

OKTOBER 2023 KW 40



Liebe Kundinnen und Kunden!

„Es herbstelt auf den Bäumen und in mir, ich sollte wohl etwas bunter noch leben.“ Ruth v. Lingenfelser

Jede Jahreszeit hat ihren eigenen Zauber. Der Herbst ist auch für mich eine Zeit der Reife, der Früchte und der Fülle. So wird traditionell das Erntedankfest am ersten Sonntag im Oktober gefeiert. Auch wir sind dankbar über all die Früchte, die wir bisher ernten und Ihnen anbieten durften. Dankbar, auch darüber, dass wir von starken Extremwetterereignissen dieses Jahr weitestgehend verschont worden sind.

Ein Sinnbild dieser Fülle ist sicher der Kürbis mit all seinen Facetten vom Riesen-Kürbis bis zum Garten-Kürbis. Diese Pflanzen begleiten die Menschen wohl schon mehrere tausend Jahre lang. In der Landwirtschaft werden Hokkaido- und Butternut Kürbisse auf größeren Flächen angebaut. Zu diesem Anlass haben wir den Butternut Kürbis mit seinem typisch nussig-süßlichen Geschmack zum Rezept der Woche ausgewählt.

Gerne möchten wir Sie, wie jedes Jahr, an unseren speziellen Erntedank Angebot, an dieser Fülle teilhaben lassen. Neu in diesem Jahr ist ein besonderes Überraschungsangebot unserer Gärtnerei, das wir Ihnen wöchentlich wechselnd, bestehend aus jeweils 3 Produkten, zu einem besonders attraktiven Preis anbieten dürfen.

Ab Samstag den 30. September 2023 finden Sie es unter

dem Namen „Gärtnerei Angebot der Woche“ in unserem online Shop unter Aktuelles.

Freuen Sie sich mit uns über diese schöne Jahreszeit und leckere Angebote!



Ein Beitrag von Hanno Willasch,
Geschäftsführer Grüne Kiste

Eigene Produkte

Schnittlauch, Petersilie glatt und kraus, Dill, Rucola

Freilandsalate: Batavia, Eichblatt- rot und grün, Kopf- grün und rot, Eissalat, Lollo, Mini Romana,

Tomaten: Mini San Marzano, Datterino, Berner Rose, Heart of Gold, Typ San Marzano, Aromatomaten

Schlangen- und Minigurken, Physalis, Paprika grün, rot, gelb, orange, Peperoni, Lady Lou, Auberginen, Fenchel, Mangold, Zucchini, Gemüsezwiebeln, Bundzwiebeln, Stangensellerie, Lauch, Spinat, Stangensellerie, Spitzkohl, Weißkohl, Rotkohl, Wirsing, Broccoli, Linsen, Rote Bete, neue Möhren, neue Kartoffeln, Kürbis Hokkaido, Zuckermais, Vorzugsmilch, Eier vom Zweinutzungshuhn, Rindfleisch, Wurst vom Rind, Dinkelnudeln, Mehle

Gärtnerei Angebot der Woche

Ab Kw 40 gibt es 400 gr. Paprika rot, 600 gr. samenfester Knollenfenchel , 500 gr. Spinat zum Vorzugspreis von nur 10,00 Euro!

Kürbis Aktion 10 KG

Kürbis Hokkaido 10 kg Aktion zum Vorzugspreis von 32,00

Rote Bete Aktion

Rote Bete 10 KG Aktion zum Vorzugspreis von 34,00 Euro!



Rübenzucker

Naturata Rübenzucker, Zuckerrüben aus deutscher Landwirtschaft.

Naturata Rübenzucker ist sehr fein und hell. Dadurch eignet er sich besonders für Feingebäck sowie zum Süßen von Speisen und Getränken aller Art.

Hersteller: Naturata AG



Kürbis Kichererbsen Curry (vegan)

1 EL Öl

½ Butternut Kürbis (ca. 600 g)

1 rote Zwiebel

2 EL gelbes Currypulver oder Currypaste

2-3 Knoblauchzehen
1 kleines Stück frischen Ingwer
150 g frischer Spinat
1 Dose Kichererbsen
1 Dose Kokosmilch 400 ml
Saft von ½ Zitrone, Salz, Chili, Pfeffer
Sesam, Cashewkerne

Zubereitung:

Das Öl in einer Pfanne (oder im Wok) erhitzen. Den Kürbis und die Zwiebel würfeln und im Öl für ca. 3 Minuten, unter gelegentlichem Rühren, anbraten. Den Knoblauch hacken, den Ingwer klein würfeln und mit dem Currypulver hinzufügen und weitere ca. 1-2 Minuten anschwitzen. Anschließend die Kokosmilch hinzufügen und zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und für etwa 10 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Den Spinat waschen, dann gemeinsam mit den Kichererbsen hinzufügen und weitere ca. 5 Minuten köcheln lassen, bis der Spinat zusammengefallen ist. Mit Salz, Chili und Pfeffer nach Geschmack würzen und mit frischem Zitronensaft abschmecken. Das fertige Curry mit z. B. Reis servieren und nach Belieben mit Cashewkernen und Sesam bestreuen.

Guten Appetit!

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

