

GEMÜSEBRIEF

KW 31



ERNTE DER WOCHE

- Frühkartoffeln** oder Rote Bete*
- Tomaten*
- Gurke* oder Zucchini**
- Zucchini** - Yellow Fin, Alberello, Zaphito, Zuboda
- Fenchel**
- Salat* oder Mangold - Glatter Silber
- Lauch**
- Schnittlauch*
- Petersilie*
- Ysop*
- Oregano*

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

→ [Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 30\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 29\)](#)

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Wir freuen uns, wie gut der **Feedbackbogen zum Ernteanteil** angenommen wird. Die Berichte sind für uns sehr hilfreich und motivieren. Verbesserungsvorschläge versuchen wir direkt umzusetzen. Vielen Dank für die rege Teilnahme und weiter so!

Letzte Woche ist mir (Judith) der Fehler unterlaufen, die Kulturen aus der aktuellen Woche einzutragen, wie manchen richtig aufgefallen ist. Upsi...

Diese Woche soll es die ersten **Frühkartoffeln** geben. Nach aktuellem Stand ist die Ernte aber leider noch nicht möglich. Es hat bei uns in Markendorf gestern Abend heftig geregnet. Es kann sich kurzfristig noch ändern, wenn die Erde noch abtrocknet, doch ggf. wird es statt Frühkartoffeln doch Rote Bete geben. Dafür dann nächste Woche umgekehrt.

Bei den **Salaten** und Gurken wird es wahrscheinlich nicht für alle reichen. Die Salate haben keine super Qualität, weil sie im frühen Entwicklungsstadium zu wenig Wasser bekommen konnten. Zum einen weil die Salate nicht so kräftig sind, aber auch generell in den Sommermonaten, ist es wichtig, dass die **Gemüseboxe zeitnah abgeholt** werden. Das Gemüse steht in den Verteilstationen ungekühlt und besonders Blattgemüse und Kräuter bleiben nicht so lange frisch.

Die **Gurken** sind sehr stark von **Spinnmilben** und Mehltau betroffen und werden leider schon sehr viel früher als erwartet die Produktion einstellen. Wir sind darüber sehr traurig und liefern euch ein paar weitere Infos in den Gemüse-Tipps.

Am Wochenende wurde wieder fleißig beim **Mitmachttag** geackert. Der nächste Mitmachttag findet am **14. August** statt. Kasia plant mit ihrer Tochter eine kleine Tour von Berlin mit dem **Fahrrad** und freut sich, wenn ihr euch anschließen möchtet. Am Freitag geht es los und am Sonntag wieder zurück. Dazwischen wird am Acker **gezeltet**. Es ist auch möglich nur eine Strecke mitzufahren, nur eine Nacht zu zelten oder nur zum Mitmachttag zu kommen. Meldet euch für weitere Absprachen gerne direkt bei Kasia: kasia7286@gmail.com

Aufgrund der großen Ernte und geringerer Nachfrage nach Ernteanteilen als geplant, bieten wir für kurze Zeit eine **Sommer-Soli-Ernteboxe** für PlantAge-Fans außerhalb des Liefergebietes via Post an. Weitere Infos erhaltet ihr in unserem **Shop**. Gerne könnt ihr das Angebot mit Bekannten teilen! Am Freitag ist auch wieder **Bestellfrist für die neue Obstlieferung!**

Erdige Grüße
Euer PlantAge Team

Nächste Veranstaltungen:

Mitmachttag am 14. August 10-16 Uhr | **Infotreffen** 03. Und 17. August (online) um 19 Uhr

Teamsache - Konstantin

Vor genau einem Jahr, haben wir euch Konstantin bereits vorgestellt. Damit war er die erste Person aus dem Team für dieses Format im Gemüsebrief. Konstantin ist tatsächlich immer noch - oder besser wieder dabei. Diesmal nicht als Praktikant, sondern als Werkstudent. Seine Arbeit erledigt er im Home Office von Stuttgart aus, was ihn für unser Team aber nicht weniger wertvoll macht.



Art der Anstellung: Werkstudent im Office

Seit wann bist du dabei und wie bist du zu PlantAge gekommen?

Ich habe ziemlich genau vor einem Jahr ein dreimonatiges Praktikum bei PlantAge gemacht und nach kleiner Unterbrechung im Oktober als Werkstudent wieder angefangen. Zwischen Februar und April habe ich dann noch mal eine Praktikum in Stuttgart gemacht und bin nun seit Mai wieder dabei. Zu PlantAge hat mich eher der Zufall und die Wirren des letzten Jahres gebracht. Worüber ich sehr glücklich bin.

