

## Käse der Woche KW 06 (03.02. -09.02.) Burtscher Almkäse.

Nussiger Heumilchkäse aus dem Großen Walsertal. Hartkäse, Österreich, 50% Fett i. Tr., Rinde verzehrbar. Zutaten: ROHMILCH, Salz, Kälberlab, Kulturen.

**Stück ca. 280g, € 17,90 / 100g ; Art.-Nr. 5052**

### Produktinfo KW05/20

Wir waren ja ein bisschen aufgeregt, zum **Start** unseres neuen **Shops** und fühlten uns ein wenig wie bei einem **Raketenstart** (tatsächlich sprechen die Internet-programmierer auch vom "Launch"). Wir haben einiges an Zeit investiert und man weiß ja auch immer erst hinterher, ob alles gut gegangen ist. In diesem Fall ist es das aber und wir haben erstaunlich wenige Rückfragen zur Funktionsweise bekommen. Die meisten von Ihnen sind gut zurechtgekommen und wir haben auch viele **positive Rückmeldungen** bekommen. Das bestätigt uns, dass der neue Shop intuitiv und sehr komfortabel zu bedienen ist. Das war schließlich auch unser Ziel. Den aufmerksamen Nutzern wird sicher auch nicht entgangen sein, dass Kunden jetzt Ihre Abo's und **Dauerbestellungen selber verwalten** können.

Während hier der **Winter** eher gemächlich und mild rheinisch daherkommt gibt es, wie schon häufiger in den letzten Wintern, woanders unerwartete **Wetterkapriolen**. In den Anbaugebieten aus denen überlicherweise jetzt ein Großteil unserer Ware kommt, hat es sehr winterliche Verhältnisse gegeben. Stark getroffen hat es in der letzten Woche **Ostspanien** und den Süden Frankreichs. Über diese Route (vor allem über das Haptumschlagzentrum Perpignan) fließt der Löwenanteil der Ware aus Frankreich, Spanien und Marokko per LKW. Es gab Schneemassen, Sturm, sehr viel Regen und Hagel. In der Folge waren **wichtige Straßen unpassierbar**. Uns bereitet das jedesmal Sorge, weil wir nicht wissen, ob das bestellte Gemüse und Obst für Ihre Kisten rechtzeitig hier sein wird. Und günstiger werden die Produkte dadurch nicht - im Gegenteil.

Neben unseren **sizilianischen Orangen**, die ich im Moment nur jedem wärmstens empfehlen kann, gibt es in der nächsten Woche noch einmal **Minneolas**. Diese Kreuzung aus **Mandarinen** und **Grapefruit** ist sehr aromatisch und schmeckt ein wenig altertümlich. Nicht so glatt wie die meisten Clementinen oder Grapefruit heutzutage. Minneolas sind selten zu haben und wir freuen uns, dass wir eine kleine Partie aus der Türkei bekommen konnten. Zwar haben sie **Kerne** (das ist gar nicht mehr modern in Zitrusfrüchten), aber der Geschmack belohnt. Mit den Kernen wird in der Regel auch viel **Aroma** weggezüchtet.

Sie eignen sich auch hervorragend um daraus **Konfitüre** oder Fruchttafeln herzustellen. Mit etwas Chili darin (Huch!) passt das hervorragend zu **kräftigem Käse**. Probieren Sie es aus!

### Börek - mit Japanese Green

1 Pak. Blätterteig, 1 Bd Japanese Green, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Öl, 200g Schafkäse

Japanese Green putzen, waschen, trockenschleudern und grob klein schneiden. Zwiebel fein hacken, Knoblauchzehe fein hacken und in Öl anbräunen, das Jap.Green dazugeben, 1 Minuten kurz mitdünsten, von der Flamme nehmen. Schafkäse zerbröseln und mit dem Gemüse vermischen. Den Blätterteig ausrollen, in 2 oder mehr Rechtecke teilen. Auf jedes Rechteck einen Klecks Gemüse-Käse-mischung und den Teig so zu klappen, daß die Füllung gut eingeschlossen ist. Mit etwas Eigelb bestreichen und bei 200°C ca. 30 Min. goldbraun backen.

