

## Ihre Ökokiste in der 34. 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): **Salat, Gurken, Kohlrabi, Topfkraut Basilikum, Schnittlauch, Petersilie, Bundzwiebeln, Gelbe Bete und Rote Bete im Bund, Mangold, Tomaten, Zucchini, Stangenbohnen, Knollensellerie, Staudensellerie, Zwiebeln, Hokkaidokürbis, Paprika grün, Auberginen.** Gerhard Kohl, Hof Wildeck (Urbar, Bioland): **Kartoffeln.** Familie Weinig, Hof Hahlgarten (Frücht, Bioland): **Fleisch, Wurst und Eier.** Gertruden-Hof (Weißenthurm, Eigenanbau, Bioland): **Äpfel, Mirabellen, Apfel-Quittensaft.** Weingut Weber (Lehmen, Ecovin) **Riesling trocken, Riesling halbtrocken, Regent Rosé trocken, Regent Rosé halbtrocken, Rondo Rotwein trocken.** Stefan Degen, Manderscheider Hof (Koborn-Gondorf, Bioland): **Möhren, Rote Bete, Buschbohnen.** Daniel Cochems (Koborn-Gondorf, Bioland): **Äpfel.**

Liebe Kundinnen und Kunden unserer Ökokiste, sämtliches Obst (außer Bananen) und Gemüse (außer Kürbis), dass Sie nicht zum sofortigen Verzehr gedacht haben, muss im Kühlschrank gelagert werden. Besonders Blatt- und Wurzelgemüse dankt es Ihnen mit besserer Haltbarkeit, wenn Sie es in Tüten oder Aufbewahrungsdosen verpackt im Kühlschrank lagern. Bitte denken Sie daran, wenn Sie es noch nicht getan haben, uns schattige Abstellplätze mitzuteilen, damit die Ware nicht der Sonne ausgesetzt ist.

**Unsere Fahrer sind weiterhin angewiesen „kontaktlos“ auszuliefern. Das bedeutet, dass sie uns bitte einen Abstellplatz mitteilen, an dem der Fahrer Ihre Ökokiste abstellen kann. Dort sollte dann auch das Leergut der Vorwoche stehen (ÖkoKisten, Milch- und Sahneflaschen, Joghurtgläser, 1L Weinflaschen, Saft- und Bierflaschen, Haferdrink und Apfelessig von Voelkel)**

Mit sommerlichen Grüßen  
Ihr Gertruden-Hof-Team

### Birnen-Trauben-Tarte

200 g Weizenmehl  
150 g Butter  
3 EL Rohrohrzucker  
Meersalz  
1 Eigelb  
300 g Birnen  
2 EL Zitronensaft  
300 g Trauben  
100 g Aprikosenkonfitüre

Für den Teig Weizenmehl, zimmerwarme Butter in Stücken, 3 EL Rohrohrzucker, 1 Prise Salz, Eigelb, 2 EL eiskaltes Wasser mit dem Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer flachen Kugel formen, in Folie gewickelt 1 Std. kaltstellen. Birnen schälen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Sofort mit Zitronensaft mischen. Teig auf einer bemehlten Fläche auf 30 cm Durchmesser ausrollen, in eine gefettete Tarteform (26 cm) legen. Rand gut andrücken, den Boden mehrmals mit der Gabel einstechen. Birnenspalten kreisförmig darauflegen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad C (Umluft 180 ° C) ca. 35-45 Minuten backen. Trauben halbieren. Die Konfitüre erwärmen und nach Ende der Backzeit auf den Kuchen streichen. Mit den Trauben bestreuen und weitere 5 Minuten backen. Lauwarm oder kalt servieren.

### Pancakes mit Radieschen-Apfel-Vinaigrette

#### VINAIGRETTE

1-2 EL Apfelessig, Salz  
2 kleine Äpfel  
1 Bund Radieschen  
8 EL Olivenöl, 2 EL Rapsöl  
Pfeffer  
2 EL Petersilie, frisch

#### TEIG

3 Eier, 1 TL Zucker  
270 g Mehl, Salz  
1 Msp. Kurkuma  
1 TL Currypulver  
½ TL Natron, ½ TL Backpulver  
375 ml Buttermilch  
6-8 EL Rapsöl

*Für die Vinaigrette:* Essig mit Salz in einer Schale verrühren. Die Äpfel waschen, fein stifteln und mit dem Essig verrühren. Radieschen putzen, waschen, in feine Scheiben hobeln (oder schneiden) und mit dem Apfel vermengen. Oliven- und Rapsöl unterrühren, pfeffern. *Für den Teig:* Eier und Zucker in einer Schüssel mit den Quirlen des Handrührers in 2-3 Minuten schaumig schlagen. Mehl, ½ TL Salz, Kurkuma, Currypulver, Natron, Backpulver und Buttermilch in einer Schüssel verrühren. Die Eiermischung unter die Mehl-Buttermilch-Masse rühren, dabei behutsam arbeiten, sodass die Luft nicht aus dem Teig entweicht und die Pancakes flach werden. 1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Mit einem Esslöffel jeweils 4 Portionen Pancakes-Teig in das heiße Öl geben und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Pancakes auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den restlichen Teig ebenso ausbacken, sodass ca. 28 Pancakes entstehen. Petersilie hacken und unter die Vinaigrette rühren und mit den Pancakes servieren.

**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](http://www.gertruden-hof.de), [www.oekokiste.de](http://www.oekokiste.de).