

21. November 2017

gela Ernteanteils-Kiste 26



Liebe ErnteanteilhaberInnen mit fertig gepackter Ernteanteils-Kiste,

Steckrübenauflauf mit Safran (für 2 Personen)

- 1 große Steckrübe schälen und in feine Scheiben schneiden, in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, in einem Sieb abtropfen lassen
- 50 ml Milch und 150 ml Wasser erhitzen (aber nicht kochen), $\frac{1}{4}$ TL Safranfäden zugeben und 5 Min. ziehen lassen
- 20 g Butter in einem Topf erhitzen, 20 g Dinkelmehl mit dem Schneebesen einrühren und 2 Min. anschwitzen, dann mit dem Schneebesen die Safranimilch einrühren und 2 Min. einköcheln und vom Herd nehmen; 70 ml Schlagobers, 2 EL gehackte Kräuter, 2 gepresste Knoblauchzehen, 30 g geriebenen Parmesan, Salz und Pfeffer zugeben
- die Sauce mit den Steckrüben gut vermengen und in eine ausgebutterte Form geben; diese mit Alufolie verschließen und im vorgeheizten Backrohr bei 180° ca. 40 Min backen; die Folie entfernen, mit 20 g geriebenem Parmesan bestreuen und noch 15 Min. bei 190° fertig backen; dazu Salat servieren

Wirsing-Parmesan-Suppe (für 2 Personen)

- $\frac{1}{2}$ Lauch in feine Ringe schneiden und in Olivenöl langsam anbraten; 1 gehackte Knoblauchzehe, $\frac{1}{2}$ gehackte Chilischote, etwas gehackte Kräuter und $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel zugeben und 2 Min. weiter braten
- ca. 400 g Wirsing vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden; zum Lauch geben, etwas Olivenöl zugeben und einige Minuten anbraten, salzen und pfeffern
- 600 ml Gemüsebrühe angießen, 40 g Parmesan im Stück plus Rinde zugeben und ca. 20 Min. köcheln lassen; das Parmesanstück entfernen
- die Suppe mit geriebenem Parmesan bestreut servieren

Haferwurzeln mit Linsen und Haselnüssen (für 2 Personen)

- zunächst 30 g Haselnüsse bei 140° im Backrohr ca. 15 Min. rösten; etwas abkühlen lassen, die Schale zwischen den Handflächen abreiben und dann die Nüsse grob hacken
- 100 g Puy Linsen in Wasser mit einem Lorbeerblatt ca. 25 Min. köcheln, bis sie al dente sind, in einem Sieb abtropfen lassen
- 300 g Haferwurzeln mit Handschuhen schälen (da sie die Hände braun färben), in mundgerechte Stücke schneiden, in Zitronenwasser legen, salzen und ca. 20 Min. bissfest köcheln lassen; abgießen, salzen und pfeffern
- die heißen Linsen mit 1 EL Olivenöl, 2 EL gehacktem Lauch, 1 EL Haselnussöl, 1 EL Rotweinessig, Salz, Pfeffer würzen, die Haferwurzeln unterheben und mit den gehackten Haselnusskernen garnieren

Die 26. Ernteanteils-Kiste enthält folgendes:

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

Lauch

Knoblauch

Erdäpfel „Kipfler“: speckig, für Salat oder als Beilagenerdäpfel

Wirsing „Cavolo verza San Michele“: norditalienische Kohlsorte mit mildem Geschmack

Steckrübe: auch Kohlrübe genannt, mit dem Raps verwandt; mit gelblichem, etwas süßem, mildem, leicht an Kohlrabi erinnernden Fruchtfleisch; wie Kohlrabi zu verwenden; ergänzt sich gut mit anderem Wurzelgemüse

Kürbis „Delicata“: ein cremefarbener Kürbis mit grünen Längsstreifen

Kürbis „Hokkaido“: entweder die orangene oder die grüne Variante

Haferwurzeln: ein von der Antike bis ins 18. Jhdt. in Europa weit verbreitetes Wurzelgemüse, das danach von der ertragreicheren Schwarzwurzel verdrängt wurde; die Haferwurzel wird bis heute in England geschätzt und hat einen zarten, nussigen Geschmack; falls sie nicht gleich verwendet wird, in Zitronenwasser legen (da sie einen verfärbenden Milchsäuregehalt enthält); kochen oder braten; die Wurzeln brauchen nicht geschält zu werden; einfach gut waschen oder mit der Gemüsebürste reinigen und eventuell die feinen Haarwurzeln entfernen; das obere Ende abschneiden; im Ganzen beidseitig in Butter einige Minuten goldbraun anbraten, salzen

Ruccolabund

1 Kräuterbund: entweder Salbei oder Thymian; die Kräuter sind nun schon sehr zu Ende...

1 Sackerl Hartweizen-Nudeln: zum Ausprobieren; nur kurz kochen lassen! Mehr Info auf dem Beiblatt in der Mappe

Dies ist für heuer die letzte Kiste.

Vielen Dank für eure Teilnahme bei gela Ochsenherz!

Bitte das leere Kistl und das Tuch gleich am Abholstandort zurücklassen oder spätestens nächste Woche Dienstag zurückbringen.

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Liebe Grüße

Lilli und das Team des Ochsenherz Gärtnerhofs, www.ochsenherz.at