### Weißkohl mit Nüssen

1 Weißkohl (ca. 800g), 2 Knoblauchzehen, 1 EL Butter, 1/8 Liter Gemüsebrühe, Schale und Saft einer 1/2 Zitrone, Salz, Cayennepfeffer, 50g Nüsse (n.B.), 100g Creme fraiche

Weißkohl putzen, vierteln, waschen und hobeln. Knoblauchzehen fein hacken und in Butter anbraten und den Weißkohl dazugeben und 1 Min anbraten. Gemüsebrühe dazugeben und mit Zitronensaft und -schale, Salz, Cayennepfeffer würzen. Aufkochen und bei mittlerer Hitze ca 10 Minuten garen. Nüsse hacken, Creme fraiche untermischen und erhitzen. Passt zu Pasta, Getreide, Kartoffeln...

### Schwarzer Rettich in Johannisbeer-Cremedressing

1 -2 schwarzer Rettich, 4 EL saure Sahne, 3 EL Balsamico, dunkler, 1 EL Johannisbeermarmelade/gelee, Salz + Pfeffer

Den Rettich n.B. schälen und fein hobeln. Das Dressing zusammenrühren und abschmecken.

### Zitronen-Bataten mit Brokkoli

400 g Bataten, 0,4kg Brokkoli, 1 Zitronen, mind. 4 Knoblauchzehen, 100 ml Olivenöl, Kräuter (Thymian, Oregano)

Die Bataten in Spalten schneiden, Brokkoli in Röschen teilen und in eine Auflaufform geben. Mit den gehackten Kräutern bestreuen.

Die Zitrone würfeln und mit dem grob geschnittenen Knoblauch und dem Öl unter die Bataten mischen. Brühemischung über den Auflauf geben. ca. 40 Min. bei 200 °C im Ofen backen.

### Rote Bete Quiche (Kundenrezept: Vielen Dank!!)

250 g Mehl, 1 Teel. Backpulver, 80gr Butter, 1 EL Quark, 5 EL Wasser, etwas Salz, 0,5 Rote Bete, 4 Eier, 1 Becher Sahne, Salz u. Pfeffer, 100g Käse (z. B. Tilsiter)

Mehl, Backpulver, Butter, Quark, Wasser und Salz zu einem Mürbeteig verarbeiten. Ruhen lassen, ausrollen und eine Form damit auslegen.

Rote Bete garen (z. B. Schnellkochtopf), schälen und in Scheiben schneiden. Dachziegelförmig auf den Mürbeteigboden schichten. Aus den restlichen Zutaten einen Guss herstellen und über die Rote Bete gießen. Mit dem geriebenen Käse bestreuen.

### Gratinierte Fenchelknollen mit Edelpilzkäse

2-3 Fenchelknollen, 80 g Blauschimmelkäse, 2 EL Mehl, 4 EL Milch, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, 2 EL Sesam, 2 Msp Paprika

Fenchel putzen, waschen und in dicke Scheiben schneiden. In etwas Salzwasser 15-20 Minuten bissfest dünsten. Blauschimmelkäse mit der Gabel zerdrücken und mit Mehl und Milch vermischen. Fenchel etwas abtropfen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Käsemasse auf dem Fenchel verteilen und mit Sesam und Paprika bestreuen. Fenchel auf ein geöltes Backblech setzen und ca. 10-15 Minuten bei 200°C überbacken. Dazu schmeckt Vollkornreis und Tomatensauce sehr gut.

### Sellerie-Kartoffelpüree

1 Sellerieknolle, 250g Kartoffeln, 150g Butter, 100ml Milch /oder Kochwasser, 2 EL Parmesankäse, 1 EL Semmelbrösel

Sellerie schälen. in Würfel schneiden. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und mit dem Sellerie in Salzwasser garen, abtropfen lassen, pürieren. Butter zerlassen, das Püree hinzugeben und unter Rühren bei schwacher Hitze einige Minuten dünsten. Dann die Milch und / oder Garflüssigkeit hinzufügen, verrühren, und das Ganze in eine gefettete, feuerfeste Form geben. Käse und Semmelbrösel darüber geben, einige Butterflöckchen oben drauf und bei 200°C in etwa 15 Min. leicht bräunen. Mit einem Spiegelei und grünem Salat (oder Tomatensalat) servieren.

