

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE
OHNE MIST

GEMÜSEBRIEF

KW 42



ERNTE DER WOCHE

- Kartoffeln**
- Kürbis** - verschiedene Sorten
- Fenchel**
- Salat* - Endivie oder Eichblatt
- Feldsalat*
- Zwiebeln**
- Salbei*

Von Markendorfer Obstbauer

- Birnen (nicht bio)

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

Hinweis: Kartoffeln haben teilweise Drahtwurmlöcher, welche ihr wegschneiden könnt

→ [Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 41\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 40\)](#)

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Bitte nehmt euch 15 Minuten Zeit, um an unserer diesjährigen **Umfrage** teilzunehmen. Wir bitten alle Genoss:innen und Ernteabnehmer:innen hier ihr Feedback mitzuteilen. Es hilft uns, unser Angebot entsprechend eurer Bedürfnisse anzupassen. Es ist eure Chance den Anbau mitzugestalten! Dankeee :)

→ [Zur Jahresumfrage](#)

Da bei den bisherigen Umfrage-Antworten bereits deutlich wird, dass viele die **Telegramgruppe "Ackerküche"** noch nicht kennen, möchten wir diese hier noch einmal vorstellen. Die Gruppe dient dem Austausch von Genoss:innen untereinander rund um Rezepte, Verarbeitungstipps und Co. zum PlantAge Gemüse. Ihr habt zum Beispiel keine Idee wie ihr Fenchel verarbeiten könnt? Stellt die Frage in die Gruppe und im Nu erfahrt ihr viele Möglichkeiten. Über folgenden Link könnt ihr euch selbst zur Gruppe hinzufügen.

→ [Jetzt der Ackerküche beitreten](#)

Der erste Satz **Feldsalat** ist so gut gewachsen, dass wir ihn jetzt schon ernten können. Er war zwar für den Winter gedacht, aber es ist noch früh genug um einen weiteren Satz nachzupflanzen. Prima!

Auch die **Zwiebelernte** war dieses Jahr überragend. Es ist so viel, dass es gar nichts ins Lager passt. Das was nicht rein passte, haben wir in den letzten Wochen in der Packhalle getrocknet und verteilen es diese Woche an euch.

Was auch im Lager trocknet, sind Kräuter wie zum Beispiel **Salbei**. Während es diese Woche noch einmal frischen Salbei gibt, planen wir den getrockneten im Winter für Tee zu nutzen.

Wir haben auf zwei verschiedenen Äckern dieses Jahr **Kartoffeln** angebaut. Leider sind die Kartoffeln, die wir am "Alten Acker" anbauten, ziemlich stark von Drahtwürmer durchzogen. Diese am besten schon vor dem Kochen ausschneiden. Die Kartoffeln vom "neuen" Feld sehen zum Glück wesentlich besser aus!

Da unsere eigenen **Kürbisse** sich dem Ende zuneigen, kaufen wir diese Woche ein paar Kürbisse von unserem Bio-Bauern des Vertrauens - Conrad Zielke - hinzu, damit alle einen Kürbis bekommen.

Erdige Grüße

Euer PlantAge Team

[Nächste Veranstaltungen:](#)

Online-Infoabend am 26. Oktober und 8. November um 19 Uhr

Teamsache: Katharina

Art der Anstellung: FÖJlerin (Freiwilliges Ökologisches Jahr)

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

Mein FÖJ hat am 01.09.21 hier begonnen. Ich habe mich zuerst relativ viel auf verschiedene Stellen in Niedersachsen, dort komme ich her, beworben und PlantAge zufällig auf Instagram gesehen. Die Genossenschaft hat sich interessant angehört und ich fand die Art und Weise der Präsentation auf Social Media

ansprechend. Also habe ich den ersten Kontakt durch eine Bewerbung aufgenommen und war dann ein paar Tage zum Probearbeiten vor Ort.

Was sind deine Aufgaben/Verantwortungen?

