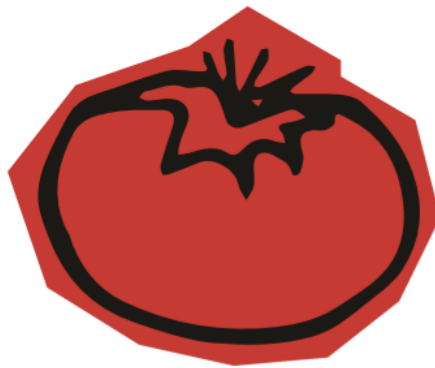


VEGAN ● ORGANIC ● FARM  
**PLANTAGE**

OHNE MIST



## Ernte der Woche KW 29

Aus eigenem Anbau

- Salat\* - rot und grün
- Mangold\*\* - Rainbow und Glatter Silber
- Gurke\*
- Zucchini\*\*
- Fenchel\*\*
- Rote Beete\*\*
- Spitzkohl\*\*
- Frühlingszwiebeln\*\*
- Basilikum\*
- Schnittlauch\*
- Evtl. Tomaten\*

\* biozyklisch-vegan

\*\* in Umstellung

→ [Feedback zum Ernteanteil \(KW 28\)](#)

# Aktuelles

## Liebe Genoss:innen,

Die ersten **Tomaten!!!** Es geht so langsam los mit der Ernte der ersten reifen Früchte. Es wird also noch nicht für alle Ernteanteile reichen. Wir haben für euch bzw. für uns alle gemeinsam wieder eine kleine Vielfalt an Tomatensorten angebaut, die wir euch nächste Woche genauer vorstellen möchten.

Die **wöchentlich Ernteumfrage** ist da! Ab jetzt könnt ihr uns wöchentlich zeitnahes und anonymes Feedback zum Ernteanteil geben, sodass wir noch schneller auf eure Wünsche eingehen können. **Das Feedback bezieht sich immer auf die vergangene Woche.** Also wenn wir jetzt KW 29 haben, bezieht sich die Umfrage auf die Ernte aus KW 28! Denn die Menge an Gemüse kann man ja oft erst am Ende der Woche beurteilen, ob es gereicht hat oder zu viel war. Auch die Qualität des Gemüses zeigt sich oft erst beim Kochen.

Die Umfrage wird jede Woche ausgewertet und in die Planung der weiteren Wochen einbezogen. Bitte beachtet, dass wir die große Anbauplanung bereits im Winter machen und natürlich nicht spontan anderes Gemüse anbieten können. Wir haben dennoch viele Möglichkeiten zu regieren und streben an uns immer weiter zu verbessern. Mit der Teilnahme an der Umfrage könnt ihr uns dabei unterstützen.

→ **[Feedback zum Ernteanteil \(KW 28\)](https://forms.gle/jpKGJUHBZ4DXSn377)** - <https://forms.gle/jpKGJUHBZ4DXSn377>

*(Bis nächste Woche wird es dann auch eine Button auf der Webseite geben)*

Wir haben immer noch einen starken Vorrat an Apfelsaft in 5-Liter-Paketen, wer also nochmal Nachschub einmalig oder regelmäßig haben möchte, kann diesen gerne zur Gemüselieferung dazu bestellen. 15€/5 Liter Big Bag.

→ **[Apfelsaft bestellen](#)**

Es wird diesen Herbst eine deutlich geringe Apfelernte geben! Grund dafür ist die natürliche Alternanz von Obstbäumen. "Unter **[Alternanz](#)** versteht man die Schwankung des Fruchtertrages im zweijährlichen Rhythmus an Obstbäumen, insbesondere bei Kultur-Apfel und Kultur-Birne sowie an Olivenbäumen und Zwetschgen, häufig ausgelöst durch Einflüsse der Witterung.

Dies führt beim Apfel zu den sogenannten „Apfel-Jahren“, die sich direkt mit Jahren sehr geringen Ertrages abwechseln. Ohne gärtnerische Eingriffe würde hierdurch der Obstanbau unrentabel, da in den Apfeljahren viele, aber relativ kleine Früchte bei erhöhtem Angebot nur wenig Gewinn einbringen, während im Folgejahr bei geringerem Angebot zwar hohe Preise erzielbar sind, aber nur wenig Obst verkauft werden kann." (Wikipedia) → **[Weitere Infos](#)**

Grüne Grüße

Euer PlantAge Team

Nächste Veranstaltungen:

**[Mitmachtag](#)** am 31. Juli 10-16 Uhr | **[Workshop zukunftsfähige Landwirtschaft](#)** in Frankfurt Oder am 23. Juli um 18 Uhr | **[Infotreffen](#)** am 27. Juli (Schöneberg), 28. Juli (Neukölln), 29. Juli (Weißensee), 03. August (online) jeweils um 19 Uhr

## Teamsache - Nataly

My name is Nataly and I come from Colombia. I'm studying International Business Administration in Frankfurt (Oder) and I've been doing an internship at PlantAge since June.

