

Mit viel Ruhe, Übersicht und Konzentration

Eigentlich ist so ein Gewächshaus recht gross. Doch wenn man mit einer Maschine unterwegs ist, wird's oft schnell eng ... noch dazu beim ersten Mal! Gerade hat Lara den Boden für die Peterlipflanzung bereitet und ihre Premiere sehr gut gemeistert ...

Mit Bedacht ans Ziel

Schon hatte der eine Satz Rucola zu blühen begonnen und musste abgeräumt werden. Dadurch entstand wieder Platz im Gewächshaus. Aber bevor wir die nächste Kultur pflanzen wollten, stand erst noch die Bodenbearbeitung an. Das war die Gelegenheit, um Lara – die uns tatkräftig unterstützt – zu zeigen, wie die Einachs-Bodenfräse funktioniert. Hier ein Hebel, dort ein Griff ... es hiess den Überblick behalten und sich nicht aus der Ruhe bringen lassen.

Mistkompost von Suters

Bei der Bodenbearbeitung arbeiten wir mit der Fräse den Mistkompost, den wir zuvor verteilt haben, sorgsam in die Erde ein. Der Mistkompost – in Demeter-Qualität – stammt vom Betrieb von Peter und Ursina Suter aus Obersteckholz. Erst Ende März hatte uns Peter wieder ein Fuder Mistkompost gebracht. Wir freuen uns sehr darüber und sind dankbar für diese Partnerschaft! Während der Mistkomposthaufen bei uns Garette um Garette kleiner wird, werden unsere Böden immer wieder reicher.

Herrin der Maschine

Aber zurück an die Bodenfräse: Kennen Sie das, wenn die Phase des Murkens beginnt, hat man das Zepter meist schon fast an die Maschine abgegeben? Sicherer ist es allemal, die Führung selbst zu behalten. Deshalb heisst es an der Fräse, wenn man merkt, dass es gerade nicht gut kommt: Abschalten! Lara hat gezeigt, dass sie eine gute Maschinen-Chefin ist und war mit viel Umsicht am Werk. Jetzt kann der Peterli bald gepflanzt werden.

Pfingsten? Wie gewohnt geöffnet

Noch ein paar Tage und dann steht Pfingsten ins Haus. Gerne wollten wir kurz sagen, dass die Türen des E-Shops auch am Pfingst-wochenende wie gewohnt geöffnet sind: Von Freitag am Mittag bis am Pfingstmontagmorgen um 7 Uhr können Sie Ihre aktuelle Bestellung im E-Shop einsehen und nach Herzenslust anpassen. Unser Büro-Team übernimmt dann alles weitere und sorgt dafür, dass alles seinen gewohnten Gang gehen kann. Geniessen Sie die Feiertage und Ihr frisches BioBouquet!

Eine freudvolle Woche wünschen wir Ihnen und genussreiches Sonnenstrahlentanken!

Herzliche Grüsse,

Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team

Inspiration frisch aus Ihrem BioBouquet:



Reissalat mit Cocobohnen und Cherry-Tomaten Für 4 Personen

Zutaten:

500 g Cocobohnen	½ TL Salz
200 g Langkornreis	wenig Pfeffer
3 EL Essig	300 g Cherry-Tomaten
4 EL Öl	Peterli

So zubereitet:

Die Cocobohnen rüsten und halbieren.

Den Reis im siedenden Salzwasser gemäss Angaben auf Packung kochen.

Ca. 10 Minuten vor Ende der Kochzeit vom Reis die Cocobohnen begeben und knapp weichkochen.

Reis und Bohnen abtropfen, kalt abspülen.

Essig und Öl in einer Schüssel verrühren und würzen.

Reis und Bohnen daruntermischen.

Die Cherry-Tomaten vierteln und unter den Reis mischen.

Den Peterli waschen, hacken und darüberstreuen.



Rüebli-Fenchel-Suppe Für 4 Personen

Zutaten:

400 g Rüebli	1 l Bouillon
1 Zwiebel	wenig Pfeffer
300 g Fenchel	200 g saurer Halbrahm
1 EL Olivenöl	

So zubereitet:

Die Rüebli und die Zwiebel schälen und in Stücke schneiden.

Den Fenchel rüsten und ¼ des Fenchels fein hobeln, beiseitestellen.

Den Rest in Stücke schneiden.

Das Öl in einer Pfanne warm werden lassen.

Rüebli, Zwiebel und Fenchelstücke ca. 5 Min. andämpfen.

Die Bouillon dazugiessen, aufkochen, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. weichkochen.

Die Suppe pürieren, würzen, anrichten.

Den sauren Halbrahm und gehobelten Fenchel auf der Suppe verteilen.