

Das Fenster zum Hof - KW 51/21

Seit etlichen Wochen steht bei uns noch ein Satz **Brokkolipflanzen** auf dem Acker, die einfach nicht so geworden sind, wie wir uns das vorgestellt haben. Erst sind sie nicht gewachsen und dann blieben sie auch noch **klein**. Deutsche Konsumenten erwarten ja große, dunkelgrüne, feste Köpfe. Brokkoli ist eine absurd, gigantisch gezüchtete **Kohlknospe**. Wer ihn überwintern lässt findet im Frühjahr kleine, gelbe, filigrane, süß duftende Kohlblüten. Glücklicherweise hat Johann an einem **Blatt** geknuspert und festgestellt, wie lecker sie sind. Durch die Kälte der letzten Nächte sind Blätter und Stengel **süß** geworden. Obendrein sind sie butterzart. Sie erinnern ein wenig an Cime di Rapa - mit festeren Blättern und ohne dessen Bitterkeit. Der beste Weg den Winterbrokkoli zuzubereiten ist, ihn einfach behertzt, quer in ca 1cm breite Streifen zu schneiden (im unteren Teil, wo nur noch Stängel sind, etwas dünner) und ihn mit etwas Salz in **Olivenöl** ein paar Minuten zu braten. Wie bei allen Kohlsorten, darf er ein wenig braun werden. Der enthaltene Zucker karamellisiert dann und macht das Gemüse noch leckerer.

Beim **Feldsalat** haben wir uns mit der eigenen Ware im Angebot etwas zurückgehalten. Dafür haben wir jetzt ausreichend für diese Woche.

Ob mit Gans oder ohne. Weihnachten ist **Rotkohlzeit**. Unsere Köpfe kommen seit zwei Jahren hier aus dem Vorgebirge, wo **Theo** in Waldorf einen Wintervorrat für uns anbaut. Der Rotkohl ist, genau wie Weißkohl, schon längst geerntet und wartet in Theos **Erdkeller**, den er an einem Hang in den **Vorgebirgslern** gebaut hat, darauf aufgearbeitet und verkauft zu werden.

Wir hatten ja gehofft, dass '21 wieder "normaler" würde. Ein Blick in den Fenster-zum-Hof-Text des letzten Dezembers ist erhellend. Viel hat sich nicht geändert. Aber wollen wir uns nicht beschweren. Schließlich haben wir genug zu tun und bald lassen wir uns mit einem großen und schweren Plumps in die **Betriebsferien** fallen. Nötig ist es.

Der **Hofladen** ist geöffnet und steht zu unseren üblichen Ladenöffnungszeiten zu Verfügung. Heiligabend und Silvester aber nur bis 13. Uhr. Lediglich am **29. Dezember** haben wir wegen unserer **Jahresinventur** geschlossen.

Das war die letzte Kiste in diesem wieder verrückten Jahr. Wir wünschen Ihnen und Ihren Lieben ein ruhiges **Weihnachtsfest** - hoffentlich so, dass es sich ein bisschen normal anfühlt. Nach unserem **Urlaub** sind wir gleich in der ersten Kalenderwoche ab dem **3. Januar** wieder für Sie da.

Herzliche Grüße
Ihre Familie Apfelbacher

Kartoffelpüree mit Sellerie

Ein Kilo geschälte Kartoffeln, ca. 500g geschälter Sellerie, ein Paket Butter (ja, so viel!), Salz, Pfeffer, Muskat

Sellerie grob würfeln und in Salzwasser aufsetzen. Nach ca 5-10 Minuten die ebenfalls grob gewürfelte Kartoffeln hinzugeben und noch 22 Minuten mit Deckel weich kochen. Das Kochwasser bis auf einen kleinen Rest abgießen und auffangen. Mit einem Stampfer gut zerkleinern. Butter in Würfeln mit einem stabilen Schneebesen nach und nach unterschlagen. Ein bis zwei Minuten weiter schlagen, bis das Püree eine fluffige Konsistenz hat (wenn es zu fest ist, etwas von dem Kochwasser zugeben). Würzen mit frischer Muskatnuss und Pfeffer aus der Mühle. Evtl. nachsalzen. Das Rezept funktioniert auch mit Möhren, Steckrübe, Petersilienwurzeln oder Hokkaidokürbis statt Sellerie und schmeckt wahnsinnig gut mit:

Gebratener Winterbrokkoli

2 Stauden Winterbrokkoli, Salz, Olivenöl (oder Butter), frischer Pfeffer aus der Mühle

Winterbrokkoli quer in ca 1cm breite Streifen schneiden. Im unteren Teil, wo nur noch Stängel sind, etwas dünner. Öl oder Butter in einer weiten Pfanne erhitzen, den geschnittenen Kohl hineingeben, salzen und unter gelegentlichem Wenden 4-5 Minuten braten. Nur noch mit Pfeffer würzen und fertig. Da der Brokkoli mild und eher süßlich ist, sind Zwiebeln, Chili oder Knoblauch eher fehl am Platz.

