

Dankbar zurück und mutig voran!

Jedes Jahr ist es wieder etwas Besonderes und Schönes, das uns enorm berührt: Es funkelt, glitzert und leuchtet, wenn man um diese Zeit in unseren Kaffeeraum kommt und ganz sicher geht der Blick zuerst in Richtung Fenster ...

So viele «Schätze» auf dem Fenstersims

Wunderschöne Karten mit Weihnachtsgrüssen und guten Wünschen, Süsses und Gebackenes für die Kaffeepausen, Gebasteltes, der eine oder andere «Zustupf» für die Kaffeekasse ... So viele Grüsse ganz verschiedener – und auch kreativer – Art haben uns in der Weihnachtszeit erreicht. Sie verwandeln unser Fenstersims und das Fenster unseres Kaffeeraumes, an das wir auch noch Karten kleben, in einen richtigen «Hingucker» und ergeben ein wunderbares Bild. Es ist enorm berührend, dieses Bild zu betrachten und Ihre Wertschätzung zu spüren.

Ein grosser Dank an Sie

Für Ihre Grüsse und Ihre Treue danken wir Ihnen von Herzen! Und zählen natürlich auch alle die Nachrichten, die uns unter dem Jahr erreichen, gedanklich dazu. Sie, liebe Kundinnen und Kunden, sind es, die es uns ermöglichen, das zu tun, was wir gerne tun und das BioBouquet Jahr um Jahr mittragen. Wir schauen voller Dankbarkeit aufs alte Jahr zurück – und starten mutig ins noch junge 2022. Mal schauen, wie diese Saison wird. Sicher ist: Wir freuen uns bereits aufs neue Bio-Gartenjahr mit Ihnen!

Festkochende Kartoffeln aus Nennigkofen

Zum Start ins neue Jahr gibt es freudige Nachrichten: Eigentlich hatten wir bei den festkochenden Kartoffeln die Umstellung auf Import angekündigt, denn die Schweizer Lager schienen leer zu sein. Doch jetzt hat sich Heinz Koloska aus dem Solothurnischen bei uns gemeldet. Er hat noch festkochende Demeter-Kartoffeln. Sie sind in diesem Jahr zwar etwas kleiner, doch die Qualität ist gewohnt gut. Und allein der Name macht Lust, sie zuzubereiten und zu probieren: Vitabella! Wir freuen uns, Ihnen von diesen Kartoffeln einzupacken.

Jetzt ausprobieren: Frites einmal anders

Nicht nur bei vielen jüngeren Esserinnen und Esserin sind Pommes Frites beliebt. Doch was mit Kartoffeln geht – geht auch mit Pastinaken! Und noch dazu ganz einfach. Probieren Sie doch das Rezept für die Pastinaken-Frites einmal aus. Man kann diese nach Herzenslust in Ketchup oder eine selbstgemachte Sauce dippen. Zudem machen sich Pastinaken auch prima in der Suppe, als Püree oder im gemischten Winter-Ofengemüse. Wir wünschen allen kleinen (und grossen) Frites- und Pastinaken-LiebhaberInnen en Guete!

Offenheit, Zuversicht, Mut, Genuss und Gesundheit wünschen wir Ihnen im neuen Jahr!
Herzliche Grüsse aus Thunstetten von
Gerhard Bühler und dem BioBouquet-Team

Genussreiche Ideen für die Küche – frisch aus Ihrem BioBouquet:



Pastinaken-Frites

Für 4 Portionen

Einfach die Pastinaken (ca. 5 Stück) schälen, in Stängeli schneiden und in einer Schüssel mit wenig Olivenöl, (Kräuter)Salz und Pfeffer mischen.
Dann auf ein Blech mit Backpapier geben und im Ofen bei 180-200° Grad für 15-30 Minuten gar und knusprig backen.

Für einen **selbstgemachten Kräuter-Dip** folgende Zutaten vermengen und würzen:

80 g Doppelrahmfrischkäse	¼ TL Salz
100 g Magerquark	1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
1 Zitrone, abgeriebene Schale und ½ EL Saft	



Ingwer-«Shot»

Power für zwischendurch

Zutaten:

100 g Ingwer, geschält, in Stücken	1 dl Wasser
¼ TL Kurkuma-Pulver (oder ein Stück frischer Kurkuma)	1 EL Honig
2 Zitronen, nur den Saft	1 Prise Cayennepfeffer

So zubereitet:

Alle Zutaten zusammen in ein Mixglas geben und mit dem Stabmixer fein pürieren.
Dann durch ein feines Sieb giessen, in kleine Gläschen füllen und geniessen.

Tipps:

In Fläschchen abgefüllt (gut verschlossen) hält sich der Ingwer-Drink im Kühlschrank ca. vier Tage. Statt der Zitronen können Sie z. B. auch Orangen verwenden, oder Sie mischen Zitronen- und Orangensaft. Viel Freude beim Ausprobieren mit diesem kräftigen Power-Drink!