

4. Juli 2013

Ernteanteils-Kiste 3



Liebe Gemüsefreunde, die ihr doch nicht Freunde allen Gemüses seid!

Wenn wir mittwochs unseren Feldrundgang machen und besprechen, was alles reif ist und wir denn diese Woche für das Gemüsekerl ernten, dann sind sehr häufige Sätze folgende:

„Der Fenchel ist schon groß genug, das wird Familie R. aber gar nicht so erfreuen.“

„Viele Erdäpfel haben wir noch, welch Glück für A.“

„Radiccio könnten wir auch schon ernten, zur Freude J.s und zum Leide B.s.“

„Die kleinen ErnteteilerInnen werden sich freuen, Zuckerschoten gibt's heute viel.“

„Mangold – da werden C.s Augen strahlen, und K. wird die Augen verdrehen.“

...und so weiter und so fort.

Es ist ja wirklich oft schon lustig, wie sehr wir eure individuellen Vorlieben und Abneigungen schon kennen und wie verschieden sie von Person zu Person sind..

Individuelle Grüße,

Jonathan und Magdalena, die euch immer besser kennen ;-)

PS.: Heute und morgen von 16:00 bis 19:00 Uhr gibt's noch einmal die Möglichkeit unsere **Kirschen** zu ernten!

PPS.: Euer Gemüse lässt sich noch immer etwas bitten, die Saison ist heuer wirklich mindestens zwei Wochen hinten, aber es wird... Die Lieblingsgemüse der ÖsterreicherInnen – Tomaten und Erdäpfel – wachsen gerade um die Wette.

GEMÜSE und KRÄUTER der 3. Kiste

Radi „Ostergruß rosa 2“

> für die schöne siebähnliche Löcherung sind die Erdflöhe verantwortlich

verschiedene Salate, v.a. Häuptelsalat „Murielle“ und „Merveille de quatre saison“, „Grüner und Roter Eichblatt“ (zwei Stk. pro Kisterl)

> Aufbewahrungstipp von Christine: In eine große Schüssel/Dose geben, gut verschließen und im Kühlschrank lagern

Frühlingszwiebeln „Sturon“ (weiß)

> die grünen Spitzen (Zwiebelringerl) unbedingt aufheben (vitalstoffreich und gschmackig!) und wie Schnittlauch verwenden (z.B. Salat, Butterbrot, Aufstrich, Dip, Suppe,...); kann auch mit anderem Gemüse mitgedünstet werden; Rezepttipp siehe Brief 1

Da es weder von Fenchel noch von Kohlrabi für jede/n ein reifes Stück gibt, habt ihr die Wahl euch eines der beiden Gemüse auszusuchen:

Kohlrabi „Lanro“

ODER

Knollenfenchel „Fino“

> roh (z.B. mit grünem Salat und Orangenspeigerl angerichtet), gedünstet, gegrillt, gebraten,...

> Tipp: feines Fenchelgrün als Gewürz verwenden (z.B. roh geschnipselt in Salate)

Zuckerschoten „Ambrosia“, „Graue Buntblühende“ und „Zuckearfen“ (zur freien Entnahme)

> die letzten paar zum roh Knabbern, Salat Verschönern, Wok- und Pfannengerichte Aufpeppen, mit Butter (Knoblauch, Thymian und Speck), gedünstet als Beilage (z.B. zu Fleischlaiberl und Erdäpfelpüree), in Risotto, in Nudelsaucen, in Currys, blanchiert mit gehacktem Basilikum unter grünen Salat mischen, etc.

Frischer Knoblauch „Sprint“

Eingelegtes zur freien Wahl: **Znaimer Gurken** oder **Zucchini-Curry-Gemüse**

Puffbohnen spitzen

> übrigens, die Puffbohnen (auch Ackerbohnen, Saubohnen, Dicke Bohnen und Pferdebohnen genannt) nutzen wir gleich zweifach: Unten bei den Wurzeln bereitet sie als Gründüngung einen richtig schön krümeligen, fruchtbaren Boden und oben die Spitzen sind eben ein feines Gemüse.

Ananassalbei (zur freien Entnahme)

> sehr guter Tee (kalt und warm)

Französischer Majoran (zur freien Entnahme)

> getrocknet und gerebelt in der österreichischen Küche unabdingbar

Liebstöckl/“Maggikraut“ (zur freien Entnahme)

> frisch und getrocknet gute Suppenwürze, ich verwende z.B. auch gern in Risotti, für Spätzle, Pesti, etc. (siehe Rezepttipps)

REZEPTVORSCHLÄGE für die 3.Kiste

Kräuter-(Knoblauch-)Spätzle

> Für den Spätzleteig 280 g Mehl, 3 Eier, 90-120 ml Wasser, 1 TL Salz, etwas Muskat, 6 EL (gute 100 g) feingehackte Kräuter (z.B. Majoran, Zwiebelringlein und Liebstöckl), und – wer will – 4 gepresste Knoblauchzehen gut verrühren. Etwas ruhen lassen.

> Wasser in einem großen, weiten Topf zum Kochen bringen, salzen. Spätzleteig nach und nach mit der Spätzlehobel in das kochende Wasser hobeln. (Wer keine Hobel hat, kann auch den Teig portionsweise auf ein nasses Brett geben und kleine Stücke davon ins Wasser “schneiden”.) Die fertigen Spätzle schwimmen oben, diese abschöpfen, kurz abschrecken und gut abtropfen lassen.

> In einer Pfanne rund 50 g Butter zerlassen, ev. auch etwas Zwiebel anrösten, Spätzle darin schwenken.

> Man kann die Spätzle einfach so mit grünem Salat essen, oder auch noch etwas Käse oder Ei in die Pfanne geben oder als Beilage essen.

Spaghetti Aglio e Olio alla Nonna

> 2 Frühlingszwiebeln als Ganzes fein schneiden, 2-6 Knoblauchzehen hacken und mit etwas Chili und 2 EL Olivenöl rund zwei Stunden zugedeckt ziehen lassen.

> 250 g Nudeln al dente kochen.

> 6 EL Olivenöl und 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch-Zwiebel-Chili-Gemisch darin andünsten, Nudeln unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Parmesan servieren.

> Erweiterbar durch zusätzlich Tomatenmark, Schlag, einen Schuss Weißwein, grüne oder schwarze Oliven, mehr Käse, gehackte Kräuter, etc.

> Nicht vergessen: Alle Termine in den folgenden 24 Stunden absagen ;-)

Puffbohnen spitzen-Frühlingszwiebel-Risotto

Im Internet auf der Speisekarte eines Gourmetrestaurants habe ich gelesen, das ein Risotto mit Puffbohnen spitzen und Frühlingszwiebeln sehr gut sein soll. So habe ich es dann gestern gemacht:

> Das Weiße der Zwiebeln in Ringe schneiden, in Butter anbraten, Reis auch ein wenig mitbraten, mit Weißwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Lorbeerblättern, Muskat und feingeschnittenem Knoblauch würzen.

> Sobald der Reis die Flüssigkeit aufgesogen hat, immer wieder abwechselnd etwas Suppe und Weißwein nachschütten und immer wieder gut rühren.

> Inzwischen Puffbohnen spitzen in etwas Olivenöl anbraten (ev. auch ein paar Zuckerschoten, kleingeschnittener Kohlrabi, Fenchel, etc.). Das Gemüse und eine ordentliche Ladung geriebenen Parmesan am Ende der Garzeit des Reises unter den Risotto rühren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, ev. noch ein paar Kräuter noch dazugeben.

> Verbesserungsvorschläge willkommen!