

Dankbar über eine belebende Zusammenarbeit

Dann und wann klingelt bei uns das Telefon und Franz Dolderer ist dran: «Du, ich würde morgen oder übermorgen vorbeikommen, ist das gut?» Ja, das ist gut. Sehr gut sogar – denn Franz ist unser «Präparate-Meister» ...

Mit Feuer und Erfahrung ...

Eigentlich wäre Franz schon pensioniert. Ja, eigentlich ... denn tatsächlich ist er recht viel unterwegs. Zum Beispiel chauffiert er Menschen mit dem Auto zu Therapie-Terminen. Doch als langjähriger Vollblut-Gärtner lassen ihn Flur und Feld und der biodynamische Anbau einfach nicht ganz los. Besonders die Präparate haben es ihm angetan – und das ist ein grosses Glück für uns: Schon seit längerem dürfen wir davon profitieren und schätzen sehr, mit Franz einen Präparate-Verantwortlichen zu haben, der ganz eigenständig mit viel Leidenschaft und zugleich Erfahrung ans Werk geht.

... trägt Franz die Präparate mit

Nun war Franz wieder bei uns auf dem Betrieb und hat das Kiesel-Präparat gespritzt. Dieses wird auf der Basis von Bergkristall hergestellt, welcher ganz fein gemahlen wird. Franz rührt das Präparat eine Stunde von Hand und bringt es dann mit der Rückenspritze aus. Doch was sind denn diese Präparate?

Präparate-Wissen für Neugierige

Man kann sich Präparate ein wenig vorstellen, wie homöopathische Mittel. Das Kiesel-Präparat etwa trägt dazu bei, die Assimilations-

kraft der Pflanzen zu stärken und es gibt noch viele mehr. Gerade hat Demeter eine neue Broschüre – recht umfangreich und praxisorientiert – dazu herausgegeben. Bitte geben Sie uns Bescheid, wenn Sie gerne einmal schmökern würden. Wir legen Ihnen dann ein Exemplar in Ihre grüne Kiste. Allen, die lieber online unterwegs sind, legen wir <https://demeter.ch/praeparate/> ans Herz.

Freude über Federkohl, Peterli und Endivien

Gerade haben wir den dritten Satz Endivien gepflanzt. Zusammen mit dem Federkohl gehört der Endivien zu den einzigen beiden Kulturen, die jetzt bei uns im Freiland stehen. Doch das Schöne ist: Beide geniessen das sonnige Herbstwetter und gedeihen gut! Bereits in dieser Woche werden wir erstmals Federkohl ernten. Auch der Peterli – im Gewächshaus – steht wirklich prächtig da. Wir freuen uns, Ihnen davon einzupacken.

Ein erster Gedanke an den Winter

Gleichzeitig gehen wir bereits die Herbstsaaten an: Winterkresse, Hirschhornwegerich und Portulak lassen uns in diesen Tagen merken, dass es ganz langsam gen Winter geht. Doch bevor jetzt noch jemand zu frösteln beginnt, würden wir sagen ...

... geniessen Sie die wärmenden Sonnenstrahlen, welche der September uns noch bringt!

Herzliche Grüsse,

Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team

Vitaminreicher Genuss – frisch aus Ihrem BioBouquet:



Broccoli-Quiche mit Lachs

Für 4 Portionen

Zutaten:

Belag:

350 g Broccoli, in Röschen
250 g Lachsfilets ohne Haut, in ca. 1 cm
breiten Streifen

Boden:

1 rund ausgewallter Kuchenteig
50 g geriebener Sbrinz

Guss:

2 Eier, verklopft
1 dl Weisswein
2 dl Vollrahm
wenig Muskat
½ TL Salz
wenig Pfeffer
2 EL Dill, fein geschnitten
30 g geriebener Sbrinz

So zubereitet:

Den Teig mitsamt dem Backpapier in ein Wähenblech (ca. 28 cm ø) legen, dicht einstechen, den Sbrinz auf dem Teig verteilen.

Den Broccoli in Salzwasser ca. 3 Min. kochen, abtropfen, kalt abspülen, mit Haushaltspapier trocknen.

Den Broccoli und den Lachs auf dem Teigboden verteilen.

Eier mit Wein und Rahm verrühren, würzen, Dill darunterrühren.

Diesen Guss über den Belag giessen und Reibkäse darüberstreuen.

Dann ca. 30 Min. auf der untersten Rille des auf 220 °C vorgeheizten Ofens backen.

Die Quiche lauwarm servieren.