

KUNDENBRIEF & REZEPTE KW 19/2009



ÖKOKISTE HOFGUT LETTEN

Letten 1 - 83670 Bad Heilbrunn
Tel. 08046/891122 (23) - Fax 08046/891121
E-Mail: info@hofgut-letten.com
Internet: www.hofgut-letten.com
DE – 037-Öko – Kontrollstellennummer

UNSERE KUNDENTELEFONZEITEN

Montag bis Dienstag von 8.00 bis 14.00 Uhr
Mittwoch bis Freitag 8.00 bis 12.00 Uhr

Rhabarber

Rhabarber wird nie roh verzehrt. Rhabarber ist ein Gemüse, dass in den meisten Fällen immer zu Süßspeisen, Kuchen oder Marmeladen verarbeitet wird. Man kann sagen, es ist das erste „Obst“ im Jahr! Verwenden Sie Rhabarber immer frisch. Wenn Sie ihn doch einige Tage lagern müssen, dann schlagen Sie ihn wie Spargel in ein feuchtes Tuch ein und legen ihn in den Kühlschrank. Nutzen Sie die Rhabarbersaison, denn Sie endet ebenso wie die Spargelsaison am 24. Juni. Die Pflanzen benötigen genügend Zeit für das Wachstum und die Regeneration für das nächste Jahr.

Liebe Kundin, lieber Kunde, am Donnerstag, den 21.5.09, Christi Himmelfahrt, beliefern wir Sie ganz normal. Bitte bestellen Sie für die Auslieferung am Freitag, den 22.5.09 schon bis Mittwoch, 20.5.09 um 12 Uhr. Vielen Dank!

Ihr Team der Ökokiste Hofgut Letten

Rhabarberkuchen mit Baiser und Gänseblümchen

(für 1 Springform Ø24cm)

Für den Teig: 200g Weizenmehl 1050, 50g Zucker, 1 Pr. Salz, 100g kalte Butter, 1 Eigelb, 1 Ei, Joghurt LEMBACH

Für den Belag: 1,5kg Rhabarber, 100g Zucker, 200ml Sahne LEMBACH, 1 Ei, 1 Pr. Bourbon-Vanillepulver

Für den Baiser: 150g Zucker, 3 Eiweiß, außerdem Puderzucker zum Bestäuben und einige Gänseblümchen

Die Zutaten für den Teig erst verkrümeln, dann verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 30min kühl stellen.

Rhabarber waschen, die Haut abziehen und in etwa 1cm breite Stücke schneiden. Mit 40g Zucker mischen und Saft ziehen lassen. Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche rund ausrollen, in die eingefettete Springform legen und einen kleinen Rand hoch ziehen. Den abgetropften Rhabarber darauf verteilen und im vor geheizten Backofen bei 180°C ca. 15min vorbacken. In der Zwischenzeit die Sahne und das Ei mit dem restlichen Zucker und der Vanille verrühren. Die Springform kurz aus dem Ofen ziehen und die Sahne über den Rhabarber gießen. Weiter 20min fertig backen.

Für das Baiser die Eiweiße mit dem Zucker und dem Zitronensaft steif schlagen. 10min vor Ende der Backzeit den Kuchen mit der Baisermasse bestreichen. Solange backen, bis der Baiser oben etwas braun geworden ist. Nach dem Abkühlen in Stücke schneiden, mit Puderzucker bestäuben und mit Gänseblümchen garnieren.



Schnelles Rhabarber-Kompott

Rhabarber waschen und schälen, mit Zucker vermischen. Kurz Saft ziehen lassen. Vorsichtig unter mehrmaligem Umrühren zum Kochen bringen. Wenn der Rhabarber zum Anbrennen neigt, dann etwas Wasser, möglichst wenig, hinzu gießen. Etwa 15min kochen. Nach dem Abkühlen oder noch lauwarm mit Vanillesoße und etwas Zimt servieren. Eine Kugel Vanilleeis passt ebenso dazu!

