



## GeLa Ernteanteils-Kiste 3

### Liebe Ernteteiler\*innen mit fertig gepacktem Kisterl,

Der Regen tut dem Wachstum des Gemüses gut! Alles wächst und gedeiht...nur leider haben die Schädlinge unsere Kohlgewächse recht erwischt

#### Artischocken und heurige Erdäpfel mit Kräutermayonnaise

- für die Mayonnaise 1 Eidotter und einen halben TL Senf mit dem Schneebesen verrühren, dann nach und nach in einem feinen Strahl ca. 200 ml Olivenöl mit dem Schneebesen einrühren; mit 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 1 gepressten Knoblauchzehe, 1 EL gehacktem Majoran, 2 EL gehackter Petersilie abschmecken
- 700 g Erdäpfeln mit der Gemüsebürste gut reinigen und in Salzwasser ca. 15 Min. köcheln
- 3 Artischocken gut reinigen (auch zwischen den Blättern spülen!), den Stiel mit dem Gemüseschäler schälen; in einem Topf mit kochendem Salzwasser und 4 Zitronenscheiben ca. 20 Min. gar köcheln
- die in mundgerechte Stücke geschnittenen und mit Kresse und Salz bestreuten Erdäpfel neben den Artischocken auf Tellern anrichten, die Mayonnaise in einem Schüsselchen extra dazu stellen
- die Artischocken Blatt für Blatt in die Mayonnaise tauchen, ebenso die Erdäpfelstücke, das Artischockenherz samt Stiel verspeisen
- dazu Salat servieren

#### Brokkoli mit Haselnussbröseln

- einen Brokkoli in Röschen zerteilen, den Strunk in 1 cm große Würfel schneiden; den Brokkoli samt den Blättern und Strunkstücken für ca. 3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen
- in der Zwischenzeit 75 g Butter in einer Pfanne erhitzen, 50 g Semmelbrösel unter Rühren hellbraun anrösten, 2 EL geröstete, geriebene Haselnüsse, eine Prise Muskatnuss, Salz, die abgeriebene Schale einer halben Biozitrone, 2 EL gehackte Petersilie untermengen und noch kurz erwärmen
- den Brokkoli auf Tellern anrichten, mit den Bröseln bestreuen und dazu Salat servieren

#### Kohlrabi-Portulak (Schildampfer)-Salat mit Erdbeeren und Kresse

- 250 g geschälten Kohlrabi in dünne Scheiben schneiden und diese in 1 cm breite Stifte; mit 2 EL Crème fraîche, 1 EL Mohnsamen, Salz und Pfeffer vermischen
- 1 Hand voll Erdbeeren in feine Scheiben schneiden; 1 Bund Portulak (oder Schildampfer) in grobe Stücke zerpfücken; mit einem Dressing aus dem Saft einer halben Orange, einer halben Zitrone, 1 TL Honig, 1 EL Weißweinessig, Salz, Pfeffer, 2 EL Olivenöl vermengen
- den Kohlrabi auf Tellern anrichten, mit dem Portulak-Erdbeer-Salat belegen und mit Kresse bestreuen

#### Gefüllte Mangoldblätter mit Majoranbutter

- von 300 g Mangoldblättern die Stiele keilförmig ausschneiden; die Blätter in kochendem Salzwasser 1 Min blanchieren, abgießen, sofort gut kalt abschrecken
- ½ gehackte Zwiebel in Olivenöl anbraten; die in ganz kleine Stückchen geschnittenen Mangoldstiele und 3 gehackte Knoblauchzehen untermengen und 5 Min. weiter braten, mit Salz, Pfeffer, 1 Prise geriebener Muskatnuss abschmecken
- 5 EL Ricotta und 5 EL geriebenen Parmesan untermengen; sollte die Masse zu feucht sein, ein wenig Semmelbröseln untermengen
- die trocken getupften Mangoldblätter nun mit der Mangold-Käsemasse füllen, die Seiten einschlagen, aufrollen und zu Päckchen formen
- die Mangoldpäckchen in ein Sieb setzen und über Wasserdampf zugedeckt 4 Min. dämpfen lassen
- in einer Pfanne reichlich Butter schmelzen lassen, 3 EL grob gehackten Majoran darin anbraten, etwas Salz zugeben
- die Mangoldpäckchen auf Tellern anrichten, mit der Majoranbutter begießen und mit etwas geriebenem Parmesan bestreuen; dazu Salat servieren

## Diese Woche für euch geerntet:

kleine Kiste: 2 **Salate**, große Kiste: 4 **Salate**

**Winterportulak oder teilweise Schildampfer im Bund:** ein Portulakgewächs mit feinem, frischen, zitronigen Geschmack bzw. In manchen Kisten stattdessen der Ampfer, ein Knöterichgewächs, ebenfalls mit säuerlichem Geschmack; beide als Salatbeigabe oder gehackt in Aufstrichen zu verwenden

**Zwiebel**

**Knoblauch**

**Mangold** im Bund; bitte gut waschen, teilweise mit Läusen

**Brokkoli:** auch die grünen Blätter sind wie Kohlgemüse zu verwenden; leider von Kohlschädlingen etwas befallen; bitte schlechte Stellen ausschneiden

**Kohlrabi:** auch die Blätter, falls vorhanden, sind als Gemüse verwendbar

**Artischocken:** ein sehr feines Gemüse; leider sind die Artischocken etwas verlaust, bitte gut waschen, auch zwischen die Blätter hinein; manche der Artischocken haben auch in der Mitte einen Wurm, also bitte die Früchte nach dem Kochen in der Mitte längs aufschneiden und gegebenenfalls den Wurm entfernen...sie schmecken trotzdem sehr gut!!

**Erdäpfel "Annabelle":** wir beginnen nun unsere heurigen Erdäpfel zu ernten; sie können samt Schale gegessen werden

**Radieschen** im Bund

**Frische Kräuter:**

**1 Bund Petersilie**

**1 Bund Majoran**

**1 Tasse Kresse**

**1 Glas Einlegegemüse Gurke:** unser Ochsenherz Gemüse, eingemacht vom Bio-Einmachspezialisten Bubenicek aus Zwerndorf

**Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!**

Liebe Grüße,

Lilli und das Team von GeLa Ochsenherz