



Besuchen Sie uns und bauen Sie ein Insektenhotel

## Liebe Kundinnen und Kunden,

das Thema Artenvielfalt liegt uns sehr am Herzen. Bereits 4 ha der Flächen unserer Gärtnerei sind Blühflächen, die zahlreichen Nützlingen einen Lebensraum bieten. Als neues Projekt laden wir Sie (und gerne auch Ihre Kinder ab 6 Jahre) zum gemeinsamen Bau eines Insektenhotels für LOTTA KAROTTA ein.

Los geht's **am Samstag, den 16.03. um 12:30 Uhr** bis ca. 16:30 Uhr. Vorweg um 10:30 Uhr gibt es noch eine Führung durch unsere Gärtnerei „Rote Rübe – Schwarzer Rettich“. Anmeldung bitte bis Mittwoch, 13.3. telefonisch oder per Mail an [service@lotta-karotta.de](mailto:service@lotta-karotta.de).

Noch mehr Neues: Derzeit arbeiten wir auf Hochtouren an unserer neuen Website, für eine noch bessere Übersicht und einfache Bedienung besonders mit Mobilgeräten. Sollte die Umstellung am 15.3. nicht ganz reibungslos verlaufen, bitten wir um Ihr Verständnis und sind telefonisch und per Mail gerne für Sie da.

Wochenrezepte

### Ofen-Feta mit Roter Bete

250g Rote Bete, 1 Schalotte, je 1 Zweig Thymian & Rosmarin, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Olivenöl, 50g Feta

- Rote Bete waschen, 50-60 Min. in Salzwasser garen. Anschließend etwas abkühlen lassen, dann schälen und in Spalten schneiden. Schalotte schälen und achteln. Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Knoblauch schälen, fein hacken und mit Öl vermischen.
- Rote Bete und Schalotte in einer ofenfesten Form verteilen und die Kräuter darüber streuen. Feta auf das Gemüse bröseln und mit Knoblauchöl beträufeln.
- Im vorgeheizten Backofen bei 200°C (Umluft: 175°C) ca. 15 Min. backen und warm servieren.

### Brokkoli-Walnuss-Rote-Bete-Salat

500g Rote Bete, 500g Brokkoli, 100g gehackte Walnusskerne  
Fürs Dressing: 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 5 EL Walnussöl, 3 EL Apfelessig, 1 TL Honig, Salz & Pfeffer, 1 EL Majoran

- Rote Bete waschen und je nach Größe 30-40 Min. garen. Anschließend schälen und in Stifte schneiden.
- Brokkoliröschen vom Strunk entfernen und in kochendem Salzwasser 5 Min. bissfest garen.
- Die Knoblauchzehe halbieren und damit die Salatschüssel ausreiben. Zwiebel fein würfeln und zusammen mit dem Rest der Zutaten das Dressing herstellen.
- Walnüsse, Brokkoli und Rote Bete mit dem Dressing vermengen und servieren.

### Rote-Bete-Haselnuss-Risotto

1 Zwiebel, 800ml Gemüsebrühe, 3 EL Butter, 200g Risottoreis, 350g Rote Bete, 1 Zweig Rosmarin, 1 Knoblauchzehe, 30g Haselnüsse, Salz, Pfeffer, 30g Bergkäse, Zitronensaft

- Zwiebel schälen, würfeln und in 1 EL Butter glasig andünsten. Reis dazugeben, kurz mitdünsten und 200ml Brühe zugießen. Risotto 20 Min. köcheln lassen, gelegentlich rühren, nach und nach die restliche Brühe zugeben.
- Rote Bete waschen und je nach Größe 30-40 Min. garen. Anschließend schälen und würfeln. Rosmarin abspülen und fein hacken. Knoblauch halbieren. Die Nüsse grob hacken und in einer Pfanne anrösten.
- 1 EL Butter in der Pfanne erhitzen, Rote Bete, Knoblauch und die Hälfte des Rosmarins 5 Min. braten und würzen.
- Käse grob raspeln. 2 EL Butter und Käse unters Risotto rühren, mit Salz, Pfeffer und 1-2 TL Zitronensaft würzen.
- Das Risotto mit Rote Bete, Haselnüssen und restlichem Rosmarin garnieren und direkt servieren.

Produkt-Tipp



ab 1,85 €

## Saatgut Bienenweide

Für Sie eine Augenweide und für Honig- und Wildbienen, Hummeln, Schmetterlinge und Co. eine beliebte Nahrungsquelle. Diese Mischung aus Phazelle, Buchweizen, Kornblume, Ringelblume, Borretsch und Dill ist ideal für kleine Freiflächen und Blüteninseln im Garten.

Bingenheimer Saatgut produziert sortenfestes Saatgut nicht nur für Privatverbraucher. Auch unsere Gärtnerei bezieht das Saatgut für unser Gemüse aus eigener Ernte. Unsere komplette Auswahl an Saatgut, Blumenerde und natürlichen Düngemitteln finden Sie im Shop unter "Angebote & Aktuelles".



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf [www.lotta-karotta.de](http://www.lotta-karotta.de)  
Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie Ihre Ökokiste bis zum TAG VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



**lotta karotta**  
BIO-LIEFERSERVICE  
SEIT 1999