

Freude an der Vielfalt auf dem Feld

Mit frischem Schwung – und natürlich gewohnt knackig-frischem Gemüse – melden wir uns aus unseren Betriebsferien zurück. Es ist eine wahre Freude, was gerade alles wächst und gedeiht. Sophie und Maira haben im Wechsel...

... so einiges ausgesät

Betriebsferien hin oder her, so ein Garten kennt keinen Stillstand. Darum waren Maira und Sophie nacheinander in den Ferien und haben, während die jeweils andere ihre freie Zeit genoss, Felder und Gewächshäuser gehütet. Viele Aussaaten standen in dieser Zeit (und teils auch schon davor) auf dem Programm. Dazu gehörten Peterli, Schnittlauch, Kohlrabi, Rucola und Eichblattsalat. All diese Kulturen sind gewissermassen unsere Schützlinge für die nächsten Wochen. Das heisst, gemeinsam mit den ersten grünen Blättchen wächst auch die Vorfreude auf einen schmackhaften Spätsommer.

Sonnenhunger statt nasser Füsse

Der Eichblattsalat und der Federkohl waren schon so weit, dass Maira und Sophie sie pflanzen konnten. Ein gutes Stück weiter wiederum sind die Buschbohnen. Sie haben bereits zu blühen begonnen. Jetzt freuen sich unsere Kulturen auf das schöne Wetter, welches sich für die nächsten Tage angekündigt hat. Die Sonne wird ihnen guttun, denn wenn es viel regnet, gibt es bei dem schweren Boden, den wir hier haben, schnell mal «nasse Füsse». Auch neben dem Säen, Pflanzen, Jäten und Ernten ist so einiges los.

Franz bringt die Präparate aus

Einmal mehr kam Franz Dolderer zu uns auf den Betrieb. Franz ist unser Präparate-Meister und diesmal war es wieder Zeit für das Kiesel-Präparat. Erst hat Franz das Präparat eine Stunde lang von Hand gerührt, dann hat er es ausgebracht. Das Kiesel-Präparat ist – wie andere Präparate auch – ein fester Teil der biodynamischen Landwirtschaft.

Jährliche Bio-Kontrolle: ✓

Apropos biodynamische Landwirtschaft ... Ihr BioBouquet ist Demeter- und Knospezertifiziert. Doch so eine Zertifizierung ist keine einmalige Sache. Jährlich stehen Kontrollen durch bio.inspecta an. Noch vor unseren Ferien war es wieder an der Zeit: Der Inspektor Hans Ulrich Fankhauser besuchte unseren Betrieb. Hans Ulrich Frankhauser ist selbst Gärtner und Marktfahrer und hat alles genau unter die Lupe genommen – von der Vermarktung bis hin zur Bodenprobe. Auch in diesem Jahr konnte das BioBouquet überzeugen, worüber wir uns sehr freuen. Von Herzen gerne bringen wir uns und unsere Energie in die biodynamische Landwirtschaft ein – und sind dankbar und froh, dass Sie gemeinsam mit uns unterwegs sind. Denn: Ihr «Ja» macht das BioBouquet erst möglich!

Wir wünschen auch Ihnen viel Freude an Ihren Herzensprojekten – und an allem, was Sie aus Ihrem BioBouquet auspacken!

**Herzliche Grüsse von
Gerhard Bühler und dem BioBouquet Team**

Ein Hauch Sizilien – frisch aus Ihrem BioBouquet:



Caponata für 4 Personen

Zutaten:

1 Rüebli	ein Schuss Aceto Balsamico
1 Zucchini	etwas Birnel
1 Aubergine	Salz
1 Peperoni	1 TL Kapern
1 Tomate	15 Oliven entsteint und halbiert
1 Zwiebel	300 g Pasta
1 Knoblauchzehe	Parmesan
etwas Olivenöl	

So zubereitet:

Die Zwiebel und den Knoblauch rüsten und fein hacken.

Mit etwas Olivenöl in einer Pfanne andünsten.

Das Rüebli schälen und in kleine Würfel schneiden.

Anschliessend in Salzwasser kurz blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken.

Die Zucchini, Aubergine, Peperoni und Tomate rüsten und in kleine Würfel schneiden.

Das Gemüse und die Rüebli zu den Zwiebeln geben und mitdünsten.

Mit einem Schuss Aceto Balsamico ablöschen und mit etwas Birnel sowie Salz würzen.
(Vorsicht beim Salz, da die Kapern und Oliven ebenfalls salzig sind.)

Kapern und Oliven dazugeben und alles mit etwas Olivenöl abschmecken.

Die Pasta gemäss Packungsbeilage zubereiten, unter das Gemüse mischen und mit Parmesan servieren.

Tipp:

Caponata ist ein traditionelles sizilianisches Rezept und wird meist als Antipasto (kalt oder lauwarm) serviert. Das bunte Gemüsegericht macht sich aber auch sehr gut warm – wie hier mit Teigwaren, oder als Beilage zu Fleisch oder Fisch.

Caponata ist eine wunderbare Möglichkeit, die sommerliche Gemüsevielfalt zu geniessen.
Wir wünschen en Guete!