



## Wochenübersicht und Termine

24.05.2023

solidarische Landwirtschaft Wahlbacherhof

### **Wichtige Info!**

Falls ihr mal an einem Wochenende euer Gemüse nicht abholen könnt, organisiert euch bitte eine Vertretung und weist diese vorher ein!

Falls das nicht möglich ist und ihr euer Gemüse nicht abholen könnt, sagt uns bitte rechtzeitig Bescheid, damit wir den Karabiner umhängen können.

**Bitte beachtet:** in letzterem Fall könnt ihr bei der darauffolgenden Verteilung nicht mehr mitnehmen als auf der Anteilsliste steht! Falls ihr also mal nicht abholen könnt, dürft ihr bei der nächsten Verteilung nicht die doppelte Anzahl Eier (oder Gemüse etc.) mitnehmen, da es sonst für die Anderen nicht reicht!

Danke!

Wir hoffen auf euer Verständnis.

## Erinnerung MitMach-Termine!

**Pflanzen und Mulchen:**  
**Sa, 27. Mai von 10 - 14 Uhr**  
**Sa, 03. Juni von 10 - 14 Uhr**

Wie immer gilt: ihr könnt kommen und gehen  
wann ihr wollt.

Kommt, auch wenn es nur für 1 Stunde ist!

Arbeitsgeräte sind vorhanden.

**Wenn möglich bitte anmelden!**

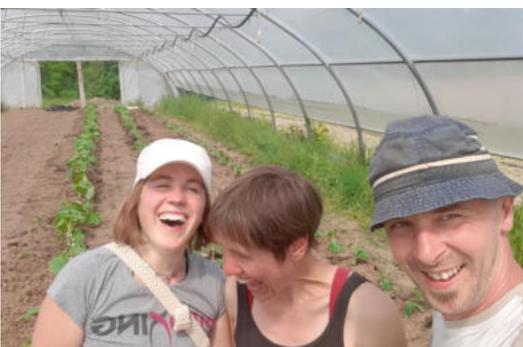
### **Pflanzaktion letzten Samstag**

Wir hatten eine sehr erfolgreiche  
Pflanzaktion mit vielen fleißigen Helferinnen  
und Helfern.

Es hat sehr viel Spaß mit euch gemacht.

**Vielen Dank für eure Arbeit!**

Weitere Termine siehe oben!







## Gemäht

wir haben drei Flächen gemäht um Silage für die Kühe pressen zu lassen.

## Rehkitzrettung

Mit Hilfe von Stefanie und Volker Rauch von der *Rehkitzrettung Bliesgau & Westpfalz e.v.* und dem Einsatz ihrer Drohne mit Wärmebildkamera konnten wir 5 kleine Rehkitze vor dem Mähbalken retten.

**Vielen Dank an Ehepaar Rauch und alle Helfer und Helferinnen!**  
Der Verein zur Rehkitzrettung finanziert sich durch Spenden.



## Hähne zu verschenken

Eine unserer freien Hennen hat kleine Küken ausgebrütet.  
Da wir aber jetzt schon viel zu viele Hähne auf dem Hof haben, verschenken wir die Zwerghähne.

**Wer Interesse an einem oder mehreren Zwerghähnen hat, meldet sich bitte bis Samstag den 27. Mai 2023 bei Marlene: 0175 3481805**



## Bohnen gesät

Als Test haben wir rote, weiße und schwarze Bohnen ausgesät. Wir sind gespannt!

## Kürbisse gesät

Wir haben die Kürbiskerne in den Boden gesetzt und diese dann bewässert.



## Kartoffeln gehäufelt

Wir haben die Kartoffeln zum ersten Mal gehäufelt.

## Erdbeerfolie gelegt

Wir haben den Boden für das neue Erdbeerfeld vorbereitet und die Erdbeerfolie gelegt.

## Gemüsekurier Hassel

Dieses Mal die Familie Holzapfel und Fox.  
**Vielen Dank für euren Einsatz!**



## Rezept

**Fast ganz regionales Gemüse-Curry** (von Mitarbeiterin Sandra Bochynek)

3 Zwiebeln (oder 1 Stange Lauch, wer noch welchen hat) kleinschneiden und in gut 3EL Öl glasig dünsten.

1TL Kurkuma zugeben und  
3EL Dinkel-Vollkornmehl (das grobe selbst gemahlene hier vom Hof ist am leckersten!) kurz mit braten.

Mit ½ l kaltem Wasser aufgießen und gleich  
3EL selbst gequetschte Haferflocken zugeben (nicht ins heiße Wasser und nicht mehr als 3EL, sonst wird die Soße schleimig und durchsichtig)

800g Kartoffeln waschen, mit Schale in Stücke schneiden, mit kochen.  
1TL Dillsamen, 1TL Kümmel, (wer mag etwas Rosmarin, Thymian oder Majoran) zugeben.

900g Kohlrabi schälen und kleinschneiden (geht auch mit Winter-Lagergemüse oder Fenchel).

Nach ca. 10 Minuten zugeben und alles fertig garen.

Dabei ein paarmal umrühren, damit die dicker werdende Soße nicht anhängt.

Die überbackene Winter-Version kommt dann in der Lagergemüse-Zeit

**Guten Appetit**

### **Gemüseinfo:**

Folgende Gemüsesorten werden in dieser Woche voraussichtlich zur Verfügung stehen.  
Die Übersicht ist ohne Gewähr, da sich durch verschiedene Umstände das Angebot jederzeit ändern kann.

Salat  
Fenchel  
Kohlrabi  
Rettich/Radies  
Spinat  
Kartoffeln  
Saft  
Eier



**Wir wünschen Euch eine schöne Woche!**  
**Marlene, Marc und das Hofteam**

Rundbriefe findet ihr auch auf unserer Homepage [www.wahlbacherhof.org](http://www.wahlbacherhof.org)

Solidarische Landwirtschaft  
Familie Herzog-Grawitschky  
Wahlbacherhof 1  
66497 Contwig

Tel.: 06336/8390035  
oder 0175/3481805  
Fax: 06336/1697  
[kontakt@wahlbacherhof.org](mailto:kontakt@wahlbacherhof.org)  
[www.wahlbacherhof.org](http://www.wahlbacherhof.org)