

Das Fenster zum Hof - KW 15/24

Endlich kommt der erste **Rhabarber**. Er ist eines unserer ersten Gemüse aus der Region. Rhabarber gilt wegen seiner Zubereitung gemeinhin als Obst, obwohl er eigentlich zu den Gemüsen zählt. Wie Sauerampfer, gehört er zu den Knöterichgewächsen.

Viel zu früh schwächeln **Aloisius' Äpfel**. Irgendwann habe sie genug vom Lagerliegen. Der eine oder andere verfärbt sich dann braun. Von außen ist das leider nicht zu sehen und wir finden bei **Stichproben** gelegentlich Exemplare, denen der Frühling schon zuviel wurde. Wenn Sie auf ein solches treffen - nicht ärgern, wir schreiben gerne gut. Aber mangels Alternativen (alle anderen Äpfel auf dem Markt sind teuer und auch nicht besser), bleiben wir erstmal beim **Topaz** und behalten ihn im Auge.

So gerne würden unsere Gärtner schon **Kartoffeln** in die Erde legen, doch dazu muss erst die Erde ausreichen warm und trocken genug sein. Es ist noch alles viel zu **nass** - das macht **Bodenbearbeitung** schwierig. Böden verdichten sich zu stark, wenn sie jetzt mit schweren **Maschinen** befahren werden. So heißt es warten und **hoffen**, dass eine längere Trockenphase kommt. Währenddessen möchten die Kartoffeln für unsere Kunden natürlich auch nicht hintan stehen und fangen an zu **keimen**. Wie sollen sie denn auch wissen, dass sie Speise- und keine Pflanzkartoffeln sind

Das Gartengelände ist geöffnet. Neben **Obstbäumchen, Sträuchern** und den ersten **Stauden** finden sich schon Gemüsepflanzen, Salate und Zwiebeln, Setzkartoffeln. Den aktuellen Fahrplan (Was gibt es ab wann?) gibt's auf unserer Homepage im Menü unter dem Punkt **"Gärtnerei 2024"**. Im **Hofladen** findet sich zudem eine große Auswahl an **Sämereien**. Der Garten ist zu unseren Hofladenöffnungszeiten von Montag bis Freitag von 9-19.00 Uhr und am Samstag von 9-14.00 Uhr zugänglich. Am Vormittag unter der Woche ist es erfahrungsgemäß ruhig und unsere **Gärtner** haben Zeit für Fragen. Auch bei nicht ganz so tollem Wetter lohnen sich ein Spaziergang durch die Felder und danach ein Besuch mit einer **Tasse Kaffee** in unserem Hofladen. Und nicht vergessen - **am 4. Mai ist Frühlingsfest** bei Apfelbacher.

Sellerie, extrem schnell, einfach

- und sehr sehr lecker: 1 Sellerie, Olivenöl, Salz

Sellerie schälen, in ca 1/2cm Scheiben schneiden, in etwas gesalzenes Olivenöl einlegen, auf den heißen Grill -oder auf einem Blech im Backofen auf der obersten Schiene beidseitig ca. 3-5 Minuten grillen, ggfs noch mit fein gehackter Petersilie bestreuen- eine echt auch für „eingefleischte“ Steakliebhaber köstliche Beilage oder sogar ein vegetarischer Ersatz

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 gewürfelten 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.

Sellerie-Ragout

1 Sellerieknolle, 1/2 Zitrone, 3 EL Öl, 1 Bund-Knoblauch, 1-2 EL Curry, 150g Crème fraîche, Salz

Sellerie schälen, in dünne, fingerlange Streifen schneiden, von der Zitrone feine Streifen abschälen und mit den Selleriestreifen in erhitztem Öl kurz anbraten, dann zugedeckt ca. fünf Min. dünsten, nach der Hälfte der Garzeit die gewaschenen in Ringe geschnittenen Bund-Knoblauch dazugeben. Zum Schluss Curry und Crème fraîche unterheben, kurz aufkochen und mit Salz abschmecken.

Spinatsuppe

Ein Liter Milch (oder Brühe nach Wahl), 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 30gr Mehl, 30gr Butter (oder Öl), 500gr Spinat, Salz/Pfeffer/Muskat, evtl etwas Sahne

Den vorbereiteten und möglichst trockenen Spinat in einer Pfanne in etwas Olivenöl kurz zusammenfallen lassen wenig salzen und zum Abkühlen auf einen Teller ausbreiten - so bleibt er schön frisch grün. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in der Butter glasig anschwitzen. Mit dem Mehl bestäuben und 2 Minuten anrösten - Vorsicht mit der Hitze. Das Mehl darf nicht braun werden. Flüssigkeit langsam zugeben und dabei kräftig mit dem Schneebesen umrühren. Langsam zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten bei leiser Hitze köcheln (bei Milch besteht erhöhte Anbrenngefahr). Jetzt den Spinat zugeben und das Ganze noch einmal kurz erwärmen. Jetzt im Mixer (oder mit dem Stab) sehr fein

pürieren. Abschmecken mit Salz/Pfeffer/Muskat und vielleicht einem Schüsschen Sahne. Wer Einlage möchte, kann Zucchini würfeln und in Butter anbraten. Das Rezept funktioniert auch mit Mangold oder Mairübchengrün.

