



Liebe Ernteteiler*innen,

letzte Woche haben wir unsere Erdäpfel geerntet. Stefan Zoubek vom Biohof Adamah kam mit seinem Erdäpfelernte-Anhänger zu uns, um zu helfen. So eine große Menge könnten wir mit unserer kleinen Maschine nicht bewältigen. Der „Vollernter“ hängt am Traktor und hat eine Art Fließband, auf dem die Erdäpfel automatisch nach oben transportiert werden. Mehrere Menschen stehen, während der Traktor fährt, auf dem Anhänger und sortieren die Erdäpfel. Das bedeutet, Steine und schlechte Erdäpfel kommen wieder aufs Feld, und nur die guten landen in den Großkisten für die Lagerung. Eine sehr anstrengende, staubige und stressige Geschichte für die Menschen am Gerät. Die Mühe hat sich gelohnt, finde ich. Viel Freude mit dem Gemüse und besonders mit den guten frischen Erdäpfeln wünscht Susanna & das Team von Gela Ochsenherz

PS: ab nächster Woche ist Christoph wieder am Hof. Hurra!!! 😊

Diese Woche für euch geerntet:

Cardy: 4 Stangen

Zucchini: ca. 1 kg

Gurke: 2 Stück, überwiegend aus dem Folientunnel

Paradeiser: aus dem Folientunnel, im Sackerl mit Chili

Salat: Je ein *Radicchio* und ein grüner *Batavia*

Paprika: verschiedene milde Sorten z.B. *Blockpaprika*, *Milder Spiral* (nicht scharf), *Shishito* (Bratpaprika)

Chili: *Jalapeño*

Stangensellerie: 1 Bund

Karotten mit Grün: Sorte *Ochsenherz*, 1 Bund

Shiso: 1 Bund

Lauch: 1 Stk.

Knoblauch: 1 Stk, nicht geputzt! Bitte weiche Zehen (sog. „waxy breakdown“ wegen Hitze) bald entfernen.

Erdäpfel: mehlig, Sorte *Sunita*, ca. 1,2 kg

Kräuter: bitte gut waschen!!

Salbei

Minze: *Nana-* oder *Marokkanische Minze*

Blumen: 1 Bund *Strohblumen* und *Trommelstock* – zum Trocknen! Bitte gleich aufhängen, nicht in die Vase.

Rezeptideen der Woche

Vegane Gnocchi mit Radicchio und Salbei

vegan, für 2 Personen

Rezept von Luca

80 min.

- **Gnocchi:**
- **300 g große, mehlig Kartoffeln** mit Schale im Ofen bei 200 Grad Umluft ca. 1 Stunde garen (je nach Größe der Kartoffel kann die Garzeit variieren). Währenddessen einen kleinen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. **180 g geschälte Karotten** in Scheiben schneiden, im Topf 20 Minuten weichkochen. Kartoffeln auskühlen lassen, schälen, und durch eine Kartoffelpresse drücken. Sollte ca. 180 g fertige Kartoffelmasse ergeben. Die Masse 5 Minuten auskühlen lassen.
- Karotten abseihen (Flüssigkeit auffangen), pürieren (bei Bedarf ein wenig von dem Kochsud hinzugeben) Karottenpüree mit der Kartoffelmasse und **einer Prise Salz** vermengen und zusammen mit **80 g Hartweizengrieß** und **25 g Kartoffelstärke** vorsichtig und kurz durchkneten. (Achtung! nicht zu lange kneten, da sonst der Teig zu weich wird). Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 1 Stunde lang im Kühlschrank ruhen lassen.
- Währenddessen einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Gnocchi-Teig aus dem Kühlschrank holen, ein wenig Grieß auf die Arbeitsfläche streuen. Den Teig in 4 Stücke aufteilen und mit der Hand in 4 lange Stangen rollen. Davon nun mit einem kleinen Messer kleine gleichmäßige Stückchen abschneiden. Danach, wenn gewünscht, alle mit der Hand zu schönen Kugeln formen und mit der Gabel das für Gnocchi typische Muster hineindrücken. Gnocchi ins kochende und gesalzene Wasser geben, den Herd ausschalten und 4-5 Minuten ziehen lassen, bis sie oben schwimmen.
- **Sauce:**
- **2 große Zwiebeln** und **1 Kopf Radicchio** halbieren und dann in dünne Scheiben schneiden, **1 Stück Räuchertofu** in sehr kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Tofu mit **Salz** auf eher niedriger Hitze lange braten, bis die Zwiebel goldbraun sind, und der Tofu Farbe bekommt. Radicchio zugeben und kurz mitbraten, dann zügig mit **250 ml Hafercuisine** ablöschen und mit **Salz, Pfeffer, Muskatnuss**, sowie **Zitronensaft** abschmecken.
- In einem separaten Topf oder Pfännchen **2-3 EL Margarine** schmelzen, und die **Blätter von einem Bund Salbei (ungeschnitten)**, sowie in **eher dicke Scheiben geschnittenen Knoblauch (3 Zehen)** auf niedriger Hitze lange braten, ohne dass der Knoblauch zu dunkel wird. Ziel ist eine goldbraune Farbe.
- Gnocchi mit der Sauce vermengen, und am Ende Salbei-Knoblauch-Margarine Gemisch darüber geben.

Rohe Zucchininudeln mit TahinisaUCE

vegan, für 2 Personen

Schnell & einfach

- zunächst aus **4 EL Tahini** (Sesampaste), **3 EL Wasser**, **Salz**, **1/2 TL gehacktem Ingwer**, **1 TL Agavendicksaft**, **1 EL Sojasauce** mit dem Mixer eine Sauce zubereiten
- **400 g längliche Zucchini** mit dem Gemüsehobel in dünne Scheiben schneiden und diese dann in dünne Streifen, sodass sie nudelartig werden. Du kannst auch einen Spiralschneider verwenden.
- die Zucchininudeln auf einem Teller gemeinsam mit **1 Hand voll in kleine Würfel geschnittenen Paradeisern**, **1 Hand voll in feine Halbmonde geschnittenen Gurkenscheiben**, **2 EL in feine Ringe geschnittenem Lauch** und **3 EL grob gehackten Kräutern (Shiso, Petersilie)** anrichten und mit der TahinisaUCE übergießen

Cardy-Risotto

vegetarisch, für 2 Personen

ca 50 Minuten

- Die **4 Stk. Cardy-Stiele** waschen und gut abreiben, dann in ca. 3 cm lange Stücke schneiden und in **500 ml Gemüsesuppe** mit gut **Salz** und reichlich **Olivenöl** 20 min. kochen.
- Nun **200 g Risottoreis** zugeben und weitere 20 min. unter regelmäßigem Umrühren fertigkochen.
- Währenddessen das Topping zubereiten. Dazu **100-200 g Austernseitlinge** klein schneiden und in Olivenöl anbraten. Etwas **Shiso** in feine Streifen schneiden
- ca. 5 vor Ende der Kochzeit den **Parmesan** unterheben und etwas **Butter** hinzugeben.
- Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und mit den Pilzen und dem Shiso obendrauf servieren.