



So ein Käse! (KW23 vom 1.6.-7.6.) Maigouda. Buttriger Schnittkäse aus der ersten Grünfuttermilch von der Nordseeinsel Terschelling. Niederlande. 50% Fett i. Tr. Rinde nicht verzehrbar. Zutaten: MILCH, Salz, Milchsäurekultur, mikrob. Lab.
1 Stück ca. 250g, 22,90€; Art.-Nr. 5139

Das Fenster zum Hof - KW 22/26

Dieses Jahr kommt das **Grün** auf den Feldern bisher nicht so richtig in Fahrt (dabei dachten wir letztes Jahr schon, alles sei **spät** dran). Bestimmt gibt das warme Pfingstwochenende einen Schub und spätestens in zwei Wochen gibt es wieder **große Auswahl**. Der Sommer will kommen.

Wenigstens gibt es satt **Apfelbacher Kohlrabi**. Dazu, wie immer, der Hinweis, dass die Blätter mitverwendet werden können. Sie sind **zart** und **schmackig**. Man kann sie mit zu den Kohlräbchen in den Topf geben oder separat zubereiten. Am Besten wird das Laub gleich nach der Lieferung entfernt, in einem Beutel gegen austrocknen geschützt und im Kühlschrank gelagert. Es lässt sich, fein geschnitten, als Salat zubereiten (dann ist es **ähnlich** wie **Spitzkohl**) oder, größer geschnitten, in der Pfanne mit Butter, Zwiebeln und Knoblauch braten. Sogar die **Stiele** sind jetzt noch so zart, dass Sie einfach mit in die **Pfanne** können.

Die Erdbeeren sind reif und die **Felder geöffnet**. Wir freuen uns über Ihren Besuch. Unsere Beete liegen direkt unterhalb unseres Hofes. Infos, wo jeweils aktuell gepflückt werden kann, gibt es immer am **Hofladen**. Bitte **unbedingt** auf unserer Homepage vor der Abfahrt informieren, wie der aktuelle Stand ist. Man möchte ja nicht gerne vergebens fahren.

Das Gartengelände ist geöffnet. Inzwischen gibt es alles, was das **Gärtnerherz** höher schlagen lässt. Die aktuelle Übersicht gibt es auf unserer Homepage im Menü unter dem Punkt "Jungpflanzen". Im Hofladen findet sich zudem eine große Auswahl an **Sämereien**. Der Garten ist Montag bis Freitag von **9-18.30 Uhr** und am Samstag von **9-14.00 Uhr** zugänglich. Am Vormittag unter der Woche ist es oft ruhiger und unsere **Gärtner** haben Zeit für Fragen. Ein paar Pflanzen finden sich auch im **Shop** - vor allem **Kräutertöpfe**, Tomaten und verschiedene **Gemüsepakete**. Die volle, prächtige **Auswahl** gibt es aber nur auf dem Hof.

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

"Gnudi" (Nackte) Spinatklößchen

500gr Ricotta, 100gr Parmesan (frisch gerieben), 1 Ei, Salz, Muskatnuss, Pfeffer, 300gr Spinat (gegart), 2EI Mehl, Salz, Pfeffer, Mehl zum Formen

Eigentlich eine Füllung für Ravioli - hier aber ohne Hülle, nackt serviert. Ricotta nach Bedarf abtropfen - er soll möglichst trocken sein. Den gegarten Spinat gut ausdrücken und grob hacken. Ricotta und Spinat mit Ei, 60gr Parmesan sowie 2EI Mehl mischen. Würzen mit Muskat, Salz, Pfeffer und kurz durcharbeiten. Mehl ca. 2-3cm-hoch in eine Schüssel geben. Mit einem Esslöffel Klöße abstechen, in das Mehl geben und mit bemehlten Händen etwa 3-4cm große Klöße formen. In simmerndes, gut gesalzenes Wasser geben und garen, bis die Klöße an die Oberfläche kommen. Anschließend in brauner Butter (besser noch Salbeibutter) schwenken. Alternativ auch Tomatensauce. Mit restlichem Parmesan bestreuen.