Spinat-Paprika Gemüse

Eine Paprika gelb, 5-600gr Spinat, Olivenöl, 1-2 Knoblauchzehen (oder 1 Stange Bundknoblauch), 1/2Gl Weißwein, Salz, Pfeffer, ein Prise Zucker

Paprika in ca. 5mm Würfel schneiden (dazu die Paprika-segmente flachdrücken, dann erst in Streifen und danach quer in Würfel teilen). Zwiebeln bzw. Bund-Knoblauch in Röllchen schneiden. Knoblauch grob und den Spinat grob hacken. In einer weiten Pfanne das Öl erhitzen und Paprika, Zwiebeln und Knoblauch darin scharf anbraten. Dabei salzen, die Prise Zucker zugeben und häufig wenden. Die Paprika dürfen etwas Farbe nehmen. Den Wein angießen und fast komplett einkochen lassen. Dann den Herd ausschalten (oder die Hitze stark reduzieren) und den Spinat zugeben. Dieser muss nur noch kurz zusammenfallen. Würzen mit Pfeffer, fertig.

Rhabarbergemüse

400g Rhabarber, 2 Bd. Frühlingszwiebeln, 50g Zucker, 25g heißer Butter, 2 TL Sojasauce, 2 EL Essig, 50ml Gemüsebrühe

Rhabarber waschen, putzen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Zwiebeln waschen und putzen, und in ebenfalls in 3 cm Stücke schneiden. In einer beschichteten Pfanne Zucker in Butter karamellisieren, Rhabarber und Bundzwiebeln mit andünsten. Sojasauce, Essig und Gemüsebrühe zufügen und zugedeckt bei schwacher Hitze 5 Min. köcheln lassen. Passt gut zu Kurzgebratenem.

Rhabarber-Crumble

1 kg Rhabarber, 125gr Zucker, 250gr Mehl, 125gr Zucker, 1 Päckchen Vanillinzucker, Salz, Zimt, 150gr Butter oder Margarine

Eine Auflaufform von ca. 30 cm Durchmesser einfetten. Rhabarber putzen, wenn nötig abziehen und in gleich große Stücke schneiden. Zucker mit dem Rhabarber unter Rühren zum Kochen bringen, 5-6 Minuten garen und dann in die Form füllen. Alle anderen Zutaten mit dem Knethaken des Handrührers verrühren und mit den Händen zu Streuseln verreiben.

Die Streusel über den Rhabarber verteilen und die Form im vorgeheizten Backofen bei 200Grad 20 Minuten backen. Lauwarm servieren.

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 regelmäßig Bilder und Infos zu Hof und Gemüse

**** ABO Gemüse Salat Obst**

von 08.04.2024 bis 14.04.2024

Kartoffel

19.....Stück	4kg Kartoffeln Deutschland - DB	8,49 €/ Stück
12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg Deutschland	4,65 €/ Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg Deutschland	5,29 €/ Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg Deuts	24,90 €/ Netz

