



# Monatsbrief Juli 2019

## 100 Prozent

Liebe Kunden,

endlich Sommer, aber auch schon wieder ganz schön heiß und trocken. Wäre ja auch zu schön gewesen, hätte der Klimawandel dieses Jahr einen kleinen Aussetzer gehabt. Dabei können wir doch bis jetzt zufrieden sein, hatten wir doch einen durchaus angenehmen Mai und Juni mit gerade den richtigen Temperaturen und Niederschlägen. Gerade richtig, aber doch ein wenig später wie letztes Jahr, kommt unser Fruchtgemüse, also Gurke, Paprika, Tomate und Zucchini in die Erntereife. Diese Fruchtarten können von der Sonne nicht genug bekommen und schmecken dann besonders gut.



Tomaten haben wir dieses Jahr mehrere Sorten:

- Normal runde, ca. 120g-Früchte: Roterno und Bolstar Grande
- Cocktail, ca. 60g-Früchte: Baylee unser Geschmackwunder
- Cherry ca. 20g-Früchte: Sakura einfach nur süß und lecker
- Tomatenraritäten: hier ist alles möglich, aus samenfesten Früchten gewonnene Pflanzen in vielfältiger Farbe und Form



dass wir 100 Prozent Biogemüse aus eigenem Anbau haben. 100 Prozent regional sowieso, da die paar Sorten, die uns mal ausgehen, dann von unseren Kollegen aus der näheren Umgebung kommen.

Einiges an Bioware bekommen Sie auch im Discounter um die Ecke, zu unserem Erschrecken seit geraumer Zeit auch Biolandware. Weniger aus Gründen der Existenzangst, sondern vielmehr aus Wut, dass selbst unser eigener Verband eine Kooperation mit Unternehmen eingeht, die mit zunehmenden Preisdruck und billigen Lebensmitteln eine industrielle Landwirtschaft fördern, die für Ausbeutung an Mensch und Natur steht.

**Bio aus Überzeugung, 100 Prozent Bio statt 5 Prozent im Discounter, Herzblut statt Profitdenken dafür stehen wir und das ist unsere Überzeugung.**

Für uns Gärtner kommt eh nichts anderes in die Tüte, wer in der Natur arbeitet, kann gar nicht anders, als mit Ihr zu harmonieren.

Wir wünschen einen schönen Sommer von den

Gärtnern aus Süchtterscheid

Das alles und noch viel mehr werden wir in den Monaten Juli bis Oktober im Anbau haben und dann in vielen Wochen mit Stolz behaupten,

### Inhalt:

<b>Angebote</b>	im Juli	Seite 2
<b>Grillsaison</b>	und Doreen	Seite 3
<b>Aktuelles</b>	Gemüse des Monats	Seite 4
<b>Rezept</b>	Tomaten Mozzarella Crostini	Seite 4

### Gemüse des Monats

#### Das Fruchtgemüse

„Lang ersehnt und endlich da. Tomaten, Zucchini, Gurke und Co. läuten den Sommer ein..“

**DIE HOFKISTE**, Inhaberin: Rita Lemmen-Hüsgen,

Biohof Hüsgen, Auf der Sandkaule 24, 53773 Hennef-Süchtterscheid

Tel: 02248-4076 Fax: 02248-445356 [www.bioland-huesgen.de](http://www.bioland-huesgen.de) email: info@bioland-huesgen.de

Öko-Kontrollstelle DE-ÖKO-006

# Angebote im Juli

**Zaziki 175g**  
2,55 EUR  
**Black Forest Tofu**  
2,99 EUR  
**Tofu Basillikum**  
2,99 EUR



**Crostello Brat- und Grillkäse**  
4,30 EUR



**Oliven gefüllt mit Knoblauch 190g**  
3,90 EUR  
**Oliven Kalamata violet o.Stein**  
4,85 EUR  
**Artischockenherzen geviertelt**  
4,60 EUR



