



# KUNDENBRIEF

KW 48, 2020

## Ein Service Ihrer ÖKOKISTE

### NÄCHSTE WOCHEN IM ANGEBOT

#### Käse der Woche für KW 49: Dorfkäse Orange-Zimt

Orangenstücke und Zimt in der Käsemasse, die Oberfläche ist mit Orangenpulver und Zimt dekoriert.

Art.-Nr.: 31221

2,69  
€/ 100 g

Deutschland mind. 50 % Fett i. Tr.



#### Orangen-Kistchen

3 kg

Art.-Nr.: 25401

8,79  
€/ je Kiste



#### Clementinen-Kistchen

2,3 kg

Art.-Nr.: 25001

9,79  
€/ je Kiste



**HALLO KISTENLIEBHABER!**  
 Ab sofort sind die Orangen- und Clementinen-Kistchen des Erzeugers Biosybaris wieder verfügbar.  
 Im Rahmen einer Erzeuger-Exkursion mit unserem Großhändler Weiling besuchte ich den Betrieb in der süditalienischen Provinz Kalabrien im November 2016. Gemeinsam mit den anderen Teilnehmern besichtigte ich dort unter anderem eine Clementinen-Plantage. Bei dieser Gelegenheit erfuhr ich so einiges über den Anbau von Bio-Zitrusfrüchten und die Schädlingsbekämpfung. Ich lernte beispielsweise, dass Zitrusfrüchte nur dann unbeliebte Kerne aufweisen, wenn deren Blüte bei der Bestäubung mit Blütenresten anderer Kulturen (wie z. B. Steinobst) in Berührung gekommen ist. Die Genossenschaft Biosybaris bewirtschaftet rund 600 Hektar mit Clementinen, Orangen, Nektarinen und Pfirsichen, wobei teils Demeter-, Naturland- oder EU-Standards gelten. Weiling vermarktet sämtliche Demeter-Erzeugnisse von Biosybaris exklusiv. Die Qualität und der Geschmack der Früchte ist spitzenmäßig!  
 Greifen Sie zu! Die Kistchen werden nur wenige Wochen lieferbar sein. Einen ausführlichen Bericht über die Erzeuger-Exkursion 2016 finden Sie in unserem Blog.  
 Ferdinand Pletz

### BALD IST NIKOLAUSABEND DA...



3,49  
€/ 50 g Stück

Weihnachtsmann  
vegan  
Art.-Nr.: 80030



3,29  
€/ 50 g Stück

Weihnachtsmann  
Vollmilch  
Art.-Nr.: 80033



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



**Pastinaken**  
Art.-Nr.: 14040

**Petersilienwurzel**  
Art.-Nr.: 14020



# Was ist der Unterschied zwischen Pastinake und Petersilienwurzel?

## Die Form macht den Unterschied:

Bei diesen zwei Gemüsearten kann man angesichts schon mal ins Grübeln kommen, denn optisch sind sich Pastinake und Petersilienwurzel durch ihre Farbe und Größe verwirrend ähnlich. Doch wer genauer hinsieht, entdeckt bereits in der Form erste Unterschiede. Pastinaken haben ein deutlich dickeres Kopfteil und ihr Blattansatz ist eingesunken. Bei der Petersilienwurzel ist dieser dagegen nach oben gewölbt.



## Geruch und Geschmack:

Wenn der Optikcheck nicht reicht, hilft vielleicht ein Schnupper-test weiter. Beim Geruch der Wurzelgemüsesorten sind Unterschiede schon deutlicher zu erkennen. Spätestens beim Geschmack offenbaren sich dann die verschiedenen Aromen. Während die Petersilienwurzel – wenig überraschend – intensiv nach Petersilie duftet und schmeckt, verrät das würzige und nussige Aroma der Pastinake seine Verwandtschaft zur Möhre.

## PETERSILIENWURZEL-CHIPS

### Zutaten für 2 Personen

2 große Petersilienwurzeln 3 EL Olivenöl Salz & Pfeffer

### Zubereitung

Petersilienwurzel schälen und mit einem Sparschäler oder Gemüsehobel in feine Streifen schneiden. Streifen halbieren. Streifen auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech nebeneinander auslegen, so dass sie sich nicht berühren. Mit Olivenöl einpinseln, leicht salzen und pfeffern. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (O-U-Hitze) ca. 13-15 Min. backen, bis sie knusprig braun sind.

AM KROSSESTEN SIND DIE CHIPS DIREKT AUS DEM OFEN, DARUM AM BESTEN DIREKT ZUM VERZEHRE ZUBEREITEN.



## GEBACKENE PASTINAKEN

### Zutaten für 2 Personen

325 g Pastinaken 1/2 Zweig Rosmarin 1 1/2 EL Olivenöl  
1/2 EL flüssiger Honig Salz & Pfeffer 50 g Mandelkerne  
2 Stiele Petersilie

### Zubereitung

Pastinaken waschen, putzen und großzügig mit einem Sparschäler schälen. Je nach Dicke der Länge nach halbieren oder vierteln und in eine große Schüssel geben. Rosmarin fein hacken. In einer kleinen Schüssel mit Öl, Honig sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren. Das Würzöl über die Pastinaken geben und alles gut mischen. Pastinaken mit dem Würzöl auf ein Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C auf der 2. Schiene von unten 25 Minuten backen, dabei nach 15 Minuten einmal wenden. Die Mandeln hacken, nach 20 Minuten über das Gemüse streuen. Petersilie klein hacken. Über die gebackenen Pastinaken streuen und servieren. Dazu passt Geflügel oder kurzgebratenes Fleisch.

Durch den Spätfrost Mitte Mai bildeten sich unansehnliche Frostungen auf dem überwiegenden Teil der Apfelsorte Topaz. Diese Schäden haben keinerlei Geschmackseinbußen zufolge, nur die Optik ist unschön.



Beide Schalenfehler sind grundsätzlich essbar und völlig unbedenklich. Unser Lieferant Obstbau Rauch erhält für die beschädigten Früchte denselben Preis.



**Birnen**  
Art.-Nr.: 20100

**Apfel der Saison**  
Art.-Nr.: 20000

Wie der Name des tierischen Schädling schon verrät, hinterlässt der Birnenknospenstecher feine Stiche in der Birnenknospe. An diesen Stellen bilden sich später braune Vernarbungen auf der Birne.

Herausgeber: Ökokiste Schwarzach e.K. - Inhaber: Ferdinand Plietz - Gewerberg-Nord 6 - 97359 Schwarzach a. Main - BIO-Zertifikat-Kontrollnummer: DE-ÖKO-037 - Amtsgericht Würzburg - HRA 7292 - Ust. IDNr. DE175907955  
Eigenerzeugung: Raritätengärtnerei & Demeter-Gärtnerei Veit Plietz - 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, Fotolia, pixabay oder cheffoch.de. Für Druckfehler keine Haftung.