### Apfel-Lauch-Salat

Pro Person: 1 Apfel, 10 cm Lauch, 2 EL Creme fraiche

Apfel entkernen und würfeln; Lauch dazu, fein geschnitten. Creme fraiche dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen, gut verrühren und 10 - 15 Min. ziehen lassen.

## \*\* ABO Gemüse Salat Obst

von 27.01.2020 bis 02.02.2020

### Kartoffel

11.....Tüte	<b>Kartoffeln, festk._1,5kg</b>	Niederlande	<b>3,10 €/ Tüte</b>
12.....Tüte	<b>Kartoffeln, festk._2,5kg</b>	Niederlande	<b>4,95 €/ Tüte</b>
13.....Tüte	<b>Kartoffeln, festk._5kg</b>	Niederlande -	<b>9,45 €/ Tüte</b>
22.....kg	<b>Kartoffeln, mehlig 2,5 kg</b>	regional - l	<b>4,95 €/ kg</b>
15.....Netz	<b>Kartoffeln, vorw. festk.12,5kg</b>	Det	<b>21,50 €/Netz</b>

### Gemüse

1110.....kg	<b>Auberginen</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>6,99 €/ kg</b>
1001.....kg	<b>Avocado</b>	Spanien - Consejo Regulador d	<b>6,90 €/ kg</b>
386.....kg	<b>Bataten</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>3,90 €/ kg</b>
343.....kg	<b>Bete rot/weiß</b>	regional eig. Anbau - Bio	<b>3,30 €/ kg</b>
170.....St.	<b>Blumenkohl, St weiß</b>	Frankreich - ko	<b>4,40 €/St.</b>
100.....kg	<b>Brokkoli</b>	Italien - kontr. Bio-Anbau	<b>5,50 €/ kg</b>
766.....Stück	<b>Cherry-Tomaten, 250gr</b>	Spanien - k	<b>1,99 €/Stück</b>
255.....kg	<b>Chicoree</b>	Niederlande - SKAL	<b>7,45 €/ kg</b>
122.....Stück	<b>Chinakohl, Stück</b>	Niederlande - Deme	<b>2,80 €/Stück</b>
1010.....kg	<b>Fenchel</b>	Italien - kontr. Bio-Anbau	<b>3,60 €/ kg</b>
422.....kg	<b>Gemüsezwiebel kg</b>	Spanien - kontr.	<b>2,60 €/ kg</b>
160.....kg	<b>Grünkohl, kg</b>	regional - Bioland	<b>4,50 €/ kg</b>
911.....St.	<b>Gurke Schlangen</b>	Spanien - kontr. Bio	<b>2,90 €/ St.</b>
590.....kg	<b>Ingwer</b>	Peru - kontr. Bio-Anbau	<b>11,00 €/ kg</b>
288.....kg	<b>Japanese Greens Mischung</b>	Deut	<b>16,90 €/kgter</b>
456.....Stück	<b>Knoblauch-KNOLLE</b>	Spanien - kontr. E	<b>11,50 €/ kg</b>
110.....Stk	<b>Kohlrabi Stück</b>	Italien - Naturland	<b>1,95 €/ Stk</b>
540.....Stück	<b>Kresse Schale</b>	Deutschland - EG-Kont	<b>0,85 €/ Stück</b>
1212.....Stück	<b>Kürbis Hokkaido KLEIN 500gr+</b>	Dei	<b>2,55 €/Stück</b>
591.....kg	<b>Kurkuma frisch</b>	Peru - kontr. Bio-Anba	<b>12,90 €/ kg</b>
833.....kg	<b>Mangold, grün</b>	Italien - ICEA	<b>4,10 €/ kg</b>
395.....kg	<b>Meerrettich, kg</b>	Deutschland - kontr. E	<b>12,50 €/ kg</b>
