

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE
OHNE MIST

GEMÜSEBRIEF

KW 23



ERNTE DER WOCHE

- Rhabarber*
- Rote Radieschen*
- Rettich** (Ostergruß)
- Asia Salat**
- Salat*
- Frühlingszwiebeln**
- Thymian*

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung auf den biozyklisch-veganen Anbau

→ [Konstruktives Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 22\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 21\)](#)

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Diese Woche steht alles im Zeichen des **Rhabarbers**! Es ist die erste Ernte aus eigenem - biozyklisch-veganem - Anbau. Wohoo! Vor zwei Jahren schon haben wir das Rhabarber-Feld angelegt, denn man muss sich bis zur ersten Ernte gedulden, bis die Pflanzen sich etabliert haben und kräftig genug sind. Mit jedem Jahr werden die Pflanzen nun stärker und größer, so entsprechend auch die Ernte! Manche Pflanzen haben den Winter nicht überstanden, diese werden wir im Herbst nachpflanzen. Jetzt zu Beginn ist die Kultur noch etwas mehr Arbeit für so eine Hand voll Rhabarber, doch es ist eine Investition für viele Jahre. Auf dem [Blog von Andi & Lisa](#) findet ihr vielseitige Rezepte, wie ihr den Rhabarber zubereiten könnt.

Ansonsten beginnt nun die **Hauptsaisonzeit auf dem Feld**. Unser Acker-Team ist für euch jeden Tag ab 5 Uhr unterwegs. Die Radieschen-Zeit neigt sich dem Ende zu und wir freuen uns schon bald, vielfältiges Sommergemüse zu ernten! Bei den **Radieschen** ist es oft schwierig den optimalen Erntezeitpunkt zu erwischen. Wir haben in Sätzen gesät, sodass diese zu unterschiedlichen Zeiten reif sind. Doch durch den kühlen Frühling hat sich alles verschoben und alle Sätze waren quasi gleichzeitig bereit zur Ernte. Das ist der Grund, warum manche Radieschen nun schon holzig sind. Manchmal fehlt ihnen jedoch nur Wasser und ein kaltes Bad hilft, damit sie wieder frisch und knackig werden.

Die **Gurkenpflanzen** werden intensiv von "**Schädlingen**" belagert. Spinnmilben, Wurzelfliegen und Thrispen brüten witterungsbedingt sehr fleißig. Von Jahr zu Jahr werden es mehr. Selbst im konventionellen Anbau sei jedes Spritzen jetzt wirkungslos, teilte uns das Pflanzenschutzamt mit. Sie waren am Montag bei uns zu Besuch, um die Insekten zu bestimmen, den Schaden einzuschätzen und Empfehlungen zu machen. Spritzen, egal ob konventionell oder biologisch, würde nur die Marienkäferpuppen und Raubwanzen beseitigen, die noch helfen könnten. Stattdessen müssen wir die Luftfeuchte drastisch erhöhen durch unsere Nebel-Regner von oben und stark befallene Blätter entfernen. Hitzestress und Kältestress zeigen sich an den Pflanzen. Die Trockenheit macht sie empfindlich und bietet optimale Brutbedingungen für "Schädlinge". Durch die milden Winter überwintern diese in den umliegenden Brachflächen. All das wird sich sehr auf den Ertrag auswirken. Wir erwarten eine ähnlich schlechte Ernte wie im letzten Jahr. 😞

Wir suchen genügend Mitglieder, die an einer regelmäßigen Lieferung interessiert sind. Bitte teile uns unverbindlich über das [Formular](#) mit, ob du mitmachen möchtest.

→ [Feedback und Vorbestellen der Havelmi](#)

Euer PlantAge-Team

Nächste Veranstaltungen: [17.06. Yoga am Acker](#) & [Mitmachtag, 28.06. Online-Infotreffen](#)

Gemüse-Tipps: Rhabarber

Obwohl Rhabarber fruchtig-sauer schmeckt und wie Obst zubereitet wird, ist es ein Gemüse. Er zählt zu den Knöterichgewächsen und ist mit Sauerampfer verwandt.

Herkunft

Die Ähnlichkeit der beiden Wörter Rhabarber und Barbar ist kein Zufall. Im Lateinischen heißt die Gemüsestaude nämlich *Rheum barbarum* – zu deutsch "Barbarenwurzel". Die Entstehung des Namens kann man sich lebhaft vorstellen: Die kultivierten Römer konnten mit den fleischigen, sauren Blattstielen des derben Knöterichgewächses aus Russland, dem Land der Barbaren, anfangs wahrscheinlich nicht viel anfangen und gaben ihm deshalb diesen wenig schmeichelhaften Namen. Kein Wunder, denn die damaligen Kulturformen werden mit den heutigen, feinaromatischen Gartensorten kaum vergleichbar und nur mit einer gehörigen Portion Zucker genießbar gewesen sein.

