

## Zähne putzen einmal anders

So ein Gewächshaus ist etwas Wunderbares, es bietet unseren Kulturen Schutz. Doch fürs gute Gedeihen braucht es da drinnen auch frische Luft. Darum gibt's die Firstlüftung. Von Zeit zu Zeit macht sie sich bemerkbar und dann heisst es: Unters Dach des Gewächshauses klettern und Zähne putzen ...

### Für Sämi ging es hoch hinaus

Das Gewächshaus ist die meiste Zeit über ein recht ruhiger Ort und Pflanzen sind ja wirklich eher stille Zeitgenossen. Und doch wird es im Gewächshaus immer mal wieder etwas laut: Es sind die Zahnstangen, mit denen wir die Lüftung am First des Gewächshauses öffnen und schliessen, die melden, dass es wieder einmal an der Zeit ist für eine Reinigung und etwas Fett. Sämi hat sich darum in der letzten Woche ans Werk gemacht.

### Frisch gereinigt und gefettet

Mit der langen Leiter ist Sämi unters Dach gestiegen. Immerhin rund vier Meter sind das. Das ist ungewöhnlich hoch für uns Gärtnerinnen und Gärtner, die sonst eher am Boden anzutreffen sind! Sämi allerdings bewies Schwindelfreiheit und arbeitet sich dort oben von Zahnstange zu Zahnstange. Jede einzelne hat er geputzt und eingefettet. Jetzt läuft die Lüftung, die im Grunde eine Art Fenster ist und nach dem Prinzip «Zahnradbahn» funktioniert, wieder wie geschmiert.

### Bereit für die Kohlräbli

Sämi hat dann auch gleich noch im «Erdgeschoss» weitergemacht und den Boden für die Kohlräbli bereitet. Im Moment sind die Pflanzen noch zu klein, um im Gewächshaus gepflanzt zu werden. Aber lange wird es nicht

mehr dauern und dann ist dort schon alles parat. Sämi hat von Suters Demeter-Mist verteilt und in den Boden eingearbeitet. Zum Schluss hat er noch die Markierungen gemacht. Wenn dann der richtige Zeitpunkt da ist, können die Kohlräbli kommen.

### Von Keim- und Laubblättchen

Als so genannter Kreuzblütler macht der Kohlrabi zunächst zwei Keimblättchen und dann ein erstes Laubblatt. An diesem erkennen wir, vereinfacht gesagt, wann es Zeit für die Pflänzchen ist, aus den Töpfen hinaus- und ins Gewächshaus hineinzuziehen. Im Moment sind die Laubblättchen noch kleine, grüne Spitzen, das braucht noch etwas Zeit. Aber wir beobachten die Kohlrabi genau, um möglichst den optimalen Zeitpunkt zu erwischen.

### Bald gibt es eigenen Rucola

Schon einen Schritt weiter ist der Rucola: Hier haben wir bereits den zweiten Satz gepflanzt, der dritte Satz hat gekeimt – und der erste? Wächst und gedeiht! Bald können wir schon das erste Mal schneiden. Wer weiss, vielleicht sogar schon in der nächsten Woche? Mal schauen, was die nächsten Tage in Sachen Rucola-Wachstum so bringen. Mit der Vorfreude darf aber definitiv bereits gestartet werden!

**Eine Woche voller Sonnenstrahlen und freudvoller Momente wünschen wir Ihnen!  
Herzliche Grüsse von Gerhard Bühler und dem BioBouquet-Team**

## Frische Küche direkt aus Ihrem BioBouquet:



### Griechische Kartoffel-Zucchini-Quiche

Für 3-4 Portionen

#### Zutaten:

Für ein Kuchenblech von 26-28 cm Durchmesser

400 g Blätterteig

4 mittelgrosse, festkochende Kartoffeln

250 g Zucchini

200 g Feta oder Ziegenfrischkäse

#### Guss:

2 Eier

1 Eigelb

2 dl Rahm

2 EL Pesto

1 Handvoll Basilikumblätter, gehackt

1 EL Thymianblättchen

1-2 getrocknete Chilischoten, zerbröseln

½ Zitrone, Abrieb

60 g Baumnüsse, gehackt

Kräutersalz, Pfeffer

#### So zubereitet:

Kartoffeln in der Schale im Dampf knapp weichkochen, ein wenig abkühlen lassen, schälen, in etwa 3mm dicke Scheiben schneiden.

Feta zerbröckeln.

Zucchini beidseitig kappen und in feine Scheiben hobeln.

Eier, Eigelb, Rahm und Pesto für den Guss verquirlen. Kräuter, Chili, Zitronenschale und Nüsse unterrühren und würzen.

Backofen auf 200° Grad vorheizen.

Blätterteig ausrollen und in Form legen, mit einer Gabel einige Male einstechen.

Kartoffel- und Zucchini-Scheiben abwechselnd auf den Teigboden legen, Feta und den Guss darüber verteilen.

Die Quiche auf der zweituntersten Schiene bei 200° Grad ca. 40 Minuten backen.

#### Tipp:

Die Quiche schmeckt warm, lauwarm oder auch kalt und dazu passt gut ein Salat.