

Achtung: Unser Programm hat diese Woche die
Abwahlprodukte nicht erkannt, was Sie gar nicht
 gebrauchen können, bitte Mitschreiben lassen!

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

Ich hoffe, bis nächste Woche haben
 wir das geklärt!

wir hoffen Sie hatten einen genauso erholsamen August wie wir, nun sind die
 Tage schon wieder deutlich kürzer geworden, die ersten Kürbisse sind reif
 und unser Tag der offenen Tür rückt näher!

am Sonntag, den 20. Sept. laden wir **Sie** alle zu Kaffee / Tee
 und Kuchen ein! - ab 14" Uhr

Anmeldung erwünscht - aber nicht erforderlich,
 macht die Kuchenplanung einfacher - vielleicht bringen
 Sie auch einen Bio-Kuchen mit?!

Vorträge oder andere Darbietungen werden nicht
 stattfinden - außer natürlich die Feldbegehung und
 in kleinem Rahmen Packraumführungen,

Masken sind empfohlen, aber nicht Pflicht!

Anwesenheit muß registriert werden, Mindestabstand
 eingehalten werden!

Ich hoffe, wir sehen uns!

1. Kürbis-Rezept ein ganzer Kürbis überbacken

Mit frischen Grüßen

Heike Kathrinf

1 ganzer Hokkaido Kürbis ~ 1,5kg - waschen, Deckel abschneiden, entkernen,
 aushöhlen bis nur 1,5 cm Rand bleibt, Fruchtflügel würfeln

2 rote Zwiebeln - fein hacken, mit Kürbisstücken 10 Min anbraten
 Salz, Pfeffer, frischer Rosmarin - damit würzen, Kürbisunterseite gerade schneiden, dass
 er in gefettete Auflaufform steht

1-2 Äpfel in Spalten schneiden, mit Gemüse in Kürbis füllen

2 Eier

100 ml Milch

2 TL Honig

etwas Zimt + Ingwer

} verquirlen, mit Salz + Oregano würzen, über das
 Gemüse geben

100g Bergkäse - in Scheiben darüber legen und 20 Min bei 180° backen
 dazu Frühkartoffeln oder Polenta reichen!

Guten Appetit