**Getrocknete Tomaten mariniert 150g**  
4,99 EUR ← **super lecker!!**  
(auch perfekt für Salate)

**Lammsbräu alkoholfrei 10x0,33l**  
9,60 EUR  
**Lammsbräu Radler 10x0,5l**  
12,50 EUR



**Kerne-Mix mediterran**  
2,70 EUR  
**Basis Müsli 750g**  
2,95 EUR



**Olivenöl Blume des Öls**  
13,99 EUR  
**Balsamcreme di Modena**  
5,65 EUR  
**Helle Balsamcreme**  
5,65 EUR



**Spaghetti bioladen 500g**  
1,06 EUR  
**Penne 500g**  
1,06 EUR



**Backmischung schneller Käsekuchen**  
3,20 EUR  
**Backmischung Schoko Kuchen**  
3,40 EUR



## Schmackhafter Käse

**Mozzarella di Bufala Campana**  
ca. 3,20 EUR  
**Demetros Schafkäse 200g**  
ca. 5,58 EUR (27,90kg)



**Altbierkäse Münsterländer 200g**  
4,78 EUR (23,90/kg)  
**Ziegenrolle Honig 125g**  
ca. 3,75 EUR/Stück



## Wein zum Genießen

**Toujours Rosé 0,75l**  
7,50 EUR  
**Toujours Rosé ab 3 Flaschen**  
6,99 EUR je Flasche  
**Toujours Rosé 6 Flaschen**  
40,50 EUR



**Appléritif Apfel, Ingwer & Beere**  
7,80 EUR  
**Appléritif Apfel & Rose**  
7,80 EUR



**Hochzeitswein**  
9,50 EUR



**Alle Angebote in diesem Monatsbrief behalten Ihre Gültigkeit nur, solange die Ware verfügbar ist. Für Druckfehler keine Haftung. Es gelten unsere AGB**

# Sommer, Sonne, Grillzeit

Die letzte Juniwoche hatte es richtig in sich. Bei so heißen Temperaturen sind nicht nur wir auf der Suche nach schattigen Plätzen.

So heiße Temperaturen lassen uns nicht selten die Essensplanung über Bord werfen. Jetzt sind wasserhaltige und nicht zu schwere Gerichte angesagt. Gerade Salate, Wassermelone, Obstteller oder Rohkostgemüse sind gern gesehen und helfen uns, die heiße Zeit zu überstehen. Doch auch der Grill steht jetzt nicht still. Da wird das Essen dann spontan nach hinten in die angenehmeren Abendstunden geschoben und man kehrt mit Freunden und Familie in Garten oder Balkon ein.

Jetzt kann das experimentieren losgehen. Von selbstgezauberten Marinaden, vielfältigsten Gemüsespießen, einer großen Salatauswahl, gefüllten Zucchini oder gegrilltem Obst, hier gibt es kein Halten mehr. Gerade Melone, Ananas und Co. eignen sich hervorragend, um auf dem Grill zu kommen, denn durch den hohen Fruchtzuckeranteil karamellisiert die äußere Schicht und rundet so manchen Grillabend erst so richtig ab.

Und wer hätte es gedacht: auch eine kühle Weinschorle oder ein kaltgestelltes Bier lassen unsere Herzen an solchen Tagen etwas höher schlagen. Kleinere Bierflaschen eignen sich umso besser, denn hier ist der Inhalt schneller leer und so hat er keine Chance

sich zu erwärmen. Zudem sind die kleinen Flaschen auch deutlich platzsparender in Kühlschrank oder Keller.

Und wenn wir Ihnen jetzt noch verraten, dass wir auch Grillkohle, Grillanzünder, Grillgewürze und Grillsaucen der Firma Nero führen, dann steht dem nächsten Grillabend im Sommer nichts mehr im Weg. Denn die Firma Nero ist bekannt für ihre Nachhaltigkeit, ganz besonders beim Thema Grillkohle. Hier werden keine Tropenwälder abgeholzt, sondern Resthölzer aus biologisch bewirtschafteten Wäldern mit kurzen Transportwegen genutzt.



