

## Wie zarte, grüne Wolken am Wegesrand

Sind Sie auch gerne in der Natur unterwegs? Am Wochenende waren wir spazieren und freuten uns an der enormen Schubkraft, die gerade am Werk ist: Im Wald und am Waldesrand entlang – überall sieht man sie jetzt, die kleineren und grösseren grünen «Wölkchen», die vom Frühling erzählen ...

### Blättchen um Blättchen ...

Richtig, jetzt nach der Winterpause kleiden sich die Sträucher und Büsche in frisches Grün. Fast ist es einem, als könnte man zugucken, wie die unzähligen grünen Spitzen hervorkommen und wie Blatt um Blatt gedeiht. Auch erste gelbe Rapsblüten haben wir bereits gesichtet. Der Raps ist für uns eine «Zeigerpflanze» für die Entwicklung der Vegetation. Wir achten jeweils gerne auf ihn. Jedes Jahr freuen wir uns besonders, wenn der Raps zu blühen beginnt und er versetzt uns wieder und wieder in Erstaunen.

### ... quillt Schönheit hervor

Angesichts all dem Wachsen und Werden hat der japanische Schriftsteller und Wissenschaftler Ken Mogi einmal eine schöne Wortkombination gefunden: «Appetit aufs Leben». Ist es nicht genau das, was im Frühling zu stecken und zum Ausdruck zu kommen scheint? Rudolf Steiner sah im Frühling und all dem Spriessen und Gedeihen nicht einfach grünes Blattwerk, sondern Schönheit, die quillt. Doch neben all dem frühlingvollen Staunen und dem Hauch von Poesie, den wir heute im Gepäck haben, hatte unsere Woche auch viel «Handfestes» zu bieten. Zum Beispiel war Peter Suter wieder einmal bei uns.

### Ein Demeter-Betrieb mit Tradition ...

«Hof am Wald» heisst der Demeter-Betrieb, den Ursina und Peter Suter nur wenige Kilometer von uns entfernt führen. Suters betreiben Acker-, Obst- und Gemüsebau und sie halten Tiere. Schafe, Legehennen und Rinder gibt es auf ihrem Hof. Natürlich fällt da auch Mist an ...

### ... liefert «Futter» für unsere Böden

Für diesen Mist interessieren wir uns als Gärtnerei, die keine Tiere hält, besonders. Wir freuen uns und sind sehr dankbar, dass Peter uns jetzt wieder ein Fuder Demeter-Mistkompost gebracht hat. Diesen bringen wir unter dem Regendach und in den Gewächshäusern aus. Auf diese Weise füttern wir die Klein- und Kleinstlebewesen in der Erde.

### Ein kurzes Mail oder ein Anruf genügt

Mit viel Freude und Sorgfalt packen wir Ihnen Woche für Woche ein, was Sie sich Feines wünschen. Die Qualität liegt uns dabei sehr am Herzen. Deshalb bitten wir Sie, es uns umgehend und ungeniert zu melden, sollte doch einmal ein Produkt nicht einwandfrei sein, wenn es bei Ihnen ankommt. Wir vergüten Ihnen dieses gerne und unkompliziert. Danke, dass Sie unsere Kundinnen und Kunden sind.

**Moment, da hoppelt ja auch der Osterhase durchs frische Grün ...!**

**Gute Festtage wünschen wir Ihnen und senden Ihnen herzliche Grüsse,  
Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team**

Fein und frisch – direkt aus Ihrem BioBouquet:



## Bohnen an einer grünen Sauce

Für 4 Personen als Vorspeise

### Zutaten:

600 g Coco-Bohnen

3 kl. Handvoll glatte Petersilie (nur  
Blätter ohne Stängel)

1-2 Knoblauchzehen

1 gekochtes Ei

1.5-2 dl Olivenöl

wenig Essig

Salz, Pfeffer

### So zubereitet:

Die Bohnen rüsten und in siedendem Wasser ca. 15 Min. köcheln, so dass sie am Ende noch Biss haben.

In dieser Zeit die Petersilienblätter, das Ei, den Knoblauch, das Öl und ein oder zwei Spritzer Essig in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Pürierstab pürieren.

Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Bohnen auf Teller verteilen und die Sauce darüber geben.

Diese Vorspeise können Sie warm oder lauwarm genießen – oder natürlich als Beilage zubereiten. Lassen Sie es sich schmecken!

### Bitte beachten Sie:

Grüne Bohnen bitte immer kochen und nie roh verzehren. Wenn man sie roh isst, kann man nämlich leicht Bauchschmerzen bekommen.