Im Ganzen gebackener Sellerie nach Ottolenghi

1,2kg Knollensellerie, 2El Olivenöl, 2Tl grobes Salz

Knollensellerie gründlich putzen. Den Wurzelansatz entfernen und die Knolle auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen. Dann die Schale mit Olivenöl einreiben, mit Salz bestreuen und die Knolle in den Ofen schieben. Nach zweieinhalb bis drei Stunden bei 180°C ist die Verwandlung vollbracht: Aus dem unscheinbaren Gemüse ist ein duftender Prachtkerl geworden. Wenn man mit einer Stricknadel hinein sticht, soll das Innere weich nachgeben. Zwischen durch die Knolle immer wieder mit dem austretenden Saft bepinseln. Es lohnt sich! Vor allem, wenn man erst die knusprig herbe Schale durchbrochen und vom butterweichen Kern probiert hat. In Spalten geschnitten, ist dieser Sellerie eine gute Alternative zu Pommes. Zusammen mit Crème fraîche und Zitronenscheiben eignet er sich aber auch als Vorspeise. So oder so sollte man ihn mit ein paar Tropfen Olivenöl und Salz servieren.

Rotkraut, klassisch

Ca. 700g Rotkohl, 1 kl. Zwiebel, 1 Nelke, 1 Lorbeerblatt, 1 EL Butter, 1 EL Zucker /Honig, 1-2 säuerliche Äpfel, ½ TL Salz, 1 Glas Rotwein, 100ml Apfelsaft, 1-2 EL Essig, Salz /Pfeffer, event. Johannisbeergelee

Rotkohl putzen, in feine Streifen schneiden hobeln. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Butter in einem weiten Topf erhitzen. Zucker /Honig zugeben, hell karamellisieren lassen. Apfel schälen, vierteln, entkernen, achteln, in Streifen schneiden und mit den Zwiebeln dazugeben, 5 Min. mitbraten. Die Rotkrautstreifen zugeben, etwa fünf Minuten weiterbraten. Mit Rotwein ablöschen, Apfelsaft zugießen und Nelke sowie Lorbeerblatt zufügen. Salzen. Deckel auflegen und das Kraut bei milder Hitze circa 30-60 Minuten weich schmoren. Dabei ab und zu umrühren. Wenn es droht trockenzukochen, weiteren Apfelsaft zugießen. Mit wenig Essig, Salz/Pfeffer und 1-2 El Johannisbeergelee abschmecken. Dazu passen Backofenkartoffeln.

Rotkohl mit Wein und Pflaumen

12 getrocknete Pflaumen, 1/8l Rotwein, 1 mittlerer Kopf Rotkohl, 1 Zwiebel. 1 Knoblauchzehe, 2 EL Öl, 3 El Essig, Salz, Cayennepfeffer, ½ Bd Petersilie

Pflaumen (event. entsteinen) etwa 30 Min. in Rotwein ziehen lassen. Rotkohl putzen, vierteln und klein hobeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln und in Öl glasig braten. Den Kohl, Pflaumen mit Wein, Essig, Salz und Cayennepfeffer hinzugeben und aufkochen, dann zugedeckt bei kleiner Hitze 30 Min. garen. Petersilie klein hacken und vor dem Servieren über den Kohl streuen. Dazu passen Pellkartoffeln und /oder Eierkuchen.

Zwiebelconfit

Zwiebeln, Olivenöl, Rosmarinadeln, Zucker, Rotwein, Chili, Salz, Pfeffer, Butter

Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. In einem Topf in Olivenöl anbraten. Zucker und Rosmarin darüber streuen und karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen und bei milder Hitze 15 Minuten einkochen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Chili, würzen und ein paar kalte Butterwürfel nach und nach unterrühren.

