

FEBRUAR 2022 KW 7



Liebe Kundinnen und Kunden!

vielleicht haben Sie sich schon einmal gefragt, wie ein typischer Arbeitstag unserer Fahrer aussieht. Die vielen Herausforderungen, welche Ihre Kiste meistert, bevor Sie sie in Ihren Händen halten, beginnen natürlich nicht mit dem Transport, sondern enden mit ihm. Wir starten damit, uns als Fahrer über das Wetter am Liefertag zu informieren: Regnet es? Schneit es? Welche Temperaturen sind im Tagesverlauf zu erwarten? Welche Konsequenzen ergeben sich daraus? Für den Fahrer ist beispielsweise eine adäquate Arbeitskleidung ebenso wichtig, wie über den passenden Abstellort an einem heißen, regnerischen oder kalten Tag zu entscheiden. Bei Schneefall muss man vielleicht die Route ändern, da bestimmte Wege nicht mehr passierbar sind. Ich bin letzten Winter beispielsweise schon 30 Minuten Umweg zu einem Kunden gefahren und musste mich am Ende doch dem Schnee geschlagen geben und umkehren. Glücklicherweise gehören solche Extremsituationen jedoch nicht zu unserem Alltag.

Hat der Fahrer Sie erreicht, überprüft er zunächst, wo er verkehrsgerecht halten kann und gleichzeitig einen kurzen Weg zu Ihnen hat; schließlich sind unsere Lieferungen keine leichten Briefe. Dann informiert er sich über den Abstellhinweis und schaut, ob noch Brot, Milch oder Trockenartikel aus dem Fahrzeug hinzu zu packen sind. Dies effektiv und sorgsam zu tun, klingt einfacher, als es manchmal ist. Denn Effizienz im Hinblick auf den Umgang mit dem Ladevolumen des Fahrzeugs ist essenziell. Zum einen, um große Touren überhaupt laden zu können, zum anderen, um die Ladung auch korrekt zu sichern. Das Leergut wiederum stellt hier je nach Größe der Tour eine umfangreiche Aufgabe dar. Wenn das Fahrzeug beispielsweise morgens vollgepackt vom Hof fährt und die ersten 10 Kunden deutlich mehr Leergut zurückgeben, als sie neue Kisten geliefert bekommen, ist das Ladevolumen schnell erschöpft. Das sogenannte „Kisten-Tetris“ gehört daher zu den Kernkompetenzen unserer Fahrer und die Freude ist groß, wenn Sie als Kundin oder

Kunde ihr Leergut regelmäßig und zeitnah zurückgeben. In Konstanz, wo wir mittlerweile einige Gebiete per Lastenrad beliefern, ist dies umso wichtiger, da die Räder naturgemäß über noch weniger Ladekapazitäten verfügen. An der Arbeit als Fahrer schätze ich vieles, doch besonders fällt mir immer wieder die Dankbarkeit von Kundinnen und Kunden im persönlichen Kontakt positiv auf. Ebenso erlebt man viel auf der Straße, ist an der frischen Luft und bewegt sich körperlich, je nach Tour auf sportlichem Niveau. Das Gewicht entspricht nicht selten einem kleinen Umzug. Herausfordernd ist in meinen Augen außerdem die permanente Konzentration im Straßenverkehr und ein stets achtsamer Transport der Ladung bis zu Ihnen nach Hause. Am Ende eines Arbeitstages bin ich dann zwar oft körperlich und geistig erschöpft, doch schon am nächsten Tag freue ich mich wieder auf die schönen Erlebnisse und Aspekte dieser Arbeit.

Großes Jubiläums-Hoffest auf dem Hofgut Rengoldshausen

Reisen Sie mit uns durch 800 Jahre Hofgeschichte. Am 25.06. & 26.06.2022 feiern wir 90 Jahre biologisch-dynamische Landwirtschaft und 800 Jahre Bestehen der Hofstelle.

Wir halten Sie auf dem Laufenden!

Eigene Produkte



Rote Bete, Möhren, Pastinaken, Kartoffeln, Eier, Milch, Wurst, Fleisch, Feldsalat, Chicorée, Schnittlauch, Postelein, Kresse (lose), Apfelsaft.



PRODUKT DER WOCHE

Bucefalo Primitivo Demeter

AllgemeinSchönes Bukett von schwarzen Kirschen, im Mund weich und leicht süßlich, erinnert an Rumtopf und Dörrpflaumen.

Besonderheiten:

Die Primitivotraube erfährt durch das Appassito-Verfahren eine geschmackliche Metamorphose.

Die Aromen werden dunkler und wärmer. Schönes Bukett von schwarzen Kirschen, im Mund schön weich und leicht süßlich, erinnert an Rumtopf und Dörrpflaumen. Sehr intensiv mit einem leicht nussigen Abgang.

Lagerungjetzt + 2-3 Jahre



Pastinakenpüree mit Pilzen und Petersilie

600 g Pastinaken (geputzt ca. 460 g)

250 ml Gemüsebrühe

2 Knoblauchzehen

4 EL Olivenöl

150 g Shiitakepilze

200 g Austernpilze

ca. 10 g Melasse Hefeflocken

1 Bund Petersilie

50 g Sesamsamen

Schalenabrieb von 1 Zitrone

Salz, schwarzer Pfeffer, Chiliflocken (bei Bedarf)

Pastinaken schälen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und ganz lassen. 2 EL Olivenöl erwärmen und die Pastinaken mit dem Knoblauch 2 Minuten andünsten. Die Brühe hinzufügen und wenn es kocht zugedeckt bei kleiner Hitze 20 min. köcheln.

Derweil die Petersilie waschen, trocknen und kleinschneiden. Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Öl erhitzen bis sie duften.

Auf Teller abkühlen lassen und dann mit der Zitronenschale zur Petersilie geben. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Wenn die Pastinaken fast gar sind, die Pilze putzen und in 2 EL Öl 5 Minuten unter gelegentlichem Rühren hellbraun anbraten. Zum Schluss salzen und pfeffern.

Pastinake - Die gesunde Wurzel!

Bis vor 200 Jahren war die Pastinake hierzulande ein Grundnahrungsmittel. Mit der Einführung der Kartoffel und den kultivierten Möhren wurde sie allmählich verdrängt und vergessen. Aber alles was die Kartoffel kann, kann die Pastinake auch! UND sie kann auch roh verzehrt werden. In der französischen Küche ist sie seit langem wieder in Verwendung sowie auch hierzulande die Biologische Landwirtschaft schon einige Jahre die aromatische Wurzel gerne anbaut. Durch ihre gute Lagerfähigkeit versorgt sie uns auch in den Wintermonaten mit wertvollen Inhaltsstoffen. Sie ist reich an Vitamin C und D, Kalium, Magnesium und Folsäure. Sie hat trotz ihres süßlichen Geschmacks relativ wenig Kalorien. Durch die ätherischen Öle und durch ihren viermal höheren Gehalt an Faserstoffen im Vergleich zu Möhren ist sie zudem sehr gut verdaulich (z.B. für Babynahrung).

Wir wünschen Ihnen ein gute Woche!

Ihr Team der Grünen Kiste!