

Aktuelles

Liebe Genoss*innen,

Das öffentliche Leben ist fast vollständig zum Erliegen gekommen. Nichtsdestotrotz geht es bei uns munter weiter. Die erste Pflanzung ist abgeschlossen, Radieschen gesät und Frühlingszwiebeln gesteckt. So sichern wir die Versorgung unserer Gemeinschaft auch in den nächsten Monaten. Doch wir stehen auch vor einer **kleinen Herausforderung**. Noch braucht das neue Gemüse Zeit zum Wachsen und die Lagerkulturen sind schon fast aufgebraucht. Das zeigt sich nun auch in der Qualität des Gemüses wie Spinat, Postelein und auch dem zugekauften Gemüse. Wir haben diese Problematik bereits erahnt, doch ist das Frühjahr auch für uns eine ganz neue Erfahrung. Wir hoffen auf euer Verständnis und dass ihr uns auch in diesen Zeiten weiter unterstützt. Wir haben **vorgesorgt mit verarbeiteten Produkten** wie Mehl, Birnensaft und Hanftee und arbeiten mit Hochdruck daran, die Gewächshauskulturen zu verfrühen. Es sind also wieder bunte Zeiten in Aussicht.

Aus diesem Grund, sowie die logistische Herausforderung vor die uns die Auslieferung in Coronazeiten stellt, haben wir uns entschieden, bis **Ende April weiter im 2-wöchigen Rhythmus** zu liefern. Dies dient zum Schutz des Teams sowie euch selbst, da jede Tour durch Berlin das Infektionsrisiko erhöhen kann. Im Mai erhoffen wir uns eine Entspannung der Situation und frisches Gemüse vom Feld, sodass wir dann wieder im altgewohnten wöchentlichen Rhythmus liefern können.

Es gibt weitere wichtige Neuigkeiten: nicht nur das Gemüse, auch unser Team wächst!

Wir begrüßen **Max**, der Veronika bei der Mitgliederkommunikation und Auslieferungslogistik unterstützt. Max studiert (wie Judith) Ökologie und Umweltplanung und wird PlantAge in einem 6-monatigen Praktikum begleiten. Die meisten von euch haben bestimmt schon Kontakt mit ihm über E-Mail oder Telefon gehabt.

Thorben studiert Ökolandbau in Eberswalde und ist für ein 5-monatiges Praktikum bei uns. Er interessiert sich ganz besonders für den bioveganen Anbau und der praktischen Arbeit auf dem Feld. Diese Woche wird er rund 300 Rhabarber pflanzen und ein Team aus Volunteers dazu anleiten.

Farina, die ebenfalls Ökolandbau in Eberswalde studiert wird ab nächsten Montag bei uns durchstarten.

Wir freuen uns außerdem eine vegane Gärtnerin in unserem Team zu haben!

Anni wird Ende April als gelernte Gemüsegärtnerin bei uns anfangen. Dazu dann später mehr 😊

Liebe Grüße und bleibt gesund
Euer PlantAge-Team

Rezept der Woche

Scarpinocc mit Semmelbröselfüllung

Da ihr ja (hoffentlich) alle zu Hause seid und dadurch vielleicht auch ein bisschen mehr Zeit habt, zum Kochen, haben wir euch heute mal ein etwas aufwändigeres und besonderes Rezept von Sophia ausgesucht. Auf ihrer Webseite (s. oben) findet ihr dazu auch ein anschauliches Erklärvideo. Viel Spaß beim Nachkochen!

1 Stunde/ 2 Portionen

Zutaten

- 100 g Mehl, z.B. 50 g Weizenmehl (550) und 50 g Hartweizengrieß oder Sortenrein
- 50 ml Wasser
- 1 TL Salz
- 2 EL Olivenöl
- 80 g Semmelbrösel
- 1/2 TL (geräuchertes) Paprikapulver
- ca. 5 EL Wasser
- 2 EL Olivenöl
- 4 TL süßer Senf
- eine Handvoll Rucola, Petersilie, Basilikum oder andere frische Kräuter
- Salz, Pfeffer

Soße

- eine weitere Handvoll Rucola, Petersilie, Basilikum oder andere frische Kräuter
- Abrieb und Saft einer halben unbehandelten Zitrone
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die Zutaten für den Nudelteig in eine Schüssel geben und vermengen. Auf einer glatten Arbeitsunterlage einige Minuten kräftig kneten bis der Teig schön elastisch ist.

Den Teig zu einer langen Wurst rollen und etwa walnussgroße Stücke abschneiden. Diese mit Hilfe eines Nudelholz auf einer bemehlten Unterlage zu ca. 12 – 14 Kreisen ausrollen.

Der Teig sollte nicht dicker als 2 -3 mm sein.

Die Semmelbrösel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Ihr könnt auch gekaufte Semmelbrösel verwenden, aber wenn ihr selbst welche aus altem Brot habt, ist das eine schöne Verwertungsmöglichkeit.

Wenn die Brösel schön angebräunt sind, in einer Schüssel mit dem Paprikapulver, Wasser, Öl, Senf und den fein gehackten Kräutern verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwa haselnussgroße Kügelchen rollen, diese jeweils auf einem Teigkreis geben.

Dafür werden die Teigkreise mit etwas Wasser befeuchtet, zu einem Halbmond zusammen gedrückt, so dass keine Luftblasen bleiben und dann mit der Naht nach unten etwas flach gedrückt.

Aus den restlichen Kräutern, dem Zitronenabrieb/saft und dem Olivenöl mit dem Pürierstab/ Blender ein schnelles Pesto zaubern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Teigtaschen in sprudelnd kochendem Salzwasser 3- 4 Minuten kochen bis sie oben schwimmen.

Die Teller mit einem Pestospiegel versehen und die warme Pasta darauf servieren.

Guten Appetit!

Happa Happa!

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

Gemüse-Tipps: Winterheckenzwiebel

Verwendung:

Die Schloten können fast das ganze Jahr über als frisches Schnittgrün in der Küche verwendet werden. Sie schmecken aufs Brot, in Dips, Salaten und Gemüse. Bei warmen Gerichten nicht mitkochen, sondern kurz vor dem Servieren über die Speisen streuen bzw. leicht unterheben. In Asien traditionell eine Zutat von Wok-Gerichten.

Geschichte:

Die Winterheckenzwiebel ist eine alte Bauerngartenpflanze und wurde bereits seit dem Mittelalter in Europa kultiviert. Vermutlich kamen im 17. Jahrhundert wildwachsende Winterzwiebeln aus Sibirien über Russland nach Europa. Ende des 18. Jahrhunderts wurden Winterzwiebeln besonders im Raum München in großen Mengen angebaut (*Quelle: Illustriertes Handbuch des Gartenbaues, Leipzig, 1909*). In China und Japan, wo bis zur Entwicklung der modernen Zwiebelnarten der letzten Jahrzehnte keine Speisezwiebeln angebaut wurden, erfreut sie sich immer noch großer Beliebtheit.

Quelle: <http://www.garten-des-lebens.de/gemuseportrait-winterheckenzwiebel/>

VEGAN ORGANIC FARM PLANTAGE OHNE MIST



Ernte der Woche KW 14

Aus eigenem Anbau

- Winterheckenzwiebel
- Postelein
- Spinat
- Petersilie

Von Biohof Hausmann

- Dinkelmehl

Von Bioland-Hof [Zielke](#)

- Rote Beete
- Schwarzrettich
- Knollensellerie
- Pastinake
- Porree