

Produktduktinfo KW 19/20

So langsam. Das **Gemüse** aus der **Region** kommt. Den Anfang machen immer die **Zwiebelgewächse**, gefolgt von **Radieschen**, dann Salat, Kohlrabi und dann der Rest. Kohlrabi und Salat von hier gab es nur deswegen, weil sie im Schutz eines Folienhauses wachsen konnten. Das Freiland braucht einfach noch - erst recht, wenn es nun wieder kühler wird. Sogar der regionale **Spargel**, den wir eigentlich in dieser Woche in die Sortimente planen wollten, wurde uns wieder **abgesagt**. Trocken ist es immer noch. Die paar Regentropfen der letzten Woche benetzen nur die obersten paar Zentimeter. Dort, wo die Pflanzen mit den Wurzeln Wasser und Nahrung saugen, ist es dürr. Der Spaten knirscht nach wenigen Zentimetern. Aber wir können ja wässern - ein Glück.

Aloysius hat uns Anfang der letzten Woche die **letzten** leckeren **Topazäpfel** gebracht. Schade. Die nächsten gibt es erst wieder Mitte Oktober. Die schönen **Birnen** aus der letzten Ernte sind ebenfalls alle verkauft. Nun gibt es nur noch Importbirnen aus Südamerika. Aber in Spanien reifen schon die ersten Aprikosen heran - zwei bis drei Wochen noch.

Während der Blick in die Medien immer noch befürchten lässt, draußen gingen Zombies um, konnten wir uns hier vor **Alltag** kaum retten. In den letzten Wochen haben wir einiges umgekrempelt und reorganisiert. Jetzt trauen wir uns langsam, nach und nach, wieder die alte **Sortimentsvielfalt** anzubieten. Gebremst werden wir aber häufig noch durch die (Nicht-)Verfügbarkeit einiger Produkte. So manche Lieferung enthält nur einen Teil dessen, was wir bestellt haben. Wir müssen alle Geduld haben, bis wieder gefühlte **Normalität** herrscht.

Wir möchten Sie ganz herzlich zu unserem **Verkauf** von **Blumen-, Kräuter-, Gemüsepflanzen** einladen. Viele wunderschöne Pflanzen stehen, wie in jedem Jahr, in unserem Hof bereit. Das Sortiment ist noch reichhaltiger als sonst, es gibt allein **50 Tomatensorten**.

Alle aktuellen Informationen über das Angebot und Sorten finden Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik „Jungpflanzenverkauf“. Dort finden Sie auch eine **vollständige Sortenliste** als PDF

Der Pflanzenmarkt ist während der Öffnungszeiten des Hofladens (Mo-Fr 9-19 Uhr, Sa 9-14 Uhr) geöffnet, eine fachkundige Beratung ist immer vor Ort.

Gurke - Radieschen - Salat mit Knoblauchcroutons

1 Gurke, 1 Bd. Radieschen, 2 EL Olivenöl, 1EL Rotweinessig, ½ TL Senf, ½ TL Honig, Salz + Pfeffer, 1 Sch. Vollkornbrot, 1 Knoblauchzehe

Gurke und Radieschen waschen, in Scheiben schneiden, Radieschenblätter putzen und fein schneiden, Öl und Essig mit Senf, Honig, Salz + Pfeffer verrühren und mit dem Gemüse vermischen. Brot goldbraun toasten, mit Knoblauch einreiben und in Würfel geschnitten über den Salat streuen und servieren.

Radieschen Käsecreme

1 Bd. Radieschen, 1 kleine Zwiebel, ½ Bd. Petersilie, 1 TI Weißweinessig, 3 TI Kürbiskernöl, Pfeffer, 80g Doppelrahmkäse oder Quark oder Joghurt.

