

So ein Käse! (KW21 vom 20.5.-26.5.) Deichkäse, Ein Schnittkäse, mit zunehmendem Alter nussig, kräftig-pikant, Rinde ist mit Rotwein gepflegt. D. 50% Fett i. Tr., Rinde verzehrbar. Zutaten: ROHMILCH, Salz, tier. Lab, Milchsäurebakterien, Rot-schmiereulturen
1 Stück ca. 200g, 25,90€; Art.-Nr. 5281

Das Fenster zum Hof - KW 20/24

Bald schon ist **Erdbeerzeit**. Echt? Wir waren auch überrascht. Wird es doch häufig Anfang Juni, wenn wir die **fleibigen Pflücker** auf die Felder rufen. Aber heuer, trotz vielen Regens und ungemütlichen Wetters, macht sich das milde und in weiten Teilen frostfreie Frühjahr bemerkbar. Wie es ausschaut, können wir schon an **Pfingsten** zum **Selberpflücken** einladen. **Termine** werden rechtzeitig per Kundenmail und auf unserer Homepage angekündigt.

Nass bleibt es trotzdem. Die **Böden** im Rheinland sind zu 100% **gesättigt**. Für unsere Gärtner ist das schlimm, weil notwendige Bodenbearbeitung, Aussaat und pflanzen dadurch **erschwert** sind. Wie gerne würden wir unsere **Schlangengurken** ins Gewächshaus bringen, das aber steht voller Staunässe. Die schon gesetzten **Paprikapflanzen** darin leiden und wir hoffen, dass sie nicht eingehen.

Wenig ist noch an Lagerware übrig. Zwiebeln gibt es praktisch kaum noch und Kartoffeln müssen wir auch suchen. Unser Einkauf lebt quasi von der Hand in den Mund und wir sichern, bei den Kollegen an Mengen, was eben geht. Aber das versuchen alle - es ist **schwierig** und unbefriedigend. Bis zu den **eigenen Kartoffeln** ist es noch lange hin.

Braune Äpfel gibt es bei **Aloisius** hie und da. Aber nur von innen und von außen nicht gut zu entdecken. Wenn's passiert: einfach eine kurze **Mail** an uns - wir schreiben gut.

Unser Gartengelände ist **geöffnet**. Jetzt findet sich das gesamte Gemüsesortiment. Der aktuelle **Fahrplan** (Was gibt es ab wann?) findet sich auf unserer Homepage im Menü unter dem Punkt "Jungpflanzen". 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 9-16.00 Uhr zugänglich. Am **Vormittag** unter der Woche ist es erfahrungsgemäß ruhig und unsere **Gärtner** haben Zeit für Fragen.

Gelegentlich erreichen uns Mails mit sehr konkreten Fragen zum Pflanzenangebot im Garten oder zu bestimmten Kulturen. Bitte haben Sie **Verständnis**: wir können nicht alles per Mail beantworten. Unsere Gärtner haben bei dem schönen **Frühlingswetter** viel für das neue Kulturjahr zu tun. Zeit für Mails oder das Büro bleibt da nicht. Am Besten kommen Sie einfach in den **Garten**. Dort bekommen Sie von den Kollegen immer erschöpfende Auskunft.

Tomatensuppe (schnell und einfach)

800gr Tomaten, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1kl getrocknete Chili, Thymian, 1 Lorbeerblatt, Salz, Zucker, Pfeffer, 1 Stängel Basilikum, Olivenöl, ca. 200gr Wasser

Die Tomaten und die Zwiebel grob würfeln und mit Wasser, Knoblauch, Chili, etwas Thymian, dem Lorbeerblatt und dem Basilikum in einen Topf geben. Mit etwas Salz und einer Prise Zucker würzen. Zum Kochen bringen und bei leiser Hitze etwa 15 Minuten simmern. Lorbeerblatt und den Basilikum herausfischen, dann die Suppe durch ein Küchensieb passieren. Wieder vorsichtig erwärmen und kurz vor dem Servieren mit frischem, schwarzem Pfeffer aus der Mühle sowie etwas Olivenöl würzen. Evtl. noch nachsalzen

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. Ein paar Radieschenstifte geben Extra-Würze.

