



UNSER WOCHENANGEBOT

Flotte  arotte



TRANTENROTHER HOF

Woche 34 | gültig vom 17.08.–23.08.2020

Katze aus'm Sack von Benno Schlicht

Es wäre wohl endlich an der Zeit, den Namen der Tischkatze vom Trantenrother Hof preiszugeben, will mir scheinen. Was meinen Sie? Ich sehe sie vor mir, wie sie dort auf dem Tisch liegt, ein wohlverdientes Schläfchen hält, dann und wann träge mit den Augen blinzelt, zwischen halbgeschlossenen Lidern hindurch erspäht, ob sich draußen vor der Scheune auf dem Hof irgendetwas tut, dort, im grellen Sonnenlicht ... Jedes Schläfchen einer Katze ist wohlverdient, haben Sie das gewusst? Ich weiß gar nicht, warum das so ist. Aber so ist es. Manchmal tut das Warum nichts zur Sache. Es hilft uns nicht weiter. Die Dinge haben ganz einfach eine innere Gesetzmäßigkeit, und vielleicht bildet sich hier im Kleinen jene wunderbare kosmische Ordnung ab, die auch wir bisweilen in glücklichen Momenten erfahren, und deren schlichte, tiefe Schönheit sich uns wortlos offenbart, jenseits aller kleinmütigen Logik ...

Da liegt sie also auf dem Tisch, in einem herrlich weichen Knäuel aus Fell und warmem Atem in sich selbst verschlungen, Klara, die kleine, alte Tischkatzendame. Oh, da war er, haben Sie's mitgekriegt? Nun ist er endlich raus, der Name: Klara. Und doch und wie so oft ist auch dieser Name nur die halbe Wahrheit. Namen werden irgendwann verliehen und nicht selten machen sie Metamorphosen durch, werden verschliffen von der Zeit, werden verulkt, verunstaltet oder auch verkürzt, weil man irgendwann doch einsehen muß, dass sich ein Hajo besser rufen lässt als ein Hans-Joachim, werden angepasst an jenes Wesen, dem sie einst ein erstes Obdach gaben im Meer der Anonymität. Mag sein, dass Klara ihren Namen in ihren jungen Jahren zur Gänze ausfüllte. Doch jetzt, sagt Basti, nennt sie niemand mehr Klara, jetzt heißt sie eigentlich Klärchen. Ja, und das passt sehr gut, meine ich, da braucht man gar nicht lange drüber nachzudenken. Klärchen. Tante Klärchen. Ja, unbedingt! Tante Klärchen, das samtene Leben auf dem Tisch, schlummernd auf Andreas Bestellungen, weich zu beiden Seiten von Bastis Hand herabfließend, wenn er sie wieder einmal bestimmt, aber doch zärtlich anheben muss auf der Suche nach was auch immer. Tante Klärchen, die schläfrig beobachtet, wie der weiße Lieferwagen vom Acker kommend die flirrende Stille zerdieselt und auf den Hof einbiegt, und wie sie nacheinander aussteigen, matt, erhitzt, der Basti und die Gisa und der Jens, und die vielen Kisten ausladen und aufstapeln und nochmal ordentlich mit dem Schlauch abspritzen. Und in den Kisten all das, was Andrea für Sie bestellt hat: Fenchel und Porree. Salat. Stangenbohnen. All das, was jetzt erntereif ist.

Aktuelles erfahren?
Besuchen Sie uns!



Artikel der Woche

Kennen Sie Reneclauden?

Die Reneclauden oder auch Reineclauden sind kugelförmig, die grüngelbe Haut mit rötlichem Schimmer umschließt das grünlich weiße, äußerst aromatische und süße Fruchtfleisch.



2,50 €/250 g

Rezepte der Woche



 [Pastinaken-Nuggets mit Dip](#)

 [Tomatenschiffchen](#)



Einige unserer Saisonkisten



Quer durch das Sortiment

für etwa 28€	Die Alles-Drin-Kiste: Obst, Gemüse, Käse, Joghurt, Kartoffeln
1 l 1 Stück 0.4 kg 0.4 kg 1 Stück 0.4 kg 1 Stück 0.5 kg 0.4 kg 1 kg 500 g 250 g	Vollmilch, Flasche 3,7% von Upländer Gouda Marrakesch Ras el Hanout, ca. 230 g Karotten von Schulze-Wethmar Spinat von Ulenburg Spitzkohl, ca. 700 g von Gauchel runde Tomaten Zuckermais von Speckhan Äpfel Delbar von Schulte kernlose helle Trauben Luisa von Don Luigi Weizen-Roggenbrot *K* Zitronencreme-Joghurt von Söbbeke Buchstaben-Suppennudeln Vollkorn von Rapunzel

Alle unsere Abo-Kisten finden Sie [hier](#).



Regiokiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse, Kräuter und Salat, konsequent aus der Region
1 Stück 0.4 kg 1 Stück 1 Stück 1 Stück 0.45 kg	Knollensellerie mit Grün von Finke Karotten von Schulze-Wethmar Salat vom Trantenrother Hof Schlangengurke von Lesker Spitzkohl, ca. 700 g von Gauchel historische Tomaten vom Trantenrother Hof



Schonkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Obst und Gemüse ohne Zitrusfrüchte und blähende Gemüsesorten
0.48 kg 0.45 kg 0.45 kg 1 Stück 0.45 kg 5 Stück 0.4 kg	Fenchel vom Trantenrother Hof Karotten von Schulze-Wethmar Pastinaken, neue Ernte Salat vom Trantenrother Hof Äpfel Gala frische blaue Feigen kernlose helle Trauben Luisa von Don Luigi



Halbe-halbe

für etwa 15€	Mehr Rohkost und Obst – weniger zum Kochen
0.4 kg 0.5 kg 0.45 kg 0.4 kg 0.5 kg 3 Stück 0.5 kg	Karotten von Schulze-Wethmar Pastinaken, neue Ernte Spinat von Ulenburg % runde Tomaten vom Wünnerrhof, Umstellungsware Äpfel Gala frische blaue Feigen Zwetschgen von Felchner



Rohkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse und Salate zum Rohverzehr
0.25 kg 0.4 kg 1 Bund 1 Stück 1 Stück 0.45 kg 1 Stück	Cherrytomaten Karotten von Schulze-Wethmar Radieschen Eichblattsalat von Speckhan Schlangengurken hist. Tomaten vom Trantenrother Hof Zuckermais von Speckhan

% Artikel aus unserer Aktion „10% mehr wert“

Brote der Woche

Kuchen der Woche



Back Bord



Steinofenbrot

Alles an diesem Brot ist toll. Das Mischungsverhältnis zwischen Roggen und Weizenmehl: der Kontrast zwischen der wunderbar knusprigen Kruste und der traumhaft weichen Krume.

3,49 €/750 g



Möhrchen-Nusskuchen

Saftige Kuchenspezialität mit frischen Möhren. Reich an aromatischen Haselnüssen und feinen Mandeln. Ein glutenfreier Genuss!

2,49 €/Stück

Kabouter



Weizen-Roggenbrot

Ein Weizen-Roggen-Mischbrot mit herzhaft frischem Sauerteigaroma. Passt gut zu Käse und Schinken, geröstet schmeckt es auch sehr gut als Suppeneinlage.

4,30 €/1000 g



Cashewriegel Schoko, hell

Cashewnüsse, Rohrohrzucker, Eiweiß, weiße Kuvertüre, Meersalz

1,99 €/Stück

Obst der Woche

Der Biohof Felchner aus Mülheim wird uns in dieser Woche täglich mit frisch geernteten **Zwetschgen** beliefern. Wir haben sie in viele Kisten mit 500 g eingepackt, Sie können sie aber auch als **Vorrats-Tüte mit 2 kg** bekommen. Damit macht auch das Backen richtig Spaß. Passend dazu haben wir frische Hefe im Wochenangebot.

Sehr empfehlen können wir auch die **Feigen blau und grün**. Sie kommen aus Spanien und sind jetzt richtig süß und aromatisch.

Besonders günstig sind die **kernlosen Trauben** in dieser Woche. Die **hellen kernlosen Trauben Luisa** können wir sehr empfehlen. Sie kommen aus Italien von Don Luigi und sind in Demeterqualität.

Die Zeit der Pfirsiche geht so langsam zu Ende. In dieser Woche haben wir noch einmal **weiße flache Pfirsiche** im Angebot. Lassen Sie es sich nochmal gut schmecken.



Feigen



Zwetschgen



helle Trauben



flache Pfirsiche

Gemüse der Woche

Die sommerliche Hitze macht zwar vielen zu schaffen, für die **Tomaten** ist es jedoch wunderbar. Sie möchten natürlich von den Bauern gegossen und gepflegt werden, die Sonne verleiht ihnen aber ein tolles Aroma. Die Auswahl ist recht groß und vielfältig. Es gibt die klassischen runden Tomaten, **Cocktail-, Cherry-, Cherry-Tomaten-Mix** sowie die **historischen Tomaten** als Mix. In viele Kisten haben wir die **runden Tomaten** eingepackt.

