



GeLa Ernteanteils-Kiste 26

Liebe Ernteteiler*innen mit fertig gepacktem Kisterl,

wir hatten einen guten Erntetag und dies ist die letzte Kiste für heuer.

Kohlsprossen-Scheerkohl-Risotto

- die Kohlsprossen von der Sprosse schneiden, halbieren, in eine ofenfeste Form geben, mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, ½ TL Honig vermengen, bei 180° 20 Min. im vorgeheizten Backrohr backen
- 1 Zwiebel hacken und in 2 EL Butter und 1 EL Olivenöl einige Minuten zart anschwitzen, 2 gehackte Knoblauchzehen und die abgeriebene Schale einer Bio Zitrone mit anschwitzen
- 150 g Risotto-Reis dazu geben, unter Rühren ca. 4 Min. anschwitzen bis der Reis glasig wird
- mit einem 1/8 Lit. trockenem Weißwein angießen und 1 Min. köcheln lassen; dann 1 Schöpfer voll heiße, gut gesalzene Gemüsebrühe angießen
- ca. 200 g in feine Streifen geschnittenen Scheerkohl und Grünkohl (harte Blattrippen entfernen) zugeben
- immer wieder 1 Schöpfer heiße Suppe angießen und rühren, die Flüssigkeit aufsaugen lassen, wieder angießen, rühren... (insgesamt ca. 3/4 Lit. Gemüsebrühe)
- nach insgesamt ca. 20 Min. ist der Reis gar (außen cremig, innen kernig); nun 3 EL geriebenen Parmesan und 20 g Dolcelatte und reichlich gemahlene Pfeffer unter den Reis mengen und zugedeckt 3 Min. rasten lassen
- den Risotto auf Tellern anrichten, die Kohlsprossen aus dem Backrohr darauf verteilen, mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit gehackter Gartenkresse bestreuen

Glasierte Steckrüben mit Ziegenkäse

- in 2 EL Butter 1 gehackte Zwiebel und ½ entkernte Chili sanft anbraten
- 600 g geschälte und in 1 cm große Würfel geschnittene Steckrüben zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und unter gelegentlichem Rühren und späterer Zugabe von etwas Wasser ca. 30 Min. bissfest garen
- das Gemüse in einer ofenfesten Form mit 2 gepressten Knoblauchzehen und 1 EL Thymianblättchen vermengen; mit 120 g in 1 cm Stücke geschnittener Ziegenkäserolle belegen, mit etwas Olivenöl beträufeln und bei 200° ca. 15 Min. backen, bis der Käse leicht gebräunt ist
- dazu paßt getoastetes Schwarzbrot

Rote Rüben-Suppe

- ½ Zwiebel fein schneiden, in 1 EL Olivenöl und 1 EL Butter anschwitzen
- 1 TL gehackten Ingwer, ½ entkernte Chili, 1 gehackte Knoblauchzehe kurz mitbraten
- ½ TL Kreuzkümmel und ½ TL aus den Schoten gelöste Kardamomsamen in einer trockenen Pfanne anrösten bis sie zu duften beginnen, dann vermörsern; die Gewürze und etwas Thymianblättchen zum Zwiebel geben und 1 Min. mit braten
- ½ TL Kurkumapulver zugeben, kurz rühren und dann gleich mit 100 ml Kokosmilch und 500 ml Gemüsebrühe aufgießen
- 400 g geschälte, klein gewürfelte rote Rüben zugeben, ca. 20 Min. köcheln bis die Rüben gar sind
- mit Salz, dem Saft und der abgeriebenen Schale einer ½ Bio-Zitrone abschmecken und pürieren; mit gehackter Gartenkresse bestreut servieren

Diese Woche für euch geerntet:

kleine Kiste: **1 Salat**, große Kiste: **2 Salate**

Löwenzahnsalat im Bund: mit leicht bitterer Note

Karotten bunt

Steckrübe: auch Kohlrübe genannt; eine Unterart des Rapses; für Suppen, Pürees, Aufläufe geeignet; auch das Grün kann verwendet werden

Rote Rüben

Zwiebel

Fenchel: die letzten sehr kleinen Stücke; z. B. roh als Salatbeigabe verwenden

Scheerkohl und Grünkohl im Bund: Scheerkohl hat einen nussigen Geschmack; wie Grünkohl verwendbar

Sprossenkohl: die Röschen von der Sprosse herunterschneiden; auch die oberen Blätter sind als Kohlgemüse verwendbar

Chili: mit mittlerer Schärfe

Gartenkresse Bund (klein): als Salatbeigabe oder für Aufstriche, etc.; erinnert im Geschmack an Rucola und Rettich

1 Bund Thymian

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Dies ist die letzte Kiste für heuer! Wir freuen uns, wenn ihr euch für die nächste Saison wieder anmeldet: alle Infos sind hier:

https://ochsenherz.at/anmeldeformulare_2122/GeLa_2021_Anmeldung_Kisterl.pdf

Bitte bringt alle eure Leerkisten und die Geschirrtücher spätestens bis nächsten Dienstag zurück!

Habt ihr schon über unser Traktor Crowdfunding gelesen? Alle Infos dazu sind hier:

<https://www.startnext.com/gela-ochsenherz-tractor>

Liebe Grüße,

Lilli und das Team von GeLa Ochsenherz