300.....kg	<b>Möhren</b>	Belgien - kontr. Bio-Anbau	<b>2,99 €/ kg</b>
303.....kg	<b>Möhren Purple Haze</b>	Deutschland - E	<b>3,70 €/ kg</b>
633.....kg	<b>Paprika grün</b>	Spanien - kontr. Bio-Anba	<b>6,60 €/ kg</b>
611.....kg	<b>Paprika rot</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>6,75 €/ kg</b>
612.....kg	<b>Paprika spitz, rot</b>	Spanien - kontr. Bio	<b>7,25 €/ kg</b>
622.....kg	<b>Paprika, gelb</b>	Spanien - kontr. Bio-Anba	<b>6,95 €/ kg</b>
380.....kg	<b>Pastinaken</b>	Deutschland - Bioland	<b>4,90 €/ kg</b>
677.....kg	<b>Peperoni rot oder grün Kilo</b>	Spani	<b>16,50 €/kgunbau</b>
500.....Bund	<b>Petersilie, Bund</b>	Spanien - kontr. Bio-f	<b>1,99 €/ Bund</b>
382.....kg	<b>Petersilienwurzel, kg</b>	Niederlande -	<b>6,90 €/kgiu</b>
966.....kg	<b>Pilze Austernpilze, Kilo</b>	Deutschlanc	<b>14,50 €/ kg</b>
988.....kg	<b>Pilze Kräuterseitling</b>	Deutschland - E	<b>27,00 €/ kg</b>
955.....kg	<b>Pilze Steinchampignons</b>	Deutschlar	<b>11,25 €/kg</b>
440.....kg	<b>Porree, Kilo</b>	Niederlande - Demeter Nie	<b>4,90 €/ kg</b>
278.....kg	<b>Radicchio, kg</b>	Italien - ICEA	<b>6,75 €/ kg</b>
371.....kg	<b>Rettich schwarz</b>	regional eig. Anbau -	<b>3,20 €/ kg</b>
541.....Stück	<b>Rettichkresse, rot</b>	Deutschland - EG-	<b>1,30 €/ Stück</b>
120.....kg	<b>Rosenkohl</b>	regional eig. Anbau - Biolanc	<b>6,50 €/ kg</b>
344.....Stück	<b>Rote Bete Vakuum 500gr</b>	Niederlan	<b>2,50 €/Stückiu</b>
340.....kg	<b>Rote Bete, Kilo</b>	regional - Bioland	<b>3,40 €/ kg</b>
144.....St.	<b>Rotkohl Stück</b>	Deutschland - Bioland	<b>3,90 €/ St.</b>
201.....St.	<b>Salat 1 250gr+</b>	Frankreich - kontr. Bio-A	<b>2,50 €/ St.</b>
211.....Stück	<b>Salat Endivie</b>	Italien - ICEA	<b>3,35 €/ Stück</b>
195.....Stück	<b>SAUERKRAUT lose 500gr Pck</b>	Deut	<b>4,90 €/kgter</b>
433.....kg	<b>Schalotten</b>	Deutschland - Naturland	<b>6,90 €/ kg</b>
388.....kg	<b>Schwarzwurzeln</b>	Deutschland - Biolar	<b>5,65 €/ kg</b>
330.....kg	<b>Sellerie, kg</b>	regional eig. Anbau - Biolanc	<b>3,30 €/ kg</b>
188.....Stk	<b>Spitzkohl, Stück 500gr+</b>	Spanien - k	<b>3,20 €/Stk</b>
335.....St.	<b>Staudensellerie</b>	Spanien - kontr. Bio-f	<b>3,65 €/ St.</b>
118.....Stück	<b>Steckrüben, Stück ca 0,6kg+</b>	Deut	<b>2,50 €/Stück</b>
1150.....Schale	<b>Suppengemüse</b>	regional eig. Anbau -	<b>2,50 €/ Schale</b>