Eine kleine Info auf dem Weg:

Durch das nun immer wärmer werdende Wetter kommt es vor, dass wir den Inhalt der Kisten vermehrt in Plastikfolie packen. So übersteht Ihr Obst und Gemüse den Temperaturunterschied aus dem gekühltem Fahrzeug an den gewünschten Abstellort besser.

Natürlich können Sie uns jedoch mitteilen, wenn Sie auf die zusätzliche Folie verzichten wollen. Dann werden wir dies in Ihrem Kundenkonto vermerken und Ihnen die Kiste wie gewohnt ohne Folie ausliefern, denn wir sind bemüht so wenig Plastik wie nötig in Umlauf zu bringen und sind immer auf der Suche nach besser geeigneten Alternativen.



Hallo ich bin Doreen Mohnke.

Seit Mai 2019 verstärke ich das Hofkisten Packteam. Mein größtes Anliegen hier im Betrieb ist es, dass wir gemeinsam Ihre Kisten sorgsam und pünktlich für die Auslieferung bereitstellen. Es macht mir große Freude zusammen mit meinen Kollegen Ihre Kisten mit leckerem und knackigem Obst und Gemüse zu füllen.

## Tomaten-Mozzarella-Crostini

**Zutaten:** 4 Tomaten, 250 g Mozzarella, 100 g Oliven ohne Stein, 2 Knoblauchzehen, 4 EL Olivenöl, etwas getr. Oregano, Kräutersalz, Pfeffer, 4 Scheiben Vollkornbrot, etwas Basilikum

Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und abziehen.

Den Mozzarella abtropfen lassen und wie die Tomaten und Oliven in kleine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und durchpressen.

Aus dem Olivenöl, dem Knoblauch und den Gewürzen eine Marinade herstellen und über das Tomaten-Mozzarella-Gemisch geben.

Die Brotscheiben tosten, den Tomaten-Mozzarella-Belag auf den Brotscheiben verteilen. Das Basilikum waschen, Blättchen abzupfen und das Brot damit garnieren.

# Gurke, Paprika, Tomate und Co

Unsere Fruchtgemüseklassiker im Sommer Gurke, Paprika und Tomate sind wie viele Obst und Gemüsearten nicht heimischen Ursprungs:

- aus Indien die Gurke
- die Nachtschattengewächse Paprika und Tomate aus Südamerika

In unserer Gärtnerei starten wir im Februar/März mit der Aussaat. Und das sogar meist noch auf der Fensterbank, da es nicht lohnend wäre, ein Gewächshaus zu dieser Jahreszeit auf die benötigten 20 Grad aufzuheizen.

Pikieren, umtopfen, gießen und pflegen sind nötige Arbeiten bis wir endlich Ende April die Pflanzen im Gewächshaus auspflanzen können.

Damit die Pflanzen gut wachsen können werden Tomaten und Gurken an Schnüren angebunden, an denen sie dann hinauf ranken. Paprika kommt hingegen mit einem waagerechten Stützgerüst zurecht.

Immer wieder Ranken und Geiztriebe entfernen, ist oftmals in den heißen Gewächshäusern eine schweißtreibende Angelegenheit.

Endlich, fast 4 Monate nach der Aussaat dann die ersten Früchte. Aber auch nur, wenn einem die vielen Läuse, Spinnmilben, der falsche Mehltau, die Krautfäule und in Auberginen auch schon mal die Kartoffelkäfer, noch etwas übrig gelassen haben.

Eigentlich nicht unsere Lieblingskulturen, da Frust und viel Arbeit hier ständiger Gast ist. Aber alle lieben die reifen Früchte und das ist doch das Entscheidende und spornt uns an, jedem Tag aufs Neue raus in die Gewächshäuser und auf die Felder zu fahren.

