



Einladung zum Genießerabend

Liebe Kundinnen und Kunden,

hier in Rittmarshausen, wo unser frisches Gemüse, knackige Salate und duftende Kräuter wachsen, laden wir Sie ein zu einem sommerlichen Genießerabend. Mit Unterstützung vom Cateringhaus Göttingen (Böning-Schaumberg) bereiten wir für Sie ein vegetarisches 4-Gänge Menü komplett aus unseren eigenen und regionalen Zutaten zu. Dazu passend bieten wir eine vom Sommelier ausgesuchte Weinbegleitung aus unserem umfangreichen Sortiment an.

Der Genießerabend beginnt um 18:30 Uhr. Vorher haben Sie die Gelegenheit, an die Sommer-Führung durch unsere Bioland-Gärtnerei "Rote Rübe - schwarzer Rettich" teilzunehmen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website. Wir freuen uns auf Sie und einen genussvollen Abend.

Wochenrezepte

Brokkoli-Minestrone

350g Brokkoli, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Tomate, 1 EL Olivenöl, 500 ml Gemüsebrühe, 1 Dose weiße Bohnen, 50g Nudeln (Orecchiette), Salz & Pfeffer, 2 EL Parmesan

- Brokkoli waschen und in Röschen teilen. Den Strunk, Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Tomate waschen, den Strunk entfernen und würfeln. Die Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen.
- Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch andünsten. Tomaten, Gemüsebrühe, Nudeln und Brokkoli hinzufügen. Aufkochen lassen und dann zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 5-7 Min. köcheln lassen.
- Die Bohnen in die Suppe geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Parmesan bestreut servieren.

Käsetaschen mit Fenchel & Spinat

300g Dinkelmehl, 150 ml Wasser, ½ TL Salz, Olivenöl, Butter, 1 Fenchel, 1 EL Tomatenmark, 1 Knoblauchzehe, 1 kleine Zwiebel, 200g Spinat, 50g Joghurt, 100g Morbier-Käse, Pfeffer & Salz

- Aus Mehl, Wasser, Salz & 2 EL Öl einen festen Teig kneten und in ca. 20 kleine Teigkugeln teilen.
 - Für die Füllung Fenchel, Knoblauch und Zwiebel fein würfeln und in Olivenöl anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz 3 Min. weiterbraten.
 - Spinat grob zerkleinern und mit dem Joghurt in die Pfanne geben und alles mit Salz & Pfeffer abschmecken.
 - Die Teigkugeln zu handtellergroßen Kreisen ausrollen, je 1 EL Füllung in die Mitte geben und darauf 1-2 Würfel Morbier-Käse legen.
 - Einklappen, die Ränder mit einer Gabel versiegeln, die Taschen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und auf der Oberseite kleine Löcher stechen. Mit Öl bepinseln und ca. 20 Min. bei 180°C goldbraun backen.
- Aus „Die Ackerküche“ von Wanda Born

Pfirsich-Rukolasalat mit Morbier

1 Bund Rukola, 2 Pfirsiche, 200g Morbier-Käse, 1 TL Senf, 1 EL flüssiger Honig, 50 ml heller Balsamessig, 80 ml Walnussöl, Salz & Pfeffer, 50g gehackte Walnüsse

- Den Rukola waschen und trocken schleudern. Die Pfirsiche entkernen und würfeln. Den Morbier in mundgerechte Stücke schneiden.
- Für die Vinaigrette Senf, Honig, Balsamessig, Walnussöl, Salz und Pfeffer verquirlen. Rukola, Pfirsich und Käse mit der Vinaigrette mischen und mit grob gehackten Walnüssen anrichten.

Käse des Monats



ca. 180g* 100g / 2,95 €
* wird genau eingewogen

Morbier AOP Marcel Petite

Eine kleine Molkerei im Jura stellt diesen Rohmilchkäse nach traditionellem Verfahren her. Er zeichnet sich aus durch seinen feinen, leicht würzigen Geschmack. Der aufgeschnittene Käse ist sofort an seinem Streifen aus Pflanzenasche zu erkennen, der sich waagrecht durch den Käse zieht.

Unser Genusstipp: Der Morbier harmoniert mit zarten Rosé-Weinen und überzeugt insbesondere durch seine Schmelzeigenschaften. Gerne wird er daher gewürfelt für Soufflés, Quiches, Omelette, aber auch für Nudelaufläufe und Lasagne-Gerichte verwendet.



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf 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