

Ihre Ökokiste in der 26. 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): **Salat, bunter Mangold, Gurken, Rucola, Spinat.**

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

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

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

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

Liebe Kundinnen und Kunden unserer Ökokiste, wir haben unsere Sommerbetriebsferien in den ersten drei Wochen der Sommerferien von Rheinland-Pfalz geplant (19. Juli bis 8. August). In dieser Zeit werden keine Ökokisten ausgeliefert und der Hofladen hat sowieso noch geschlossen. Wir haben uns entschlossen dieses Jahr 3 Wochen Betriebsferien zu machen, da wir ein anstrengendes und herausforderndes Jahr ohne Urlaub hinter uns haben.

Bitte teilen Sie uns möglichst früh mit, wenn Sie keine Lieferung benötigen. Dann können wir und unsere Lieferanten besser planen.

Bei Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen aus Weißenthurm

Ihr Gertruden-Hof-Team

Weißkohlsalat mit Möhren und Äpfeln

1 kleiner Weißkohl
375 g Möhren
375 g Äpfel
Salz, Pfeffer aus der Mühle
200 g Mayonaise
200 g Creme fraiche
1 Zwiebel

Weißkohl putzen, waschen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Möhren und Äpfel raspeln. Kohl, Möhren und Äpfel vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel sehr fein würfeln und mit der Creme Fraiche zur Mayonaise geben, eventuell nachwürzen. Mit dem Gemüse vermischen und gut durchziehen lassen.

Weißkohl-Blätterteigtaschen

1 rote Zwiebel
130 g Süßkartoffel (ca. ½ Knolle)
350 g Weißkohl
50 ml Wasser
50 ml Apfelessig
30 g Cranberries
2 EL Öl nach Wahl
1 EL Sesam
½ TL Schwarzkümmel
¾-1 TL Salz
½ TL Ras el-Hanout
½ TL Chiliflocken

Kohlkopf waschen und in feine Streifen schneiden.

Zwiebel schälen und fein würfeln, Süßkartoffel raspeln.

Öl in einem großen Topf, Pfanne oder Wok erhitzen, die Zwiebelwürfel andünsten, Süßkartoffelraspel zugeben und ca. 5 Minuten unter Rühren dünsten. Dann den Kohl zugeben, ganz zart andünsten lassen und fleißig wenden. Gewürze und Cranberries zugeben, das Ganze mit Wasser und Apfelessig aufgießen, zudecken und auf kleiner Flamme ca. 10 Minuten schmoren lassen.

3 Blätterteigplatten auftauen, ausrollen, teilen und auf jedes Viereck 1 EL Weißkohl-Gemüse setzen. Die Ränder mit (pflanzlicher) Sahne bestreichen zusammenkleben und festdrücken. Die fertigen Dreiecke nochmal mit Sahne bestreichen, mit Sesam und/oder Schwarzkümmel bestreuen und im vorgeheizten ca. 20 Minuten backen (Herstellerangaben beachten)

3 Blätterteig-Platten