



BIO DAS GEMÜSE ABO

HEXENKÄSE UND BLUMENVIELFALT IN KW 18!

OBST & GEMÜSE

Moin!

Die **Nachfröste** in den letzten Tagen haben unsere Bauern und Gärtner zum Teil kalt erwischt! So wird die regionale Freilandsaison bei den Erdbeeren noch länger als üblich auf sich warten lassen.

Die **Apfelbäume im Alten Land** haben die Fröste, den vielen Regen, Hagel und Wind nicht wirklich gut überstanden.

In der kommenden Woche stehen die Aussichten auf **emsigen Bienenflug** recht gut, allerdings steht auch der Raps gerade in voller Blüte, sodass die Honigsammler sich dort vorzugsweise aufhalten werden. Wir sind gespannt, was beim heimischen Obst dieses Jahr noch passiert. Doch bis es Kernobst aus neuer Ernte gibt, werden wir noch ein paar Monate **Äpfel aus regionalen Lagern** und Birnen aus Argentinien anbieten. Die Ware ist sehr frisch und saftig, daher ist die Schalenfestigkeit und Haltbarkeit noch nicht so wie bei der trockeneren Lagerware.

Auch unser Steinobstangebot aus Südeuropa wird größer und am Montag erreichen uns die **ersten gelben Pfirsiche**. Hoffentlich genauso lecker wie die ersten Nektarinen.

Bei den Melonen gibt es neben Wassermelone und Charentais ab nächster Woche auch die **Cantaloupe Melone** zum Naschen.

Für alle Blumenliebhaber gibt es ab sofort **blaue Gänseblümchen, Fuchsien und Dahlien**.

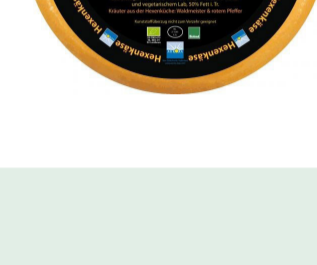
Wir wünschen eine schönen 1. Mai und viele Sonnenstunden!



Hexenkäse

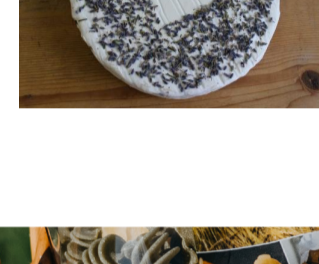
Traditionell gilt die Nacht vom 30. April auf den 01. Mai als die Nacht, in der die Hexen insbesondere auf dem Blocksberg (eigentlich „Brocken“), aber auch an anderen erhöhten Orten ein großes Fest abhalten. Dies führte bei der **niederländischen Käseerei „Aurora“** zu der spannenden Idee einen Hexenkäse zu kreieren. Allerdings wurden Spinnenbeine, Krötenaugen und Co. durch leckeren Waldmeister, rosa Pfeffer und Möhrensaft ersetzt.

JETZT PROBIEREN!



Ziegenbrie mit Lavendel

In Wascheid bei Prüm am Fuße der Schneifel gründeten Sibylle und Regino Esch im Sommer 2001 ihren Ziegenhof Steinrausch. Heute halten sie etwa 180 Milchziegen und bewirtschaften insgesamt 60 ha landwirtschaftliche Nutzfläche. In der **hofeigenen Käseerei** verarbeiten sie die gesamte Milch zu verschiedenen Käsespezialitäten. Der zarte Ziegenbrie wird mit duftendem Lavendel bestreut.



JETZT PROBIEREN!



NEUES AUS UNSEREM SORTIMENT



RÖSTZIEBELN INDONESISCH

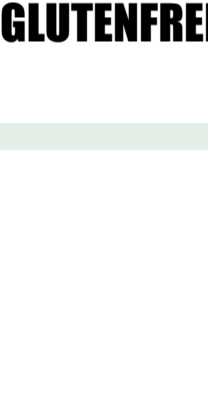


ITALIENISCHE WURSTSPEZIALITÄTEN

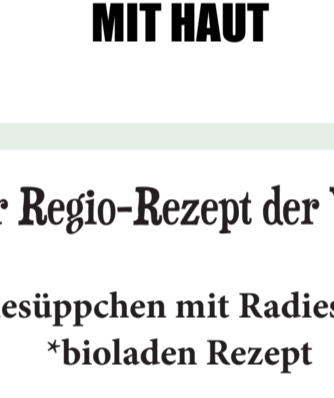


MAIBOWLE

JETZT PROBIEREN!



KNUSPER ZIMT BALLS GLUTENFREI



TK LACHS FILETS MIT HAUT

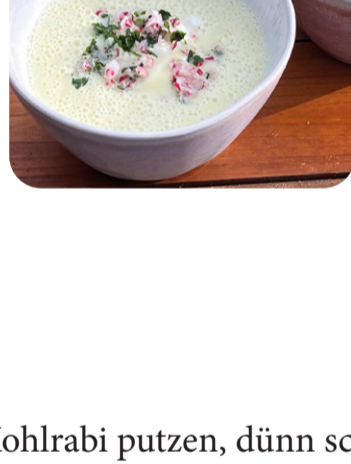


TK SANDWICH EIS CLASSIC

Unser Regio-Rezept der Woche

Kohlrabicremesüppchen mit Radieschen -Topping

***bioladen Rezept**



- 500 g Kohlrabi
- 20 g Butter
- 1 Lorbeerblatt
- 500 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Milch
- 4 Radieschen
- ½ Bund glatte Petersilie
- 75 g Sahne
- 75 g Schmand
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 1-2 EL Zitronensaft
- Muskatnuss, frisch gerieben

JETZT PROBIEREN!

