

Buntstieliger Mangold

Verwendungszweck

- als Gemüse wie Spinat oder als Salat
- dekorative Kübelpflanze für Balkon und/oder Terrasse
- dekorative Solitärpflanze für Beete
- eine Kombination mit Stauden ist auch möglich

Kulturanleitung

- Jungpflanzen im Beet mit einem Pflanzabstand von 40 x 30 cm auspflanzen oder einzeln in größere Kübel setzen
- auf ausreichende, organische Düngung achten - hoher Stickstoffbedarf
- auf ausreichende Wasserzufuhr achten
- Pflanzung ab April möglich, Ernte ab Juni
- bei der Ernte die äußeren Blätter an der Basis abschneiden – die inneren Blättern können sich somit weiterentwickeln



Kaufen wo's wächst!

Sie schätzen Pflanzen in bester Qualität und Frische, Verantwortung für Natur und Umwelt, Beratungskompetenz, Regionalität? – Genau das schätzen auch wir. Und wir handeln danach!

Dass man Pflanzen dort kauft, wo sie heranwachsen, ist früher wie heute bei den Gärtnereien und Baumschulen vor Ort möglich. Denn Regionalität im Einkaufskorb muss sich nicht nur auf Lebensmittel beschränken. Auch Zierpflanzen, Stauden, Gehölze und Gemüse, die in regionalen Gärtnereien erzeugt werden, machen lange Transportwege überflüssig und sind vorteilhaft für alle, die in der Region leben.

Die Mitglieder der Interessengemeinschaft „Ihre RegionalGärtnerei“ produzieren deshalb auf umweltbewusste und ressourcenschonende Art. Viele der Betriebe tragen als regionaler Arbeitgeber und als Ausbildungsbetrieb zum Erhalt von Arbeits- und Ausbildungsplätzen in der Region bei.

Entdecken deshalb auch Sie die regionale Einkaufsvielfalt bei „Ihrer RegionalGärtnerei“!

www.ihre-regional-gaertneri.de

Caesar's bunter Stängel

der vitaminreiche Römer



Unser
Gemüse des
Jahres 2014
regional - saisonal - gesund

präsentiert von:



Rainer Mörtel
Fernsehkoch

Caesar's bunter Stängel

der vitaminreiche Römer

Der dekorative Mangold mit seinen bunten und schmackhaften Stängeln zählt zu den besonders ertrag- und vitaminreichen Stielmangold-Sorten. Die jungen Blätter können bereits im Frühjahr wie Spinat zubereitet werden. Im Sommer und Herbst finden neben den Blättern auch die orange- bis rotfarbigen Stiele des attraktiven Römers in der Küche Verwendung. Sie können z.B. blanchiert und zu einem spargelartigen Gemüse verarbeitet werden.

„Caesar's bunter Stängel“ eignet sich mit seinen großen, krausen Blättern und den bunten Stielen nicht nur für den Gemüsegarten, sondern auch als dekorative Zwischenpflanzung in Staudenbeeten. In größere Kästen oder Kübel gepflanzt, kann man den vitaminreichen Römer von Sommer bis Herbst auch auf dem Balkon und der Terrasse ernten.

Mangold - ein neues Gemüse mit alter Tradition

Seinen Ursprung hat der bei uns bekannte Kultur-Mangold im Mittelmeerraum oder im Orient. Dort wurde er bereits vor Christi Geburt an den Meeresküsten in Kultur genommen. Durch die Ausdehnung des römischen Reiches gelangte diese „Urform“ dann nach Mitteleuropa und war bis ins 16. Jahrhundert eine weit verbreitete Gartenpflanze. Nachdem er in Deutschland lange Zeit durch den Spinat verdrängt wurde, erlebt der Mangold heute eine echte Renaissance in der Küche. Auch in der Spitzengastronomie wird dieses Gemüse wieder häufig verwendet.

Unser Gemüse des Jahres 2014 „Caesar's bunter Stängel“ erhalten sie exklusiv bei unseren Mitgliedsbetrieben!

Beste Gärtnerqualität und Produktion in der Region garantiert!



Viele weitere Informationen und Aktuelles finden Sie unter www.ihre-regional-gaertnerei.de - Guten Appetit!



Rainer Mörtel
präsentiert

Caesar's bunter Stängel nach Rainer's Rezept auch für Gemüsemuffel ein Genuss

Pro Person 350 Gramm Mangold
Butter, Salz, Pfeffer

Trennen Sie die Stiele von den Blättern.

Die Stiele in Dreiecke und die Blätter in ca. 3cm feine Streifen schneiden.

Einen Block Butter im Topf erwärmen (darf nicht kochen), Butterschmalz abschöpfen, die Buttermolke bleibt übrig. Die Stiele in einer Pfanne oder einem Wok mit der Buttermolke anschwitzen. Kurz vor Schluss die Mangoldstreifen dazugeben, salzen und pfeffern.

Tipp: Wer es exotisch mag, kann noch mit einem halben Teelöffel Curry würzen.
Fertig ist das Rezept für Ihr Mangold.

„Rainer's Restaurant“ mit seinem Angebot an Speisen und Getränken bietet Ihnen innovative, regionale, fränkische und internationale Küche mit kulinarischer Finesse.

Sie finden in „Rainer's Restaurant“ deshalb vorwiegend Produkte aus der Region - und Produkte der Saison.

Damit möchte Rainer Mörtel eine Lanze brechen - für den verantwortungsvollen Umgang mit unserer Umwelt, mit unserer Heimat - und schließlich auch für die Qualität unserer Lebensmittel.

Lassen Sie sich überraschen, was ein begeisterungsfähiges Team daraus zaubern kann!



Rainer's Restaurant
Hasengasse 9
90427 Nürnberg / Boxdorf

Telefon: 0911-9360 888
www.rainermoertel.de

