

## ... und der Zweite folgt sogleich

So heisst es in Wilhelm Buschs Bildergeschichte «Max und Moritz», wo die beiden Buben einen Streich nach dem anderen spielen. Bei uns geht es zwar nicht um Streiche, sondern um die nächste Aussaat ...

### Kräftiges Grün für die Salatschüssel

Die Premiere der diesjährigen Aussaaten hatten wir mit den Kefen gefeiert. Diese sind mittlerweile vom warmen Kafirümlü ins Gewächshaus gezügelt. Dort haben sie jetzt Gesellschaft bekommen: Wir haben den Asia-salat ausgesät – unseren «zweiten Streich». Der Asia-salat gehört zur Familie der Kreuzblütler und sein würziger Geschmack hat viele Fans. Erinnert er ein wenig an Senf? Meerrettich? Rucola? Manche sagen, er hat auch eine milde Kohlnote. Bis die diesjährigen individuellen Geschmackstests starten können, dauert es etwa bis Ende März. Der Asia-Salat gehört zu den schnellen Kulturen.

### Die nächste Generation packt an

Während der Asia-Salat und die Kefen noch «in den Startlöchern» stecken, sind die Kartoffeln längst geerntet – und auch bereits abgepackt. Lukas Koloska hat sich dafür jetzt extra eine Maschine angeschafft. Lukas gehört zu denjenigen, die uns bereits in zweiter Generation beliefern – in Demeter-Qualität und mit rund 100 Jahren «Familienerfahrung» in der biologisch-dynamischen Landwirtschaft. Ist das nicht beeindruckend? Das vergangene Jahre war Lukas' erstes Anbaujahr, nachdem er den Betrieb von seinem Vater Heinz übernommen hatte.

### Kartoffelgenuss in vielen Varianten

Jetzt dürfen Sie Lukas' Ernte geniessen: Im Moment gibt es nicht nur Rüebli, Pastinaken, Pfälzer und Randen von ihm, sondern auch alle Kartoffelfans kommen voll auf ihre Kosten. Kartoffeln gibt es im Moment ungewaschen in der praktischen 3-Kilo-Tragetasche, mehlig-gewaschen (1 kg), festkochend-gewaschen (1 kg) oder die Babykartoffeln (0.5 kg). Wer die Wahl hat ... heisst es so schön. Es ist eine grosse Freude, so viele «Demeter-Genussmöglichkeiten» zu haben. Vielleicht gibt es einen Händöpfel-Salat? Oder Ofen-Kartoffeln mit Quark und Sprossen?

### Noch eine frohe Botschaft

Aus Zürich haben uns gute Nachrichten erreicht: «Wir haben es geschafft!», schrieb uns das Organisationskomitee der Lebensmittelschutz-Initiative. Über 133'000 Menschen haben sich mit ihrer Unterschrift stark gemacht für klare Regeln für die Gentechnik. Somit ist die Initiative zustande gekommen. Jetzt geht es bereits schon wieder weiter: Sollten Sie am 27. Februar in Bern sein, oder nach Bern fahren wollen, könnten Sie live dabei sein, wenn die Initiative eingereicht wird. Halten Sie nach einer überdimensionierten Tomate Ausschau, kündigte das OK an. Weitere Infos gibt es sicherlich im Web.

**Wir wünschen Ihnen eine genussreiche Woche und viel Freude an allem,  
was Sie aus Ihrer grünen Kiste auspacken!**

**Herzliche Grüsse, Gerhard Bühler und Ihr BioBouquet-Team**

**Frisch und fein – direkt aus Ihrem BioBouquet:**



## **Kartoffel-Krautstiel-Auflauf**

**Für 4 Personen**

### **Zutaten:**

300 g Krautstiel

500 g Kartoffeln

1 Zwiebel

200 g Schinkenwürfeli

Salz

Pfeffer

etwas Paprikapulver

2 dl Halbrahm

100 g geriebener Parmesan

### **So zubereitet:**

Die Kraustiele waschen und die Stiele in feine Scheiben schneiden. Die Blätter klein zupfen.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Zuerst die Kartoffeln ins siedende Salzwasser geben. Sobald sie etwas weicher sind, den Krautstiel dazugeben und beides solange kochen, bis es gar ist und noch Biss hat. Danach das Gemüse absieben und in eine Gratinform geben.

Die Zwiebel fein schneiden und mit den Schinkenwürfel ebenfalls in die Gratinform geben. Gut mischen und alles zusammen würzen.

Den Halbrahm und den Parmesan darüber geben und den Auflauf bei 220 Grad 30 Minuten lang backen.



## **Zucchini-Täschli mit Parmesan**

**Für ca. 3 Personen**

### **Zutaten:**

ca. 250 g Zucchini

4 Eier

40 g geriebener Parmesan

1 TL Thymian, fein gehackt

½ TL Salz

wenig Pfeffer

etwas Olivenöl

### **So zubereitet:**

Die Zucchini rüsten und fein raffeln.

Die Eier «verklöpfen» und mit dem Parmesan, dem Thymian, dem Salz und ein wenig Pfeffer in eine Schüssel geben und gut verrühren.

Dann die geriebenen Zucchini dazugeben und alles vorsichtig vermengen.

Das Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen.

Jeweils circa 2 Esslöffel Zucchettimasse für ein Täschli in die Pfanne geben und etwas zusammenschieben.

Die Täschli beidseitig ca. 2 Minuten braten und dann servieren.

### **Tipp:**

Zu den Zucchini-Täschli passt z. B. eine grosse Portion Salat. Und: Die Täschli lassen sich auch aus (oder kombiniert mit) Rüeblen machen.