

12. September 2013

Ernteanteils-Kiste 13



Liebe Ernteteilerinnen und Ernteteiler!

Eine liebe Sattledterin, die einige Jahre in Südafrika lebte, fragte uns voriges Jahr, ob wir nicht ein paar Samen eines südafrikanischen Kürbisses zum Ausprobieren wollten. Sie bekäme nämlich Besuch von Südafrikanern und die würden ihr extra ein paar Samenpackerl eines Kürbisses mitnehmen, den sie bei uns noch nie gefunden hätte und der wirklich lecker sei. Auch seine Zubereitungsweise sei ganz besonders (siehe Rezepte). Gern nahmen wir ein paar Samen und erfreuten uns im Sommer über das schöne Wachstum des Kürbisses, der ja vielleicht doch andere Wetterverhältnisse aus seiner Heimat gewohnt war.

Ein lieber Wiener, der auch bei einem Gemüse-CSA ist, schwärmte uns im vorigen Herbst von einer Kürbisart vor, die anscheinend auch sehr gut sein sollte. Schon am Namen würde man das erkennen: „Sommerkürbis Delicata“. So bauten wir auch von diesem Kürbis ein paar Pflanzen an und auch er gedieh schön.

Und hier sind sie nun, der südafrikanische Sqash und der delikate Sommerkürbis. Wir haben sie übrigens schon einmal vorgekostet und auch als sehr gut befunden. Mal schauen wie es dem Rest der GemüsefreundInnen schmeckt...

Kürbissige Grüße,
Jonathan und Magdalena

GEMÜSE und KRÄUTER der 13. Kiste

Kürbis „Südafrikanischer Sqash“ (dunkelgrün, rund) und **„Sommerkürbis Delicata“** (beige mit grünen Streifen, länglich unförmig)
> siehe Einleitung und Rezeptvorschläge

Karotten „Rodelika“ und **„Rolanka“** (orange)

Paprika „Yolo Wonder“, **„Sommergold“**, **„Pusztagold“**, **„Ferenc Tender“**, **„Sweet Chocolate“**, **„Roter Augsburg“**, **„Ochsenhorn“** und **„Bendigo“**

Mini-Jausenpaprika „Paradiso“

> schaut für viele wie ein Chili aus (klein, flach und rot), ist aber zu 100% mild und in rohem Zustand geschmacklich mein Lieblingspaprika

Damit die Portionen nicht zu klein werden, gibt es diese Woche Folgendes zum Aussuchen:

Fisolen „Maxi“ (grün) und **„Helios“** (gelb)

ODER

Melanzani „Violetta lunga 3“, **„Ungarische Weiße“**, **„Ungarische Lilane“** und **„Ungarische Gestreifte“**

Erdäpfel „Linzer Delikatess“ (speckige Sorte)

Gurken „Gergana“, **„Blanc de Bonneuil“**, **„Sachikaze“**, **„Crystal Apple“**, **„Haussorte Freiland lang“**, **„Haussorte Freiland kurz“** und **„Haussorte Zitronengurke“**

> dieses Mal ohne die bitteren Lagersorten

Zwiebeln „Sturon“ und **„Red Baron“**

Äpfel „Gravensteiner“ (rote Streifen), **„Kronprinz Rudolph“** (klein, gelb mit rotem Bäckchen), **„Rosenhof“** (einheitlich gelb, gut für Kompott), **„Kaiser Max“** (einheitlich gelb-grün) und **„Herbstrambour“** (flache Form)
(zur freien Entnahme)

Tomaten „Ruthje“, „Tica“, „Auriga“, „Green Zebra“, „Rosa“, „Banana leg“, „Freiland-Cocktail-Tomate Langerhorst“ und „Russe bio“

Physalis „Peruanische Andenbeere“ (zur freien Entnahme)

Ananaskirschen „Molly“ (zur freien Entnahme)

Basilikumtopferl mit den Sorten „Genovese“, „Basilico a foglia lattuga“ und v.a. „Zitronenbasilikum“

Zitronengras (zur freien Entnahme)

> getrocknet und frisch sehr guter Tee (z.B. Tee mit Zitronengras und Ingwer)

> in der Küche zum Aromatisieren von Currys, Wok-Gerichten, Suppen, Gewürzmischungen, Salaten, aber auch Getränken, Saucen und Süßspeisen

> in beliebig lange Stücke schneiden und in Suppen und anderen Gerichten mitgaren – vor dem Servieren Stücke einfach wieder entfernen

> Tipp: Stängel kann man auch als Spieß verwenden: einfach nach Belieben Gemüse-, Fleisch- oder Fischstücke aufspießen. Auf Grill oder in der Pfanne gegart, gibt es frisches, zitroniges Aroma ab.

