

Pappardelle mit Möhrchenfenchelragout

für 4 Personen

Zutaten:

500g Pappardelle, 1 Bund junge Möhrchen von Hof Koch (möglichst kleine), 1 großer Fenchel, 50g Pecorino gereift, 150g Sahne, 50g Butter, Salz, Pfeffer, 2 EL Olivenöl, 1 halber TL Fenchelsamen

Zubereitung:

Die jungen Möhrchen unter fließendem Wasser mit einem Drahtschwamm abbürsten und von der dünnen Schale befreien. Etwa 1 cm von den grünen Stängeln stehenlassen. Den Fenchel halbieren und den Strunk rausschneiden. Den Fenchel in kleine Würfel schneiden, das Grüne vom Fenchel aufbewahren und in sehr dünne Scheiben schneiden.

Den Fenchel und die Möhren in einem Topf mit Wasser bedecken, die Fenchelsamen und die Butter hinzugeben. Das Ganze bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten bei geöffnetem Deckel kochen lassen.

Die Sahne, das Olivenöl hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln kochen. Auf Tellern anrichten und mit dem frischen Grün vom Fenchel bestreuen. Mit geriebenen Pecorino servieren.

Bohnen-Tomaten-Salat mit Speck und Oregano

Zutaten:

400g frische Bohnen, 5 mittelgroße Tomaten oder 2 Ochsenherz-Tomaten (Coer de Boeuf), 2 Zehen Knoblauch, 3 Schalotten, 150g gereifter durchwachsener Speck von Hof Koch, 1 EL Oregano, weißer Balsamico

Zubereitung:

Die Bohnen putzen und in einem Topf mit gut gesalzenem Wasser bissfest kochen. Die Schalotten, den Knoblauch und den Speck fein würfeln. Die Tomaten in Spalten schneiden. Den Speck in einer Pfanne anbraten. Wenn er etwas Farbe bekommen hat, die Schalotten, den Knoblauch und den Oregano hinzugeben und anschwitzen. Mit einem Schuss Balsamico ablöschen und den Essig etwas verkochen lassen, dann die Tomaten hinzugeben und mit erwärmen.

Alles zusammen mit den Bohnen in einer großen Schüssel durchmischen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Ziehen lassen und dann servieren.

Zuchinifeta Schiffchen mit geröstetem Brot

Zutaten:

2 mittelgroße Zucchini, 2 Pakete Feta, 2 Rote Zwiebeln in Scheiben geschnitten, 1 Knoblauchzehe gewürfelt, 2 Tomaten gewürfelt, 1 TL Oregano, 1 TL Majoran, 1 TL Rosmarin fein gehackt, Weißbrot nach Wahl, Olivenöl, Salz Pfeffer

Zubereitung:

Die Zucchini halbieren und das Kerngehäuse mit einem Löffel herauschaben. Den Feta mit der Hand in einer Schüssel gut kleinbröseln und mit den anderen Zutaten vermischen. Das Kerngehäuse kleinschneiden und mit untermischen. Die Schiffchen füllen und bei 160 Grad 20 min. im Ofen backen.

Das Brot in Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und eine zerdrückte Knoblauchzehe mit anschwitzen. Die Zehe herausnehmen und das Brot goldbraun anrösten. Guten Appetit!



Jahreszeitenbrief August 2019

Eine Vogelgeschichte

Liebe Kunden, mein Interesse an Pflanzen und Tieren hat mich letztendlich zur Bäuerin gemacht und dabei hat mir immer die wilde Vogelwelt eine besondere Freude gemacht. Von unserer Glüsinger Vogelwelt möchte ich in diesem Brief ein wenig berichten.

Der Frühling wäre keiner, wenn nicht das Volk der unzähligen Schwalben Mitte April davon kundtun würde. Sie inspizieren die Lage, prüfen die vorhandenen Nester, die überall in unseren alten Gebäuden Schutz bieten und sind nach kurzer Zeit mit ihrem ständigen fidelen Gezwitscher



Sommer 2019



Glüsing 1 · 21386 Betzendorf
Telefon 04138 -259
kontakt@hof-koch.de
www.hof-koch.de



unsere Sommergäste. Auch machen sie uns mit ihren waghalsigen Flugmanövern viel Freude. Diesen Sommer ist in der Werkstatt ein Zögling aus dem Nest geplumpst und landete in einer nicht sehr bequemen Kiste in der unteren Etage. Für viele Vogelkinder eine Katastrophe, nicht für dieses! Sobald die Eltern sich zeigten, machte der Kleine sich mit geöffnetem Schnabel so wichtig, dass er auch in seiner neuen Unterkunft noch versorgt wurde.



Auf der Rückseite der Scheune brüten schon das zweite Jahr die Turmfalken. Nur wenig daneben brüten Ringeltauben, die sich nicht um die Anwesenheit der Falken scheren – hier gibt es anscheinend einen sogenannten „Burgfrieden“ zwischen den Paaren, wie im menschlichen Leben!

Haben wir Pflege- oder Erntearbeiten auf dem Feld, begleiten uns unaufhörlich die Heiderlerchen. Auch hier hört man gerne den ganzen Tag zu und ist beeindruckt von der Unermüdlichkeit der Vögel. Solche Ausdauer geht uns als Menschen doch oft ab im täglichen Geschäft.



Sind wir dann im Hochsommer und es ist mittags drückend heiss, der Goldammer ist's gleich, sie sitzt auf ihrer hohen Warte und singt und singt, als wenn sie in der Sommerfrische wäre. An den langen Abenden im Garten beglückt uns die Singdrossel mit schönen Melodien und auch mit großer Beharrlichkeit.

Der Herbst wird dann bei uns angekündigt mit riesigen Schwärmen von Gänsen und Kranichen, die von Nord nach Süd über den Hof ziehen. Da haben die Schwalben schon lange „Ade“ gesagt – sie sammeln sich vorm Abflug auf den Stromleitungen und eines Morgens Mitte, Ende August sind sie dann einfach weg. Aber: Sie kommen ja wieder, und über die lange Zeit des Winters tröstet uns der Zaunkönig hinweg, dem wir auch noch an einem klirrend kalten Januartag den ganzen Tag zuhören können!



Ich finde, am Mut, an der Treue und der Beharrlichkeit der wilden Vögel können wir uns ein Beispiel nehmen und wir freuen uns, dass wir ihnen mit unserer täglichen Arbeit Lebensräume schaffen und erhalten.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen schönen Sommer und überall viel Freude am Beobachten und Lauschen!

Ihre Andrea
und Familie Koch



P.S.: Die schönste Zeit des Jahres beginnt mit täglich mehr Produkten vom Hof, die wir Ihnen sehr gerne mit auf den Markt bringen – z.B. Tomaten in Hülle und Fülle!

Unsere Märkte:

Hamburg:

Isestraße, Fr, 8–14 Uhr
Neugraben, N. Markt, Sa, 7–13 Uhr
Rotherbaum, Hallerpl., Fr 14.30–18.30 Uhr
Eimsbüttel, Grundstraße, Sa 8.30–13 Uhr

Lüneburg:

Marktplatz, Mi + Sa, 7–13 Uhr
Lüneburger Campus – Sommerpause