

Ihre Ökokiste in der 49. 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): **Glatte Petersilie, 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, Knollensellerie, Butternutkürbis, Schwarzer Rettich.** Daniel Cochems (Kobern-Gondorf, Bioland): **Äpfel, Birnen.**

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

Nudeln mit Sellerie-Tomaten Sugo

1 Knollensellerie
1 Zwiebel
20 g Butter, 2 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark
100 ml Weißwein
1 Dose Tomatenstücke z.B.
Von bioladen Cubetti
150 ml Gemüsebrühe
Salz, Zucker
75 ml Sahne, 250 g Nudeln

Sellerie und Zwiebel putzen, schälen und fein würfeln. Butter und Öl in einem Topf erhitzen. Sellerie- und Zwiebelwürfel zugeben und 2-3 Min. andünsten. Tomatenmark zugeben, kurz anrösten, Wein angießen und stark einkochen lassen. Cubetti und Gemüsebrühe zugeben, mit Salz und Zucker würzen und alles bei milder Hitze ca. 30 Min. köcheln lassen. Mit einer Schaumkelle 1/4 des Gemüses herausnehmen und beiseitestellen. Sahne zum Sugo geben und alles mit dem Schneidstab fein pürieren. Gemüswürfel zugeben und alles nochmals abschmecken (evtl. mit etwas Nudelwasser verdünnen). In der Zwischenzeit die Nudeln nach Packungsanweisung garen, abgießen und mit dem Sugo servieren.

Lauchpfannkuchen mit Apfel-Salat

150 g Mehl
Salz
Pfeffer
250 ml Milch
3 Eier
ca. 500g Lauch
3 EL Olivenöl
2 EL Apfelessig
1 TL Senf, grob
Cayennepfeffer
2 Äpfel
2 EL Petersilie
Ghee

Aus Mehl, 1 TL Salz, Milch und Eiern einen glatten Teig rühren. Teig 20 Minuten quellen lassen. Inzwischen Lauch putzen, waschen und das weiße und hellgrüne in 5 mm breite Ringe schneiden. 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und den Lauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Aus der Pfanne nehmen. Essig, Senf und restliches Öl mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Cayennepfeffer in einer Schüssel verquirlen. Äpfel entkernen und in dünne Scheiben hobeln und zum Dressing geben. Petersilie unterheben. Eine kleine beschichtete Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Mit wenig Ghee auspinseln. 1/4 des Teigs zugeben, mit 1/4 des Porrees bestreuen und 1-2 Minuten backen. Pfannkuchen wenden, sobald die Unterseite sich vom Boden löst. Aus dem restlichen Teig und restlichen Lauch ebenso 3 weitere Pfannkuchen backen. Pfannkuchen bis zum Servieren auf einem Teller im Backofen bei 80 Grad (Gas 1, Umluft nicht empfehlenswert) warmhalten. Pfannkuchen mit dem Salat servieren. Guten Appetit!

Öffnungszeiten des Hofladens: Di. 10 – 14 Uhr, Fr. 10 – 19 Uhr. Samstag geschlossen!
(Anfahrt: ab Baustoffhandlung Kircher in Weißenthurm ausgeschildert: Bioland-Verkauf ab Hof).

Tel. 02637-600035 www.gertruden-hof.de, www.oekokiste.de.