

Grosse Freude über die erste Ernte

Auch wenn die strenge Kälte (für den Moment) vorüber ist: So richtig ans Ernten denkt man im Januar vielleicht noch nicht. Und doch gibt es Salate und Gemüse, welche in diesen Wintertagen parat sind. Jetzt haben wir – mit grosser Freude und viel Geduld – die 2024-Winterkresse-Ernte-Premiere gefeiert ...

Sie macht ihrem Namen alle Ehre

Nicht ganz so hoch wie eine Hand, kräftig grün und unglaublich schmackhaft in Salaten: Unsere Demeter-Winterkresse ist wieder da! Am 14. September letzten Jahres hatten wir sie ausgesät. Seither konnten wir bereits zwei- oder dreimal ernten und Ihnen Winterkresse einpacken. Dann war eine kleine Erntepause angesagt, denn die Winterkresse kann den Frost zwar ab, aber sie wächst in der kältesten Zeit doch deutlich langsamer. Damit es nicht ganz so frostig wird, steht unsere Winterkresse im Gewächshaus. Dieses ist zwar nicht beheizt, doch es kühlt dort etwas später ab und es wird auch etwas früher wieder wärmer.

Bei der Ernte ist Geduld gefragt

Jetzt, nachdem es ein paar schöne Tage gab, konnten wir wieder schneiden. Dabei sind Geduld und geschickte Hände gefragt. Denn zum einen hat die Winterkresse ein paar gelbe oder braune Blättchen bekommen, da muss man etwas sortieren. Zum anderen hat es auch noch Unkraut drin. Dieses wächst immer schneller als die Kulturpflanzen und es hat, nachdem wir im alten Jahr gejätet und alles sauber gemacht hatten, wieder kräftig zugelegt. Zum Glück waren mit Mevlude und Hyra Llalloschi sehr erfahrene Ernteprofis am Werk. Es war ihr erster Einsatz im neuen Jahr.

Auf unserer Webseite können sie den beiden Frauen über die Schultern schauen.

Blickrichtung Frühling

Nun werden wir die abgeernteten Beete sauber durchjäten, und hoffen, dass es dann noch einen weiteren schönen Schnitt gibt. Dieser geht dann wieder leichter von der Hand. Zeit haben wir, bis die Winterkresse in die Blüte geht, dann ist die Ernte definitiv abgeschlossen. Noch tönt das weit weg, aber man spürt bei der Winterkresse jetzt schon, dass es in Richtung Frühling geht. Also auf eine Art ein doppelter Genuss: frisches, kräftiges Grün gepaart mit Vorfreude!

Demeter-Lauch von Schenks

Neben der Winterkresse und vielem mehr, was wir Ihnen in dieser Woche in Ihre grünen Kisten packen dürfen, haben wir auch grosse Freude am Demeter-Lauch. Simon Schenk hat diesen in Madiswil, ganz in unserer Nähe, für uns angebaut. Mit Schenks handeln wir schon lange, bereits Simons Vater hatte uns mit Kirschen und Erdbeeren beliefert. Wir sind dankbar für diese langjährige Zusammenarbeit. Den Lauch konnte Simon jetzt, wo es nicht mehr gefroren ist, ernten, rüsten und liefern. Geniessen Sie das kraftvolle und würzige Grün, welches der Lauch zu einem feinen Essen beisteuert.

**Viele freud- und genussvolle Momente in dieser Woche wünschen wir Ihnen!
Herzliche Grüsse von Gerhard Bühler und dem BioBouquet Team**

Koch-Ideen frisch aus Ihrem BioBouquet:



Spaghetti aglio e olio mit Lauch Für 4 Portionen

Zutaten:

300 g Lauch	500 g Spaghetti
1 roter Peperoncino	2 EL Leinsamen
4 Knoblauchzehen	¼ TL Salz
4 EL Olivenöl	Pfeffer aus der Mühle
	30 g geriebener Sbrinz

So zubereitet:

Den Lauch waschen, rüsten, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Den Peperoncino entkernen und in feine Ringe schneiden.

Die Knoblauchzehen schälen und pressen.

Alles im warmen Olivenöl bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. dämpfen.

Parallel dazu die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.

Die Spaghetti abtropfen, mit dem Lauch mischen und die Leinsamen begeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Spaghetti anrichten, den Sbrinz darüberstreuen und genießen.

Tipp:

Wer Lust hat, kann noch 100 g Ziegenfrischkäse unter die heiße Pasta mischen.

Hinweis: Dieses Rezept stammt (in minim angepasster Form) aus dem Kochbuch «Hofsaison – Herbst» von Claudia Schilling, welches im Friedrich Reinhardt Verlag erschienen ist.

Noch ein Tipp zur Winterkresse:

Wenn man die Winterkresse mit Rahm- oder Halbfettquark mischt und mit Salz sowie Pfeffer würzt, gibt das einen wunderbaren Brotaufstrich oder auch einen tollen Dip, etwa für Kartoffeln oder Ofengemüse. Viel Freude beim Experimentieren und Genießen!