Was sind deine Aufgaben/Verantwortungen?

In meinen Bereich fällt vor allem alles was mit Verteilstationen zu tun hat. Ich versuche neue Abholstationen für das PlantAge Konzept zu gewinnen.

Was liebst du an deiner Arbeit am meisten?/Was motiviert dich?

Als ich noch regelmäßig in Frankfurt sein konnte, hat mich vor allem die Gemeinschaft und der solidarische Gedanke motiviert bei PlantAge zu arbeiten und dann auch wieder zu kommen.

Gemüse-Tipps: Die Spinnmilbe & unsere Gurken

Spinnmilben gehören zu den häufigsten Schädlingen. Sie befallen die Blattunterseite und überziehen diese mit einem weißlichen Gespinst. Gurken haben sie zum Fressen gern. Sie beißen sich in die Pflanzenzellen und saugen den Zellsaft aus.

Im Gewächshaus finden sich Spinnmilben besonders oft wegen zu geringer Luftfeuchtigkeit oder zu viel Stickstoff in der Erde. ([Gartenjournal](#))

Was kann man tun gegen Spinnmilben? Niemöl ist hilfreich, sowie Ackerschachtelhalmbrühe zur Stärkung der Pflanze. Beide Hilfsmittel haben bei unseren Gurken leider nicht ausgereicht. Sowie die neue Oberkronenberegnung, die wir extra installiert haben. Zudem haben wir Nützlinge mit Blühstreifen am Rande der Tunnel gefördert und auch viele entdeckt. Aber leider hat alles nicht genügt und wir werden uns dieses Jahr schon frühzeitig von den Gurken verabschieden müssen. Tatsächlich haben wir von anderen Gärtnereien ähnliche Berichte gehört. Vielleicht ist es einfach kein gutes Gurkenjahr? Wir nehmen auf jeden Fall neue Learnings mit, aber haben eigentlich schon ziemlich alles in unser Macht stehende getan.

Rezept der Woche: Caprese mit Frohzarella

Zutaten

FLOHZARELLA

- 3 EL Flohsamenschalen, entspricht 15 g
- 150 ml Wasser
- 60 g Cashews
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Hefeflocken
- 1 Prise Salz

SONSTIGES

- 2 Tomaten
- 1 Bund Basilikum
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamicoessig
- Salz + Pfeffer

Zubereitung

1. Die Flohsamenschalen mit dem Wasser in einer Schüssel mit dem Löffel verrühren. Die Masse dickt nach und nach an und nimmt eine schleimige Konsistenz an. Du solltest den Brei mindestens 1 Stunde andicken lassen. Währenddessen die Cashews in heißem Wasser einweichen.
2. Die Cashews abgießen, dabei das Cashewwasser auffangen. Die Cashews mit mindestens 2 EL Cashewwasser, Zitronensaft, Hefeflocken und Salz pürieren, bis eine geschmeidige Masse entsteht. Zuletzt die Flohsamenschalen hinzugeben und alles mit dem Mixer glatt pürieren.
3. Den Flohzarella in eine Form geben und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden, besser über Nacht, fest werden lassen.
4. Tomaten und veganen Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Essig und Öl darüber geben und mit Basilikumblättern servieren.

Die angegebene Wassermenge bezieht sich auf einen eher festen Mozzarella, der im rohen Zustand dem Original nahe kommt. Willst du den Mozzarella zum Überbacken verwenden, kannst du etwas mehr Wasser verwenden, damit der vegane Mozzarella eine eher cremige Konsistenz erhält und sich besser verteilen lässt.

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

Für den Kochabend mit den beiden könnt ihr euch [HIER](#) anmelden.

Hier kocht Alex: Tofu-Grillspieße mit Zucchini Salat

Sommerzeit ist Grillzeit! Deshalb bekommt ihr hier wieder ein oberleckeres Rezept zum veganen Grillen an die Hand. Ich zeige euch, wie ihr aus Tofu, Pfirsichen und Kartoffeln die idealen Spieße für den Grill kreiert. Außerdem gibt es noch ein schnelles Salatrezept mit frischer Zucchini und aromatischen Kichererbsen an die Hand. Damit kommt Abwechslung auf den veganen Grillteller!