

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE

OHNE MIST



Ernte der Woche KW 49

Vom Feld

- Knollensellerie
- Zuckerhut
- Radicchio
- Postelein
- Feldsalat

Aus dem Lager

- Kartoffel - Sunita (mehlig kochend)
- Möhre
- Zwiebel

Aktuelles

Liebe Genoss*innen,

diese Woche findet unser nächster **Online-Infoabend** statt und ihr seid alle herzlich eingeladen. Insgesamt gibt es noch drei Termine im Dezember: **Donnerstag, 3.12. 19 Uhr | Dienstag, 8.12. 18 Uhr | Donnerstag, 10.12. 17 Uhr**
→ [Zur Anmeldung](#) Wir freuen uns, wenn ihr dabei seid!

WICHTIG: Bald ist Weihnachten und damit auch unsere **Winterpause**. Am 17.12.2020 wird es die letzte Lieferung dieses Jahr geben. Am 7.01.2021 wird die erste Kiste des neuen Jahres ausgeliefert. **Wir liefern nicht in KW 52 und 53!**

Apropos Weihnachten, wer sich zum Plätzchen- oder Brotbacken noch eine Portion [Bioveganes Vollkorn-Dinkelmehl](#) sichern möchte, sollte schnell sein. Das Angebot ist noch bis zum 14.12. online. Um jedoch eine Lieferung vor Weihnachten sicherzustellen, empfehlen wir bis zum 6.12. zu [bestellen](#).
Neu im Shop sind jetzt auch **der zeitlose PlantAge Jahreskalender** mit stimmungsvollen Fotos aus jedem Monat und **das T-Shirt für echte Fans!** ;-) Diese Produkte sind begrenzt und nur für kurze Zeit verfügbar. Also am besten [direkt zuschlagen!](#)

Wir sind auf der **Suche nach einem*r weiteren Fahrer*in**, vorzugsweise aus Frankfurt Oder, der*die donnerstags unsere Gemüsekisten nach Berlin ausliefert. Wer donnerstags Zeit und Interesse hat, auf Minijob-Basis mit uns zu arbeiten, meldet sich für weitere Infos bitte an jobs@plantage.farm.
Darüber hinaus nehmen wir jetzt **Bewerbungen für das bezahlte Praktikum Solawi-Gärtner*in und Business Administration/Development** 2021 entgegen. Wir freuen uns auf eure Bewerbungen oder teilt die Infos in euren Kreisen. Weitere aktuelle Stellenausschreibungen findet ihr [hier](#).

PlantAge ist mehr als "nur" eine Gemüsekiste. Wir sind eine solidarische Landwirtschaft und Gemeinschaft. PlantAge ist gewachsen aus eurem Mut und eurer Unterstützung und hat sich zu einem großen Baum mit einem weiten Netzwerk entwickelt. Um euch zur Coronazeit mit all ihren Herausforderungen ein wenig zurück zu geben, haben wir uns folgendes überlegt:
Auf unserer Website wird es einem **Blog-Post über eure "Angebote"** geben (Läden, Produkte, Online-Kurse, Workshops, Dienstleistungen, Projekte, ...). Außerdem können wir euch anbieten, in unserer Insta-Story auf euch aufmerksam zu machen. Bitte sendet dazu euer Angebot mit einer kurzen Beschreibung, Kontaktdaten, ggf. Website/Instagram-Account bis zum 13.12. an judith@plantage.farm.

Fröhliche Grüße,
Euer PlantAge-Team

Teamsache: Abschied von Gärtner Simon

Zum Abschied haben wir Simon [dieses Video](#) zusammengeschnitten aus Erinnerungen und guten Wünschen für die Reise. Wir wünschen viel Spaß beim anschauen!

Er hat auch noch eine kleine Botschaft hier für euch:

"Nun mache ich mich wohl vom Acker. Ich bedanke mich sehr für den Antrieb, der mir gegeben wurde. Den ich aber wohl auch dem Ganzen geben konnte. Besonderer Dank vor allem an all die freiwilligen Menschen, die das Ganze verwirklicht haben, sowie die Gemeinschaft zusammengehalten haben."

Gemüse-Tipps: Zwiebel

Lagerung:

Luftig, kühl, dunkel und trocken lagern. Braune Zwiebeln haben die härteste Schale und lassen sich bis zu sechs Monate lagern, weiße und rote Zwiebeln etwa zwei bis drei Monate. Angeschnittene Zwiebeln nicht offen im Kühlschrank lagern, sondern in einer Dose oder einem Schraubglas. Sie übertragen sonst gerne ihren Geruch auf andere Lebensmittel bzw. schmecken aufgrund von Oxidation leicht bitter.