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - IA	5,10 €/ kg
1001.....kg	Avocado Spanien - CRAE	9,90 €/ kg
566.....Stück	Bärlauch, Beutel, ca 50 gr Deutschland	38,90 €/ kg
386.....kg	Bataten Spanien - CRAE	4,45 €/ kg
387.....kg	Bataten, regional Niederlande - IA	5,75 €/ kg
170.....St.	Blumenkohl, St weiß 600gr+ Italien - IA	5,80 €/ St.
100.....kg	Brokkoli Italien - IA	5,70 €/ kg
455.....Bund	Bund-Knoblauch, frisch regional eig. Anb	2,49 €/ Bund
777.....Stück	Cherrytomaten 250gr Spanien - CREA	8,99 €/ kg
255.....kg	Chicoree Niederlande - IA	11,95 €/ kg
1010.....kg	Fenchel Italien - ICEA	3,99 €/ kg
422.....kg	Gemüsezwiebeln kg Spanien - IA	4,40 €/ kg
164.....kg	Grünkohlspitzen regional - DB	6,95 €/ kg
590.....kg	Ingwer Peru - BCS	15,90 €/ kg
456.....Stück	Knoblauch-KNOLLE Ägypten - IA	19,90 €/ kg
110.....St.	Kohlrabi Stück Italien - ICEA	1,99 €/ St.
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,10 €/ Stück
922.....kg	Landgurke Spanien - IA	3,40 €/ kg
833.....kg	Mangold, grün Italien - IA	4,10 €/ kg
300.....kg	Möhren Italien - IA	3,40 €/ kg
166.....St.	Pak Choi, Stück 300gr+ Niederlande - IA	3,70 €/ St.
622.....kg	Paprika gelb Niederlande - IA	12,50 €/ kg
633.....kg	Paprika grün Niederlande - IA	9,90 €/ kg
611.....kg	Paprika rot Spanien - IA	6,99 €/ kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spanien	18,90 €/ kg
500.....Bund	Petersilie, Bund Deutschland - DB	2,30 €/ Bund
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo Deutschland	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 Deutschland - EG	5,20 €/ kg
278.....kg	Radicchio, kg Italien - IA	7,70 €/ kg
377.....Bd.	Radieschen Italien - IA	1,99 €/ Bd.
371.....kg	Rettich schwarz regional eig. Anbau - DB	3,95 €/ kg
541.....Stück	Rettichkresse, rot Deutschland - EG	1,59 €/ Stück
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr Niederlande	3,10 €/ Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo regional - DB	3,45 €/ kg
144.....St.	Rotkohl Stück Deutschland - DG	4,40 €/ St.
877.....Bund	Rübstiel, Bund regional - DB	2,95 €/ Bund
230.....Bund	Rucola, Bund, ca. 100g Deutschland - EC	2,20 €/ Bund
201.....St.	Salat 1 Italien - DD	2,30 €/ St.
195.....Stück	SAUERKRAUT lose 500gr Pck Deutsch	6,00 €/ kg
433.....kg	Schalotten Frankreich - IA	6,49 €/ kg
911.....St.	Schlangengurken ca. 250g+ Niederlan	2,60 €/ St.
556.....Bund	Schnittknoblauch regional eig. Anbau - D	2,20 €/ Bund
246.....kg	Schnittsalat "Baby Leaf" regional eig.	16,50 €/ kg
388.....kg	Schwarzwurzeln Niederlande - IA	5,95 €/ kg
330.....kg	Sellerie, kg regional eig. Anbau - DB	3,70 €/ kg
333.....Stück	Sellerie, St. KLEINE 400+ regional eig. Ar	1,60 €/ Stück
188.....Stk	Spitzkohl Stück 0,8-1,2 kg Spanien - IA	3,20 €/ Stk
335.....St.	Staudensellerie Stück 400gr+ Spanien	2,30 €/ St.
1150.....Schale	Suppengemüse diverse Länder - BIO	3,90 €/ Schale
711.....kg	Tomaten Spanien - CRAE	5,80 €/ kg
384.....kg	Topinambur Niederlande - IA	5,99 €/ kg

133.....St.	Weißkohl, St Niederlande - IA	3,20 €/ St.
155.....St.	Wirsing, Stück ca 400gr+ Deutschland	5,50 €/ St.
592.....Stück	Zitronengras Marokko - IA	2,65 €/ Stück
1200.....kg	Zucchini, Kilo Spanien - IA	3,60 €/ kg
1055.....Stück	Zuckermais Vakuum Niederlande - IA	4,30 €/ Stück
400.....kg	Zwiebeln Deutschland - DN	2,95 €/ kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DB	4,40 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DB	4,40 €/ kg
1522.....kg	Äpfel Topaz regional - DB	4,40 €/ kg
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik - E	3,50 €/ kg
1577.....kg	Birnen, kg Niederlande - ECO	6,80 €/ kg
1620.....kg	Blutorangen kg Italien - ICEA	3,55 €/ kg
1633.....kg	Clementinen Spanien - IA	4,10 €/ kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,75 €/ Stück
1640.....kg	Grapefruit, kg Frankreich - IA	4,50 €/ kg
1922.....kg	Kiwi, Kilo Italien - IA	5,15 €/ kg
1645.....kg	Limetten Brasilien - IA	9,90 €/ kg
1599.....kg	Mispeln, Kilo Spanien - IA	12,90 €/ kg
1600.....kg	Orangen Spanien - IA	3,30 €/ kg
1611.....kg	Orangen, Tarocco Italien - ICEA	3,50 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse Frankreich - IA	11,90 €/ kg
1644.....kg	Zitronen Spanien - IA	3,49 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11850.....Stück	Sauerkraut servierfertig 500gr Deuts	2,29 €/ Stück
-----------------	---	----------------------

Blumen und Pflanzen

21909.....Stück	Kräutertopf - franz. Estragon Deutsch	3,90 €/ Stück
21915.....Stück	Kräutertopf Basilikum Deutschland - DE	3,30 €/ Stück
21930.....Stück	Kräutertopf Dill Deutschland - DB	3,30 €/ Stück
21933.....Stück	Kräutertopf Kerbel Deutschland - DD	3,70 €/ Stück
21936.....Stück	Kräutertopf Koriander Deutschland - DE	3,30 €/ Stück
21948.....Stück	Kräutertopf Petersilie Deutschland - DE	3,30 €/ Stück
21967.....Stück	Kräutertopf Schnittknoblauch Deuts	3,90 €/ Stück
21966.....Stück	Kräutertopf Schnittlauch Deutschland	3,30 €/ Stück