



Liebe Kundinnen und Kunden,

in unserer Gärtnerei dürfen selbstverständlich keine Spritzmittel verwendet werden. Schädlinge wie Blattläuse müssen mit natürlichen Helferlein bekämpft werden. Darum hegen und pflegen wir unsere Nützlinge, schaffen mit Blühstreifen attraktive Lebensräume und setzen in den Folientunneln gezielt Schlupfwespen, Florfliegen, Gallmücken und Co ein. Aufgrund der extremen Trockenheit vermehren sich die Blattläuse derzeit besonders schnell. Nach dem Ernten wird alles gründlichst gewaschen. Sollten Sie dennoch Läuse am Gemüse finden, bitten wir um Verständnis. Sie können diese einfach runterwaschen und sicher sein, wirklich unbehandeltes Bio-Gemüse zu essen.

Wochenrezepte

Fladenbrotsalat

150g Fladenbrot, 150g Staudensellerie, 250g Tomaten, ¼ Bund Rucola, 1 weiße Zwiebel, 5 El Weißweinessig, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer, 5 El Olivenöl

- Das Fladenbrot oder Ciabatta würfeln und auf einem Blech bei 200 Grad im heißen Ofen 6-8 Min. goldig rösten. Brotwürfel abkühlen lassen.
- Sellerie putzen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Tomaten in Spalten und die Zwiebel in dünne Ringe schneiden. Rucola mundgerecht teilen.
- Weißweinessig, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren. 5 EL Olivenöl unterrühren. Die Hälfte der Marinade mit Sellerie, Tomaten, Rucola und Zwiebeln mischen.
- Restliche Marinade mit 100 ml kaltem Wasser verrühren und mit dem Brot in einer großen Schüssel mischen. Mariniertes Gemüse unterheben und den Brotsalat sofort servieren.

Vegetarische Lasagne

2 Möhren, 3 Stangen Staudensellerie, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 100g rote Linsen, 2 EL Olivenöl, Salz & Pfeffer, 1 Glas geschälte Tomaten (660g), 400 ml Gemüsebrühe, 1 TL Fenchelsamen, 50g Hartkäse, wie Rigatino, Muskat, 200g Cottage Cheese, Lasagneblätter, 2 EL Butter, 150g Mozzarella

- Möhren, Staudensellerie, Zwiebel und Knoblauch putzen, fein würfeln und in einem Topf mit Öl bei mittlerer Hitze 3 Min. dünsten. Mit Salz & Pfeffer würzen, die Linsen zugeben und kurz mitdünsten. Den Ofen auf 180 °C vorheizen.
- Dosentomaten und Brühe in den Topf geben und zugedeckt 20 Min. unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis die Linsen gar sind. Fenchelsaat zerstoßen, dazugeben und die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.
- Inzwischen den Hartkäse fein reiben und in einer Schüssel mit Ricotta, Parmesan, Salz, Pfeffer und Muskat verrühren.
- Eine gefettete Auflaufform mit 2-3 EL Sauce bedecken, glattstreichen, Lasagneblätter darauflegen und darüber etwas von der Käsemischung streichen. Die Lasagne so weiter schichten und zum Schluss die letzten Lasagneblätter darauflegen und die restliche Sauce darüber verteilen.
- Mozzarella in grobe Stücke zupfen, auf der Lasagne verteilen und die Form im Ofen bei 180 °C auf der mittleren Schiene 35-40 Min backen.

Staudenselleriesalat aus dem Piemont

1 Staudensellerie, 30g Walnüsse, 75g Schafskäse, helles Balsamicoessig, Salz & Pfeffer, Etwas Zitronensaft, Olivenöl

- Den Staudensellerie in kleine Scheiben schneiden. Die Walnüsse hacken und den Schafskäse klein bröseln.
- Mit Olivenöl und ein wenig Essig anmachen. Etwas Zitronensaft dazugeben und mit Pfeffer & Salz abschmecken.

Produkte des Monats:

Himbeersirup, Grenadine & Rhabarber

Fruchtige Erfrischungsgetränke mit Sirup von Voelkel aus dem Wendland

Sirup eignet sich ganz hervorragend zum Verfeinern von Getränken. Daraus lassen sich mit Mineralwasser oder kaltem Tee erfrischende Fruchtschorlen mixen. Wie wäre es einer Rhabarberschorle, kombiniert mit frischer Minze? Oder probieren Sie eine Himbeerschorle mit einem Zweig frischen Rosmarin. Auch in Cocktails und Longdrinks oder in Kombination mit Joghurt oder Eis macht sich der Sirup besonders gut.

Der Sirup von Voelkel ist herrlich fruchtig und enthält nur natürliche Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau. Schauen Sie unter "Erfrischungsgetränke" bei unseren aktuellen Angeboten im Shop.



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!



lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999