

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

# MARKTNEWS

Woche 46/2021

## Marktfrisch erhältlich



Götterfrucht-Orangen aus Spanien ; Maitake-Pilz aus China ;  
Palmkohl aus Italien ; Mangostan aus Kolumbien ; Kumquats aus Italien ;  
Wilder Blumenkohl aus Italien ; Dulcé-Tomaten aus Spanien ;

## Aktuelles aus der Schweiz



Bio-Mischpilze ; Cikorino verde/rosso ; Weichspeckbirnen ; Winterportulak ;

## Saisonende



Sultan-Trauben ; Klostergarten-Kräuter ; Schweizer-Blattsalate ;  
Feigen aus Frankreich ;

## MISCHPILZE – AUS BIOLOGISCHEM SCHWEIZER-ANBAU

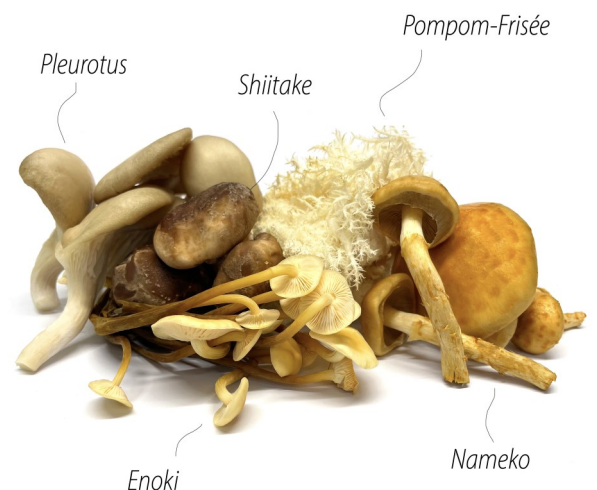
Die Saison unserer beliebten Waldpilzmischung geht zu Ende. Doch unser Einkauf hat natürlich schon einen würdigen Ersatz für Sie gefunden.

Dank unserem Pilzlieferanten Kernser Edelpilze GmbH können wir Ihnen neu gemischte, einheimische Zuchtpilze aus biologischem Anbau präsentieren.

Zurzeit sind das die Sorten Pleos (Pleurotus), Shiitake, Pom-Pom Frisée, Nameko, Kräuterseitlinge und Enoki.

Verpackt sind diese Speisepilze in einem Karton à 2 Kilo.

Mehr über diesen innovativen Betrieb finden Sie [hier](#).



## MANGOSTAN - SUPERFOOD MIT ANTI-AGING

Obwohl ihr Name es nahelegt, ist die Mangostan nicht mit der Mango verwandt, sondern ähnelt eher der Litschi oder der Rambutan. Menschen in Südostasien essen diese Frucht traditionell gegen Entzündungen, als Abführmittel sowie zur Fiebersenkung. Im Westen gilt sie inzwischen als Superfood mit Anti-Aging-Potential.

Der Geschmack vom Fruchtfleisch ist schwierig zu schildern. Ein exotisches, mildes, leicht säurebetontes Aroma, was dezent an Aprikose, Pfirsich und Ananas erinnert, trifft es wohl am ehesten.

Vorsicht: Mangostan hinterlässt auf der Kleidung schwer entfernbare Flecken!

Kiste à 2 Kilo (Anbruch möglich!)



## WILDER BLUMENKOHL - AUS ITALIEN

Zart und nussig im Geschmack präsentiert sich der Wildblumenkohl, welcher jetzt wieder aus Italien importiert wird.

Dieses Kohlgemüse überzeugt in der Regel auch Menschen, die Blumenkohl eigentlich nicht so gerne mögen. Doch leicht angedünstet oder als frischer Snack, kann es rasch zum neuen Lieblingsgemüse mutieren.

Übrigens: Wild-Brocchettoi haben wir noch für ca. eine Woche aus Hünenberg (Zug) im Sortiment. Danach wird dieser durch Bimi aus Spanien und Südafrika ersetzt.

Schale à 300g



## KUMQUATS - AUS DEM SONNENVERWÖHNTEN KALABRIEN

Kalabrien liegt im Südwesten Italiens und bildet den "Zeh" der stiefelförmigen Halbinsel. Die sonnenverwöhnte Region ist geprägt durch schroffe Berge, altmodische Dörfer und eine abwechslungsreiche Küste mit zahlreichen beliebten Stränden. Von dort haben wir nun eine spezielle Zitrusfrucht im Angebot - die ungefähr 3-4 Zentimeter grosse Kumquat.

Sowohl die Schale als auch das Fruchtfleisch sind essbar und haben einen leicht bitteren Geschmack. Die Schale ist etwas süsser, während das Fruchtfleisch leicht säuerlich ist. Kumquats sind sehr gesund und enthalten Vitamin C und Kalium.

Jetzt aktuell und mit steigender Tendenz auf der Früchte-Beliebtheitsskala!

Kiste à 5 Kilo (Anbruch möglich!)



## MAITAKE - SORRY, ABER DER IST LEIDER GUT!



Wenn etwas gut ist, muss zwischendurch auch mal etwas aus China in die News. Und folgender Pilz fasziniert mit seiner Würze wirklich!

Mit wissenschaftlichem Namen heisst der Maitake Pilz „Grifola frondosa“. Seit rund 3000 Jahren sammeln die Menschen in China und Japan diesen Pilz. Dabei waren sie so selten, dass die Japaner den Maitake sogar als Zahlungsmittel verwendeten. Heute wird dieser Vertreter der Vitalpilze im grossem Stiel gezüchtet und exportiert. Neben seiner Verwendung als Medizinalpilz ist der Maitake einer der beliebtesten Speisepilze im asiatischen Raum.

Wenn Sie also noch ein paar Ökopunkte in diesem Jahr zuzugute haben, sollten Sie diesen Pilz probieren.

Schale à 150g

## CICORINO VERDE/ROSSO - ZARTBITTERER SALAT

Beim Cicorino Verde/Rosso (Sorry, es gibt immer noch keinen schlauerer Namen dafür!) handelt es sich um sogenannte Rosettenzichorien mit fleischigen Blättern. Es ist eine äusserst wohlschmeckende, zartbittere, in unseren Breitengraden relativ unbekannt Spezialität aus Norditalien. Für Ernst Kämpf aus dem Aargau Grund genug, um diesen Salat in der Schweiz zu kultivieren. Auch wenn noch wegen der relativ frühen Ernte einen leichten Grünstich hat, können wir diese Rosettenzichorie sehr empfehlen.

Die einheimische grüne Version (Cicorino verde) folgt dann im Frühling. Nicht das es schon jetzt hätte, aber der hat gemäss Ernst noch „Eselohren“. Nun, dann warten wir doch ab!

Kiste à 2 Kilo (Anbruch möglich!)



## KOHLGEMÜSE - MIT VIELEN NAMEN



Palm- oder Schwarzkohl sieht aus wie Federkohl, einfach glatter und etwas dunkler. Die dunkelgrünen Blätter spriessen oberhalb eines langen Stiels palmförmig aus. Auch bekannt ist er als italienischer oder toskanischer Kohl oder als Schwarzkohl, Negro Romano oder Cavolo Nero.

Schon die Römer sollen dieses Kohlgemüse angebaut und verwendet haben. So wird er auch heute in Italien noch gerne für Eintopfgerichte verwendet, wo er auch aktuell importiert wird.

Kiste à 5 Kilo (Anbruch möglich!)