

# GEMÜSEBRIEF

KW 45



→ Letzt Chance: [Zur Jahresumfrage](#)

## ERNTE DER WOCHE

- Kartoffeln\* - Sunita (leider stark von [Drahtwurm](#) betroffen)
- Möhren mit Grün\*\*
- Zuckerhut\*\*
- Stangensellerie\*
- Postelein\*

Von **Bio**hof Zielke

- Rettich

Von Markendorfer Obstbauer

- Äpfel - Pinova (nicht bio)

\* biozyklisch-vegan

\*\* in Umstellung

→ [Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 44\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 43\)](#)

# Aktuelles

## Liebe Genoss:innen,

Dass nicht alle Stangensellerie mögen, ist sicher kein Geheimnis und auch uns natürlich bewusst. Dennoch ist der **Anbau von vielfältigen Gemüse**, dass vielleicht nicht von allen gleichermaßen geliebt wird, wichtig für die Fruchtfolge auf dem Acker und die Vielfalt. Schließlich können wir nicht nur Fruchtgemüse wie Tomate, Gurke und Kürbis anbauen - das leuchtet sicher allen ein. Steckrübe, Schwarzrettich, Fenchel, Kohlrabi, Sellerie, Zuckerhut, Radicchio, Kohlkopf, Rettich und Co. zählen sicher zu diesen umstrittenen Kandidaten. Doch ohne sie sähe es auf unserem Acker ganz schön langweilig aus. Dies hätte nicht nur Folgen für die Ästhetik, sondern auch die Gesundheit des Bodens und des Ökosystems auf dem Acker. Zusätzlich wäre auch keiner glücklich mit einem Ernteanteil nur bestehend aus Kartoffeln und Salat (ok, vielleicht doch, aber gesünder wäre es nicht :D ) Also hoffen wir, dass ihr auch das "außergewöhnliche" Gemüse zu schätzen wisst und euch zum Wohle der Vielfalt hin und wieder damit abfinden könnt. Übrigens, dass der Stangensellerie so "trocken" ist, liegt daran dass es in bestimmten Entwicklungsphasen der Pflanze zu trocken und heiß war. Leider lässt sich nicht alles mit Bewässerung ausgleichen, aber wir werden nächstes Jahr noch stärker darauf achten.

Diese Woche ist **beim Kartoffelkochen besondere Vorsicht** geboten. Wir verteilen heute die Sorte Sunita, welche am "Alten Acker" angebaut wurde, wo viele Drahtwürmer lauerten. Sie sind die Larven des Schnellkäfers und bohren Gänge in die Knollen, um an Wasser zu gelangen. Bei der Ernte, später beim Sortieren und diese Woche nochmals beim Packen, werden die Kartoffeln von uns wie immer geprüft und aussortiert. Die kleinen Löcher sind aber leicht zu übersehen und die Sorte ist leider besonders betroffen. Am besten die Kartoffeln schälen oder halbieren, damit entsprechende Stellen weggeschnitten werden können.

Da es auf dem Feld ruhiger wird, und vor allem das Wetter richtig ungemütlich, kommt das Ackerteam auch öfter zur Unterstützung ins Office. Da werden Rechnungen abgeheftet, die Ernte geplant, recherchiert und Daten vom Feld wie Pflanzpläne und Erntemengen nachgetragen. Einmal in der Woche treffen sich unsere Auszubildenden, Praktikantin und FÖJis mit Gärtner Andi im Büro für eine **Lehrstunde**. Als Ergänzung der praktischen Erfahrungen im Feld, wird hier theoretisches Wissen zu Pflanzenkunde, Bodenfruchtbarkeit, Pflanzengesundheit und vieles mehr vermittelt.