Radieschen waschen, putzen, grob würfeln, die Blätter putzen und sehr fein schneiden, 1 TL zur Seite legen. Zwiebel schälen, fein würfeln, Petersilie waschen, trocknen, fein hacken. Essig mit Öl und Pfeffer verrühren, den Frischkäse mit einer Gabel zerdrücken und mit der Marinade verrühren. Die übrigen Zutaten mit der Käsemischung vermengen und mit den zur Seite gelegten Radieschenblättern garnieren. Schmeckt gut auf Brot oder zu Poltaschnitten, Kartoffelpuffer u.ä.

Frühlingsvorsepeise

2 Bd. Frühlingszwiebeln, 2 EL Öl, Balsamicoessig, 5-10 CherryTomaten

Frühlingszwiebeln putzen, waschen. Die Zwiebeln quer halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen. Frühlingszwiebeln 2-3 Minuten garen, dabei einmal wenden. Die Zwiebeln auf eine Platte geben. Mit etwas Essig beträufeln. In der Zwiebelpfanne Tomaten kurz ins heißen Öl geben, zu den Zwiebeln reichen und mit Balsamico beträufeln. Salzen und pfeffern nach Belieben. Kalt oder warm als Vorsepeise oder als Nudelsauce servieren.

Spaghetti Alio Chili-Olio+Frühlingszwiebeln im Wok 2 Pers.

3 Knoblauchzehen, 2 Frühlingszwiebeln, 100 ml Olivenöl, am besten mit zuvor eingelegtem scharfem Chili, 250 g Spaghetti, Salzwasser

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen. Öl erhitzen. Frühlingszwiebeln in dünne kleine Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel im Öl brutzeln, die Knoblauchzehen gepresst oder ganz klein geschnitten dazurühren. Ab und zu umrühren. Wenn die Spaghetti wunschgemäß gegart sind, das Wasser abgießen und die Spaghetti in zwei tiefe Teller verteilen. Anschließend den Wok-Inhalt gleichmäßig auf den Spaghetti verteilen.

Gebratener Kohlrabi mit Spiegeleiern

750 g Kohlrabi; mit Grün, 80 g Frühstückspeck, 3 Zwiebeln, 4 Eier, 20 g Butter, Salz und Pfeffer, 1 Spur Muskat

Kohlrabi schälen (Grün aufbewahren), vierteln, in dünne Scheiben schneiden. Speck in feine Streifen schneiden, in großer Pfanne ausbraten, Kohlrabi zugeben, bei mittlerer Hitze 5 Min. braten.

Zwiebeln fein würfeln, dazugeben, 10-15 Minuten offen braten, gelegentlich wenden. Eier in einer anderen Pfanne in Butter zu Spiegeleiern braten. Kohlrabi mit Salz, Pfeffer + Muskat kräftig würzen, Kohlrabigrün fein hacken, das Gemüse damit bestreuen und mit den Spiegeleiern servieren.

Rhabarber-Crumble mit Amarettistreuseln

700g Rhabarber, 5 EL Marsala (sizilianischer Süßwein), 50g Zucker, 50g Kl. Amaretti (ital. Mandelmakrönchen), 80g Zucker, 120g Butter, 150g Mehl; Salz; 1TL Zimt

Rhabarber waschen, putzen und in 2 cm Stücke schneiden und mit Marsala und Zucker in eine Auflaufform geben und im Backofen 15 Min. bei 180°C garen, herausnehmen und beiseite stellen. Amaretti zerdrücken und mit den Restlichen Zutaten zu Streuseln verkneten, gleichmäßig über den Rhabarber verteilen und in der Ofenmitte, bei 200°C etwa 20 Min. backen. Lauwarm schmeckt der Auflauf am besten.

Schneller Rhabarberkuchen mit Grieß und Joghurt

500g Rhabarber, 80g Zucker, Butter, Hartweizengriess, 80g Butter, 1 Vanilleschote, 1 Orange, 250g Joghurt, 2 Eier, 100gr Zucker, 300g Hartweizengriess, ½ Päck. Backpulver, 100g Zucker

Rhabarber waschen, putzen und in 4cm lange Stücke schneiden. in einer Schüssel mit Zucker mischen, 30 Min. Saft ziehen lassen. Eine Tarteform fetten und mit Hartweizengriess ausstreuen. Butter schmelzen und abkühlen. Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Ca ½ Teelöffel Orangenschale abreiben. Orange pressen und 100ml Saft abmessen. Den Backofen auf 180 vorheizen.

