



Gunterswiler

Aktionen & Marktinformationen für KW 08 (16.02.2024)

Wochenaktion

Samstag, 17.02.2024 – Freitag, 23.02.2024

Broccoli

Aus Spanien / Italien

per Kilo

BE: Gitter à ca. 5 Kilo

3.10 Fr.*

Auberginen

Aus Spanien

per Kilo

BE: Gitter à ca. 5 Kilo

2.60 Fr.*

Kiwi

Aus Italien

per Stück

BE: Karton à 27 Stück

0.45 Fr.*

Karotten Julienne 1.6mm

Frisch / kellermann

per Kilo

BE: Beutel à 1 Kilo

4.50 Fr.*

Vegi Planet Balls

Tiefgekühlt

per Kilo

BE: Karton à 2x2 Kilo

14.35 Fr.*

Nussgipfel ungegart

Tiefgekühlt

per Stück

BE: Karton à 50 Stück

1.30 Fr.*

*BE Preis bei ganzer Bestelleinheit

Bärlauch

Ein paar Sonnenstrahlen reichen aus und der wilde Waldknoblauch beginnt sein Unwesen zu treiben. Es ist kein Geheimnis, dass ich mit der Bärlauch-Saison wenig anfangen kann. Und nun startet diese verfluchte Zeit bereits Mitte Februar. Horror! Wenigstens sind die Preise der mageren Bündchen noch exorbitant und grosse Absatzmengen sind daher nicht zu erwarten. Immerhin...

Blumenkohl & Broccoli

Geile Qualität und fallende Preise. Es ist lange her, seit wir für diese beiden Kohlsorten so wenig tief in die Tasche greifen mussten. Als dritter Kohl im Bunde versprüht der schöne Romanesco dazu seinen akademischen Charme. Alles klar und problemlos. Darf man auch mal schreiben.

Rhabarber

«Die haben doch noch gar keine Saison!» Schreien bewusste Konsumenten. Was Schweizer Rhabarber anbelangt, habt ihr natürlich recht. Doch im Rhubarb Triangle in England läuft die Produktion des Forced Rhubarb bereits im Februar auf Hochtouren. In West Yorkshire pflegt man die oxalhaltige Pflanze seit dem 19. Jahrhundert. Also schön den Ball flach halten, liebe Saison-Freaks. Unser Rhabarber stammt aber nicht aus Nordengland, sondern aus Holland. Immerhin machen wir an dieser Stelle noch keine Werbung für Erdbeeren...



Spargeln Grün

Neben dem weitgereisten mexikanischen Spargel tauchen nun bereits die ersten Stangen aus Europa auf dem Markt auf. Kleine Bündel à 500gr gibt es zum Beispiel aus Italien. Die Qualität ist ok, auch wenn sich bei diesen kleinen Einheiten die Gummibänder kaum lohnen. Weissen Spargel aus Italien erwarten wir in 1-2 Wochen. Und dieser war im letzten Jahr auch schon früh in der Saison nicht von schlechten Eltern.

Cavolo Nero

Auch unter dem Namen Schwarzkohl bekannt. Kommt aus der Familie der Kreuzblütler wie Wirz oder Grünkohl. Er hat lange, schmale Blätter, bildet aber keinen Kopf und ist sehr eiweissreich und kohlenhydrathaltig. Eignet sich für kräftige Wintergerichte und ist in der Toscana sehr beliebt. Eigentlich mag er so richtig frostige Temperaturen, doch auch in diesem viel zu warmen Februar ist er eine geschmackliche Bank.



Mönchsbar Schalenware

Eines unserer Lieblings-Gemüse gibt es jetzt auch wieder in der praktischen und abgerüsteten Schalenware. Zugegeben: er ist nicht so fein gewachsen wie das junge Fuchsschwanzgewächs - und mit dem ein oder anderen Pfund Wurzeln und Erde gesegnet -, aber die fetteren Triebe muss man sich auch nicht schönreden, bieten sie parallel noch mehr mineralische Power.

Fave Bohnen

Eine weitere Longtime-Favoritin von uns. Die Saubohne macht Arbeit, belohnt uns aber mit einem intensiven, an Mandeln erinnernden Geschmack. Neben Barba di Frate oder Cima di Rapa ein wunderbarer Frühlingsgruss aus dem Süden. Für vegetarische Pasta-Gerichte gibt es nichts Besseres.

Aktuelles auf dem Markt: Bärlauch Bundware, Cavolo Nero, Rhabarber aus Holland, Spargeln Grün aus Mexiko und Italien, Carciofini, Favebohnen, Tardivo, Glockenäpfel

Saisonende oder problematisch: Eierschwämme, Rosenkohl NL, Brätler CH,