



Sommerführung und Platz für Neukunden

Liebe Kundinnen und Kunden,

Unbeeindruckt von den Geschehnissen der letzten 3 Monate wachsen Gemüse und mehr in der Gärtnerei eifrig vor sich hin. Auch bei LOTTA nähern wir uns schrittweise einer neuen Normalität:

1. Wir können wieder Neukunden beliefern. Empfehlen Sie uns also gerne wieder weiter.
2. Wir planen eine Gärtnerführung, in kleinen Gruppen und mit viel Abstand am 4. Juli um 11 Uhr.
3. Wir passen die Mehrwertsteuer an, zumindest für Obst & Gemüse. Für weitere Produkte wäre der Aufwand enorm, aber wir haben uns was überlegt. In Kürze mehr dazu.

Wochenrezepte

Orientalisches Spitzkohlgemüse

1 Zwiebel, 1 rote Paprika, ½ Spitzkohl (ca. 300-400g), 1 EL Olivenöl, 80ml Gemüsebrühe, Salz & Pfeffer, Muskatnuss, Rosengewürz (Ras El Hanout), 80g Sauerrahm, ¼ Bund Mediterraner Kräutermix

- Zwiebel fein würfeln. Paprika entkernen und klein würfeln. Spitzkohl halbieren und in 1-2 cm dicke Spalten schneiden. Kräuter abzupfen und fein hacken.
- In einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze die Zwiebeln in etwas Olivenöl goldig dünsten. Paprika zugeben und unter Wenden anbraten. Alles herausnehmen und beiseite stellen.
- Kohlspalten im Bratfett von beiden Seiten ca. 5 Min. braten. Mit Brühe ablöschen und weitere 5 Min. garen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Rosengewürz würzen.
- Den Kohl in einer flachen Schale anrichten. Die Paprika-Zwiebeln darüber geben und mit je einem EL Sauerrahm und gehackten Kräutern garniert servieren.

Pasta mit dicken Bohnen & Spitzkohl

800g dicke Bohnen, 400g Spitzkohl, 300g Möhren, Olivenöl, Salz & Pfeffer, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 80g Bergkäse, 200g Schlagsahne, 400g Nudeln

- Die Bohnen ca. 4 Min. in Wasser kochen, abgießen und kalt abschrecken. Die Bohnenkerne aus der Hülse drücken. Die Nudeln nach Anleitung in Salzwasser al dente kochen, abgießen und abtropfen lassen.
- Den Spitzkohl vierteln, vom Strunk befreien und in dünne Scheiben schneiden. Die Möhren schälen und in feine Stifte schneiden.
- Möhren in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze 5 Min. anbraten. Bohnen und Spitzkohl zugeben und 5 Min. mitdünsten, mit Salz & Pfeffer würzen.
- Den Käse grob reiben. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in einem kleinen Topf mit etwas Olivenöl glasig dünsten. Sahne zugeben und aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und den Käse unterrühren.
- Die Nudeln in die Käsesauce geben, alles gut verrühren, mit Salz & Pfeffer abschmecken und zusammen mit dem Gemüse servieren.

Fruchtiger Spitzkohlsalat

500g Spitzkohl, 300g Joghurt, 4 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 1 TL Currypulver, Zucker, 1 Apfel, 1 Nektarine, 50g Nüsse/Kerne

- Spitzkohl putzen, Strunk entfernen und den Kohl in feine Streifen schneiden. Apfel und Nektarine in feine Spalten schneiden.
- Joghurt, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Curry und Zucker mischen und abschmecken.
- Spitzkohl und Obst mischen. Joghurtdressing über den Salat geben und vorsichtig vermengen. Mit gehackten Nusskernen bestreuen und servieren.

Veranstaltung:

Sommerführung durch die Gärtnerei

Gemüsekulturen und Blühstreifen in voller Blüte

Wir möchten Sie endlich wieder mit auf den Acker nehmen, denn dort gibt es jede Menge zu entdecken. Es ist Sommer und damit Hochsaison für Salate, Kräuter und verschiedene Gemüsekulturen auf dem Acker und in den Folientunneln. Doch auch in punkto Narschutz ist unsere Gärtnerei ein besonderer Ort, der vielen Lebewesen einen sicheren Lebensraum bietet.

Dies soll die erste Führung in diesem Jahr sein, in sehr kleinen Gruppen mit maximal 10 Personen und ausreichend Abstand. Darum bitten wir unbedingt um Ihre Anmeldung mit der gewünschten Teilnehmerzahl. Treffpunkt ist der Buswendeplatz am Ende der Gartestraße.



4. Juli, 11 Uhr
Bitte mit Anmeldung!



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