

Vorfreude liegt in der Luft

Wir sind aus unseren Betriebsferien zurück und freuen uns, Sie wieder wie gewohnt mit knackig-frischem Gemüse, Salaten, Früchten, Eiern und Brot zu beliefern. Gespannt und vorfreudig blicken wir auf das, was kommt ...

Grüne Werdelust in vielen Facetten

Werfen wir erstmal einen Blick nach draussen: In den letzten beiden Wochen haben wir Federkohl, Schnittmangold, Rucola, Schnittlauch und Palmkohl gesät. Jetzt verfolgen wir gespannt, wie die noch jungen Kulturen sich entwickeln. Besonders der Palmkohl interessiert uns, es ist ein bisschen ein Experiment, oder zumindest etwas Neues für uns. Wir haben versuchsweise mal eine kleinere Menge ausgesät. Der Palmkohl besticht später (hoffentlich) durch schöne, lange, dunkelgrüne Blätter und einen kräftigen Geschmack. Er trägt auch den Namen «Nero di Toscana», wenn das nicht vielversprechend ist!

Ein grosses Merci an die Ferien-Equipe

Mit den Aussaaten und der Pflege der Kulturen ging es auch während der Betriebsferien weiter, denn so ein Garten resp. die Natur legt keine Pause ein, nur weil wir Sehnsucht nach dem Meer oder den Bergen haben oder mit den Kindern in der Badi sind. Ein herzliches Dankeschön an Sophie, Sabrina und Lara, die in dieser Zeit aufmerksam und tatkräftig zu unseren Kulturen geschaut haben! Es ist wunderbar, um eine so zuverlässige und sorgsame Ferien-Equipe zu wissen.

Das BioBouquet kommt zusammen

Inzwischen ist das ganze BioBouquet Team wieder aus den Ferien zurück. Traditionsgemäss kommen wir nach unseren Sommerferien zusammen und feiern ein kleines BioBouquet Fest. Alle Mitarbeitenden geniessen gemeinsam mit «Anhang» einen Flurgang gefolgt von einem gemütlichen Znacht. In diesem Jahr gibt es ein besonderes Highlight: Wir stossen auf die neue Website an. Richtig, da war ja noch etwas ...

Am 12. August wird die Website umgestellt

In den letzten Wochen und Monaten haben wir intensiv an unserer neuen Website gearbeitet. Jetzt ist es soweit: Am 12. August wird der Schalter umgelegt und die neue Website geht online. Das heisst, online ist sie ja bereits, aber wir schalten dann die alte Website ab und alles läuft über das neue System. Dass wir diesem Tag so hoffnungsfroh entgegengehen, verdanken wir auch Ihnen: Vielen herzlichen Dank für Ihre wertvollen und positiven Rückmeldungen nach Ihren Tests! Ihren Einsatz und Ihre Perspektiven schätzen wir sehr. Auch über das kommende Wochenende können Sie die neue Website bereits für Ihre Bestellung nutzen: neu.biobouquet.ch.

**Herzliche Grüsse senden wir Ihnen und wünschen Ihnen immer wieder
eine wohltuende Abkühlung in diesen Sommertagen!
Gerhard Bühler und das BioBouquet Team**

PS: Ab dem 12. August braucht es das «neu» in der Website-Adresse nicht mehr. Sie erreichen das «Neu» dann wie gewohnt unter dem «alten» biobouquet.ch.

Sommerlich-frisch und fein – direkt aus Ihrem BioBouquet:



Gemüse-Frittata mit Tomatensalat

Für 4 Portionen

Zutaten:

Tomatensalat:

3-4 Tomaten, fein gewürfelt
2-3 Bundzwiebeln
fein geschnittenes frisches Basilikum
3 EL Rapsöl
1 EL Balsamico-Essig

Gemüse-Frittata:

600 g Saisongemüse (z. B. Zucchini, Aubergine, Rübli, Peperoni), gerüstet und fein geschnitten
1 Zwiebel, fein geschnitten
200 g mehlig-kochende Kartoffeln, geschält und in dünne Scheiben geschnitten
2 EL Bratcrème
6 Eier
1,8 dl Milch
Salz, Pfeffer, wenig Muskatnuss

So zubereitet:

Den Salat machen:

Für den Salat die Tomaten mit Bundzwiebeln und Basilikum vermischen.
Mit Rapsöl und Balsamico beträufeln und 10 Minuten ziehen lassen.

Das Gemüse vorbereiten:

Für die Frittata das Gemüse und die Kartoffeln zusammen mit der Zwiebel in einer Bratpfanne in Bratcrème dämpfen, bis das Gemüse nur noch wenig Biss hat.

Die Frittata zubereiten:

Die Eier trennen.

Die Eigelbe mit der Milch verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Eiweisse ganz leicht schaumig schlagen und unter die Eier-Milch-Masse heben.

Die ganze Mischung über das Gemüse geben und bei mittlerer Hitze auf dem Herd stocken lassen.

Um die Frittata beidseitig zu braten, diese wie Röstli vorsichtig auf einen grossen Teller gleiten lassen, die Bratpfanne über den Teller legen und die Frittata in die Pfanne stürzen.

Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten leicht anbräunen lassen.

Die Gemüse-Frittata zusammen mit dem Tomatensalat anrichten und geniessen.