

Ihre Ökokiste in der 23. 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): **Apfelsaft, Apfel-Quittensaft, Apfel-Holundersaft.**

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

Obstbau Speth (Wackernheim, Bioland): Spargel

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

Apfel-Rhabarber-Crumble

500 g Rhabarber und Äpfel
gemischt
1-2 EL Rohrohrzucker
Butter für die Form
Streusel:
250 g Weizenvollkornmehl
100 g Rohrohrzucker
125 g Butter

Den Rhabarber waschen und in kurze Stücke schneiden. Die Äpfel vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Stückchen schneiden. Eine Auflaufform fetten, die Rhabarber- und Apfelstücke hineingeben und nach Geschmack mit Rohrohrzucker bestreuen. Aus Weizenvollkornmehl, Rohrohrzucker, Butter und Zimt mit den Händen Streusel kneten und darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen ca. 40-45 Minuten backen. Noch warm mit Eis oder Vanillesahne servieren.

Gurkendip

1 Gurke
200 g Magerquark
300g Naturjogurt
1 EL Senf
2 EL frische Kräuter
1 Knoblauchzehe
Salz
Pfeffer

Die Gurke waschen, halbieren und fein raspeln. Quark und Jogurt dazugeben. Alles mit dem Senf und den Kräutern mischen. Nach Belieben fein zerdrückten Knoblauch hinzufügen. Gurkendip kalt stellen und vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.