

Morgens um sieben ging es los

Es war noch dunkel, als wir in der vorletzten Woche damit begannen, Hörner mit Demeter-Mist zu füllen, um diese dann in der Erde zu vergraben. Richtig, es war mal wieder Zeit, sich um Präparate-Nachschub zu kümmern ...

Mit Sorgfalt und Bedacht am Werk

Erst kürzlich haben wir gelesen, dass die biologische Landwirtschaft zwar «nur» 85% der Erträge der konventionellen Landwirtschaft erwirtschaftet, dafür aber auch nur 50% der Energie und nur 8% der Pflanzenschutzmittel benötigt. Ist das nicht ein beeindruckendes Zahlenwerk? Was abstrakt tönt, wird bei uns konkret – buchstäblich handfest, wie eben neulich morgens, als wir Hörner mit Demeter-Mist füllten und diese dann vergruben. So entsteht über die kommenden Monate das Horn-Mist-Präparat, welches dabei unterstützt, unsere Böden zu beleben. Maira und Sophie haben sich dieser Aufgabe angenommen und es blieb auch Zeit für Austausch und Fragen.

Mist aus Obersteckholz

Der Demeter-Mist, mit dem wir die Hörner gefüllt haben, stammt vom «Hof am Wald», welchen Peter und Ursina Suter bewirtschaften. Als wir den Mist bei ihnen abholten, war es einmal mehr eine kurze, aber schöne Begegnung. Wie war euer Jahr? Das ist die Frage, um sich das Gespräch drehte. Schnell ging es buchstäblich in die Tiefe: Auch Suters haben einen Boden, der das Wasser gut speichert. Aber ohne zu fest ins Fachsimpeln

zu kommen: Es ist schön, miteinander in Kontakt zu sein.

Netze schützen vor den Würmern

Und wie ging es mit den gefüllten Hörnern weiter? Wir haben auf unserem Land eine Grube ausgehoben und die Hörner hineingelegt. Zuerst haben wir die Hörner aber noch mit Netzen umwickelt. Diese verhindern, dass die Würmer den Mist abtransportieren. Jetzt ruhen die Hörner gut zugedeckt unter der Erde bis ins nächste Frühjahr hinein. Dann graben wir sie aus, und Franz, unser Präparate-Meister, hat wieder Nachschub. Schauen Sie gerne auf unserer Website vorbei, wir haben Ihnen ein paar Bilder hochgeladen.

Viele Schweizer Quitten im Sabbatical

Mit den Quitten ist es so eine Sache: Sie geben oft ein Jahr lang Gas und nehmen dann im Folgejahr deutlich Tempo heraus. Das heisst, sie alternieren stark. Auf ein gutes Erntejahr folgt oft eines, in dem die Ernte bescheiden ist. Gerade ist so ein bescheidenes Quittenjahr. Qualität und Verfügbarkeit der Schweizer Quitten sind gering. Um dieses «Sabbatical» zu überbrücken, bieten im Moment Quitten aus dem Ausland an.

**Frohes Blätter-Rascheln wünschen wir Ihnen und viele weitere schöne Herbstmomente!
Herzliche Grüsse von Gerhard Bühler und dem BioBouquet Team**

PS: Die oben genannten Zahlen stammen aus dem «DOK-Versuch» des FiBL, wo seit 45 Jahren systematisch das biologisch-dynamische (D), das biologisch-organische (O) und das konventionelle (K) Anbausystem verglichen werden.

Feine Herbstküche frisch aus Ihrem BioBouquet:



Grundrezept für Rotkabis Für 4 Portionen

Zutaten:

750 g Rotkabis	2 dl Wasser
2 EL Rapsöl	Salz
1 Zwiebel, gewürfelt	1 Lorbeerblatt
2 kleinere Äpfel, fein geschnitten	2 Nelken
1 gestrichener EL Zucker	2 gestrichene TL Mehl, zum Binden
1½ EL Essig	3 EL Rotwein

So zubereitet:

Rotkabis putzen, waschen, Kopf vierteln und den Strunk entfernen.

Dann den Rotkabis hobeln oder fein schneiden.

In heissem Öl die gewürfelte Zwiebel, den Zucker und die fein geschnittenen Äpfel andünsten, den Rotkabis zugeben und sofort Essig darüber giessen, damit es eine schöne Farbe erhält. 10 Minuten zugedeckt dünsten.

Dann 1 dl Wasser dazu giessen, Salz und Gewürze dazugeben.

Zugedeckt ca. 30-45 Minuten weich dünsten. Bei Bedarf heisses Wasser nachgiessen.

Nach Belieben mit angerührtem Mehl binden und mit Rotwein abschmecken.



Couscous mit Rüebl und Ei Für 4 Portionen

Zutaten:

1 Zwiebel	150 g Couscous
500 g Rüebl	1.5 l Wasser
1 EL Butter	1 dl Weissweinessig
1 dl Gemüsebouillon	4 frische Eier
2.5 dl Orangensaft	wenig Salz
0.75 TL Salz	wenig Pfeffer
wenig Pfeffer	50 g Rucola

So zubereitet:

Zwiebel schälen, fein hacken, Rüebl schälen, in Scheiben schneiden.

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Rüebl andämpfen. Bouillon dazu giessen, zugedeckt ca. 8 Min. knapp weich köcheln.

Orangensaft dazu giessen, aufkochen, würzen. Couscous begeben, Pfanne von der Platte nehmen, zugedeckt ca. 10 Min. quellen lassen, mit einer Gabel lockern.

Wasser und Essig in einer weiten Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren. Eier einzeln in eine Tasse aufschlagen, sorgfältig ins leicht siedende Wasser gleiten lassen, ca. 4 Min. ziehen lassen. Herausnehmen, abtropfen, auf dem Couscous anrichten, würzen, Rucola darüber geben und geniessen.