

Eine wunderbare Zusammenarbeit

Es hat wieder einmal ein Telefon gegeben: Stephan Renggli rief uns an. Es ist Zeit für den Moscht, sagte er, und schon durchs Telefon hat man die Qualität des neuen Jahrgangs gespürt. Der Moscht entstand dank guter Nachbarschaft ...

Pressen, organisieren, telefonieren

Stephan Renggli führt gemeinsam mit seiner Frau Nadja einen Bio-Betrieb in Werthenstein. Die beiden wirtschaften dort in zweiter Generation – bereits Stephans Eltern hatten uns mit feinen Bio-Erzeugnissen beliefert. Als Stephan jetzt anrief, erzählte er, dass seine Mutter an der Presse steht, während er mit uns telefoniert und uns die frohe Botschaft überbringt: Der Moscht sei in diesem Jahr besonders gut – und das, obwohl der Hagel Rengglis Äpfel, welche für den Moscht vorgesehen waren, auf dem Gewissen hat.

Ein gutes Tauschgeschäft

Ein Hagelzug hat die Äpfel an Rengglis Hochstamm-Bäumen «vertätscht», erzählte Stephan. Für die Moscht-Presse waren sie nichts mehr. Zum Glück pflegen Rengglis gute Beziehungen zur Nachbarschaft und beheimaten immer wieder tragende Kühe anderer Bio-Landwirte in ihrem am Tierwohl ausgerichteten Stall. Kurzerhand entstand ein Tauschgeschäft: Rengglis verhagelte Äpfel gingen zu einem ihrer Knospe-Nachbarn – ab ins Fass! – und dafür bekamen sie von seiner Ernte, welche vom Hagel verschont geblieben war. Ganze 200 Hochstamm-Bäume besitzt Rengglis Knospe-Nachbar. Das ist so eine Landschaft, bei der man beim Wandern denkt: «Wow, ist das schön hier!» und diese Landschaft können Sie jetzt auch noch trinken.

Wenn die Buben schlafen

Rengglis sind optimistisch, dass sie im Herbst doch noch eigene Äpfel pressen können, denn sie haben auch spätere Sorten, welche der Hagel zum Glück nicht erwischt hat. Am Telefon mit Stephan blieb dann noch die Frage, wann er uns den Moscht liefern wird. Seine Antwort: «Am Mittwoch, wenn die Buben im Bett sind, fahre ich los.» Schwingen da nicht Gutenacht-Geschichten und Legosteine mit? Wir mussten schmunzeln und irgendwann am späten Abend (wir wissen nicht, wie spät es wurde) stellte Stephan den Moscht bei uns in den Frigo. Gerne packen wir Ihnen eine (oder mehrere) von den praktischen 3-Liter-Boxen zum «Abzapfen» ein. Mit eins, zwei Klicks in unserem Shop ist der feine Bio-Moscht bestellt.

Lieblingsgemüse in Hülle und Fülle

Nicht nur der Moscht, auch viele Gemüse und Salate erfreuen uns im Moment. Der Herbst bringt eine solche Fülle mit sich! Gerade sind wir so intensiv mit dem Ernten beschäftigt wie im Frühjahr mit dem Säen. Peterli, Krautstiele, Stangenbohnen, Rettiche, Rucola, Salanova-Salat, Schnittlauch, Schnittmangold ... wie schön, dass wir Ihnen all das und noch viel mehr nach Hause liefern dürfen. Auch für die nächsten Monate ist bereits gesorgt: Gerade haben wir zum Beispiel den Federkohl gepflanzt.

Eine Woche voller kleiner Genussmomente wünschen wir Ihnen!

**Herzliche Grüsse von
Gerhard Bühler und Ihrem BioBouquet Team**

Inspiration für diese Woche – frisch aus Ihrem BioBouquet:



Buschbohnen-Penne
für 4 Personen

Zutaten:

500 g Buschbohnen	1 Knoblauchzehe
250 g Tomaten	1 grüner Peperoncino
250 g Penne (oder Ihre Lieblings- Teigwaren)	2 EL Olivenöl
20 g Mandelblättchen	200 g Ricotta
1 Zwiebel	Salz, Pfeffer

So zubereitet:

Die Buschbohnen rüsten und in Stücke schneiden.
Die Buschbohnen mit den Teigwaren im Salzwasser ca. 12 Min. al dente kochen.
Ca. 2 dl Kochwasser beiseitestellen, dann Bohnen und Pasta abtropfen.
Die Mandelblättchen ohne Fett hellbraun rösten, herausnehmen und beiseitestellen.
Die Zwiebel schälen und fein schneiden, den Knoblauch schälen und pressen, den Peperoncino entkernen, fein hacken und alles im warmen Öl andämpfen.
Das Kochwasser und den Ricotta beigeben, aufkochen. Penne und Bohnen wieder beigeben, heiss werden lassen und würzen.
Die Tomaten vierteln und mit den Mandeln darauf verteilen – und geniessen!



Gurken-Schiffchen
für Junge und im-Herzen-Junge
Zum Apéro oder statt einem Beilagensalat

So zubereitet:

Gerade bei den kleineren Esserinnen und Essern ist dieser Snack oft sehr beliebt: Waschen Sie eine Gurke und schneiden Sie diese in etwa fünf Zentimeter lange Stücke. Dann vierteln Sie diese der Länge nach.

Jetzt haben Sie «Gurken-Schiffchen» vor sich liegen. Diese einfach mit einem Löffel etwas aushöhlen (das Innere der Gurke herauschaben und in einen Salat geben) und die Gurken-Schiffchen mit Hütten- oder Frischkäse befüllen (oder beladen?).

Ebenfalls gut machen sich zum Beispiel Tomatenstückchen (getrocknet oder frisch), Sonnenblumenkerne und frische Kräuter in der Füllung. Einfach so, wie es den Kleinen und Grossen beliebt.

Wir wünschen viel Freude beim Ausprobieren und Geniessen. Vielleicht verraten Sie uns ja sogar Ihre persönliche Lieblingsfüllung?