

Mai 22

# Eigenkraut Post



Liebe Eigenkrautler\*innen und Interessierte

## Auf unserem Acker wachsen Sonnenblumen

Die Landwirte Uli Brinckmann und Ralph Goeckmann haben gedüngt, gegrubbert und gesät. Es wächst und keimt schon – auch wenn wir nichts davon sehen – noch geschieht alles im Verborgenen. Wir dürfen uns aber trotzdem jetzt schon auf ein blühendes Feld und köstliches Sonnenblumenöl freuen.



**Doch bald sieht es anders aus.** Davon solltet ihr euch überzeugen.

Deshalb: **Safe the date:**

Am **26.06.22 um 11.00 Uhr** treffen wir uns am ehemaligen **Allwetterbad** und wandern in geselliger Runde, vielleicht auch mit Bollerwagen, zum Acker. Monika Rosenthal übernimmt die Organisation und wird sich rechtzeitig bei euch melden.

Die nächsten Treffen zum **Stammtisch im Denkmal** in Schwerte, Ostenstr.18, sind am **Dienstag, 31.05.22** und am **Donnerstag, 30.06.22** jeweils um **19.30 Uhr**.

Wir wechseln zwischen diesen beiden Wochentagen, damit auch abwechselnd die kommen können, die an einem der Tage einen festen Termin haben.

## Gärtner\*innen weiterhin gesucht

Unsere Stellenausschreibung haben wir inzwischen aktualisiert. So bieten wir gleich zu Arbeitsbeginn an, ein Team einzustellen, für Berufsanfänger\*innen ein professionelles Coaching zu organisieren, falls dies gewünscht wird, und für Wohnmöglichkeiten auf dem Hof zu sorgen. Wir hoffen, unser Stellenangebot noch einmal attraktiver gestaltet zu haben und damit für neues Interesse zu sorgen.

Wir freuen uns sehr, wenn Du unsere Stellenausschreibung an Menschen weiterschickst, die Interesse an einer Stelle in unserer Solawi haben könnten. Vielleicht kennst Du auch Bildungseinrichtungen und bittest diese, sie am „schwarzen Brett“ auszuhängen. Den neuen Ausschreibungstext findest Du als eigene Datei im Anhang. So kannst Du sie bequem verschicken.

**Auch wir bleiben dran und werben kräftig für unsere SoLaWi.**

## Social media

Denkt daran, ihr findet uns auf

<https://www.facebook.com/SolawiEigenkraut/> und [https://www.instagram.com/solawi\\_eigenkraut/](https://www.instagram.com/solawi_eigenkraut/)

Hier gibt es viele Posts, die mit liebevoll ausgesuchten Infos und Bildern auch auf andere Veranstaltungen und Wissenswertes hinweisen.

## Und passend zur Jahreszeit unser Rezept des Monats:

**Spargel** ist eines der ersten frischen Gemüse nach dem Winter. Er schmeckt wunderbar und hat viele Vitamine und Mineralstoffe. Im Backofen gegart, wird der Geschmack nicht verwässert, sondern behält sein intensives Aroma. Deshalb empfehlen wir heute:

### Spargel aus dem Backofen

1,2 kg Spargel, 1 Bio-Zitrone, Salz, weißer Pfeffer, 1 TL Puderzucker, 60 g Butter, 4 EL Wasser oder Weißwein, 2 EL Olivenöl, geriebener Parmesan nach Geschmack

- Spargel schälen, auf ein Backblech legen und mit
- der geschmolzenen Butter bestreichen
- würzen und den Puderzucker darüber sieben
- die Zitronenschale direkt auf den Spargel reiben
- 4 EL Flüssigkeit dazu geben
- ein zweites Backblech umgekehrt als Deckel darauflegen
- und gemeinsam auf der mittleren Schiene in den Backofen schieben, bei 150 Grad Umluft ca. 30 Minuten garen – bei dicken Stangen evtl. etwas länger
- die noch bissfesten Spargelstangen auf eine Servierschale legen und warmhalten
- die „Restsoße“ auf dem Blech mit dem Olivenöl vermischen und zum Gemüse reichen.



Quelle: pixabay

Dazu schmecken Salzkartoffeln und geriebener Parmesan.

Nicht nur der schonende Umgang mit den Lebensmitteln gehört zu den Anliegen unserer Solawi, sondern auch die Aromen der Gemüse und ihre Kostbarkeit zur Geltung zu bringen. Deshalb lohnt es sich, Mitglied bei SoLaWi Eigenkraut zu werden und sich ihren Zielen anzuschließen. Infos zum Konzept erhaltet ihr auf [www.solawi-eigenkraut.de](http://www.solawi-eigenkraut.de) oder ihr richtet eure Fragen an: [solawi@schwerte.de](mailto:solawi@schwerte.de).

**Und jetzt noch: Viel Spaß beim Nachkochen und Guten Appetit!**

# Bleibt alle gesund und zuversichtlich

**Es grüßt euch ganz herzlich  
euer Kernteam**

Udo Bußmann, Ursula Dören, Angelika und Marco de Matteis,  
Ingrid Roth-Bußmann, Anke Skupin und Birgit Wippermann

