

Ihre Ökokiste in der 51. Kalenderwoche 2020:

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): **Zuckerhutsalat, Spinat, Postelein**. Gerhard Kohl, Hof Wildeck (Urbar, Bioland):

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

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

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

halbtrocken, Rondo Rotwein trocken. Stefan Degen, Manderscheider Hof (Kobern-Gondorf, Bioland): **Feldsalat,**

Grünkohl, Weißkohl, krause Petersilie, Spinat, Rote Bete, Butternutkürbis, Schwarzer Rettich. Daniel Cochems

(Kobern-Gondorf, Bioland): **Äpfel**.

Liebe Kundinnen und Kunden unserer Ökokiste,

in der Weihnachtswoche 21.12.2020 bis 27.12.2020 verschieben sich die Liefertouren einen Tag nach vorn, d.h. wenn Sie dienstags beliefert werden, erhalten Sie die Lieferung bereits am Montag. Freitagstouren müssen leider in der Woche entfallen. Wenn Sie regulär freitags beliefert werden, können Sie Ihre Weihnachtsbestellung für den 18.12.2020 tätigen oder auch eine Bestellung am 23.12.2020 bei uns am Hof abholen.

Vom 28.12.2020 bis zum 10.01.2021 haben wir Betriebsferien und es erfolgen keine Lieferungen. Auch unser Hofladen bleibt bis auf Weiteres noch geschlossen.

Wir wünschen Ihnen eine schöne besinnliche Adventszeit.

Ihr Gertruden-Hof-Team

Radicchio Salat mit Orangen

100 g rote Zwiebeln
1 Radicchio
2 Orangen
2 EL Aceto Balsamico
Salz
Pfeffer
Zucker
6 EL Olivenöl

Die Zwiebeln pellen und in feine Scheiben schneiden. Radicchio putzen, waschen, abtropfen lassen, grob zerpulpen. Orangen so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orangen in Scheiben schneiden. Kerne dabei entfernen. Essig mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und dem Olivenöl verrühren. Orangen, Zwiebeln und Radicchio mit der Vinaigrette mischen und servieren.

Spitzkohl Kartoffel Suppe

2 Zwiebeln
600 g Kartoffeln
50 g Butter
1 EL mildes Currypulver
1,25 l Gemüsebrühe
1 Spitzkohl
125 g Crème fraîche
Salz
Pfeffer
evtl. etwas Zitronensaft
nach Geschmack
2 EL Petersilie

Die Zwiebeln pellen und fein würfeln. Die Kartoffeln schälen, in 2 cm große Würfel schneiden. 30 g Butter in einem Topf erhitzen. Erst die Zwiebeln, dann die Kartoffeln darin farblos andünsten. Mit Currypulver bestreuen und mit Gemüsebrühe aufgießen, etwa 10 Minuten zugedeckt bei mittlerer Hitze kochen. Inzwischen den Spitzkohl putzen, die großen äußeren Blätter und den Strunk entfernen. Spitzkohl in ca. 2 cm große Stücke schneiden. In einer Pfanne restliche Butter zerlassen und den Spitzkohl 1-2 Min. andünsten. Die Hälfte der Kartoffelwürfel nach Ende der Garzeit mit einer Schaumkelle aus der Brühe nehmen und zur Seite stellen. Die Kartoffeln in der Brühe mit dem Schneidstab pürieren. Kartoffelwürfel und den Spitzkohl in die Suppe geben und 5 Minuten leicht kochen lassen. Crème fraîche unterrühren und mit Salz, Pfeffer und evtl. etwas Zitronensaft abschmecken. Die Petersilie zugeben und servieren.

Guten Appetit!