



HofPost

Liebe Kundinnen und Kunden!

Was ist das doch für eine besonders schöne Zeit, wenn im März die Tage länger werden und die Sonne mit ihrem Licht und der Wärme alles aus dem Winterschlaf erweckt! Mit jedem Tag werden die Knospen an den Sträuchern und Bäumen dicker und jetzt blüht neben den Zwiebelgewächsen schon so mancher Strauch. In der Landwirtschaft und Gärtnerei sind die ersten Aussaaten und Pflanzungen im Freiland, wie berichtet, bereits im Boden und wenn dieser trocken genug ist, dann gehen die Pflanzungen nun jede Woche weiter. Die Kartoffeln sind bereits vorgekeimt und warten nur noch auf den Mutterboden.

Wenn Sie auch ein Stück Garten pflegen kennen Sie sicher diese Ungeduld draußen endlich wieder aussäen, pflanzen und ernten zu dürfen. Im Lieferservice und im Hofladen finden Sie ja ein breites Angebot an Saatgut aus biologischem Anbau und Züchtung. Auf der Internetseite www.bingenheimersaatgut.de/de/aktuelle-saaten.html finden sie jetzt neu eine monatliche Liste „Was kann ich jetzt säen?“ für alle, die sich noch nicht so sicher sind oder noch Inspirationen brauchen.

Mit das Erste, was der Garten uns schenkt, sind frische Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie oder Kresse. Auch ist nun die Zeit für Topfkräuter auf der Fensterbank oder auf dem Balkon. In der Gärtnerei beginnt die Topfkräuter-Saison vorerst mit Koriander und Rucola.

Im Laufe der kommenden Wochen wird es in diesem Sortiment wieder eine schöne Vielfalt incl. Minze als Neuheit geben.

Fünf Hasen, die saßen beisammen dicht.
Es macht ein jeder, ein traurig Gesicht.
Sie jammern und weinen.
Die Sonn' will nicht scheinen!
Bei so vielem Regen.
Wie kann man da legen den Kindern das Ei?
O weih, o weih!
Da sagte der König:
So schweigt doch ein wenig!
Lasst Weinen und Sorgen.
Wir legen sie morgen!
- Heinrich Hoffmann -

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen allen ein schönes Osterfest!



Ein Beitrag von Hanno Willasch, Grüne Kiste

Eigene Produkte

Chicoree, Eichblattsalat rot, Batavia aus dem GH, Schnittlauch, Rucola, Dill, Rotkohl, Belugalinsen, Topfkräuter: Rucola und Koriander, Nudeln, rote Bete, Wurst, Eier, Kartoffeln, Möhren, Pastinaken

Liebling der Woche



Semmelbrösel Dinkel

Bauck GmbH, D 29571 Rosche

Die Bauck GmbH wurde 1969 gegründet, um Bio- und Demeter-Erzeugnisse der Region zu vermarkten. Noch heute ist die Förderung der biologisch-dynamischen Landwirtschaft eines der wichtigsten Ziele des Naturkostherstellers.

Vollwertige Müslis, erlesene Mehle, Backmischungen für saftige Torten, Kuchen und Brote, nahrhafte Porridges und herzhaftes Veggie-Mischungen, alles oft glutenfrei, weizenfrei und vegan - unter der Marke Bauck Mühle vertreibt die Bauck GmbH heute rund 150 Produkte. Immer unter dem Motto: „Bio. Aus Liebe zur Zukunft.“

Die Bauck Mühle steht für innovative Rezepturen, in denen ausschließlich Bio- und Demeter-Rohstoffe verarbeitet werden und die einfach zuzubereiten sind. Seit 2005 ist der Mühlenbetrieb außerdem auf glutenfreie Produkte, die der ganzen Familie schmecken, spezialisiert. Dazu tragen eine eigene Glutenfrei-Mühle, glutenfreie Mischanlagen sowie ein eigenes Glutenfrei-Labor bei.



Brokkoli Mini Knödel

400 g Brokkoli

150 g Semmelbrösel

170 g Geriebener Hartkäse

50 g Lauch

2 Eier, 2 Knobizehen, Salz, Pfeffer, als Dip creme fraiche

Zubereitung:

Brokkoli Röschen ca. 3 min in Salzwasser blanchieren. Abschrecken und mit Knobi und Lauch fein schneiden. Mit den anderen Zutaten vermengen und ca. 2 Stunden ziehen lassen.

Aus der Masse Miniknödel formen und im Wasserdampf 15 min garen. Als Dip creme fraiche oder Kräuterquark reichen.

Guten Appetit!

Wir wünschen Ihnen ein gute Woche!
Ihr Team der Grünen Kiste!

