

Wo vorher Getreide und Klee standen

Aktuell geniessen Sie feine Demeter-Rüebli von Heinz Koloska aus Nennigkofen. Seine Familie blickt auf eine bald 100-jährige Demeter-Geschichte zurück. Und seit diesem Januar gibt es nun sogar eine Rüebli-Waschmaschine auf dem Hof ...

Demeter-Gemüse vom Feinsten

Es waren Heinz Koloskas Grosseltern, die im Jahr 1930 in der Ostschweiz mit der Demeter-Landschaft begannen und bis heute zieht sich diese bemerkenswerte Tradition fort. Immer wieder beliefert uns Heinz mit feinen Pastinaken oder knackigen Rüebli, welcher er auf seinem Betrieb im Solothurnischen anbaut. Es sind in diesem Jahr übrigens ziemlich viele Rüebli – einen ganzen Hektar Land hat Heinz heuer für sie reserviert. Im Juni des letzten Jahres wurden die Rüebli ausgesät ...

Eine besondere Fruchtfolge ...

... und was stand vorher auf dem Land? Heinz erzählte uns beim Rüebli-Liefern, dass er auf eine besondere Fruchtfolge setzt. Schauen wir doch mal ins Jahr 2017 zurück: Damals hatte Heinz im Herbst Wintergetreide gesät und dieses dann im darauffolgenden Sommer (2018) geerntet. Im Anschluss wurde dann Klee gras gesät. Bereits im Herbst gab es den ersten Schnitt – und das ganze nächste Jahr (2019) wurde vom Klee gras geerntet. Die «Klee gras-Dernière» gab es im Frühling 2020, dann hat Heinz das Land umgebrochen, wodurch wieder ein Acker entstand.

... bereitet den Boden für die Rüebli

Auf diesem Acker hat Heinz im Juni (2020) Rüebli gesät – das sind jene Rüebli, die Sie nun geniessen dürfen! Diese Fruchtfolge soll helfen, die Population der Drahtwürmchen, welche wirklich gerne an den Rüebli knabbern, im Rahmen zu halten und sie ist gleichzeitig eine Erholungskur für den Boden. Ah, und wie war das nun mit der Waschmaschine, die wir eingangs erwähnten? Seit diesem Jahr wäscht Heinz die Rüebli direkt auf seinem Hof und braucht sie dafür nirgends mehr hinzufahren. Geniessen Sie die knackige Demeter-Frische!

Das Wochenblatt in Ihrem E-Mail-Postfach

Immer wieder erreichen uns lobende Worte für unser Wochenblatt. Wir danken Ihnen dafür herzlich und es freut uns, dass Sie interessiert daran sind, was das BioBouquet beschäftigt und bewegt! Gerne informieren wir darüber, dass es das Wochenblatt auch als PDF gibt. Wenn Sie aufs Digitale setzen, senden wir Ihnen das Wochenblatt gerne per Mail zu, statt es Ihnen in Papierform beizulegen. Wenn das etwas für Sie wäre, schreiben Sie einfach an info@biobouquet.ch und wir stellen die Zustellungsweise für Sie auf «digital» um.

**Eine genussreiche Woche wünschen wir Ihnen und sende herzliche Grüsse aus Thunstetten,
Gerhard Bühler und das
BioBouquet-Team**

Fürs nächste BioBouquet planen wir voraussichtlich Karotten, Tomaten und Zucchetti.

Inspiration für die Küche frisch aus Ihrem BioBouquet:



Glasierte Rüebli
Für 4 Personen

Zutaten:

800 g Rüebli
20 g Butter
1 EL Zucker
2 dl Gemüsebouillon

So zubereitet:

Rüebli waschen und rüsten. Dann der Länge nach vierteln und in ca. 3 cm lange Stäbchen schneiden.

Rüebli mit dem Zucker bei mittlerer Hitze in Butter dünsten.

Mit Bouillon ablöschen und so viel Flüssigkeit dazugeben, dass das Gemüse knapp bedeckt ist.

Zugedeckt ca. 7 Minuten knapp weich dünsten.

Deckel wegnehmen und die Flüssigkeit sirupartig einköcheln lassen. Dabei immer wieder schwenken, damit ein schöner Glanz entsteht.

Glasierte Rüebli anrichten.

Tipp:

Servieren Sie gemeinsam mit diesen feinen Rüebli zum Beispiel ein Stück Bio-Fleisch nach Ihrem Geschmack und etwas Kartoffelstock. En Guete!