /  
Marinaden



Gemüse



Dips



### Tonkatraum-Beeren Eiscreme - vegan

#### ZUTATEN

- 2 gefrorene Bananen
- 200g gefrorene-Erdbeeren
- 200 ml Mandeldrink
- 20 ml Tonkatraum-Sirup



#### ZUBEREITUNG

Alle Zutaten im Mixer verarbeiten. In Gläser mit Deckel verteilen und 1 Stunde im Tiefkühlfach kaltstellen.  
Statt des Mandeldrinks kann auch Kokosmilch oder ein anderer Pflanzendrink verwendet werden und statt der Erdbeeren andere saisonale Beeren nach Wahl.

### Tonkatraum-Sirup ansetzen

#### ZUTATEN

- 100 ml Agavendicksaft
- 10-15 Tropfen Tonkatraum bio Vegaroma

#### ZUBEREITUNG

Den Agavendicksaft mit dem Naturaroma Tonkatraum gut verrühren.

# Würzöle







## Paprika Chili bio „würzig & röstig“

Scharfer Genuss-  
für alle, die es geröstet lieben!

Zutaten: Sesamöl nativ, Sesamöl geröstet,  
Paprika- und Chiliextrakt

BBQ &  
Pfanne



Antipasti



Pasta



## Olive-Zitrus demeter „wertig & fruchtig“

Ein starkes Team-  
Geschmack mit Charakter!

Zutaten: Olivenöl extra nativ (90%), Zitronenöl,  
Blutorangenöl,

Dips



Antipasti



Pasta



## Pizza Pasta „bezaubernd & lecker“

Magia mediterranea-  
Buon Appetito!

Zutaten: Olivenöl (60%), Sonnenblumenöl, Orega-  
no-, Pfeffer-, Basilikum-, Thymian-, Paprika- und  
Rosmarinextrakt

Pizza



Antipasti



Pasta



## Gelbe Bete Carpaccio Olive-Zitrus

### ZUTATEN

- 🌱 3 gelbe Bete Knollen
- 🌱 Saft einer halben Zitrone
- 🌱 einige Korianderblätter
- 🌱 Vegaroma Würzölmischung Olive Zitrus

Rezept Vegaroma Team

### ZUBEREITUNG

Die Knollen bissfest garen und abkühlen lassen. Anschließend schälen, fein hobeln und auf einer Servierplatte anrichten. Zitronensaft darüber träufeln, 3-4 Spritzer Vegaroma Olive Zitrus darüber geben und mit Koriander garnieren.

**Tipp:** Schmeckt auch mit roter Bete.





## Kräutergarten „klassisch & herzhaft“

Vielseitig und trotzdem solide-  
Na dann, zu Tisch!

Zutaten:  
Sonnenblumen-, Kürbiskernöl, Bergamot-  
ten-, Dill-, Lorbeer-, Fenchelöl

Suppen /  
Marinaden



Gemüse



Dips



## Asia „exotisch & intensiv“

„Xiāngshòu ni de fan-  
Oder einfach guten Appetit

Zutaten:  
Sesamöl, Ingwer-, Lemongrass-,  
Pfeffer grün-, Limetten- und  
Koriandersamenöl

Wok



Gemüse



Dips



## Limettengeschmack „spritzig & herb“

Ob süß oder herzhaft -  
auf jeden Fall spritzig!

Zutaten:  
Sonnenblumenöl, Limettenöl

Müli



Spargel



Salate



## Mediterran „vollmundig & fruchtig“

Ohne Schnickschnack -  
einfach und vollmundig, wie  
am Mittelmeer!

Zutaten:  
Olivenöl, Mandarinen-, Thymian-, und  
Rosmarinöl

Pasta



Salate



Antipasti





## Zimt Orange „beruhigend & wärmend“

Das Highlight-Topping für alle  
Zimt-Liebhaber!

Zutaten:  
Sonnenblumenöl, Orangen-und Zimtrindenöl,  
Vanilleextrakt,

Desserts



Gebäck



Dips



## Sommertraum „sonnig & erfrischend“

Ein starkes Team -  
Geschmack mit Charakter!

Zutaten:  
Sonnenblumenöl, Zitronen- und  
Orangenöl

Desserts



Gebäck



Müsli



## -Bourbon Vanillegeschmack „lieblich & sinnlich“

Lieblich und sinnlich -  
Auf jeden Fall passend für die festliche  
Küche!

Zutaten:  
Sonnenblumenöl, Bourbon Vanilleschotenextrakt

Desserts



Gebäck



Müsli



## Orangengeschmack „aromatisch & kräftig“

Für jede Gelegenheit -  
im Saft, im Essen, oder pur auf  
den Löffel!

Zutaten:  
Sonnenblumen-, Orangenöl

Desserts



Gebäck



Müsli



## Zwetschgencrumble mit Marzipanstreuseln



### ZUTATEN

- 🌱 8-10 große Zwetschgen 125 g Mehl
- 🌱 50 g Zucker
- 🌱 75 g Margarine oder Butter
- 🌱 1 Prise Salz
- 🌱 3-5 g (1/2 TL) Vegaroma Würzpaste mit Mandelgeschmack

Rezept Vegaroma Team

### ZUBEREITUNG

Die Zwetschgen waschen, entsteinen, klein schneiden und in kleine ofenfeste Schälchen oder eine Auflaufform geben. Die restlichen Zutaten zu Streuseln kneten und über die Zwetschgen verteilen. Bei 190° im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen.



## Würzpaste mit Mandelgeschmack bio

Herbst- & Winterküche  
Kuchen, Gebäck, Smoothies, Desserts

Zutaten: Rohrohrzucker, Sonnenblumenöl, Mandelextrakt



Desserts



Gebäck



Smoothies



## Würzzucker Zimt Zucker „Mini Cum“ bio

Herbst- & Winterküche  
Kuchen, Gebäck, Desserts, Müsli

Zutaten: Rohrohrzucker, Kakaopulver, Zimt Ceylanicum Extrakt

Müsli



Desserts



Gebäck





## Mediterranes Würzsalz

Mediterrane Küche

Zutaten: Speisemeersalz, Paprika rot edelsüß, Zitrusöl, Rosmarin-, Thymianöl



## Schwarzkümmelöl bio

Ägyptisches Schwarzkümmelöl  
1. Kaltpressung, nativ

Zutaten:  
Schwarzkümmelöl

Andere Gebindegrößen sowie Sonderproduktionen für Gewerbe gerne anfragen oder gleich anmelden unter:

[www.vegaroma.de](http://www.vegaroma.de) für Gewerbekunden

*Bereits in altägyptischen Traditionen wurde Schwarzkümmel als vielseitige Zugabe in der arabischen Küche und in Gebäck sowie Fladenbrot eingesetzt.*







## Naturwaren Vegaroma®

Naturwarenfachgeschäft | Ingeborg Wäschenbach

Herstellung und Vertrieb

Lange Straße 35 | D 21255 Kakenstorf

T: +49 (0)4186 89 28 98

vertrieb@vegaroma.de | info@vegaroma.de

[www.vegaroma.de](http://www.vegaroma.de)



Schau auch auf:

