

Rezepte zum Sammeln

Nr. 7



CREMIGES SPARGEL-EI CURRY

- Zutaten**
- 300 ml Brühe
 - 100 ml Sahne
 - 500 g Spargel
 - 3 TL Currypulver
 - 2 Frühlingszwiebeln
 - 2 Eier
 - 3 Möhren

Etwas Öl zum Anbraten

Arbeitszeit: ca. 20 Min. Schwierigkeitsgrad: leicht

Die Eier hartkochen und abkühlen lassen. Das Hähnchenbrustfilet abwaschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und mit Currypulver würzen. Den Spargel waschen, von den holzigen Enden befreien, schälen und in Stücke schneiden.

Die Frühlingszwiebeln und Möhren waschen und klein schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Hähnchenbrustwürfel darin von allen Seiten anbraten. Spargel, Möhren und Zwiebeln hinzufügen und kurz mitbraten. Mit 300 ml Brühe aufgießen. Alles kurz aufkochen lassen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen, zwischendurch immer umrühren. Die Eier pellen und vierteln. Dann die Sahne unterrühren, und die geviertelten Eier zugeben. Kurz erhitzen lassen und servieren. Am besten passt Basmati-Reis dazu. Tip: Sie können auch andere Gemüsesorten ganz nach Geschmack verwenden, z.B. Brokkoli oder Erbsen.

Guten Appetit!

Umbergs Hofpost

Frühjahr 2017
Zum Mitnehmen

Willkommen auf dem Hof Umberg



DER FRÜHLING IST DA...
...UND MIT IHM DER LECKERE SPARGEL!

FRISCH UND CREMIG
SPARGEL-EI CURRY SCHNELL ZUBEREITET



Der Zauber des Frühlings



Frohes Osterfest!

Ostern steht wieder vor der Tür und das bedeutet nicht nur das Ende der Fastenzeit, sondern auch, dass viele leckere Sachen auf uns warten! Am allerbesten schmecken uns natürlich die Ostereier, die wir selber bemalt haben. Aber auch als Zutat für ein leckeres Osterlamm oder einen Osterzopf eignen sich die Eier vom Hof Umberg besonders gut. Nehmen Sie sich doch direkt ein paar mit!

Geheizte Erdbeeren?

Tatsächlich gibt es dieses Jahr unsere leckeren und saftigen Erdbeeren noch früher! Wie das geht? Ganz einfach: Der erstmalige Anbau im geheizten Glashaus in der Gärtnerei Mues macht es möglich, dass unsere schmackhaften Erdbeeren hier in Ruhe extra früh reif werden können, da sie hier vollkommen unabhängig vom Wetter sind. Schauen Sie also im Hofladen vorbei und sichern Sie sich die allerersten Umberg-Erdbeeren des Jahres – vielleicht noch im April!



Die Landküche kommt

Das Team vom Hof Umberg hat im vergangenen Winter wieder fleißig an tollen Events und Angeboten für 2017 gearbeitet. Ab April möchten wir Sie nun herzlich einladen, uns in einer besonders familiären Atmosphäre zu besuchen und ein gemeinsames Dinner mit der Biometzgerei Scharun und dem Hof Umberg zu genießen! Infos hierzu gibt es bald bei uns und Scharun online sowie offline. Feiern Sie mit!



Hinter Umbergs Kulissen

FRÜHLINGSERWACHEN AUF HOF UMBERG

Pünktlich zum Frühlingsanfang geht es rund auf Umbergs Feldern: Spargel, der König der Gemüse, läutet die Saison der deutschen Obst- und Gemüsesorten ein. Und auch die Prinzessin Erdbeere steht schon in den Startlöchern. Im Frühjahr steht unser Hof darum nie still. Auf den Spargelfeldern setzen wir zur Unterstützung maschinelle Hilfen ein. Denn da in der Landwirtschaft Arbeitskräftemangel herrscht, ist die „Spargel-Spinne“ eine willkommene Hilfe. Sanft gleiten diese Geräte über die Spargeldämme und heben die Folien an. Die Mitarbeiter laufen nebenher und stechen wie gewohnt die Stangen, um sie dann in die von der Maschine mitgeführten Kisten ablegen. Unser Spargel wird schonend geerntet, direkt im Betrieb nach Kundenansprüchen sortiert und steht in der Spargelsaison stundenfrisch zur Auswahl. Wir bieten mehr als 12 verschiedene Sortierungen an – weiß, grün, auf Wunsch auch geschält. Auch auf die Erdbeerernte freuen wir uns sehr. Die Erdbeere war nämlich die erste Obstkultur auf dem Hof Umberg. Aber: Erdbeere ist nicht gleich Erdbeere. Dank Züchtungen und Kreuzungen sind im Laufe der Jahre tausende Erdbeersorten entstanden mit unterschiedlichem Geschmack, Farbe und Größe. Durch die spezielle Sortenauswahl und -zusammenstellung sowie den Einsatz beweglicher Wandertunnel und den Anbau im beheizten Gewächshaus zum Schutz der

empfindlichen Früchte beginnt unsere eigene Umberg-Erdbeersaison schon Ende April und endet erst im Oktober! Die frühesten Erdbeeren sind zu Beginn der Spargelernte bereits in voller Blüte. Wenn zu Jahresanfang dann die ersten Sonnenstrahlen auf die Tunnel fallen, haben die darunter stehenden Pflanzen einen angenehm warmen Vorteil gegenüber ihren Artgenossen im freien Feld. Die Ernte in normalen Jahren beginnt um den 1. Mai herum. Zwei Wochen später folgen die mit flach auf dem Feld liegender Folie verfrühten Erdbeeren und noch einmal zwei Wochen später die „normalen“ Erdbeeren. Da die unter dem Tunnel-Dach gereiften Früchte in der Ernte natürlich nicht nass regnen, gibt es hier deutlich weniger Verderb als im freien Feld. Deshalb nennt man das Verfahren auch „geschützten Anbau“. Live überzeugen können Sie sich von der leckeren Qualität unserer Erzeugnisse auch bei dem neuen, wiederkehrenden Event auf Hof Umberg: Die Landküche – Supper Club mit Scharun auf Hof Umberg. Bei diesem besonderen Event werden wir zusammen mit den Gourmetexperten von Scharun kulinarischen Genuss in unverwechselbaren Hofatmosphäre anbieten. Das gemeinsame Essen in netter Gesellschaft steht dabei im Vordergrund und umso mehr freuen wir uns darauf, Sie und viele andere nette Menschen dort zu treffen!
Bis die Tage, Ihr Team vom Hof Umberg