Das FÖJ findet hauptsächlich auf dem Acker statt. Hier werde ich aktuell noch in verschiedene Bereiche eingearbeitet. Jedoch findet ein intensives Einarbeiten in dem Bereich der Ernteleitung und Gemüseboxenplanung statt. Das bedeutet, dass ich koordiniere wer was wann und wo erntet und mit Freddy plane ich vorher welche Kulturen in die Gemüsebox für die darauffolgende Woche kommen sollen.

Auch auf dem Acker wird mir die Verantwortung für kleinere Tasks übergeben, so dass ich mit der Unterstützung von Anderen Beete hacke oder Kulturen ernte, für deren Endergebnis ich verantwortlich bin. Also ist es aktuell eine bunte Mischung aus Koordinierungs- und Ackerarbeit.

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

Motivierend finde ich am Arbeitsmorgen oft, dass ich weiß, dass wir an dem Tag etwas schaffen werden. So zum Beispiel die Jungpflanzen in die Erde zu bringen und ihnen somit ein prächtiges Wachstum zu ermöglichen.

Es ist auch immer wieder ein Ansporn das Gemüse letztendlich selbst zu genießen und dabei zu merken, dass das, was wir anbauen auch wirklich schmeckt. Ein totaler Hype ist es dann auf den Acker zu gehen und einfach flott zu ernten, was wir gerade für unser Lunch brauchen. Das motiviert total dazu diese Erlebnismöglichkeit an mehr Leute weiterzugeben.

Außerdem hat PlantAge als Betrieb auf jeden Fall eine wichtige Rolle der Verantwortung in dem System der Landwirtschaft übernommen. Durch den biovegane Anbau und das Prinzip einer Genossenschaft ist die Art und Weise des Wirtschaftens eine andere, die die Erde, von der wir nehmen, schützt und mehr wertschätzt. PlantAge lebt vor wie Landwirtschaft aussehen kann und sollte, damit wir unsere Existenzgrundlage schützen. Das motiviert mich im großen PlantAge auf dem Weg zu unterstützen und mein Bestes zu geben.



Rezepte der Woche: [Kürbis Sandwich](#)

Zutaten:

SANDWICH

- Sandwich-Brot (z.B. Ciabatta)
- 2 EL veganer Frischkäse
- 2 Handvoll Feldsalat
- 2 geh. TL eingemachte Preiselbeeren (Wild-Preiselbeeren)
- 4 getrocknete Tomaten in Öl
- Salz + Pfeffer

GEBACKENER KÜRBIS

- 300 g Hokkaido Kürbis
- 1 EL Olivenöl
- 1/2 TL Thymian, getrocknet
- 1/2 TL Paprikapulver
- 1/2 TL Salz
- 1/4 TL Pfeffer

Zubereitung:

1. Das Kerngehäuse des Hokkaido Kürbis entfernen und ihn in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden. Das Olivenöl mit Paprikapulver, Thymian, Salz und Pfeffer verrühren. Den Kürbis mit dem Öl vermengen und ihn im Backofen bei 200 Grad für 20 Minuten backen.

2. Das Sandwich-Brot aufschneiden und ebenfalls im Ofen für einige Minuten aufbacken. Inzwischen die



getrockneten Tomaten in Streifen schneiden.
3. Die untere Brothälfte mit Frischkäse bestreichen und mit Feldsalat, getrockneten Tomaten und den Kürbisspalten belegen. Alles noch mal mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen. Die obere Brothälfte mit dem Preiselbeer-Gelee bestreichen, darauf setzen und fertig.

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 kocht Alex: [Ravioli mit frischem Salbei-Apfel Pesto](#)

Herzhaft gefüllte Ravioli treffen auf selbstgemachtes Salbei- Apfel Pesto. Ein Rezept zum dahinschmelzen. Die Füllung der Ravioli besteht aus einer pflanzlichem Frischkäsealternative, die leicht herzhaft abgeschmeckt ist, umhüllt von einem seidig dünnem Nudelteig. Natürlich wie immer alles vegan! Das Salbei- Apfel Pesto rundet diese oberleckeren Ravioli perfekt ab, Salbei und Apfel sind einfach ein Dreamteam 😊. Und selbstgemacht Ravioli sind alles andere als schwer, dafür einfach Oberlecker.

Statt den Äpfeln kann man sicher auch Birnen verwenden.