Liefertagsverschiebung
In KW21 (nach Pfingsten) verschieben sich alle Lieferungen der Woche um einen Tag
In KW22 (nach Fronleichnam) verschieben sich alle Lieferungen um einen Tag

Brokkoli-Lauch-Gemüse

400gr Brokkoli, 1St Lauch, Butter, Wein oder Wasser und ein wenig Essig, Salz, Pfeffer, evtl 100ml Rahm

Die Röschen vom Brokkoli abbrechen, große Exemplare mit dem Messer halbieren oder vierteln. Das Ende vom Strunk abschneiden, den Strunk senkrecht aufs Brett stellen und mit einem scharfen Messer senkrecht die äußere Schicht abschneiden. Den verbliebenen etwa daumendicken Kern in Stücke teilen und zu den Röschen geben, die Blätter kommen auch mit dazu. Porree waschen und in 2cm Ringe schneiden. Alles zusammen in eine große Pfanne geben, salzen und den Boden etwa 2-3mm Wasser bedecken. Deckel drauf und bei starker Hitze ankommen. Nach etwa drei Minuten den Deckel entfernen und Das Wasser ganz verkochen. Hitze zurück-schalten und einen El Butter hineingeben. Alles zusammen etwa drei Minuten unter wenden braten. Zum Schluss ein halbes kleines Glas Weißwein (oder Wasser mit wenig Essig)

angießen und einkochen lassen. Evtl etwas Rahm hinzugeben und ein wenig einkochen lassen. Pfeffer dazu - fertig.

Rhabarbersirup

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

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.

Gemüsesuppe mit Pakchoy

1 Zwiebel, 2 Möhren, 2St Knoblauch, etwa gleich viel Ingwer, Öl, 4 Tomaten, 1TI Currypulver, 1 Pakchoy, Chilipulver, Sesamöl, Sojasauce, Reis- oder Weißweinessig

Zwiebel und Möhren in Streifen schneiden, Knoblauch und Ingwer fein hacken und mit Öl in einer Pfanne kurz anbraten, bis es duftet. Tomaten, 3/4 L Wasser und 50gr Sojasauce dazugeben, würzen mit Salz, Curry und wenig Zucker. 5 Minuten garen. Pakchoy in 1 cm Streifen schneiden und in die Suppe geben. Mit etwas Essig abschmecken. Noch zwei Minuten garen und zum Schluss noch mit Chilipulver und Sesamöl würzen.

Pakchoy (oder Kohlrabigrün) mit Brokkoli im Wok

Ein Stück Brokkoli, einen Pakchoy (oder das Grün von ein bis zwei Kohlrabi), zwei Knoblauchzehen, ein Stück Ingwer, nach Lust eine Chilischote, Salz, Pfeffer, Öl

Brokkoli in kleine Röschen zerteilen, den Stiel schälen und in ähnlich große Stücke schneiden. In reichlich kochendem Salzwasser eine Minute blanchieren und dann gut abtropfen. Pakchoy (oder Kohlrabigrün) quer in 2-3cm Streifen schneiden. In einem Wok oder einer weiten Pfanne Öl heiß werden lassen, Knoblauch/Ingwer/(Chili) klein schneiden und hinein geben. Nur kurz anbraten, bis es duftet. Dann das übrige Gemüse zugeben würzen und unter häufigem Wenden 3 Minuten braten. Mit einem Schluck Wasser (oder 1/3 Soja-sauce und 2/3 Wasser) ablöschen und durchmischen. Fertig. Schmeckt (natürlich) mit Reis. Mit Pakchoy ist das Gericht milder und saftiger, mit dem Kohlrabigrün eher würzig.

Übrigens Radieschen...

Deren Blätter lassen sich prima mit in den Salat geben. Wenig scharf, aber würzig - Bitte nur gut waschen.

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 13.05.2024 bis 19.05.2024

Kartoffel

19.....Stück	4kg Kartoffeln Deutschland - DN	8,95 €/ Stück
12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg Deutschland -	4,85 €/ Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg Deutschland -	5,75 €/ Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg Deuts	26,90 €/ Netz

