

So ein Käse! (KW1 vom 1.1.-7.1.) Alpkäse Baldauf, Allgäuer Traditionskäse, 4-5 Monate in Erd-Kellern gereift. Hartkäse, Deutschland, 50% Fett i. Tr., Rinde verzehrbar. Zutaten: ROHMILCH, Salz, Kulturen, tier. Lab.

1 Stück ca. 220g, 24,90€; Art.-Nr. 5059

Das Fenster zum Hof - KW 51/23

Das war's. Jetzt freuen wir uns noch mächtig auf die verdienten **Winterruhewoche**. Am 2. Januar sind wir wieder bereit und packen Kisten, damit alle ihre Vorräte auffüllen können. **Wenn Sie in der ersten Januarwoche beliefert werden wollen, geben Sie uns Bescheid. Gerne stellen wir den Lieferrhythmus für Sie um, wenn es nötig sein sollte.**

Wir verkaufen **Rosenkohl**, wie auch schon in den letzten Jahren ungeputzt. Sonst wird er einfach viel zu **teuer**. Es gibt Kollegen, die ihn geputzt für 13 Euro verkaufen. **Theo Pütz** pflückt den Rosenkohl, wir waschen ihn und sortieren nur grob durch. So geht er dann in den Verkauf. Anders geht es leider nicht mehr, die **Lohnkosten** sind zu hoch. Wie manche anderen leckeren Sachen, wird Rosenkohl sonst bald vom **Markt verschwinden**. Dafür kann man das Rosenkohlputzen als meditatives Erlebnis genießen. Wenn man sich am Küchentisch versammelt und **viele Hände** mithelfen, gibt es bestimmt viel zu erzählen.

Die restlichen **regionalen Bioland Weihnachtsbäume** von Stefan Lüdenbach aus dem Bergischen sind noch bis zum **23. Dezember bis 14.00 Uhr** bei uns im Hofladen abzuholen.

Wir brauchen **Kisten**. Die Bestellungen in den Kisten werden, gerade jetzt im Winter, wieder umfangreicher und manche Gemüse wie Grünkohl, Palmkohl oder Zuckerhut brauchen einfach mehr Platz. Da viele **Kisten** auch in die Jahre gekommen sind und aussortiert werden müssen, wird es noch enger. Bitte schauen Sie gründlich in **Keller** und **Garage** nach. Wir **freuen** uns über jedes zurückgegebene Exemplar.

Nun wünschen wir ein **frohes Fest** und schöne **Feiertage** - aber nicht ohne daran zu erinnern, dass leckere **Clementinen** und **Orangen** in den **Kühlschrank** gehören. Oder auf die frostfreie Terrasse bzw. Balkon. Dann halten sie länger.

**Bis im nächsten Jahr,
Ihre Familie Apfelbacher**

Gerösteter Rotkohl

1 Rotkohl, eine Zwiebel, Olivenöl, Salz, 1EL Balsamico

Ofen auf 220°C vorheizen. Backblech mit Olivenöl bestreichen. Strunk aus dem Kohl schneiden und den Kopf in ca. 3-4 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel vierteln. Rotkohlscheiben und Zwiebel auf das Backblech legen. Mit reichlich Olivenöl beträufeln, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Balsamico besprenkeln. Den Rotkohl 25-30 Minuten auf mittlerer Schiene backen, bis er gar und stellenweise knusprig ist. Evtl mit etwas Balsamico und Pfeffer nachwürzen.

Selleriegemüse mit gebratenem Apfel

2 Äpfel, 2 Zwiebeln, 0,5 kg Sellerie, Butter, Salz + Majoran, Walnüsse

Äpfel waschen, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Zwiebeln schälen und in Achtel schneiden. Sellerie schälen, erst in Scheiben (ca. 1cm) und dann in Stifte schneiden und zusammen mit den Zwiebeln in Butter in einer größeren Eisenpfanne braten. Nach der Hälfte der Garzeit die Äpfel dazu geben. Zum Schluss mit Salz + Majoran abschmecken und mit Walnüssen garniert servieren.

Tipp: Wer will kann das Gemüse mit einem Klecks Schmand und Salat kombinieren.