I'm helping with all tasks related to logistics and delivery each week. I prepare the packing list, so we can know how much to harvest to prepare the veggie boxes. I add new members and set up the jokers.

I'm also helping to send the orders of apple juice, olive oil, and fruits that you do through the web shop. As I'm full time in the office I usually answer the phone and emails.

What I most love from my work is nature. I love plants and gardening and having the opportunity to be so close to it and help to bring it to you, motivates me.



## Gemüse-Tipps: Geschichte der Tomate

Die Herkunft der Tomate geht weit in die Geschichte zurück, denn die beliebten Früchte wurden bereits zwischen 200 v. Chr. und 700 n. Chr. in Mittel- und Südamerika angebaut. Damals zeichneten sich die Früchte durch eine gelbliche Färbung, einer runden Form und der Größe einer Cocktailtomate aus. Den heutigen Namen "Tomate" hatten sie jedoch nicht, denn damals wurden die Früchte als "xitomatl" bezeichnet. "Xitomatl" stammt aus der Sprache der Azteken und bedeutet übersetzt anschwellen, was auf die pralle Form der Tomate hindeutet.

Bis die Tomate ihren Weg nach Europa gefunden hat, dauerte es ein ganzes Weilchen. Denn erst durch die Seefahrt wurde die rote Frucht auch in Europa bekannt. Christoph Kolumbus soll erstmalig 1498 auf die Tomate aufmerksam geworden sein und diese nach seiner zweiten Amerika-Reise mit nach Europa gebracht haben. Ebenso soll der spanische Eroberer Cortéz im 16. Jahrhundert nach seinem Feldzug gegen die Azteken einige Tomatenpflanzen nach Europa importiert haben. Seitdem ist Folgendes über die Verbreitung der Tomate innerhalb Europas bekannt

Tomaten wurden bis in das 18. Jahrhundert vorwiegend als Zierpflanze kultiviert, denn die Pflanzen galten damals als giftig. Der schwedische Biologe Carl von Linné hat die Tomaten im 18. Jahrhundert schließlich als Nachtschattengewächs klassifiziert. Viele Nachtschattengewächse enthalten giftige Komponenten, so auch Tomaten. Denn diese enthalten den giftigen Stoff Solanin, welcher sich in unreifen Früchten sowie in den Blättern befindet. Doch Tomaten wurde nicht nur eine toxische Wirkung nachgesagt, denn es galt auch als Aphrodisiakum. Die roten Früchte sind daher auch unter den folgenden Namen bekannt: Liebesapfel, pomme d'amour, love apple.

Quelle: <https://www.tomaten.de/geschichte-der-tomate/>

# Rezept der Woche: [Rote-Bete-Curry aus Sri Lanka](#)

## Zutaten

- 400 g Rote Bete, roh
- 250 ml Kokosmilch
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 rote Zwiebel
- 1 geh. TL Currypulver
- 1/2 TL Kurkumapulver
- 1/2 TL Chilipulver
- 1/2 TL Kreuzkümmel, ganz
- 1/2 TL Salz
- 2 rote Chilischoten
- 2 EL Pflanzenöl
- optional: 6 Curryblätter



## Zubereitung

1. Knoblauch, Chili und Zwiebel fein hacken. Die Rote Bete schälen und in dünne Stifte schneiden.
2. Öl in einem Topf bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen. Alle Zutaten bis auf die Kokosmilch hinzugeben und unter Rühren 2-3 Minuten anbraten. Mit Kokosmilch aufgießen und bei eher geringer Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Reis oder Brot servieren.

*Das Rezept stammt vom veganen Foodblog [Cheap & Cheerful Cooking \(www.cheapandcheerfulcooking.com\)](http://www.cheapandcheerfulcooking.com) aus Berlin. Andi und Lisa präsentieren dir auf der Seite wöchentlich neue pflanzenbasierte Rezepte*

## Hier kocht [Alex](#):

Heute wird's italienisch! Ich zaubere euch eine vegane, weiße Bohnen-Fenchelcremesuppe. Neben der frischen Fenchelknolle und den nährstoffreichen Hülsenfrüchten sorgen schwarze Oliven- und einige Tropfen Olivenöl für den würzigen Geschmack und die einzigartige Konsistenz. Als Beilage gibt es eine käsige Tomaten-Blätterteigstange – Mmmmh. So gerne ich Pasta, Burger, Pizza & Co. auch liebe, nichts geht über ein deftiges Süsschen wie dieses.

→ [Italienische Bohnen- Fenchel- Cremesuppe mit knusprigen Blätterteigstangen](#)