REZEPTVORSCHLÄGE für die 13. Kiste

Pikantes Baklava *Letzte Woche ausprobiert – sehr orientalisches, sehr gut!*

> 2 Zwiebel halbieren, in feine Ringe schneiden und in Olivenöl bei schwacher Hitze andünsten. 2 feingeschnittene Knoblauchzehen, 1 TL Zimt und 1 Prise Salz und Zucker dazugeben. Hitze erhöhen und die Zwiebelmasse einige Minuten bräunen und karamellisieren. Feingehackten Dill, 2 EL Tomatenmark und 4 gewürfelte Tomaten zugeben, etwas köcheln lassen.

> Etwas Butter in einem Topf zerlassen und mit einem Teil der Butter eine feuerfeste Form ausfetten. 1 Strudlteigblatt hineinlegen (darf ruhig am Rand ein wenig drüberschauen), etwas Butter daraufpinseln und noch ein Strudlteigblatt darauflegen. Die Hälfte der Zwiebelmasse darauf verteilen, eine Handvoll Mandelblättchen, eine Handvoll kleingeschnittener Dörrozweitschken oder Datteln und 100 g Feta bröselig darüberstreuen. Mit 2 gebutterten Strudlteigblättern abdecken.

> Und noch einmal dasselbe Prozedere wiederholen (Zwiebelmischung – Trockenfrüchte, Mandeln, Feta – Strudlteigblätter). Die oberste Schicht rautenförmig einschneiden. Mit ein bisschen Butter und Wasser bestreichen und ab ins Rohr (35 Minuten, 180 Grad). Dazu passt gut Tsatsiki.

Sqash und Delicata im Rohr

> Die kleinen Kürbisse waschen, in der Mitte auseinanderschneiden und mit der Schnittfläche nach unten auf ein Blech mit Backpapier stellen. Bei 180 bis 200 Grad rund 30 Minuten im Rohr backen.

> Kürbishälften aus dem Rohr nehmen, Kerne herauschaben und nun entweder einfach so herauslöffeln, oder mit Salz und Butter und evt. auch Parmesan bestreut essen.

> Diese Kürbisse sind eine gute Beilage zu einem Fleischgericht oder können auch mit Erdäpfeln (gekocht oder Bratkartoffel) und Gurkensalat eine Hauptspeise stellen.

Gemüse-Buchweizengratin

> 200 g Buchweizen (gibt's z.B. bei Spar oder Netzwerk Wels) mit doppelter Menge Wasser oder Suppe aufkochen lassen. 50 ml Schlag einrühren und 15 bis 20 Minuten zugedeckt quellen lassen.

> 100 g Schafskäse zerbröseln, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe und ein großes Stück Zitronenschale fein schneiden. Alles mit Zitronensaft, Oregano, wenig Salz und einer kräftigen Pfeffer unter den Buchweizen mischen.

> Gemüse aller Art (Fisolen, Kürbis, Zucchini, Paprika, Karotten, Tomaten,...) kleinschneiden, salzen und evt. kurz in Olivenöl andünsten. Dann in einer Auflaufform einschichten und Buchweizenmischung darüber verteilen. Das Gratin mit 2 EL Olivenöl beträufeln und bei 200 Grad rund 45 Minuten backen.

Polentaauflauf mit Äpfeln

> ½ l Milch aufkochen und 125 g Polenta einrieseln lassen. Unter Rühren kurz aufkochen, dann vom Herd ziehen und ausquellen lassen, ab und zu umrühren.

> Sobald die Masse etwas abgekühlt ist, 2 Eier, 2 EL Honig, Vanillezucker, und 60 g Butter unterrühren. In eine weite Auflaufform (oder Quicheform) streichen und dicht mit Apfelspalten belegen. Je mehr Apfelspalten, desto besser und saftiger wird der Auflauf.

> Je nach Geschmack mit Zimt bestreuen. Bei 190°C rund ½ Stunde backen.