

So ein Käse! (KW36 vom 2.9.-8.9.) Tomme Fleurie. Weichkäse, Frankreich, 50 % Fett i. Tr. Rinde verzehrbar. Zutaten: MILCH, Salz, mikrob. Lab, Kulturen, Topping: Kornblume, Ringelblume

1 Stück ca. 220g, 23,90€; Art.-Nr. 5336

Das Fenster zum Hof - KW 35/24

Wie hat Laura gefallen? Wir freuen uns über Rückmeldungen. Weil in nächster Zeit viele Kartoffeln ausgemacht werden müssen (es droht eine **Attacke** der gefürchteten **Drahtwürmer**, die scheußlich schwarze Gänge in die Kartoffeln bohren), ziehen wir jetzt andere, **gelbe Sorten** vor - auch lecker. Wer trotzdem Laura haben möchte, findet sie als extra bestellbaren Artikel im **Shop**. Zusammen mit den ersten **mehligkochenden** Kartoffeln.

Es wird Herbst, auch wenn es sich noch nicht so anfühlt. Der **Sortenkalendar** schreitet unbarmherzig voran. Neu von APFELBACHERs Beeten in dieser Woche die ersten krausen **Endivien**, knusprige, riesige **Chinakohlköpfe** und die ersten **Sellerieknollen**, mit dem jetzt noch vollen aromatischen Selleriegrün. Das ruft nach einer Suppe, mit ein paar Bohnen, Möhren, Lauch, Zucchini und frischem Grün. Wasser Salz und ein bisschen frisches Olivenöl dazu - fertig ist das erste **Rezept**.

Die Mengen der leckeren **Apfelbacher-Gurken** lassen schon nach. Das was das Gewächshaus hergibt reicht schon nicht mehr für alle Bestellungen. Ungefähr ein **Drittel** kaufen wir aus den Niederlanden zu. Ein bisschen wie eine **Lotterie** - aber mit hoher Gewinnchance. Nur können wir keine Gurken von **Joshi** versprechen. Aber die Kollegen aus Holland machen es auch sehr gut

Frischen Saft gibt es wieder am 14. September bei uns auf dem Hof, wenn die jungen Leute von **Most & Trester** wieder bei uns Station machen. Voraussetzung ist: man bringt mindestens **50kg** eigene **Äpfel** mit. Ein Termin kann über den rechts abgebildeten **QR-Code** gemacht werden. Ohne Anmeldung geht es nicht. Interessierte ohne Äpfel können bei schönem Wetter trotzdem gerne **zuschauen**. Hofladen und **Garten** sind an dem Tag, wie im Sommer gewohnt, bis **16.00** Uhr geöffnet.





 Eure lokale mobile Mosterei ist am

Samstag, 14.09.

 bei **Bioland Apfelbacher**

 bringt euer Streuobst (mind. 50kg) und bekommt leckeren Saft draus!

nur nach vorheriger Anmeldung:

 direkt Termin buchen unter:

auszg.en@most-trester.de

 oder kontaktiert uns via:

most-und-trester@posteo.de

 oder 016-96721

 mehr Infos und Preise unter:

www.mostundtrester.de

Gegrillter Chinakohl (für draußen)

... und vorausgesetzt es ist endlich warm genug zum Grillen. - ein Chinakohl, Salz, Vinaigrette, etwas Öl, etwas Zucker, etwas Sojasauce, Ingwer, Knoblauch und Koriandergrün

Einen Holzkohlegrill vorheizen, bis die Kohle von einer weißen Ascheschicht bedeckt ist. Den Chinakohl der Länge nach vierteln (der Strunk soll die Viertel noch zusammenhalten). Mit einem Pinsel den Kohl dünn mit Öl einpinseln, flach drücken und auf den Grill, nicht zu weit von der Kohle weg legen. Schnittseite zuerst. Grillen, bis die Unterseite Farbe nimmt. Dann wenden und die andere Seite ebenfalls braun grillen. Schnittseite nach oben auf eine Platte legen und dünn salzen. Vinaigrette mit den übrigen Zutaten mischen und über den Kohl träufeln, dass die Sauce zwischen die Schichten rinnt. Geht mit Reis, aber auch zusätzlich mit gegrilltem Geflügel.

Soffritto - ital. Gemüsewürze

2 Möhren, 2 Zwiebeln und 1 Knollensellerie mit Grün, Olivenöl, Knoblauch

Alles sehr fein würfeln - das Grün fein hacken. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl glasig dünsten, Möhren und Sellerie (mit Grün) dazugeben, 10 Min. unter wenden anbraten und dann auf kleiner Flamme, ca. ½ Std. unter häufigem Wenden schmoren, bis das Gemüse deutlich reduziert ist. Im Kühlschrank aufbewahrt hält sich das Soffritto einige Tage und dient als Basis von Saucen und Suppen und als Brotbelag!