711.....kg	<b>Tomaten</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>4,40 €/ kg</b>
384.....kg	<b>Topinambur</b>	Niederlande - kontr. Bio-A	<b>5,50 €/ kg</b>
133.....Stück	<b>WEISSKOHL, St</b>	Deutschland - Bioland	<b>3,40 €/ Stück</b>
1200.....kg	<b>Zucchini, Kilo</b>	Marokko - kontr. Bio-Anb	<b>7,90 €/ kg</b>
400.....kg	<b>Zwiebeln</b>	Deutschland - Naturland	<b>2,70 €/ kg</b>
411.....kg	<b>Zwiebeln, rot</b>	Deutschland - Naturland	<b>3,35 €/ kg</b>

### Obst

1500.....kg	<b>Äpfel 1, diverse Sorten</b>	regional - Bi	<b>3,70 €/ kg</b>
1501.....kg	<b>Äpfel 2, diverse Sorten</b>	regional - Bi	<b>3,70 €/ kg</b>
1522.....kg	<b>Äpfel Topaz</b>	regional - Bioland	<b>3,70 €/ kg</b>
1533.....Tüte	<b>Äpfel Topaz, 3kg Beutel</b>	regional - B	<b>8,95 €/ Tüte</b>
1911.....kg	<b>Bananen, Kilo</b>	Dominikanische Republik	<b>3,30 €/ kg</b>
1577.....kg	<b>Birnen, div. Sorten</b>	Niederlande - SKA	<b>5,10 €/ kg</b>
1625.....kg	<b>Bitter-Orangen</b>	Spanien - kontr. Bio-Ar	<b>4,75 €/ kg</b>
1620.....kg	<b>Blutorangen, Kilo</b>	Italien - ICEA	<b>3,60 €/ kg</b>
1633.....kg	<b>Clementinen</b>	Spanien - Consejo Regul:	<b>4,95 €/ kg</b>
1981.....Stück	<b>Datteln Mazafati 250g</b>	Iran - kontr. Bic	<b>4,99 €/ Stück</b>
	<i>Frische Datteln aus dem IRAN</i>		
1980.....Stück	<b>Datteln, 250gr</b>	Tunesien - kontr. Bio-Anl	<b>3,60 €/ Stück</b>
1888.....kg	<b>Erdnüsse 250gr Btl</b>	Ägypten - kontr. E	<b>10,90 €/ kg</b>
1955.....Stück	<b>Granatapfel, St</b>	Türkei - kontr. Bio-Anba	<b>2,25 €/ Stück</b>
1640.....kg	<b>Grapefruit, kg</b>	Spanien - kontr. Bio-Ant	<b>3,95 €/ kg</b>
1922.....kg	<b>Kiwi, Kilo</b>	Italien - kontr. Bio-Anbau	<b>3,70 €/ kg</b>
1630.....kg	<b>Kumquat</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>14,50 €/ kg</b>
1645.....kg	<b>Limetten</b>	Dominikanische Republik - EG	<b>9,90 €/ kg</b>
1944.....Stück	<b>Mango, Stück</b>	Peru - kontr. Bio-Anbau	<b>1,70 €/ Stück</b>
1881.....Stück	<b>Maronen gegart 200gr</b>	Frankreich - l	<b>6,50 €/Stück</b>
1634.....kg	<b>Mineolas</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>5,50 €/ kg</b>
1600.....kg	<b>Orangen</b>	Italien - ICEA	<b>3,35 €/ kg</b>
1622.....Tüte	<b>Saftorangen, Beutel 3kg</b>	Italien - ICEA	<b>5,99 €/ Tüte</b>
1623.....kg	<b>Saftorangen, Kilo</b>	Spanien - kontr. Bio	<b>2,25 €/ kg</b>
1866.....kg	<b>Walnüsse, frisch</b>	Frankreich - kontr. B	<b>12,50 €/ kg</b>
1644.....kg	<b>Zitronen</b>	Spanien - kontr. Bio-Anbau	<b>4,75 €/ kg</b>

### Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11851.....Stück	<b>Rotkohl im Glas 720ml</b>	Deutschland	<b>2,49 €/ Stück</b>
11850.....Stück	<b>Sauerkraut servierfertig 500gr</b>	Di	<b>2,70 €/ Stück</b>