Schmeckt kalt zu gebratenem Fleisch aber auch wunderbar zu Käse oder nur mit Butterbrot

Alle Rezeptblätter des kompletten vergangenen Jahres finden Sie auf unserer Homepage unter: [Infos > Wochenrezepte und Infos](#). Neu ist dort ein Schlagwortverzeichnis mit Direkt-Links zu Rezepten. Im Blog gibt es regelmäßige Bilder und Infos zu Hof und Gemüse

**** ABO Gemüse Salat Obst**

von 20.12.2021 bis 26.12.2021

Kartoffel

30.....kg	Kartoffeln-Bratlinge regional - DB	2,90 €/ kg
12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg regional - E	5,25 €/ Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg regional - I	6,20 €/ Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg regi	28,50 €/ Netz

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - IA	6,30 €/ kg
1001.....kg	Avocado Hass Spanien - CRAE	6,90 €/ kg
386.....kg	Bataten Spanien - CRAE	3,70 €/ kg
387.....kg	Bataten, regional Niederlande - IA	5,80 €/ kg
170.....Stk.	Blumenkohl, St weiß 700gr+ Frank	4,95 €/ St.
581.....Bund	Bouquet garni, Kräutermix Bd. Ma	1,95 €/ Bund
100.....kg	Brokkoli Spanien - IA	6,99 €/ kg
766.....Stück	Cherry-Tomaten, 250gr Spanien - I/	1,75 €/ Stück
255.....kg	Chicoree Niederlande - IA	8,50 €/ kg
122.....Stk.	Chinakohl, Stück Niederlande - HD	2,80 €/ St.
248.....kg	Feldsalat, Frankreich Frankreich - IA	18,90 €/ kg
1010.....kg	Fenchel Italien - ICEA	4,95 €/ kg
422.....kg	Gemüsezwiebeln kg Spanien - IA	2,50 €/ kg
160.....kg	Grünkohl regional eig. Anbau - DB	5,15 €/ kg
911.....Stk.	Gurke Schlangen Spanien - IA	1,99 €/ St.
590.....kg	Ingwer Peru - IA	8,90 €/ kg
456.....kg	Knoblauch-KNOLLE Spanien - IA	11,90 €/ kg
110.....Stk.	Kohlrabi Stück Spanien - IA	1,70 €/ St.
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	0,90 €/ Stück
1223.....Stück	Kürbis Butternut 800gr+ Spanien - I	3,00 €/ Stück
1211.....Stk.	Kürbis HOKKAIDO ca. 0,8-1,2 kg De	2,70 €/ St.
591.....kg	Kurkuma frisch Peru - IA	9,90 €/ kg
922.....kg	Landgurke Spanien - IA	5,50 €/ kg
527.....Stück	Lorbeer, Bund regional eig. Anbau - DI	1,90 €/ Stück
833.....kg	Mangold, grün Italien - IA	4,50 €/ kg
395.....kg	Meerrettich, kg Deutschland - EG	15,99 €/ kg
300.....kg	Möhren Belgien - IA	2,90 €/ kg
303.....kg	Möhren Purple Deutschland - DD	3,70 €/ kg
302.....kg	Möhren regional Deutschland - DD	3,30 €/ kg
161.....kg	Palmkohl regional eig. Anbau - DB	6,50 €/ kg
622.....kg	Paprika gelb Spanien - IA	7,50 €/ kg
633.....kg	Paprika grün Spanien - IA	6,30 €/ kg
611.....kg	Paprika rot Spanien - IA	6,30 €/ kg
612.....kg	Paprika spitz, rot Spanien - CRAE	7,50 €/ kg
380.....kg	Pastinaken Deutschland - DB	4,40 €/ kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spani	12,90 €/ kg
500.....Bund	Petersilie, Bund Italien - ICEA	1,95 €/ Bund
382.....kg	Petersilienwurzel, kg Niederlande -	6,20 €/ kg
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo Deutschlanc	14,50 €/ kg
988.....kg	Pilze Kräuterseitling Deutschland - E	26,50 €/ kg
977.....kg	Pilze Shiitake Deutschland - DB	26,50 €/ kg
955.....kg	Pilze Steinchampignons Deutschlar	11,90 €/ kg
440.....kg	Porree, Kilo regional eig. Anbau - DB	5,15 €/ kg
245.....kg	Postelein Niederlande - IA	14,50 €/ kg
278.....kg	Radicchio, kg Italien - IA	5,50 €/ kg
371.....kg	Rettich schwarz regional eig. Anbau -	3,90 €/ kg
378.....kg	Rettich weiß, Kilo regional eig. Anbau	4,90 €/ kg
541.....Stück	Rettichkresse, rot Deutschland - EG	1,40 €/ Stück
177.....Stück	Romanesco ca 600gr+ Spanien - IA	3,95 €/ Stück
120.....kg	Rosenkohl regional - DB	5,90 €/ kg
533.....Bund	Rosmarin, Bund Marokko - IA	2,20 €/ Bund
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr Spanien -	2,90 €/ Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo regional eig. Anbau - DI	3,70 €/ kg
144.....Stk.	Rotkohl Stück regional - DB	2,70 €/ St.