Liefertagsverschiebung
In KW23 (ab Fronleichnam am Donnerstag) verschieben sich alle Lieferungen um einen Tag

Rhabarberkuchen mit Grieß und Joghurt

500g Rhabarber, 80g Zucker, Butter, 80g Butter, 1/2TI Vanillepulver, 1 Orange, 250g Joghurt, 2 Eier, 100gr Zucker, 300g Hartweizengrieß, ½ Päck. Backpulver, 100g Zucker

Rhabarber in 2cm lange Stücke schneiden. in einer Schüssel mit Zucker mischen u. 30 Minuten ziehen lassen. Eine Tarteform einfetten und mit Grieß austreuen. Butter schmelzen. 1/2TI Orangenschale abreiben. Backofen auf 180°C vorheizen. Rhabarber gründlich abtropfen und den Saft auffangen. Joghurt, Eier, Zucker mit Vanille und Orangenschale mit einem Schneebesen verrühren. Butter unterrühren und Grieß gemischt mit Backpulver unterheben. In die Tarteform streichen und Rhabarberstückchen darauf verteilen (leicht andrücken). Kuchen ca. 40 Minuten goldbraun backen. In der Zwischenzeit den Rhabarbersaft mit 100ml Orangensaft und Zucker 1 Minute stark kochen, dann abkühlen. Den Kuchen sofort nach dem Backen damit begießen. Dazu Schlagsahne.

Salat mit Kohlrabigrün

Blätter von zwei oder drei Kohlraben, ein 10cm Stück Porree, ein Apfel, Essig, Senf, Öl, Salz, eine Prise Zucker, Pfeffer

Blätter mit Stielen zu einem Bündel zusammenrollen und in feine Streifen schneiden. In einer Schüssel mit Salz und etwas Zucker mischen und ca. eine Viertelstunde ziehen lassen. Dabei gelegentlich wenden. Porree und Apfel ebenfalls in feine Streifen schneiden und mit den Kohlblättern mischen. Aus einem Teil Essig und drei Teilen Öl mit Senf eine Vinaigrette rühren und über den Salat geben. Noch fünf Minuten ziehen lassen. Radieschenstifte geben Extra-Würze.

Staudensellerie in Tomatensauce

1 Zwiebel, Knoblauch, 1EL Butter, 1 Staudensellerie, 3-4 Tomaten, Oregano, Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer

Zwiebel und Knoblauchzehe gehackt in Butter anschmoren. Einzelne Stangen oder die ganze Selleriestaude in kleine Stücke schneiden, und unter Wenden 5 Min. schmoren. Tomaten grob würfeln, zum Sellerie geben und weitere 5 Min. schmoren. Mit etw. Oregano, Zitronensaft, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Rhabarbersirup (Vorrat für den Sommer)

1Kg Rhabarber, 1,2Ltr. Wasser, Zucker, 1 Spritzer Zitrone

Rhabarber putzen, klein schneiden, mit Wasser 10 Minuten kochen lassen. Durch ein Baumwolltuch abseihen und mit gleichem Gewicht an Zucker und Zitronensaft einmal aufkochen lassen. Heiß abgefüllt in saubere kleine "Plopp"-Flaschen, hält er sich einige Zeit, wie Marmelade und schmeckt im Sommer toll in kaltem Mineralwasser.

Weißkohl mit Zwiebeln (schnell und einfach)

1 Weißkohl, zwei große Zwiebeln, Salz/Pfeffer, Öl, Salz, etwas Zitrone, gehackte Petersilie

Das Gericht funktioniert besonders gut mit dem frischen Frühjahrskohl, der nur eine kurze Garzeit hat und sehr zart ist. Den Kohl halbieren, den Strunk heraus schneiden und die Hälften in Stücke schneiden (ca. 2 Euro Münzgröße). Zwiebeln halbieren, das Wurzelende heraus schneiden und in ca. 5mm Streifen schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Kohl zusammen hinein geben, salzen. Zunächst die Pfanne mit einem Deckel verschließen und den Kohl für fünf Minuten dämpfen. Danach ohne Deckel unter wenden ca. fünf bis sechs Minuten braten. Farbe darf sein. Würzen mit etwas Zitrone, Petersilie und Pfeffer. Dazu Butterreis oder vermischt mit frischer Pasta.

