

90  
JAHRE  
bio-dyn



800  
JAHRE  
Hofstelle

# HOFGUT RENGOLDSHAUSEN *feiert!*

## HOFPOST



### Liebe Kundinnen und Kunden!

Nun sind es wirklich nur noch ein paar Tage! Seit Monaten trifft sich eine Kerngruppe von Hofmitarbeitern und guten Freunden zum Planen, Diskutieren, Gestalten und Organisieren. Ein Glück sind wir mit Hoffesten nicht unerfahren, doch dieses Fest über zwei Tage überstieg immer wieder auch unsere Vorstellungskraft.

Am Samstag steht die biologisch-dynamische Arbeit im Vordergrund. 90 Jahre biologisch-dynamische Wirtschaftsweise auf dem Hofgut Rengoldshausen ist ein willkommener Anlass zu Feiern. Mit Hilfe von Redebeiträgen, Schautafeln, Führungen und direkten Ansprechmöglichkeiten werden wir versuchen, Sie dieser vielschichtigen und spannenden Wirtschaftsweise so gut wir können näher zu bringen. Am Abend lassen es alle, die mögen dann mit Musik und Tanz so richtig „krachen“. Die Band Tribe Time begleitet uns dabei musikalisch in den neuen Tag.

Am Sonntag feiern wir 800 Jahre Hofstelle

Rengoldshausen. Auch hierzu gibt es Redebeiträge und Musik bis das Orchester I. Sedici die Veranstaltung würdig abschließt.

An beiden Tagen bieten wir Ihnen in Bio Qualität - zum Fest passend - ein breites kulinarisches Angebot an Speisen, Kaffee und Kuchen. Ein vielfältiges Kinderprogramm und Aktivitäten bringen hoffentlich jede Menge Spaß und gute Laune.

Unser Hofladen ist Samstag wie gewohnt ab 9 Uhr und Sonntag ab 11 Uhr für Sie geöffnet. Wir vom Team der Grünen Kiste machen einen Info Stand und freuen uns auf Gespräche und Begegnungen mit Ihnen.

Bitte versuchen Sie nicht mit dem Auto auf den Hof zu kommen, wir hoffen für alle Fahrräder genügend Platz reserviert zu haben. In Überlingen auf dem ehemaligen Kramer Areal (Nußdorfer Str. 50) haben wir Parkmöglichkeiten und einen Shuttle-Service eingerichtet, der Sie ganz bequem zu uns und wieder

zurück zu Ihrem Auto bringt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihnen eine gute und gesunde Woche,  
Ihr Team der Grünen Kiste



AUSBLICK – INFOS

### HofCafé

Öffnungszeiten: Mittwoch -  
Freitag 9:00 - 18:30 Uhr



### Eigene Produkte

Basilikum, Petersilie glatt und kraus, **Rucola**, alle Freilandsalate, Topfkräuter: **Basilikum**, **Majoran**, Rosmarin, **Thymian**, Salbei, **Landgurke**, Minigurke, **Schlangengurke**, Paprika grün, **Tomate Datterino**, Zucchini, **Bundzwiebel**, Lauch, **Stielmangold**, Blumenkohl, **Broccoli**, Kohlrabi, **Spitzkohl**, Mairübchen, **Rote Bete im Bund**, neue Kartoffeln, **Schittlauch**.



### Gelierzucker aus Rohrohrzucker

Bio Gelierzucker 2:1 aus Rohrohrzucker und Apfelpektin

#### Besonderheiten:

Aus Rohrzucker, ohne Zusatzstoffe.

#### Zutaten:

Rohrohrzucker\*, Geliermittel: Apfelpektin

#### Verwendung:

Naturata Gelierzucker aus Rohrzucker und Apfelpektin eignet sich bestens zur Herstellung von Marmeladen, Konfitüren und Gelees.

#### Zubereitung:

1 kg reife, gesunde Früchte zerkleinern, mit 500g Naturata Gelierzucker vermischen und unter Rühren zum Kochen bringen. Mindestens 2-3 Minuten unter ständigem Rühren weiter kochen lassen. Dann 100 ml Zitronensaft hinzufügen und weitere 2 Min. kochen. Die kochend heiße Marmelade randvoll in saubere Gläser füllen und zuschrauben. Für ca. 5 Min. umgedreht auf den Deckel stellen.



REZEPT

### Sommerrollen mit Dip

Zutaten für 2 Personen (Hauptspeise):

150 g Spitzkohl  
120 g Gurke

**1 Möhre**  
**1 Paprika**  
**1 Zitrone (oder 1 EL Zitronensaft)**  
**1 Avocado**  
**Salz**  
**Ein paar Salatblätter**  
**Frische Kräuter (zB. Schnittlauch, Koriander, Minze) oder auch Rucola**  
**Reispapierblätter**

#### **Zutaten Dip:**

**2 EL Erdnuss-Mus**  
**2 EL Zitronensaft**  
**100 ml Kokosmilch**  
**150 ml Wasser**  
**2 EL Sojasoße**  
**Cayenne, Pfeffer, Salz**

#### **Zubereitung (ca. 30 Minuten)**

Gurke halbieren und in Streifen schneiden. Möhre waschen und in feine Streifen schneiden. Salat waschen. Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch in Streifen schneiden und einen EL Zitronensaft drüber geben (dass es nicht so braun wird). Spitzkohl und Paprika waschen, gewünschte Menge in Streifen schneiden.

In eine Schüssel warmes Wasser füllen. Ein sauberes, nasses Küchentuch neben der Schüssel ausbreiten. Das Reispapier für 30 Sekunden im warmen Wasser einweichen, dann auf das nasse Küchentuch legen. Das Gemüse sparsam in der Mitte des Reispapiers verteilen und frische Kräuter/ Rucola dazu geben.

Reispapier seitlich über die Füllung schlagen, von unten nach oben eng zusammendrehen.

Alle Zutaten für den Dip im Topf unter Rühren erhitzen. Bei Bedarf mit Wasser strecken, mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Die Rollen funktionieren auch mit vielem anderen Gemüse, nach Wahl vorher andünsten.

Guten Appetit!

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