

VEGAN ● ORGANIC ● FARM
PLANTAGE
OHNE MIST

GEMÜSEBRIEF

KW 41



ERNTTE DER WOCHE

- Kartoffeln** - Laura
- Tomaten*
- Grüne Tomaten* (giftig, zu Chutney verarbeiten oder Biomüll)
- Spitzkohl**
- Stangensellerie*
- Fenchel**
- Mangold*
- Salat* - Endivie
- Thymian*

* biozyklisch-vegan

** in Umstellung

Hinweis: Kartoffeln haben teilweise Drahtwurmlöcher, welche ihr wegschneiden könnt

→ [Feedback geben zum Ernteanteil \(KW 40\)](#)

→ [Letztes Feedback ansehen \(KW 39\)](#)

Aktuelles

Liebe Genoss:innen,

das Erntejahr 2021 ist vorüber und der größte Teil unseres Anbaujahres liegt bereits hinter uns. Auch in diesem Jahr möchten wir von dir wissen, wie dir unsere Gemüse- und Obsternte gefallen hat.

Deine detaillierten Rückmeldungen und Anregungen, die positiven sowie Verbesserungsvorschläge, helfen uns PlantAge eG für 2022 bedürfnisgerechter zu gestalten. Anders als bei unserem wöchentlichen Feedbackbogen wird diese Umfrage sich nicht nur ums Gemüse drehen, sondern auch um dich und wie zufrieden du bist. Die Beantwortung dauert etwa 10-20 Minuten. Vielen Dank, dass du dir die Zeit dafür nimmst.

→ [Zur Herbstumfrage](https://www.surveymonkey.de/r/Herbstumfrage-2021) (<https://www.surveymonkey.de/r/Herbstumfrage-2021>)

Wer sich noch etwas qualitativer über die Anbauplanung im nächsten Jahr austauschen möchte oder ganz allgemein mehr über PlantAge erfahren möchte, ist herzlich zu unseren **Infotreffen** am 26. Oktober und 08. November eingeladen. Isa und Judith führen euch in die Strukturen der Genossenschaft ein, unsere Vision und beantworten eure Fragen zu PlantAge. Die Infoabende finden um 19 Uhr online über Zoom statt und richten sich an Genoss:innen und Interessierte. → [Jetzt zum Infoabend anmelden](#)

Jetzt steht wieder **viel Arbeit auf dem Acker** an. In den Folientunneln um ganz genau zu sein. Die letzten wenigen bunten Tomaten kommen diese Woche in die Kiste. Zudem wurden alle restlichen grünen Tomaten geerntet, die sonst bei dem Frost diese Woche kaputt frieren. Grüne Tomaten sind giftig, können aber in geringen Mengen zu Chutney verarbeitet werden ([Rezept](#)) oder kommen in den Biomüll. Die restlichen Pflanzenteile von Tomaten, Bohnen und Paprika kommen auf den Kompost, die Beete werden gelockert und mit frischem Kompost versorgt. Dann folgt die frische Bepflanzung mit Wintersalaten. In den Folientunneln ist es zum Glück nicht ganz so kalt wie draußen. Trotz der schönen Sonne, wird es an der frischen Luft durch die Kälte ganz schön ungemütlich. Doch auch das gehört zum Beruf von Gärtner:innen dazu. Die **Kartoffelernte** wurde rechtzeitig beendet. Rund 100 Großkisten mit je 400-500 kg Kartoffeln haben wir geerntet. Wir haben damit etwa doppelt so viele Kartoffeln geerntet wie letztes Jahr, von weniger als der doppelten Fläche. **Wir konnten also auch den Ertrag pro Fläche steigern!** Dazu haben unsere Erfahrungen aus den letzten zwei Jahren bzgl. Bewässerung, Unkrautbekämpfung und Beobachtungen des Kartoffelkäfers beigetragen.

Gemüse Grüße

Euer PlantAge Team

[Nächste Veranstaltungen:](#)

Mitmachttag am 16. Oktober von 11-16 Uhr

Online-Infoabend am 26. Oktober und 8. November um 19 Uhr

Teamsache: Verabschiedung von Gärtner Daniel

Liebe Genoss*innen und Genossen, liebe Freund*innen und Freunde von PlantAge!