Kohlrabi-Kartoffeltaler mit Grün

5-600g Kartoffeln, 1 Ei, 150gr Mehl, eine Zwiebel, Salz, Pfeffer, Muskat, 2 Kohlrabi mit Grün, 1 EI Butter

Kohlrabigrün in 2mm Streifen schneiden und in Butter zusammen mit einer gewürfelten Zwiebel in einer Pfanne ca. 3 Minuten kräftig von allen Seiten anbraten. Dabei salzen. Kartoffeln in Schale kochen, pellen und kleinstampfen, kurz abdampfen lassen und noch heiß mit einem Ei, dem Mehl und den Kohlrabistreifen zügig vermischen. Dabei würzen mit Salz, Pfeffer, Muskat. Mit einem Eisportionierer oder einem Löffel ca. 3cm Kugeln abstechen und in Öl in einer beschichteten Pfanne von beiden Seiten goldbraun backen. Dabei etwas flachdrücken. Währenddessen den geschälten Kohlrabi in Streifen schneiden und mit der Butter und wenig Salz in einen Topf mit Deckel geben. Ohne Wasserzugabe bei milder Hitze ca. 15-20 Minuten garen und mit den Tälern servieren.

**** ABO Gemüse Salat Obst**

von 25.05.2026 bis 31.05.2026

Kartoffel

19.....Stück	4kg Kartoffeln Deutschland - DB	8,29 € / Stück
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg Deutschland	5,45 € / Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg Deuts	24,95 € / Netz
12.....Tüte	Kartoffeln, vorw. festk. 2,0 kg Deuts	4,40 € / Tüte

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - EG	5,95 € / kg
1001.....kg	Avocado, Hass Griechenland - BIO	11,95 € / kg
387.....kg	Bataten, regional Niederlande - EG	5,65 € / kg
100.....kg	Brokkoli Italien - EG	6,65 € / kg
777.....Stück	Cherrytomaten 250gr Italien - EG	7,99 € / kg
255.....kg	Chicoree Niederlande - HD	11,90 € / kg
135.....Stück	FRÜH Weißkohl, St Niederlande - EG	3,95 € / Stück
422.....kg	Gemüsezwiebeln kg 80mm+ Spanien	4,25 € / kg
590.....kg	Ingwer Peru - IA	14,95 € / kg
456.....Stück	Knoblauch KNOLLE Spanien - EG	13,90 € / kg
110.....St.	Kohlrabi Stück regional eig. Anbau - DB	2,25 € / St.
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,25 € / Stück
591.....kg	Kurkuma frisch Peru - IA	12,95 € / kg
922.....kg	Landgurke Spanien - EG	4,95 € / kg
505.....Bund	Minze, Bund Deutschland - DD	2,49 € / Bund
300.....kg	Möhren Italien - EG	4,50 € / kg
166.....St.	Pak Choy, Stück 250gr+ Niederlande - EG	2,95 € / St.
622.....kg	Paprika gelb Spanien - CRAE	6,95 € / kg
633.....kg	Paprika grün Spanien - EG	7,65 € / kg
611.....kg	Paprika rot Spanien - EG	6,90 € / kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spanien	16,90 € / kg
500.....Bund	Petersilie Bund regional eig. Anbau - DB	2,10 € / Bund
382.....kg	Petersilienwurzel, kg Niederlande - EG	7,95 € / kg
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo Deutschland	18,95 € / kg
988.....kg	Pilze Kräuterseitling Deutschland - EG	28,90 € / kg
977.....kg	Pilze Shiitake Deutschland - EG	27,90 € / kg
955.....kg	Pilze Steinchampignons Deutschland	13,95 € / kg
440.....kg	Porree, Kilo Niederlande - EG	6,25 € / kg
377.....Bd.	Radieschen regional eig. Anbau - DB	2,20 € / Bd.
1100.....kg	Rhabarber regional eig. Anbau - DB	6,20 € / kg
533.....Bund	Rosmarin, Bund Marokko - IA	2,79 € / Bund
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr Spanien - EG	3,50 € / Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo regional - DB	3,95 € / kg
201.....St.	Salat 1 regional eig. Anbau - DB	2,45 € / St.
202.....St.	Salat 2 regional eig. Anbau - DB	2,45 € / St.
570.....Bund	Sauerampfer, Bund Deutschland - DD	2,49 € / Bund
911.....St.	Schlangengurken ca 250g+ Niederland	1,89 € / St.
331.....Stück	Sellerie, Stück 0,8-1,2 kg regional eig.	2,99 € / Stück
1021.....kg	Spargel, grün Deutschland - DD	19,90 € / kg
1020.....kg	Spargel, weiß Deutschland - DD	19,90 € / kg
800.....kg	Spinat regional eig. Anbau - DB	5,95 € / kg
188.....Stk	Spitzkohl 500gr+ regional eig. Anbau - DB	3,95 € / Stk
335.....St.	Staudensellerie Spanien - EG	2,65 € / St.
1150.....Schale	Suppengemüse regional eig. Anbau - DB	2,95 € / Schale
523.....Stück	Thymian, Bund Deutschland - DD	2,59 € / Stück
711.....kg	Tomaten Spanien - EG	5,20 € / kg
1200.....kg	Zucchini, Kilo Italien - EG	4,20 € / kg
400.....kg	Zwiebeln Spanien - EG	5,20 € / kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DB	4,75 € / kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DB	4,75 € / kg

