



# KUNDENBRIEF

KW 47, 2020

## Ein Service Ihrer ÖKOKISTE

### NÄCHSTE WOCHEN IM ANGEBOT

#### Käse der Woche für KW 48: Zitronenpfeffer

Cremiger Schnittkäse umhüllt von einem frisch-würzigen Mantel aus Pfeffer und Zitrone.

Art.-Nr.: 31228

2,99  
€/100g

Deutschland mind. 50 % Fett i. Tr.



#### Geschenkbbox grande finesse

Drei erlesene Gourmetöle in einer exklusiven, limitierten Metallbox. (3 x 0,1l)

Art.-Nr.: 85200

18,99  
€/je Pack



### HALLO KISTENLIEBHABER!

Momentan bestehen Lieferengpässe bei Eiern und den Produkten der Schrozberger Milchbauern. Nach der Stallerweiterung bei Naturland Lehner sind die Hühner bald wieder groß genug, so dass es bestenfalls noch im November hoffentlich wieder die liebgewonnen Eier aus der Ochsenfurter Gau geben wird. Offensichtlich kann der gewählte Ausweich-Lieferant die erforderlichen Mengen ebenfalls nicht liefern. Die Schrozberger Milchbauern kämpfen mit dem Luxus-Problem des Rohstoffmangels: Zu wenige Demeter-Kühe geben zu wenig Milch für die ständig wachsende Nachfrage. Wir versuchen unser Möglichstes, um Sie vollständig zu beliefern.



Ferdinand Pletz

Ferdinand Pletz

BESTELLSCHLUSS  
FESTAGSBRATEN  
& GEFLÜGEL



26.11.20

regionaler Bio-Lieferdienst  
**ÖKOKISTE**  
BRINGT BIO INS HAUS

# SALAT AUS GEBACKENEN RODELIKA MIT RADICCHIO

## Zutaten (2 Personen) Zubereitung

1 kg Rodelika  
7 EL Sonnenblumenöl  
1 Biozitrone  
1 Orange  
2 EL Senf  
2 EL Ahornsirup  
4 EL Walnussöl  
150 g Radicchio  
40 g Pekannüsse  
200 g Ziegenkäserolle  
Salz & Pfeffer

Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Rodelika waschen, putzen und schälen. Schmale Rodelika ganz lassen, dickere längs halbieren, so dass alle circa gleich breit sind. Mit Salz und 4 EL Öl mischen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 125 ml Wasser zugießen. Die Rodelika im unteren Drittel des Ofens 40 Minuten garen, dabei einmal wenden. Inzwischen die Zitrone heiß waschen, trocknen, 1/4 der Schale fein abreiben und 4 EL Saft auspressen. Den Saft aus der Orange pressen. Zitronensaft und -schale mit Senf, Ahornsirup, 5 EL Orangensaft, Walnussöl und restlichem Sonnenblumenöl (3 EL) glatt rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Radicchio putzen, waschen, trocken tupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Nüsse klein hacken. Ziegenkäse in 12 je 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Rodelika aus dem Ofen nehmen, sofort mit der Hälfte der Vinaigrette in einer Schale vermischen und 10 Minuten ziehen lassen. Den Radicchio mit der restlichen Vinaigrette mischen. Rodelika auf Tellern anrichten, Radicchio, Ziegenkäse und Pekannüsse darauf verteilen und servieren.



