

## Hätten Sie Lust auf einen kleinen Ausflug?

Noch steckt der Frühling in den Kinderschuhen und hat uns vor einer Woche sogar noch einmal Schnee gebracht. Aber die Vorfreude auf Wärme, Licht und blühende Bäume – den Wonnemonat Mai – kitzelt doch schon richtig, oder? Wie wäre es da, einen schönen Tag im Emmental zu planen ...

### Mit einem Schmunzeln

Also, um es gleich vorweg zu nehmen: Ihr BioBouquet möchte kein Reiseunternehmen werden, oder im Wochenblatt zukünftig Tipps zur Freizeitgestaltung geben. Warum wir Ihnen heute vorschlagen ins Emmental zu fahren, genauer gesagt nach Rüedisbach, hat natürlich einen anderen Grund. Alle langjährigen Kundinnen und Kunden unter Ihnen ahnen es vielleicht bereits: Zürchers geben wieder feines Hühnerfleisch ab.

### Auf den Tisch statt in die Biogasanlage

Die Familie Zürcher liefert die Bio-Eier für Ihr BioBouquet. Und in jedem Frühjahr schlachten Zürchers die ausgedienten Legehennen. Aber was passiert mit diesen Tieren? Es ist vor allem in der konventionellen Landwirtschaft weit verbreitet, diese Hühner in der Biogasanlage zu verwerten. Diese Form des food wastes wollen Zürchers aber nicht und dafür sind wir Ihnen dankbar.

### Brüstchen, Bratwürste, Hamburger und Co

Zürchers haben sich stattdessen auf die Suche nach einem Bio-Metzger gemacht und Christian Kopp kennengelernt. Jedes Jahr schlachtet er jetzt Zürchers Hühner – wie gut, dass auch er im Emmental lebt. So müssen die

Tiere nicht weit reisen. Dank vieler helfender Hände der Familie Zürcher gibt es dann eine ganze Auswahl an hochwertigen Lebensmitteln aus dem edlen Bio-Fleisch.

### Mehrere Fliegen mit einer Klappe schlagen

Wenn Sie gerne von diesem Fleisch beziehen möchten, füllen Sie einfach den Zettel aus, den Sie heute in Ihrer grünen Kiste finden und senden Sie ihn bitte direkt an Zürchers. Am 4. Mai 2018 ab 17.00 Uhr ist Ihre Bestellung dann abholbereit. Eben in Rüedisbach – wo man nicht nur einen schönen Ausflug machen kann, sondern auch noch Zürchers kennenlernt und mit dem Einkauf dazu beiträgt, dass die Familie diesen unkonventionellen Weg gehen kann.

### Auch die Radiesli sind sonnenhungrig

Nicht nur uns, auch dem Gemüse geben Licht und Wärme erst so richtig Schwung. Den Radiesli war es in letzter Zeit leider etwas zu kühl und vor allem gab es noch zu wenig Licht. Deshalb sind sie insgesamt noch nicht gross genug gewachsen und konnten darum nicht in der erwarteten Menge vorbestellt werden. Einen «Lichtblick» gab es aber: Im E-Shop konnten wir Ihnen 100 Bund Radiesli im Abverkauf anbieten.

**Wir wünschen Ihnen eine gute Karwoche und frohe Ostertage. Herzliche Grüsse,**

**für das BioBouquet-Team  
Gerhard Bühler**

Fürs BioBouquet von nächster Woche planen wir voraussichtl. Karotten, Tomaten und Fenchel.

## Den Frühling auf dem Teller genießen:



### Gebratene Kraustiele

Für 4 Personen

#### Zutaten:

600 g Kraustiele

4 Knoblauchzehen

1 Peperoncino

0.5 dl Olivenöl

4 Esslöffel Pinienkerne

Salz, Pfeffer aus der Mühle

#### So zubereitet:

Die Kraustiele rüsten, die Stiele in gut 1 cm breite Streifen schneiden, die Blätter sehr grob hacken.

Die Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Den Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen und in feinste Streifchen schneiden.

In einer weiten Bratpfanne (oder einem Wok) einen Esslöffel Olivenöl erhitzen.

Die Pinienkerne darin golden rösten. Dann herausnehmen und beiseitestellen.

Einen weiteren Esslöffel Öl beifügen und die Knoblauchscheiben darin goldgelb und knusprig braten. Ebenfalls herausheben und zu den Pinienkernen geben.

Das restliche Olivenöl in die Pfanne geben. Den Peperoncino darin kurz andünsten.

Die Kraustiel-Streifen beifügen und unter Wenden 3–4 Minuten braten.

Dann die Blätter beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles nochmals 2 Minuten braten.

Den gebratenen Kraustiel anrichten und dann Knoblauch sowie Pinienkerne darüber verteilen. En Guete!

#### Tipp:

Dazu passt ein Stück Bio-Fleisch. Wenn Sie das Gemüse als «Hauptfigur» (statt als Beilage) servieren möchten, empfiehlt sich ein Kilogramm Kraustiel für vier Personen. Entsprechend müssten Sie dann auch die anderen Zutaten ungefähr verdoppeln.