

8. November 2011

gela Ernteanteils-Kiste 25



Liebe ErnteanteilhaberInnen mit fertig gepackter Ernteanteils-Kiste,

beim Mithilfetag am Samstag waren ca. 10 sehr fleißige UnterstützerInnen da und wir konnten eine große Menge Erdmandeln ernten - sie müssen noch gewaschen werden und kommen dann später noch einmal in die Kiste...

Sellerie in knuspriger Sesamhülle (für 2 Personen)

- 1 Sellerieknolle putzen und im Ganzen in Salzwasser ca. 20 Min. bißfest köcheln; etwas abkühlen lassen und trocken tupfen; die Sellerieknolle in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden
- die Selleriescheiben nacheinander in Mehl, gut gesalzenem verquirltem Ei und reichlich Sesamsamen wenden
- in einer großen Pfanne 2 EL Olivenöl und 2 EL Butter erhitzen und die panierten Scheiben bei mäßiger Hitze auf jeder Seite ca. 3 Min. goldbraun braten
- dazu eine Joghurtsauce aus 50 g Joghurt, 50 g Sauerrahm, 1 EL Olivenöl, 1 EL Zitronensaft, Salz, gemahlenem Pfeffer und 1 EL gehacktem Thymian servieren

Rote Rüben mit gebratenem Semmelkren (für 2 Personen)

- 2 große roten Rüben mit der Schale mit Wasser bedeckt im Ganzen ca. 25. Min. bißfest köcheln
- für den Semmelkren 1 Ei mit 1/16 Lit. Schlagobers und Salz verquirlen, 4 Scheiben gewürfeltes Vollkorntoastbrot, 1 gehäuften EL frisch geriebenen Kren untermischen und kurz ziehen lassen
- aus der Semmelkrenmasse zwei ca. 3 cm hohe kreisförmige Laibchen von ca. 6 cm Durchmesser formen und in zerlassener Butter beidseitig ca. 5 Min. goldbraun braten
- die roten Rüben schälen, in Scheiben schneiden, auf Tellern fächerförmig anrichten, salzen, mit Olivenöl und Apfelbalsamessig beträufeln und etwas frischem Kren bestreuen; in die Mitte der Teller den gebratenen Semmelkren setzen

Mangoldsuppe (für 2 Personen)

- ½ Lauch in feine Ringe schneiden; 2 Karotten, ½ Sellerieknolle, 1 Petersilwurzel würfeln; von 200 g Mangold die Stiele in Streifen schneiden (die Blätter zur Seite legen); 2 Knoblauchzehen fein hacken; 1 EL Thymianblätter abzupfen; ½ TL Kreuzkümmelsamen - Alles in 1 EL Butter und 1 EL Olivenöl einige Min. langsam anschwitzen
- ½ TL Gelbwurzpulver zugeben und gleich mit 600 ml Wasser aufgießen, salzen, etwas fein geriebenen Ingwer zugeben und ca. 20 Min. leise köcheln lassen
- die Mangoldblätter in Streifen zur Suppe geben und weitere 7 Min. köcheln
- die Suppe mit etwas Zitronensaft, gemahlenem Pfeffer, evtl. Salz und auf Wunsch 2 EL Sauerrahm abschmecken und mit gerösteten Schwarzbrotwürfeln servieren

Die 25 . Ernteanteils-Kiste enthält folgendes:

Endivien-Salat; nur in der großen Kiste zusätzlich 1 Radicchio

als Suppengrüngemüse:

Lauch

Sellerie

Karotten

Petersilwurzel

Rote Rüben

Krenwurzel

Broccoli oder Grünkohl

Broccoli: diesmal nur in der kleinen Kiste

Grünkohl: diesmal nur in der großen und mittleren Kiste: eine in Norddeutschland sehr beliebte Kohlsorte; auch Federkohl genannt; der Grünkohl ist eine nicht kopfbildende Kohlart und von allen verbreiteten Kohlformen der Wildform der Kohlpflanze am ähnlichsten; er hat einen feinen, süßlichen Geschmack und muss nur relativ kurz gegart werden

Mangold

Butternusskürbis

Andenbeeren (Physalis), ca. 100 g

Paradeiser, 1 Stück: einige letzte Paradeiser sind nachgereift...

frische Kräuter: an Kräutern gibt es nur noch sehr wenig, diesmal **1 Bund** Thymian

WICHTIG! zur Info: es gibt regulär 26 Kisten, also bis zum 15.11. Für alle, die nicht ausgesetzt haben, endet die Kistensaison hier.

Für alle, die 1 oder 2 mal ausgesetzt haben, werden dann noch eine 27. bzw. 28. Kiste angehängt. Wer sich nicht sicher ist, wie oft er/sie ausgesetzt hat, bitte bei uns melden! (alle anderen bitte nicht)

Herzlichen Dank für die vielen Reservierungen für die Saison 2012!

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Liebe Grüße

Lilli, Peter, Susanne und das Team des Ochsenherz Gärtnerhofs