

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE
OHNE MIST

GEMÜSEBRIEF

KW 46



ERNTE DER WOCHE

- Kartoffeln* - Sunita (leider stark von [Drahtwurm](#) betroffen)
- Knollensellerie
- Möhren mit Grün**
- Zuckerhut**
- Zwiebeln
- Petersilie

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

→ [Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 45\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 44\)](#)

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Wir läuten die **Kisten-Rückhol-Wochen** ein! Wenn ihr noch Kisten zu Hause, im Auto, auf dem Fahrrad, im Keller, im Vorratsraum stehen habt - es ist Zeit sie zurück zu bringen. Es ist wichtig, dass die Kisten im Kreislauf bleiben, damit wir in unserer Packhalle immer genug leere Kisten zum Befüllen mit frischem Gemüse haben. Die Kisten dürfen nicht zweckentfremdet oder gar als Fahrradkorb verwendet werden (wenn ihr Werbung für uns machen möchtet, lassen wir euch gerne ein paar Flyer zukommen). Die Kisten sind Eigentum von PlantAge und werden zum Gemüsetransport gebraucht. Wir möchten auch in Zukunft das System der Pfandkisten auf vertrauensbasis belassen. Dazu sind wir auf euer Engagement angewiesen. Leider gehen immer wieder viele Kisten verloren, was die Genossenschaft viel Geld kostet. Also: **Jetzt herumstehende Kisten zurück zu eurer Station bringen - Danke! ♥**

Bald stehen die jährlichen **Betriebsferien** an. In Kalenderwoche 51 und 52, also vom 20. bis 31. Dezember machen wir Urlaub und es wird **keine Gemüseboxe geliefert**. Für 79€ im Monat liefern wir 46 Gemüseboxen pro Jahr (52 Kalenderwochen - 2 Wochen Betriebsferien - 4 Joker = 46 Gemüseboxen). Vier **Joker** sind entsprechend im Betrag bereits einkalkuliert. Wenn ihr in eurem Erntejahr weniger als 4 Joker verwendet, stellen wir die mehr gelieferten Boxen in Rechnung. Wenn ihr nicht mehr wisst, wie viele Joker ihr bereits gesetzt habt, schreibt uns gerne eine E-Mail oder ruft uns an. Joker könnt ihr bequem über das [Formular](#) auf unserer Webseite unter [Kontakt](#) setzen.

Vielen Dank für die rege Teilnahme an unserer jährlichen Herbstumfrage.

Die Antworten von **472** Mitgliedern werden nun von uns ausgewertet und in unsere Planung einbezogen. Da 66% angegeben haben die Telegramgruppe "[Ackerküche](#)" noch nicht zu kennen. Findet ihr [HIER nochmal den Link](#). Dort findet ihr auch tolle Rezepte und Inspirationen zum Zuckerhut.

Wer in der Umfrage angegeben hat, eine **private Verteilstation** zur Verfügung stellen zu können, meldet sich gerne nochmal per E-Mail (info@plantage.farm) bei uns. Da die Umfrage ja anonym ist, können wir euch darüber nicht kontaktieren. Wir können dann gerne alles weitere besprechen und gemeinsam schauen ob und wie es möglich ist.

Diese Woche gibt es den ersten **Knollensellerie**! Leider sind die meisten nicht besonders groß geworden. Sie wuchsen auf einem Teil unseren "Neuen Ackers", der einen sehr sandigen Boden hat. Hier werden wir nächstes Jahr voraussichtlich Möhren anbauen, die lockeren Boden mögen oder eine Gründüngung zum Aufwerten des Standortes. So lernt man Jahr für Jahr den Acker besser kennen.

Saisonale Grüße

Euer PlantAge Team

Gemüse Tipps: Knollensellerie

Zugegeben, mit seiner dunklen und runzligen Schale sieht Knollensellerie auch auf den zweiten Blick nicht nach kulinarischem Wonne aus. Aber das Äußere täuscht wie so oft, denn das kugelrunde und oft schwergewichtige Gemüse hat es in jeder Hinsicht ganz schön in sich.

