



Frühlingshafte Weine

Liebe Kundinnen und Kunden,

die Abende werden nun spürbar länger und die warme Frühlingssonne ist gerade in dieser besonderen Zeit ausgesprochen wohltuend für's Gemüt. Passend für diese ersten Abende an der frischen Luft haben wir eine Auswahl an Frühlingsschmeckweinen zusammengestellt, zu finden bei unseren "Aktuellen Angeboten".

Besonders bemerkbar macht sich der Frühling bei einem Spaziergang durch die Gärtnerei. In den Folientunneln werden endlich wieder Kräuter, Radieschen, Spinat und die ersten Salate geerntet. Im Freiland wurden bereits Kohlrabis gepflanzt, aber die sind noch ganz klein und schlafen nachts zugedeckt. In der Jungpflanzenanzucht kann man täglich sehen, wie schnell alles wächst und was uns in den kommenden Wochen erwartet. Neue Bilder gibt es bei uns im Blog zu sehen.

Wochenrezepte

Ofenkartoffeln mit Kräuterquark

1 übergroße Kartoffel pro Person, 2 EL Öl, 250g Quark, 4 EL Milch, 50g frische Kräuter, Salz & Pfeffer

- Ofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Kartoffeln gründlich waschen und in Salzwasser ca. 15 Min. vorgaren. Anschließend trocknen lassen und gut mit Öl einreiben.
- Im heißen Ofen auf mittlerer Schiene je nach Größe 50-60 Min. garen.
- Für den Quark die Kräuter waschen und klein hacken. Quark und Milch glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter zugeben und gut umrühren.
- Die Ofenkartoffel längs halbieren und mit dem Kräuterquark servieren.

Knuspriger Flammkuchen mit Porree

1 Stange Porree, 1 Zweig frischer Rosmarin, 1 EL Öl, 1 Flammkuchenteig, 75g Schmand, 100g geriebener Mozzarella, Salz & Pfeffer

- Backofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
- Porree längs halbieren, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Rosmarin vom Stiel zupfen und klein hacken.
- Etwas Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Porree und Rosmarin darin andünsten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
- Den Teig ausrollen und gleichmäßig mit Schmand bestreichen. Porree darauf verteilen und mit Mozzarella bestreuen.
- Für 15 Min. im Backofen backen, bis er schön knusprig ist. Dazu passt ein frischer Rucola-Salat.

Rote Bete Carpaccio mit Rucola und Ziegenkäse

1 Rote Bete, 40g Rucola, 50g Ziegenkäse, 20g Walnüsse
Für das Dressing: 2 EL Olivenöl, 1 EL Walnussöl, 1 EL Zitronensaft, 1 Stiel Thymian, 1 TL flüssiger Honig, ½ TL Wiking-Senf, Salz & Pfeffer

- Alle Zutaten für das Dressing vermischen, abschmecken und durchziehen lassen.
- Die Rote Bete schälen (am besten mit Handschuhen) und mittels eines Gemüsehobels in hauchdünne Scheiben hobeln.
- Rucola waschen und trocken schütteln. Walnüsse hacken und in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten.
- Die hauchfeinen Rote Bete Scheiben auf einem Teller mit dem Rucola anrichten. Das Dressing darüber geben und mit Walnüssen und zerbröseltem Ziegenkäse abrunden.

Produkt der Woche



Wiking-Senf
für 1,99€

Wiking-Senf von der Zwergenwiese

Seit vierzig Jahren stellt die Zwergenwiese im hohen Norden vegane und vegetarische Brotaufstriche für höchsten Genuss her.

Der Wiking-Senf von Zwergenwiese ist ein leckeres Würzmittel zum Kochen, für Dressings, Chutneys, Mayonnaisen und vieles mehr. Die ausgesuchten Senfsaaten aus deutschem Anbau mit erlesenen Gewürzen und Zutaten - natürlich Bio- machen diesen Senf zu einem Highlight bei jedem Grill-Abend.

Für das perfekte Grillerlebnis fehlen Ihnen auch noch andere Produkte? Dann schauen Sie doch mal auf unserer Website unter der Rubrik "Grill-Saison" vorbei.



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

lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999