Meine Zeit als Gärtner bei PlantAge ist zu Ende. Nach 9 schönen und abwechslungsreichen Monaten hier, folge ich der Liebe und dem Glück zurück nach Nürnberg, um ein neues Kapitel in meinem Leben zu beginnen. Dabei werde ich die gute Zeit bei PlantAge in schöner Erinnerung bewahren.

Als Freund und Genosse bleibe ich der solidarischen Landwirtschaft erhalten und werde das eine oder andere Mal immer gerne zu Besuch oder für spezielle Anliegen zurück kommen.

Ich danke Euch für die Zeit und wünsche PlantAge alles erdenklich Gute für die Zukunft.

Viele Grüße

Daniel

Gemüsetipps: Stangensellerie

Lagerung:

Staudensellerie hält im Kühlschrank locker eine Woche, da er einen hohen Wassergehalt hat, hält ihn ein feuchtes Küchentuch länger frisch.

Verwertungstipps

- pur und roh, mit Dip als Snack oder Reiseproviand
- als Salat-Zutat, z.B. in Kombination mit saisonalen Kollegen wie frischem Mais
- zu allen Gerichten, die einen knackigen Frische-Kick benötigen, z.B. Kartoffelsalat, Gerichte aus Hülsenfrüchten, Getreiden
- in Gemüseintöpfen, Tomatensuppe
- fein geschnitten als Salat
- in Füllungen (Wraps, Sommerrollen, Sandwiches, Tacos, Fladenbrote, Sushi)
- als Saft, gemischt mit Apfel, Karotte, Bete, Ingwer, Gurke, Spinat...



Rezepte der Woche: Mangold-Kichererbsen-Puffer

VORSICHT: Es handelt sich hierbei um die Erklärung eines Zubereitungsprinzips ohne genaue Mengenangaben, also kein klassisches Rezept. Aber traut euch, probiert es einfach mal aus.

Zutaten

- frischer Mangold
- optional eine Knoblauchzehe
- optional Zwiebel/ Lauch
- optional Buchweizen
- ein guter Schuss Sojasoße oder Salz/ Pfeffer
- Kichererbsenmehl
- Öl zum Anbraten

Zubereitung

Die Mangoldblätter vom Strunk lösen und gut waschen. Auf einem Küchentuch abtropfen und Stiel und Blätter in feine Streifen schneiden.

Wenn ihr Knoblauch/ Zwiebel/ Lauch dazu geben wollt, ebenfalls schälen und in feine Streifen schneiden bzw. den Knoblauch fein hacken.

In einer Pfanne ohne Fett den Buchweizen einige Minuten rösten bis er leicht gebräunt ist. In eine Schüssel geben.

Etwas Öl in der Pfanne erhitzen und das Gemüse darin ein paar Minuten unter rühren anbraten. Mit Sojasoße oder Salz würzen und minimal Wasser dazu geben, wenn ihr einen Deckel habt – Deckel drauf und etwa 5 Minuten dünsten bis das Gemüse durch aber noch gut bissfest ist.

In die Schüssel zu dem Buchweizen geben und verrühren. Dann Kichererbsenmehl darüber stäuben. Versucht hier nach Gefühl zu arbeiten. Vermengen und soviel Wasser dazu geben (erstmal wenig), dass eine leicht feuchte, cremige Grundmasse entsteht.

Nach Bedarf mehr Mehl, Wasser oder Salz/ Sojasoße dazu geben. Etwa 10 Minuten quellen lassen.

Nun in der gereinigten Pfanne großzügig (Daumendick) Öl erhitzen und die Mangoldmasse portionsweise mit einem Löffel ins heiße Fett geben. Erst wenden wenn die untere Seite fest und goldbraun ist. Die Puffer sind nicht super fest, deshalb bitte nur einmal wenden. So die ganze Masse verbraten.

Nach Belieben mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Guten Appetit!

Hier kocht Alex: [Bratkartoffeln](#)

Bratkartoffeln sind mein absolutes Lieblingsessen, von daher gibt es hier mein Lieblings Rezept dazu. Meins ist natürlich 100% vegan und oberlecker! Je nach Geschmack und Saison könnt Ihr es natürlich ganz einfach verändern und anpassen. Statt Tomaten z. B. frische Paprika oder zusätzlich mit angebratenem Tofu. Der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt, hauptsache, frisch und vegan!