



Haiminger Umweltfenster

Sonderausgabe

August 2021

von Sarah Kästner

5 Fakten zum Schulacker

Wie kam die Schule zum Acker?



Angeregt durch die Öko-Modellregion hat sich die Schule bei der Ackerdemie beworben um eine Unterstützung (beschränkt auf 3 Jahre) zu erhalten. Die Gemüseackerdemie unterstützt mit Fachwissen zum Anlegen und Pflegen der Beete, beschafft Samen und Jungpflanzen und vermittelt Sponsoren. Beste Voraussetzungen, um nach Ablauf der 3 Jahre den Acker eigenständig bewirtschaften zu können.

Welche Arbeiten erledigen die Acker-Kinder?

Es wird umgegraben, Beete angelegt, gepflanzt, gesät, gegossen und viel, viel Unkraut gezupft. Und am Ende dieser schweißtreibenden Arbeiten steht das Ernten. Die wohl schönste Arbeit am Acker. Unterstützung ist jederzeit gerne gesehen. Sogenannte Ackerbuddies greifen tatkräftig unter die Arme und bereichern das Ackerteam mit Wissen und Muskelkraft. Hast du Lust, das Ackerteam zu stärken?



Warum wächst auf dem Acker das Gemüse so kunterbunt verstreut?

Das ausgeklügelte System der Gemüseackerdemie (Beetbreite, Anzahl der Beete...) beinhaltet unter anderem auch die Prinzipien von Mischkultur und Fruchtfolgen. So werden die Nährstoffe der Erde optimal genutzt und erhalten, ohne synthetische Dünger zu benötigen. Außerdem stärkt es die Pflanzen um weniger anfällig für Schädlinge zu sein.

Was passiert mit der Ernte?



Jede Woche, am „Ackertag“ ernten die Kinder das fertige Gemüse. Was roh gegessen werden kann, darf direkt vor Ort probiert werden. So frisch schmeckt es natürlich besonders lecker. Mangold, Zucchini, Kürbis, Bohnen oder Frühlingszwiebeln werden mit nach Hause genommen, um verarbeitet zu werden. Von manchem Gemüse gibt es so viel, dass sich jeder Besucher auch eine Portion mit nach Hause nehmen darf. Eine freiwillige Spende kann in einem Briefumschlag in den Postkasten geworfen werden.

Und wofür ist dann der Zaun?



Nur Hasen und Rehe versuchen wir damit auf Abstand zu halten. ☺

Im Anhang folgen noch 4 Rezepte, die mit dem Acker-Gemüse zubereitet werden können.

Zucchini-aufstrich

3 Eier (davon 1Deko)
300g junge Zucchini
Salz
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Pflanzenöl
2 EL Creme fraîche
Pfeffer
1 Bund Petersilie



Die Eier 10 Minuten kochen. Zucchini klein schneiden, leicht salzen und 5 Minuten ruhen lassen. In einem sauberen Tuch ausdrücken.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken, Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch glasig werden lassen, Zucchini hinzu geben und bei mittlerer Hitze dünsten,(ca. 15 Min.)mit Pfeffer würzen.

Eier und Petersilie klein schneiden.

Zucchini-masse mit Eiern, Petersilie und Creme fraîche vermengen.

Zucchini-Tomaten-Auflauf / Antipasti

1 große Zucchini
1 kg Tomate(n)
400 g Feta-Käse
Basilikum
Oregano
Salz/Pfeffer
Olivenöl
Balsamicoessig



Die Zucchini und die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Feta-Käse ebenfalls in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Olivenöl einfetten und die Zucchini-, Tomaten- und Feta-Scheiben abwechselnd in die Form schichten. Ich versuche immer die Scheiben möglichst "stehend" unterzubringen. Vorsichtig mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen und mit Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C Umluft ca. 20-30 Minuten backen. Dazu passt sehr gut Ciabatta oder Polenta.

Tipp: Die Reste am nächsten Tag mit Balsamicoessig und etwas Olivenöl übergießen schmeckt es auch kalt sehr gut zu Gegrilltem.

Gurken Sirup

- 300g Gurken aus dem Garten
- 150g Wasser
- 140g Zucker
- 1 Prise Liebe
- 2EL frisch gepresste Zitrone
- 5 Blätter Bio-Basilikum
- 3 Blätter Minze



Die Gurken waschen und längs halbieren. Mit einem Löffel die Kerne entfernen. Nun die Gurke mit der Schale fein raspeln und kurz zur Seite stellen. In einem Topf das Wasser und den Zucker (Läuterzucker herstellen) zum Kochen bringen, gelegentlich umrühren. Sobald sich der Zucker vollständig aufgelöst hat, kannst du den Herd ausschalten.

Nun die geraspelten Gurken, die Basilikum- und die Minzblätter und die 2 EL Zitronensaft hinzufügen und alles etwa 30 Minuten ziehen lassen.

Die Flüssigkeit durch ein Sieb oder ein Tuch gießen und die verbleibenden Reste noch einmal kräftig ausdrücken.

Den Sirup noch einmal kurz erhitzen und dann mit Hilfe eines Trichters in eine Flasche füllen. Im Kühlschrank hält sich der Sirup ein bis zwei Wochen.

Den Sirup mit Sprudelwasser aufspritzen und genießen. Prost!

Mangold Muffins

Ca. 12-15 Stück

100 g Mangold
1 Knoblauchzehe
6 getrocknete Tomaten in Öl
300 g Dinkelmehl
1 Pkg. Backpulver
1 TL Salz
3 Eier
200 g Schmand
100 g geriebener Gouda (oder anderen Käse)
100 ml Milch
Salz, Pfeffer, Currypulver



Mangold und Knoblauchzehe kleinschneiden und in etwas Öl etwa 3 Minuten in der Pfanne angedünstet. Mit den kleingeschnittenen Tomaten in eine Schüssel geben und zur Seite stellen. Mehl, Backpulver und Salz vermischen. Die Eier mit dem Schmand, Käse und der Milch verrühren. Kräftig mit den Gewürzen abschmecken. Nun das Gemüse mit dem Mehlgemisch und der Eirmischung vermengen.

Muffinformen mit Papier auslegen und den Teig in die Förmchen verteilt. Bei 180°C 25 Minuten goldbraun backen.