

Freude an unseren vielen «Gästen»

Eigentlich ist es bei uns ein klein wenig wie in einer Pension: Auch unsere «Gäste» kommen und gehen – im Gewächshaus statt im Gästehaus natürlich. Gerade haben wir die Winterkresse verabschiedet und den Rucola begrüsst ...

So schön, der erste eigene Rucola

Knapp zwei Monate ist es her, dass wir den Rucola ausgesät haben. Erstmal in mit Erde gefüllte Platten, später ging es für den Rucola dann ins Gewächshaus, wo wir ihn gepflanzt, gehegt und gepflegt haben. Jetzt ist es soweit: Wir sind mit der Ernte beschäftigt und freuen uns, Ihnen in dieser Woche kräftig-frischen Rucola einzupacken. Vielleicht mischen Sie ihn in den Salat? Legen ihn auf eine selbst-gemachte Pizza? Geniessen ihn mit Tomate-Mozzarella? Oder machen ein Pesto? Der Rucola ist richtig vielseitig und bringt einen schön kräftigen Geschmack mit. Wenn Sie in den nächsten Tagen einmal auf unserer Webseite vorbeikommen, dann werfen Sie gerne einen Blick ins «Aktuell». Dort finden Sie ein paar Bilder von der Ernte.

Gelb, gelber, Winterkresse

Ganz eindeutig spürt auch die Winterkresse den Frühling: Vor ein paar Tagen hat sie zu blühen begonnen und nun steht im Gewächshaus ein wunderbar gelbes Blütenmeer. Mit der Blüte ist die Ernte definitiv zu Ende und die Winterkressesaison abgeschlossen. Bald werden wir die Winterkresse aus dem Gewächshaus räumen. Während der Gaumen die Winterkresse sicherlich vermissen wird, kann es fürs Auge eigentlich kein schöneres Saisonende geben.

Heinz Koloska war da

Ebenfalls zu Ende gegangen sind die Lieferungen von Heinz Koloska: Sein Lager mit Rüeblü, Pastinaken, Peterliwurzeln und Pfälzer-rüeblü ist leer. Natürlich ist das kein definitives Ende – nur bis zur nächsten Saison sehen wir uns jetzt nicht mehr. Heinz beliefert uns schon viele Jahre mit wunderbarem Demeter-Gemüse von seinem Familienbetrieb im Kanton Solothurn. Meist kommt er relativ spät am Abend zu uns. Umso schöner, dass er diesmal noch rasch an der Türe geläutet hat.

Auf eine niederschlagsärmere Periode

Schnell sind wir ins Gespräch gekommen: Wie läuft es im Moment? Wie war deine letzte Saison? Das letzte Jahr war gut, erzählte Heinz, doch Mitte Oktober, gerade als die Rüeblü geerntet werden sollten, fing diese intensive Regenperiode an. Trotz aller Anstrengungen im November/Dezember musste etwa ein Viertel der Rüeblü im Boden bleiben. Ihr Kraut war schon so brüchig, dass sie nicht mehr geerntet werden konnten. Überhaupt, so fanden wir beide, hat es in den letzten Monaten viel geregnet. Für Wälder, Sträucher und Wiesen ist das ideal, aber nicht für die anstehende Bodenbearbeitung. So haben wir uns nicht nur eine gute Nacht, sondern gegenseitig auch eine regenärmere Zeit gewünscht, bevor Heinz dann nach Hause fuhr.

**Eine genussvolle Frühlingswoche wünschen wir Ihnen und senden herzliche Grüsse,
Gerhard Bühler und das BioBouquet Team**

Frisch und fein gekocht – direkt aus Ihrem BioBouquet:



Gebratene Krautstiele

Für 4 Portionen

Zutaten:

600 g Krautstiele

4 Knoblauchzehen

1 Peperoncino

0.5 dl Olivenöl

4 Esslöffel Pinienkerne

Salz, Pfeffer aus der Mühle

So zubereitet:

Die Krautstiele rüsten, die Stiele in gut 1 cm breite Streifen schneiden, die Blätter sehr grob hacken. Beides voneinander getrennt halten.

Die Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Den Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen und in feinste Streifen schneiden.

In einem Wok oder in einer weiten Bratpfanne einen Esslöffel Olivenöl erhitzen. Die Pinienkerne darin golden rösten. Herausnehmen und beiseitestellen.

Einen weiteren Esslöffel Öl beifügen und die Knoblauchscheiben darin goldgelb und knusprig braten. Herausheben und zu den Pinienkernen geben.

Das restliche Olivenöl in die Pfanne geben. Den Peperoncino darin kurz andünsten. Die Krautstielstreifen beifügen und unter Wenden 3–4 Minuten braten.

Dann die Blätter beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles weitere 2 Minuten braten.

Auf einer vorgewärmten Platte anrichten und Knoblauch sowie Pinienkerne darüber verteilen.

Tipp:

Das Gemüse ist eine feine Beilage zu vielen Fleischgerichten. Wird es als eigenständige fleischlose Mahlzeit serviert, rechnet man 1 kg Krautstiele für 4 Personen; in diesem Fall natürlich auch die restlichen Zutaten im Rezept ungefähr verdoppeln. Als Beilage passen Salzkartoffeln.