

Liebe Grüne Kiste Kundinnen und Kunden,

hier kommen unsere aktuellen Informationen für Sie.

### FRISCHES VOM FELD

Wir können vieles, aber nicht alles selbst anbauen. Umso besser, dass wir mit tollen Bio-Partnerbetrieben aus der Region zusammenarbeiten, die uns mit herrlich frischen Früchten wie Erdbeeren beliefern. Unsere [Bioland-Erdbeeren](#) kommen vom Biohof Seemann aus Eberdingen zwischen Vaihingen/Enz und Stuttgart. Sie sind ab sofort bei uns erhältlich.

### NEUES IM SORTIMENT: TOMATENMARK IN DER TUBE

Für einen intensiv-tomatigen Geschmack in Ihrer Küche haben wir Tomatenmark aus sonnenverwöhnten italienische Früchten in der [200g-Tube](#) von bioladen neu ins Sortiment aufgenommen. Für einen noch kräftigeren Geschmack ist dieses sogar zweifach konzentriert. Die Tube ist **im kompletten Mai in unserer Monatsaktion um 20% reduziert**.

### DIE NEUE SCHROT UND KORN IST DA

Schon wieder ein neuer Monat - also auch eine neue Ausgabe der Schrot & Korn. Mit tollen Rezeptideen zum "Traumpaar der Saison": Spargel und Erdbeeren. Sie können sich die neue Ausgabe entweder kostenlos mit Ihrer Grünen Kiste bestellen oder sie bei Ihrem Einkauf im Hofladen mitnehmen.

### DER „KUH-LE“ WEIN ZUM SPARGEL

Der Winzer Stefan Schmitzer vom **Demeter-Weingut** Herrenhof aus der Südpfalz hat eine Begeisterung für klassische Weine und traditionellen Rebsorten. Gut für uns. So können wir Ihnen passend zum Spargel einen [Weißburgunder Qualitätswein](#) anbieten. Fast schon exotische Fruchtnoten treffen auf eine feine, leichte Würze. Besonders schön gestaltet ist auch das Etikett der Flasche mit einer gezeichneten Kuh. Bestellen Sie gerne telefonisch oder in unserem Onlineshop.

### DIE GRILLSAISON IST ERÖFFNET

Wir starten in die Grillsaison mit Grillgut vom Biolandhof Fauser. Alle angebotenen Artikel findest Sie von Donnerstag bis Sonntag unter der Rubrik [Angebote | Grillsaison](#) in unserem Shop. Gerne beraten wir Sie auch am Telefon. Bestellschluss ist montags 7 Uhr. Passend dazu gibt es Ketchup, Mayonnaise und Senf, sowie Parisienne und Dinkelfladen von der Bäckerei Stumpp. [Leckere Blattsalate aus unserem eigenen Anbau](#) machen sich genauso gut wie ein Tomate-Mozzarella-Salat als Beilage. Den Mozzarella gibt es diesen Monat für 1,09€ statt 1,45€ bei uns. Haben Sie schon einmal Ofenkartoffeln dazu probiert? Die Kartoffeln in Spalten schneiden, etwas Öl dazugeben und vermengen. Die Spalten bei 180°C in den Backofen geben. Für eine höher Knusprigkeit den Ofen auf 220°C einstellen, sobald die Kartoffeln gar sind. Anschließend mit Paprikapulver, Salz und getrockneten Kräutern nach Wunsch würzen.

### REZEPT: ERDBEER TABOULEH

**Zutaten:** 100g Couscous (oder Bulgur), 4 Bundzwiebeln, 1 Salatgurke, 400g Erdbeeren, 50g Minze, 1 Bund frische Petersilie, 1 Päckchen Feta (150-200g), Abrieb und Saft von 1 Zitrone, 200ml Gemüsebrühe, 6EL Olivenöl, 1TL Zimt, 1TL Salz, Pfeffer, nach Belieben 1TL Sumach

**Zubereitung:** Alle Zutaten sollten im Kühlschrank gekühlt werden, da ein Tabouleh gut gekühlt am besten schmeckt. Die Gemüsebrühe zum Kochen bringen; Couscous in einem Sieb gut abspülen, in die Gemüsebrühe geben und ziehen lassen, bis die Brühe absorbiert ist. Abkühlen lassen. Bundzwiebeln in feine Streifen schneiden, Gurken mit Schale fein würfeln, Erdbeeren vierteln. Blätter von der Minze und der glatten Petersilie von den Stängeln zupfen, die Blätter waschen, trocken schleudern oder tupfen und in ganz feine Streifen schneiden. Für das Dressing Öl, Zitronensaft u. -schale, Zimt, Salz, Pfeffer und nach Belieben Sumach gut vermischen. In einer großen Schüssel Couscous, Bundzwiebeln, Gurke, Erdbeeren und Kräuter geben und mit Salat Dressing mischen. Feta mit der Hand in kleine Stücke brechen und über den Salat verteilen. **Tipp:** Der Salat lässt sich prima schon am Morgen oder einen Tag vorher vorbereiten. Dazu die Zwiebeln erst kurz vor dem Servieren schneiden und unterheben. Dazu schmeckt ein frisches Fladenbrot.

