

Ihre Ökokiste in der 49. Kalenderwoche 2021:

Alle Produkte der Ökokiste stammen aus kontrolliert biologischem Anbau. Falls nicht anders verfügbar, kommen auch Produkte, die in Umstellung auf die ökologische Wirtschaftsweise erzeugt wurden, zum Einsatz (kleine Buchstaben bei „Info“ auf der Rechnung) DE-ÖKO-006.

Regionale Produkte haben bei uns Priorität! Aus regionalem Anbau stammen:

Andreas Ohlig (Koblenz, Bioland): **Knollensellerie, Paprika grün, Pepperoni rot, Zuckerhutsalat, Spinat, Staudensellerie**

Stefan Degen, Manderscheidter Hof (Koborn-Godorf, Bioland): **Feldsalat, Grünkohl, schwarzer Rettich, Rote Bete, Zuckerhutsalat**

Gerhard Kohl, Hof Wildeck (Urbar, Bioland): **Kartoffeln.**

Daniel Cochems (Koborn-Gondorf, Bioland): **Äpfel, Birnen.**

Familie Familie Weinig, Hof Hahlgarten (Frücht, Bioland): **Fleisch, Wurst und Eier.**

Gertruden-Hof (Weißenthurm, Eigenanbau, Bioland): **Apfelsaft, Apfel-Quittensaft, Apfel-Holundersaft.**

Weingut Weber (Lehmen, Ecovin) **Riesling trocken, Riesling halbtrocken, Regent Rosé trocken, Regent Rosé halbtrocken, Rondo Rotwein trocken.**

Weingut Weber (Lehmen, Ecovin) **Riesling trocken, Riesling halbtrocken, Regent Rosé trocken, Regent Rosé halbtrocken, Rondo Rotwein trocken.**

Liebe Kundinnen und Kunden unserer Ökokiste,
bitte denken Sie daran, uns Abstellplätze für Ihre Ökokiste mitzuteilen. Dann können unsere Fahrer die Ökokisten Corona-konform weiterhin kontaktlos abstellen. Das schützt alle Beteiligten!
Angesichts der kommenden Wetterlage sollten die Abstellplätze frostsicher ausgewählt werden.
Bei Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.
Mit freundlichen Grüßen aus Weißenthurm
Ihr Gertruden-Hof-Team

Wirsing-Auflauf mit Fetakäse

ca. 1 kg Wirsing
500 g Kartoffeln
1 Packung Fetakäse
Butter
1 Zwiebel
1 Becher Sahne
Salz, Pfeffer

Den Wirsing vierteln und in Spalten schneiden. Anschließend in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten vorgaren, herausheben und abtropfen lassen. Die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden und im Wirsingwasser ca. 2 Minuten vorgaren. Zwiebel fein würfeln und in Butter dünsten.

Eine Auflaufform mit Butter auspinseln. Wirsing, Kartoffelscheiben und Zwiebeln hineingeben und schichtweise mit Fetakäse und Pfeffer bestreuen. Die Sahne leicht salzen und darüber gießen, Bei 175 Grad für ca. 30 bis 40 Minuten backen.

Rettich-Kartoffelstampf

500g Kartoffeln
Salz
ca. 300g schwarzer Rettich
2 EL Butter
½ Chilischote (nach Geschmack)
1 EL Honig
2 EL Essig
1 EL Petersilie oder Kresse, frisch

Kartoffeln schälen, vierteln und in kochendem Salzwasser 20-25 Minuten zugedeckt garen. Den Rettich schälen, in 1,5 cm große Würfel schneiden. Chili in Ringe schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Rettich scharf anbraten. Chilischote zugeben, kurz mitbraten, Honig zugeben, mit Essig ablöschen, 5-6 Minuten sämig einkochen, mit Salz abschmecken. Kartoffeln abgießen, restliche Butter zugeben, mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Püree und Rettich anrichten und mit Petersilie oder Kresse bestreuen.