



Liebe Kunden! KW 46 vom 12. November 2018

Schwäbischer Rahmkäse, - laktosefrei - , mind. 52% Fett

Ein cremiger Rahmkäse mit vollmundigem, leicht säuerlichem Aroma.

Der Käse wird aus frischer Vollmilch unter Zugabe von traditionell dick gelegtem Sauerrahm hergestellt und 2-3 mal wöchentlich von Hand mit Salzwasser gepflegt. Dadurch entwickelt er eine schöne goldgelb-rötliche Naturrinde.

2,69 €/ 100 g



Steinpilzkäse, - laktosefrei - , mind. 50 % Fett

Ein einzigartiger feiner Geschmack von Steinpilzen, Zwiebeln, grünem und schwarzem Pfeffer umgeben den Steinpilzkäse.

Dieser Käse eignet sich hervorragend als Brotbelag oder als Snack für zwischendurch.

1,69 €/ 100 g



Lieferengpässe!

In Italien und Frankreich gab es in den letzten Wochen heftige Unwetter. Wegen starken Regenfällen und heftigen Stürmen wurde bei vielen Landwirten die Ernte zerstört. Bei uns in Deutschland ist dagegen bei etlichen Gemüsesorten die Ernte beendet. Deshalb kommt es jetzt zu Lieferausfällen von verschiedenen Gemüsesorten. Wir bitten um Ihr Verständnis, wenn Sie bestellte Ware nicht erhalten haben.

Keine Bananen!

Vergangene Woche konnten wir Ihnen keine Bananen liefern. Die Qualität war alles andere als gut.

Kürbisse lagern

Hokkaido und Butternut Kürbisse lassen sich sehr gut lagern.

Die Kürbisse sollten frei von Druckstellen sein. Diese würden sonst zu Schimmelansatz führen. Eine Raumtemperatur von 15-20°C ist ideal. Wichtig ist, dass sich kein Kondenswasser auf den Kürbissen bildet.

Bei einem angeschnittenem Butternut- Kürbis können Sie die Schnittfläche trocknen lassen. Durch diesen „Schutzfilm“ trocknet der Kürbis nicht aus und ist für eine gewisse Zeit vor Schimmel geschützt.

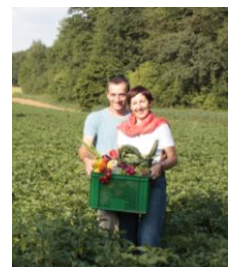


Auch wir sind jetzt bei Facebook!

Schauen Sie einfach vorbei, um Neuigkeiten und sonstige Informationen zu erhalten. Sollte es Ihnen gefallen, dann würden wir uns freuen, wenn Sie die Seite mit Ihren Freundinnen und Freunden teilen und entsprechend bewerten.



Eine schöne Woche wünscht Ihnen
Marion & Stefan Schäbler



Sie haben uns weiterempfohlen und einen Neukunden geworben? Als Dankeschön erhalten Sie einen Warengutschein über 20 €, sobald der von Ihnen geworbene Neukunde viermal mit einem „Grünen Korb“ beliefert worden ist bzw. eine regelmäßige Lieferung (Abo) eingerichtet hat.

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 47/18
 97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a
 Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336
 Internet: w w w .gras-huepfer.de
 DE-ÖKO-037

Name:
 Kundennr:
 Tel.:
 Lieferwoche:



Das gesamte Angebot an Gemüse, Salat und Obst stammt aus kontrolliert biologischem Anbau.
 Von Montag den 19.11.18 bis Freitag, 23.11.18 KW 47/18 voraussichtlich in Ihrem "Grünen Korb"

Gemischt:	S M L XL	Salat, Möhren, Blumenkohl, Kartoffeln Queen Anne, gelbe Bete, Rettich weiß (M, L, XL), Stangensellerie (L, XL), Äpfel, Birnen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat, Möhren, Blumenkohl, Kartoffeln Queen Anne, gelbe Bete, Rettich weiß, Landgurke Stangensellerie (M, L, XL), Champignons (L, XL), Radieschen (XL)
Mild:	S M L XL	Salat, Möhren, Blumenkohl, Kartoffeln Queen Anne, gelbe Bete, Rettich weiß (M, L, XL), Stangensellerie (L, XL), Äpfel, Birnen
Regionaler Korb:	S M L XL	Feldsalat, Möhren, Blumenkohl, Kartoffeln Queen Anne, Gelbe Bete, Rettich weiß (M, L, XL), Stangensellerie (L, XL), Äpfel, Birnen
Obst:	S M L XL	Äpfel, Birnen, Bananen, Grapefruit, Kiwi, Clementinen, Orangen