Lauch und Frühlingszwiebeln halten im Gemüsefach des Kühlschranks etwa 7 bis 10 Tage. Bei längerer Lagerung am Besten als Erstes die grünen Triebe verarbeiten, der weiße Wurzelteil wird weniger schnell welk. Frühlings- und Lauchzwiebeln gerne in ein feuchtes Küchentuch wickeln.

Verwertungstipps - Mal was anderes:

Aus Zwiebeln kann man köstliche Zwiebelmarmelade einkochen. Einfach ein kg Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Mit etwas Öl anschwitzen und auf mittlerer Hitze bräunen.

Etwas Wasser, Zucker und einen Schuss Essig dazu geben und auf niedriger Temperatur ca. 30 Minuten einkochen lassen. Abschmecken. Passt hervorragend zu Gemüsegerichten, Burgern, Sandwiches, etc.

Die Schalen und Abschnitte könnt ihr aufheben und im Backofen bei niedriger Temperatur trocknen, wenn sie ganz trocken sind, in den Mixer geben und zusammen mit Gewürzen zu einem feinen Puder zerstäuben, toll z.B. mit Masala Gewürz - fertig ist das Zwiebelgewürzpulver.

Weitere Ideen:

- in Suppen, Curries, Eintöpfen
- als Zugabe zu Bratlingen
- eingelegt als Beigabe zu Sandwiches, Burger
- ofengeschmort mit Rotwein und Steinobst
- knusprig frittiert, paniert (Pakora) oder gebraten pur oder zu Gemüse, Getreide, Hülsenfrüchten, Nudelgerichten
- karamellisiert: Langsam in der Pfanne mit Öl angebraten und geschmort bis der natürliche Zucker austritt
- roh zu Salaten, Dips, Aufstrichen
- gegrillt oder als Ofengemüse
- eingekocht als süß-pikantes Chutney
- im Risotto
- in Brötchen/ Brot, auf Flammkuchen und Pizza
- in einer Quiche

Rezept der Woche

Kartoffel-Sellerie-Stampf mit Gemüse-Konfetti

Ein Stück übrig gebliebene Sellerieknolle eignen sich toll als Zugabe für leckeren Kartoffelstampf. Die Schalen kann man auch dran lassen, wenn man faul ist. Man muss nur ordentlich stampfen, dann merkt es keiner.

Zutaten:

- ½ Sellerieknolle
- 350g Kartoffeln
- ca. 150g müdes Gemüse (z.B. Karotte, Zwiebel, Kürbis, Paprika, Zucchini)
- 5 EL Öl (gerne Rapsöl mit Buttergeschmack)
- 1 EL Essig
- Muskatnuss
- 1 ½ TL (Kräuter-)Salz
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

In einem großen Topf Wasser aufsetzen. Die Sellerieknolle mit einem schwarzen Messer von gröberer Schale und Wurzelauwüchsen befreien und grob würfeln. Die Kartoffeln waschen, wenn gewünscht schälen und in Stücke schneiden, die genauso groß sind wie die Selleriestücke. Sprich sehr kleine Kartoffeln ganz lassen. Das kochende Wasser salzen und Sellerie und Kartoffeln zusammen darin weich kochen. Das übrigen Gemüse fein würfeln, sonst werde es keine Konfetti. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und die Konfetti darin einige Minuten garen. Nur so lange, bis sie noch Biss haben. Mit dem Essig ablöschen, Platte ausschalten und bei Restwärme einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die weich gekochten Kartoffeln und Sellerie abgießen. Kartoffeln nach belieben schälen und beides zusammen mit 3 EL Öl mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Auf zwei Teller aufteilen und mit Gemüse-Konfetti bestreuen.

Weitere Verwertungstipps für Knollensellerie:

- Würzige Backofenpomes
- Als Basis für pürierte Suppen und Saucen (gibt Bindung)
- Als elementare Zutat für selbstgemachte Gemüsebrühen in Eintöpfen
- Im Ofen geschmort als Braten
- Als Zutat für winterlichen Rohkostsalat, mit Äpfeln, Kürbiskernen und Senf-Dressing
- Paniert als Sellerieschnitzel

Die Tipps, Informationen und Rezepte stammen von der Köchin und Autorin [Sophia Hoffmann \(www.sophiahoffmann.com\)](http://www.sophiahoffmann.com), noch mehr davon gibt es in ihrem Buch „Zero Waste Küche“ (ZS Verlag).