**Avocados** mit gutem Gewissen genießen? Das geht mit unserer PlantAge-Obstkiste. Beteilige dich bei der nächsten Sammelbestellung bis zum 12. November! → [Jetzt Mitmachen](#)

Ackerliche Grüße

Euer PlantAge Team

## Teamsache: Tim

(auf dem Foto in der Mitte)

**Art der Anstellung:** Mitarbeitender im Freiwilligen ökologischen Jahr

**Seit wann bist du dabei und wie bist du zu PlantAge gekommen?** Ich bin seit dem ersten September bei PlantAge und habe zum ersten Mal auf einem Vorstellungs-Event bei plantbase von PlantAge erfahren - später auf der Suche nach einer geeigneten Einsatzstelle für mein FÖJ bin ich wieder auf euch gestoßen und

der Kreis hat sich geschlossen - nach einem sehr eindrucksvollen und aufregenden Probearbeitstag habe ich dann sehr auf eine Zusage gehofft... und jetzt bin ich hier :)

**Was sind deine Aufgaben/Verantwortungen?** Ich übernehme die Packleitung bei der Zusammenstellung und Abfertigung der Gemüseboxen und kümmere mich hier und da um die Einlagerung und/oder Beaufsichtigung einzelner Kulturen wie zum Beispiel den Lagerzwiebeln - außerdem bin ich natürlich wie alle anderen auf dem Feld unterwegs.

**Was liebst du an deiner Arbeit am meisten?/Was motiviert dich?** Eine kleine Anekdote von der letzten Woche passt hier vielleicht ganz gut: am Donnerstag trafen wir uns zur Vorbereitung der neuen Kulturen in den Tunneln und haben also die Reihen auf den Beeten gezogen und anschließend Postelein Jungpflanzen gesetzt, was am Ende unseren ganzen Arbeitstag in Anspruch genommen hat - unzählige kleine Pflanzen, die alle in Reih und Glied nebeneinander gesetzt werden, am Ende ein Meer aus kleinen grünen

werdenden Salatpflanzen... am nächsten Morgen habe ich dann im selben Tunnel noch die Wasserschläuche für die Tröpfchenbewässerung auf die Beete gelegt und konnte dabei noch einmal einen genauen Blick auf die erst am Vortag eingesetzten Pflanzen werfen - und die vorher sehr schlapp aussehenden, wie müde vom kürzlichen Umzug wirkenden kleinen Pflänzchen haben jetzt schon stramm und stolz ihre kleinen Blätter in die Höhe gereckt, voller Elan und bereit zu stattlichen Pflanzen heranzuwachsen - ein sehr schöner Anblick und dankbarer Lohn für die harte Arbeit.



# Rezept der Woche: Gebratener Zuckerhut mit fruchtig würzigem Topping

Im Herbst wird uns der Zuckerhut noch ein wenig begleiten, daher haben wir unsere Köch:innen [Sophia](#), [Alex](#), [Andi & Lisa](#) nach einfachen und leckeren Rezepten und Verwertungsideen dazu gefragt. Daraufhin hat Alex für euch kurzer Hand ein neues Rezept mit unserem Zuckerhut entwickelt. Viel Spaß beim nachkochen!

## Zutaten

- 1 Zuckerhut
- 2 EL Olivenöl
- 1 Apfel
- 30 Weintrauben
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 2 EL veganer Reibekäse
- 1 Frühlingszwiebel
- 20 Haselnusskerne
- 200g veganer Joghurt natur
- ½ Zitrone (den Saft davon)
- 1 TL Ahornsirup
- ¼ TL Senf
- Salz, Pfeffer



## Zubereitung

Joghurt zusammen mit Zitronensaft, Ahornsirup, Senf sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einer glatten Creme verrühren.

Zuckerhut vierteln und von allen Seiten, kurz und kräftig, anbraten und anschließend auf einem Salatteller o.ä. anrichten.

Apfel entkernen und würfeln, die Trauben halbieren und beides mit einem Spritzer Zitronensaft mischen.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Das Joghurtdressing über dem Zuckerhut verteilen und mit der Apfeltraubenmischung, veganem Reibekäse, Frühlingszwiebel und Haselnusskernen toppen.

## Weitere Zuckerhut-Verwertungstipps von [Sophia Hoffmann](#):

- Als Salat: fein in Streifen schneiden und in gemischtem Salat verwenden, um die Bitterstoffe auszubalancieren mit süßen Zutaten mischen: z.B. Apfel/Birnenstücke oder fein gehackte Trockenfrüchte (Rosinen, Feigen, Datteln, Cranberries) oder einem leicht gesüßten Dressing (mit einer Prise Zucker, Apfeldicksaft, Agavensirup ...).
- Warm gedünstet zusammen mit anderen Gemüsen verwenden.
- Natürlich auch gerne als Salatsuppe oder Bratsalat
- als gesundes Tacho/Wrap z.B. mit herzhafter Veggie oder Soja-Hack Füllung...