1522.....kg	Äpfel Topaz regional - DB	4,95 € / kg
1533.....Tüte	Äpfel Topaz, 3kg Beutel regional - DB	12,95 € / Tüte
1660.....kg	Aprikosen, Kilo Spanien - CRAE	8,95 € / kg
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik - EG	3,75 € / kg
1577.....kg	Birnen, kg Argentinien - AG	6,95 € / kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,89 € / Stück
1640.....kg	Grapefruit, kg Frankreich - IA	5,20 € / kg
1840.....Stück	Heidelbeeren, Schale 125gr Spanien	3,49 € / Stück
1922.....kg	Kiwi, Kilo Italien - EG	6,89 € / kg
1645.....kg	Limetten Peru - IA	8,95 € / kg
1944.....Stück	Mango, Stück Elfenbeinküste - IA	2,79 € / Stück
1930.....kg	Maracuja / Passionsfrucht Kolumbien	27,95 € / kg
1750.....Stück	Melone Wassermelone, Stück Spani	3,49 € / Stück
1600.....kg	Orangen Spanien - CRAE	5,25 € / kg
1650.....kg	Pfirsiche, Kilo Spanien - EG	9,75 € / kg
1866.....kg	Walnüsse Frankreich - EG	14,95 € / kg
1644.....kg	Zitronen Italien - ICEA	6,65 € / kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11850.....Stück	Sauerkraut servierfertig 500gr Deuts	2,95 € / Stück
-----------------	---	-----------------------

Blumen und Pflanzen

21362.....Stück	Gemüsepflanzen Sellerie & Fenc re	4,80 € / Stück
21930.....Stück	Kräutertopf Dill regional eig. Anbau - DB	4,10 € / Stück
21936.....Stück	Kräutertopf Koriander regional eig. Anbau	4,10 € / Stück
21945.....Stück	Kräutertopf Oregano regional eig. Anbau	4,60 € / Stück
21948.....Stück	Kräutertopf Petersilie regional eig. Anbau	4,10 € / Stück
21951.....Stück	Kräutertopf Pimpinelle regional eig. Anbau	4,10 € / Stück
21963.....Stück	Kräutertopf Sauerampfer regional eig.	3,80 € / Stück
21912.....Stück	Kräutertopf Thymian regional eig. Anbau	4,10 € / Stück
21390.....Stück	Pflanzenpaket "Topfgemüse" 5St re	27,40 € / Stück
21385.....Stück	Pflanzenpaket Snackgemüse regional	15,20 € / Stück
21356.....Stück	Salatpflanz. "Pflücksalat" 8er regional	4,80 € / Stück
21355.....Stück	Salatpflanzen "Kopfsalat" 8er regional	4,80 € / Stück
21340.....Stück	Tomatenpflanzen Balkon / Kübel re	16,50 € / Stück
21320.....Stück	Tomatenpflanzen Paket 6 Stück re	33,00 € / Stück