

DEZEMBER 2022 KW 49

HOFPOST


HOFGUT
RENGOLDSHAUSEN

Liebe Kundinnen und Kunden!

In der Landwirtschaft Rengoldshausen ist Getreide - neben Gemüse und Futter/Luzerne-Klee-Gras - ein wichtiges Glied in der biologisch-dynamischen Fruchtfolge und kommt daher zwei Mal in der siebenjährigen Folge vor. Eine Besonderheit ist, dass wir lediglich Wintergetreide anbauen, d.h. der im Herbst angesäte Getreidebestand geht durch den Winter, bildet im Frühjahr die Ähren, um im Sommer gedroschen zu werden. Für unsere Böden ist dies ein Idealer Ausgleich neben dem Gemüsebau, dessen Vegetationszeit bei uns nur im Sommer ist.

Jedes Jahr wird auf einer Fläche von rund 30 ha Getreide angebaut. Dieses gliedert sich in die Getreidearten: Dinkel, Weizen und Hafer. Das Saatgut kommt zum allergrößten Teil aus biologisch-dynamischer Züchtung. Seit einigen Jahren wird mit der Getreideansaat gleichzeitig eine Untersaat ausgebracht. Diese besteht aus einer vielseitigen Pflanzenmischung, welche den Boden unter dem Getreide bis zur Ernte bedeckt und

durchwurzelt, um nach der Getreideernte schnell einen üppigen Bestand zu bilden. Für das Bodenleben ist es ein Problem, wenn im Sommer ab der Getreidereife der Boden kahl ist. Je üppiger ein Pflanzenbestand ist, um so reichhaltiger ist dessen Versorgung des Bodenlebens und je vitaler das Bodenleben, um so üppiger das Pflanzenwachstum. Die Untersaaten sind neben dem Anbau von Zwischenfrüchten unser Ansatz im lebendigen Zusammenspiel von Boden, Pflanze und sogar Tieren eine Aufwärtsspirale zu initiieren. In Zeiten des Klimawandels, ist das ein Beitrag zu resilientem Landbau, an dessen Ernte wir Sie gerne teilhaben lassen.



In der Grünen Kiste und im Hofladen haben wir so unser Angebot von eigenen Getreideprodukten in den letzten Jahren kontinu-



ierlich ausbauen können! So finden Sie bei uns Mehle in verschiedener Ausmahlung aus Weizen und Dinkel, sowie Nuddeln aus Dinkelgries.

Ihnen eine gute Woche,

Ihr Team der Grünen Kiste

Ein Beitrag von Markus Knösel, Landwirtschaft Hofgut Rengoldshausen.



Eigene Produkte

Paprika grün, Spitzpaprika Lady Lou orange, Radicchio, Zuckerhut, Postelein, Feldsalat, Chicorée, Blumenkohl, Weißkohl, Rotkohl, Wirsing, Kurkuma frisch, Rettich
Möhren Rodelika, Pastinake, Wurzelpetersilie, Kartoffeln, Kürbis Butternut, Hokkaido, Muskatkürbisse, rote Bete, Apfelsaft, Wurst, Mehle, Eier, Nudeln



PRODUKT DER WOCHE

Kokosmilch 200 ml

Besonderheiten:

ohne Zusatzstoffe wie Stabilisatoren oder Emulgatoren

Zutaten:

Kokosnusskern* (67,00%), Wasser (33,00%)



Kürbissuppe mit Kokosmilch

1 kg Kürbis Hokkaido
2 Knobizehen
400 ml Kokosmilch
300 ml Wasser
300 ml Orangensaft
1 Chilischote
1 Stück Ingwer (walnussgroß)
Etwas öl, Salz

Zubereitung:

Kürbis halbieren, die Kerne entfernen und mit schale in stücke schneiden. Mit den geschnittenen Knobizehen und dem Ingwer anbraten.

Die Kokosmilch, Saft, Brühe und Chili hinzufügen und weiterköcheln bis der Kürbis sehr weich ist.

Pürieren und mit Salz abschmecken.
Eine wärmende, leuchtende Suppe!!!

Guten Appetit!

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