

Hallo liebe Kundin,  
Hallo lieber Kunde,

Bio-Frische  
frei Haus



KW 27/2021

## Wildkräuter-Wanderung mit Kochkurs am 30.7.



Wandern, sammeln, kochen, schlemmen: Begleiten Sie die Ernährungstrainerin Friederike Carlsson zusammen mit einer Kräuterpädagogin in die Welt der Kräuter, Früchte und Essblüten. In der Gegend rund um Affing-Bergen sammeln wir gemeinsam Kräuter und kochen anschließend leckere Gerichte.

Erfahren Sie mehr über heimische Wildkräuter und essbare Blüten, ihre Anwendungsmöglichkeiten und Besonderheiten. Sie lernen, wie man sie alltagstauglich in schmackhaften und bekömmlichen Gerichten verarbeitet.

**Am Freitag, 30.07.2021 starten wir um 15.00 Uhr in Affing-Bergen bei der Koch- und Eventlocation LAGOM by Carlsson zu unserer Wanderung bzw. dem Kochen mit Wildkräutern.**

**Kursgebühr: 65 €\* für den Kochkurs – Sonderpreis für unsere Kund\*innen (statt regulär 79 €)**

**zzgl. 20 € für die Begleitung durch die Kräuterpädagogin**

**Kurszeit:** Freitag, 30.07.2021, 15.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** Koch- und Eventlocation LAGOM by Carlsson, Miederlinger Str. 20, 86444 Affing

**Anmeldung (bis 21.07.2021):** E-Mail an [info@lagom-carlsson.de](mailto:info@lagom-carlsson.de)

\*Hinweise: Dieser Rabatt ist unseren aktiven Kund\*innen vorbehalten. Die Teilnehmendenzahl ist auf 12-14 Personen beschränkt. Pro Anmeldung können max. 2 weitere Personen angemeldet werden, allerdings zum regulären Preis von 79 €. Die Plätze werden nach Reihenfolge der Anmeldung vergeben. Die Kosten beinhalten MwSt., Lebensmittel in Bio-Qualität, Getränke, Tischwein, digitales Kursmaterial, Hygienemittel. Die Abbuchung erfolgt durch Fr. Carlsson. Kosten für ggf. notwendige Maßnahmen aufgrund der Covid-19 Pandemie wie z.B. die Vorlage eines negativen Corona-Schnelltests sind vom Teilnehmenden selbst zu tragen.

## Lieferanten-Infos zur Qualität von Steinobst

In diesem Jahr merken wir, wie sehr Wetter und Klima die Qualität von Steinobst beeinträchtigen. Wir möchten Ihnen gerne die Auswirkungen auf Pfirsiche, Nektarinen & Co. erklären:

In Spanien hat der Frost im April nicht nur die Blüte stark beeinträchtigt, sondern bei den bereits befruchteten Blüten und Fruchtsansätzen zur Schädigung bei der Entwicklung des Steins geführt, was sich u.a. in teilweise sehr kleinen Früchten bemerkbar macht. Bei den Flachpfirsichen konnte sich deshalb auch die Frucht am Blütenansatz nicht schließen – Feuchtigkeit kann eindringen und Pilze haben dort ein leichtes Spiel.

Die Stürme und starken Niederschläge im Mai und Anfang Juni in weiten Teilen Spaniens führten zu weiteren Ernteverlusten. Früchte, die kleinste Verletzungen erlitten haben, sind verstärkt durch Pilzbefall bedroht. Häufig kann dieser Befall „über Nacht“ entstehen. Auch das süddeutsche Steinobst (Kirschen und Zwetschgen) war davon betroffen.

Das bedeutet: Die Produzenten und wir von der rollenden Gemüsebox geben nach bestem Wissen und Gewissen einwandfreie Ware heraus und erst bei Ihnen als Verbraucher\*innen fällt der Schaden auf. Insgesamt ist die Menge an Steinobst recht gering, was sich auch an dem höheren Preis im Gegensatz zu letztem Jahr zeigt – da war das Wetter optimal für das Gedeihen von Steinobst.

Doch es gibt einen Lichtblick. Bei stabiler Wetterlage werden wir in den kommenden Wochen exzellentes Steinobst anbieten können. Die jetzt reifenden Spätsorten sind weniger betroffen als die früheren Sorten. Allgemein gilt: Steinobst kühl lagern und am besten so bald wie möglich verzehren!



