

FEBRUAR 2023 KW 07

HOFPOST

HOFGUT
RENGOLDSHAUSEN

Liebe Kundinnen und Kunden!

Fast 20 Mitarbeiter/innen aus der grünen Kiste und dem Hofladen trafen sich letzten Montag, um unseren Pilz-Lieferanten Manfred Kaltenbrunner auf seinem neuen Betrieb zu besuchen. Der Betrieb wurde von Bodman auf den Helchenhof bei Bonndorf umgesiedelt, da die Pacht in Bodman nicht verlängert wurde. Manfred hat die Chance genutzt um all seine Erfahrungen an seinen Sohn Leonard und an Till Bossert weiterzugeben, die den Betrieb nun mehr und mehr übernehmen werden. Wir bekamen von Vater und Sohn eine zweistündige intensive Führung durch die Anlage und hatten Gelegenheit all unsere Fragen vor Ort zu stellen.

Ein Merkmal unserer Zeit ist ohne Zweifel die Spezialisierung auf einzelne Arbeiten. Das ist beim Anbau von Pilzen auch der Fall, besonders wenn es um solche Edelpilzkulturen geht wie den Shiitake-Pilz und den Kräuterseitling, die Hauptkulturen bei Kaltenbrunners. Manfred Kaltenbrunner hat sich im Laufe der Zeit ein sehr umfangreiches Wissen über den

Anbau dieser Edelpilze erarbeitet und pflegt eine innige Beziehung dazu. So ist es ihm möglich diese Pilze mittlerweile seit vielen Jahren in gleichbleibend hoher Qualität anzubieten.

Der Anbau erfolgt in mehreren Schritten. Die Pilzkulturen kommen von einem Spezialbetrieb, in mit dem Pilzmyzel präparierten ansonsten aber sterilen Blöcken aus Sägespänen zu ihm. In einem Raum mit sommerlichen 20°C werden sie dann mehrere Monate gelagert und gepflegt, bis das Pilzmyzel das ganze Substrat durchdrungen hat und sich anschickt Fruchtkörper, die Pilze zu bilden. Zu diesem Zeitpunkt werden die Blöcke in einen anderen Raum gebracht und so vorberei-



tet, dass sie möglichst gut wachsen können. Dazu bedarf es einer hohen Luftfeuchtigkeit, kühlen Temperaturen und etwas Licht. So wachsen innerhalb von wenigen Wochen die edlen Pilze zu ganz wunderbaren Pilzfamilien heran. Eine unendlich verspielte Vielfalt von Formen und Gruppen präsentiert uns vor allem der Kräuterseitling. Der Shiitake-Pilz gruppiert sich in erhabener Schönheit um den Holzblock aus Buchenspänen.

Der letzte Schritt für den Anbauer ist dann die Ernte. Diese erfolgt in mehreren Etappen, da sich die Fruchtkörper in Größe und Form sehr individuell entwickeln. Gut zwei Woche ernten Manfred, Leonard und ihr Team an diesen Blöcken. Sie haben alles richtig gemacht, wenn sie dabei rund 0,5kg Shiitake-Pilze bzw. 0,25 kg Kräuterseitlinge von einem dieser Blöcke verkaufen können.

Wir freuen uns, dass Kaltenbrunners Betrieb erhalten bleibt und sich als ein neuer Betriebsteil in einen bestehenden bio-dynamischen Hof fruchtbar integriert. So können wir weiterhin regelmäßig Shiitake Pilze und Kräuterseitlinge in solch besonderer Qualität genießen. Diese legen wir Ihnen nun mit noch mehr Respekt in Ihre grüne Kiste.

Ein Beitrag von Hanno Willasch, Geschäftsführer Rengoldshausenhof GmbH



Eigene Produkte

Schnittlauch, Babyleaf / Asiasalate, Rucola, Postelein, Zuckerhut, Feldsalat, Chicorée, Weißkohl, Rotkohl, Möhren Rodelika, Pastinake, Kartoffeln, Kürbis Butternut, Hokkaido, Muskatkürbisse, Rote Bete, Apfelsaft, Wurst, Mehle, Eier, Nudeln, Milch



NEU IM SORTIMENT

Die Vegane Wurst-Alternative!

Veganer Bio Brotaufstrich in verschiedenen Varianten! Eine echt leckere Alternative!



PRODUKT DER WOCHE

Soja Joghurt natur

Ein Produkt für alle Fälle: Diese cremige Joghurtalternative Natur enthält keinen Zucker und bietet daher grenzenlos viele Verwendungsmöglichkeiten. Sie ist nicht nur pur ein komplett zuckerfreier Genuss, sondern schmeckt auch zum Müsli und mit frischen Früchten oder lässt sich für die Zubereitung von Süßem und Herzhaften verwenden: Ob Desserts, Smoothies, Dressings, Dips oder Saucen. Die pure Joghurtalternative mit dem Besten aus der Sojabohne setzt der Kreativität in der Küche keine Grenzen!



Rote Bete Borschtsch

3 rote Bete (700-900 g)
2-3 Möhren (100-150 g)
Weißkohl ca. 150 g, optional 1 kleine Petersilienwurzel
1 Knoblauchzehe
100 g Zwiebel
3 EL Oliven- oder Rapsöl
1,5 L Gemüsebrühe
3 EL Aceto Balsamico
Saft einer ½ Zitrone
1-2 EL Agavendicksaft (oder Honig/Zucker)
(Soja-) Joghurt, getrockneter Dill

Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Die Rote Bete schälen und in Stücke schneiden. Karotten, Petersilienwurzel und Kohl waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Öl im Topf erhitzen, Knoblauch und Zwiebel anschwitzen, dann Karotte, Kohl und Petersilienwurzel 4 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer großzügig würzen und die Rote Bete hinzufügen.

Kräftig durchmischen und mit Agavendicksaft 3 Minuten karamellisieren lassen. Dann mit Balsamico ablöschen und mit der Gemüsebrühe auffüllen. Alles kurz stark aufkochen lassen und dann bei geringer Hitze 35-45 Min. köcheln lassen.

Mit Zitrone, Salz, Pfeffer, Dill abschmecken.

Das Gericht heiß mit einer Portion (Soja-)Joghurt, ein paar Spritzern Zitrone und viel Dill servieren.

Guten Appetit!

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