

Marktbericht vom 3. November 2021

Aktuelles aus dem der Region Chinakohl violett, Nüsslisalat, Winterportulak, Räben für Räbeliechtle, Wassermelonen-Rettich

Aktuelles auf dem Markt Borlottibohnen, Catalogna, Cima di Rapa, Grenaille Kartoffeln, Puntarelle abgerüstet, Rucola Italien, Cedri Zitronen, Fingerlimes, Kalamansi, Kiwano, Mango Peru, Vanille-Kaki, Yuzu, Zitronen Spanien

Problematisch und Saisonende Tropea-Zwiebeln, Zucchetti gelb

Aktuelles vom Markt

Borlotti-Bohnen Schöner weiss sich keine Hülsenfrucht zu präsentieren. Vom flamboyanten Äusseren solltest du dich aber nicht in die Irre führen lassen. Denn diese Bohne flankiert am liebsten deftige Eintopfgerichte und erinnert geschmacklich an Kastanien.



Chinakohl violett Der farbenfrohe Wintergruss vom regionalen Feld. Und doch liegt er auch dieses Jahr wie Blei in unserem Lager. Unverständlich. Nicht nur in der ultravioletten Variante lohnt es sich, über Chinakohl nachzudenken. Knackige Blattrippen, mild-würzig im Geschmack. Was will man im kalten November mehr?

Winterportulak Der hohe Natriumgehalt sorgt beim Bürzelkraut für den typisch salzigen Gout. Dank seinem, für ein Kraut, hohen Vitamin-C-Gehalt wurde wild wachsender Portulak in Nordamerika gerne verlustiert, um Skorbut vorzubeugen. Die Samenkapseln des Portulaks erinnern an eine Pforte (lat. Portulaca). Damit wäre auch die Herkunft des Namens geklärt. Mal wieder was gelernt.

Grenaille Kartoffeln Die Franzosen nennen Grenaille, was wir als Brätler oder Roller bezeichnen. Klein sortierte Jungkartoffeln also. Doch da Grenaille für Schrotkugel steht, müssen diese für uns schon noch etwas diminutiver daherkommen. Die kleinste Auswahl erhalten wir aktuell aus Spanien. Mit ihrem Durchmesser von 1.5cm sind das wirklich süss anzuschauende Gesellen mit einer ultradünnen Schale.

Nüsslisalat Wenn Nüssli, dann jetzt! Unsere Go-to-Produzenten Sämi, Dani und Ernst bringen uns erstklassige, kleingewachsene Qualitäten aus der Region in die Markthalle. Wenn es richtig fein sein soll und es dein Budget zulässt, legen wir dir den Premium-Nüssli von 2bFresh in der 500gr-Einheit ans Herz. Bei diesem freuen wir uns über deine Vorbestellung.

Freiland Nüsslisalat Und dann darf diese Variante nicht unerwähnt bleiben. Gross vorstellen müssen wir dir den robust gewachsenen Freiland-Nüsslisalat wohl nicht mehr. Geschmacklich, aber auch preislich eine eigene Hausnummer. Wenn du deine Gäste magst, dann lohnt es sich.

Puntarelle Klingt wie ein süditalienischer Tanz, steht aber für das fette Herz des Catalognas. Unsere liebste Chicorée-Variante aus Italien hat jetzt Saison. Wenn du mit den Blättern nichts anzufangen weisst (was wir nicht ganz verstehen würden), kannst du die spargelähnlichen Triebe des Catalogna abgerüstet bei uns bestellen.

Räben Beim traditionellen Räbenliechtle-Umzug gehört Foodwaste irgendwie zum Konzept. Dass aus dem ausgehöhlten Fleisch der Herbstrübe etwas Essbares gezaubert wurde, habe ich jedenfalls noch nie erlebt. Das Innere der Räben würde sich aber wunderbar als Sauerkraut eignen. Grössere Mengen bitte vorbestellen.

Rucola Die Schweizer Felder sind leergeputzt und wir stellen auf die originäre Herkunft Italien um. Die Wiege der Rauke liegt im südlichen Apulien und die wilde Variante galt bei uns lange als Unkraut. Dann kamen die Menschen, welche wir als Arbeiter riefen und zeigten uns, wo der kulinarische Hammer hängt. Danke dafür!



Wassermelonenrettich Unscheinbar von aussen, mit einem crazy-nicen Innenleben. Da schauen die unscheinbaren, runden Knollen so aus, wie es ihr Name verspricht. Knallig rot wie eine Wassermelone. Definitiv der schönste Vertreter der Rettich Zunft.



Cedri Zitronen Im schwammähnlichen Mesokarp der Zitrone, also in der weissen Schicht unter der gelben Schale, tummeln sich Wirkstoffe, die die Aufnahme von Vitamin C begünstigen und auch sonst gegen allerlei Volkskrankheiten helfen. Bei keiner anderen Zitrusfrucht als der Cedri ist dieses Mesokarp dermassen ausgeprägt. Doch auch kulinarisch, hat sie einiges auf dem Kasten. Als Carpaccio bringt sie dir zum Beispiel die Sonne des Südens zurück auf den Teller.

Agrumen galore Weiter im sauren Text geht es mit Yuzu oder Buddhas Hand aus Korsika. Kalamansi und Kafir-Limes erhalten wir aus Indonesien und Bergamotten aus dem etwas näheren Italien. Wenn du auf Zitrusfrüchte stehst, können wir dich auf breiter Front glücklich machen. Am besten bestellst du gleich eine Auswahl.

Zitronen Wir scheuen uns nicht, bei den obig beschriebenen Zitronen über den kontinentalen Tellerrand zu schauen. Doch bei normalen Zitronen freut es uns, endlich von Überseeware Abstand nehmen zu können. Die ersten Spanier sind da. Ihr wohlklingender Name «Primofiori» verspricht eine dünne Schale, wenig Kerne und eine optimale Saftausbeute.