

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
für Kurzenschlossene haben wir noch ein
kleines Kontingent an Gänsen und Enten
für Ihr Festtagsmahl zu vergeben. Unsere
Kundenbetreuung hilft Ihnen gerne weiter.

AMPERHOF

ÖKOKISTE

Kundenbrief 50/25

Wichtige Info zum Vormerken

Unser Betrieb bleibt an den Weihnachtsfeiertagen 25. und 26. Dezember, am Neujahrstag 1.1.2026 und dieses Jahr zusätzlich am Freitag, den 2. Januar 2026, geschlossen.

Alle Donnerstags- und Freitags-Kunden werden in 2025 somit am 18. und 19.12. das letzte Mal beliefert.

Alle Donnerstags- und Freitags-Kunden legen ihre Weihnachtsfleisch-Bestellung bitte in die Woche vor Weihnachten, also in den Warenkorb vom 18. bzw. 19. Dezember.

Unsere Lieferanten haben uns ein ausreichend langes MHD garantiert.

Ab dem 5. Januar 2026 läuft es wieder wie gewohnt, und auch am Dienstag, 6. Januar, (Heilige Drei Könige) liefern wir Ihre Kiste aus.

NEU auf der Frischeliste

Flower Sprouts

Flower Sprouts sind eine Kreuzung aus Rosenkohl und Grünkohl - kleine, blumenförmige Kohlröschen mit mild-nussigem Aroma und hohem Gehalt an Vitaminen wie C und K.



Den kennen wir doch?

Richtig! Pak Choi

Da dieser im Moment nicht mehr regional lieferbar ist, haben wir für Sie von unseren spanischen Partnergärtnereien als Alternative den **Bok Choi** - etwas anders geschrieben, aber das selbe feine, ostasiatische Kohlgemüse.

Tolle Geschenkidee ...

Sie sind ein zufriedener Kunde von unserer Ökokiste?

Möchten Sie Verwandte oder gute Freunde auch in den Genuss von frischen, biologischen Lebensmitteln kommen lassen? Verschenken Sie doch einen Wert-Gutschein für eine Ökokisten-Belieferung. Der Gutschein gilt für unser gesamtes Sortiment - Sie können den Wert ganz individuell bestimmen. Wir erstellen Ihnen auch gerne einen ganz persönlichen Gutschein - wenden Sie sich dazu bitte an unser Kundenbetreuungsteam.



Käse und Sekt des Monats Dezember

Die Käse sind jeweils in ca. 180g Stücke geschnitten

Weihnachtsgouda € 24,90/kg

Ein leckerer Schnittkäse, verfeinert mit weihnachtlichen Gewürzen, die ein bisschen an Lebkuchen erinnern.

Jade Gold € 23,90/kg

Ein feiner Gouda von Aurora, zu Ehren von Maria Reymer, einer Käsepionierin, hergestellt.

Winterbrie Pistazie € 28,90/kg

Der Edle Weisse - Feiner Weichkäse mit Edelschimmel und knackigen Pistazien.

Bayer. Bergkäse € 23,90/kg

Mindestens 3 Monate gereifter Rohmilchkäse, sorgfältig von Hand geschmiert. Ein vollmundiger, würziger Hartkäse.

Allgäuer Raclette € 22,90/kg

Cremiger und würziger Schnittkäse mit einer Vielfalt an Aromen. Mit Rotkultur geschmiert und mindestens 2 Monate gereift.

Von unserem Weinlieferanten empfohlen:

Sekt GOLD 0,75 l Flasche € 11,70/Fl

Prosecco brut - Ein frischer, ausgewogener Spumante mit mildem Abgang.

Sekt SILBER 0,75 l Flasche € 11,70/Fl

Extra dry Spumante, lieblich und fruchtig.

Zutaten:

500g Rosenkohl, Schale Champignons, 1 Zwiebel, 300ml Milch, 1 EL Butter o. Margarine, 50g Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 Bd Schnittlauch, 150g geriebener Käse

Rosenkohlaufauf mit Pilzsoße

Den Rosenkohl putzen, den Strunk abschneiden und die Röschen halbieren. In Salzwasser ca. 5 Minuten kochen, mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen. Das Kochwasser aufheben. Den Rosenkohl in eine gefettete Auflaufform legen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, Mehl hinzugeben, schnell verrühren, 200ml von dem Kochwasser und 300ml Milch aufgießen (nach und nach) und so eine Mehlschwitze herstellen. Kräftig salzen und pfeffern und Muskat dazu reiben. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden und zur Mehlschwitze geben. Schnittlauch in Röllchen schneiden, ebenfalls zu der Soße geben. Die Soße über den Rosenkohl gießen und mit geriebenem Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 15-20 Minuten überbacken.

Zutaten:

500g Rote Bete, 500g Nudeln, 200g Schafskäse (Feta), 350 ml Brühe, 1 EL Öl, 1 Zwiebel, 1-2 Knoblauchzehen, 1 Prise Zucker, 1 EL Meerrettich, 2 TL Apfelessig, 3 EL saure Sahne, Salz, Pfeffer, Zucker

Rote Bete-Pasta mit Schafskäse

Rote Bete waschen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch würfeln bzw. fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Danach Knoblauch und Rote Bete zugeben und kurz mitdünsten. Brühe zugeben und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen. Danach zugedeckt ca. 25 Minuten köcheln lassen bis das Gemüse bissfest ist. Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. Das Rote Bete-Gemüse mit Meerrettich, saurer Sahne und gewürfeltem Schafskäse mischen und abschmecken.

Mit den Nudeln servieren und dazu einen frischen Blattsalat reichen.

Zutaten:

250g Blaukraut, ca 80g gekochte Hirse, 50g Haselnüsse, 100 ml Sauerrahm, 1 EL kaltgepresstes Öl, Meersalz, Curry

Schneller Blaukraut-Hirsesalat

Hirse nach Packungsanweisung zubereiten. Abkühlen lassen.

Das Blaukraut putzen und in feine Streifen hobeln, zusammen mit der Hirse in eine Schüssel geben und mischen.

Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten, abkühlen lassen und grob hacken. Danach zum Blaukraut dazugeben.

Aus den restlichen Zutaten eine Marinade mischen, über den Salat gießen und vermischen.

Zutaten:

1 Pckg. Blätterteig, ca. 500g Fenchel, 2 Orangen, 2 EL Olivenöl, 2 Eier, 100 ml Sahne, 60g Brie, (wahlweise Roquefort o. anderer Blauschimmelkäse) Salz, Pfeffer

Fenchel-Orangen-Tarte

Tarteform (ca. 30 cm ø) mit Backpapier und Blätterteig auskleiden. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Bei 200° (Umluft 180°) auf der unteren Schiene 15 Minuten vorbacken.

Fenchel putzen, den dicken Strunk ausschneiden, dann die Knolle in Scheiben schneiden. Die Schale von den Orangen abreiben, Orangenfilets herauslösen. Fenchelscheiben in etwas Olivenöl anbraten, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Fenchel mit den Orangenfilets auf dem Tarteboden verteilen. Eier mit Sahne, der abgeriebenen Orangenschale, Salz und Pfeffer verrühren.

Zum Schluss den zerbröckelten Brie auf der Tarte verteilen.

Ca. 30 Minuten fertig backen.

Nach einer Idee aus Living at home 06/12