



## GeLa Ernteanteils-Kiste 6

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

Es gibt noch mal junge Erdäpfeln in der Kiste...sie schmecken immer gut und manches Gemüse lässt heuer noch ein bisschen auf sich warten...dafür gibt es jetzt viele Zucchini und Gurken und eine erste Miniportion Paradeiser...

#### **Rote Rüben und Erdäpfel Hasselback mit Basilikum-Crème fraiche**

- 3 bis 4 Stück Rote Rüben vom Grün befreien (für ein anderes Gericht verwenden) und mit der Schale in einem Topf mit kochendem Wasser bissfest köcheln
- Die Rüben kalt abschrecken, schälen, halbieren und jede Knollenhälfte fächerförmig, alle 2 mm in Scheiben schneiden, die aber am unteren Ende noch 1 cm zusammen halten; das Gemüse auf ein Backblech legen; 800 g Erdäpfeln gut waschen, trocken tupfen, ebenfalls fächerförmig einschneiden und auf das Backblech legen.
- eine Marinade aus 2 EL geschmolzener Butter, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer und der abgeriebenen Schale einer Bio Zitrone verrühren und das Gemüse großzügig, auch in die Fächer hinein, damit einpinseln (die Hälfte der Marinade aufbewahren)
- das Gemüse im vorgeheizten Backrohr bei 180° ca. 25 Min. backen, dann noch einmal mit Marinade einpinseln und weitere 15 Min. backen
- in der Zwischenzeit 1 Becher Crème fraiche mit dem Saft einer 1/2 Bio Zitrone, 2 EL gehacktem Basilikum, Salz, Pfeffer verrühren
- das knusprige Gemüse aus dem Rohr mit der Crème fraiche und Salat servieren

#### **Spaghetti mit Zucchini und Pinoli**

- 600 g Zucchini längs halbieren und in 2mm dicke Scheiben schneiden; 1 Zwiebel fein hacken; 4 Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden
- 4 EL Pinienkerne in einer trockenen Pfanne goldbraun rösten und zur Seite stellen
- 35 g Parmesan mit dem Gemüseschäler in feine Streifen schneiden
- In einer breiten Pfanne in Olivenöl zunächst die Zwiebel anbraten, die Zucchini Stücke, den Knoblauch, die abgeriebene Schale einer Bio Zitrone und 1 gehackten Pfefferoni zugeben und unter Rühren ca. 8 Min. sanft braten bis die Zucchini weich sind; mit reichlich Salz und Pfeffer abschmecken
- In der Zwischenzeit 250 g Spaghetti in Salzwasser al dente köcheln, durch ein Sieb abgießen
- Die Spaghetti mit etwas Olivenöl vermengen, auf Tellern anrichten, die Zucchini darauf verteilen; mit Parmesan, den Pinoli und reichlich grob gezupftem Basilikum bestreuen; dazu passt ein Blattsalat

#### **Schwarzkohlgemüse mit Spiegeleiern und Minz-Raita**

- Für das Raita 1 Gurke vom bitteren Stielansatz befreien und mit der Reibe grob raspeln; mit 1 Becher griechischem Joghurt, Salz, Pfeffer, 1 EL Zitronensaft, 1 TL in der trocknen Pfanne geröstetem und dann gemörsertem Kreuzkümmel vermischen
- Von einem Bund Schwarzkohl (bzw. Auch Scheerkohl) harte Blattrippen entfernen; die Blätter in feine Streifen schneiden; 1 Zwiebel hacken; das Backrohr auf 200° vorheizen
- In einer ofenfesten Pfanne in Olivenöl die Zwiebel sanft anbraten. Die Schwarzkohlblätter zugeben und unter Rühren ca. 6 Min. anbraten, salzen und pfeffern
- In den Schwarzkohl 4 Mulden machen und 4 Eier aufschlagen und in die Mulden gleiten lassen
- Die Pfanne ins Backrohr stellen und ca. 8 Min. backen bis die Eier gestockt sind.
- Die Eier etwas salzen und mit zwischen den Fingern zerriebenen rosa Pfefferkörnern bestreuen
- Zum Gemüse das Raita servieren

## Diese Woche für euch geerntet:

### Salat

#### Zwiebel

**Rote Rüben “Burpees Golden”(orange) und “Barbabetola di Chioggia” (pink geringelt) mit Grün:** orangefleischige und geringelte Rote Rüben; das Blattgrün wie Mangold verwenden

#### Kalte Rote Rübenblatt-Suppe mit Minze und Basilikumöl:

- Für das Basilikumöl von einem halben Bund Basilikum die Blätter von den Stielen zupfen und die Blätter gemeinsam mit ¼ TL Salz im Mörser zerreiben,; die abgeriebene Schale einer ½ Bio Zitrone und 3 EL Olivenöl zugeben und zu einer hellgrünen Paste reiben
- In einem Topf 1 gehackte Zwiebel in Olivenöl sanft anbraten; die samt Stiel in Streifen geschnittenen Rübenblätter zugeben und 3 Min. zusammenfallen lassen; 500 ml Gemüsebrühe zugeben und 5 Min. sanft köcheln; die Suppe abkühlen lassen (das geht am schnellsten, wenn du den Topf in einen großen Topf mit kaltem Wasser stellst)
- Dann 1 Becher Crème fraîche, 1 EL Zitronensaft, 1 EL gehackte Minze, Salz und Pfeffer zugeben und die Suppe pürieren
- die Suppe 30 Min. im Kühlschrank kaltstellen und danach mit gerösteten Schwarzbrot-Würfeln und 1 EL Basilikumöl servieren

**Schwarzkohl / teilweise auch Scheerkohl:** der Schwarzkohl hat dunkelgrüne, blasige Blätter; wird auch Cavolo nero oder Palmkohl genannt; steht noch vom Winter auf den Feldern; in manchen Kisten ist auch Scheerkohl dabei (graugrüne gefiederte Blätter), da die Portion sonst zu klein gewesen wäre...beide Kohlsorten sind gleich verwendbar siehe Rezept

**Heurige Erdäpfeln "Rote Emma":** eine rotschalige Sorte, vorwiegend festkochend

**Zucchini:** gibt es derzeit viele! Die großen können gut zum Füllen mit Reis und Käse verwendet werden; Schau doch unter <https://www.ochsenherz.at/unser-gemuse/rezepte/#>

Wir haben verschiedene Sorten Zucchini (nicht alle sind in jeder Kiste): „Costates Romanesco“ (hellgrün, länglich, gerippt), „Gold Rush“ (gelb, länglich), „Black Beauty“ (dunkelgrün länglich), „Tonda chiara“ (rund, hellgrün), „Zaphito“ (rund, mittelgrün, wachsartige Schale)

**Gurke:** wir haben verschiedene Sorten; manche Gurken haben eine leicht stachelige Schale; einfach mit einem Tuch darüber reiben – dann sind die Stacheln weg und ihr könnt die Schale mitverwenden; **Bei unseren Gurken bitte immer beim Stielansatz schauen, ob und wie weit die Gurken bitter sind!**

**1 Kartontasse mit einer Miniportion erster Paradeiser, einer kleinen Portion Portulak** (roh in den Salat mischen) **und ein paar Zucchini Blüten** (samt Stiel beidseitig in Olivenöl herausbraten, leicht salzen)

**1 Bund Minze**

**1 Bund Basilikum**

**Bitte die Kisterl wieder zum Abholstandort retour bringen bzw. gleich beim Abholen in eine Tasche umpacken. Danke!**

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

Liebe Grüße,

Lilli und das Team von GeLa Ochsenherz