## Empfehlung aus dem Sortiment: Regionale Linsen

Der Landwirt Albert Retzbach gehört zu den "Bio-Originalen": Er bewirtschaftet zusammen mit seiner Familie einen kleinen Hof in Bad Mergentheim-Stuppach, seit mehr als 30 Jahren nach Demeter-Richtlinien. Neben Getreide, Weizen, Kartoffeln, Zwiebeln und Streuobst baut er seit 2018 die "Albleisa", die sogenannte Alblinse an. Durch einen direkten Kontakt zu Albert Retzbach können wir Ihnen diese alte Kultursorte anbieten, deren Anbau zunehmend aus dem deutschen Raum verschwunden ist.

Die Alblinse ist eine mittelgroße Linse, ihre Marmorierung reicht von hellgrün bis schwarz. Diese Linsensorte ist ausgesprochen festkochend, d.h. sie zerfällt nicht beim Kochen und muss nicht vorher eingeweicht werden. Die Albleisa besitzt einen intensiven rezentwürzigen Eigengeschmack. Unter Feinschmeckern ist sie eine der beliebtesten Linsen weltweit.

#34772 Alblinsen, regional, demeter, 500g für 5,60 €



## Waschbare Abschminkpads handgemacht aus Augsburg



Abschminken, ohne Müll zu produzieren, und gleichzeitig eine gemeinnützige Genossenschaft in Augsburg unterstützen? Das geht - mit **Abschminkpads aus Stoff**, entstanden aus einem tollen Projekt namens "Naturschwärmer"! In diesem Set sind 7 wiederverwendbare Kosmetikpads in verschiedenen Formen und Größen enthalten - je nachdem, für welche Gesichtspartie sie verwendet werden. Die Pads bestehen aus recycelten Stoffen mit wunderschönen Mustern. Eine Seite ist besonders weich und aus 100% Baumwolle. Nach dem Verwenden kann man sie entweder in der Waschmaschine waschen oder mit etwas Seife auswaschen.

**Naturschwärmer** ist in enger Kooperation zwischen Enactus Augsburg e.V. und der MutMacherMenschen gemeinnützigen e.G. entstanden: Mit dem Kauf eines Sets unterstützen Sie die MutMacherMenschen, bei

denen die Pads produziert werden. Die **MutMacherMenschen** sind eine soziale Produktivgenossenschaft von, mit und für Menschen im Genesungsprozess nach einer psychischen Krise, sowie dauerhaft erwerbsgeminderten Menschen.

**Enactus Augsburg e.V.** ist eine studentische Initiative, bei der in gemeinnütziger Projektarbeit Lösungen sozialer und ökologischer Art erarbeitet werden. Sie unterstützen die MutMacherMenschen ehrenamtlich beim Marketing und Vertrieb der Abschminkpads. Unser Sortiment für ein Plastikfreies Bad finden Sie im Shop unter *Themen*.

## Tour de Kas: Ersatz für Schnittlauchkäse

Für diese Woche (Bergsommer-Woche) war in unserer neuen Tour de Kas der Baldauf Schnittlauchkäse angepriesen. Leider bekommen wir diesen erst in 2-3 Wochen geliefert, da er noch nicht ausgereift ist. Wir planen ihn dann zu gegebener Zeit in die Schlemmertüte ein.

Als Ersatz haben wir nun den **Allgäuer Alpkäse** (Artikelnr. 15031) für Sie eingeplant, ein 6 Monate gereifter, würziger Hartkäse aus Rohmilch mit Rotschmiere und essbarer Naturrinde. Genießer schwärmen von seinem frischen Duft, der an Zitrusfrucht und Butter erinnert, von seinem würzigen Entree, den feinen Trüffelnoten und dem wunderbar langen Abgang.



## Vorbestellungen Fleisch

### Fleisch & Wurst aus der Region, KW 29: Bestellschluss Sonntag, 11.07.2021

Regionales Schweine-, Rind- und Putenfleisch sowie Wurstwaren: Diese Produkte können Sie noch bis Sonntag, 11.07.2021 vorbestellen. Wir liefern sie dann in KW 29 vom 20.07. bis 23.07.2021.

### Hähnchenfleisch vom Guingerhof, KW 30: Bestellschluss Sonntag, 18.07.2021

Das regionale Bio-Hähnchenfleisch stammt vom Guingerhof aus Holzheim bei Rain am Lech. Die ganzen und halben Hähnchen, Keulen, Flügel und Brustfleisch können Sie noch bis 18.07.2021 vorbestellen. Ausgeliefert wird das Fleisch in KW 30 vom 27.07. bis 30.07.2021.

Vitaminreiche Grüße,  
Ihr Team der rollenden Gemüseboxe