



Wochenübersicht und Termine

14.02.2024

solidarische Landwirtschaft Wahlbacherhof

Termine

Hofrundgang

16. März 2024, 11 Uhr

Wir zeigen euch welches Gemüse jetzt wächst und besuchen die Tiere des Hofes.

Wir haben Zeit um alle Fragen rund um den Hof zu beantworten und erläutern auch gerne das Konzept der solidarischen Landwirtschaft.

Bitte entsprechende Kleidung und wasserfestes Schuhwerk anziehen.

Wir freuen uns auf Euch

Eure Bauern 😊

Informationen

für alle neuen Mitmachenden

16. März 2024, 10.30 Uhr (vor dem Hofrundgang)

Wir erläutern den Ablauf der Bieterunde und beantworten gerne eure Fragen.



Kisten mit System

Zunächst einmal ein herzliches Dankeschön an alle die, die leeren Kisten aus dem Stollen räumen und auf die Ordnung im Stollen achten!

Jetzt erhöhen wir den Schwierigkeitsgrad und bitten euch darum die Kisten auch noch richtig zu sortieren ;-)
 Dazu haben wir Zahlen auf den Boden vor den Paletten vorm Stollen gesprüht. Diese Zahl findet ihr auch auf der schmalen Seite der Kisten.
 Wir starten mit den großen 3,5 Kisten. Bitte stellt diese nur dort ab wo die entsprechenden Zahlen gesprüht sind.
 Falls die Stapel zu hoch sind, stellt sie bitte vor den Paletten ab.
 Wenn das klappt sparen wir uns Montags beim Aufräumen einiges an Arbeit.

Wenn der Boden vor dem Stollendach abgetrocknet und sprühfähig ist, erhöhen wir den Schwierigkeitsgrad und es kommen noch 3er, 2er und 1,5er Kisten dazu...
 Gern könnt ihr aber auch schon vorher beim Einräumen auf das Kistenformat achten.

DANKE für eure Hilfe!



Fleisch in der Verteilung

In der letzten Woche haben wir ein Rind für die Solawi geschlachtet.

Daher gibt es dieses Wochenende Fleisch für alle Fleischanteile!

Neuigkeiten vom Hof

Zukauf von Gemüse

Wie schon erwähnt leeren sich unsere Gemüselager früher als gewünscht.
 Daher haben wir gemeinsam mit dem Hofkomitee beschlossen, unser Angebot durch den Zukauf von Gemüse zu ergänzen.
 Das Gemüse (z.B. Rotkohl) stammt vorrangig vom *Hof am Weiher* (Biolandbetrieb in Albessen) der auch den Hofladen beliefert, oder ggf. von anderen regionalen Biobetrieben.
 Die dadurch entstehenden zusätzlichen Kosten, können wir mit Einsparungen durch nicht besetzte Arbeitsplätze bis Mai ausgleichen.



Erfolgreiche Biokontrolle

Am Freitag vor 2 Wochen wurden wir auf die Einhaltung der EU-Bio und Bioland Vorschriften kontrolliert. Der Kontrolleur hat sich Rechnungen, Lieferscheine, Flächenlisten, Ackerflächen und die Tiere angeschaut. Nach 4 Stunden waren wir "fertig" und der Kontrolleur zufrieden.

Gewächshausarbeiten

In den Gewächshäusern haben wir Postelein und Mangold gehackt und gejätet und abgeerntete Beete leergeräumt. Zudem wurde der zweite Satz Radies gesät. Stielmus musste nachgesät werden, da dieser leider nicht gut gekeimt ist.



Baumschnitt

Unser Mitmacher Werner Kopp hat die Obstbaumschnittsaison eröffnet und im Januar und Februar schon einige Bäume geschnitten.

Vielen Dank für den Einsatz!

Topinambur zur Selbsternte

In der Umfrage wurde nach Topinambur vom Wahlbacherhof gefragt. Tatsächlich wächst die Knolle in einer Ecke unterhalb der Gewächshäuser. Wer Lust hat die Knollen einmal zu probieren, kann sie gern selbsternten. Eine Grabgabel steht bereit. Die Wegbeschreibung findet ihr am Stollen.



Versuchsanbau Trockenbohnen

Im letzten Jahr haben wir 3 verschiedene Trockenbohnen in einem kleinem Versuchsanbau ausgesät. Von der schwarzen und weißen Sorte konnten wir eine kleine Menge ernten, die rote Sorte ist leider nicht erntbar gewesen. Insgesamt konnten wir ca. 50 kg der Bohne speisefertig reinigen und möchten euch gern davon probieren lassen. Daher gibt es zu dieser Verteilung eine kleine, feine Menge schwarze oder weiße Bohnen für euch.



Reparatur- und Wartungsarbeiten

Der Winter ist die Zeit, in der Traktoren, Mährescher und sonstige kaputte Teile und Maschinen gewartet und repariert werden.



Aufregung im Stall

Innerhalb weniger Tage sind uns 4 Kälbchen geboren worden!
Nicht alle Geburten waren unkompliziert.

