

Grosse Freude über den Nüssler

Es gibt doch diese Wörter im Dialekt, die sich kaum übersetzen lassen: «Chäch» ist so eines. Dieser Ausdruck wäre jetzt nützlich, schauen Sie sich beim Auspacken einmal den prächtigen Nüssler an! Der knackig-frische Demeter-Salat stammt vom Grundhof und ist der letzte Jahrgang ...

Eine lange Tradition ...

Der Grundhof liegt im Seetal und wird (noch) von Matthias und Denise Hünerfauth geführt. Matthias' Vater hatte den Hof bereits 1951 auf Demeter umgestellt. Ein richtiger Pionier war er damals. Viele Jahre lang haben wir nun feinen Nüssler und einiges mehr von Matthias und Denise bekommen. Doch so langsam zeichneten sich Veränderungen ab.

... und ein neuer Abschnitt

Nun ist es so weit: Matthias und Denise gehen in Pension. Die beiden haben ihren Betrieb verkauft und sind sich am Verabschieden. Den Grundhof geben sie in jüngere Hände und Köpfe mit neuen Ideen. Im Moment geniessen Sie den letzten Nüssler von Matthias und Denise. Ach ja, und wie war das nun mit «chäch»? Die Website berndeutsch.ch bietet als Übersetzung folgendes an: «von festem Fleisch (bei Menschen und Früchten), gesund, rüstig; aber auch keck, selbstbewusst, stark». Das passt doch gut zu dem Salat, der den ganzen Winter miterlebt hat und langsam wachsen durfte. Denn genau das hat ihn so «chäch» werden lassen.

Ein grosser Dank und gute Wünsche

Matthias und Denise danken wir für die so faire, zuverlässige, langjährige und schöne Zusammenarbeit. Wir wünschen Euch von Herzen einen mut- und freudvollen Start in den nun beginnenden Lebensabschnitt! Grüsst das Bündnerland von uns!

Peterli und Rucola – das Pflanzen beginnt

In den letzten Tagen haben Mevlude und Hyra Llallosi im Gewächshaus Pflänzchen um Pflänzchen gesetzt. Jetzt wachsen und gedeihen dort zusätzlich noch Peterli und Rucola. Sie möchten sich gerne ein Bild machen? Schauen Sie auf unserer Website vorbei. Unter «Aktuell» haben wir Ihnen ein paar Fotos aufgeschaltet.

Herzliche Gratulation

Die glücklichen Gewinnerinnen und Gewinner unserer Kochbuch-Verlosung stehen fest: Wir gratulieren Ihnen herzlich! Ihr Kochbuch finden Sie in Ihrer grünen Kiste. Es freut uns sehr, dass so viele Einsendungen bei uns eingegangen sind – auch wenn wir leider nicht eben so viele Kochbücher zu vergeben hatten. Sollte sich wieder einmal eine solche Gelegenheit ergeben, lesen Sie es hier.

Eine gute Woche wünschen wir Ihnen – mit viel Power und Zuversicht bei dem, was ansteht.

Herzliche Grüsse,

Gerhard Bühler und das BioBouquet Team

Frisch und fein – direkt aus Ihrem BioBouquet:



Nüssler trifft auf Orange

Für 4 Portionen

Zutaten:

200 g Nüsslisalat
2 Orangen
4 EL Olivenöl
3 EL Essig

1 TL milder Senf
1 TL getrocknete Salatkräuter
Kräutersalz
Pfeffer

So zubereitet:

Die Orangen schälen, vierteln und in Scheiben schneiden.
Den Nüssler waschen und rüsten.
Öl, Essig, Senf und Kräuter zu einer Sauce verrühren.
Mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken
Nüsslisalat mit Orangen und Sauce anrichten.



Broccoli-Rüebli-Curry

Für 3 Portionen

Zutaten:

1 Broccoli
4 Rüebli
2 EL Butter
1 EL Currypulver
100 g Crème fraîche

¼ l Gemüsebrühe
50 g rote Linsen
Salz, Pfeffer
frische Petersilie und
Thymian nach Belieben

So zubereitet:

Broccoli in Röschen teilen und Rüebli in feine Stifte schneiden.
Butter in einer Pfanne erhitzen, Currypulver darin kurz anschwitzen.
Gemüse zugeben und anbraten.
Mit Gemüsebrühe aufgiessen, zugedeckt 20 Minuten dünsten.
Linsen zugeben und noch weitere 10 Minuten garen.
Crème Fraîche unterrühren, würzen und mit Kräutern bestreuen.

Zu Reis oder frischem Fladenbrot servieren.