



Ziegenfleisch aus Landolfshausen

Liebe Kund*innen,

kein Käse ohne Fleisch: zu einer ganzheitlichen Vermarktung tierischer Produkte gehört die Verwertung weiblicher und männlicher Tiere. So wird auch auf dem Käsehof in Landolfshausen regelmäßig geschlachtet. Den leckeren Ziegenkäse finden Sie fast das ganze Jahr bei uns im Sortiment. Nun bieten wir auch wieder Ziegenfleisch aus Landolfshausen als Aktion an. Die Tiere sind letzten Frühling geboren und standen den Sommer über auf dem Kerstlingeröder Feld im Göttinger Stadtwald, die dortigen Pflanzen verhelfen den Tiere zu schmackhaftem Fleisch, das weithin zart und mager ist. Es erinnert eher an Reh als an Schaffsfleisch. Die Edelteile der Ziegen bieten wir als Pakete an. So können wir sicherstellen, die Tiere auch in Ihrer Gesamtheit vermarkten zu können. Bestellschluss ist Sonntag, 5. März. Lieferung auf allen Touren vom 13. - 17. März. Weiteres Infos und zur Bestellung kommen Sie bei unseren Aktuellen Angeboten.

Wochenrezepte

Krautkuchen- Vegan

Teig: 200g Mehl, 1 Mal Trockenhefe, 1 TL Zucker, Salz, 3 EL warmes Wasser, Pfeffer, 4 EL ÖL; Belag: 1 Kopf Weißkohl, ½ Lauch; ¼ Räuchertofu; Guss: 200 ml Wasser, 200g Naturtofu, 3 EL Zitronensaft, 2 TL Speisestärke, Salz, Pfeffer

- Mehl, Hefe, Zucker, Salz, Wasser, Pfeffer zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Evtl. noch mehr Wasser. Mit Tuch abdecken und beiseite stellen.
- Weißkohl fein hobeln, mit Salz weich kneten. Lauch in feine Ringe, Räuchertofu in Streifen schneiden.
- Guss: Wasser, Naturtofu, Zitronensaft, Speisestärke, Salz u. Pfeffer zu feiner Creme mixen, gut abschmecken.
- Teig auf Backpapier auswellen. Kraut, Lauch, Guss und Räuchertofu darauf verteilen. 35 Min. bei 180°C backen.

Vegane Sommerrollen mit Radieschen & Tofu

Gemüse: 1 Möhre, 4 Radieschen, 100 ml Balsamicoessig, 100 ml Wasser, (1 EL Zucker); Rollen: 250g Tofu (Natur), Öl, 1 TL Kurkuma, 1 TL Paprikapulver, Salz, Pfeffer, eine handvoll Radieschengrün, ½ Bund Koriander; 6 Reispapierblätter

- Möhren mit Sparschäler in dünne Streifen, Radieschen in schmale Scheiben schneiden. In großem Einmachglas Essig mit Wasser (und Zucker) mixen, Gemüse hinzu und gut durchschütteln. In den Kühlschrank packen.
- Tofu in 1x2 cm Stücke schneiden. Von allen Seiten mit Öl bedecken, mit Gewürzen, Salz und Pfeffer bestreuen. Auf ein Backblech, bei 180°C für 25 Min. backen.
- Radieschen-Grün und Koriander kleinschneiden, eingelegten Möhren abgießen, gut ausdrücken!
- Reispapier anfeuchten, bis es weich wird. In untere Mitte etwas von den Möhren geben, drei Stücke Tofu, Grün und Koriander dazu. Zuerst unteres Ende über die Füllung klappen, dann beide Seiten, zum Schluss nach oben hin zu einer Rolle aufrollen. Mit Sojasauce servieren.

Rübchen - Kartoffel - Gratin

500g Kartoffeln, 250g Rübchen, Butter, Salz, Pfeffer, ½ TL Kümmel, 250 ml Brühe, 100 ml Sahne, 2 Eigelb, 100g Emmentaler

- Kartoffeln und Rübchen in dünne Scheiben schneiden.
- Feuerfeste Form ausbuttern, Kartoffeln und Rübchenscheiben abwechselnd einlegen, leicht salzen und pfeffern. Kümmel darüber verteilen, Brühe über das Gratin gießen. Für 40 Min. bei 220°C überbacken.
- Sahne und Eigelb verquirlen, über Gratin gießen. Emmentaler darüber streuen, weitere etwa 12 Min. gratinieren, bis der Käse goldbraun ist.

Alle Zutaten der Rezepte finden Sie auf unserer Website unter "Produkte der Woche".

Produkte der Woche



BioBoom,
Schrot&Korn

Zeitschriften aus der Bio-Welt als ABO

BioBoom und Schrot&Korn

Zwei tolle Magazine mit aktuellen Themen aus der Bio-Welt packen wir gerne kostenlos in Ihre Kiste. Erfahren Sie mehr über aktuelle Trends im Bio-Anbau, Tipps zur gesunden Ernährung und leckeren Rezepten sowie viel Inspiration für mehr Nachhaltigkeit im Leben.

Die Schrot&Korn erscheint jeden Monat neu. Das Magazin BioBoom, mit besonders gut recherchierten Berichten aus der Bio-Branche, erscheint 4x im Jahr zu jeder Jahreszeit. Die Zeitschriften finden Sie im Shop als kostenfreien Artikel. Sie können die Zeitschriften auch abonnieren, schreiben Sie uns einfach eine Nachricht. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Schmökern!



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf

www.lotta-karotta.de

Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie

Ihre Ökokiste bis ZWEI TAGE VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



DE-ÖKO-006



ökokiste

lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE

SEIT 1999