

So ein Käse! (KW35 vom 26.8.-1.9.) Schweizer Urbergchäs. Würzig, reif und nussig. Nach alter Greyerzer-Tradition. Aus der Westschweiz. Schnittkäse, Schweiz, 48% Fett i. Tr., Rinde verzehrbar. MILCH, Salz, tier. Lab, Kulturen
1 Stück ca. 200g, 28,90€; Art.-Nr. 5207

Das Fenster zum Hof - KW 34/24

Der Klemmbandroder ist repariert. Kollege Frank, unser **Landmaschinenflüsterer** ist aus dem Urlaub zurück und hat unseren Problemen ein **Ende** bereitet. Ab dieser Woche gibt es endlich **Apfelbacher-Möhren** und wir kommen auch wieder an unsere Rote Bete heran,

Es ist Sommer und wie in jedem Jahr gibt es wieder **reichlich Zucchini**. Damit es nicht zu fad wird, gibt es rechts drei schöne **Liebblingsrezepte** aus dem Italienurlaub.

Die Laura ist da - jedenfalls die Kartoffel. Laut **Theo**, der lange als Berater in der Landwirtschaftskammer gearbeitet hat, ist Laura eine der **wohlschmeckenden** Kartoffelsorten, die über viele Jahre viele Vergleichstests gewonnen hat. Die **rötliche Schale** entfärbt sich beim Kochen weitestgehend. Uns hat das schöne **gelb-buttrige** und cremige Innere überzeugt. In den nächsten 2-3 Wochen werden wir als festkochende Sorte ausschließlich Laura packen.

Jede Menge Tomaten hatten wir in der letzten Woche verpackt und sind ziemlich sicher, dass wir alle damit **zufrieden** gemacht haben. Jetzt im **August** sind Tomaten am leckersten. Theo ist ebenfalls zufrieden - jetzt ist der **Überhang** der letzten Wochen wieder abgebaut und die Pflanzen bleiben gesund.

Wissbegierige finden bei uns jede Menge interessante Veranstaltungen dazu, was die **Apfelbacher** so alles treiben und vor allem, was sie anders machen. Plätze gibt es noch für unsere **Fledermausführungen** am 30. August und 6. September. Regelmäßig finden inzwischen **Hofführungen** mit Lothar statt. Näheres, Anmelde-möglichkeiten und alles .Termine gibt es auf unserer Homepage unter **Naturevents**.

Jetzt ist es häufig **heiß und schwül** (endlich). Unsere Produkte leiden in Sonne und zu warmer Luft. Gut, wenn wir die Kisten im kühlen **Keller** oder dem **Treppenhaus** abstellen. Auch wenn unsere Fahrzeuge **gekühlt** sind das hält außerhalb des Hauses nicht lange vor. Bitte legen Sie dem Fahrer ein großes, **feuchtes Handtuch** bereit. Wir decken Ihre Lieferung mit dem Tuch ab. Dadurch bleiben die Waren länger frisch. Im Shop gibt es **Thermohauben**. Die Hauben aus verstärkter, silberner Luftpolsterfolie passen genau über unsere Lieferkisten, reflektieren die Hitze und halten Empfindliches länger **frisch**.

Mangold Möhren Gemüse

800g Mangold, 400g Möhren, 2 kleine Zwiebeln, 3 EL Butter, 1 Knoblauchzehe, Salz, schwarzer Pfeffer, 200 g Creme fraiche, 1-2 EL Zitronensaft, Zitronenschale

Mangold waschen. Die Blätter von den Stielen abtrennen und in 1cm breite Streifen schneiden, die Stiele in feine Streifen schneiden. Möhren unter fließendem Wasser gründlich abspülen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln sehr fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Möhren und Mangoldstiele darin unter Wenden bei starker Hitze 5 Minuten andünsten. Knoblauch dazupressen mit Salz + Pfeffer würzen. Mangoldblätter dazugeben und zugedeckt noch 5 Minuten bei schwacher Hitze dünsten. Creme Fraiche einrühren und etwa 3 Minuten sämig einkochen lassen. Das Gemüse mit dem Zitronensaft und abgeriebener Zitronenschale abschmecken. Dazu schmeckt Reis.

Rote Bete Salat, französisch

500gr rote Bete, 5EL Öl, 2EL Essig, 1/2TL Zucker, Salz, Pfeffer, 1TL Senf (guten, scharfen), 1-2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe

Aus Öl, Essig, Zucker, Salz, Pfeffer, Senf, gewürfelten Zwiebeln und Knoblauchzehe eine Vinaigrette herstellen. Rote Bete in ca. 30 Min. gar kochen, schälen und noch warm klein würfeln und mit der Vinaigrette verrühren. Mind. 10 Min. ziehen lassen.

