

Brennholz zu verkaufen:

gut abgelagert, sofort verwendbar

gespalten, 1m lang, Fichte 60,-/str, Esche 95€/str

Blüte der Herbst-Zeitlose

2025

Liebe Kundinnen und Kunden,

wir hoffen Sie hatten einen schönen Sommer!

Bei mir auf den zwei Gemüsefeldern in Bedernau steht jetzt richtig viel bereit zum ernten: Zucchini's und Hokkaido-Kürbisse, Lauch und Zwiebeln, Rote Bete, Mangold und Karotten, Petersilie, Peperoni, Spitzkraut und das erste Mal habe ich auch eigenen Wirsing und Zuckermais!

Die Tomaten kommen jetzt aus Mindellzell, von einem Biohof, der sie im Freiland anbaut, daher sind sie sehr aromatisch!

Ein japanisches Rezept

Mit lieben Grüßen

Hilke Kapriel

für einen schnellen Weißkrautsalat:

geht gut mit Spitzkohl, Weißkraut oder Chinakohl

für 2 Portionen: 250g Spitzkohl - in mundgerechte Stücke/Strißen schneiden waschen, abtropfen, im Handtuch etwas kneten,

1-2 Knoblauchzehen - fein reiben oder pressen

1,5 EL Sesamöl

1,5 EL Sesam, in einer Pfanne ohne Öl anrösten

Salz (ca. ¼ TL), Pfeffer

½ EL Sojasaucse

} im großen Schüssel

mit dem Kohl gut vermengen

- fertig!

wer mag kann auch noch etwas (Reis-) essig, Honig, Ingwer und/oder etwas Sake dazu tun!

Guten Appetit