

Produktduktinfo KW 37/20

Bei uns wird es eng. Schon seit Monaten frisst sich hier in Bornheim eine **Baukolonne** durch das Vorgebirge. Von der Pumpstation auf dem Hennesenberg wird eine neue, große **Wasserleitung** über die Höhen der Vorgebirgsdörfer verlegt. Inzwischen ist die **Baustelle** vor unserer Tür angekommen. Unser Glück: Die Bauarbeiter geben sich alle Mühe, dass unser Betrieb weiter für LKW, Traktoren und unsere Lieferfahrzeuge **erreichbar** bleibt.

Endlich haben wir genug **Möhren**. Die Ersten haben für ein paar Bündel gereicht, die es in den letzten zwei Wochen schon bei uns gab. Inzwischen ist das Laub nicht mehr so schön, aber die Karotten weiter gewachsen. Mit unserem **Klemmroder**, das ist eine Maschine, die die Möhren in Reihe mit einem Gummiband erfasst und zum Sortieren automatisch auf ein Band legt, wurden die ersten Großkisten am letzten Wochenende geerntet. Die nächsten Wochen brauchen wir deswegen nichts mehr zukaufen und für unsere Kunden gibt es exzeptionell leckere, süße und knackige **Möhren** aus dem **Vorgebirge**.

Wir ernten weiter Brokkoli. Er hat sehr unter der Hitze gelitten und die Knospen (denn das essen wir) sind ungleichmäßig, zum Teil von Blättern durchwachsen und zum Teil hellgrün. Der Geschmack ist trotzdem hervorragend! Die meisten Kohlrarten stammen aus dem eher kühlen und gleichmäßig feuchten atlantischen Klima. Wir werden in Zukunft nur noch ganz früh und spät pflanzen.

Wahrscheinlich zum letzten Mal in dieser Saison bekommen wir **Moscateil** Trauben aus Spanien. Während viele Traubensorten vorwiegend süß und nass sind (vor allem die kernlosen Sorten), überzeugen die Moscatell mit einem ungewöhnlichen **Aroma**.

Ebenfalls letztmalig gibt es für diesen Sommer **kleine Wassermelonen**. Ob es noch einmal in größeren Mengen andere Melonen geben wird ist noch nicht ganz klar.

Alle Plastikschalen, in denen wir Obst und empfindliches Gemüse in den Kisten verpacken, nehmen wir gerne zurück! Sie werden hier von einer Mitarbeiterin liebevoll gewaschen und dann wieder verwendet! Auch das Papier nehmen wir zurück. Sie können es aber auch sehr gerne behalten, für eigene Zwecke.

Dieses Jahr fällt unser Hoffest, das wir am 3. Oktober geplant hatten, wegen Corona leider aus!

Brokkoli mit Birnen

0,5 kg Brokkoli, 1-2 Lauchzwiebeln, 40g Butter, 1/8l Wasser, 1-2 feste Birnen, 2 EL Semmelbrösel, 40g gehackte Mandeln, Salz/Pfeffer/ gem. Piment

Brokkoli waschen, einzelne Röschen abtrennen, Stiel schälen und klein würfeln. Lauch waschen, putzen, in Ringe schneiden. Birnen waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen, in Spalten schneiden. 2 EL der Butter erhitzen, erst Lauchzwiebeln andünsten, dann Birnen hinzufügen, 3 Min. garen. Wasser hinzu gießen und ca. 8 Min. im geschlossenen Topf köcheln lassen. und ca. 4 Min. vor Ende der Garzeit Brokkoli zum Gemüse geben. Restliche Butter in einer Pfanne erhitzen Semmelbrösel und Mandeln darin goldbraun rösten. Gewürze nach Geschmack zum Gemüse geben. Gemüse mit den Semmelbröseln bestreuen und servieren.

