

5. Juli 2011

gela Ernteanteils-Kiste 7



Liebe ErnteanteilhaberInnen mit fertig gepackter Ernteanteils-Kiste,

Lilli und Peter sind zur Zeit auf Urlaub; wir haben den Kistlinfozettel für diese und nächste Woche im vorhinein gemacht; es ist nie genau abschätzbar welches Gemüse dann wirklich reif zum Ernten ist oder die richtige Größe hat, deshalb kann es sein, dass diesmal der Kistlinhalt etwas vom Infoblatt abweicht; kurz vor dem wegfahren sehen wir jetzt noch, dass durch das unerwartet kühle Wetter die Gurken und Zucchini in ihrem Wachstum stocken. Wir machen daher diesmal keine Mengenangaben, denn die Gesamterntemenge ist nicht genau kalkulierbar. Danke für Ihr / euer Verständnis!

Erdäpfelcurry: (für 2 Personen)

- 400 g Erdäpfeln sauber bürsten und mit Schale ca. 15 Min. bissfest garen, dann längs vierteln (die kleinen halbieren)
- 50 g Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und grob hacken
- ein ca. 2 x 2 cm großes Stück Ingwer klein schneiden, 1 grüne Chilischote entkernen und klein schneiden, 2 Knoblauchzehen hacken - alles gemeinsam mit der Hälfte der Cashewnüsse, 1 gehäufte TL Currypulver, 2 Prisen Salz, 1 EL Wasser und 1 EL Olivenöl in einem Mixer zu einer Paste verarbeiten
- ½ fein geschnittene Zwiebel langsam in Butter anschwitzen, die Currypaste zugeben, kurz mit braten, dann mit 1/8 Lit. Gemüsebrühe und 1/8 Lit. Kokosmilch angießen und sanft köcheln bis alles etwas eindickt, mit Salz abschmecken
- die gekochten Erdäpfeln (mit Schale) zugeben und sanft erwärmen
- mit den restlichen Cashewnüssen und gehacktem frischen Koriander bestreuen

Majorannockerln mit rote Rübenpüree (für 2 Personen)

- 2 rote Rüben ohne Grün mit der Schale ca. 25 Min. weich köcheln, Schale herunter ziehen, grob schneiden, in ein hohes Gefäß geben, 1 EL Olivenöl, etwas Gemüsebrühe, Saft einer ½ Zitrone, Salz zufügen und mit dem Pürierstab zu einer sämigen Creme verarbeiten
- 80 g Erdäpfeln weich kochen, schälen, durch die Erdäpfelpresse drücken
- 1 Eigelb, 1 EL Dinkelmehl, 20 g Dinkelgrieß, 2 Prisen Gelbwurzpulver, 1 EL gehackter Majoran, Salz, Pfeffer gemeinsam mit den Erdäpfeln zu einem lockeren Teig verarbeiten
- mit 2 Teelöffeln kleine, längliche Nockerln formen und in reichlich siedendem Salzwasser (soll nicht kochen!) ca. 4 bis 5 Min. gar ziehen lassen; sobald die Nockerln an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig; mit dem Schaumlöffel heraus nehmen und abtropfen lassen
- die Nockerln mit Rübenpüree anrichten, mit gehacktem Majoran bestreuen u. Olivenöl beträufeln

Gefüllte Zucchini (für 2 Personen)

- ½ fein gehackte Zwiebel in Olivenöl anbraten, 40 g Rundkornreis, 1 EL kleine Rosinen, 2 EL Pinienkerne, Salz, Pfeffer, kleine Prise gemahlene Gewürznelke, 2 EL gehackte Basilikum zufügen und unter rühren einige Min. sanft braten, mit 80 ml Wasser angießen und den Reis bissfest dünsten
- 300 g Zucchini längs halbieren und aushöhlen, in eine ausgebutterte Backform setzen, mit dem Reis füllen, mit Olivenöl beträufeln und im Backrohr bei 180° ca. 20 Min. backen bis die Zucchini durch sind
- dazu eine Sauce aus 1 Becher Joghurt mit der abgeriebenen Schale und dem Saft einer ½ Bio-Zitrone, Salz, Pfeffer und gehacktem frischen Koriander servieren.

Die 7. Ernteanteils-Kiste enthält folgendes:

Salate: da wir im Vorhinein nicht genau wissen, welche Salate am Kistlerntetag die richtige Größe haben, gibt es diesmal keine Salatnamen

kleine Kiste: 1 Salat; mittlere Kiste: 2 Salate; große Kiste: 3 Salate

Knoblauch

Zwiebel: „Wiener Rote“ heißt sie und ist eine alte Sorte, die von uns selbst vermehrt wird

Rote Rüben: diesmal die Sorten „Ochsenblut“ (dunkles Blatt) und „Rote Kugel“, teilweise auch „Barbabietola di Chioggia“ (pink) und „Burpees Golden“ (orange); das Blattgrün ist wie Mangold zu verwenden

Malabarspinat: auch „Indischer Spinat“ genannt, ein tropisches Basellagegewächs; er soll aus Ostindien und Indonesien stammen; die dickfleischigen Blätter erinnern im Geschmack an Zuckermais, sind reich an Vitamin C und Calcium und können roh als Salat oder kurz angebraten als Gemüse verwendet werden; bei längerem Garen entwickeln die Blätter eine leicht schleimige Konsistenz (ähnlich Okra); für einen **Malabar-Spinatsalat:** Spinat in breite Streifen schneiden; eine Marinade aus Olivenöl, Fruchtsig, fein gehacktem frischem Koriander, Salz, Pfeffer, zubereiten; mit gerösteten gehackten Nüssen bestreuen

Gurke: unsere Hofsorte, eine alte, von uns weiter entwickelte Sorte; der Stielansatz schmeckt bitter (großzügig wegschneiden); bei den neueren Gurkensorten ist das Bittere weg gezüchtet, oft auf Kosten des Geschmacks der Gurken

Karotten: wieder die Karottensorte „Beate“

Zucchini: wir haben alte samenfeste Sorten, von denen wir auch selbst das Saatgut vermehren: „Costates Romanesco“ (länglich, grün), „Tondo di Toscana“ (rund, grün), „gelbe Hofsorte“ (rund, gelb), „Gold Rush“ (länglich, gelb)

Frühkartoffeln

frische Kräuter: diesmal **rotes Basilikum, Koriander, Majoran**

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Liebe Grüße

Lilli, Peter, Susanne und das Team des Ochsenherz Gärtnerhofs

www.ochsenherz.at

<http://gela-ochsenherz.mixxt.at/>