

Frisch vom Freiland in die Kübel kommen in dieser Woche

Zuckerschoten	*Rezeptempfehlung
Frühlingszwiebeln	*Rezeptempfehlung
Petersilie	*Rezeptempfehlung
Koriander	*Rezeptempfehlung
Eissalat	
Kohlrabi	
Broccoli	
Zucchini	*Rezeptempfehlung
Mangold	
Fenchel	
und Kirschen	

Aktuelles vom Acker

In diesem Jahr wurde es ungewöhnlich früh sehr heiß und die Sonnenstrahlung ist sehr intensiv. Wir auf dem Kaiserhof haben dazu noch das Pech, daß hier wenig Regen ankommt, auch wenn es z.B in Schaffhausen gut naß ist. Zum Glück sind wir in der Lage, das Gemüsefeld zu bewässern. Die Sonne aber können wir nicht wegnehmen.

In der Natur wächst eine Pflanze selten allein. Das wird im Gemüsebau so gehandhabt, damit die Nährstoffe aus dem Boden in möglichst großer Menge den Kulturpflanzen zugute kommen und "Nahrungskonkurrenten" wie Wildkräuter werden entfernt. Die Gemüsepflanzen stehen ordentlich in Reihen, frei und der Sonne ausgesetzt. Das hat zum Teil schon zu Verbrennungen an den Blättern und Triebspitzen geführt.

Bei manchen Kulturen auch zu einer Art Frühreife – unser Blumenkohl ist leider Ende April schon in Blüte gegangen, als die Pflanzen gerade mal 6 Laubblätter hatten und war leider nicht zu ernten. Der Broccoli hat es bis jetzt ganz gut geschafft, ist aber klein. Wir verteilen ihn jetzt aber, weil wir nicht riskieren wollen, daß er auch aufblüht, denn wir möchten ja die knackigen geschlossenen Knospen essen.

Tipp 1: Broccoli sollte nicht lange gelagert sondern möglichst rasch verbraucht werden, denn auch wenn die Knospe von der Pflanze getrennt wurde, so ist sie noch lebendig und kann auch im Kühlschrank blühen bzw. vergilben.

Tipp 2: Auch die Stängel des Broccoli schmecken sehr lecker und sind zart, wenn man die äußere faserige Schicht dünn abschält.

Produkt-Information:

Mangold

Beta vulgaris vulgaris, ist die älteste Kulturform der Gattung *Beta*.

Die Wildform *Beta vulgaris maritimus* stammt aus dem Gebiet des östlichen Mittelmeeres und Schwarzmeergebietes bis Vorderasien.

Wahrscheinlich ist der Mangold schon seit 4000 Jahren bekannt, nachweislich kultivierten ihn die Babylonier im 8. Jahrhundert vor der Zeitrechnung. Nach Deutschland kam Mangold durch die Römer, nachgewiesen in Ausgrabungen römischer Kastelle.

Der aus dem Osten Europas eingeführte Spinat verdrängte ab dem 15. Jahrhundert Mangold als Gemüse. Verwendet werden die Stängel und die Blätter, sie werden ähnlich wie Spinat kurz gedünstet oder in Dampf gegart.

Wir bauen verschiedene Sorten mit farbigen Stielen an.

Rezeptvorschlag:

für zwei Personen

1 Zucchini längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden
1 Zwiebel fein gewürfelt
oder
1 Bund Frühlingszwiebeln in Ringe geschnitten
mit **Olivenöl** in einer Pfanne anbraten
3 Trockentomaten in feine Würfel geschnitten
1 Tl Ras el Hanout (Marokkanische Gewürzmischung aus Paprikapulver, Koriander, Bockshornklee, Kümmel, Ingwer, Piment, Kurkuma, Salz)
bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten garen.

Dazu paßt sehr gut Reis (z.B. Basmati) und Zuckererbsen, die beim Reiskochen über dem Topf im Dampf schonend gegart werden können.

Nach Geschmack frischen Koriander oder Petersilie fein gehackt zugeben und nur erwärmen.

Wir haben Kalbfleisch zu verkaufen

Das gibt es bei uns normalerweise nicht. Wir töten keine Tierkinder ohne dringenden Grund. Auch die Kälber, die wir jeden Monat auf dem Markt verkaufen, werden von ihren neuen Besitzern wohl in den allermeisten Fällen aufgezogen und erst mit etwa 1.5 bis 2 Jahren als Rind/Bulle geschlachtet. Fleckvieh ist eine Zweinutzungsrasse, die sich gut ausmästen lässt, das Kalb ist „zu wertvoll“ zum baldigen Schlachten. Wenn man Kalbfleisch beim Metzger kauft ist es oftmals Holsteinfleisch (die schwarz-weißen Kühe). Schlachten kann man auch da nicht die neugeborenen Kälbchen, da wäre ja gar nichts dran, sondern die Kälber sind 6-8 Monate alt, also schon recht gross.

Wir haben frisch vacumiert Schnitzel, Gulasch, Steak, Hüftsteak und Braten (könnte auch noch zu Schnitzel geschnitten werden). Das Fleisch hält sich im Kühlschrank (bei uns bei 1 Grad) noch 7 Tage und wird dann eingefroren und kann 6 Mt. aufbewahrt / bzw. verkauft werden. Hackfleisch haben wir sofort eingefroren.

Samstag Mittag, 30. Juni Kartoffelfest mit Grillen und Salatbuffet

Den Grillmeister haben wir schon gefunden. Jetzt suchen wir noch Helfer für Salate, Kräuterbutter, Kräuterquark...oder mag jemand noch einen Kuchen backen?

Wir würden uns freuen, wenn ihr vorbei kommt,
Essen gibt es etwa von 12 bis 14 Uhr, danach Kaffee, Kuchen und Ponyreiten bis 17 Uhr.

Vielleicht habt ihr ja noch Freunde, die schon immer bei der Solawi mitmachen wollten – es aber noch nicht wussten - bringt sie doch einfach mit.
Es sind alle eingeladen !

Wir haben eine Spendenkasse (für einen Hühnerzaun) aufgestellt!

Arbeitseinsatz Wände streichen

Der Solawi- (und Ferienkinder-) Aufenthaltsraum macht Fortschritte. Derzeit ist der Plattenleger an der Arbeit, gerne könnt ihr mal schauen.

Streichen möchten wir die Räume selber – vielleicht hat jemand ja noch brauchbare Farbreste oder möchte beim Streichen mithelfen?

Den Zeitpunkt für die Streichaktion geben wir noch bekannt, voraussichtlich in ca. zwei Wochen.

Herzliche Grüße
Aus dem Garten, dem Stall und den Welpengehegen