Selleriecremesuppe

Ca. 500gr Sellerieknolle (geputzt), 1 Zwiebel, 3 Kartoffeln, 1 EL Butter, 1Ltr Wasser, ein kl Glas Wein, 200ml süße Sahne, 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Muskat

Sellerie und Kartoffeln schälen und würfeln. Zwiebel würfeln und in Butter anbraten. Sellerie + Kartoffeln dazu und kurz anbraten. Mit Wein ablöschen, kurz den Alkohol herauskochen und mit dem Wasser auffüllen. Alles ca. 25 Minuten weich kochen und anschließend sehr fein pürieren. Sahne zugeben und mit Zitronensaft, Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken.

Apfelbacher - Betriebsferien
Wir haben "zwischen den Jahren" in der KW52 geschlossen und liefern keine Kisten aus. Am 2. Januar beginnen wir wieder mit den Lieferungen. (s.u.)

Rosenkohl Grundrezept (mit drei Variationen)

Die Röschen gründlich waschen und abtropfen lassen. Das Strunk-Ende dünn abschneiden und evtl. schmutzige Außenblätter entfernen. Dann halbieren - das verringert die Kochzeit drastisch.

In wallend kochendes Salzwasser geben und für ca. 2-3 Minuten blanchieren. Dann kurz in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. So bleibt der Rosenkohl schön leuchtend grün. In diesem Zustand kann man ihn auch für zwei bis drei Tage im Kühlschrank aufbewahren.

So vorbereitet, lässt sich der Rosenkohl auf verschiedene Weisen zubereiten. Beispiele:

Eine kleine Zwiebel fein würfeln und in wenig Butter anschwitzen. Mit wenig Wein ablöschen, kurz einkochen und mit ca. 150gr Sahne angießen. 400gr vorbereiteten Rosenkohl zugeben und in der kochenden Sahne erwärmen.

Etwas gemahlene Kümmel und Muskat mitkochen. Solange kochen, bis die Sahne leicht eindickt. Vielleicht mit etwas Salz nachwürzen.

Ein bis zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne hellbraun werden lassen (bis es gut duftet). Rosenkohl zugeben und unter Wenden drei bis vier Minuten braten. Noch etwas Salz und Pfeffer zugeben sowie etwas gehackte Petersilie.

Würfel von geschältem Butternutkürbis (ca. 1,5cm) in Olivenöl bei mittlerer Hitze unter Wenden anbraten. Wenn der Kürbis weicher wird, Rosenkohl, etwas gehackten Knoblauch, Majoran und vielleicht Chili zugeben. Weiterbraten bis der Kürbis gar ist und gegarte kurze Pasta zugeben. Würzen mit Pfeffer und etwas Olivenöl und mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Liefertagverschiebung
2024 beginnen wir sofort mit einer Lieferverschiebung. Alle Lieferungen der KW1, nach Neujahr, verschieben sich um einen Tag.

Rotkraut, klassisch

Ca. 500g Rotkohl, 1 kl. Zwiebel, 1 Nelke, 1 Lorbeerblatt, 1 EL Butter, 1 EL Zucker /Honig, 12 säuerlicher Apfel, ½ TL Salz, 1 Glas Rotwein, 100ml Apfelsaft, 12 EL Essig, 1 Msp. Nelkenpulver, Salz /Pfeffer, evtl. Johannisbeergelee

Rotkohl putzen, in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen, mit Hilfe Nelke, Lorbeerblatt an die Zwiebel spicken. Butter in einem weiten Topf erhitzen. Zucker /Honig zugeben, hell karamellisieren lassen. Apfel schälen, vierteln, entkernen, 8eln, in Streifen schneiden und zu den Zwiebeln geben, 5 Min. mitschmoren. Die Rotkrautstreifen zugeben, etwa 5 Min. mitdünsten. Zwiebel und Salz zugeben, kurz mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen und Apfelsaft zugießen. Deckel auflegen und das Kraut bei milder Hitze ca. 40-50 Minuten weich kochen. Dabei ab und zu umrühren. Wenn nötig, weiteren Apfelsaft zugießen. Gespickte Zwiebel entfernen. Abschmecken mit Essig, Nelkenpulver, Salz, Pfeffer und Johannisbeergelee (oder Honig, Zucker, Ahornsirup). Dazu passen Backofenkartoffeln (oder eine Gans).

