

die Schwalben sind da  
2020

In 2 Wochen ist Freitag 1. Mai

daher kommt die frische Kiste dann einen Tag früher!

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

auf meinem Bederbacher Acker sind jetzt die Zwiebeln und Schalotten gesteckt, die Zuckererbsen und Dicken Bohnen gelegt und die Karotten ausgesät.

Auf unserer Homepage sind jetzt unter der Rubrik: Rezepte die letzten Kundenanschriften mit Rezepten nachzulesen!

Wiederverwendbare, d.h. saubere Eierschachteln, Tüten und Kartoffelsäcke nehmen wir gerne wieder zurück

mit frischen Grüßen

Hilke Nathaus

Fenchelsuppe

400-500g Fenchel - Stiele abschneiden

Fenchelgrün als Deko aufheben, Fenchel fein würfeln

2 Zwiebeln }  
2 Kartoffeln } schälen, fein würfeln,

2 EL Butter - in gr. Topf zerlassen, Zwiebeln anbraten, dann Fenchel + Kartoffeln

1 l Gemüsebrühe [dazu, 5 Min mitrühren anbraten, dann Brühe angießen  
bei kl. Hitze 10 Min köcheln lassen, -> pürieren

200ml Sahne - dazu, nochmals erhitzen

Salz, Pfeffer - abschmecken

Saft v. 1/2 halber Zitrone + abgeraspelte Schale - abschmecken

4 Walnusskerne - gehackt, in Pfanne anrösten mit gehacktem Fenchelgrün  
dazu reichen, Guten Appetit