

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

MARKTNEWS

Woche 40/2024

Marktfrisch erhältlich



Rote Auberginen aus Italien „Rossa di Rotonda“ ; Kaiserlinge aus der Türkei ; Kaki weich und Persimon aus Italien und Spanien ; Kastanien aus Italien ; Schöne Steinpilze aus Rumänien ;

Aktuelles aus der Region



Federkohl grün und Lila (violett) ; Topinambur ; Apfel Lucy - knackig und leicht säuerlich ;

Saisonende



Preiselbeeren ; Rucola aus der Schweiz ;
Problematisch: Pflaumen gelb ;

ROTE AUBERGINEN - SPANNENDER ARTIKEL

Während farbige Chili, Peperoni oder extravagante Tomaten in aller Munde sind, fristet die botanisch eng verwandte Aubergine mit ihren farbenfrohen Sorten noch ein Mauerblümchendasein.

Mit roten Auberginen aus Italien - auch Rossa di Rotonda genannt - haben wir gegenwärtig einen hochspannenden Artikel im Angebot.

Achten sie auf das Bild - es sind wirklich Auberginen und keine Tomaten!

Kiste à 5 Kilo (Anbruch möglich!)



FEDERKOHL - DAS WINTERHARTE GEMÜSE

Auch wenn es den als „Sommerkale“ das ganze Jahr über gibt, wir bleiben dabei - Federkohl (Grünkohl) ist und bleibt für uns ein typisches Herbst/Wintergemüse.

Er enthält einen hohen Gehalt an Nährstoffen, Antioxidantien, Vitaminen, Mineralstoffen, Ballaststoffen, Aminosäuren und sekundären Pflanzenstoffen, die ihn zu einem der gesündesten Gemüse überhaupt machen. Die schnellwüchsige Blattkohlart kann Temperaturen bis -15 Grad locker überstehen.

Er ist übrigens eine Zuchtform des Kohls. Er hat seinen Namen aufgrund seiner ausgefransten Form bekommen. Entgegen der weitverbreiteten Rezeptur des längeren Kochens kann Grünkohl auch mit kürzerer Garzeit zubereitet werden. Blanchiert schmeckt er durchaus auch im Salat, der mit kräftigen Aromen, wie Speck, Schinken und Zwiebeln verfeinert werden darf. Jetzt in Grün oder Lila erhältlich.



KAKI - DIE SAISON HAT BEGONNEN

Jetzt sind wieder Kaki`s auf dem Markt.

Im Gegensatz zur Persimon und der Sharonfrucht hat die Kaki im Foodtainer eine dicke, lederartige Schale, die nicht gut schmeckt und daher entfernt werden sollte. Wer nicht gerne schält, der kann die Frucht auch wie eine Kiwi auslöffeln, da sie äusserst weich ist.

Die Kaki „Foodt“ sollte nicht unreif gegessen werden, da die Frucht sonst bitter schmeckt. Sie ist vor allem bei älteren Leuten beliebt. Diese Kaki`s sind übrigens immer in Schalen à 3-4 Stück verpackt.

Auch Persimon sind jetzt erhältlich und können wie ein Apfel aus der Hand gegessen werden.



Kaki Persimon (Hart)



Kaki „Foodt“ (weich)

TOPINAMBUR - DIE KARTOFFELÄHNLICHE KNOLLE

Topinambur gibt es in verschiedenen Arten und Formen. Diese hier auf dem Bild, sind aus der Region (Oberlunkhofen) und jetzt erhältlich.

Der Geschmack der Knollen ist leicht süsslich, nussig, Kartoffel- und Artischockenähnlich. Die Struktur ist wie die einer Kartoffel, nur knackiger.

Wäre das was?

Ifco à 5 Kilo (Anbruch möglich!)



KAISERLINGE - TOP, DIE BESTELLUNG GILT

Wenn der Eierschwamm früher als „Fleisch der Armen“ galt und gegenwärtig der Steinpilz „König der Pilze“ genannt wird, so muss der Kaiserling logischerweise der Chef unter den Pilzen sein - oder nicht?

Wie auch immer - der orange-gelbe Wulstling, ist jetzt in Spitzenqualität bei uns erhältlich und ist eine rare Delikatesse.

Aber Achtung: Die Mengen sind wirklich klein und die gehen „Unter der Hand“ weg!

Kiste à 1 Kilo (kein Anbruch möglich!)

