

Ein ganzer Fenstersims voller Aufsteller und Ansporn

Kommt man in diesen Tagen in unser «Kaffeerümlı», fällt der Blick sofort in Richtung Fenster. Denn auf dem Sims strahlen bunte Farben, glitzern weihnachtliche Motive, leuchten schöne Worte ...

Wunderschöner Schmuck ...

Ob wir das Kaffeerümlı speziell dekoriert haben, fragen Sie sich? Ja, eigentlich waren es Sie! Denn auf dem Fenstersims stehen in drei langen Reihen all die Weihnachts-, Neujahrs- und Dankeskarten, die Sie uns in den letzten Wochen geschickt haben. Schön sieht es aus, wie sie dort so versammelt sind.

... und eine grosse Motivation

Ihre Wertschätzung berührt uns sehr. Jede Karte, jedes Mail, die Süssigkeiten ... all das trägt dazu bei, dass es uns Freude macht, das BioBouquet zu machen – und gibt Schwung und frohen Mut, Bewährtes zu erhalten und Neues zu versuchen. Deshalb erreicht Sie mit diesem Wochenblatt ein herzlicher Dank für Ihren Dank. Ob unter dem Jahr, oder zu den Festtagen: Es ist immer wieder schön, von Ihnen zu hören und zu lesen.

Vitamine von Familie Hünerfauth

Natürlich dreht sich beim BioBouquet auch im neuen Jahr alles rund um frisches Gemüse. In dieser Woche finden Sie knackige Demeter-Rüebli in Ihrer grünen Kiste. Diese stammen vom Grundhof in Meisterschwanden, wo sie die Familie Hünerfauth im letzten Jahr angebaut hat. Da die Ernte bei ihren Rüebli diesmal so reichhaltig war, hat Matthias Hünerfauth

angefragt, ob wir sie in unser Sortiment aufnehmen möchten. Aber sicher, denn der Demeter-Anbau liegt uns besonders am Herzen.

Ein Demeter-Betrieb der ersten Stunde

Matthias und seine Frau Denise führen den Grundhof bereits in der zweiten Generation. Schon vor mehr als 60 Jahren, im Jahr 1951, hatte Matthias' Vater den Betrieb auf Demeter umgestellt. Ein richtiger Pionier war er damals. Heute hält die Familie Ammen- und Mutterkühe und baut Getreide, Kartoffeln und Gemüse an. Für Ihr BioBouquet haben sie auch schon den Nüssler beigesteuert. Geniessen Sie die feinen Demeter-Rüebli vom Grundhof!

Burglinde und der Federkohl

Hat bei Ihnen in der letzten Woche auch der Sturm getobt? Burglinde hatte ja ziemlich Kraft und hat vielerorts richtig gewütet. Gärtner mögen Sturm oder Wind ganz allgemein weniger gerne. Denn Wind und Folie, das passt nicht gut zusammen. Aber Burglinde hat sich nur mit dem Federkohl angelegt und das Vlies zerrissen, das ihn schützt. Das ist ein wirklich kleiner Schaden. Die BioBouquet-Gewächshäuser haben dem Sturm zum Glück standgehalten und sind ganz geblieben. So sind wir parat und ...

... wir freuen uns auf ein neues, knackig-frisches BioBouquet-Jahr mit Ihnen. Herzlich,

für das BioBouquet-Team
Gerhard Bühler

Fürs BioBouquet von nächster Woche planen wir Rüebli, Schwarzwurzeln und Fenchel.

Leckere grün-weisse «Nester» frisch aus Ihrem BioBouquet:



Pastinaken-Lauch-Nester

Für 2 Personen

Zutaten:

200 g Pastinaken	1 TL Rosmarinnadeln, gehackt
200 g Lauch	½ TL Salz
2 Eier	2 Prisen Chilipulver
6 EL Weissmehl	Bratbutter

So zubereitet:

Die Pastinaken schälen und mit dem Sparschäler Streifen abziehen.

Die Hüllblätter vom Lauch entfernen, die Stängel längs halbieren und in Längsrichtung in feine Streifen schneiden.

Pastinaken- und Lauchstreifen knackig garen und abkühlen lassen.

Die Eier, das Mehl, den Rosmarin, Salz und Chili zu einem Teig rühren.

Ein wenig Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen. Dann mit einer Gabel etwas Gemüse aufrollen (wie beim Spaghetti essen) und das «Nest» im Teig wenden.

Alles Gemüse zu solchen Nestern aufrollen und diese ebenfalls im Teig wenden.

Alle Gemüsenester in der Bratbutter goldbraun backen.

Tipp: Dazu passen eine Tomatensauce und Reis.



Pastinaken-Rösti

Für 2 Personen

Zutaten

Bratbutter
250 g Pastinaken, geschält, an der Röstiraffel geraffelt
300 g Kartoffeln, geschält, an der Röstiraffel geraffelt
¼ TL Salz

So zubereitet:

Bratbutter in der Bratpfanne erhitzen. Pastinaken, Kartoffeln und Salz gemischt in die Bratpfanne geben. Ca. 15 Minuten braten und dabei mehrmals wenden.

Dann einen Kuchen formen, bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Kuchen wenden, zweite Seite goldbraun braten.

Im Ofen für 10 Minuten bei 220 °C fertig garen.