



DIE GRÜNE KISTE

Im Bühlerfeld 1 • 70794 Filderstadt
0711-7777 501 • gemuesehofhoerz.de
info@biogemuesehofhoerz.de



Kundenbrief KW 11: 13.03. – 19.03.2023

Liebe Grüne Kiste Kundinnen und Kunden,
hier kommen die neuesten Informationen:

VEGAN-AKTION IN KW 12

Jetzt schnell noch bestellen: In der kommenden Woche liefern wir bereits die Produkte unserer Vegan-Aktion aus. Holen Sie sich in unserem Shop Appetit. Gerne nehmen wir Ihre Bestellung telefonisch, per E-Mail, Fax oder auch über unseren Onlineshop entgegen – oder Sie geben einfach den Bestellzettel, den Sie in Ihrer Grünen Kiste hatten über unsere Fahrer:innen zurück. Das [Bestellformular](#) finden Sie auch auf unserer Homepage unter „Neuigkeiten“. Wir liefern Ihre Bestellung in KW 12 (21. – 24. März 2023) aus.

BUNTE OSTEREIER VOM HOFGUT MARTINSBERG

Ab sofort können Sie bei uns wieder bunte Bio-Eier für das Osternest erhalten.

- Bunte Ostereier 0,88 €/Stück.

Wir beziehen diese von unserem Bioland Kollegen, dem Hofgut Martinsberg in Rottenburg. Die Eier werden mit einem wasserunlöslichen Eierschalenlack gefärbt. Dieser hat den Vorteil, dass er nicht durch Osmose in das Ei eindringen kann. Die Farben entsprechen der Lebensmittelzusatzstoff-Verordnung und sind für Bio-Eier von ABCERT (Bio-Kontrollstelle) bestätigt.

SCHWEINE, RIND-, KALB- UND LAMMFLEISCHLIEFERUNG IN KW 13

Noch bis Mittwoch, den 22.03.2023 um 07:00 Uhr können Sie Schweine-, Rind- und Kalbfleisch bestellen. Bitte beachten Sie, dass Bestellungen für Lammfleisch bereits bis Freitag, 17. März 2023, 07:00 Uhr bei uns eingegangen sein müssen. Wir liefern Ihre Bestellung in KW 13 (28.03. – 31.03.23) aus. Die nächste Fleischaktion ist voraussichtlich im Mai in KW 21, bei dieser Aktion werden wir auch wieder Geflügel anbieten.

UNSERE GUTSCHEIN-FAMILIE HAT ZUWACHS BEKOMMEN

Bisher konnten Sie Gutscheine in Kartenform bei uns bestellen. Ab sofort haben Sie auch die Möglichkeit, digitale Gutscheine zu bestellen. Nach Ihrer Bestellung über unseren Online-Shop erhalten Sie am nächsten Werktag eine Mail mit dem Gutschein als PDF, welches Sie dann ausgedruckt verschenken können. Natürlich können Sie auch weiterhin die Gutschein-Kärtchen bestellen.

ERBSEN-EINTOPF

Zutaten:

1 Bund Suppengrün, 300 g Kartoffeln, 350 g Erbsen, Öl, Salz, Pfeffer, 1,5 l Wasser (je nach gewünschter Konsistenz), 1 Dose Kokosmilch, 1 TL Zitronensaft

Zubereitung:

Suppengrün und Kartoffeln würfeln. Öl in großem Topf erhitzen. Gemüse- und Kartoffelwürfel darin anrösten. Mit Wasser und Kokosmilch ablöschen. Erbsen hinzufügen. Alles zusammen ca. 30 - 45 Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1 TL Zitronensaft dazugeben.

FENCHEL-ORANGEN-SALAT

Zutaten:

2 Orangen, 1 Zitrone, 4 kleine Fenchelknollen, 4 EL Olivenöl, 1/2 TL Meersalz, Pfeffer, 10 schwarze Oliven, 2 EL Himbeer- oder Balsamicoessig.

Zubereitung:

Eine Orange und die Zitrone schälen, filetieren und den Saft auffangen. Die andere Orange auspressen. Den Fenchel vom Strunk und Grün befreien (Grün zur Seite legen). Die Fenchelknollen längs in feine Streifen schneiden. Zitronen- und Orangensaft mit 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fenchel darin andünsten; mit Salz und Pfeffer würzen. Zitronen- und Orangenfilets hinzufügen und ebenfalls kurz dünsten. Zitrusfrüchte und Fenchel aus der Pfanne nehmen. Den Saft auffangen und mit dem Essig vermengen. Das Fenchelgrün fein hacken und zur Hälfte mit dem restlichen Olivenöl zur Flüssigkeit geben und gut vermischen. Die Fenchelscheiben mit den Orangen- und Zitronenfilets auf Tellern anrichten und die Sauce darüber geben. Die Oliven entsteinen und mit dem restlichen Fenchelgrün das Gemüse garnieren.

MÖHREN-LAUCH-EINTOPF

Zutaten:

1 EL Butterschmalz, 500 g Möhren, 1/2 TL Zimt, 300 g Lauch, Ingwerpulver, 1 TL getrockneter Majoran, 1/2 Bund Petersilie, einige Rosmarinnadeln, 100 g süße Sahne

Zubereitung:

Möhren würfeln, Lauch putzen und in Scheiben schneiden. Die Möhren im Butterschmalz anschwitzen. Zimt unterrühren. Lauch zugeben, mit Ingwer und Majoran würzen. Mit wenig Wasser ablöschen. Aufkochen. Gemüse auf kleinem Feuer bißfest garen. Petersilie waschen und trockentupfen, dann fein hacken. Rosmarin, Petersilie und Sahne dazugeben. Nochmals aufkochen und servieren.

Eine gute Woche wünscht Ihr Team vom Bio Gemüsehof Hörz