



Liebe Ernteteiler*innen,

heute gibt's nochmal viel Blattgemüse und Salat – davon hatten wir noch eine gute Menge am Feld, die rasch geerntet werden will. Bald schon geht's aber richtig los mit den Sommerklassikern!

Heute war neben der Ernte auch eine Schulklasse am Hof, um sich unseren Betrieb anzuschauen und Solidarische Landwirtschaft kennenzulernen. Auch für diesen Bildungsauftrag versuchen wir uns möglichst Zeit zu nehmen. Und wir haben die Schüler*innen gleich ein bisschen beim Beikraut-Zupfen helfen lassen



Diese Woche für euch geerntet:

2 Salate: Roter *Lakota* und grüner *Maravilla de Verano* bzw. *Till*

1 Spargelsalat: gibt's diese Woche gleich nochmal; den Strunk wie Kohlrabi schälen und anbraten; das Blattgrün roh als Salat verwenden oder wie Kochsalat kurz anbraten oder blanchieren

2 Knoblauch: wir beginnen bereits die Knoblaucherte für den Jahresvorrat, heute noch ganz frisch

Zwiebel

Mangold: die weiße Sorte *Glatter Silber*

2 Kohlrabi: der ist gerade richtig schön, entweder grün und violett oder nur violett im Kisterl

Erdäpfel: (im Papiersackerl) Sorte *Princess* oder *Glorietta*, beide festkochend. Um die zarte Schale nicht zu verletzen haben wir sie diesmal nicht gewaschen.

1 Glas Paprika vom letzten Jahr als Vorgeschmack – **bitte leere Gläser wieder zurückbringen, sie werden wiederverwendet!**

1 Bund Rosmarin

1 Bund Basilikum (verschiedene Sorten)

Blumen: 2 Ringelblumen und 1 Speisecrysantheme – die Blüten sind essbar und können als Salatdeko verwendet werden – wir hoffen sie kommen heil bei euch an!

Wir wünschen viel Freude mit dem Gemüse und beim Kochen!

Liebe Grüße,

Christoph und das Team von GeLa Ochsenherz

Gebackene Kohlrabi & Erdäpfel mit Knoblauch

vegan

Rezept von Christoph

einfach, ca. 45 min

- Bon **2 Kohlrabi** die Blätter entfernen und zur Seite legen. Schälen und in 2 x 6 cm große Stifte schneiden. **400 g Erdäpfel** waschen, größere Erdäpfel halbieren oder vierteln.
- Das Gemüse in eine ofenfeste Form geben und mit **2 EL gehacktem Rosmarin**, **1 TL Honig**, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer vermengen. Das Gemüse bei 180° im Backrohr ca. 35-45 Min. backen
- Inzwischen eine ganze **Knoblauchknolle** quer halbieren, so dass alle Zehen mittig durchgeschnitten sind. Mit der Schnittfläche nach unten in eine geölte feuerfeste Form geben und diese mit Alufolie möglichst dicht abdecken. Zum Gemüse ins Rohr geben und ebenfalls ca. 30 Minuten backen, bis die Haut knusprig braun ist.
- Die Kohlrabibätter grob schneiden, mit etwas Olivenöl und Salz benetzen, auf einem Backblech verteilen und ca. 10 Min. zum Gemüse in den Ofen schieben bis die Blätter wie Chips knusprig sind.
- Den Knoblauch etwas auskühlen lassen, dann aus der Haut drücken und auf dem Gemüse verteilen. Zusammen mit den Blätter-Chips und einem frischen Salat anrichten.

Kichererbsen-Gemüsecurry

vegan, für 4 Personen

Rezept von Christoph

ca. 60 min + Einweichzeit 12 h

- Über Nacht **150 g Kichererbsen** in reichlich Wasser einweichen; das Wasser abgießen, gut abspülen und in frischem Wasser ca. 45 Minuten bissfest köcheln (alternativ Kichererbsen aus der Dose verwenden)
- **250g Naturreis** waschen und in der doppelten Menge Wasser zusammen mit **2 geschälten Knoblauchzehen** ca. 45 min köcheln, bis das Wasser aufgesogen ist.
- Vom **Spargelsalat** die Blätter entfernen und zur Seite legen, den Strunk schälen in Würfel schneiden. **300g Erdäpfel** waschen und ebenfalls würfeln.
- In einem großen Topf **2-3 gehackte Zwiebel** in Bratöl bei mittlerer Hitze anbraten, wenn sie glasig sind die Gemüse-Würfel zugeben und ca. 5 min andünsten. **3 EL Currypaste** (alternativ Currypulver) zugeben und kurz mitbraten.
- **500ml Kokosmilch** und **200ml Gemüsebrühe** angießen und ca. 10 min köcheln lassen. Die abgetropften Kichererbsen sowie in breite Streifen geschnittene Spargelsalat-Blätter zugeben und weitere 5-10 Minuten köcheln, bis die Erdäpfel gar sind. Mit Salz und Pfeffer und evtl. etwas Chilipulver abschmecken. Zusammen mit dem Reis servieren.

Mangold-Piroggen mit Minzjoghurt

vegetarisch

Rezept von Lilli

ca. 60 min

- für den Teig **140 g feines Dinkelmehl**, mit **75 g kalten Butterstückchen**, 1 Prise Salz und wenig kaltem Wasser rasch zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und min. 30 Min. in den Kühlschrank legen
- In der Zwischenzeit in Butter und Olivenöl **1-2 fein geschnittene Zwiebel**, **2 gehackte Knoblauchzehen**, die in feine Streifen geschnittenen Stiele von **350 g Mangold** 5 Min. anbraten, dann die in feine Streifen geschnittenen Mangoldblätter und 2 EL gehackten **Rosmarin**, Salz, Pfeffer zugeben und einige Min. unter Rühren weiter braten; etwas auskühlen lassen und mit **3 EL geriebenem Parmesan**, **3 EL Sauerrahm**, **15 g Semmelbrösel** vermengen.
- den Teig in 2 Stücke teilen, kreisrund ausrollen, die Fülle jeweils in die Mitte legen, die Teigränder anfeuchten, den Teig von 2 Seiten hochklappen und zusammendrücken; die Piroggen mit **1 verquirlten Ei** bestreichen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und bei 200° ca. 20 Min. goldbraun backen
- In der Zwischenzeit den Joghurdip zubereiten: Von **1 Bund Basilikum** die Blätter von den Stielen zupfen, hacken und mit **150g Joghurt**, **2 EL Sauerrahm**, Saft und Schale einer **½ Zitrone**, einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer verrühren.
- Die fertigen Piroggen zusammen mit dem Dip und einem frischen **Salat** servieren.