

Liebe Leut',

der Spargel ist angezählt. Ihr könnt das Edelgemüse nur noch in der kommenden Woche in Eure Ökokisten packen! Allerdings haben wir für diese finale Runde einen wirklich guten Preis für Euch aushandeln können. Ein weiteres, feldfrisches Schmankerl der nächsten Woche wird der Wirsing von unserem Bio-Bauern aus Langenstein sein. Wir zeigen Euch, dass Wirsing auch als Sommergemüse ganz prima geeignet ist. Und last but not least: Es gibt endlich wieder Blumenkohl.

Mit dem Spargel ist das immer so eine Sache. Es gibt ihn nur für kurze Zeit und er ist relativ teuer. Gerade bei Spargel gilt es deshalb zuzugreifen, bevor die Saison vorbei ist. Wir zelebrieren das Saisonende in der kommenden Woche darum mit tollem grünen und weißen Spargel zu annehmbaren Preisen. Die leckeren Stangen werden sage und schreibe 38% günstiger als in der vergangenen Woche sein. Da es in diesem Jahr ungewöhnlich lange kalt war, wuchs der Spargel zunächst schlecht und war zu Saisonbeginn entsprechend teuer. Jetzt lässt Feuchtigkeit und Wärme den Spargel so richtig sprießen, also fällt der Preis. Es bietet sich somit die Gelegenheit für ein ausgiebiges Spargeessen.

Der Spargel gilt seit jeher als Delikatesse, wahrscheinlich auch weil seine Ernte so mühsam und sein Geschmack so fein ist. Schon Hieronymus Bosch, ein großer Maler des Mittelalters, der sonst eher für seine apokalyptischen Werke bekannt ist, wusste übrigens den Spargel zu schätzen und nannte ihn "eine liebliche Speis für Leckermäuler". Aber Spargel ist nicht nur äußerst lecker, sondern gilt auch als gesund und ist reich an Vitamin E und Folsäure. Also liebe Leut': Nichts wie ran an den Spargel, solange er noch frisch und aus der Region zu haben ist.

Frischer Wirsing, auch im Sommer ein Genuss

Wer an Wirsing denkt, denkt meist an die kühlere Jahreszeit, in der uns das grüne Gemüse so richtig schön wärmen kann. Aber wusstet Ihr eigentlich, dass auch jetzt im Sommer schon Wirsing geerntet wird? Wir haben den vielseitigen Kohlkopf frisch von den Langensteiner Feldern nur für wenige Wochen im Sortiment und legen ihn Euch auch deshalb ganz besonders ans Herz. Jetzt im Sommer kann man das Gemüse zum Beispiel als "Toskanischen Wirsing" mit Tomaten, Thymian und Pecorino in der Pfanne in Olivenöl braten und dazu Tagliatelle oder andere Nudeln oder auch Wildreis oder Gnocchi servieren. Da kommt Urlaubsstimmung auf! Als festliches Essen eignet sich sicherlich "Hähnchenbrust mit Wirsingaprikosen". Dieses Gericht präsentiert den Kohl zusammen mit dem Steinobst mal ganz anders und saisonal angepasst. Auch für asiatische Pfannengerichte eignet sich das Gemüse übrigens ganz hervorragend, probiert doch mal ein ungewöhnliches Wirsingrezept aus. Ihr werdet überrascht sein, wie vielseitig und modern der Kohl sein kann.

Endlich zurück! Welcome back Blumenkohl

Das Warten hat ein Ende, denn es gibt endlich wieder Blumenkohl beim Boßhammersch Hof. Viele von Euch haben auf den beliebten Kohl gewartet und zahlreiche Anrufe beim Kundenservice erkundigten sich regelmäßig, wann es wieder Blumenkohl geben wird. Ab der kommenden Woche ist es also endlich soweit. Leckerer Blumenkohl wartet nur darauf von Euch verarbeitet zu werden!

Wir freuen uns auch, dass der Blumenkohl zurück ist und wünschen Euch ganz viel Spaß beim kochen und essen.

Eure Susanne