

Urlaub der Frieden Kiste: 5.8. - 31.8.

Johanniskrautblüte 2024

Sonnenwende

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

jetzt sind auch alle Rosenkohl- und Steckrübenpflänzchen gepflanzt und ich habe sie auch schon mit Brennelsejauche gedüngt. Die Rebe lassen die Zuckerkürbisse bisher in Ruhe - so habe ich noch weiterhin viele Zuckerschoten zum ernten und

Koriander ist ab nächster Woche auch schon verfügbar! Koriander ist ein wichtiges Kraut der asiatischen und mittelamerikanischen Küche und ist auch eine der ältesten bekannten Gewürz- und Heilpflanzen. Suppen, Salate, Reis- und Fleischgerichte können vielsätzig mit ihm gewürzt werden.

Mit freundlichen Grüßen

Katja Hahn

Spitzkohl mit Koriander
(oder Petersilie)

kl. Spitzkohl - vierteln, Strunk entfernen, in dünne Streifen schneiden,

Salz
Honig oder Zucker } dazu geben, mit den Händen gut vermischen
und Wasser ziehen lassen,

50g Ghee oder Butter - im großen Topf zerlassen, Kohl dazu

Curry, Kreuzkümmel - dazu

2 Knoblauchzehen - fein gehackt dazu und mit Deckel bis fast gar
erht. etwas Wasser dazu!

1/2 Bd Koriander - fein wiegen, dazu geben und nicht mehr mit kochen

Guten Appetit