

Für knackige Vielfalt auf Ihren Tischen

Gurke, Dill, Zucchini, Tomaten, Rübli und Salat – auch diese Woche haben wir sorgfältig geplant, was wir in Ihr BioBouquet packen. Dabei legen wir jeweils Wert auf Frische, sehr gute Bio-Qualität und genauso auch auf Abwechslung. Damit das auch in Zukunft so bleibt, haben wir eine Entscheidung getroffen ...

Was packen wir in Ihre Kiste?

Egal ob, kleines, mittleres oder grosses Abo: Bevor wir Ihnen Ihre Kiste liefern, haben wir genau überlegt, was wir für Sie zusammenstellen. Wir achten auf Frische, sehr gute Qualität und entscheiden uns, wo immer es geht, für Gemüse, Salate und Früchte aus der Schweiz. Genauso wichtig ist es uns, dass Sie ein abwechslungsreiches Sortiment in Ihrer Kiste finden und Sie sich immer über eine bunte «Gemüse-Woche» freuen dürfen.

Erste Preisanpassung nach vielen Jahren

Genau das ist in den letzten Jahren immer schwieriger geworden. Deshalb erhöhen wir unsere Standard-Richtpreise um einen bzw. zwei Franken: Für das kleine Abo beträgt er neu 25 CHF, für das mittlere Abo 30 CHF und für das grosse Abo 35 CHF. Wie gewohnt kann der tatsächliche Preis um plus/minus 20% abweichen. Die Liefergebühr beträgt neu 3.50 CHF. Diese Anpassungen gelten ab August. Wir danken Ihnen für das treue Mittragen und hoffen auf Ihr Verständnis für diese Anpassungen.

Bequem einkaufen im E-Shop

Sie wollen sich nicht auf ein Abo festlegen und entscheiden lieber jede Woche neu, ob Sie ein BioBouquet möchten und was in Ihrer Kiste

sein soll? In unserem E-Shop können Sie nach Herzenslust und ganz ohne Abo einkaufen. Geben Sie hier, wann immer Sie möchten, Ihre ganz individuelle Bestellung auf und wir liefern Ihnen Ihre Kiste in der Folgeweche gewohnt zuverlässig bis an Ihre Haustüre. Der Mindestbestellwert beträgt 25 CHF.

Neue feine Frische

Freuen Sie sich in dieser Woche über feine Frische aus neuer Ernte: Ihre Rübli, Kartoffeln und der Knoblauch kommen nicht mehr aus dem Lager, sondern sind «Jahrgang 2017». Dazu stammen sie aus Schweizer Anbau. Lassen Sie es sich schmecken!

Sommerzeit ist Ferienzeit

Vielleicht sind Sie schon voller Vorfreude, weil Sie bald Ihre Koffer packen und in die Ferien fahren? Wir haben eine Bitte: Lassen Sie es uns jeweils bis Sonntagabend wissen, wenn Sie in der nächsten Woche nicht zu Hause sind und eine Lieferpause wünschen. So können wir Ihre Bestellung rechtzeitig aussetzen.

Auch das BioBouquet macht zwei Wochen Betriebsferien, um danach wieder mit neuer Energie an die Arbeit zu gehen. Bitte beachten Sie die Lieferpause vom 24. Juli bis zum 4. August. Ab der Kalenderwoche 32 werden wir Sie gerne wieder beliefern.

Ob in den Ferien oder zu Hause – wir wünschen Ihnen schöne Sommertage. Herzlich,

**für das BioBouquet-Team
Gerhard Bühler**

Fürs BioBouquet von nächster Woche planen wir voraussichtlich Karotten, Tomaten und Fenchel.

Sommerliche Vorspeise aus Ihrem BioBouquet:



Zucchini-Mozzarella Spiessli

Für 2 Portionen

Zutaten:

1-1.5 Zucchini, längs in ca. 3 mm dicke
Streifen geschnitten
Bratbutter oder Bratcrème
1 Beutel Mozzarelline (kleine Mozzarella-
Kugeln), abgetropft

25 g Bündnerfleisch, in feine Tranchen
geschnitten, längs gefaltet
1/2 EL Basilikum, gehackt
Salz, Pfeffer
ca. 6 Holzspiesse von je ca. 15 cm Länge

So zubereitet:

Zucchini waschen, die Enden abschneiden und in sehr feine Streifen schneiden – das geht auch mit dem Sparschäler.

Zucchini portionenweise in Bratbutter oder Bratcrème beidseitig braten, herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.

Die Hälfte der Mozzarelline mit dem Basilikum mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit je einem Bündnerfleischstreifen umwickeln.

Zucchini um die restlichen Mozzarelline wickeln.

Mozzarelline auf Spiesse stecken und kalt oder lauwarm servieren.

Tipp:

Zucchini sind reich an Vitaminen, enthalten viel Wasser und wenig Kalorien. Im Kühlschrank sind sie lange haltbar. Achten Sie darauf, dass Sie sie *nicht* gemeinsam mit Tomaten aufbewahren, denn diese geben beim Reifen ein Gas ab unter welchem die Haltbarkeit der Zucchini leidet.