



## REGIONALE KRÄUTER ZU OSTERN IN KW 13!

### OBST & GEMÜSE

**Der Frühling ist da** und auf den regionalen Feldern herrscht emsiges Treiben. Im Freiland werden Salat, Radieschen und Kohlrabi gepflanzt bzw. gesät, in den Gewächshäusern Feldsalat, Spinat und ebenfalls Salate.

**Für alle Spargelliebhaber wird es dieses Jahr zu Ostern leider nix** mit regionalem Spargel. Zwar sind die Tage inzwischen deutlich wärmer, aber die Bodentemperatur ist für das Wachstum der beliebten Stangen entscheidend. Durch die Nässe im Boden erwärmt sich der Boden (zu) langsam.

Jürgen Oestmann, unser Spargel-Anbauer aus Südkampen, blickt gespannt in die Saison. Zum einen aus Anbauersicht: wie reagiert die Spargelstauden auf das monatelang stehende Wasser? Zum anderen aus Vermarktersicht: wie werden sich die Preise für den Spargel entwickeln?

Wir rechnen frühestens Mitte April mit Spargel aus der Region. Ein kleiner Ausblick sei schon verraten: **Alle, die gerne Spargel essen, bei denen das Schälen aber nicht zu den Lieblingsbeschäftigungen gehört, können sich in diesem Jahr über geschälten Spargel** vom Alps Hof aus Südkampen freuen. Bis der regionale Spargel bei uns auf dem Teller landet, bieten wir **als Alternative Spargel weiß und Spargel grün** aus Griechenland an.

Die ersten **regionalen Kräuter** liefert Max von der LohmannsHof Gärtnerei bereits in der kommenden Woche. Die Petersilie ist jetzt wieder komplett regional.

Im Kräuterbereich haben wir Liebstöckel und Schnittknoblauch neu sowie ein Kräutertopf Mix Set für die Küche oder den Kräutergarten.

Für alle Gärtner haben wir neu ab nächster Woche **Kohlrabi- und Salatjungpflanzen, sowie Rhabarber im Topf**.

Die **Osterwoche** wird nicht nur köstlich, sondern auch bunt. Bunte Eier im Sechser-Pack passen hervorragend zu unseren Blumensträußen. Die bunten Ranunkelsträuße und Tulpenbunde machen sich sehr gut mit frischen Zweigen von Birken oder Hasel in der Vase auf dem Frühstückstisch.

#### Ein kleiner Dekotipp für die Ostertafel:

Stellen Sie mehrere Hornveilchentöpfe in Saucieren oder Kaffeebecher und schon ist die Blumendeko passend zum Geschirr.

#### Wir wünschen eine wunderschöne Osterwoche!

#### Wissenswertes für Besser-Esser Grapefruit:

Die Grapefruit soll Mitte des 18. Jh. aus der **Kreuzung zwischen einer Pampelmuse (Citrus maxima) und einer Apfelsine (Citrus aurantium)** entstanden sein. Ursprünglich stammt die Frucht von den westindischen Inseln. Erstmals beschrieben wurde sie auf Barbados. Der Anbau zu Handelszwecken begann in Florida im späten 19. Jh. (1880), verteilt sich mittlerweile aber weltweit.

Ihren Namen verdankt die aus der Familie der Rautengewächse stammende Zitrusfrucht der Tatsache, dass ihre Früchte traubenartig aus den Zweigen wachsen: im Englischen heißt „grape“ „Traube“ und „fruit“ bekanntermaßen „Frucht“ - daraus wurde dann **„Grapefruit“**.

Die Grapefruit sollte nicht mit der Pampelmuse (C. maxima), die eine eigenständige Art ist, verwechselt werden.

Uns schmeckt die Grapefruit besonders gut **im frisch gepressten Saft mit Orangen und Mandarinen**.

Viel Spaß beim Genießen.



#### Ostergouda Möhre-Schnittlauch

Passend zu den anstehenden Osterfeiertagen, bekommen wir wieder den beliebten Ostergouda Möhre-Schnittlauch von der niederländischen Käserei Aurora. Der Bioland-Milch wird feldfrischer Demeter-Möhrensaft von Voelkel beigefügt. Als farbiges und geschmackliches i-Tüpfelchen wird dem Käseteig noch Schnittlauch hinzugegeben.



### Jetzt noch an OSTERN denken!

Viele Leckereien und über **45 Sorten Fisch und Fleisch** warten in unserem Shop auf Sie.

**Jetzt noch schnell zuschlagen** für Ihr Osterfest!



### NEUES AUS UNSEREM SORTIMENT



**BOLOGNESE GEWÜRZ**



**DEMETER BULETTEN VOM SCHWEIN**



**FRISCHKÄSE FRÜHLINGSLUST**



**TORTENBODEN AUS RÜHRTEIG, GLUTENFREI**



**TK ROTLACHS FILETS**



**TK VANILLE-EIS LAKTOSEFREI**

#### Lohmanns Brote rund um Ostern

Lohmanns backen für uns **zum Dienstag, 26.03. und Donnerstag, 28.03. vor Ostern**. Für den Donnerstag bieten sie auch wieder eine erweiterte Auswahl an köstlichen Baguettes und Brötchen an. Nach Ostern bleibt der Ofen kalt und der nächste Liefertermin ist der Freitag, 05.04.2024.

- Baguette
- Weizenbrötchen
- Laugencroissant
- Schokocroissant
- Dinkelcroissant
- Franzbrötchen



#### Steinofenbackstube Hollen

Bei den Hollenern bleibt der Ofen am Dienstag nach Ostern auch kalt, der nächste Brot-Termin ist der Mittwoch.

#### Ihre Lieferungen rund um Ostern

In der Woche **vor Ostern liefern wir von Montag bis Donnerstag aus**. Von Karfreitag bis Ostermontag dürfen sich alle unsere Kollegen in den Kurzurlaub verabschieden.

In der Woche **nach Ostern liefern wir von Dienstag bis Freitag aus**. Hier sehen Sie auf einen Blick Ihren Lieferart für die Osterwochen und den passenden Bestellschluss.

Bitte beachten Sie den besonderen Bestellschluss für Gebäck und Brot aus Ibbenbüren, später eingehende Bestellungen nehmen die Bäcker nicht mehr an.

#### KW 13 vor Ostern

Normal:	vor Ostern:	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	Donnerstag	Dienstag 8 Uhr	Dienstag 8 Uhr

#### KW 14 nach Ostern

Normal:	nach Ostern:	Bestellschluss:	Ibbenbüren:
Montag	Dienstag	Oster-Samstag 8 Uhr	Grün-Donnerstag 13 Uhr
Dienstag	Dienstag	Oster-Samstag 8 Uhr	Grün-Donnerstag 13 Uhr
Mittwoch	Mittwoch	Dienstag 8 Uhr	Oster-Samstag 13 Uhr
Donnerstag	Donnerstag	Dienstag 8 Uhr	Dienstag 8 Uhr
Freitag	Freitag	Mittwoch 8 Uhr	Mittwoch 8 Uhr

Eventuelle Ausnahmen teilen wir Ihnen gesondert mit.

**Wir sagen DANKE für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen und Ihren Liebsten ein wundervolles Osterfest!**

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

**Das Gemüseabo GmbH**  
Brocksfeld 7, 27313 Dörverden

Haben Sie Sortimentswünsche oder Anregungen?

✉ Alamea.Hogrefe@gemueseabo.com

☎ 0 42 34 / 94 25 79 13

@ Instagram    f FACEBOOK