Sehr schön in seiner Qualität ist der frische **Blattspinat** von Ulenburg. Seine Blätter sind recht zart und lassen sich gut verarbeiten. Auch roh, als Salat, ist es ein leckeres Gemüse.

Der Sommer lässt auch gerade die **Bohnen** gut wachsen. Wir haben **Stangenbohnen** vom Trantenrother Hof und **Buschbohnen** von Hof Hiddinghausen im Sortiment.

Ein, bei Kindern besonders beliebtes Gemüse ist der **Zuckermais**. Sie können ihn in der Pfanne leicht dünsten oder auf den Grill legen. Mit etwas Olivenöl oder Butter und ein bisschen Kräutersalz ist er schnell zubereitet und macht beim Essen bzw. Knabbern richtig Spaß.



historische Tomate



Buschbohnen



Zuckermais

Veganer Genuss



Tofu Curry-Mango

Eine raffinierte Kombination aus Curry mit Mangostückchen und einer dezenten Ingwer-Chili-Note. Optisch besticht dieses Produkt durch ein auffallendes Currygelb.

Mehr zu [Taifun](#).

2,99 €/200 g

Joghurt der Woche

Joghurt Zitronencreme

7,5 % Fett, Rohrohrzucker, 2,5 % Zitronensaft (aus Zitronensaftkonzentrat) 2 % Zitronen, Stärke, Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl und Pektin, Bourbon-Vanilleschoten-Extrakt, Zitronenschalen, Orangenschalen, Zitronenöl.

Mehr über [Söbbeke](#).



1,99 €/500 g

Impressionen



Unser Käsepaket

Gouda Marrakesch Ras el Hanout



Schnittkäse, 50 % Fett i. Tr. Mit Gewürzen aus der nordafrikanischen Küche – ein orientalisches Geschmackserlebnis.

Dem neuen bioladen*-Gouda Ras el Hanout geben Bockshornklee, Koriander, Ingwer, Kreuzkümmel, Chili, schwarzer Pfeffer und Gewürznelken die besondere Note. (pasteurisierte Kuhmilch, mikrobielles Lab)

Mehr zu [bioladen](#).

***3,89 €/230 g**
16,90€/kg

Crèmeer



Der Crèmeer spiegelt die Frische Nordfrieslands wider. Ein fester, kreibiger Kern mit cremig fließendem Rand. Aus unbehandelter Rohmilch mit mind. 50 % Fett i. Tr., tierisch gelabt. (Rohmilch, tierisches Lab).

Mehr zu [Backensholz](#).

***6,23 €/250 g**
24,90€/kg

Griechischer Feta



Dieser köstliche Feta kommt aus Griechenland. Er besteht hauptsächlich aus Schafsmilch mit kleineren wechselnden Anteilen (5-10%) an Ziegenmilch. Er schmeckt ebenso hervorragend im Salat wie frisch aus dem Backofen.

Mehr zu [I. Chesto](#).

5,19 €/175 g

Wurst der Woche

Lachsschinken

Das Fleisch für dieses bioladen*-Produkt stammt von verbandszertifizierten Bio-Bauernhöfen vom Niederrhein und aus Westfalen. Die Schweine werden in Gruppen gehalten. Der Stall bietet ausreichend Auslauf und eine Wühlmöglichkeit. So können sie ihr arttypisches Verhalten ausleben.

Mehr zu [bioladen](#).

4,19 €/80 g



Wein des Monats

REBSTOFF rot

Die rote Rebstoff-Cuvée wurde im Edeltank vergoren und zu einem kleinen Teil im Holzfass ausgebaut.

Die rote Cuvée Rebstoff zeigt eine sehr schöne Nase mit Aromen von Cassis, Kirschen, Pflaumen, Kakao, Pfeffer, Oregano, Marzipan, Rosen und Veilchen.

Am Gaumen fleischig, saftig, samtig, dichte Frucht, feinwürzig, charmant und lange anhaltend.

Mehr zu [Keth](#).

6,99 €/0,75 l



Chorizo-Paprika-Salami

Chorizo, eine spanische Spezialität, ist eine feste, grobkörnige und mit Paprika gewürzte Salami aus Schweinefleisch. Der Paprika verleiht ihr die rote Farbe und trägt zu ihrem unverwechselbar würzigen Geschmack bei.

Mehr zu [Isana](#).

3,79 €/80 g