Unsere **Ronja** konnte nach der Geburt aufgrund einer wahrscheinlich vererbten Bindegewebsschwäche und damit einhergehenden Überstreckung nicht mehr aufstehen.

Nachdem der Tierarzt ihr eine Schmerzspritze verabreicht hat, hat sie einen Tag in der Nähe ihres Kalbes sitzend verbracht. Wir haben das Kalb innerhalb dieser Zeit mit der abgemolkenen Milch gesäugt.



Das Kalb unserer **Reh** lag falsch herum (Kälbchen kommen normalerweise mit beiden Vorderbeinen voran zur Welt).

Wir mussten bei der Geburt nachhelfen und das kräftige Bullenkalb rausziehen.

Auch bei **Frau Becker** haben wir wie jedes Jahr gebangt, ob das Kalb an dem übergroßen Euter saugen lernt. Beide haben das prima hingekriegt.

Alle Kühe und alle Kälber sind inzwischen wohlauf, fit und gesund.

Gerne dürft ihr sie im Stall besuchen!



Kleine Info zum Fleisch unserer Glanrinder

Das Fleisch des *Glanrindes* (regionale alte Rasse, vom Aussterben bedroht) gilt als qualitativ hochwertig. Gelobt wird die gute Marmorierung und das zarte und feinfaserige Fleisch.

Das Fleisch der männlichen Tiere ist magerer und weniger marmoriert als das der weiblichen Tiere. Die Fleischausbeute der Bullen ist allerdings höher, da die Bullen größer und schwerer sind. Die weiblichen Tiere setzen mehr Fett an.

Hauptsächlich aus Tierwohlgründen schlachten wir seit mehr als einem Jahr unsere Tiere stress- und angstfrei direkt am Hof.

Das wirkt sich aber auch auf die Fleischqualität aus: Bei einer Schlachtung

ohne Stress ist das Wasserhaltungsvermögen, die Schmackhaftigkeit und die Haltbarkeit des Fleisches deutlich verbessert.

„In einer Angst- bzw. Stresssituation setzt das Gehirn des Tieres das Hormon Adrenalin frei. Dadurch wird in den Muskelzellen die dort gespeicherte Glukose (Fleischzucker) in Energie umgewandelt. Diese bereitgestellte Energie wird aber nicht verbraucht, da die Rinder beispielsweise beim Transport angebunden sind, sondern wird im Fleisch abgelagert, wodurch es zu einer Übersäuerung (PH - Wert) des Fleisches kommt.“

(Quelle: IG Schlachtung mit Achtung)





Wald

Wieder haben wir im Wald und am Holz gearbeitet.



Rezept

Überbackenes Wintergemüse

(von Mitarbeiterin Sandra)

900g Winter-Lagergemüse (Herbst-/Kohlrüben, Sellerie, Schmelzkohlrabi, Pastinaken oder gemischt) nach Belieben in Stücke oder Scheiben schneiden und in gut 1/2l gesalzenem Wasser sehr bissfest vorgaren; das Kochwasser auffangen.

Das Gemüse in eine Auflaufform geben. *

Helle Soße

1 Stange Lauch kleinschneiden und in gut 3EL Öl andünsten.

1TL Kurkuma zugeben und

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

Mit dem etwas abgekühlten Gemüse-Kochwasser aufgießen und

3EL selbst gequetschte Haferflocken zugeben (nicht ins heiße Wasser und nicht mehr als 3EL, sonst wird die Soße schleimig und durchsichtig)

1TL Dillsamen, 1TL Kümmel und 2 TL getrocknete Kräuter (z.B. Thymian, Majoran) zugeben.

Kurz aufkochen bis die Soße etwas dicklich wird und über das Gemüse in die Auflaufform schütten.

Je 3 EL Hefeflocken und Sesamkörner darüber streuen und bei 190°C 1/2 - 3/4h überbacken.

*Wer es als komplettes Gericht in der Auflaufform bereiten will:

800g Kartoffeln waschen, mit Schale in Stücke schneiden,

mit dem Gemüse und zusätzlichen 400g Wasser

auch sehr bissfest kochen und die doppelte Menge Soße bereiten.

Ansonsten passt zum Gemüseauflauf Kartoffelpüree (für Reis/Nudeln ergibt der Auflauf zu wenig Soße)

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.

Trockenbohnen --> bitte an Gefäße denken!

Rosenkohl
Feldsalat
Spinat
Kohlrabi/Sellerie
Herbstrüben
Rote Bete
Rotkohl (vom Hof am Weiher
Karotten
Zwiebeln

Kartoffeln
Eier
Getreide
Saft



Wir wünschen euch eine gute Woche!
Marlene, Marc, das Hofteam und das Hofkomitee

Rundbriefe findet ihr auch auf unserer Homepage www.wahlbacherhof.org

Solidarische Landwirtschaft
Familie Herzog-Grawitschky
Wahlbacherhof 1
66497 Contwig

Tel.: 0633/8390035 oder
0175/3481805
Fax: 06336/1697
kontakt@wahlbacherhof.org
www.wahlbacherhof.org