Alle Rezeptblätter des kompletten vergangenen Jahres finden sich 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 18.12.2023 bis 31.12.2023

Kartoffel

19.....Stück	4kg Kartoffeln regional eig. Anbau - DB	7,99 €/ Stück
40.....kg	Backofen Kartoffeln regional eig. Anbau	2,50 €/ kg
12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg regional eig. Anbau	4,49 €/Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg regional eig. Anbau	5,70 €/Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg regional eig. Anbau	22,90 €/Netz

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - IA	5,75 €/ kg
1001.....kg	Avocado Spanien - IA	8,69 €/ kg
386.....kg	Bataten Spanien - IA	4,40 €/ kg
387.....kg	Bataten, regional Niederlande - IA	6,10 €/ kg
581.....Bund	Bouquet garni, Kräutermix Bd. Marokko	2,30 €/ Bund
100.....kg	Brokkoli Italien - IA	6,65 €/ kg
777.....Stück	Cherrytomaten 250gr Spanien - IA	8,99 €/ kg
255.....kg	Chicoree Deutschland - DN	12,90 €/ kg
122.....St.	Chinakohl, Stück, ca. 650g+ regional eig. Anbau	3,20 €/St.
281.....kg	Cicoria Catalogna Italien - IA	6,75 €/ kg
244.....kg	Feldsalat regional eig. Anbau - DB	18,90 €/ kg
1010.....kg	Fenchel Italien - IA	5,95 €/ kg
359.....kg	Gelbe Rübchen Frankreich - IA	6,39 €/ kg
422.....kg	Gemüsezwiebeln kg Spanien - IA	3,99 €/ kg
160.....kg	Grünkohl regional eig. Anbau - DB	5,75 €/ kg
590.....kg	Ingwer Peru - IA	11,90 €/ kg
456.....Stück	Knoblauch-KNOLLE Niederlande - IA	22,90 €/ kg
110.....St.	Kohlrabi Stück Spanien - IA	1,70 €/ St.
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,00 €/ Stück
1222.....St.	Kürbis Butternut 700gr+ Spanien - IA	3,75 €/ St.
1212.....Stück	Kürbis Hokkaido KLEIN 500g+ Deutschland	2,45 €/Stück
591.....kg	Kurkuma frisch Peru - IA	15,90 €/ kg
922.....kg	Landgurke Spanien - IA	5,50 €/ kg
527.....Stück	Lorbeer, Bund regional eig. Anbau - DB	2,20 €/ Stück
833.....kg	Mangold, grün Italien - IA	5,50 €/ kg
395.....kg	Meerrettich, kg Deutschland - EG	19,80 €/ kg
300.....kg	Möhren Deutschland - DN	3,30 €/ kg
302.....kg	Möhren regional regional eig. Anbau - DE	3,99 €/ kg
161.....kg	Palmkohl regional eig. Anbau - DB	6,95 €/ kg
622.....kg	Paprika gelb Spanien - IA	6,55 €/ kg
633.....kg	Paprika grün Spanien - IA	6,65 €/ kg
611.....kg	Paprika rot Spanien - CRAE	6,90 €/ kg
380.....kg	Pastinaken, kg regional eig. Anbau - DB	4,75 €/ kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spanien	18,90 €/ kg
500.....Bund	Petersilie, Bund Frankreich - IA	2,20 €/ Bund
382.....kg	Petersilienwurzel, kg Niederlande - IA	6,90 €/ kg
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo Deutschland - DN	19,90 €/ kg
988.....kg	Pilze Kräuterseitling Deutschland - DB	29,90 €/ kg
977.....kg	Pilze Shiitake Deutschland - DB	29,90 €/ kg
955.....kg	Pilze Steinchampignons Deutschland	12,90 €/ kg
440.....kg	Porree, Kilo regional eig. Anbau - DB	5,50 €/ kg
303.....kg	Purple Möhren violett Deutschland - DE	4,10 €/ kg
275.....Stück	Radicchio, St 280gr+ regional eig. Anbau	2,85 €/ Stück
371.....kg	Rettich schwarz regional eig. Anbau - DB	3,95 €/ kg
541.....Stück	Rettichkresse, rot Deutschland - EG	1,35 €/ Stück
120.....kg	Rosenkohl regional - DB	6,20 €/ kg
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr Niederlande	3,10 €/ Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo regional eig. Anbau - DB	3,50 €/ kg
144.....St.	Rotkohl Stück regional - DB	3,20 €/ St.
201.....St.	Salat 1 Italien - DD	2,30 €/ St.
211.....Stück	Salat Endivie Italien - IA	3,70 €/ Stück
195.....Stück	SAUERKRAUT lose 500gr Pck Deutschland	6,00 €/kg
433.....kg	Schalotten Niederlande - IA	6,30 €/ kg

