

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...

... heisst es in einem Gedicht von Hermann Hesse. Kunstvoll hat der Autor ausgedrückt, was wir sicherlich mehr als einmal empfunden haben. Doch manchmal, so scheint es, liegt der Zauber auch in der «Langstrecke» oder dem «Mittelstück». Unser Schnittlauch führt uns das gerade eindrücklich vor Augen ...

Ein richtiger Charakterkopf ...

Schnittlauch gehört wohl zu den «klassischsten Klassikern», welche es in unserer Küche gibt. Mit seinen grünen, kleinen, kräftigen Röhrchen ist er ein richtiger Dauerbrenner und kein Popstar, der mit wenigen Hits glänzt. Ganz selbstverständlich schneiden wir den Schnittlauch in die verschiedensten Gerichte und geniessen seine grüne Frische. Woher nimmt der Schnittlauch seine Superpower?

... der über die Zeit gedeiht

Ganz klar aus der Langstrecke! Unseren jüngsten Schnittlauch haben wir im Sommer ausgesät. Seither darf er sich alle Zeit nehmen, um zu wachsen und er wird gehegt und gepflegt. In sein Beet haben wir vor seiner Pflanzung Demeter-Mistkompost von Sutters aus Obersteckholz eingearbeitet. Denn Schnittlauch fällt eher in die Kategorie «gefrässig» und viel Wasser braucht er auch. Er ist also kein so bescheidener Geselle, wie es sein eher einfacher «Look» vielleicht nahelegt. Doch schliesslich sollen die Zwiebeln unten in der Erde kräftig werden und sich vermehren.

Vorfreude ist auch schon dabei

Erst im nächsten Jahr werden wir ernten, was im Moment gedeiht. Bis dahin heisst es erstmal jäten: Die Phacelia, die vorher auf dieser Fläche stand, hat einige Samen hinterlassen. Jetzt drohen diese Pflanzen den Schnittlauch zu konkurrenzieren. So umsofortiger kann der Schnittlauch über die Monate hinweg seinen Zauber entfalten. Wir freuen uns bereits, Ihnen im 2024 von diesem Schnittlauch einzupacken.

Ein Herbst-Sprinter mit viel Power

Bereits jetzt dürfen Sie sich über unseren Federkohl freuen! Vor zwei oder drei Wochen haben wir mit der Ernte begonnen. Auch der Federkohl hat seine ganz eigene Magie. Jetzt wo die Natur insgesamt auf Rückzug eingestellt ist, gibt er nochmal so richtig Gas. Nach jeder Ernte wächst er mit Karacho bis Ende November/anfangs Dezember weiter, so dass wir immer wieder ernten können. So sind wir Woche für Woche beeindruckt, was wir immer wieder erleben können. Glücklicherweise macht der Federkohl auch, wenn er knusprig aus dem Ofen kommt – wie wäre es mit ein paar selbstgemachten Chips?

Eine zauberhafte Woche und viel Herbst-Energie wünschen wir Ihnen!
Herzliche Grüsse,
Gerhard Bühler und das BioBouquet Team

FrISChe Küche direkt aus Ihrem BioBouquet:



Zum Knabbern: Federkohl-Chips

Für 4 Portionen

Zutaten:

250 g Federkohl
6 EL Olivenöl
1 TL Fleur de sel

So zubereitet:

Backofen auf 140 °C vorheizen.

Federkohl gut waschen und sehr gut trocken tupfen. Blattrippe von den Blättern wegschneiden. Blätter in mundgerechte Stücke scheiden.

Auf zwei mit Backpapier belegte Bleche verteilen und mit Öl beträufeln. Öl und Kohlblätter mit den Händen gut mischen, so dass die Blätter komplett eingeölt sind.

In der Mitte des Backofens 15–20 Minuten trocknen lassen. Dabei die Ofentür gelegentlich öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Auf Haushaltspapier abtropfen lassen, mit Salz würzen und zwischendurch genießen, oder als Beilage zu Risotto oder Polenta servieren.



Fenchel aus dem Ofen

Für 4 Portionen

Zutaten:

750 g Fenchel
Butter für die Form
2 dl Gemüsebouillon
Salz, Pfeffer

Für die Kruste:

etwas Dill
25 g Paniermehl
50 g geriebener Sbrinz
40 g Butter, weich

So zubereitet:

Backofen auf 200°C vorheizen.

Eine weite, ofenfeste Form mit Butter ausstreichen.

Fenchel rüsten und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

In der Form verteilen, Bouillon darüber giessen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Alufolie zudecken und in der Ofenmitte ca. 15 Minuten backen.

Für die Kruste Dill hacken. Mit Paniermehl, Käse und Butter mischen.

Alufolie von der Form entfernen, Kruste auf dem Fenchel verteilen und ca. 10 Minuten mitbacken, bis die Kruste goldgelb ist.

Dieser gratinierte Fenchel ist eine tolle Beilage zu Fleisch oder Fisch und natürlich einer vegetarischen oder veganen Alternative. En Guete!