201.....Stk.	Salat 1 Frankreich - IA	2,30 €/ St.
211.....Stück	Salat Endivie Italien - ICEA	3,10 €/ Stück
195.....Stück	SAUERKRAUT lose 500gr Pck Deut:	6,60 €/)kg
433.....kg	Schalotten Frankreich - IA	6,90 €/ kg
388.....kg	Schwarzwurzeln Niederlande - IA	5,40 €/ kg
330.....kg	Sellerie, kg regional eig. Anbau - DB	3,70 €/ kg
188.....Stk	Spitzkohl Stück Spanien - IA	3,40 €/ Stk
335.....Stk.	Staudensellerie Stück Spanien - IA	2,99 €/ St.
117.....Stück	Steckrüben, Kilo Deutschland - DB	3,10 €/ kg
1150.....Schale	Suppengemüse diverse Länder - BIO	3,90 €/ Schale
523.....Stück	Thymian, Bund Marokko - IA	2,25 €/ Stück
711.....kg	Tomaten Spanien - IA	5,50 €/ kg
384.....kg	Topinambur Niederlande - IA	5,50 €/ kg
133.....Stk.	Weißkohl, St regional - DB	2,70 €/ St.
107.....kg	Winterbrokkoli regional eig. Anbau - D	6,50 €/ kg
155.....Stk.	Wirsing, Stück ca 600gr+ Niederlanc	3,70 €/ St.
592.....Stück	Zitronengras Marokko - IA	2,80 €/ Stück
1200.....kg	Zucchini, Kilo Spanien - IA	6,90 €/ kg
266.....Stück	Zuckerhut ca 500gr+ regional eig. An	2,60 €/ Stück
400.....kg	Zwiebeln Deutschland - DN	2,70 €/ kg
411.....kg	Zwiebeln, rot Deutschland - DN	3,40 €/ kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DI	4,20 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DI	4,20 €/ kg
1555.....kg	Äpfel Boskoop Deutschland - DD	4,90 €/ kg
1544.....kg	Äpfel Cox Orange Deutschland - DD	5,50 €/ kg
1565.....kg	Äpfel roter Weihnachtsapfel regio	5,20 €/ kg
1522.....kg	Äpfel Topaz regional - DB	4,20 €/ kg
1533.....Tüte	Äpfel Topaz, 3kg Beutel regional - D	10,90 €/ Tüte
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik	3,30 €/ kg
1577.....kg	Birnen, div. Sorten Niederlande - IA	5,50 €/ kg
1625.....kg	Bitter-Orangen Spanien - IA	3,90 €/ kg
1633.....kg	Clementinen Spanien - IA	3,90 €/ kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,75 €/ Stück
1888.....kg	Erdnüsse 250gr Btl Ägypten - IA	10,90 €/ kg
1955.....Stück	Granatapfel, St Türkei - INAK	2,30 €/ Stück
1640.....kg	Grapefruit, kg Spanien - IA	4,20 €/ kg
1855.....kg	Haselnüsse Frankreich - IA	17,90 €/ kg
1933.....Stück	Kaki Stück Spanien - CRAE	1,35 €/ Stück
1923.....kg	Kiwi, gold Italien - IA	8,90 €/ kg
1922.....kg	Kiwi, Kilo Griechenland - IA	5,90 €/ kg
1899.....Stk	Kokosnuss Elfenbeinküste - IA	1,95 €/ Stk
1645.....kg	Limetten Dominikanische Republik - EG	8,90 €/ kg
1944.....Stück	Mango, Stück Ecuador - BCS	2,10 €/ Stück
1881.....Stück	Maronen gegart 200gr Frankreich - I	7,50 €/ Stück
1600.....kg	Orangen Spanien - CRAE	2,95 €/ kg
1622.....Tüte	Saftorangen, Beutel 3kg Spanien - I	6,50 €/ Tüte
1623.....kg	Saftorangen, Kilo Spanien - IA	2,45 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse, frisch Frankreich - IA	13,90 €/ kg
1644.....kg	Zitronen Spanien - CRAE	4,95 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11852.....Stück	Apfel-Rotkohl servierfertig Deutsc	2,65 €/ Stück
11850.....Stück	Sauerkraut servierfertig 500gr Di	2,40 €/ Stück