

Tag der offenen Tür - Sonntag 20. September ab 14 Uhr

Liebe Kundinnen und Kunden,

Erfreulicher Weise ist zwischen Oberrieden und Hohenreuthen ein neuer Bioland-Gemüsehof gegründet worden, wir werden von ihm mit Spitzkraut, Lanch und Herbstrübchen beliefert.

Herbstrübchen sind eine sehr alte europäische Gemüsekultur, bis zur Verdrängung durch die Kartoffeln, zählten Rüben zu den wichtigsten Gemüsesorten. Es gibt sehr viele verschiedenen Sorten von weiß bis schwarz rund oder länglich, auch viele Regional-Sorten. Sie liegen geschmacklich zwischen Kohlrabi und Radieschen und können roh oder gekocht verwendet werden.

Mit frischen Grüßen

Ulrike Katriel

Glasierte Herbstrübchen

400g Herbstrübchen } waschen, Rüben schälen, Karotten längs vierteln
300g Karotten } alles in ca. 4cm lange Stücke schneiden

3 EL Butter - in Topf zerlassen

1 EL Zucker - in die Butter einrühren, Gemüse dazu, bei mittlerer Hitze unter Rühren anbraten, ca. 5 Min.

200 ml Gemüsebrühe - angießen, Deckel drauf, bei schwacher Hitze ca. 10 Min dünsten, bis sie weich aber nicht zu weich sind,

Salz, Pfeffer, Oregano - abschmecken

Petersilie, Basilikum - fein hacken oder zerzupfen, vor dem Servieren dazu geben,

Guten Appetit