Den Rhabarber gründlich abtropfen, den Saft dabei auffangen. Joghurt, Eier, Zucker mit Vanille und Orangenschale mit dem Schneebeissen verrühren. Butter unterrühren, mit Hartweizengriess und Backpulver vermischen und dazurühren. Den Teig in der Tarteform glatt streichen und die Rhabarberstückchen darauf verteilen. Den Kuchen in der Ofenmitte ca. 40 Minuten backen, bis er goldbraun ist. Rhabarbersaft mit Orangensaft und Zucker 1 Minute stark kochen. Erkalten lassen. Den Kuchen sofort nach dem Backen damit begießen, er nimmt den Saft auf ohne dabei ganz durchzuweichen. Dazu Schlagsahne reichen.

Tourverschiebung

KW 21 (Himmelfahrt): die Donnerstags- und Freitagstouren werden um einen Tag verschoben!

**** ABO Gemüse Salat Obst**

von 04.05.2020 bis 10.05.2020

Kartoffel

11.....Tüte	Kartoffeln, festk._1,5kg	Deutschland	3,10 €/ Tüte
12.....Tüte	Kartoffeln, festk._2,5kg	Deutschland	4,95 €/ Tüte

Gemüse

1110.....kg	Auberginen	Spanien - Consejo Regular	9,40 €/ kg
1001.....kg	Avocado	Spanien - Consejo Regular d	8,90 €/ kg
688.....kg	Bratpaprika	Spanien - kontr. Bio-Anbau	9,90 €/ kg
100.....kg	Brokkoli	Spanien - kontr. Bio-Anbau	7,40 €/ kg
455.....Bund	Bund-Knoblauch, frisch	regional eig	2,35 €/Bund
766.....Stück	Cherry-Tomaten, 250gr	Spanien - k	1,99 €/Stück
255.....kg	Chicoree	Niederlande - kontr. Bio-Anbau	7,50 €/ kg
1010.....kg	Fenchel	Italien - kontr. Bio-Anbau	4,40 €/ kg
445.....Stk	Frühlingszwiebeln, Bund	regional e	2,60 €/Stk
422.....kg	Gemüsezwiebel kg	Spanien - kontr.	3,50 €/ kg
911.....St.	Gurke Schlangen	Niederlande - kontr.	1,50 €/ St.
590.....kg	Ingwer	Peru - kontr. Bio-Anbau	14,90 €/ kg
456.....Stück	Knoblauch-KNOLLE	Spanien - kontr. E	14,50 €/ kg
110.....St.	Kohlrabi Stück	Deutschland - Bioland	1,80 €/ St.
540.....Stück	Kresse Schale	Deutschland - EG-Kont	0,85 €/ Stück
591.....kg	Kurkuma frisch	Peru - kontr. Bio-Anba	19,90 €/ kg
833.....kg	Mangold, grün	Italien - Demeter	5,60 €/ kg
300.....kg	Möhren	Belgien - kontr. Bio-Anbau	3,20 €/ kg
166.....St.	Pak Choi, Stück	Niederlande - kontr. B	2,95 €/ St.
633.....kg	Paprika grün II Wahl	Niederlande - ko	7,90 €/kg
611.....kg	Paprika rot II Wahl	Niederlande - konti	7,50 €/ kg
622.....kg	Paprika, gelb II Wahl	Niederlande - kc	7,70 €/kg
500.....Bund	Petersilie, Bund	Spanien - kontr. Bio- <i>f</i>	2,30 €/ Bund
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo	Deutschland	14,50 €/ kg
988.....kg	Pilze Kräuterseitling	Deutschland - E	27,00 €/ kg
955.....kg	Pilze Steinchampignons	Deutschlar	12,50 €/kg
440.....kg	Porree, Kilo	Deutschland - Bioland	5,20 €/ kg
278.....kg	Radicchio, kg	Italien - Naturland	8,90 €/ kg
377.....Bd.	Radieschen	regional eig. Anbau - Biolar	2,35 €/ Bd.
541.....Stück	Rettichkresse, rot	Deutschland - EG-	1,30 €/ Stück
1100.....kg	Rhabarber	Niederlande - kontr. Bio-Anbi	6,75 €/ kg
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr	Niederlan	2,50 €/Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo	Spanien - kontr. Bio-An	4,50 €/ kg
877.....Bund	Rübstiel, Bund	regional eig. Anbau - Bi	2,70 €/ Bund
201.....St.	Salat 1	Niederlande - kontr. Bio-Anbau	2,69 €/ St.
433.....kg	Schalotten	Deutschland - Naturland	7,90 €/ kg
388.....kg	Schwarzwurzeln	Niederlande - kontr.	5,65 €/ kg
330.....kg	Sellerie, kg	Niederlande - Demeter	3,30 €/ kg
1022.....Stück	Spargel, grün 250gr	Italien - ICEA	4,90 €/ Stück
1020.....kg	Spargel, weiß	Deutschland - Naturland	19,90 €/ kg
188.....Stk	Spitzkohl, Stück 450gr+	Spanien - k	2,99 €/Stk
335.....St.	Staudensellerie	Spanien - kontr. Bio- <i>f</i>	4,20 €/ St.
1150.....Schale	Suppengemüse	regional eig. Anbau -	2,50 €/ Schale
523.....Stück	Thymian, Bund	regional eig. Anbau - B	2,25 €/ Stück
711.....kg	Tomaten	Niederlande - kontr. Bio-Anbau	7,90 €/ kg
384.....kg	Topinambur	Niederlande - kontr. Bio-Ai	5,40 €/ kg
1200.....kg	Zucchini, Kilo	Spanien - kontr. Bio-Anb:	4,50 €/ kg
400.....kg	Zwiebeln	Deutschland - Bioland	2,95 €/ kg