911.....St.	Schlangengurken ca. 300g+ Spanien	2,25 €/ St.
388.....kg	Schwarzwurzeln Niederlande - IA	5,95 €/ kg
330.....kg	Sellerie, kg regional eig. Anbau - DB	3,50 €/ kg
333.....Stück	Sellerie, St. KLEINE 400+ regional eig. Anbau	1,80 €/Stück
335.....St.	Staudensellerie Stück 400gr+ Spanien	3,55 €/ St.
117.....kg	Steckrüben, Kilo Deutschland - DN	4,40 €/ kg
1150.....Schale	Suppengemüse diverse Länder - BIO	3,90 €/ Schale
523.....Stück	Thymian, Bund regional eig. Anbau - DB	2,20 €/ Stück
711.....kg	Tomaten Spanien - CRAE	5,55 €/ kg
384.....kg	Topinambur Niederlande - IA	6,10 €/ kg
133.....St.	Weißkohl, St regional - DB	3,20 €/ St.
155.....St.	Wirsing, Stück ca 600gr+ regional - DB	3,20 €/ St.
592.....Stück	Zitronengras Marokko - IA	2,65 €/ Stück
1200.....kg	Zucchini, Kilo Spanien - IA	6,99 €/ kg
266.....Stück	Zuckerhut, Stück regional eig. Anbau - DE	2,95 €/ Stück
400.....kg	Zwiebeln Deutschland - DN	2,99 €/ kg
411.....kg	Zwiebeln, rot Deutschland - DN	3,65 €/ kg

Obst

1562.....kg	Äpfel 'Elstar' 60+ Deutschland - DD	4,95 €/ kg
1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DB	4,40 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DB	4,40 €/ kg
1555.....kg	Äpfel Boskoop Deutschland - DB	4,85 €/ kg
1544.....kg	Äpfel Cox Orange Deutschland - DD	5,35 €/ kg
1522.....kg	Äpfel Topaz regional - DB	4,40 €/ kg
1533.....Tüte	Äpfel Topaz, 3kg Beutel regional - DB	11,90 €/ Tüte
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik - EG	3,45 €/ kg
1577.....kg	Birnen, kg regional - DB	4,95 €/ kg
1620.....kg	Blutorangen Moro kg Italien - DEM	4,50 €/ kg
1633.....kg	Clementinen Italien - ICEA	3,85 €/ kg
1632.....Stück	Clementinen 2kg Tüte Italien - ICEA	7,19 €/ Stück
1980.....Stück	Datteln, 250gr Btl Ägypten - IA	12,49 €/ Stück
1888.....Stück	Erdnüsse 250gr Btl Spanien - IA	1,85 €/ Stück
1955.....Stück	Granatapfel, St Spanien - IA	1,85 €/ Stück
1640.....kg	Grapefruit, kg Spanien - IA	4,40 €/ kg
1855.....kg	Haselnüsse Niederlande - IA	12,90 €/ kg
1933.....Stück	Kaki Stück Spanien - CRAE	1,49 €/ Stück
1923.....kg	Kiwi, gold Italien - IA	8,90 €/ kg
1922.....kg	Kiwi, Kilo Italien - IA	6,45 €/ kg
1899.....Stk	Kokosnuss Elfenbeinküste - IA	2,20 €/ Stk
1630.....kg	Kumquat Spanien - IA	13,90 €/ kg
1645.....kg	Limetten Brasilien - IA	9,90 €/ kg
1930.....kg	Maracuja / Passionsfrucht Columbien	28,90 €/ kg
1881.....Stück	Maronen gegart 200gr Frankreich - IA	7,20 €/ Stück
1600.....kg	Orangen Spanien - CRAE	3,65 €/ kg
1611.....kg	Orangen, Tarocco Italien - DEM	4,50 €/ kg
1622.....Tüte	Saftorangen, Beutel 3kg Italien - ICEA	5,55 €/ Tüte
1623.....kg	Saftorangen, Kilo Italien - ICEA	2,10 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse Frankreich - IA	10,90 €/ kg
1644.....kg	Zitronen Spanien - IA	3,95 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11850.....Stück	Sauerkraut servierfertig 500gr Deutschland	2,65 €/ Stück
-----------------	---	----------------------