

Ihre Ökokiste in der 41. 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): **Auberginen, Butternut Kürbis, Dill, glatte Petersilie, Knollen- u. Staudensellerie, Petersilie/Schnittlauch-Mix, Mangold (bunt), Paprika (grün), Radieschen, Ruccola, Salat Endivien, Schnittlauch, Topfkräuter, Weißkohl, Zwiebeln**

Stefan Degen, Manderscheidter Hof (Koborn-Godorf, Bioland): **Fenchel, Hokkaido Kürbis, krause Petersilie, Rote Bete, Salat**

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): **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,

durch die anstehenden Herbstferien können sich die Lieferzeiten ändern.

Bitte teilen Sie uns möglichst frühzeitig mit, wenn Sie im Urlaub keine Lieferung benötigen. Sie können Ihre Lieferpausen im Onlineshop selbst verwalten oder uns telefonisch oder per E-Mail mitteilen.

In der 1. Novemberwoche verschieben sich die Tage der Anlieferung wegen des Feiertages am 01.11.21 um je 1 Tag nach hinten.

Bitte denken Sie auch daran, uns Abstellplätze für Ihre Ökokiste mitzuteilen. Dann können unsere Fahrer die Ökokisten Corona-konform weiterhin kontaktlos abstellen. Das schützt alle Beteiligten!

Bei Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen aus Weißenthurm

Ihr Gertruden-Hof-Team

Apfel-Selleriesuppe

1 Knollensellerie
2 Äpfel,
1 Zwiebel
1 EL Butter,
700 ml Gemüsebrühe
1 TL Zitronensaft
1 Scheibe Pumpernickel
40 g geh. Mandeln,
2 EL Petersilie,
Salz, Pfeffer
100 ml Sahne,
Muskatnuss

Für die Suppe Sellerie putzen, schälen und würfeln. 1 Apfel schälen, vierteln, entkernen und würfeln. Die Zwiebel schälen und würfeln. Die Butter in einem großen Topf erhitzen und alles darin bei mittlerer Hitze 3 Minuten anschwitzen. Mit Brühe ablöschen. Aufkochen und 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit den zweiten Apfel waschen, vierteln, entkernen, fein würfeln und mit dem Zitronensaft beträufeln. Für die Brösel Pumpernickel fein zerbröseln. Mit den Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Abkühlen lassen. Schnittlauch untermischen. Salzen und pfeffern. Die Sahne zur Suppe geben und pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die Suppe mit je 1 EL Apfelwürfeln und Bröseln servieren.

Karamellierte Radieschen

1 Bund Radieschen
3 L Olivenöl
1 EL Ahornsirup
Salz

Die Radieschen waschen, vierteln und im Olivenöl in einer beschichteten Pfanne braten, bis sie leicht gebräunt sind. Zum Schluß den Ahornsirup zugeben, kurz schwenken und karamellisieren lassen, salzen und genießen.

Schmeckt als Gemüsebeilage oder auch mit einem frischen Salat.