1640.....kg	Grapefruit, kg	Spanien - kontr. Bio-Ant	5,90 €/ kg
1840.....Stück	Heidelbeeren, Schale 125gr	Spanie	3,50 €/Stück
1922.....kg	Kiwi, Kilo	Italien - Demeter	4,70 €/ kg
1630.....kg	Kumquat	Spanien - kontr. Bio-Anbau	9,90 €/ kg
1645.....kg	Limetten	Mexico - kontr. Bio-Anbau	7,90 €/ kg
1944.....Stück	Mango, Stück	Burkina Faso - BCS	2,20 €/ Stück
1750.....Stück	Melone Wassermelone, Stück	Sp	4,50 €/Stück
1599.....kg	Mispeln, Kilo	Spanien - kontr. Bio-Anba	11,50 €/ kg
1600.....kg	Orangen	Italien - ICEA	4,50 €/ kg
1623.....kg	Saftorangen, Kilo	Spanien - kontr. Bio	2,70 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse, frisch	Frankreich - kontr. B	12,50 €/ kg
1644.....kg	Zitronen	Italien - ICEA	5,90 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11850.....x 500g	Sauerkraut servierfertig 500gr	Di	2,70 €/ x 500g
------------------	---------------------------------------	----	-----------------------

Obst

1966.....Stück	Ananas, Stück	Elfenbeinküste - kontr. f	2,60 €/ Stück
1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten	Deutschland	4,20 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten	Italien - Biol.	5,60 €/ kg
1911.....kg	Bananen, Kilo	Dominikanische Republik	3,30 €/ kg
1577.....kg	Birnen, div. Sorten	Argentinien - konti	4,70 €/ kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr	Tunesien - Demeter	3,60 €/ Stück