Tipp: Je nach Geschmack und Jahreszeit können noch weitere Zutaten verwendet werden: Kräuter wie glatte Petersilie, Rosmarin, Salbei, Chili, schwarzer Pfeffer, Knollensellerie, Petersilienwurzel und oder Pastinaken, Lauch, Schalotten, Paprika und Tomaten

Erfrischend - Tomaten-Gurkensalat mit Minze

Tomaten, Gurken, Minze, Bundzwiebeln, Zitrone, Olivenöl, Zucker, Salz, Pfeffer

Gurke fein hobeln, Tomaten mit einem sehr scharfen Messer in so dünne Scheiben wie möglich schneiden. Zu den Gurkenscheiben geben und je ca. 1/2TI Zucker und Salz darüber verteilen. Vorsichtig unterheben und ca. 1/2Std Flüssigkeit ziehen lassen. Dann auf ein Sieb geben und etwas abtropfen lassen. Feingeschnittene Bundzwiebeln und Minze untermischen und mit Zitronensaft und Olivenöl anmachen. Würzen mit Pfeffer aus der Mühle

- Chinakohl - Gemüse -

1 Chinakohl, 2 EL Öl, 1 rote Chilischote, 1 Zehe Knoblauch, Ingwer (5 cm), 2EI Sojasauce (hell), 1 Tasse Wasser, 2TI Speisestärke, Salz, 1Prise Zucker

Den Kohl in fingerdicke Streifen schneiden. In einer Pfanne mit Knoblauch, Ingwer und Chili 1 Minute unter Rühren anbraten. Chinakohl dazugeben und auf großer Flamme ca. 3 Min. braten. Sojasauce, Wasser und Stärke mischen, dazugießen und aufkochen, bis es andickt. Wer mag, kann ca. 3-400gr Hackfleisch vor dem Kohl in der Pfanne mit anbraten. Schmeckt mit Reis.

Schafskäse - Zucchini - Quiche

180gr Mehl, 20gr Parmesan, 1Pr Salz, 80gr Butter, 1 Eigelb, n. B. Kräuter der Provence, 2 Zucchini (ca. 300gr), 1 Ei, 150gr Schafskäse, 30gr Sonnenblumenkerne, 15gr Parmesan, 100gr saure Sahne, etwas Öl

Für den Teig Mehl, Parmesan, Salz, Butter, Ei und Kräuter miteinander verkneten, eine Kugel formen und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Zucchini längs vierteln und in Scheiben schneiden, diese in etwas Öl anbraten, abkühlen lassen. Den Teig ausgerollt in eine Quicheform legen. Den Schafskäse in kleine Würfel schneiden und mit Ei, saurer Sahne, Parmesan und Sonnenblumenkernen verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern der Provence würzen. Die Zucchinischeiben in der Form verteilen und mit der Masse begießen. Im vorgeheizten Ofen bei 170°C (Umluft) ca. 30 Minuten backen, bis die Oberfläche eine schöne braune Farbe angenommen hat.

Zucchini-Pizza-Happen

4EI Tomatenmark, 4EI Wasser, Salz und Pfeffer, 1/2TI Oregano, 1/2 kleine Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Zucchini, Käse, fein geriebener (Parmesan und Bergkäse gemischt), Cocktailtomaten, Oregano, Olivenöl

Tomatenmark mit Wasser, Salz, Pfeffer, Oregano, fein gehackte Zwiebel + Knoblauch vermischen. Zucchini waschen und in etwa 5mm Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen und die Scheiben von jeder Seite ca. 1 Minute anbraten. Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit der vorbereiteten Tomatensauce bestreichen. Auf jede Zucchinischeibe ein Tomaten-Scheibchen legen, mit Oregano und Käse bestreuen und bei 200 °C für ca. 5-6 Minuten in den vorgeheizten Backofen gegeben. Schmecken kalt wie auch warm sehr gut.