Gut zu wissen: Im Laufe der Zeit hat sich die Züchtung von Knollensellerie mit ganz weißem Fruchtfleisch durchgesetzt – paradox wenn man bedenkt, dass in den gelb gefärbten Stellen die meisten ätherischen Öle stecken.

Herkunft

Ursprünglich stammt Knollensellerie aus dem Mittelmeerraum. Heute baut man ihn aber in ganz Europa und natürlich auch bei uns in Deutschland an. Etwa 95 Prozent des bei uns verkauften Knollensellerie kommen aber aus den Niederlanden.

Lagerung

Bei den Anbauern lagert der Knollensellerie ab dem Spätherbst in kühlen, aber frostfreien Räumen unter feuchtem Sand oder Torf. So hält er sich viele Monate lang. Zu Hause genügt es, Knollensellerie im Kühlschrank aufzuheben. Dort bleibt er zwar keine Monate, aber immerhin bis zu zwei oder drei Wochen gut in Form. Wenn er unangeschnitten ist, bleibt er auch länger frisch.

Vorbereitung

Um an das weiße Fleisch von Knollensellerie zu kommen, schneidet man zuerst den Wurzel- und Blattansatz ab und schält ihn am besten mit einem Sparschäler. Dabei können Sie alle unansehnlichen braunen Stellen mit entfernen.

Anschließend waschen, abtropfen lassen und je nach Rezept erst vierteln, in Scheiben schneiden oder hobeln und dann in Würfel oder Streifen schneiden. Da Knollensellerie relativ hart ist, empfiehlt sich zum Schneiden ein möglichst großes und schweres Messer.

Anders als Staudensellerie muss Knollensellerie vor dem Verzehr geschält werden. Kommt das weiße, feste Fleisch mit Sauerstoff in Kontakt, beginnt es schnell zu oxidieren und wird braun. Entfernen Sie dann einfach den Anschnitt. Zitronensaft kann den Oxidationsvorgang verlangsamen.

Zubereitungstipps für Knollensellerie

- Suppe
- gekocht
- Püree (z.B. in Kombination mit Kartoffeln)
- paniert als Schnitzel
- roh geraspelt im Salat

Quelle: <https://eatsmarter.de/lexikon/warenkunde/gemuese/knollensellerie>

Rezept der Woche: Kartoffel-Sellerie-Stampf mit Gemüse-Konfetti

Ein Stück übrig gebliebene Sellerieknolle eignen sich toll als Zugabe für leckeren Kartoffelstampf. Die Schalen kann man auch dran lassen, wenn man faul ist. Man muss nur ordentlich stampfen, dann merkt es keiner.

Zutaten:

- ½ Sellerieknolle
- 350g Kartoffeln
- ca. 150g müdes Gemüse (z.B. Karotte, Zwiebel, Kürbis, Paprika, Zucchini)
- 5 EL Öl (gerne Rapsöl mit Buttergeschmack)
- 1 EL Essig
- Muskatnuss
- 1 ½ TL (Kräuter-)Salz
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

In einem großen Topf Wasser aufsetzen. Die Sellerieknolle mit einem schwarzen Messer von gröberer Schale und Wurzelauwüchsen befreien und grob würfeln. Die Kartoffeln waschen, wenn gewünscht schälen und in Stücke schneiden, die genauso groß sind wie die Selleriestücke. Spricht sehr kleine Kartoffeln ganz lassen. Das kochende Wasser salzen und Sellerie und Kartoffeln zusammen darin weich kochen. Das übrigen Gemüse fein würfeln, sonst werde es keine Konfetti. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und die Konfetti darin einige Minuten garen. Nur so lange, bis sie noch Biss haben. Mit dem Essig ablöschen, Platte ausschalten und bei Restwärme einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die weich gekochten Kartoffeln und Sellerie abgießen. Kartoffeln nach belieben schälen und beides zusammen mit 3EL Öl mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Auf zwei Teller aufteilen und mit Gemüse-Konfetti bestreuen.

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).