Anderungswünsche / zusätzliche Bestellung

	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Frucht- & Blattgemüse		Obst	
.....St Auberginen, NL	4,69 / kgSt Ananas, CR	2,99 / St
.....kg Fenchel, I ?	6,89 kgSt Avocado, Mx/Sp ?	2,29 / St
.....kg Landgurken, Sp	4,59 / kgkg Äpfel der Woche, D	4,19 / kg
.....kg Lauch, Regional	5,59 / kgkg Äpfel der Woche, 3 kg Vorratstütze 11,94 € / 3 kg..Sorte	
.....kg Mangold, Italien	6,69 / kgkg Äpfel Elstar, D	4,19 / kg
.....kg Paprika gelb, Sp	7,99 / kgkg Apfel Gala, D	4,19 / kg
.....kg Paprika grün, Regional	7,99 / kgkg Äpfel Santana, D	4,19 / kg
.....kg Paprika rot, Regional/NL	8,99 / kgkg Äpfel Topaz, Regional	5,89 / kg
.....St Schlangengurke, Sp ?	1,99 / Stkg Bananen, DO/PE	2,99 / kg
.....kg Spinat, Regional	6,99 / kgkg Birnen, D	4,99 / kg
.....St Stangensellerie, Regional	3,39 / Stkg Clementinen, I	5,29 / kg
.....kg Tomaten, NL	6,29 / kg	...200 g Datteln, Groß, Isr.	4,60 / 200 g
....250g Cherrytomaten, Regional/NL	2,79 / 250 gSt Granatapfel, Sp	2,39 / St
.....kg Zucchini, Sp ?	5,69 / kgSt Kaki, Sp	1,49 / Stück
	St Kiwi, I	0,65 / St
	St Kiwi gelb, I	0,75 / St
	St Limetten, MX	7,99 / kg
	St Mango, Sp	4,65 / St
	kg Orangen, Sp	4,99 / kg
	kg Zitronen, I	6,59 / kg
	kg „Apfelbri-Äpfel“ (Äpfel mit kleinen Fehlern) 2,00 €/kg solange der Vorrat reicht	
		Kartoffeln	
		Kartoffeln Agria, vfk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg
		Kartoffeln Laura, rotschalig, fvk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg
		Kartoffeln Regina, fk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg
		Kartoffeln Queen Anne fk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg
		Frühkartoffeln mk, Regional 2,99 / kg
	kg	Bataten / Süßkartoffeln, I 5,29 / kg
	kg	Topinambur, Regional 4,89 kg
		Zwiebeln	
	kg	Gemüsezwiebeln, Sp 3,99 / kg
	kg	Zwiebeln gelb, Regional 3,99 / kg
	kg	Zwiebeln rot, D 3,99 / kg
	 Bund	Zwiebeln im Bund, Regional 2,99 / Bund
	kg	Schalotten, A 5,99 / kg
	kg	Knoblauch, D/A 1,49 / 100g
		Pilze	
	200 g	Austernpilze, Regional 2,99 / 200 g
	200 g	Champignons, Regional 2,29 / 200 g
		Nüsse	
		...Beutel	Erdnüsse mit Schale, I 4,59 / 330 g
	200 g	Walnüsse lose, F 3,12 / 200 g
	100 g	Pistazien, USA 3,89 / 100 g
	200 g	Maronen, gegart, F 4,99 / 200 g

Da es sich um Frischware handelt, sind die Preise freibleibend!

Ganz neu - ganz aktuell- Demeterweine

Der Zwölberich ist ein Familienbetrieb mit einer Tradition seit 1711 und hat seit nun bald 20 Jahren sich seine Kompetenz im biologischen und biologisch-dynamischen Weinbau erworben. Im Zentrum der Arbeit steht die Erzeugung von höchster Qualität, großem Wohlgeschmack und uneingeschränkter Bekömmlichkeit der Erzeugnisse. Die Weinberge erkennen Sie schon von weitem: Zwischen den Rebzeilen ist doppelt so viel Platz wie bei anderen Winzern. Macht doppelt so viel Luft und Sonnenlicht für die Reben. Und das wiederum minimiert nicht nur die Gefahr vor Schimmel und Pilzbefall – es ist der Ort für die wichtigsten „Helfer“. In diesem natürlichen Paradies aus Wildkräutern, Blumen und Gräsern tummeln sich unzählige Schmetterlinge, Marienkäfer, Bienen, Vögel, Fliegen, Fasane, Rebhühner und Igel. Und zum „Dank“ schützen sie die kostbare Ernte auf natürliche Weise vor Sauerwurm, Spinnmilben und anderen Gegenspielern des Weinbaus. Im Weingut wird komplett auf chemisch-synthetische Bekämpfung der Schädlinge verzichtet. Wie das geht? Ganz einfach durch die geleistete Vorarbeit: durch den geschaffenen Lebensraum und die gesunde Nährstoffzufuhr entwickeln die Reben mehr Widerstandskraft gegenüber pilzlichen Schädlingen. Die Trauben und Blätter werden mit Extrakten aus Schachtelhalm, Brennnessel, Urgesteinsmehle, elementaren Schwefel und – in Ausnahmefällen – Bordelaiser Brühe gekräftigt. So haben Pilze nur in geringem Maß eine Chance.

