

Auf unserem Feld stehen kleine «Bäumli»

In der letzten Zeit haben wir regelmässig Federkohl geerntet und haben ihn nun noch einmal für die Regio-Abos eingeplant. Wird es denn im Frühjahr nochmals Federkohl geben? Das ist ungewiss, denn dieser gehört eher zu den «Gfrörl» ...

Kein Kandidat für Dauerfrost

Kohl verbinden wir gedanklich mit dem Herbst und dem Winter. Doch strenge Kälte steckt auch er nicht einfach so weg. Der Federkohl gehört zu denjenigen, die recht bald «kapitulieren». Ein wenig Frost ist zwar ok, doch wenn er länger anhält ... darum ist es noch offen, ob es im Frühjahr nochmals Federkohl geben wird. Aber vielleicht hat es nächste Woche noch welchen im Abverkauf – schauen Sie doch ab Freitagmittag im E-Shop vorbei.

Fast wie ein Regenschirm

Im Moment stehen die Federkohl-Stämmli wie kleine Bäume bei uns auf dem Feld. Was beim Federkohl noch spannend ist: Je kälter es wird, legen sich die Blätter an den Stamm und hüllen ihn ein. Fast wie bei einem Schirm sieht das aus. So sorgt der Federkohl selbst für guten Schutz. Es ist immer wieder beeindruckend, wie viel Anpassung die Natur parat hält!

Feine Bio-Kiwis vom Genfersee

Wir freuen uns sehr, dass wir Ihnen jetzt Schweizer Bio-Kiwis einpacken dürfen. Diese stammen von der «Domaine de la Pêcherie», wo sie von Dominique Streit und seinem Team angebaut werden. Was vor bald 20 Jahren als Experiment begann, ist mittlerweile eine richtige Erfolgsgeschichte geworden. In diesem Jahr werden die Kiwis aber nur ein kurzes Gastspiel haben – der Frühling (Frost) und der Sommer (Hagel) sitzen ihnen etwas im Nacken. Deshalb gibt es sie auch erst so spät. Umso grösser ist die Freude! Geniessen Sie die grüne Frucht, die sich gut löffeln lässt oder übers Müesli schnippeln.

Jetzt stellen wir bei den Kartoffeln um

Nun ist es so weit: Die Lager mit den Schweizer festkochenden Kartoffeln sind leer geworden. Deshalb packen wir Ihnen nun übergangsweise mehligkochende Schweizer Kartoffeln ein – solange bis es festkochende Importkartoffeln geben wird. Alles in Bio-Qualität natürlich!

Wir wünschen Ihnen eine freudvolle Woche und allzeit warme Füsse – ganz besonders denjenigen, die dem Federkohl in Sachen Kälte gut nachfühlen können.

Herzliche Grüsse von Gerhard Bühler und dem BioBouquet-Team

Wintergenuss frisch aus Ihrem BioBouquet:



Kartoffel-Wirz-Suppe Für 2 Portionen

Zutaten:

300 g festkochende Kartoffeln	1 l Gemüsebrühe
1 mittelgrosser Wirz, ca. 400 g	1 dl Rahm
1 kleine Zwiebel	Kräutersalz
2 EL Olivenöl	Pfeffer, frisch gemahlen
	Muskatnuss, frisch gerieben

So zubereitet:

Die Kartoffeln schälen und fein würfeln.

Die äusseren Blätter des Wirz' entfernen, den Strunk teilweise entfernen. Den Wirz vierteln und dann hacken.

Die Zwiebeln schälen, fein hacken und im Öl andünsten.

Die Kartoffeln und die Gemüsebrühe dazugeben, aufkochen und bei schwacher Hitze 5 Minuten kochen.

Den Wirz dazugeben und weitere 5-10 Minuten kochen.

Den Rahm dazugeben und würzen.



Zum Knabbern: Federkohl-Chips Für 4 Portionen

Zutaten:

250 g Federkohl
6 EL Olivenöl
1 TL Fleur de sel

So zubereitet:

Backofen auf 140 °C vorheizen.

Federkohl gut waschen und sehr gut trocken tupfen. Strunk von den Blättern wegschneiden. Blätter in mundgerechte Stücke scheiden.

Auf zwei mit Backpapier belegte Bleche verteilen und mit Öl beträufeln. Öl und Kohlblätter mit den Händen gut mischen, so dass die Blätter komplett eingeölt sind.

In der Mitte des Backofens 15–20 Minuten trocknen lassen. Dabei die Ofentür gelegentlich öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Auf Haushaltspapier abtropfen lassen, mit Salz würzen und zwischendurch geniessen, oder als Beilage zu Risotto oder Polenta servieren.