

## Am gleichen Strick – und in die gleiche Richtung

In der letzten Woche stand eine grössere Pflanzaktion auf unserem Programm: Der Rosenkohl und die Rondini waren an der Reihe und «zügelten» ins Freiland. Neben Ausdauer und Geschick war auch eine gute «Portion» Teamgeist gefragt ...

### Ein lieber Dank an Euch

Es ist so eine Sache mit den «Stricken»: Zieht man am gleichen Strick, ist das schon einmal gut – man ist zumindest am gleichen Vorhaben dran. Doch was, wenn man nicht in die gleiche Richtung zieht? Hm, ... da entstehen sofort Bilder im Kopf, gell. Mit Freude haben wir bei unserer Pflanzaktion in der letzten Woche einmal mehr erlebt, was ein gutes Team leisten kann. Darum gleich zu Beginn dieses Wochenblatts ein grosses Dankeschön an Sämi, Sabrina, Beatrice und Mevlude und Hyra Llaloshi. Ihr macht das wunderbar!

### Auf dass Rosenkohl und Rondini gedeihen

Jetzt stehen lange Reihen Rosenkohl und Rondini auf unserem Land und wir hoffen auf gutes Wetter. Nach Möglichkeit keinen Hagel, bitte, und dann schauen wir einmal, wie sich die Kulturen in dieser Saison entwickeln werden. Beide brauchen ihre Zeit: Die Rondini dürfen wir, wenn alles rundläuft, im August ernten. Der Rosenkohl hat noch länger, er ist ein richtiger Langstreckenläufer und wäre «planmässig» ab November für die Ernte bereit. Zwischen den Rondini und dem Rosenkohl haben wir übrigens noch etwas Platz gelassen, da gesellen sich etwas später noch die Ökoblumen hinzu.

### Neu auf Instagram: «biobouquet.ch»

Sind Sie auch auf Instagram? Seit kurzem sind wir dort dabei und Sabrina teilt mit Neugier und viel Lust an diesem für uns neuen «Kanal» immer wieder ein paar Eindrücke aus unserem Gärtnerinnen- und Gärtner-Alltag. Folgen Sie uns gerne, wenn Sie zwischendurch einen Blick zu uns nach Thunstetten werfen möchten. Auch auf unserer Website schalten wir immer wieder ein paar Bilder auf – zum Beispiel von unserer grossen Pflanzaktion. Sie finden diese Fotos zusammen mit den Wochenblättern unter «Aktuell». Schön, dass Sie gemeinsam mit uns «unterwegs» sind!

### Im E-Shop gibt's Kefen im Abverkauf

Knackig-frisch und kräftig-grün: Die Kefen sind da! Sie sind eine richtige «Frühlingskultur» und haben es gerne, wenn der Sommer noch etwas auf sich warten lässt. Sonst marschieren die Pflanzen zu schnell durch. Jetzt ist ein guter Zeitpunkt, um Kefen zu bestellen. Nutzen Sie die Möglichkeit, welche Ihnen der E-Shop mit dem Abverkauf bietet. Die Kefen haben einen Bauch und einen Rücken. Diese werden wichtig, wenn es in die Küche geht. Mehr dazu erfahren Sie in unserem Tipp, ganz unten unter dem Rezept. Wir wünschen Ihnen fröhliches Kochen und en Guete!

**Eine gute Woche und immer wieder viel gutes Gelingen wünschen wir Ihnen!**

**Herzliche Grüsse,**

**Gerhard Bühler und das BioBouquet Team**

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



### **Schnelle Zucchini-Pfanne**

**Für 2 Personen**

#### **Zutaten:**

2 Zucchini, in dünne Scheiben  
geschnitten  
1 EL Olivenöl  
30 g Pinienkerne

Salz, Pfeffer  
Basilikum, grob geschnitten  
Pfefferminze, grob geschnitten

#### **So zubereitet:**

Das Öl in einer Bratpfanne erhitzen und die Zucchini unter gelegentlichem Wenden ca. 10 Min. anbraten.

Die restlichen Zutaten begeben und ca. 5 Min. fertig braten.

Die Zucchini-Pfanne mit einem Stück Bio-Fleisch oder Grilladen geniessen.



### **Zu den Kefen – einmal abfädeln, bitte:**

Bevor die Kefen in Ihrer Pfanne landen, müssen sie gerüstet werden. Schauen Sie sich die Kefe einen Moment lang an: Ist nicht die eine Seite wölbend und die andere leicht höhlend? Hat sie nicht einen Bauch und einen Rücken? Fast so sieht es aus. Oben findet man dazu den Stiel und die Kelchblättli, unten sieht man manchmal noch die Blüte.

#### **Vielleicht gibt es auch noch zwei versteckte Fäden ...**

Beim Rüstern kommen Sie mit dem Messer dort überall einmal vorbei: Schneiden Sie zuerst den Spitz mit den Kelchblättli ab. Bleiben Sie dabei an einem kleinen Faden hängen? Dann fädeln Sie ihn über den Bauch bzw. den Rücken der Kefe ab. Jetzt kommt die zweite Seite dran: Schneiden Sie auch unten ab und ziehen Sie den Faden auf der anderen Seite ab. Sie sind beim Spitz-Abschneiden an keinem Faden hängengeblieben? Dann gibt es keinen, auch das kommt immer wieder vor.

So gerüstet sind die Kefen schon nach **fünf bis acht Minuten Garzeit** bereit für den Genuss.