

Wenn die Nächte wachsen ...

Nach den vielen warmen Sommerwochen merkt man jetzt doch, dass so langsam, aber sicher der Herbst einzieht. Es ist eine Zeit des Erntens – zum Beispiel gibt es nun unseren Kürbis – und diese Jahreszeit hat noch etwas Anderes «im Gepäck»: Jede Nacht ist ein kleines bisschen länger als die Nacht davor ...

Mit einem Funkeln in den Tag

Wahrscheinlich ist es den meisten nicht vergönnt, jetzt auch jede Nacht noch etwas länger zu schlafen (der eine oder die andere hätte sicherlich Freude daran). Doch was uns die wachsenden Nächte schenken, ist ein Funkeln und Leuchten, wenn man am Morgen den Blick gen Himmel richtet. Wenn man früh aus dem Haus muss (oder bereits wieder nach Hause kommt), kann man einen wundervollen Sternenhimmel geniessen. Im Osten strahlt die Venus und unterhalb funkelt bescheiden der Merkur – beide in einer Linie mit der Sonne, welche schon leise an den Horizont klopft, ...

Ein Blick aufs Kürbisjahr ...

In den letzten Tagen ging bei uns die Kürbisernte los. Unser Kürbis schaut auf ein bewegtes Jahr zurück. Im Frühling hatte es so viele Wochen lang geregnet, dass wir nicht wussten, ob wir unsere Anzucht jemals würden pflanzen können, so nass waren die Böden. Ein Teil der Anzucht hat es dann tatsächlich hinaus aufs Feld geschafft und wir haben etwas Neues ausprobiert und unsere Kürbiskulturen aus der Anzucht mit einer Direktsaat ins Freiland «ergänzt». Ganz nach

dem Motto «besondere Zeiten erfordern besondere Massnahmen».

... und Freude über die Ernte

Die Frage, wie wird unser Experiment mit dem Direktsaat-Kürbis gelingt, hat uns durch den Sommer begleitet. Jetzt ist die Freude gross: Der Butternuss ist sehr schön gekommen und auch auf den Orangen Knirps dürfen Sie sich freuen. Zwar sind viele Knirpse auch wirklich Knirpse geblieben (gerade mal knapp Tennisball gross), aber andere sind gut gediehen. Genau von diesen packen wir einigen von Ihnen bereits in dieser Woche ein – andere dürfen sich über den ersten Federkohl freuen. Schauen Sie gerne einmal wieder auf unserer Webseite vorbei, dort haben wir ein paar Bilder von der Ernte aufgeschaltet. Bei strahlendem Sonnenschein!

Noch mehr Frische geniessen

Bei der gemeinsamen Arbeit ist das Gespräch auch auf den Zuckermais gekommen, den es in dieser Woche wieder gibt. Haben Sie gewusst, dass man diesen auch wunderbar roh essen kann? Kurz rüsten und dann wie einen Apfel essen resp. einfach abknabbern!

**Wir wünschen Ihnen eine genussreiche Woche und senden herzliche Grüsse!
Gerhard Bühler und Ihr BioBouquet Team**

Wärmende Herbstfreude – direkt aus Ihrem BioBouquet:



Oranger Knirps aus dem Ofen für 2 Portionen

Zutaten:

½ kg Oranger Knirps
2 EL Olivenöl
½ TL Salz

¼ TL Pfeffer, schwarz, frisch
gemahlen
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 EL Petersilie, gehackt

So zubereitet:

Den Ofen auf 180°C Grad vorheizen.

Den Kürbis rüsten (siehe unten) und in Würfel schneiden.

Die Würfel in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen.

Die Mischung dann auf ein eingefettetes Backblech geben und ca. 30 Minuten im Ofen garen (je nach Grösse der Stücke).

Ungefähr nach der Hälfte der Zeit den Kürbis wenden.

Dazu den Knoblauch im übrigen Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen, bis er anfängt zu duften, aber noch nicht braun wird.

Den gerösteten Kürbis, das Öl mit dem Knoblauch und die gehackte Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Noch zwei Tipps zum Kürbis:

Unser Kürbis «Oranger Knirps» hat eine Schale, die beim Kochen weich wird und zerfällt. Man muss ihn also nicht schälen, sondern höchstens verkorkte (hellbraune) Stellen ausschneiden und die Kerne herausnehmen.

In Würfel oder Scheiben geschnitten lässt der Kürbis sich einfach kochen, dünsten oder im Ofen garen und mit anderen Gemüsen kombinieren. Als Beilage macht er sich wunderbar zu Fleisch und Wild und natürlich auch zu vegetarischen oder veganen Varianten.