Anbau

Im Gegensatz zu den meist einjährig kultivierten Gemüsearten handelt es sich bei Rhabarber um eine sogenannte Dauerkultur. Das heißt, die winterharte Staude wird einmal gepflanzt und kann dann rund zehn Jahre am selben Standort bleiben. Sie legt bei guter Pflege mit jedem Standjahr an Größe und liefert von Jahr zu Jahr höhere Erträge.(Quelle: [Gartenjournal](#))

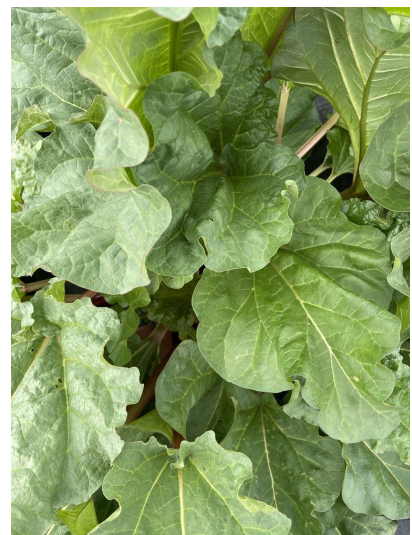
Lagerung

Rhabarber hält sich einige Tage in ein feuchtes Tuch eingewickelt im Kühlschrank. Er lässt sich aber auch problemlos roh einfrieren oder als Kompott haltbar machen.

Schälen

Hier scheiden sich die Geister, die einen sagen JA, die anderen NEIN. Fakt ist: Rhabarber enthält ziemlich viel Oxalsäure, diese kann in größeren Mengen Vergiftungserscheinungen auslösen, weshalb das Schälen dies minimieren soll. Viel Säure findet sich vor allem in den Blättern, unter anderem deshalb sollte man Rhabarberblätter nicht essen, sondern unbedingt entfernen und das Gemüse auf keinen Fall roh verzehren.

Häufig wird Rhabarber nur dann geschält, wenn es sich um große Stiele handelt und die äußeren Schichten holzig und faserig sind, dann sollte man diese einfach der Länge nach abziehen vor der weiteren Verarbeitung. Kleinere, dünnere Stiele müssen nach Erfahrungswert nicht geschält werden.



Rezept der Woche: Rhabarber-Sirup & -Limonade

Zutaten

- 500 g Rhabarber
- 300 ml Wasser
- 200 g Zucker
- 1/2 Zitrone, Saft
- Sprudelwasser
- Minze, optional



Zubereitung

1. Den Rhabarber nicht schälen, sondern gut waschen. Von allen Stangen beide Enden abschneiden. Die restlichen Stangen in kleine Stücke schneiden.
2. Rhabarber mit Zucker, Wasser und Zitronensaft in einen Topf geben, bei hoher Temperatur aufkochen und bei kleiner Temperatur 20-30 Minuten köcheln lassen.
3. Alles durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf gießen. Das Rhabarberpüree dabei gut durchrühren, so dass möglichst viel Flüssigkeit herauslaufen kann. Das übrig gebliebene Rhabarberpüree unbedingt aufheben. Du kannst es dir z.B. unters Müsli mischen.
4. Den Rhabarber-Sirup nochmal aufkochen und ein paar Minuten köcheln lassen, damit er etwas eindickt. In eine abgekochte Flasche oder ein Glas füllen. So ist er im Kühlschrank auf jeden Fall einige Wochen haltbar.
5. Für eine Rhabarber Limonade dann einfach etwas Sirup mit Sprudelwasser vermengen. Ggf. etwas Eis, Minze und Zitrone hinzufügen. Fertig ist deine perfekte Frühlings- und Sommererfrischung.

Das Rezept stammt vom veganen Foodblog [Cheap & Cheerful Cooking](http://www.cheapandcheerfulcooking.com) (www.cheapandcheerfulcooking.com) aus Berlin. Andi und Lisa präsentieren dir auf der Seite wöchentlich neue pflanzenbasierte Rezepte.

[HIER](#) findest du auch weitere leckere Rhabarber-Rezepte wie Scones, Kompott oder Streuselkuchen.

Copyright PlantAge eG, 2023

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

DE-ÖKO-006

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