

## Wer wirkt und wirbelt auf den Feldern?

Aussäen, wässern, Unkraut jäten, das Dach vom Gewächshaus neu mit Folie überziehen oder einmal ein Gestell zusammenbauen – durchs Gartenjahr hindurch gibt es beim BioBouquet einiges zu tun. Wie wertvoll, wenn da ein Team mit Hand und Herz am Werk ist ...

### Wenn es an der Zeit ist

Genau so ein Team waren Lukasz und Pschemek, die beide aus Polen stammen. Etliche Jahre waren sie die «Macher» rund um Gemüse und Salate und haben mit viel Power und Umsicht zum Hof und den Feldern geschaut. Jetzt war es für die beiden jedoch an der Zeit, weiterzuziehen, um sich andernorts um neue Aufgaben zu kümmern.

### Danke, Lukasz und Pschemek!

Einiges auf dem Hof erinnert wohl noch lange an die beiden und ganz besonders an Lukasz' bemerkenswertes handwerkliches Geschick. Von Herzen danken wir Lukasz und Pschemek für ihren grossen Einsatz fürs BioBouquet und wünschen ihnen alles Gute für die nächsten Stationen auf ihrem jeweiligen Weg!

### Schön, seid ihr da, Ebdalle und Mohamed

Natürlich werden Gemüse und Salate jetzt nicht «alleingelassen» - ganz im Gegenteil! Vier fleissige Hände sind bereits seit dem Sommer um sie besorgt: Ganz herzlich begrüssen wir hier nun Ebdalle und Mohamed im BioBouquet-Team. Die beiden haben sich bereits gut eingearbeitet und sind in dieser Woche mit der ersten Aussaat des Jahres

beschäftigt. Ebdalle, den wir Abdulla rufen, kommt aus Syrien und ist seit drei Jahren in der Schweiz zuhause. Gemeinsam mit seiner Frau und den beiden kleinen Töchtern lebt er in unserer Nachbargemeinde. Ob die beiden Mädchen seine grosse Leidenschaft für Schoggi teilen? Mohamed hingegen kann man eher mit Blumenkohl mit Ei «ködern». Wie aus der Pistole geschossen hat er uns dieses Lieblingsessen verraten. Er stammt ursprünglich aus dem Südsudan, ist auch seit drei Jahren in der Schweiz und wohnt jetzt hier auf dem Betrieb. Ein extra kurzer Arbeitsweg!

### Jedes Mal ein kleines Wunder

Ah, und was säen Ebdalle und Mohamed jetzt eigentlich aus? Es sind die Kefen, die jeweils den Anfang machen. Sie werden in kleine Töpfe gesät und verbringen die erste Zeit gut geschützt im Gewächshaus. Dort machen sie erst kleine Wurzeln, danach kommen dann die Keimblättchen. Jedes Jahr ist das so – und jedes Jahr ist das Keimen, dieses wundersame Entstehen von Neuem, ein Anlass zur Freude. Auch Sie dürfen sich übrigens bereits ein wenig «vorfreuen»: Am 22. Mai gab es im letzten Jahr die ersten Kefen in den grünen Kisten. Sooo lange ist das gar nicht mehr!

**Ihnen wünschen wir eine rundum gute Woche und grüssen Sie herzlich aus Thunstetten,  
für das BioBouquet-Team  
Gerhard Bühler**

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

## Herzhafte Menü-Inspiration aus Ihrem BioBouquet:



### Weisskabis mit Saucisson

Für 4 Personen

#### Zutaten:

800 g Weisskabis	2 TL Maizena
600 g fest kochende Kartoffeln	1.5 dl Gemüsebouillon
2 Saucissons vaudois (je ca. 350 g)	Salz, Pfeffer
1 EL Butter	½ Bund glattblättrige Petersilie
1 TL Kümmel	

#### So zubereitet:

Den Kabis vierteln, in ca. 5 mm breite Streifen hobeln.

Die Kartoffeln in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden.

Die Saucissons in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Die Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Den Kabis, die Kartoffeln und Kümmel andämpfen.

Maizena mit der Bouillon anrühren, dazu giessen und würzen.

Die Saucissons darauf verteilen, bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. köcheln.

Petersilie fein schneiden, darüberstreuen, servieren und geniessen.



### Penne mit Broccoli und Poulet

Für 4 Personen

#### Zutaten:

400 g Broccoli	1 EL Sonnenblumenöl
Salz	400 g Pouletgeschnetzeltes
350 g Penne	2 dl Milch
6 EL Pinienkerne	2 dl Halbrahm
1 Zwiebel	Pfeffer

#### So zubereitet:

Broccoli in kleine Röschen teilen. In reichlich Salzwasser ca. 3 Minuten bissfest garen. Herausheben, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Penne im selben Kochwasser al dente kochen. Abgiessen und abtropfen lassen.

Pinienkerne in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett hellbraun rösten.

Zwiebel in Ringe schneiden. Im Öl braten. Pouletgeschnetzeltes beifügen und mitbraten.

Broccoli und Penne begeben. Milch und Rahm dazugiessen. Aufkochen, etwas einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Pinienkernen servieren.