Marinierte Zucchini mit Tomaten

500g Zucchini, 1/2 Bd. Petersilie, 3 Knoblauchzehen, 4 EL Olivenöl, Saft einer 1/2 Zitrone, Salz, Pfeffer, 1TL Oreganum, 4 Tomaten

Zucchini waschen, schräg in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden, auf einen Teller legen. Petersilie fein hacken, Knoblauchzehen hacken und beides mit Olivenöl und Zitronensaft mischen, mit Salz, Pfeffer und Oreganum abschmecken und über die Zucchini geben, 15 Min. durchziehen lassen und dabei einmal wenden. Tomaten halbieren, die Schnittflächen mit Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl beträufeln und mit den Zucchini auf einem Blech anordnen. Im Backofen ca. 3-4 Min. bei starker Hitze leicht bräunen. Als Beilage zu Fleisch und Fisch oder als Vorspeise mit warmem Baguette.

Bataten-Thymian-Pfanne

60g mageren, ger. Speck, 0,5 kg Bataten, 1-2 Zwiebeln, 20g Butterschmalz, 1/8 l trockener Weißwein, Salz, Pfeffer, 1 TL Thymian

Speck würfeln. Bataten und Zwiebeln schälen und würfeln. Fett erhitzen, Speck darin anbraten, Bataten und Zwiebeln hinzufügen und goldbraun anbraten. Mit Wein ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

Pak Choi-Salat in fruchtiger Vinaigrette

1 Pak Choi, 2 EL Zitronensaft, Agavendicksaft (od. Honig), 1 EL Senf, 4 EL Orangensaft, 4 EL Olivenöl, 1-2 Schalotten, 1 Apfel od. Birne, 2 EL Rosinen, Salz + Pfeffer

Pak Choi putzen, waschen, abtropfen lassen + Blätter + Stiel in Streifen schneiden. Zitronensaft, Dicksaft, Senf, Orangensaft und Öl mit einem Schneebesen verquirlen. Schalotten schälen, klein würfeln und mit Rosinen zugeben. Apfel/Birne fein würfeln + ebenfalls zugeben. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat mit dem Dressing beträufeln und servieren. Dazu passen Ofenkartoffeln.

Kohlrabi in Cremiger Sauce

2 Kohlrabi, 1 Bd. Knoblauch, 1 EL Butter, 1 Frischkäse, 1 Zitrone, Salz, 1 Spur Zucker, Pfeffer, 1 Msp. Muskatnuss

Die zarten Blätter der Kohlrabi ganz fein schneiden. Kohlrabi schälen und den Wurzelansatz entfernen. Die Knollen vierteln und in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Knoblauch mit Grün waschen, 1 beiseite legen alle anderen in Ringe schneiden. Die Butter in einer großen Pfanne schmelzen und die Kohlrabischeiben darin ca. 5 Minuten dünsten. 1 Stg. Knoblauch und Kohlrabiblätter dazugeben, kurz mitdünsten. Den Frischkäse einrühren und schmelzen lassen. Zitrone auspressen. Das Kohlrabigemüse mit Salz, Zucker, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronensaft abschmecken und bei schwacher Hitze noch einige Minuten köcheln lassen.

Gebratener Kürbis mit getrockneten Früchten

60g getr. Sauerkirschen, 100ml Orangensaft, 1 Zweig Thymian (1/2 TL getr.), 500g Kürbisfleisch, 1 Zwiebel, 1 säuerlicher Apfel, 1 EL Öl, Salz, Pfeffer, frisch geriebenem Ingwer, 1 EL Öl, 50ml Wasser ablöschen,

Getr. Sauerkirschen (Cranberries, Pflaumen..) in Orangensaft bei kl. Hitze zum Kochen bringen, 10 Min. köcheln lassen. Thymian dazugeben. Kürbis in Spalten schneiden. Zwiebel und Apfel würfeln und in Öl anbraten. Die Orangenfruchtmischung dazugeben und ein paar Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer + Ingwer abschmecken. Kürbis in Öl anbraten, leicht bräunen, mit Wasser ablöschen, 10 Min. garen und mit Salz würzen. Kürbis mit der Fruchtsauce anrichten und mit frischen Thymian garniert servieren.

