

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE
OHNE MIST



Ernte der Woche KW 17

Vom Feld

- Salat* - Kopfsalat Speedway (grün) und Eichblatt Renai (rot)
- Dill*

Aus dem Lager

- Kartoffeln - Sunita
- Zwiebeln
- Pastinaken
- Apfelsaft

Von Apfelgalerie

- Äpfel (nicht bio) - Braeburn

Von Jungbauer Georgios Bougadis in Griechenland

- Orange*

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Wichtige Info: Am Donnerstag, den **13.05. ist Christi Himmelfahrt**. Unsere **Lieferungen in Berlin verschiebt sich in der Woche um einen Tag nach vorne**. In Frankfurt und Markendorf wird wie immer am Dienstag geliefert.

Biovegane Orangen für Alle! Diese Woche gibt es einmalig eine frische Orange direkt aus Griechenland in der Gemüsebox. Bei unseren Ernteanteilen legen wir weiterhin Wert auf regionale und saisonale Produkte. Dennoch wollten wir euch alle an dem wunderbaren Geschmack dieser veganen Früchte teilhaben lassen. Wer mehr davon möchte, kann diese über den [PlantAge Shop](#) bestellen - weitere Infos im beigelegten Flyer.

Endlich ist er da! Der **PlantAge-Apfelsaft!** Freut euch auf ein fruchtig süßes Geschmackserlebnis. Die Äpfel stammen aus unserer eigenen 1 ha großen Apfelplantage. Diese haben wir von Verpächter Thomas (Apfelgalerie) letztes Jahr übernommen. Die Bäume sind bereits 20-25 Jahre alt und tragen nicht mehr in ausreichender Menge und Qualität für den Handel. So kam es, dass wir den Baumbestand, welcher direkt an unseren Alten Acker grenzt, übernehmen konnten. Da die Sorten nicht gut an den Bioanbau angepasst sind, werden die Bäume nach und nach neu [veredelt](#). Bis dahin ist mit [Schorf](#) und anderen Macken auf den Äpfel zu rechnen, weshalb sie sich nicht zum Lagern eignen und wir sie zu Apfelsaft haben mosten lassen.

Ab Juni gibt es wieder freie Ernteanteile. (Erzählt's gerne weiter ♥).

Bis dahin werden wir unser **Netzwerk an Verteilstationen** erweitern und sind dankbar für **eure Vorschläge** (an info@plantage.farm). Cafés, Restaurants, Bioläden, Geschäfte, Coworking Spaces, Büros, Gemeinschaftsgärten, Hinterhöfe - alles ist möglich. Was wir brauchen ist lediglich etwa 1 m² und passable Öffnungszeiten.

Für alle Interessierte an einem Ernteanteil und bestehende Mitglieder bieten wir im Mai und Juni **Online-Infotreffen** an.

11./25. Mai, 08./22. Juni jeweils von **19 bis 20:30 Uhr**

→ [Jetzt für ein Infotreffen anmelden](#)

Apropos Veranstaltungen, am 08. Mai findet der nächste **Mitmachttag** statt. Wir werden Beete für Tomaten, Gurken und Bohnen vorbereiten und Beikraut hacken. Natürlich gibt es wieder eine Führung und Zeit für Pausen und genießen der Natur.

→ [Jetzt zum Mitmachttag anmelden](#)

Weitere Infos zu beiden Events auf www.plantage.farm/veranstaltungen

Fruchtige Grüße,
Euer PlantAge-Team

Teamsache

Name: Jana Gallay

Art der Anstellung: Schüler:innen Praktikum

Seit und bis wann bist du dabei: Ich bin seit dem 11.04.2021 hier auf dem Hof und bleibe bis zum 07.05.2021.

Was sind deine Aufgaben/ Verantwortungen: Mein Aufgabenbereich ist sehr vielseitig. Eigentlich ist von Pflanzen und Gemüseboxen packen bis zum Ausliefern dieser Boxen alles dabei.

Was liebst du an deiner Arbeit am meisten/ was motiviert dich: Was ich am meisten an meiner Arbeit liebe ist auf jeden Fall zu sehen wie Obst/Gemüse gepflanzt, geerntet und dann letztendlich vermarktet wird. Außerdem finde ich es sehr schön, in so einer harmonischen Gemeinschaft zu arbeiten. Meine Motivation für dieses Praktikum ist der Einsatz für die Umwelt und Natur beziehungsweise der Naturschutz; mich persönlich weiterzuentwickeln und mich vielleicht sogar beruflich zu orientieren.

Gemüse-Tipps: Dill

Lagerung

Am Besten hält Dill (und andere Kräuter) in ein leichtes feuchtes frisches Küchentuch gepackt im Gemüsefach des Kühlschranks.

Man kann den Dill auch auf einem Tablett ausgebreitet in der Sonne oder in einem Dörrautomaten trocknen und so haltbar machen. Darauf achten, dass alle Teile (auch dickere Stiele) komplett trocken sind, bevor man ihn in ein Glas füllt, sonst fängt er zu schimmeln an.

Rezept Tipp - Schneller Aufstrich/ Dip

Naturtofu mit Dill (oder anderen Kräutern), etwas Wasser, etwas Öl und einem Spritzer Essig mit dem Pürierstab pürieren. Mit Salz abschmecken, fertig! Als Soße einfach mehr Flüssigkeit dazu geben.

Die Tipps, Informationen und Rezepte stammen von der Köchin und Autorin Sophia Hoffmann (www.sophiahoffmann.com), noch mehr davon gibt es in ihrem Büchern „Zero Waste Küche“ und „Die kleine Hoffmann: einfach intuitiv kochen lernen“ (ZS Verlag).

Rezept der Woche: Kartoffelauflauf

Zutaten:

- 1,4 kg Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 115 g Cashews
- 500 ml ungesüßte Mandel- oder Sojamilch
- 120 ml Gemüsebrühe
- 1 Tl Zwiebelpulver
- 1 Tl Knoblauchpulver
- 30 g Hefeflocken
- 1 Tl Salz
- 1 Tl Dijon Senf
- schwarzer Pfeffer
- veganer Streukäse, Menge nach Belieben

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Kartoffel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Margarine einfetten.
2. Anschließend die Sauce zubereiten. Hierzu alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und solange mixen bis eine cremige Sauce entstanden ist. Ungefähr die Hälfte der Kartoffeln auf dem Boden der eingefetteten Backform verteilen.
3. Die Hälfte der Sauce darüber gießen.
4. Die Zwiebel in feine Streifen schneiden. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin ungefähr 3 Minuten glasig andünsten. Nach 2 Minuten den Knoblauch hinzugeben. Die Zwiebel und den Knoblauch gleichmäßig über der Kartoffelschicht verteilen.
5. Die restlichen Kartoffelscheiben darauf verteilen und die restliche Sauce darüber gießen.
6. Großzügig mit veganem Reibekäse bestreuen.
7. Für 50 Minuten backen. Falls der Auflauf gegen Ende der Backzeit etwas zu dunkel werden sollte, kann er mit Alufolie abgedeckt werden. Mit frisch gehacktem Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

Quelle: <https://veganheaven.de/Rezepte/kartoffelauflauf/>

Copyright PlantAge eG, 2021

PlantAge eG, Müllroser Chaussee 76c, 15236 Frankfurt (Oder)

www.plantage.farm | info@plantage.farm | [Facebook](#) & [Instagram](#) @plantage.farm

Dieser Gemüsebrief wurde auf Recyclingpapier gedruckt.