

😊 **Aktuelles auf dem Markt** Hirschhornwegerich (Erba Stella), Erbsen Holland, Favebohnen, Microgreens von Umami, Piccadilly Tomaten, Avocados & Fingerlimes aus Sizilien, Buddhas-Hand aus Korsika, Orangen Tarocco, Orangen Moro

😞 **Problematisch & Saisonende** Mangold, Knollensellerie mit Blatt, Basil- & Limescress von Koppert, Verveine

Aktuelles vom Markt

Hirschhornwegerich Diese winterfeste Pflanze nennt man in Italien etwas romantischer Erba Stella. In Norditalien und dem Tessin findet sich Hirschhornsalat immer wieder auf den Tellern. In unseren Gefilden wurden die leicht salzig-nussigen Blätter vom 0815-Salateinheitsbrei verdrängt. Im Mittelmeerraum wächst er in Salzwiesen in Meeresnähe. Doch lässt sich die Gemüsepflanze problemlos auch bei uns Binnenländer anbauen. Da sind wir froh, können wir auf FARM-Produzenten wie Moritz Sauter in Rümlang zählen, die sich solchen Gewächsen immer wieder gerne annehmen. Am besten mischst du den Wegerich roh in deinen Salat oder ziehst ihn durch die Pfanne. Grandios! Die Mengen sind beschränkt. First come, first serve...



Favebohnen Aus ihrer äusseren Hülle hat man die fetten Bohnen noch schnell. Um die Hülsenfrüchte aber von ihren inneren Häutchen zu trennen, dazu benötigst du einiges Fingerspitzengefühl. Die Fave gehört zur Unterart der Wicken und ist damit nur entfernt mit unserer Gartenbohne verwandt. Ihre Kultivierung ist unkompliziert und so hat sie seit fast 9000 Jahren ihr Image als Arme-Leute-Essen inne. Sie gehört dennoch zu unseren Favoriten. Hmmm!

Basilcress von Koppert Wenn die nächtlichen Temperaturen auf den Nullpunkt zugehen, kommen die beiden kälteempfindlichen Weichlinge Basilcress und Limescress von Koppert jeweils arg gebeutelt aus ihren Camions zu uns ins Lager. Das lässt sich leider kaum vermeiden. Für die kleinen Basilikumblätter haben wir mit dem Micro-Basilikum von 2bFresh eine regionale Alternative an der Hand. Bei der Limescress springt die Micro-Zitronenmelisse in die Bresche. Falls du diese Artikel von 2bFresh noch nicht kennst, versorgen wir dich gerne mit einem Muster.

Microgreens von UMAMI Die Jungs von Umami entlocken ihrem Aquaponic-System in Altstetten immer wieder tolle Trouvaillen. Die kleinen Sonnenblumensprossen haben ordentlich Wumms, ihr Swiss Sakuramix gefällt uns mit seiner nachhaltigen Verpackung und der Micro-Koriander beamt dich geschmacklich direkt nach Asien. Alles circa 500m (ja Meter!) von der Markthalle entfernt produziert. Hier geht es zu mehr Infos.



Piccadilly Tomaten Die mittelkleinen, ovalen Tomaten sind zu schade, um sie nur für Saucen zu benutzen. Auch wenn sie da einen grossartigen Job erledigen. Doch frisch handelt es sich bei den Piccadilly um unsere aktuellen Favoriten. Die Saison in Lazio ist durch und der Wechsel nach Sizilien hat den aromatischen Dingen gutgetan. Prädikat empfehlenswert.

Buddhas Hand aus Korsika Die edle Zitrusfrucht mit der amorphen Form, bei welcher man nicht auf den Saft oder das Fruchtfleisch, sondern auf die aromatische Schale und das Mesokarp aus ist, kommt aktuell von Napoleons Insel zu uns auf den Markt. Es ist nicht vollumfänglich geklärt, von woher diese Frucht genau stammt. Es wird sich wahrscheinlich um eine natürliche Mutation der Citrus medica, der Ur-Zitronatzitronen, handeln. Ihr hoher Preis ist etwas für gutgenährte Geldbeutel.

Doch an den edlen Geschmack dieser bizarren Zitrone kommt nichts heran.

Fingerlimes aus Sizilien Nach dem ersten Advent kommt die Phase, in welcher man in der Gastro punkto Vernunft und Ökologie gerne mal beide Augen zudrückt. Da freut es uns umso mehr, dass wir grandiose Fingerlimes, bei welchen man normalerweise die Fühler nach Übersee ausstrecken muss, aus Italien erhalten. Bämm! Neben den perlenden Zitrusfrüchten kommen auch kleinkalibrierte Avocados vom Fusse des Ätnas zu uns. Einmal etwas Positives von dieser Front...

Orangen Moro & Tarocco Wenn bei den Taroccos die rötliche Farbe auch mit der Lupe nicht auffindbar ist, kommen die frühreifen Moros wenigstens teilweise sanft gesprengelt auf den Markt. Letztere gefallen uns geschmacklich bereits mit ihrer



typischen Säure-Power. Doch bis sich das fast schon schwarze Fruchtfleisch entwickelt hat, werden noch einige Wochen ins Land ziehen müssen. Die Taroccos sind hingegen auch geschmacklich nicht das Gelbe vom Ei. Das charakteristische Aroma, welches diese Sorte auf den Thron der Agrumen hievt, ist noch nicht auszumachen. Da brauchst du noch etwas Geduld.

Orangen Tafel «Newhall» Die sizilianischen Newhalls sind, im Gegensatz zu ihren edlen Schwestern, geschmacklich ohne Tadel. Genau so muss eine Blondorange schmecken und saften. Toll! Wir stellen von spanischer Ware auf Bella Italia um.