

Ausgabe 1 vom 31.7.2019

Dies ist die erste Ausgabe der *Marktnachrichten*, die unseren Markt in loser Folge begleiten werden. Für den Markt heute haben wir gute Wetteraussichten und die Picknickdecken liegen auch schon bereit, um die Sommerferien direkt vor der Haustür zu zelebrieren.

Heute dabei sind: **Klein's Bio – Geflügelhof** mit Geflügel aus eigener biozertifizierter Aufzucht und Haltung, **Obst Beckhaus** mit frischem Obst und Gemüse, **Bauernhof Seifen** mit bestem Rindfleisch von den eigenen Limousinrindern, Kaninchen, Eiern, Joghurt, Milch, Wurst, Kartoffeln, Nudeln, Pilzen und Eierlikör von den eigenen Eiern, die **Siegtalimkerei** mit neuem frisch geernteten Honig, der Käsewagen Anton von Antons Käsehütte ist leider noch in Reparatur. **Das PizzaPrinzip** mit der knusprigen Steinofenpizza ist wieder mit dabei und das beliebte **Eiscafé Tormen**, das ihr letzte Woche schon ausprobiert habt, mit dem leckeren Eis aus frischen Zutaten ohne Industrieprodukte und bald auch mit Kaffeegeuss.

Ein dickes Lob an unsere Marktteilnehmer, die letzte Woche bei extremen Temperaturen „Markt gemacht“ haben.

Der Markt läuft den ganzen Sommer durch. Unsere Marktteilnehmer fahren jedoch teilweise in den Urlaub. Bauernhof Seifen und Obst Beckhaus werden am 7.8. und 14.8. nicht in Birlinghoven sein und erst am 21.8. wiederkommen. Das PizzaPrinzip macht ab dem 14.8. drei Wochen frei. Cafe-Roller und die Lieblingsburger pausieren den Sommer über. Der Markt wird also kurzfristig etwas leerer, was uns die Möglichkeit gibt, neue Stände kennenzulernen. Aktuell sind wir im Gespräch mit Erzeugern von Obst, Gemüse, Brot und Fisch.

Im August – also ab nächster Woche – werden sich die Marktzeiten auf **15 bis 19 Uhr** ändern.

Nach den Schulferien geht es mit voller Kraft weiter. Wir planen einen „nach den Ferien – Schule startet wieder“ Markt Anfang September und einen besonderen Herbst- / Erntedank-Markt Anfang Oktober.

Eure Ideen sind uns übrigens immer willkommen. Sprecht uns an! Per Email markt@bv-birlinghoven.de oder über unsere Facebookseite @MarktBirlinghoven. Hier könnt ihr auch in der Gruppe mitdiskutieren.

Marktrezepte

Spinatsalat mit gebratener Hühnerleber (2 Pers.):

4 Hände voll frischer Spinat, ½ Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer, 300 g Hühnerleber, 1 Esslöffel Butter, nach Belieben: 2 Esslöffel Balsamico-Essig, 1 Esslöffel grober Senf

Spinat waschen, putzen, Salatsoße aus Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer anrühren, nach Geschmack einen Esslöffel groben Senf und etwas Balsamico unterrühren, Spinat mit Dressing anmachen.

Hühnerleber in etwas Butter braten, Bratensatz mit etwas Balsamico ablöschen. Leber mit dem Bratensaft auf dem Salat anrichten. Je 1 Scheibe geröstetes Bauernbrot dazu servieren.

(Vegetarier können statt der Leber Käsewürfel nehmen, Veganer streuen ohne Fett geröstete grob gehackte Haselnüsse über den Spinatsalat.)

Eton Mess:

Dieses nach dem Eton College benannte Dessert wurde schon 1893 erwähnt. Ursprünglich bestand es aus Erdbeeren mit Eiscrème oder Sahne, später kam Baiser dazu. *Mess* ist das englische Wort für Chaos, Durcheinander. Das Wort Eton Mess wird heute auch als Synonym für das Brexit Chaos benutzt.

Hier unsere Variante: 70 g Haselnüsse, 2 Eiweiß, 70 g Puderzucker, 400 g Erdbeeren, 250 ml Schlagsahne

Haselnüsse ohne Fett in einer Pfanne anrösten, danach grob hacken, Eiweiß mit Puderzucker steif schlagen, Nüsse unterheben, in kleinen Portionen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und bei 150 °C etwa eine Stunde lang backen, abkühlen lassen.

Erdbeeren waschen und schneiden, Sahne steif schlagen, Erdbeeren, Sahne und zerbröseltes Baiser in eine Schüssel füllen und kräftig umrühren.