Rodelika  
Art.-Nr.: 14004

Radicchio  
Art.-Nr.: 10102



senkt den Cholesterinspiegel  
lässt sich vielseitig einsetzen  
-- liefert Mineralstoffe  
fordert die Sehkraft  
stärkt die Abwehrkräfte  
-- tut der Verdauung gut



Rote Bete  
Art.-Nr.: 14100

## RADICCHIO-ROTE-BETE-CROSTINI

### Zutaten (2 Personen)

10 Scheiben Baguette  
1 Schalotten  
100 g Radicchioblätter  
1 Rote Bete  
2 Stängel Petersilie  
2 Esslöffel Olivenöl  
150 ml trockener Rotwein  
Parmesan  
Salz & Pfeffer

### Zubereitung

Die Schalotten und Rote Bete fein würfeln und zusammen mit dem in feine Streifen geschnittenen Radicchio im heißen Olivenöl andünsten. Mit Rotwein ablöschen, salzen, pfeffern und die Flüssigkeit fast ganz einkochen lassen. Die Petersilie fein hacken, dazugeben und das Ganze abschmecken. Die Mischung auf die Baguettescheiben streichen und im vorgeheizten Backofen bei 220 °C ca. 6 Minuten backen. Die Crostini mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen und sofort servieren.

## OFENKARTOFFELN MIT RADICCHIO

### Zutaten (2 Personen)

600 g Kartoffeln festkochend  
120 g Salz  
350 g Radicchio  
150 g rote Zwiebel  
1 Zehe Knoblauch  
80 ml Olivenöl  
1 EL Rosmarin gehackt  
2 EL Zucker  
1/2 TL Pfeffer  
1 Zitrone

### Zubereitung

Salz in ca. 800 ml Wasser geben. Kartoffeln mit Schale darin weichkochen. Radicchio waschen, der Länge nach achteln und den Strunk entfernen. Radicchiostücke sollen noch zusammenhalten. Zwiebeln und Knoblauch schälen, in grobe Stücke schneiden und in 20 ml Öl und Rosmarin 5 Minuten marinieren. Aus restlichem Öl, Zucker, Pfeffer und Zitronensaft ein Dressing herstellen. Radicchio darin 2-3 Minuten marinieren. Ofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Kartoffeln abgießen und mit der Zwiebel-Knoblauch-Mischung auf dem Blech verteilen. Auf der mittleren Schiene ca. 12 Minuten backen. Kartoffeln sollten eine leichte Salzkruste bilden. Nach 12 Minuten den marinierten Radicchio zu den Kartoffeln geben und weitere 3 Minuten backen. Radicchio soll nur lauwarm werden und leicht knackig bleiben.



Kartoffeln vorwiegend festkochend  
Art.-Nr.: 14206

Kartoffeln festkochend  
Art.-Nr.: 14200

Kartoffeln mehlig kochend  
Art.-Nr.: 14210

sind echte Multitalente  
haben viele Vitamine  
haben wenig Fett  
senken den Blutdruck  
-- machen lange satt

Quelle: www.gartenmarkt.de

Herausgeber: Ökokiste Schwarzach e.K. - Inhaber: Ferdinand Pletzt - Gewerbeing. Nord 6 - 97359 Schwarzach a. Main - BIO-Zertifikat Kontrollnummer: DE-ÖKO-037 - Amtsgericht Würzburg, HRA 7292 - Ust-IDNr: DE275907955  
Eigenerzeugung: Raritätengärtnerei & Demeter-Gärtnerei Veit Pletzt - Am See 9 - 97359 Schwarzach a. Main - Demeter Betriebsnummer: 17520

Alle Artikel sind im Internet unter [shop.oekokiste-schwarzach.de](http://shop.oekokiste-schwarzach.de) oder telefonisch via 09324 - 978 99 0 bestellbar (Anruf ins deutsche Festnetz, Kosten variieren nach Anbieter) zum angegebenen Preis. Alle Preise in EUR inkl. gesetzl. MwSt. zzgl. Versandkosten bestellbar. Informationen zur Lebensmittelkennzeichnung finden Sie durch Eingabe der Artikelbezeichnung oder -nummer im Suchfeld unter [shop.oekokiste-schwarzach.de](http://shop.oekokiste-schwarzach.de). Die Abgabe der Artikel erfolgt nur in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht und ohne Dekoration bzw. Beilagen. Texte und Abbildungen von uns, unseren Partnerbetrieben, Fotoka, pixabay oder chefkoch.de. Für Druckfehler keine Haftung.