Bohnen in Thymian-Senf-Sauce

500 g Buschbohnen oder Stangenbohnen, 1 kleine Zwiebel, 1 EL Butter, Salz und Pfeffer, 1/8L Wasser, 200 ml Crème fraîche oder saure Sahne, 200 ml süße Sahne, 1 EL Senf, 1/2 Bund Thymian (od. 1TL getr.)

Busch- oder Stangenbohnen putzen, eventuell entfädeln und waschen. Buschbohnen halbieren, Stangenbohnen in Stücke schneiden. Die Zwiebeln fein hacken, in der heißen Butter glasig dünsten. Bohnen beifügen und kurz mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wasser dazugeben. Die Bohnen zugedeckt 15 - 20 Minuten auf kleinem Feuer weich kochen. Inzwischen süße Sahne und Crème fraîche oder saure Sahne in einem Pfännchen ca. 5 Minuten etwa auf die Hälfte einkochen. Mit 1 EL Senf, Salz und Pfeffer würzen. Die Blättchen von 1/2 Bund Thymian beifügen. Bohnen abtropfen lassen. Auf einer Platte anrichten und mit der Sauce übergießen. Lecker als Beilage zu gebratenen oder gegrillten Lammkoteletts oder Grillwürsten.

** ABO Gemüse Salat Obst

von 08.09.2020 bis 13.09.2020

Kartoffel

11.....Tüte	Kartoffeln, festk., 1,5kg	regional eig	3,40 €/Tüte
12.....Tüte	Kartoffeln, festk., 2,5kg	regional eig	5,50 €/Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,5 kg	regional - l	6,60 €/Tüte

