



Mulchen und Düngen für kräftiges Wachstum

Liebe Kund*innen,

in unserer Gärtnerei gibt es alle Hände voll zu tun: Die Gewächshäuser wurden neu besetzt mit Tomaten, Gurken und Auberginen. Auf den Feldern wird kräftig gepflanzt, gehackt und geerntet. Ein wichtiger Dünger ist Ackerbohenschrot, das bereits im ersten Frühjahr in den Boden eingearbeitet wird. Um optimale Nährstoff- und Wasserbedingungen zu gewährleisten, werden Kulturen wie Tomaten, Gurken oder auch Zucchini teils gemulcht. Das organische Material, wie z.B. Rasenschnitt, wird um die Pflanzen verteilt, bildet Humus und bietet Schutz vor Verdunstung. Eine Auswahl natürlicher Dünger für Ihre Pflanzen, wie Brennnesselextrakt, Schafwollpellets oder vegane Dünger finden Sie bei den aktuellen Angeboten unter "Säen, Pflanzen, Ernten".

WICHTIG für die Woche nach Pfingsten: Alle Liefertage verschieben sich um einen Tag nach hinten. Alle Infos und Bestellfristen finden Sie unter www.lotta-karotta.de. Beachten Sie auch die Infozettel in Ihren Kisten!

Wochenrezepte

Fenchel mit Aprikosen und Scamorza

2 Fenchelknollen, Salz, Pfeffer, 2 Knoblauchzehen, 3 EL Olivenöl, 5 Aprikosen, 30g getrocknete Tomaten in Öl, 30g Mandeln, 3 EL heller Balsamico, ca. 80g Scamorza

- Fenchelknollen in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Fenchel mit Knoblauch anbraten. Aprikosen kleinschneiden und mitbraten, bis der Fenchel bissfest ist.
- Tomaten in Streifen schneiden und mit den Mandeln dazugeben, mit Essig ablöschen. Den Scamorza kleingewürfelt darüber verteilen.

Drillinge mit Ei, Brokkoli & Petersiliensoße

500g Drillinge-Kartoffeln, 4 Eier, 1 Brokkoli, 2 EL Butter, 2 EL Mehl, 600 ml Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Chilipulver, 4 EL Milch, 150g Crème fraîche, ½ Bund Petersilie

- Die Kartoffeln in Salzwasser ca. 20 Min. kochen, dann abgießen. Die Brokkoliröschen abtrennen und ca. 7-8 Min. in Salzwasser köcheln. Beides bis zum Servieren warm halten. Die Eier kochen und pellen.
- Butter in einer Pfanne erhitzen, Mehl einstreuen und gut verrühren. Mit Gemüsebrühe nach und nach angießen, weiter gut rühren. Mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Milch und Crème fraîche dazugeben und alles einige Minuten, köcheln lassen, ab und zu umrühren
- Die Petersilie feinhacken, unterheben, anschließend die gekochten Eier mit in die Sauce geben und alles zu den Drillingen und dem Brokkoli servieren.

Kohlrabi & Fenchel mit Quinoa & Dinkel

250g Dinkel, 150g Quinoa, 1 Kohlrabi, 2 Fenchelknollen, 1 Zwiebel, 150 ml Gemüsebrühe, 2 EL Bratöl, Salz

- Dinkel und Quinoa zusammen in einem Topf mit doppelter Menge Wasser und etwas Salz etwa 20 Min. köcheln lassen.
 - Die Zwiebel und den Kohlrabi schälen und klein würfeln. Die Zwiebel in der Pfanne anschwitzen. Das Fenchelgrün entfernen. Den Fenchel halbieren und den Strunk herausschneiden. Den Fenchel in feine Scheiben schneiden und zusammen mit dem Kohlrabi in die Pfanne geben und kurz mit anbraten.
 - Das Gemüse mit der Gemüsebrühe aufgießen und etwa 10Min. köcheln lassen.
 - Das Gemüse auf dem Quinoa-Dinkel servieren.
- Alle Zutaten für unsere Rezepte sind unter "Aktuelle Angebote" bei den Produkten der Woche zu finden.

Produkt der Woche



Bio-Dünger
5,49 € / 250 ml

Organische Dünger von ARIES

Aries aus Horstedt bei Bremen ist Hersteller von Bio-Power für starke Pflanzen in Haus und Garten und das schon seit 1988. Auch ökologische Insekten- & Kleintierbekämpfung im In- & Outdoorbereich mit ökologischen Mitteln ist ihr Spezialgebiet. Im Garten finden homöopathische Elixiere, organische Dünger und nach altem Gärtnerwissen hergestellte Extrakte aus Brennnessel und Schachtelhalm ihre Anwendung. Eine große Auswahl natürlicher Dünger und anderer Helferlein für Blumen, Gemüse und Kräuter haben wir Ihnen unter "Säen, Pflanzen, Ernten" bei unseren aktuellen Angeboten zusammengestellt.



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