Kohlrabi putzen, dünn schälen und würfeln. Butter in einem Topf auslassen. Kohlrabi kurz darin andünsten. Das Lorbeerblatt zugeben und mit Brühe und Milch ablöschen. 1x aufkochen lassen und mit halb geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze 15 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Radieschen waschen, putzen und sehr fein würfeln. Petersilie fein hacken und mit den Radieschen mischen. Sahne und Schmand mit den Quirlen des Handrührers aufschlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Das Lorbeerblatt aus dem Topf entfernen. Die Suppe fein pürieren. Mit Salz, Muskat und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken und nachmals mit dem Pürieweiß aufschäumen. Die Suppe in Portionsschalen oder Noppeneller geben. Jeweils einen Klacks von der Schmandcreme daraufsetzen. Mit den Radieschen bestreuen und sofort servieren.

NEUIGKEITEN BEIM PFAND

Wir haben unser Packsystem für die Getränke etwas umgestellt. Ab sofort berechnen wir den Pfand für die Getränkekisten direkt bei der Lieferung schon mit. So hast du auf der Rechnung einen Überblick, welches Pfand geliefert und berechnet wurde. Pfandrückgaben von Flaschen, Gläsern, Kisten und Styroporboxen werden nach Rückgabe auf der nächsten Rechnung angezeigt.



DAS GEMÜSEABO LÄDT EIN!

Genieß deinen Sonntag in der Wolfsburger VIP-Loge!

In Zusammenarbeit mit unserem Partner Vilsa verlosen wir **1x 3 VIP-Tickets für das Frauen-Bundesliga Spiel des VfL Wolfsburg gegen den 1. FC Köln am 05.05. um 11 Uhr!**

Teilnahmebedingung: Du hast für nächste Woche (KW 18, 29.04.-03.05.) eine Bestellung bei uns aufgegeben.

Einfach bestellen, eine Info mit „**Ich möchte am Fußball-Gewinnspiel teilnehmen.**“ als Bemerkung hinterlassen und schon bist du im Lostopf.

Der oder die Glückliche wird nächste Woche Donnerstag von uns benachrichtigt.

Wir wünschen dir viel Glück!

Deine Lieferung in der 1. Mai - Woche

In der Woche vom 1. Mai liefern wir am Mittwoch nicht aus.

Hier siehst du auf einen Blick deinen Liefertag und den passenden Bestellschluss. Bitte beachte den besonderen Bestellschluss für Gebäck und Brot aus Ibbenbüren, später eingehende Bestellungen nehmen die Bäcker nicht mehr an.

Normal:	1. Mai Woche:	Bestellschluss:	Ibbenbüren:
Montag	Montag	Freitag 10 Uhr	Freitag 10 Uhr
Dienstag	Montag	Freitag 10 Uhr	Freitag 10 Uhr
Mittwoch	Dienstag	Sonntag 16 Uhr	Freitag 10 Uhr
Donnerstag	Donnerstag	Dienstag 8 Uhr	Montag 13 Uhr
Freitag	Freitag	Mittwoch 8 Uhr	Dienstag 13 Uhr

Deine Lieferung in der Himmelfahrt-Woche

In der Himmelfahrt-Woche (06.-12.05.) liefern wir am Donnerstag nicht aus.

Hier siehst du auf einen Blick deinen Liefertag und den passenden Bestellschluss. Bitte beachte den besonderen Bestellschluss für Gebäck und Brot aus Ibbenbüren, später eingehende Bestellungen nehmen die Bäcker nicht mehr an.

Normal:	Himmelfahrt Woche:	Bestellschluss:	Ibbenbüren:
Montag	Montag	Freitag 10 Uhr	Freitag 10 Uhr
Dienstag	Montag	Freitag 10 Uhr	Freitag 10 Uhr
Mittwoch	Dienstag	Sonntag 16 Uhr	Freitag 10 Uhr
Donnerstag	Mittwoch	Montag 8 Uhr	Montag 8 Uhr
Freitag	Freitag	Mittwoch 8 Uhr	Dienstag 13 Uhr

Evtl. Ausnahmen teilen wir dir gesondert mit.

Wir sagen **DANKE** für dein Verständnis und wünschen dir und deinen Liebsten schöne Feiertage!

Herzliche Grüße,
Melanie und Stefan und das gesamte Team vom Gemüseabo

Das Gemüseabo GmbH
Brocksfeld 7, 27313 Dörverden

Hast du Sortimentswünsche oder Anregungen?

✉ Alamea.Hogrefe@gemueseabo.com

☎ 0 42 34 / 94 25 79 13

📷 Instagram 📘 FACEBOOK