

## Auf die richtige Kombination kommt's an

Es ist so eine Sache mit dem «richtig» oder «falsch»: Was hier funktioniert, muss dort nicht zwingend das Passende sein. Umso schöner ist es dann, wenn einfach alles stimmt. So wie jetzt bei Urs Ledermanns Rosenkohl ...

### Zwischen Rosenkohl und Rindern

Urs ist Zimmermann und Landwirt. Gemeinsam mit seiner Familie (vier kleinere oder grössere Nachwuchsbäuerinnen und -bauern sind immer mit dabei) bewirtschaftet er einen Bio-Betrieb mit Land fast in unserer Nachbarschaft. Bei Ledermanns gedeihen etwa Randen, Tomaten, oder Sonnenblumen und noch vieles mehr. Zudem nimmt die Familie trüchtige Rinder auf. Die Kühe kommen, sobald sie nicht mehr gemolken werden, und verlassen den Betrieb dann wieder in Richtung Heimatstall, bevor sie abkalben. Heute geht's aber nicht um Kühe – sondern um den Rosenkohl!

### Der Mulch macht's aus

Urs ist ein richtiger Rosenkohl-Profi. Denn Rosenkohl-Anbau, das ist quasi eine Königsdisziplin im Gemüseanbau. Gerade in diesem Jahr hat sich wieder gezeigt, dass der Rosenkohl auf Ledermanns Land am besten in einer dicken Mulchschicht gedeiht. Ledermanns haben ihre Pflanzen gleich zu Beginn schön «eingepackt». Allerdings hat der Mulch nicht ganz gereicht – und somit ist ungeplanterweise eine Testfläche entstanden. Wie gedeiht der Rosenkohl hier ohne und da mit Mulch? Das ist schnell gesagt: Der ohne bleibt etwa 20 Zentimeter kleiner und kommt kümmerlich daher. Das ist spannend, denn bei

anderen Sorten, anderen Böden, anderen Pflanzen ... haben wir schon genau das Gegenteil erlebt. Es ist also einmal mehr die jeweilige Kombination, die schlussendlich zum Ziel führt.

### Kräftiges Grün trifft auf Süsse und Säure

Zum Glück gibt es viel richtig schönen Rosenkohl. Dieser lässt sich wiederum auch wunderbar kombinieren. Vielleicht geben Sie einmal etwas Säure und Süsse zum Kohl dazu? Einfach den Rosenkohl mit Zwiebeln in Butter andämpfen, mit Bouillon ablöschen, und einige Minuten vor Ende der Garzeit noch Apfelstückchen und Rosinen begeben und mitkochen. Dann etwas Rahm dazugeben ... abschmecken ... und geniessen!

### Jetzt ist die Lieblingszeit des Fenchels

Auch Gemüse hat eine «Lieblingsjahreszeit» und jetzt ist die Hoch-Zeit des Fenchels. Er liebt den Herbst, das Wetter ... fast so, als gefalle ihm die Ruhe, die in der Luft liegt. Er wächst jetzt still vor sich hin, wird nicht gehetzt – und steht wunderbar da. Gerne packen wir Ihnen heute vom schönen Herbst-Fenchel ein und freuen uns ebenfalls, Ihnen von Simon Schenks Lauch liefern zu dürfen. Ein richtiger grüner Herbst-Reigen! Geniessen Sie die knackig-frische Fülle ...

... und immer wieder die Lust am Neuen – neue Kombinationen, neue Rezeptideen (vielleicht auch ungeplant) und einfach viele Gaumenfreuden!

Liebe Grüsse,  
Gerhard Bühler und Ihr BioBouquet Team

## Frisch und fein – Fenchelvariationen direkt aus Ihrem BioBouquet:



### Fenchel-Salat Für 4 Portionen

#### Zutaten:

600 g Fenchel	6 EL Apfelessig
50 g Baumnüsse	9 EL Rapsöl
1 säuerlicher Apfel	Salz, Pfeffer

#### So zubereitet:

Die Baumnüsse grob hacken und in einer Bratpfanne leicht rösten (ohne Fett).  
Vom Fenchel das Grün wegschneiden und beiseitelegen.  
Den Fenchel in dünne Scheiben hobeln.  
Den Apfel in Schnitze schneiden und diese zum Fenchel hobeln.  
Dann Essig und Öl begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
Den Salat mit Fenchelgrün und Baumnüssen als Beilage servieren.



### Rüebli-Fenchel-Suppe Für 4 Personen

#### Zutaten:

400 g Rüebli	1 l Bouillon
1 Zwiebel	wenig Pfeffer
300 g Fenchel	200 g saurer Halbrahm
1 EL Olivenöl	

#### So zubereitet:

Die Rüebli und die Zwiebel schälen und in Stücke schneiden.  
Den Fenchel rüsten und  $\frac{1}{4}$  des Fenchels fein hobeln, beiseitestellen.  
Den Rest in Stücke schneiden.  
Das Öl in einer Pfanne warm werden lassen.  
Rüebli, Zwiebel und Fenchelstücke ca. 5 Min. andämpfen.  
Die Bouillon dazugießen, aufkochen, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. weichkochen.  
Die Suppe pürieren, würzen, anrichten.  
Den sauren Halbrahm und gehobelten Fenchel auf der Suppe verteilen.