



Tomatenzeit und Bauernmarkt

Liebe Kund*innen,

aus unserer Gärtnerei gibt es Tomaten in Hülle und Fülle. Ob Aromatomen, kleine Cherrys oder die "ganz" Normale: die kleinen roten Früchtchen erfreuen das Sommerherz. Man kann sie einfach so wegnaschen, in feine Salate schneiden und für den Winter als leckere Tomatensauce konservieren. Schauen Sie dazu gerne bei unseren Rezepten dieser Woche.

Am Sonntag, 4. September ist Bauernmarkt in Rittmarshausen: Wir laden Sie herzlich ein, von 12 bis 17 Uhr in das Rittmarshäuser Thie zu kommen. LOTTA KAROTTA ist mit einem Stand dabei! Sie erwartet ein bunter Markt mit regionalen Produkten, Kunsthandwerk und vielem mehr. Um 14 Uhr führen wir durch unsere Gärtnerei "Rote Rübe- Schwarzer Rettich". Wir freuen uns auf Sie!

Wochenrezepte

Tomatensauce zum Einkochen

1 Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, Olivenöl, 1 TL Tomatenmark, 800g Tomaten, ½ Bund Basilikum, ½ Bund frische mediterrane Kräuter, 1 TL Rohrohrzucker, Salz, Cayenne-Pfeffer

- Zwiebeln & Knoblauch in fein schneiden, in einem Topf mit Öl andünsten, dann Tomatenmark mit anbraten.
- Tomaten kleinschneiden und dazugeben, mit Salz, Cayenne-Pfeffer und Zucker würzen. Kurz aufkochen, ca. 30 Min. köcheln. Kräuter feinhacken, am Ende dazu.
- Für eine feine Tomatensoße alles in einem Mixer zerkleinern, dann noch einmal kurz im Topf erhitzen.
- Die Soße ganz heiß in sterilisierte Gläser einfüllen und verschließen. Während des Abkühlens macht es „Plopp“- das Zeichen für den luftsicheren Verschluss. Damit sind die Soßen lange haltbar und auch im Winter genießbar.

Mediterrane Tomatentarte

Für den Teig: 250g Mehl, Salz, 1 Ei, 80 ml Olivenöl (oder 1 Rolle Blätterteig), Für den Belag: 600g Tomaten, 2 rote Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, Olivenöl, 30g Rohrohrzucker, 1 TL weißer Balsamico, je 3 Zweige Thymian & Rosmarin, 8 schwarze Oliven, Salz & Pfeffer

- Aus Mehl, Ei, einer Prise Salz und Olivenöl einen Teig kneten. Kühlstellen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.
- Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch, Thymian und Rosmarin fein hacken.
- Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelringe und 5 Min. später Knoblauch und die Kräuter dazu geben, mit Pfeffer & Salz würzen. Etwa 10 Min. braten. Alles in eine geschlossene Tarteform geben und verteilen.
- Oliven und Tomaten halbieren und mit der Schnittfläche nach unten in der Tarteform verteilen. Mit Salz & Pfeffer würzen, Thymian darüber streuen.
- Teig für die Tarteform ausrollen und über die Tomaten legen. Ränder festdrücken und für ca. 25-30 Min backen.
- 5 Min. lang abkühlen, dann mit einem Messer den Teig vom Rand lösen. Bei viel Flüssigkeit, davon etwas abgießen (sehr heiß!).
- Die Tarte auf eine Servierplatte stürzen und servieren.

Buschbohnen mit Pecorino

600g Buschbohnen, 1-2 EL Butter, 3 Eier, 5 EL Milch, 100g Hartkäse (z.B. Pecorino), Salz & Pfeffer

- Den Backofen auf 180°C vorheizen. Bohnen 15 Min. in Salzwasser kochen, abgießen und in einer gefetteten Auflaufform verteilen.
- Eier mit Milch und geriebenen Käse verquirlen, mit Salz & Pfeffer würzen. Alles über die Bohnen geben und im Ofen 20 Min. garen, bis die Eier vollständig gestockt sind. Aus: „Der Silberlöffel“ – die Bibel der italienischen Küche

Produkt der Woche

BECCO Weine in der Mehrwegflasche

Wir wollen den Monat September nutzen, um die BECCO-Bioweine vorzustellen. Freuen Sie sich auf 6 Bioweine aus beliebten italienischen Rebsorten in weiß, rose und rot. Alle Weine gibt es in der praktischen, umweltfreundlichen 1-Liter-Mehrwegflasche, die einfach wieder an uns zurückgegeben werden kann – Gut für's Klima und die Natur.

Für jede dieser verkauften Flaschen spendet BECCO 2 Cent an ausgesuchte Vogelschutzprojekte in Deutschland. Jede Weinsorte ist Pate eines bestimmten Vogels, der das jeweilige Etikett des Weins schmückt. Die einzelnen Flaschen sowie die Mix-Kiste aus allen 6 Weinen finden Sie bei unseren Getränken unter "Wein des Monats".



BECCO-Weine
33,25€ / Mix-Kiste



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf www.lotta-karotta.de
Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie Ihre Ökokiste bis ZWEI TAGE VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



DE-ÖKO-006

lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999