Rote Bete in Rotweinessig mit Parmesankruste

750g Rote Bete, Salz, Pfeffer, 3 EL Rotweinessig, 2 EL Olivenöl, 100g Parmesan, frisch gerieben

Rote Bete ungeschält ca. 40 Min. in kochendem Wasser gar kochen. Unter fließendem Wasser die Häute abschälen, die Beten in Spalten schneiden und mit Rotweinessig + Olivenöl im Kochtopf nochmals erwärmen. Auf einem feuerfesten Teller flach auslegen, mit Kräutersalz, Pfeffer und Parmesan bestreuen und kurz unter dem Grill bzw. im Backofen überbacken, bis der Käse anfängt zu bräunen. Sofort warm servieren

Spaghetti mit Zucchinisauce (alla Nerano)

500gr Zucchini, 2 Knoblauchzehen, Butter, Salz Pfeffer, Öl zum Frittieren, etwas frischer Basilikum, Pecorino, 500gr Spaghetti

Zucchini in 3mm Scheiben schneiden und in Öl schwimmend zartbraun frittieren. Die Knoblauch ebenfalls kurz mitfrittieren. Alles zusammen aus dem Öl nehmen, auf Küchenpapier zum entfetten ausbreiten und auskühlen lassen. Das Nudelwasser salzen und schon aufsetzen. In einer weiten Pfanne ca. 30gr Butter schmelzen und Zucchini sowie hineingeben.

Bei mittlerer Hitze wieder erhitzen, etwas von dem Nudelwasser dazugeben. Dabei mit einem Holzspatel zerdrücken, bis die Zucchini musig geworden sind. Salzen und noch einmal ca. 30gr Butter darin auflösen. Die inzwischen al dente gekochten Nudeln (=zwei Minuten weniger als auf der Packung angegeben) direkt aus dem Kochwasser dazugeben und mit dem Zucchini mischen. Noch einmal eine Kelle Nudelwasser und gehackten Basilikum sowie großzügig geriebenen Pecorino untermischen. Mit Pfeffer würzen und auf Teller geben.

Zucchini Parmigiana

6-700gr Zucchini, 2-3 Kugeln Mozzarella zerzupft, 80gr Parmesan gerieben, 350gr Tomatensauce, Salz, Pfeffer Olivenöl

Von den Zucchini die Enden abschneiden und sie dann (sehr vorsichtig) auf einem Gemüsehobel längs in 2-3mm Scheiben schneiden. Lagenweise auf einem Ofengitter mit untergelegtem Backblech dünn einsalzen und 30-60 Minuten ziehen lassen. Dann gut trocken tupfen und in reichlich Olivenöl hellbraun braten. Eine Auflaufform dick ausbuttern und mit Paniermehl austreuen. Mit den Zucchinischeiben immer zur Hälfte überlappend den Boden auslegen. Darauf eine Schicht Mozzarella, dann dünn mit Parmesan und etwas Pfeffer bestreuen. Darauf kommt Tomatensauce und es geht wieder von vorne los. Den Abschluss bildet Mozzarella, Parmesan und noch mal etwas darüber gestreutes Paniermehl. Im Ofen bei 180°C ca. 40 Minuten backen.

Marinierte Zucchini

500 g Kleine Zucchini, 2 Knoblauchzehen, 1 Chilischote, Olivenöl, Essig, Pfeffer, Salz

Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Knoblauchzehen in Scheiben schneiden, Chilischote in dünne Ringe schneiden. Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinischeiben darin portionsweise auf beiden Seiten goldgelb anbraten. Auf Küchenkrepp entfetten. Zucchini in einer flachen Form anrichten, mit Essig beträufeln und mit Knoblauch und Chili bestreuen. Mit Pfeffer, Salz würzen und zum Schluss mit etwas Olivenöl begießen. Das Gemüse mit einer Platte abdecken bei Zimmertemperatur anderthalb bis zwei Stunden marinieren lassen.