Grüner Spargel



Hier bei uns in Deutschland wird viel mehr weißer Spargel verwendet als grüner Spargel. Richtiger grüner Spargel ist eine eigene Sorte, die im Mittelmeerraum öfter als bei uns angebaut wird. Wenn weißer Spargel aus der Erde heraus wächst, wird er nur grünlich bis leicht lila. Schmeckt aber ähnlich. Grünen Spargel muß man nicht schälen. Maximal an den Enden der Spargelstangen! Grüner Spargel kann für alle Gerichte verwendet werden wie weißer Spargel.

Grüner Spargel einfach

Grünen Spargel in Salzwasser mit etwas Muskat in ca. 20min gar kochen. Nebenbei in einer kleinen Pfanne reichlich Butter schmelzen, Semmelbrösl hinein geben und unter mehrmaligem Rühren bräunen. Achtung, sie werden leicht schwarz! Den Grünspargel abgießen und auf die Teller verteilen, vorwiegend fest kochende Salzkartoffeln dazu geben und die Semmelbrösl darüber streuen. Je nach Belieben kann man Butterflöckchen dazu geben.

Spargelcarpaccio

8-10 grünen Spargel, 2 Tomaten, 2 Zitronen, 2 El. Nussöl, Pfeffer, Salz

Spargel 5min blanchieren. Schräg in 2mm dünne Scheiben schneiden. Tomaten abziehen, entkernen und würfeln. Aus dem Saft der Zitronen, Öl und den Gewürzen eine Vinaigrette bereiten. Spargel auf 4 Tellern anrichten, Zitronen-Öl-Mischung darüber gießen und mit Tomatenwürfeln garnieren.

Eine leckere frische Vorspeise
für warme Tage!

Flan aus grünem Spargel

(für 6 Portionen)

1kg grüner Spargel, 40g Butter, Salz, Zucker, 1Bd. glatte Petersilie, 4 Eier, 6 El. Schlagsahne LEMBACH, 30g geriebener Parmesan RAPUNZEL, Pfeffer, 2 Gl. Geschälte Tomaten NATURATA, 3 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 5 El. Olivenöl

Ca. 400g vom unteren Teil der Spargelstangen abschneiden, in Stücke teilen und in 30g Butter andünsten, mit Salz und Zucker würzen. Mit 4 El. Wasser zugedeckt 5min leise gar dünsten.

6 Förmchen mit 10g Butter ausfetten und kalt stellen. Petersilie hacken, mit Spargelstücken, Eiern und Sahne fein pürieren. Mit Parmesan, Salz und Pfeffer würzen, in die Förmchen gießen. Im heißen Wasserbad auf der Saftpfanne bei 175°C auf der 2. Einschubleiste von unten 20-25min garen. Tomaten abgießen und abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. In 3 El. Olivenöl glasig dünsten, die Tomaten dazugeben. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen, weiter dicklich einkochen.

Die Spargelspitzen längs halbieren und im restlichen Öl 2-3min sanft braten, mit Salz und Zucker würzen. Mit den Tomaten zu den gestürzten Flans servieren. Dazu passen Röstbrote mit Rosmarin und Parmesan ganz hervorragend!



Für Ihre Bestellung für KW 20

| | Herkunft | Preis | |
|---|-----------------------------|-----------|--|
| Spargel weiß HKL I | Keil/BIOLAND | 19,95€/kg | |
| Spargel weiß HKL II | | 17,75€/kg | |
| Spargel weiß Hofsortierung (Suppenspargel) | | 12,50€/kg | |
| Grünspargel HKL I | | 8,95€/kg | |
| Rhabarber | Deutschland/ <i>demeter</i> | 2,95€/kg | |
| Geschälte Tomaten NATURATA 660g | Deutschland/ <i>demeter</i> | 3,25€ | |

Name:

Kundennr.