



Weihnachtsbäume & Fleisch von regionalen Erzeugern

Liebe Kundinnen und Kunden,

der Dezember ist nicht mehr fern und ab sofort können Sie bei uns Fleisch für Ihre Weihnachtslieferung vorbestellen. Gänse, Enten und Hähnchen sowie Rind- & Schweinefleisch, Wasserbüffel und Lamm kommen von Bio-Betrieben aus der Region. Außerdem bieten wir aufgrund der großen Nachfrage auch Putenfleisch aus Fahrenzhausen (Bayern) an. Der **Bestellschluss endet am Donnerstag, 02. Dezember**. Die Auslieferung erfolgt in der Weihnachtswoche vom 21.12. bis zum 23.12.

Beachten Sie für die Vorweihnachtszeit auch unser Angebot an Gänsen, Enten und Hähnchen vom Biolandhof Penk aus Moringen sowie Schweinefleisch vom Biolandhof ÖX aus Frankershausen. Weitere Informationen dazu finden Sie online auf www.lotta-karotta.de.

Wochenrezepte

Harzer Steckrübengemüse

500g Steckrübe, 200g Möhren, 1 Zwiebel, 4 EL Öl, 3 EL Reis, 1 EL Margarine, 300ml Gemüsebrühe, Salz & Pfeffer, 4-5 Stängel Petersilie

- Steckrübe und Möhren schälen, grob würfeln und in einem Sieb mit kochendem Wasser überbrühen, dann abtropfen lassen.
- Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit etwas heißem Öl glasig dünsten. Reis, Margarine, Steckrübe und Möhren unterrühren und 5 Min. andünsten.
- Das Gemüse mit 300ml Gemüsebrühe bedecken und im geschlossenen Topf etwa 20 Min. köcheln lassen, bis Gemüse und Reis gar sind. Nun mit Pfeffer & Salz abschmecken und zum Schluss mit fein gehackter Petersilie bestreuen.

Wirsingtorte

Quark-Öl-Teig: 125g Quark, 1 Ei, 4 EL Öl, 250g Weizenvollkornmehl, ½ Päck. Backpulver, ½ TL Salz
Belag: 1kg Wirsing, 1 Zwiebel, 2 EL Öl
Guß: 2 Eier, 100g Sahne, ½ TL Sojasauce, 120g Emmentaler, 50g Paniermehl, 1 Prise Muskat, Salz, Pfeffer

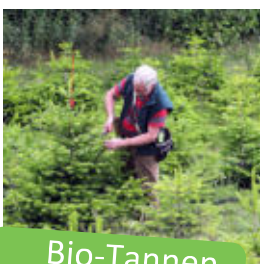
- Für den Teig den Quark mit dem Ei, Öl und Salz verrühren. Das Mehl mit Backpulver mischen und dazugeben. Alles gut verkneten. Den Teig zugedeckt bei Zimmertemperatur mind. 30 Min ruhen lassen.
- Den Wirsing putzen, vierteln und die Blätter in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die Zwiebel würfeln.
- In einer Pfanne die Zwiebeln mit Öl anbraten, den Wirsing mit anbraten. 125 ml Wasser angießen und alles zugedeckt für 15-20 Min gar dünsten.
- Für den Guß die Eier, Sahne, der Sojasauce, Salz, Pfeffer und Muskat verrühren. Den Käse reiben und mit dem Paniermehl mischen. Den Backofen auf 200° vorheizen.
- Den Teig ausrollen und die Form damit auslegen. Das Wirsinggemüse darauf verteilen, mit dem Guß übergießen und mit dem Käse bestreuen. Bei 180° ca. 45 Min backen.

Feldsalat mit Clementinen und Croutons

100 g Feldsalat, 6 Clementinen, 6 EL Olivenöl, 1 EL Apelessig, 50 g Schmand, ½ Bund Petersilie, Salz, Pfeffer, 2 Scheiben altes Brot

- Saft von 2 Clementinen mit 3 EL Olivenöl, Apelessig und Schmand verrühren, mit Salz, und Pfeffer würzen, Petersilie feinhacken und untermischen.
- Brot in kleine Würfel schneiden und in Öl anrösten.
- Feldsalat mit Dressing vermengen, die restlichen Clementinenstücke und Croutons darunterheben.

Aktion



Bio-Tannen
in 4 Größen

Bio-Weihnachtsbäume aus der Region

Wir bieten dieses Jahr wieder Bio-Weihnachtsbäume aus Bockenem am Rande des Harzes an. Familie Fischer bewirtschaftet dort seit über 40 Jahren den Forstbetrieb Ambergauer Weihnachtsbäume und seit 2017 arbeiten sie nach Bioland Richtlinien. Das heißt, dass die Nordmantannen nicht mit Pflanzenschutzmittel und Kunstdünger behandelt sind, sondern durch Mähen, Freischneiden und Schafe freigehalten werden. Ca. 8-10 Jahre sind die Bäume in der Aufzucht.

Bis zum 28. November können Sie Ihren Weihnachtsbaum bei uns bestellen und dann am Samstag, 11. Dezember direkt bei uns in Rittmarshausen. Mehr dazu erfahren Sie auf unserer Website.



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