Hier nun die besonderen Weine

**Vitalo 2016, Silvaner & Riesling
 Qualitätswein trocken**

Farbe: hellgelb
 In der Nase: Blumenwiese;
 Im Geschmack: würzig,
 Stachelbeere, anregendes
 Säurespiel;
 dazu: Pizza und Pasta

9,90 € /
 1 Liter

12,90 € /
 0,75 Liter



St. Laurent, Rotwein Qualitätswein trocken
 Im Glas: leuchtendes Rubinrot
 In der Nase: Johannisbeere, Brombeere
 dezente Vanillearomen
 Im Geschmack: Wildkirsche, sanfte
 Tannine, zarte Röstaromen
 dazu: Rinderbraten mit Speckbohnen und
 Salzkartoffeln

Pinot Noir & Pinotin, Rotwein feinherb

Farbe: warmes Rubinrot
 In der Nase: Brombeere, getrocknete Feige
 Im Glas: herzhaft, kräftig, die Tannine elegant mit dezenter Süße
 verbunden, beeriger Abgang
 dazu: Rehmedallions in Preiselbeer-Rotweinsauce mit Couscous und grüner
 Spargel

11,90 € /
 0,75 Liter



Riesling, Qualitätswein trocken, 2017

Im Glas: helles Gelb
 In der Nase: grüner Apfel, Grapefruit
 Im Geschmack: Kiwi mit angenehmer Mineralität
 dazu: Zanderfilet an Dillsauce mit Frühkartoffeln

10,90 € /
 0,75 Liter



Gewürztraminer Auslese

Im Glas: zartes orange
 In der Nase: Rose, reife Banane
 Im Geschmack: würzig, cremig, ausdrucksstarker
 Traminer
 dazu: herzhaftes Weich-/Schimmelkäse

16,90 € /
 0,5 Liter



Rezepte

Gefüllte Paprika mit Joghurtsoße

Zutaten für 4 Personen:

5 Paprikaschoten
500 g Rinderhackfleisch
1 große Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
2 Bund Petersilie
250 g Reis
100 g Rosinen
2 Dosen passierte Tomaten
1 Becher Joghurt
Öl
Salz & Pfeffer
Kurkuma
Kreuzkümmel
Zimt

Zubereitung:

Reis mit den Rosinen und Kurkuma in Olivenöl anbraten und mit ca. 500 ml Wasser ablöschen. Den Reis salzen und auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis er bissfest ist. Das Wasser sollte dann verdampft sein.

Währenddessen das Hackfleisch mit der Zwiebel krümelig braten und die Paprikaschoten vorbereiten: einen Deckel abschneiden und aushöhlen.

Wenn der Reis fertig ist, ca. ein Drittel davon in das Hack mischen und mit den oben angegebenen Gewürzen und der inzwischen klein gehackten Petersilie großzügig würzen und vermischen, dann die Paprikaschoten damit füllen.

Die Paprikaschoten in eine Ofenform stellen, mit den vorher gewürzten passierten Tomaten begießen und alles bei 180° Umluft für 45 min. in den vorgeheizten Ofen geben.

Unterdessen den Joghurt plus Salz und Knoblauch mit dem Mixstab schaumig rühren. Den restlichen Reis dazu servieren.

Rotes Paprikagemüse

Zutaten für 4 Personen:

250 g Zwiebeln, gewürfelt
2 Knoblauchzehen gehackt
2 Chilischoten, entkernt und gewürfelt
1 kg Paprikaschoten, rot, in dickere Streifen geschnitten
1 große Dose Tomaten gewürfelt
Olivenöl
Salz & Pfeffer
2 Lorbeerblätter
Tomatenmark
Oregano & Thymian

Zubereitung:

Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Lorbeerblätter in Olivenöl anschwitzen. Paprikastücke dazugeben, salzen und pfeffern und ca. 5 min. unter Rühren anbraten. Tomatenstücke und Tomatenmark unterrühren. Pfanne zudecken und ca. 30 min. schmoren. Kurz vor Garende nach Belieben mit Kräutern abschmecken.

Schmeckt zum Beispiel gut zu Spaghetti.

Heißer Obstnachtisch

Zutaten für 4 Personen:

2 Bananen
2 Birnen
2 Äpfel
2 Handvoll Heidelbeeren
200 ml Direktsaft (Apfel, Birne, gemischt..)
500 g Naturjoghurt
2 Spritzer Zitronensaft
2 EL Honig
etwas Zimt

Zubereitung:

Den Apfel und die Birne schälen und in Spalten schneiden, die Banane in mundgerechte Stücke schneiden. Die Apfelspalten in einen Topf geben, den Saft, den Zitronensaft und den Zimt zufügen und mit geschlossenem Deckel dünsten. Wenn die Äpfel nach ca. 5 Minuten bissfest gedünstet sind die restlichen Obstsorten hinzufügen und noch ein bis zwei Minuten leicht dünsten.

Nun den Naturjoghurt in Schälchen füllen. Den Honig wahlweise auf das Obst geben oder direkt in den Joghurt mischen. Das heiße Obst zum Joghurt geben und nach Belieben umrühren oder geschichtet genießen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!