

Liebe Kundinnen, Liebe Kunden,

der Dinkel den wir jetzt verkaufen - als ganzes Korn - ist vom
Norturandhof Schmidberger bei Waltenhausen, südlich von Krummholtz.

Dinkel hat einen nussigen Geschmack als Weizen, gute Backeigenschaften
und ist damit sehr gut geeignet für alle Brot, Kuchen, Pfannkuchen und
auch Plätzchenrezepte. Auf dem Hof der Schmidberger gibt es
jetzt auch Tannengrün und ab Dezember auch Christbäume
in Bio-Qualität bekommen! -> Thalstr. 1, Tel: 08263/253!

Die Steckrübe ist ein sehr altes Gemüse, welches wahrscheinlich in Europa
seinen Ursprung hat, jetzt aber weltweit verbreitet ist. In Deutschland war
sie bis in die Nachkriegszeit ein häufiges Gemüse, durch die Steckrübenwinter
gerieten sie danach fast in Vergessenheit, jetzt findet sie langsam wieder
mehr und mehr Liebhaber. Wie alle Kohlgemüse ist sie auch sehr gesund,
stärkt das Immunsystem und ist gut für die Verdauung und den Stoffwechsel!

Mit vielen Grüßen

Steckrübenschnitzel

Steckrübe - schälen, in 1 cm dünne Streifen schneiden
mit einer Gabel einstecken, in kochendem Salzwasser ca. 3-5 min
bis fest garen,
1 Ei - in tiefem Teller verquirlen, mit Salz + Pfeffer würzen
Semmelbrösel mit etwas Sesam vermischen, Steckrübenscheiben erst im Ei dann
in Semmelbröseln wenden, in einer Pfanne mit etwas Öl
langsam goldgelb braten,

Guten Appetit