Gemüse

1110.....kg	Auberginen	Spanien - kontr. Bio-Anbau	5,60 €/kg
1001.....kg	Avocado	Peru - kontr. Bio-Anbau	9,90 €/kg
386.....kg	Bataten	Spanien - kontr. Bio-Anbau	3,70 €/kg
1311.....kg	Bohnen Busch	regional - Bioland	6,90 €/kg
688.....kg	Bratpaprika	Spanien - kontr. Bio-Anbau	11,90 €/kg
100.....kg	Brokkoli	regional eig. Anbau - Bioland	6,20 €/kg
766.....Stück	Cherry-Tomaten, 250gr	Spanien - k	1,99 €/Stück
255.....kg	Chicoree	Niederlande - kontr. Bio-Anbau	7,90 €/kg
122.....St.	Chinakohl, Stück ca 800gr+	Deutsc	4,20 €/St.
1010.....kg	Fenchel	Deutschland - Bioland	7,65 €/kg
445.....Bd.	Frühlingszwiebeln, Bund	regional e	2,50 €/Bd.,ind
422.....kg	Gemüsezwiebel kg	Spanien - kontr.	2,99 €/kg
911.....St.	Gurke Schlangen	Niederlande - kontr.	1,60 €/St.
590.....kg	Ingwer	Peru - kontr. Bio-Anbau	8,90 €/kg
456.....kg	Knoblauch-KNOLLE	Spanien - kontr. E	11,50 €/kg
110.....St.	Kohlrabi Stück	regional eig. Anbau - Bi	1,75 €/St.
540.....Stück	Kresse Schale	Deutschland - EG-Kont	0,85 €/Stück
1211.....St.	Kürbis HOKKAIDO ca 700gr+	region:	3,20 €/St.,biolan
591.....kg	Kurkuma frisch	Peru - kontr. Bio-Anba	12,90 €/kg
833.....kg	Mangold, grün	regional eig. Anbau - Bi	4,80 €/kg
300.....kg	Möhren	regional eig. Anbau - Bioland	3,50 €/kg
303.....kg	Möhren Purple	Deutschland - Demeter	4,50 €/kg
166.....St.	Pak Choi, Stück 300gr+	Niederlande	2,70 €/St.,au
634.....kg	Paprika bunt, regional	regional - Bio	6,80 €/kg
633.....kg	Paprika grün II Wahl	Niederlande - ko	4,20 €/kg
611.....kg	Paprika rot II Wahl	Niederlande - konti	4,50 €/kg
612.....kg	Paprika spitz, rot	Spanien - kontr. Bio	6,20 €/kg
622.....kg	Paprika, gelb II Wahl	Niederlande - kc	4,50 €/kg
380.....kg	Pastinaken	Deutschland - Bioland	5,85 €/kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo	Spani	12,50 €/kg,nbau
500.....Bund	Petersilie, Bund	Deutschland - Demeter	1,85 €/Bund
382.....kg	Petersilienwurzel, kg	Niederlande -	6,70 €/kg,iu
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	regional eig. Anbau - Biolar	5,30 €/kg
377.....Bd.	Radieschen	Deutschland - Bioland	2,50 €/Bd.
541.....Stück	Rettichkresse, rot	Deutschland - EG-	1,30 €/Stück
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr	Frankreicl	3,30 €/Stück,
340.....kg	Rote Bete, Kilo	regional eig. Anbau - Bi	3,50 €/kg
201.....St.	Salat 1	regional eig. Anbau - Bioland	2,10 €/St.
211.....Stück	Salat Endivie	regional eig. Anbau - Biola	2,20 €/Stück
433.....kg	Schalotten	Deutschland - Bioland	5,90 €/kg
332.....Stk	Sellerie mit Grün	regional eig. Anbau	2,80 €/Stk
188.....Stk	Spitzkohl, Stück ca 800gr+	Deutsch	3,70 €/Stk
1322.....kg	Stangenbohnen	regional eig. Anbau -	6,90 €/kg
335.....St.	Staudensellerie 300gr+	Deutschland	3,75 €/St.
118.....St.	Steckrüben, ca . 800g+	Deutschland	4,10 €/St.
1150.....Schale	Suppengemüse	regional eig. Anbau -	3,50 €/Schale
711.....kg	Tomaten	regional - Bioland	5,20 €/kg
155.....St.	Wirsing, Stück	Deutschland - Bioland	3,60 €/St.
1200.....kg	Zucchini, Kilo	regional eig. Anbau - Biol	3,25 €/kg
400.....kg	Zwiebeln	Deutschland - Naturland	3,30 €/kg
411.....kg	Zwiebeln, rot	Niederlande - kontr. Bio-	3,80 €/kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten	regional - Bi	3,90 €/kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten	regional - Bi	3,90 €/kg
1911.....kg	Bananen, Kilo	Dominikanische Republik	3,30 €/kg
1577.....kg	Birnen, div. Sorten	Deutschland - Nat	4,70 €/kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr	Tunesien - Demeter	3,60 €/Stück
1978.....kg	Feigen, schwarz kg	Frankreich - konti	19,90 €/kg
1955.....Stück	Granatapfel, St	Spanien - kontr. Bio-An	2,25 €/Stück
1960.....Stück	Kaktusfeigen	Italien - kontr. Bio-Anbau	1,35 €/Stück
1645.....kg	Limetten	Mexico - kontr. Bio-Anbau	10,50 €/kg
1944.....Stück	Mango, Stück	Spanien - kontr. Bio-Anb	3,95 €/Stück
1750.....Stück	Melone Wassermelone, Stück	Sp	3,30 €/Stück,nbau
1755.....Stück	Melone, Galia Stück	Spanien - kontr.	3,65 €/Stück
1600.....kg	Orangen	Südafrika - kontr. Bio-Anbau	6,50 €/kg
1677.....kg	Pflaumen rot oder gelb, Kilo	Span	5,40 €/kg,nbau
1711.....kg	Trauben blau	Deutschland - kontr. Bio-	6,20 €/kg
1733.....kg	Trauben KERNLOS	Italien - Demeter	7,50 €/kg
1722.....kg	Trauben weiß	Spanien - kontr. Bio-Ant	4,60 €/kg
1866.....kg	Walnüsse, frisch	Frankreich - kontr. B	13,90 €/kg
1644.....kg	Zitronen	Italien - Demeter	6,20 €/kg
1799.....Stück	Zuckermelone eigener Anbau	reç	4,95 €/Stück,biolan
1666.....kg	Zwetschgen, Kilo	Deutschland - Natu	6,50 €/kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

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