

## Ein Urwald voller Rondini

Es gibt Gemüse, welches man recht einfach ernten kann – und dann gibt es Gemüse, wo die Ernte etwas mehr abverlangt. Die Rondini gehören zu Letzteren, sie sind wirklich fein, doch ihre Früchte geben sie nicht so leicht her ...

### Rondini für Rondini ...

Hui, ist das stachelig! Wenn man die Rondini erntet, langt man in einen Urwald hinein. Die Früchte selbst sind zwar angenehm glatt und liegen gut in der Hand, doch die Blätter und die Stiele der Pflanzen sind recht stachelig. Da ist am Anfang ein klein wenig Überwindung gefragt und je nachdem auch Handschuhe oder lange Ärmel. Sabrina konnte der Rondini-Urwald allerdings nichts anhaben. Während unserer Betriebsferien hat sie gut gelaunt geerntet. Nebenbei haben wir ein paar Bilder für Sie gemacht. Schauen Sie doch mal wieder im «Aktuell» auf unserer Website vorbei. Auf Instagram ist sogar ein kleiner Film zu sehen.

### ... und keine zwei sind gleich

Wir freuen uns sehr, dass wir einigen von Ihnen bereits in dieser Woche Rondini einpacken dürfen. Nach und nach kommen noch mehr dazu. Die Rondini gibt es in verschiedenen Reifestadien. Diese reichen von weich bis hart. Genussreif sind die Rondini in jedem Fall. Entweder zum Auslöfeln (ähnlich einem gekochten Ei), oder zum Essen wie Zucchetti. Ausserdem kommt bei den Rondini immer das Thema «durchschneiden-schlagen» auf den Küchentisch resp. die Arbeitsfläche neben dem Kochherd. Ein paar Tipps zum Rüsten und zum Zubereiten der Rondini finden Sie auf der Rückseite. Auch ein Rezept für

sommerliche Bruschetta gibt es dort. Viel Freude damit und en Guete!

### Auch das Pflanzen geht voran

Während am einen Ort Ernten angesagt ist, steht andernorts Pflanzen auf dem Programm. Lara hat sich zunächst um die Bodenbearbeitung gekümmert und jetzt ist bereits der erste Satz Federkohl gepflanzt. Auch der zweite Satz wird sogleich folgen. Sobald das Wetter – und damit der Boden – gut ist, legen wir los. Neben dem Federkohl haben wir auch Schnittlauch gepflanzt. Er ist ein Nimmersatt und freut sich über Mist und Wasser. Ausserdem braucht er seine Zeit. Erst nächstes Jahr werden wir ihn ernten, bis dahin darf er in Ruhe gedeihen.

### Schön, dass Sie da sind!

Lara, Sabrina und Monika haben während der Betriebsferien aufmerksam und tatkräftig zu unseren Kulturen geschaut. Ein herzliches Dankeschön an euch drei! Jetzt ist das ganze BioBouquet Team aus den Ferien zurück. Wir freuen uns sehr, Sie wieder beliefern zu dürfen, und sind dankbar und froh darüber, dass Sie unsere Kundinnen und Kunden sind. Schliesslich ermöglichen Sie uns unsere Arbeit und tragen das BioBouquet mit. Also, kurz gesagt: Schön, dass Sie da sind!

**Immer wieder vergnügliche und genussreiche Momente wünschen wir Ihnen und eine wunderbare Woche!**

**Herzliche Grüsse  
von Gerhard Bühler und dem BioBouquet-Team**

**Frisch und fein – direkt aus Ihrem BioBouquet:**



**Rondini**  
ein paar Tipps und Tricks

**Über Rondini:**

Rondini sind eine Sorte der Pepo-Kürbisse und somit nahe verwandt mit den Zucchetti. Rondini können je nach Reifegrad noch weich und zart, oder aber schon etwas hart und kräftiger sein. Die zarten Rondini ähneln im Geschmack den Zucchetti, vollreife Rondini hingegen erinnern geschmacklich schon stark an einen Kürbis.

Anders als Zucchetti eignen sich Rondini nicht zum roh essen.

**Rondini vorbereiten:**

Zu rüsten gibt's bei den Rondini praktisch nichts. Stiel entfernen und die Rondini kurz mit Wasser abspülen genügt. Dann die Rondini auf ein Holzbrett mit einem feuchten Küchentuch legen und mit einem grossen Küchenmesser in der Mitte durchschneiden-schlagen. Die Kerne mit einem Löffel aus beiden Rondinihälften herausschaben. Statt in der Mitte durchtrennen, kann man den Rondini auch nur den «Deckel» abschneiden-schlagen und diesen später auf die gefüllte Kugel setzen.

**Rondini zubereiten und servieren:**

Sie können Rondini wahlweise in einer Pfanne dämpfen (ca. 10 Minuten in etwas Wasser) oder im Backofen (ca. 20 Minuten bei 200°C in etwas Wasser) zubereiten. Rohe oder vorgegarte Rondini mit Hackfleischsauce, Kräuterquark oder Quark-Eier-Reibkäsemischung füllen und überbacken. Bei vollreifen Rondini ist die Schale nicht zum Verzehr geeignet – das merken Sie sofort, sie ist dann hart und kaum zu geniessen.



**Bruschetta**  
Für 2 Portionen

**Zutaten:**

2 Tomaten, in Würfeli geschnitten  
2 kleine Knoblauchzehen, fein gehackt  
wenig Basilikum, gehackt

4-6 Scheiben Baguette  
Etwas Butter zum Bestreichen  
Salz, Pfeffer

**So zubereitet:**

Die Tomaten waschen und in Würfeli schneiden.

Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Beides mischen und würzen.

Die Baguette-Scheiben in einer Bratpfanne beidseitig ohne Fett rösten.

Auf einer Seite mit Butter bestreichen.

Die Tomaten-Knoblauch-Mischung darauf verteilen.

Mit Basilikum garnieren und geniessen.