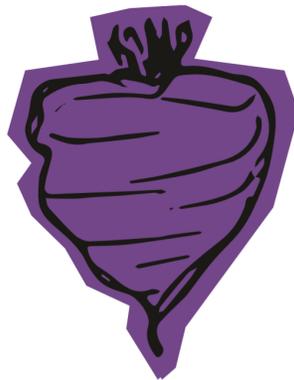


VEGAN ● ORGANIC ● FARM

PLANTAGE

OHNE MIST



Ernte der Woche KW 23

Aus eigenem Anbau

- Apfelsaft ODER Tomatensugo** ODER Rhabarber*** von Biohof Zielke
- Salat** - rot und grün
- Mangold* - Rainbow und Glatter Silber
- Radieschen**
- Rettich*
- Fenchel*
- Schnittlauch*
- Frühlingszwiebeln*

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

*** bio

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

Am Wochenende findet der womöglich größte **Mitmachttag** in der PlantAge-Geschichte statt. Es gibt viel zu tun, deshalb freuen wir uns, dass sich so viele angemeldet haben und uns unterstützen werden. Aufgrund der hohen Nachfrage, finden Mitmachtage nun wieder **zweimal im Monat** statt. Alle weiteren Infos und das Formular zur Anmeldung findet ihr auf unserer [Webseite](#).

Bei manchen Ernteanteilen waren die **Radieschen** letzte Woche schon ein bisschen durch. Wenn Radieschen zu lange im Feld sind, werden sie holzig und beginnen die Energie in den Trieb zu senden. Zudem gehören Radieschen zu den Kohlgewächsen und diese sind bei vielen Insekten ganz besonders beliebt. Mit unseren feinmaschigen Kulturschutznetzen können wir uns gut, gegen die meisten Tierchen schützen, jedoch ist ein Befall am Rande der Netze oder durch im Boden überwinterte Insekten möglich.

Hier gibt es eine Übersicht über die [Kulturprobleme beim Anbau von Radieschen](#), für alle die gerne mehr erfahren möchten.

Wir sind nun sensibilisiert und werden bei der Ernte noch stärker auf eine gute Gemüsequalität für euch achten. Alles andere bleibt direkt auf dem Feld und nährt die nächste Kultur.

“**Bei Solidarischer Landwirtschaft** (Solawi) werden die Lebensmittel nicht mehr über den Markt vertrieben, sondern fließen in einen eigenen, durchschaubaren Wirtschaftskreislauf, der von den Verbraucher:innen mit organisiert und finanziert wird. (...) Solidarische Landwirtschaft ist eine innovative Strategie für eine lebendige, verantwortungsvolle Landwirtschaft, die gleichzeitig die Existenz der Menschen, die dort arbeiten, sicherstellt und einen essentiellen Beitrag zu einer nachhaltigen Entwicklung leistet.“ (*Netzwerk Solidarische Landwirtschaft*)

Die **Genossenschaft** ist die Rechtsform unserer Solawi. Alle Mitglieder der Genossenschaft sind Eigentümer:innen des Betriebes. Es wird nicht nur das Produkt, sondern die gesamte Landwirtschaft finanziert. Durch die Einlagen haben wir das Startkapital aufgebracht und sind dadurch unabhängig von Banken und Investoren.

Nach der Testphase, wenn ihr euch für den Jahreserntevertrag entscheidet, welcher uns Planungssicherheit gibt und das Einkommen unserer Mitarbeiter:innen sichert, werdet ihr **Genoss:in**. Dazu füllt ihr [DIESES](#) Dokument aus und sendet es per Post an uns.

Solidarische Grüße

Euer PlantAge-Team

Teamsache - Therese

Seit Mitte März bin ich hier bei PlantAge als **Auszubildende** im Gemüsebau im dritten Lehrjahr. Mein Aufgabengebiet spannt sich über den ganzen Acker und ich bin beim Pflanzen, bei Kulturpflegemaßnahmen und beim Ernten über das Jahr hindurch dabei.

Die Ausbildung habe ich begonnen aus dem tiefen Bedürfnis heraus, mich verbunden zu fühlen, mit der Natur, den Jahreszeiten, der Wetterkraft und dem was ich essen möchte. Ich wollte Boden unter meinen Füßen spüren und den Wind im Gesicht. Das ist es auch was mich jetzt trägt, ich mache eine Arbeit, die mich erdet. Und praktischerweise haben auch andere Menschen etwas davon, das erfüllt mich mit Zufriedenheit, denn mein Tun macht somit nicht nur mich allein glücklich.



