



Vielfalt in der Gärtnerei & Führung bei LOTTA KAROTTA

Liebe Kund*innen,

die Sonne und die Regenstunden im Frühjahr lassen das Gemüse in der Gärtnerei sprießen. Knackiger Kohlrabi, bunter Mangold, aromatische Kräuter und eine Vielzahl Salate kommen frisch geerntet in Ihre Kisten. Im Gewächshaus bereit zum Reifen sind Zuckerschoten, Tomaten, Auberginen und Gurken! Die Vielfalt gilt nicht nur dem Gemüse, sondern auch den bunten Blühstreifen im Freiland: Ein reiches Buffet für Insekten zieht Bienen, Käfer und Schmetterlinge an. Sie sind wunderschön anzusehen und fördern gleichzeitig die Artenvielfalt. Haben Sie Lust, sich all das anzuschauen? Zu diesem Herzensthema- Biodiversität - laden wir Sie zu einer Führung zu Lotta Karotta am Samstag, 10. Juni ein. Melden Sie sich gerne an unter 05508-979419-0 oder per Mail: service@lotta-karotta.de. Wir freuen uns auf Sie!

Wochenrezepte

Mairüben-Möhren-Rohkost mit Schnittlauch

3 EL Sonnenblumenöl, 2 EL Apfelessig, Salz, Pfeffer, 1 TL Honig, 1 EL gehackter Dill, 1 EL feingeschnittener Schnittlauch, 400 g Mairübchen, 300 g Möhren, 1 Fenchelknolle

- Für das Dressing das Öl mit Essig, Salz, Pfeffer und Honig verrühren und die Kräuter dazugeben.
- Die Rüben und die Möhren putzen, schälen und grob raspeln.
- Die Fenchelknolle putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Etwas Fenchelkraut für die Garnitur beiseite legen.
- Dressing auf das Gemüse geben und mit dem Fenchelkraut garnieren.

Alle Zutaten finden Sie unter www.lotta-karotta.de.

Übrigens: alle Rezepte sind für 2-3 Personen gedacht.

Produkt der Woche

Natürlich Düngen

Der Frühling lädt ein zum Draußen-Sein. Eine gute Zeit, sich um Pflanzen in Haus und Garten zu kümmern. Dabei bietet organischer Dünger eine ökologische Alternative zu mineralischem Dünger, also industriell hergestelltem Pflanzendünger. Durch seinen pflanzlichen oder tierischen Ursprung ist er besonders natürlich, unbelastet, pflanzen- und umweltverträglich sowie nachhaltig - eine gute Wahl!

Eine Auswahl natürlicher Dünger für Ihre Pflanzen, wie Brennesselextrakt, Schafwollpellets oder vegane Dünger finden Sie unter www.lotta-karotta.de bei "Säen, Pflanzen, Ernten" bei unseren Aktuellen Angeboten.

Mangold mit Pasta in Sesamsoße

800g Mangold, 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Öl neutral zum Braten, 4 EL Sojasoße, 3 EL Sesamöl, 2 EL Sesampaste, Saft von 1 Zitrone, 4 EL Weißweinessig, 250 g Bandudeln, Sesam zum Bestreuen

- Mangold putzen, waschen, Stiele und Blätter getrennt in feine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, längs halbieren, in feine Streifen schneiden. Öl in Wok erhitzen, Mangoldstiele, Zwiebeln und Knoblauch darin ca. 5 Minuten anbraten, gelegentlich wenden. Mit Sojasoße ablöschen, dann die Mangoldblätter zugeben, unterrühren und bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen. Mit Sesamöl verfeinern.
- Sesamsoße: Sesampaste mit Zitronensaft und etwas Wasser verrühren, bis eine glatte, cremige Soße entstanden ist.
- Nudeln in Salzwasser garen. Abgießen und mit den restlichen 2 EL Sesamöl vermengen. Mangold mit der Pasta und Sesamsoße anrichten, mit Sesam bestreuen.

Klassischer Rhabarberkuchen mit Baiser

Zutaten für ein Blech. Teig: 250 g Butter, 250 g Zucker, 2 Eier, 4 Eigelb, 250 g Mehl, 2 Pck. Vanillezucker, 1 Pck. Backpulver, 1 kg Rhabarber; Für den Baiser: 4 Eiweiß, 250 g Zucker

- Ofen auf 200°C vorheizen. Rhabarber waschen, schälen und in kleine Stück schneiden.
- Die Teigzutaten vermengen und einen Rührteig herstellen. Diesen auf ein gefettetes Backblech geben und den Rhabarber darauf verteilen. Bei 200°C ca. 20-30 min backen.
- Eiweiße zu Eischnee schlagen, restlichen Zucker dabei langsam einrieseln lassen. Wenn der Kuchen fertig ist,, Eischnee auf heißen Kuchen verteilen. Den Kuchen nochmal bei 200°C ca. 10 min backen. Darauf achten, dass der Eischnee nicht zu dunkel wird.



Natürliche Dünger
& mehr

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