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 19.08.2024 bis 25.08.2024

Kartoffel

19.....Stück **4kg Kartoffeln** regional eig. Anbau - DB **11,45 €/ Stück**
12.....Tüte **Kartoffeln, festk., 2,0 kg** regional eig. A **6,19 €/Tüte**

Gemüse

1110.....kg **Auberginen** Spanien - IA **5,95 €/ kg**
1001.....kg **Avocado** Peru - IA **8,95 €/ kg**
511.....Stück **Basilikum, Bund** regional eig. Anbau - DB **2,45 €/ Stück**
386.....kg **Bataten** Spanien - IA **6,99 €/ kg**
688.....kg **Bratpaprika** Spanien - IA **13,90 €/ kg**
100.....kg **Brokkoli** Deutschland - DB **8,95 €/ kg**
1311.....kg **Buschbohnen** Deutschland - DD **10,90 €/ kg**
777.....Stück **Cherrytomaten 250gr** Italien - IA **7,99 €/ kg**
255.....kg **Chicoree** Deutschland - DN **11,95 €/ kg**
122.....St. **Chinakohl, Stück, ca. 650g+** Deutschland **4,55 €/ St.**
501.....Bund **Dill, Bd** Deutschland - DD **2,89 €/ Bund**
503.....Bund **Estragon, Bund** Deutschland - DD **2,69 €/ Bund**
1010.....kg **Fenchel** Niederlande - IA **6,69 €/ kg**
423.....Stück **Gemüsezwiebel frisch 280gr+** region **1,99 €/ (Stück) €**
422.....kg **Gemüsezwiebeln kg** Spanien - IA **3,59 €/ kg**
590.....kg **Ingwer** Peru - BCS **15,90 €/ kg**
456.....Stück **Knoblauch-KNOLLE** Niederlande - IA **19,90 €/ kg**
110.....St. **Kohlrabi Stück** regional eig. Anbau - DB **2,20 €/ St.**
522.....Bund **Koriander, Bund** Deutschland - DN **2,89 €/ Bund**
540.....Stück **Kresse Schale** Deutschland - EG **1,10 €/ Stück**
922.....kg **Landgurke** regional - DB **5,80 €/ kg**
844.....kg **Mangold, bunt** regional eig. Anbau - DB **4,90 €/ kg**
833.....kg **Mangold, grün** regional eig. Anbau - DB **4,90 €/ kg**
505.....Bund **Minze, Bund** Deutschland - DD **2,89 €/ Bund**
300.....kg **Möhren** regional eig. Anbau - DB **4,20 €/ kg**
301.....Bund **Möhren Bund** regional eig. Anbau - DB **3,60 €/ Bund**
622.....kg **Paprika gelb** Niederlande - IA **9,95 €/ kg**
633.....kg **Paprika grün** Niederlande - IA **8,99 €/ kg**
611.....kg **Paprika rot** Niederlande - IA **9,95 €/ kg**
644.....kg **Paprika, spitz, grün, APF** regional eig. A **8,69 €/ kg**
380.....kg **Pastinaken** Niederlande - DN **6,39 €/ kg**
677.....kg **Peperoni rot oder grün Kilo** Spanien **12,95 €/ kg**
500.....Bund **Petersilie, Bund** Deutschland - DD **2,75 €/ Bund**
382.....kg **Petersilienwurzel, kg** Deutschland - DN **8,90 €/ kg**
990.....kg **Pfifferlinge** Serbien - WS **21,90 €/ kg**
966.....kg **Pilze Austernpilze, Kilo** Deutschland - **19,90 €/ kg**
988.....kg **Pilze Kräuterseitling** Deutschland - DB **27,90 €/ kg**
977.....kg **Pilze Shiitake** Deutschland - DB **26,90 €/ 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 - DC **4,29 €/ kg**
377.....Bd. **Radieschen** regional eig. Anbau - DB **2,20 €/ Bd.**
533.....Bund **Rosmarin, Bund** regional eig. Anbau - DB **2,25 €/ Bund**
344.....Stück **Rote Bete Vakuum 500gr** Niederlande **3,95 €/ Stück**
341.....Bund **Rote Bete, Bund** regional eig. Anbau - DB **3,30 €/ Bund**
340.....kg **Rote Bete, Kilo** regional eig. Anbau - DB **5,40 €/ kg**
201.....St. **Salat 1** regional eig. Anbau - DB **2,00 €/ St.**
202.....St. **Salat 2** regional eig. Anbau - DB **2,00 €/ St.**
433.....kg **Schalotten** Deutschland - DB **5,49 €/ kg**
911.....St. **Schlangengurken ca. 300g+** Niederland **2,39 €/ St.**
332.....Stk **Sellerie mit Grün** regional eig. Anbau - DE **2,95 €/ Stk**
188.....Stk **Spitzkohl 350gr+** regional eig. Anbau - DB **2,95 €/ Stk**
189.....Stück **Spitzkohl groß 600gr+** regional eig. Anb. **3,85 €/ Stück**
1322.....kg **Stangenbohnen** regional - DB **10,90 €/ kg**