Aus der Genossenschaft

"Manchmal da kommt plötzlich alles anders als man denkt oder es für sich geplant hat ... Deshalb freue ich mich riesig, dass mir das PlantAge-Team seine Unterstützung angeboten hat. Und so wende ich mich heute direkt an Euch: Ich, Karen, 27, derzeit in einem unbefristeten Arbeitsverhältnis tätig, bin **auf der Suche nach einem neuen Zuhause**. Die Wohnung sollte mindestens über 1,5 Zimmer verfügen, super wären 2 Zimmer. Als Standort favorisiere ich den Prenzlauer Berg oder Friedrichshain, bin aber total offen, auch einen anderen Bezirk/Kiez kennenzulernen. Die Wohnung sollte bestenfalls innerhalb der Ringbahn liegen und möglichst nicht mehr als 850 € warm kosten. Über jeden Tipp von Euch per Mail an **karen.eichstaedt@web.de** oder über mein **Handy 0152 5342 8921** bin ich sehr dankbar"

Gemüse-Tipps: Mangold

Verwertungs-Ideen

- gedünstet als Zugabe zu Getreidegerichten und in Eintöpfen
- in Suppen, z.B. mit Linsen, Kokosmilch und Kurkuma
- zu Pasta aller Art, z.B. für Lasagne oder cremige Soßen
- gedünstet als Pizzabelag, z.B. mit Zwiebeln und Knoblauch
- gefüllt mit Resten (Reis, Getreide, Kartoffelstampf)
- püriert als Pesto/ grüne Soße/ Dressing
- in grünen Smoothies
- als Salat, pur oder in leckerer Kombi, z.B. mit Trockenfrüchten, (Süß)Kartoffel...
für Füllungen, gemischt mit Resten (Couscous, Reis, Quinoa,...) z.B. gefüllte Paprika
- roh als gesundes Wrap

Von der Köchin und Autorin *Sophia Hoffmann* (www.sophiahoffmann.com)

Rezept der Woche: Fenchelsorbet

Zugegeben, diese Woche wird es etwas experimentell. Im Grunde klingt das Rezept aber gar nicht schwierig, also traut euch ruhig mal ran! Wenn man keine Eismaschine zur Hand hat, kann man die Eismasse mindestens zweimal nach etwa 30-60 Stunde mit der Hand durchrühren. ([Tipps und Rezepte für Eis ohne Eismaschine](#))

Zutaten:

- 175 g extrafeiner Zucker
- 150 ml Wasser
- Ggf. 100 ml trockener Weißwein
- 1 Prise Salz
- 2 Knollen Fenchel
- 2 Stiele frische Fenchelgrün

Zubereitung

1. Zucker, Wasser, Wein und Salz in einem Topf etwa 4 Minuten leicht erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Topf schwenken, damit am Boden verbliebene Zuckerkrystalle verschwinden, und den Sirup zum Abkühlen in eine Schüssel füllen. 30 Minuten im Kühlschrank abkühlen lassen.
2. Die Fenchelknolle waschen, den Strunk am unteren Ende ausschneiden, das Kraut mit den zusätzlichen Stängeln in ein engmaschiges Sieb schneiden. Die Fenchelknolle fein schneiden und in einem Topf mit kochendem Wasser 1 Minute blanchieren. Den Topfinhalt direkt über das Fenchelkraut im Sieb abgießen und mit fließend kaltem Wasser abschrecken, bis der Fenchel erkaltet ist. So bleibt die Farbe erhalten, und der Garvorgang wird unterbrochen.
3. Den Siebinhalt mit etwas abgekühlten Zuckersirup im Mixer pürieren. Das Püree so weit wie möglich mit dem Rücken einer Kelle in kreisförmigen Bewegungen durch ein engmaschiges Sieb in eine Schüssel streichen. Im Sieb verbliebene Reste mit dem übrigen Sirup im Mixer pürieren und nochmals durch das Sieb streichen.
4. Gegebenenfalls den Liqueure untermischen. Mit einer Eismaschine nach Anleitung des Herstellers rühren, bis die Masse gefroren ist. Zugedeckt 2 Stunden vor dem Servieren einfrieren.
5. Wenn das Sorbet länger gefroren war und hart geworden ist, den Deckel abnehmen und 40 Minuten vor dem Servieren im Kühlschrank antauen lassen.

Quelle: <https://eat smarter.de/rezepte/fenchelsorbet>