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 26.08.2024 bis 01.09.2024

Kartoffel

19.....Stück	4kg Kartoffeln regional eig. Anbau - DB	11,45 €/ Stück
62.....Stück	Kartoffeln "Laura" 2kg regional eig. Anb	7,99 €/ Stück
12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg regional eig. A	6,19 €/Tüte
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg regional eig. A	6,99 €/Tüte

Gemüse

1110.....kg	Auberginen Spanien - IA	6,35 €/ 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+ regional ei	3,80 €/St.1B
501.....Bund	Dill, Bd Deutschland - DD	2,89 €/ Bund
1010.....kg	Fenchel Niederlande - IA	6,69 €/ kg
422.....kg	Gemüsezwiebeln kg Spanien - IA	2,95 €/ kg
590.....kg	Ingwer Peru - IA	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	2,85 €/ Bund
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,10 €/ Stück
922.....kg	Landgurke regional - DB	5,80 €/ kg
833.....kg	Mangold, grün regional eig. Anbau - DB	4,90 €/ kg
505.....Bund	Minze, Bund Deutschland - DD	2,85 €/ Bund
300.....kg	Möhren regional eig. Anbau - DB	4,20 €/ kg
301.....Bund	Möhren Bund regional eig. Anbau - DB	3,60 €/ Bund
634.....kg	Paprika bunt reg. regional eig. Anbau - D	9,95 €/ kg
622.....kg	Paprika gelb Niederlande - IA	9,95 €/ kg
633.....kg	Paprika grün Niederlande - IA	8,99 €/ kg
611.....kg	Paprika rot Niederlande - IA	10,45 €/ kg
644.....kg	Paprika, spitz, grün, APF regional eig. A	8,69 €/kg
380.....kg	Pastinaken Niederlande - DN	5,95 €/ kg
677.....kg	Peperoni rot oder grün Kilo Spanien	12,95 €/ kg
500.....Bund	Petersilie, Bund Deutschland - DD	2,65 €/ Bund
382.....kg	Petersilienwurzel, kg Deutschland - DN	9,90 €/ 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 Deutschland - DB	7,45 €/ kg
303.....kg	Purple Möhren violett Deutschland - D	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
233.....Stück	Rucola, ca 100gr Beutel Niederlande -	19,50 €/ kg
201.....St.	Salat 1 regional eig. Anbau - DB	2,00 €/ St.
202.....St.	Salat 2 regional eig. Anbau - DB	2,00 €/ St.
211.....Stück	Salat Endivie regional eig. Anbau - DB	2,99 €/ Stück
433.....kg	Schalotten Deutschland - DB	5,29 €/ kg
911.....St.	Schlangengurken ca. 300g+ Niederlan	2,69 €/ St.
550.....Bund	Schnittlauch, Bund regional eig. Anbau -	12,10 €/ Bund
332.....Stk	Sellerie mit Grün regional eig. Anbau - D	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
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	5,29 €/ kg

Obst

1500.....kg	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DB	4,95 €/ kg
1501.....kg	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DB	4,95 €/ kg
1911.....kg	Bananen, Kilo Dominikanische Republik -	3,50 €/ kg
1577.....kg	Birnen, kg Deutschland - DD	5,85 €/ kg
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,50 €/ Stück
1978.....kg	Feigen, kg Spanien - IA	15,99 €/ kg
1955.....Stück	Granatapfel, St Spanien - IA	2,25 €/ Stück
1944.....Stück	Mango, Stück Spanien - CRAE	3,79 €/ Stück
1930.....kg	Maracuja / Passionsfrucht Columbi	25,95 €/ kg
1750.....Stück	Melone Wassermelone, Stück Spani	3,65 €/ Stück
1755.....Stück	Melone, Galia Stück 650gr+ Spanien -	4,25 €/ Stück
1688.....kg	Mirabellen, Kilo Deutschland - DB	9,45 €/ kg
1655.....kg	Nektarinen Italien - IA	6,35 €/ kg
1600.....kg	Orangen Südafrika - IA	7,95 €/ kg
1650.....kg	Pfirsiche, Kilo Italien - IA	5,95 €/ kg
1677.....kg	Pflaumen rot oder gelb, Kilo Spanien -	7,95 €/ kg
1651.....kg	Platt-Pfirsiche - Paraguayos Spanien -	7,39 €/ kg
1711.....kg	Trauben blau Italien - IA	4,95 €/ kg
1733.....kg	Trauben KERNLOS Italien - IA	6,99 €/ kg
1722.....kg	Trauben weiß Italien - DEM	6,19 €/ kg
1866.....kg	Walnüsse Frankreich - IA	12,90 €/ kg
1644.....kg	Zitronen Spanien - IA	4,85 €/ kg
1666.....kg	Zwetschgen, Kilo Deutschland - DD	6,79 €/ kg

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

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

Blumen und Pflanzen

21909.....Stück	Kräutertopf - franz. Estragon regional	3,90 €/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;
21972.....Stück	Kräutertopf Ysop, Essigkraut regiona	3,80 €/StückB