335.....St. **Staudensellerie Stück 300gr+** Deutsch **4,10 €/St.**
711.....kg **Tomaten** regional - DB **6,55 €/ kg**
133.....St. **Weißkohl, St 600gr+** Deutschland - DB **3,45 €/ St.**
1200.....kg **Zucchini, Kilo** regional eig. Anbau - DB **3,20 €/ kg**
1050.....Stück **Zuckermais Stück** Deutschland - DB **2,45 €/ Stück**
1055.....Stück **Zuckermais Vakuum** Niederlande - IA **4,95 €/ Stück**
400.....kg **Zwiebeln** Deutschland - DN **3,69 €/ kg**
411.....kg **Zwiebeln, rot** Deutschland - DB **5,49 €/ kg**

Obst

1500.....kg **Äpfel 1, diverse Sorten** regional - DB **4,95 €/ kg**
1501.....kg **Äpfel 2, diverse Sorten** regional - DB **4,95 €/ kg**
1660.....kg **Aprikosen, Kilo** Türkei - INAC **9,95 €/ kg**
1911.....kg **Bananen, Kilo** Dominikanische Republik - E **3,50 €/ kg**
1577.....kg **Birnen, kg** Deutschland - DB **5,85 €/ kg**
1980.....Stück **Datteln, 250gr** Tunesien - DD **3,75 €/ Stück**
1978.....kg **Feigen, kg** Spanien - IA **17,95 €/ kg**
1840.....Stück **Heidelbeeren, Schale 125gr** Deutschla **4,45 €/ Stück**
1944.....Stück **Mango, Stück** Spanien - CRAE **3,79 €/ Stück**
1930.....kg **Maracuja / Passionsfrucht** Columbi **29,90 €/ kg**
1790.....Stück **Melone Canari 700gr+** Spanien - CREA **3,99 €/ Stück**
1770.....Stück **Melone Piel de Sapo, Stück** Spanien - **3,29 €/ Stück**
1750.....Stück **Melone Wassermelone, Stück** Spani **3,45 €/ Stück**
1688.....kg **Mirabellen, Kilo** Deutschland - DB **9,19 €/ kg**
1655.....kg **Nektarinen** Italien - IA **6,49 €/ kg**
1600.....kg **Orangen** Südafrika - IA **7,95 €/ kg**
1650.....kg **Pfirsiche, Kilo** Italien - IA **6,95 €/ kg**
1677.....kg **Pflaumen rot oder gelb, Kilo** Spanien **6,99 €/ kg**
1651.....kg **Platt-Pfirsiche - Paraguayos** Spanien **7,39 €/ kg**
1711.....kg **Trauben blau** Italien - IA **5,95 €/ kg**
1733.....kg **Trauben KERNLOS** Italien - IA **5,95 €/ kg**
1722.....kg **Trauben weiß** Italien - IA **4,79 €/ kg**
1866.....kg **Walnüsse** Frankreich - IA **11,90 €/ kg**
1644.....kg **Zitronen** Spanien - IA **3,95 €/ kg**
1666.....kg **Zwetschgen, Kilo** Deutschland - DD **6,79 €/ kg**

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

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

Blumen und Pflanzen

21909.....Stück **Kräutertopf - franz. Estragon** regional **3,90 €/ (Stück) €**
21915.....Stück **Kräutertopf Basilikum** regional eig. Anb **3,50 €/ Stück**
21918.....Stück **Kräutertopf Bohnenkraut** regional eig. **3,80 €/ (Stück)**
21969.....Stück **Kräutertopf Buschbasilikum** regional **3,50 €/ (Stück)**
21917.....Stück **Kräutertopf Heiliges Basilikum** regio **3,50 €/ (Stück) DB**
21936.....Stück **Kräutertopf Koriander** regional eig. Anb **3,50 €/ Stück**
21942.....Stück **Kräutertopf Minze** regional eig. Anbau - **3,80 €/ Stück**
21948.....Stück **Kräutertopf Petersilie** regional eig. Anb. **3,50 €/ Stück**
21914.....Stück **Kräutertopf Rotes Basilikum** regional **3,50 €/ (Stück) €**
21967.....Stück **Kräutertopf Schnittknoblauch** regio **3,90 €/ (Stück) B**
21972.....Stück **Kräutertopf Ysop, Essigkraut** regiona **3,80 €/ (Stück) B**