

## Heute laden wir Sie herzlich ein – gleich zweifach

Jede Woche dürfen Sie sich über Ihre grüne Kiste voller frischem Gemüse, Früchten, Brot und Eiern freuen. Bereits ab Freitagmittag können Sie Ihre Bestellung jeweils online anpassen – und im August zeigen wir Ihnen beim diesjährigen Flurgang gerne, wo Ihr Gemüse gedeiht ...

### Willkommen im E-Shop

Im Laufe des Sonntagmorgens trudelt ein Mail vom BioBouquet in Ihrem Postfach ein: Es sagt Ihnen, was wir in der kommenden Woche in Ihre grüne Kiste packen werden – und lädt Sie ein, diese Lieferung im E-Shop anzupassen. Haben Sie gewusst, dass das auch schon vorher möglich ist? Bereits ab Freitagmittag (bis Sonntag gegen Mitternacht) können Sie sich im E-Shop einloggen und Ihre aktuelle Bestellung – nach Herzenslust, passend zum Menüplan oder je nach dem, was Sie noch im Kühlschrank haben – anpassen.

### Einfach einloggen und Bestellung anpassen

Gehen Sie dazu einfach auf [www.biobouquet.ch](http://www.biobouquet.ch) und klicken Sie oben rechts auf «Log-in Bereich / Zum E-Shop». Jetzt können Sie sich anmelden. Bitte verwenden Sie dazu diese Angaben:

**Login:** E-Mailadresse oder Kundennummer

**Passwort:** Ihre Postleitzahl

Vielleicht haben Sie Ihre Zugangsdaten einmal geändert, wissen Sie nun aber nicht mehr? Bitte geben Sie uns einfach kurz Bescheid und wir setzen Ihr Passwort für Sie zurück. Übrigens: Wenn Sie sich übers Wochenende

im E-Shop einloggen, erhalten Sie das Mail an diesem Sonntagmorgen nicht. Viel Freude wünschen wir Ihnen beim «Massschneiden» Ihrer Lieferung!

### Das BioBouquet freut sich auf Ihren Besuch

Nicht nur in den E-Shop – auch zu uns auf den Betrieb laden wir Sie herzlich ein: Auch für diesen Sommer ist der «BioBouquet-Flurgang» geplant und wir freuen uns darauf, Sie bei uns zu begrüßen und Sie kennenlernen zu dürfen.

### «Tag des offenen Gewächshauses»

Kleine und grosse Gwundrige dürfen uns dann «live» bei der Arbeit über die Schultern schauen und sehen, wer Ihr Gemüse in die Kisten packt, wo es wächst und vieles mehr. Reservieren Sie sich doch gleich den Termin:

**Dienstag, 7. August:**

**9.30 Uhr: Kaffee und Gipfeli**

**10-11.00 Uhr: Rundgang**

Damit wir planen können, freuen wir uns über Ihre Anmeldung bis am Sonntag, 5. August. Senden Sie uns einfach ein Mail an [info@biobouquet.ch](mailto:info@biobouquet.ch) oder rufen Sie uns an: 062 958 50 60 – und wir reservieren Ihnen gerne Ihren Platz.

**Wir wünschen Ihnen eine freudvolle Sommerwoche und allzeit etwas Abkühlung, herzlich**

**für das BioBouquet-Team  
Gerhard Bühler**

Fürs BioBouquet von nächster Woche planen wir voraussichtlich Tomaten, Zucchetti und Karotten.

## Sommerliches frisch aus Ihrem BioBouquet:



### Gefüllte Tomaten

Für 4 Personen

#### Zutaten:

1 Gratinform  
Butter für die Form

8 mittelgrosse, feste Tomaten  
75 g Risottoreis  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt

je 2 Petersilien- und  
Basilikumzweige, Blätter,  
gehackt  
75 g Mascarpone oder  
geriebener Sbrinz  
Salz, Pfeffer  
Butterflocken zum Belegen

#### So zubereitet:

Das obere Drittel der Tomaten als Deckel wegschneiden, beiseitelegen.  
Tomaten über einer Schüssel mit einem Löffel aushöhlen und nebeneinander in die ausgebutterte Form setzen.  
Tomatenfleisch mixen. Reis, Knoblauch, Kräuter und Mascarpone oder Sbrinz daruntermischen, würzen.  
In die Tomaten verteilen, Deckel daraufsetzen. Mit Butterflocken belegen.  
In der Mitte des auf 210 °C vorgeheizten Ofens 20 Minuten backen, dann im ausgeschalteten Ofen 15 Minuten ziehen lassen.  
Heiss oder kalt servieren.

#### Tipp:

Dieses Rezept eignet sich sehr gut, um Reis- oder Risotto-Reste zu verwerten. Wenn Reis oder Risotto bereits gekocht sind, verkürzt sich die Garzeit auch noch.  
Ausserdem können die Tomaten bereits einige Stunde im Voraus vorbereitet werden und brauchen dann nur noch in den Ofen geschoben werden.  
En Guete!