

BESONDERS **AKTUELL**, BESONDERS **INFORMIERT**.

MARKTNEWS

Woche 04/2025

Marktfrisch erhältlich



Fave-Bohnen aus Italien ; Mandared-Früchte aus Italien ; Limequat aus Italien ;
Artischocken „Mammole“ aus Italien ; Mairüben aus Italien ;
Cicorino Verona aus Italien ; Frühkartoffeln aus Italien ;

Aktuelles aus der Schweiz



Nüssler aus dem Freiland ;

Saisonende



Cranberries ; Kiwi rot ;

Schwierig: Essbare Blumen ; Rosenkohl ;

FAVE - DIE BOHNE MIT DEN DICKEN KERNEN

Die Fave-Bohnen aus Italien sind wieder da!

Auch als „Puffbohnen“ oder „Dicke Bohnen“ bekannt, gehören sie nicht zur herkömmlichen Bohnenfamilie, sondern zur Wickenfamilie. Das macht sie besonders interessant.

Während fast alle anderen Bohnen roh ungeniessbar sind, da sie das giftige Phaseolin enthalten, können Sie die Fave-Bohnen im jungen Zustand bedenkenlos roh geniessen! Ihre zarte Textur und der leicht süssliche Geschmack machen sie zu einem Genuss, besonders in frischen Salaten oder als gesunder Snack. Und das Beste: Diese Bohnen sind nicht nur lecker, sondern auch ein faszinierendes Beispiel dafür, wie die Natur uns immer wieder überrascht – richtig zubereitet werden sie zu einem echten Geschmackserlebnis!



Kiste à ca. 5 Kilo (Anbruch möglich!)



MANDARED - EINE BELIEBTE KREUZUNG

Die Mandared begeistert mit ihrem besonders intensiven, süssen Geschmack, der an die fruchtig-würzige Blutorange erinnert. Mit ihrer dünnen, leicht zu schälenden Schale und fast ohne Kerne, ist sie perfekt für den schnellen Genuss.

Die Mandared ist eine Kreuzung aus Mandarine und Blutorange und vereint das Beste aus beiden Welten. Besonders in der Winterzeit ist sie eine beliebte Wahl, wenn man nach frischen, vitaminreichen Früchten sucht. Ihre leuchtend orange Farbe und der saftige, erfrischende Geschmack machen sie ideal für Salate, Desserts oder einfach pur.

Karton à ca. 5 Kilo (Anbruch möglich!)

LIMEQUAT - ZITRONEN-SNACK

Auf unserer morgendlichen, fast schon ritualisierten Produktsuche in der „Vegihalle“ in Zürich, ist uns erneut ein besonderer Artikel ins Auge gesprungen - die Lemon-Snack oder auch Limequat genannt. Sie werden mit dem vielversprechenden Slogan „Süsse Schale, saurer Kern“ beworben.

Doch Vorsicht! Hinter dieser Marketing-Aussage verbirgt sich mehr, als man zunächst denken könnte. Denn die kleinen, leuchtend-gelben Früchtchen haben es in sich. Die Säure, die man von einer klassischen Zitrone kennt, ist hier merklich abgeschwächt, was sie besonders angenehm im Geschmack macht.

Und die dünne, zarte Schale? Kaum bitter, fast ein Genuss zum Mitessen! Tatsächlich erinnern sie uns stark an Kumquats, sowohl in ihrer Form als auch im Aussehen – nur, dass hier das Erfrischende einer Zitrone mitschwingt.

Karton à 8 x 250g (Anbruch möglich!)



MAMMOLE - MIT FETTEM HERZ

Die Artischocke Mammole überzeugt mit ihrer kompakten, runden Form und weichen Blättern. Sie ist deutlich weniger stachelig als andere Artischocken und lässt sich daher besonders einfach handhaben.

Perfekt für Salate, als Vorspeise oder zum Grillen. In der italienischen Küche ist sie ein Klassiker, oft gefüllt oder mit Olivenöl, Knoblauch und Zitrone verfeinert.

Probieren Sie die Mammole und erleben Sie, wie vielseitig und lecker dieses Gemüse ist. Ein wahrer Geheimtipp für alle, die gerne etwas Neues entdecken!

Kiste à 10 Stück (Anbruch möglich!)



MAIRÜBEN - AUS ITALIEN

Jetzt gibt's frische Mairüben mit Blatt aus Italien - das perfekte Gemüse für die kalte Jahreszeit!

Die knackigen milden und weissen Rüben, eignen sich ideal für Salate, als Beilage oder einfach roh als Snack. Aber auch die Blätter sind ein echter Geheimtipp - sie haben einen leicht scharfen Geschmack, ähnlich wie Radieschenblätter, und passen hervorragend in Suppen, Eintöpfe oder als aromatisches Grün in vielen Gerichten.

Mairüben sind nicht nur lecker, sondern auch vollgepackt mit Vitaminen, Kalium und Ballaststoffen – genau das Richtige, um Körper und Geschmack zu stärken.

Frisch, vielseitig und voller Power – die Mairübe mit Blatt ist ein echter Genuss!

Kiste à 10 Bund (3er) (Anbruch möglich!)



CICORINO VERONA - MILD UND LEICHT BITTER

Der Cicorino Verona, eine edle Chicorée-Sorte aus der Region Verona, überzeugt mit seinem milden, leicht süsslichen Geschmack und der zarten rötlichen Färbung. Im Vergleich zu herkömmlichem Chicorée ist er weniger bitter und eignet sich daher besonders gut für Salate, aber auch für gebratene oder gegrillte Gerichte. Die Ernte erfolgt in den kühlen Wintermonaten, was dem Cicorino Verona seinen einzigartigen, zarten Geschmack verleiht. Diese vielseitige Zutat wird immer beliebter – und ist mittlerweile auch über Italien hinaus ein Geheimtipp für Gourmets.

Karton à ca. 4 Kilo (Anbruch möglich!)

