

Ein Experiment ist gut gestartet

Eigentlich hätten wir den Kürbis schon lange gesät und nach der Anzucht auch bereits aufs Feld gepflanzt. Eben, eigentlich ... Sie wissen sicher, wie das ist, wenn man einen Plan hat und dann das «eigentlich» aufkreuzt und sich ungefragt dazwischensetzt ...

Manchmal kommt es anders ...

Im Fall der Kürbisse hatte das «eigentlich» mit dem überdurchschnittlich regenreichen Frühlingswetter zu tun. Dieses hatte uns einen Strich durch die Rechnung gemacht. Denn wenn wir die Kürbisse zum gewohnten Zeitpunkt ausgesät hätten, wären die Pflanzen aufgrund des viel zu nassen Bodens (welcher nicht bearbeitet werden kann) nach der Anzucht auf den Kompost statt aufs Feld gewandert. Jetzt wagten wir Plan B.

Schön in Reih' und Glied

Wir haben nun ein Experiment gestartet und die Kürbisse direkt raus aufs Feld gesät, also ohne vorherige Anzucht. Wie sät man Kürbis? Erst wartet man auf eine Schönwetterperiode – diese ist jetzt da – dann ziehen wir mit dem Reihenzieher lange gerade Reihen auf dem vorbereiteten Feld. Alle 55 Zentimeter gibt es dann eine Markierung, damit wir wissen, wo gesät werden muss.

Tatkräftige Hände am Werk

Monika sowie Mevlude und Hyra Llallosi haben gemeinsam das Säen übernommen und pro Markierung jeweils zwei Samen in die Erde gegeben. Einer davon ist das «Risiko-sämchen», falls etwa ein hungriger Vogel vorbeikommt. Jedes Samenduo hat noch einen kurzen Stecken bekommen, so wissen wir

beim Giessen, wo die Samen liegen. Denn das Wässern machen wir nur punktuell – und nur jetzt am Anfang, damit die Samen mit dem Keimen keine weitere Zeit verlieren. Denn es ist ja bereits später im Jahr als sonst. Nun sind wir gespannt, wie das Experiment gelingt.

Hoppla, «Gewichtszunahme» bei den Kefen

Ja, das mit dem «kleinen Einmaleins» ... oder ist das schon das Grosse? So oder so: Uns ist beim letzten Mal ein kleiner Fehler unterlaufen. Eine Kefe wiegt nicht, wie wir geschrieben hatten, im Durchschnitt 30 Gramm, sondern 3 Gramm, dann geht auch die Rechnung auf. Danke für diesen Hinweis! Haben Sie eigentlich ein Lieblingskefenrezept?

Süss, süsser, Schenks Erdbeeren

In dieser Woche dürfen wir Ihnen von den heiss begehrten Demeter-Erdbeeren der Familie Schenk aus Madiswil einpacken. Schenks Sorte hat extra viel Süsse und wenig Säure – ein «Sommertraum am Gaumen»! Und gleichzeitig eine Herausforderung in Sachen Haltbarkeit. Denn es wäre gerade die Säure, welche fürs Konservieren der Erdbeeren zuständig ist. Bitte melden Sie es uns ungeniert, falls die feinen Demeter-Erdbeeren nicht in «Topform» bei Ihnen ankommen sollten. Wie immer gilt, dass wir Ihnen einen Ausfall einfach vergüten.

**Eine frisch-fröhliche Sommerwoche wünschen wir Ihnen und senden herzliche Grüsse,
Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team**

Feines frisch aus Ihrem BioBouquet:



Tomaten-Zucchini-Auflauf

Für 4 Portionen

Zutaten:

6 Tomaten	Salz
3 Zucchini (nach Gusto auch Peperoni)	weisser Pfeffer
100 g Emmentaler (wird gerieben)	1 EL Olivenöl
200 g Halbrahm	2 Zweige Thymian
4 Eier	

So zubereitet:

Die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen, die Tomaten in Scheiben schneiden.

Die Zucchini waschen, rüsten und ebenfalls in Scheiben schneiden.

Den Emmentaler reiben.

Den Halbrahm mit den Eiern und dem geriebenem Emmentaler mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Gratinform mit Öl einstreichen.

Die Tomaten und die Zucchini darin immer im Wechsel schichten (wie Dachziegel) und mit dem Eier-Rahm-Gemisch übergossen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180°C (Umluft 160 °C; Gas: Stufe 2-3) auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen.

Inzwischen den Thymian waschen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Über den Auflauf streuen und in weiteren 10 Minuten fertig backen.



Käse-Rüebli-Quiche

Für 3-4 Personen

Zutaten:

Für eine runde Form von 26-28 cm Durchmesser oder eine mittelgrosse rechteckige Form.	300 g Karotten
	3 Knoblauchzehen
	1 Prise Muskat, frisch gemahlen
	1 Prise Salz
350-400 g Kuchenteig	Pfeffer, frisch gemahlen
2 Eier	1 TL Koriander, gemahlen oder zerstoßen
1 Becher (200 g) Naturejoghurt	2 Prisen Thymianpulver
200 g Gruyère	

So zubereitet:

Den Kuchenteig ausrollen und in eine eingefettete Form legen.

Den Backofen auf 200° Grad vorheizen.

Den Gruyère auf der Röstiraffel raffeln, die Karotten schälen und ebenfalls raffeln. Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden.

Eier und Joghurt gut verquirlen, Gruyère, Karotten und Knoblauch untermischen, würzen und auf dem Teigboden verteilen.

Die Quiche auf der zweituntersten Schiene bei 200° Grad 30 Minuten backen.