

## Ihre Ökokiste in der 11. 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): **Postelein.**

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.**

Daniel Cochems (Koblenz-Gondorf, Bioland): **Äpfel.**

Liebe Kundinnen und Kunden unserer Ökokiste,  
die Auswahl an deutschem regionalen Gemüse ist jetzt im Winter eingeschränkt.

Wenn Ihnen die Abwechslung im Winter mit der Regionalkiste zu gering ist, können Sie auf die Mixkiste ausweichen. Sie können das selber im Online-Shop ändern oder wir tragen es ein, wenn Sie uns Bescheid geben.

Unsere Fahrer werden weiterhin Corona-bedingt Ihre Ökokiste kontaktlos ausliefern und am vereinbarten Abstellplatz abstellen.

Mit freundlichen Grüßen aus Weißenthurm  
Ihr Gertruden-Hof-Team

### **Radicchio Salat mit**

#### **Orangen**

Eine kleine rote Zwiebel  
1 Radicchio  
2 Orangen  
2 EL Aceto Balsamico  
Salz  
Pfeffer  
6 EL Olivenöl

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

### **Kartoffelsalat mit Apfel und Gurke**

600g festkochende Salatkartoffeln  
1 Salatgurke  
1 Apfel, 1 Zwiebel  
Salz, 2 EL Zitronensaft  
3 EL Ahornsirup,  
5EL Crème fraîche

Die Kartoffeln unter fließendem Wasser bürsten und mit der Schale garen. Die Kartoffeln dann abgießen, abkühlen lassen, pellen und in Scheiben schneiden. Die Salatgurke waschen, abtrocknen und in dünne Scheiben hobeln. Den Apfel achteln, schälen, vom Kerngehäuse befreien und die Achtel in Scheibchen schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln. Alle Salatzutaten mit Salz, Zitronensaft, Ahornsirup und Crème fraîche mischen und ziehen lassen. Den Salat eventuell noch mit Salz abschmecken.