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - IA	5,50 €/ kg
1001.....kg	Avocado Peru - IA	8,45 €/ kg
387.....kg	Bataten, regional Niederlande - IA	4,49 €/ kg
100.....kg	Brokkoli Spanien - IA	5,99 €/ kg
777.....Stück	Cherrytomaten 250gr Spanien - CREA	7,99 €/ kg
255.....kg	Chicoree Niederlande - IA	11,95 €/ kg
1010.....kg	Fenchel Italien - IA	5,95 €/ kg
744.....kg	Fleischtomaten Spanien - IA	5,20 €/ kg
590.....kg	Ingwer Peru - BCS	15,90 €/ kg
456.....Stück	Knoblauch-KNOLLE Spanien - IA	16,90 €/ kg
110.....St.	Kohlrabi Stück Niederlande - IA	2,65 €/ St.
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,10 €/ Stück
922.....kg	Landgurke Spanien - IA	3,95 €/ kg
300.....kg	Möhren Italien - IA	3,60 €/ kg
367.....Stück	Ostergruß Bund regional eig. Anbau - DB	2,50 €/ Stück
166.....St.	Pak Choi, Stück 350gr+ regional eig. An	3,75 €/ St.
622.....kg	Paprika gelb Niederlande - IA	12,50 €/ kg
633.....kg	Paprika grün Niederlande - IA	10,60 €/ kg
611.....kg	Paprika rot Spanien - IA	7,95 €/ kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spanien	18,90 €/ kg
500.....Bund	Petersilie, Bund regional eig. Anbau - DB	1,99 €/ 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 - DN	4,70 €/ kg
377.....Bd.	Radieschen regional eig. Anbau - DB	2,50 €/ Bd.
541.....Stück	Rettichkresse, rot Deutschland - EG	1,59 €/ Stück
1100.....kg	Rhabarber Niederlande - IA	6,10 €/ kg
344.....Stück	Rote Bete Vakuum 500gr Niederlande -	3,10 €/ Stück
340.....kg	Rote Bete, Kilo Spanien - IA	4,40 €/ kg
230.....Bund	Rucola, Bund, ca. 100g Deutschland - EC	2,20 €/ Bund
201.....St.	Salat 1 regional - DB	2,45 €/ St.
911.....St.	Schlangengurken ca. 250g+ Niederlan	1,99 €/ St.
246.....kg	Schnittsalat "Baby Leaf" regional eig.	14,50 €/ kg
330.....kg	Sellerie, kg Deutschland - EG	3,95 €/ kg
1021.....kg	Spargel, grün Deutschland - DB	22,90 €/ kg
1020.....kg	Spargel, weiß Deutschland - DB	22,90 €/ kg
1322.....kg	Stangenbohnen Spanien - IA	7,95 €/ kg
335.....St.	Staudensellerie Stück 400gr+ Spanie	2,95 €/ St.
1150.....Schale	Suppengemüse diverse Länder - BIO	3,90 €/ Schale
711.....kg	Tomaten Niederlande - IA	7,95 €/ kg
133.....St.	Weißkohl, St 800gr+ Deutschland - DB	5,60 €/ St.
1200.....kg	Zucchini, Kilo Spanien - IA	4,95 €/ kg
1055.....Stück	Zuckermais Vakuum Niederlande - IA	4,30 €/ Stück
400.....kg	Zwiebeln Deutschland - DN	3,79 €/ kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DB	4,40 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten Italien - DB	5,95 €/ kg
1522.....kg	Äpfel Topaz regional - DB	4,40 €/ kg
1660.....kg	Aprikosen, Kilo Spanien - CRAE	8,90 €/ kg
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik -	3,50 €/ kg
1577.....kg	Birnen, kg Argentinien - AC	6,80 €/ kg

1633.....kg	Clementinen Spanien - IA	3,95 €/ kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,75 €/ Stück
1840.....Stück	Heidelbeeren, Schale 125gr Spanien -	3,15 €/ Stück
1922.....kg	Kiwi, Kilo Italien - IA	6,60 €/ kg
1645.....kg	Limetten Columbien - IA	9,90 €/ kg
1944.....Stück	Mango, Stück Elfenbeinküste - IA	2,19 €/ Stück
1930.....kg	Maracuja / Passionsfrucht Columbi	29,90 €/ kg
1750.....Stück	Melone Wassermelone, Stück Spani	3,95 €/ Stück
1655.....kg	Nektarinen Spanien - IA	9,95 €/ kg
1600.....kg	Orangen Spanien - CRAE	3,70 €/ kg
1650.....kg	Pfirsiche, Kilo Spanien - IA	8,75 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse Frankreich - IA	11,90 €/ kg
1644.....kg	Zitronen Spanien - CRAE	3,95 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

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

Blumen und Pflanzen

21921.....Stück	Kräutertopf Borretsch regional eig. Anb	3,50 €/ Stück
21936.....Stück	Kräutertopf Koriander regional eig. Anb	3,50 €/ Stück
21948.....Stück	Kräutertopf Petersilie regional eig. Anb	3,50 €/ Stück
21963.....Stück	Kräutertopf Sauerampfer regional eig.	3,50 €/ Stück