



HOFLADEN

KRAUT + RÜBEN

Hofladen Geschwätz

Ausgabe Februar 2023

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser unseres Hofladen Geschwätz,

wollten Sie schon immer mal wissen, wie viele Kräutertöpfe in unserem Gewächshaus stehen. Oder was man mit einer Topfmaschine macht?

Diese und noch viele weitere interessante Fragen, beantworten wir Ihnen bei unseren Betriebsführungen. An vier Terminen; 18.März; 22.April; 17.Juni und 22.Juli jeweils um 10.30 Uhr, gewähren wir Ihnen einen Blick hinter die Kulissen unserer Gärtnerei.

Haben wir Ihre Neugierde geweckt, dann melden Sie sich auf unserer Homepage an. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Viel Spaß beim Lesen des Hofladen Geschwätz wünscht Ihnen

Familie Link und das Team vom Hofladen „Kraut + Rüben“



Der Frühling kommt! Start in die Gartensaison

Die Tage werden wieder etwas länger und wärmer, die ersten Frühjahrsblüher strecken ihre Knospen in den Himmel, somit fällt auch der Startschuss für die Gartensaison. Im Februar und März gibt es im Garten viel vorzubereiten für die kommenden Monate.

Zuerst geht es daran Bäume, Büsche und Sträucher zurückzuschneiden. Dies sollte bis Ende Februar erledigt sein, da dann die Schutzzeit für die Vögel beginnt. Ist dies erledigt, können die Kübelpflanzen aus Ihrem Winterquartier geholt werden und an einen hellen Standort gestellt werden.

Die Blumen- und Gemüsebeete können nach und nach für die ersten Pflanzen vorbereitet werden. Jetzt ist die richtige Zeit um Steckzwiebeln auszubringen. Auch Blumenzwiebeln für Sommerblumen können Mitte/Ende März ausgebracht werden, damit im Sommer ein schönes Blumenmeer entsteht.



Wer ein Frühbeet mit Folie hat, kann die ersten Salatsetzlinge setzen. Robustes Gemüse wie Rote Bete, Möhren, Radieschen und Spinat können jetzt schon direkt ins Beet gesät werden.

Wer seine Tomaten-, Gurken-, und Paprikapflanzen selbst ziehen möchte kann dies mit dem Samen von Samen Pfann mit Hilfe eines Mini-Gewächshauses zu Hause selbst ziehen. Den Samen am besten in Anzuchterde legen. Mit dem Mini-Gewächshaus sind die Samen vor Zugluft geschützt und stehen schön warm. Optimal wäre eine Temperatur von circa 20 Grad.

Da Paprika eine echt lange Keimdauer hat, sollte dieser schon Ende Februar ausgesät werden. Tomatensamen keimen kürzer, hier reicht es sie Ende März auszusäen

Alles Käse? Ja, sehr lecker!

Handgemachter Käse aus dem Vorarlberg

Einige von Ihnen haben sicher schon unser neues Käseangebot entdeckt. Seit ein paar Wochen bekommen wir dieses von Sustainsus – einem kleinen, familiengeführten Bauernhof im Vorarlberg – geliefert. 26 Kühe und 121 Ziegen liefern die gute Heumilch aus der die verschiedenen Käsesorten hergestellt werden.

Die Tiere werden ausschließlich mit Heu gefüttert. Im Sommer grasen die Kühe und Ziegen selbst auf der Weide, in den Wintermonaten bekommen sie getrocknetes Heu von den eigenen Wiesen. Somit bleiben alle Nährstoffe und Kräuter erhalten. Sustainsus gehört damit zu den 3% der Bauern in Europa, die Ihrer Tier ausschließlich mit Heu füttern.

Nach der Herstellung kann der Käse in Ruhe reifen. Durch die schonende Reifung erhält er seinen aromatischen Geschmack. Ob Bergkäse, Hartkäse in verschieden Geschmacksrichtungen, Brie oder Ziegenkäse ist für jeden das Richtige dabei. Neben Käse aus Rohmilch, sind auch viele Sorten aus pasteurisierter Heumilch dabei, wie der Rahmkäse oder der Birnenmostkäse.

Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich von unserem neuen Käseangebot.

Frühlings Smoothie:

Zutaten:

1 Banane
3 Stängel Minze
3 Stängel Melisse
½ Zitrone (Saft)
Etwas Ingwer
500 ml Wasser

Zubereitung:

Die Blätter der Minze und der Zitronenmelisse von dem Stängel zupfen und waschen. Die Banane und den Ingwer schälen sowie in grobe Stücke schneiden. Die Zitrone auspressen.

Nun alle Zutaten in den Mixer geben und solange mixen bis eine sämige Masse entsteht. Fertig ist der Frühlings Smoothie.



Rezept-Tipp von unserer Hauswirtschafterin Lisa:

Flower-Sprouts-Pasta



Zutaten aus dem Hofladen:

2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
3 Esslöffel Giuseppe Casa Olivenöl
120g Speckstreifen von Dürr & Beier
200 g Flower Sprouts
400g Spirelli
1 Limette
2 Esslöffel geriebener Bergkäse

noch dazu:

200 g gehackt & geschälte Tomaten
aus der Dose
100 g Ricotta
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

In einem Topf mit heißem gesalzenem Wasser die Spirelli circa 10 Minuten kochen.

Den Knoblauch und die Schalotten fein würfeln. Die Flower-Sprouts waschen und unten anschneiden. In einer Pfanne mit heißem Öl die Schalotten und den Knoblauch andünsten, die Speckstreifen dazu geben. Nun die Flowers Sprouts für circa zwei Minuten mit in die Pfanne geben. Das Gemüse mit etwas Wasser und den Tomaten aus der Dose ablöschen. Alles circa 5 Minuten köcheln lassen. Die Nudeln unter das Gemüse heben. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Schluss den Ricotta grob in Stücke teilen und auf der Gemüse-Nudel-Pfanne verteilen. Die Schale der Limette in feinen Zesten reiben. Die Zesten zusammen mit dem geriebenen Bergkäse über die Pasta streuen.

Impressum: **HOFLADEN GESCHWÄTZ** ist ein Informationsmedium des **Hofladens KRAUT + RÜBEN GbR**,
Steiermärker Straße 16a, 76227 Karlsruhe, Telefon 07 21 46 72 67 95,
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 8.30 bis 18.00 Uhr, Samstags 8.00 bis 13.00 Uhr
Redaktion: Bianca Kunert, Fotos: Bianca Kunert, Druck: www.miersch-media.de

HOFLADEN
KRAUT + RÜBEN