

## Ein Fenstersims voller Freude und Dankbarkeit

So viele schöne Karten mit lieben Grüßen und guten Wünschen, so viel Süßes, so viel Gebackenes und Gebasteltes: In der Vorweihnachtszeit hat sich der lange Fenstersims in unserem Kaffeeraum Tag für Tag mehr gefüllt und ist zu einem richtigen «Hingucker» geworden ...

### Es funkelt, glitzert und leuchtet

Jedes Mal, wenn man in den Kaffeeraum kommt, bleibt der Blick am Fenstersims mit all seinen «Schätzen» hängen – und jedes Mal ist dieser Anblick mit einem warmen Gefühl der Dankbarkeit und Freude verbunden. Es ist keinesfalls selbstverständlich, dass wir so viel Post von Ihnen erhalten und dass unsere Fahrer in der Adventszeit immer wieder Grüsse, einen «Zustupf» für die Kaffeekasse, selbst Gebasteltes und Gebäck mit zurück nach Thunstetten bringen dürfen.

### Unser Dank gilt Ihnen

Es ist etwas ganz Besonderes, so viel Dank und Wertschätzung zu erfahren und zu spüren, dass wir von einem Kundenkreis umgeben sind, der uns Jahr um Jahr trägt. Sie ermöglichen uns, das zu tun, was wir gerne tun. Dafür danken wir Ihnen von Herzen! Noch lange werden wir davon zehren – gedanklich und auch in unseren «gesplitteten» Kaffeepausen, in denen wir uns durch die süßen Grüsse probieren dürfen.

### Vorfreude aufs neue Gärtnerjahr

Auf diese Weise gut gestärkt sind wir ins neue Gärtnerjahr gestartet. Das Saatgut, welches

wird dafür brauchen, haben wir bereits bestellt. Mit dieser Bestellung ist immer viel Hoffnung verbunden – wie wird es kommen, wie wird es gehen? Das Neue lockt und ...

### Wintergemüse aus Asterix' Zeiten

... bis es draussen wieder losgeht, freuen wir uns über das, was bereits ist: Es gibt wieder feine Pastinaken! Übrigens, schon die Römer (und damit wohl auch Asterix und Obelix) sollen sie gekannt haben, so lange gibt es das Gemüse schon. Und kalte Tage passen nun richtig gut, denn durch die Kälte wandelt sich die Stärke in Zucker um und die Pastinaken werden sogar noch ein bisschen süsser.

### Wie wäre es heute mit Pastinaken-Frites?

Jetzt kann gleich gekocht und genossen werden: Pastinaken machen sich prima als Suppe, als Püree oder im gemischten Winter-Ofengemüse. Besonders bei jüngeren Esserinnen und Essern sind die Ofen-Frites beliebt. Nach Herzenslust kann man diese in Ketchup oder eine selbstgemachte Sauce dippen. Darum haben wir Ihnen das Rezept gleich mitgesendet und wünschen allen kleinen (und grossen) Frites-LiebhaberInnen en Guete!

**Ein gesundes 2021 voller Zuversicht, Gelassenheit und Genuss wünschen wir Ihnen!**

**Herzliche Grüsse aus Thunstetten  
Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team**

Fürs nächste BioBouquet planen wir voraussichtlich Karotten, Lauch und Fenchel.

## Herzhafte Winterküche frisch aus Ihrem BioBouquet:



### Ofen-Frites Für 4 Portionen

Einfach die Pastinaken (ca. 5 Stück) schälen, in Stängeli schneiden und in einer Schüssel mit wenig Olivenöl, (Kräuter)Salz und Pfeffer mischen.  
Dann auf ein Blech mit Backpapier geben und im Ofen bei 180-200° Grad für 15-30 Minuten gar und knusprig backen.

Für einen **selbstgemachten Kräuter-Dip** folgende Zutaten vermengen und würzen:

80 g Doppelrahmfrischkäse	¼ TL Salz
100 g Magerquark	1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und ½ EL Saft	



### 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.