

So, wie es am besten zu Ihrem Alltag passt

In den letzten Tagen ist an vielen Orten der Samichlaus vorbeigekommen. Vielleicht hat er auch bei Ihnen an die Türe geklopft? Ein klein wenig «Samichlaus-Gefühl» gibt uns das BioBouquet auch – also zumindest, was das feine Sachen einpacken und ausliefern angeht. Wobei es da natürlich schon Unterschiede gibt ...

Ein kurzes Mail genügt

Der Samichlaus nimmt natürlich keine Bestellungen entgegen. Das BioBouquet hingegen lässt sich nach Herzenswunsch gestalten. Und es ist gut, dann und wann wieder einmal genau hinzuschauen: Ist das kleine Abo noch gross genug, wenn wir so viel zuhause sind? Passt das grosse Abo (noch) gut in unsere Woche? Was wäre mit Zitronen, Brot, Knoblauch, Kartoffeln, Zwiebeln oder Eiern als «Dauergäste» in unserer grünen Kiste? Abo-Wechsel und Dauerbestellungen sind im E-Shop nicht möglich. Bitte machen Sie uns einfach ein kurzes Mail. Wir passen Ihr Abo oder Ihre Dauerbestellungen gerne persönlich für Sie an.

Das Regio-Abo: eine Kiste «Swissness»

Es freut uns sehr, dass auch unser Regio-Abo auf Anklang stösst. Als Regio-Abonnentin oder -Abonnent erhalten Sie nur knackig-frisches Gemüse und feine Salate aus der Schweiz. Grundsätzliche Ausschlüsse sind beim Regio-Abo nicht möglich. Natürlich können Sie aber jede Ihrer Bestellungen im E-Shop anpassen (jeweils am Freitag ab dem Mittag bis am Montagmorgen um 7 Uhr) und Ihre Lieferung auf diese Weise nach Herzenslust ergänzen.

Wichtig: Sie erhalten zwei Rechnungen

Für alle diejenigen, die das BioBouquet 14-täglich erhalten, oder es in der letzten Woche noch nicht gelesen haben: Als «Nachwehe» eines Software-Problems erhalten Sie für den November zwei Rechnungen. Eine für die Kalenderwochen 46, 47, 48 und eine für die Kalenderwoche 45 – sofern Sie dort ein BioBouquet erhalten haben. Die zweite Rechnung kommt auf demselben Weg wie gewöhnlich, also per Post, oder per Mail, oder sie wird per Lastschriftverfahren beglichen. Es sind damit ausnahmsweise zwei Rechnungen einzuzahlen. Wir entschuldigen uns für diesen Mehraufwand administrativer Art und danken Ihnen für Ihre Unterstützung.

Jetzt gibt es feinen Butternuss

Es ist soweit: Der Butternuss-Kürbis hat nun den Orangen Knirps abgelöst – und gleich in dieser Woche haben wir Ihnen welchen eingepackt. Gerne schicken wir den Hinweis mit, dass auch die Schale des Butternuss' essbar ist. Sie zerfällt jedoch nicht ganz so wie die des Orangen Knirps'. Wer das nicht so gern hat, greift einfach zum Sparschäler und genießt den Butternuss ohne Schale. Vielleicht aus dem Ofen?

**Herzliche Grüsse aus Thunstetten senden wir Ihnen und
wünschen viel Freude in dieser Adventswoche,**

Gerhard Bühler für das BioBouquet Team

Fürs «Abschluss-BioBouquet 2020» planen wir voraussichtlich Karotten, Sauerkraut und Dörrbohnen.

Wärmende Küche frisch aus Ihrem BioBouquet:



Butternuss aus dem Ofen

für 2 Portionen

Zutaten:

½ kg Butternut

2 EL Olivenöl

½ TL Salz

¼ TL Pfeffer, schwarz, frisch
gemahlen

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

1 EL Petersilie, gehackt

So zubereitet:

Den Ofen auf 200°C Grad vorheizen.

Den Kürbis je nach Gusto schälen und in Würfel schneiden.

Die Würfel in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen.

Die Mischung dann auf ein eingefettetes Backblech geben und ca. 30 Minuten im Ofen garen (je nach Grösse der Stücke).

Ungefähr nach der Hälfte der Zeit den Kürbis wenden.

Dazu den Knoblauch im übrigen Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen, bis er anfängt zu duften, aber noch nicht braun wird.

Den gerösteten Kürbis, das Öl mit dem Knoblauch und die gehackte Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Zur «Schale-Frage»:

Mit Schale oder ohne? Lassen Sie über diese Frage doch Ihren Gaumen entscheiden. Der Butternuss-Kürbis kann auch mit Schale gegessen werden, jedoch zerfällt seine Schale nicht so sehr, wie z.B. diejenige des Orangen Knirpses. Vielleicht machen Sie in dieser Woche Ihren persönlichen Test und probieren einmal aus?