

Freude über den Frühlingsreigen

Ja, es ist Mitte Mai geworden und das Frühjahr schreitet in «Siebenmeilen-Stiefeln» voran. Ist Ihr Lieblings-Frühlingsbote denn bereits vorbeigekommen? Wir haben jeweils persönliche Frühlingszeichen, über die wir uns besonders freuen ...

Ein jedes geht in seinem Tempo

Der Frühling «passiert» ja nicht über Nacht – auch wenn man immer wieder überrascht ist, wie grün, üppig, bunt nun plötzlich alles ist. Doch jenseits dieser grossen Wow-Momente gibt es viele kleine Frühlingschritte. Sie zeigen sich auf unserem Land: Zum Beispiel die Bergulme in der Hecke ... sie ist wahrlich eine zaghafte Starterin und kommt jetzt erst langsam. Andere legen da ein viel höheres Tempo vor. Die Schwarzpappeln und die Birke etwa, die haben richtig Zug und kommen früh.

Eine beeindruckende Fülle

Auch in Sachen Reihenfolge bietet die Natur eine grosse Vielfalt an. Da wäre zum Beispiel der Weissdorn, der im Grün blüht. Der Schwarzdorn hingegen blüht wie eine Kirsche, da gibt es einen wunderbaren Kontrast zwischen dem schwarzen Holz und seinen weissen Blüten. Erst später folgen seine Blätter. Und die persönlichen Frühlingsboten? Für die einen sind es die Rapsfelder beim Spaziergang, für die anderen vielleicht die Eiche im Park oder die Magnolie im Garten. Bei uns gehören die Zimtröschen dazu ... erst heute Morgen haben wir die Blüten vor dem Fenster entdeckt.

Jetzt kommt der Fenchel aus der Schweiz

Ebenfalls eine grosse Freude ist es, wenn wir wieder ein Gemüse, einen Salat oder eine Frucht umstellen können – von Import auf heimische Ernte! Jetzt gibt es den ersten Fenchel aus der Schweiz, zwar noch in reduzierter Menge, aber er kommt. Auch die Grünspargeln sind aus Schweizer Anbau und mit dem Eisbergsalat hat auch der letzte Salat gewechselt. Der Broccoli wird der nächste sein, bei dem wir umstellen können. Da kommt Abwechslung ins Regio-Sortiment!

Manchmal gibt es eine «Blase»

Immer wieder bekommen wir wunderbare Nachrichten von Ihnen und freuen uns über lobende Worte und die Freude am Gemüse, die zum Ausdruck kommt. Doch es ist wie immer und überall: Manchmal drückt auch einfach der Schuh. Während die einen das offener mitteilen, sind die anderen vielleicht lieber erstmal zurückhaltend. Das ist wahrscheinlich Typsache, denken wir. Ganz offen sagen wir darum, dass wir uns freuen, wenn Sie sich melden und uns sagen, wo die «Druckstellen» sind. Wir sind froh, wenn wir diese kennen und wir lernen gerne dazu.

**Viel Freude am Frühling wünschen wir Ihnen und wann immer nötig:
einen griffbereiten Schirm!**

Herzliche Grüsse von Gerhard Bühler und dem BioBouquet-Team

FrISChe Küche direkt aus Ihrem BioBouquet:



Risotto mit Kohlrabi und RüeblI

Für 4 Personen

Zutaten:

300 g RüeblI, gerüstet, in 2-3 mm dicke Scheiben geschnitten	1 dl Weisswein oder Bouillon
1 Kohlrabi, gerüstet, in 3x3 mm grosse Würfel geschnitten	7-8 dl heisse Bouillon
1 Zwiebel, fein gehackt	0,5 dl Rahm
1 Knoblauchzehe, gepresst	wenig Salz
etwas Butter zum Dämpfen	Pfeffer
350 g Risottoreis	50 g geriebenen Käse
	1-2 EL Petersilie, fein gehackt
	etwas Thymian, getrocknet

So zubereitet:

Die Zwiebel und den Knoblauch in der Butter andämpfen.
Den Reis beifügen und unter ständigem Rühren dünsten.
Das Gemüse dazugeben, mitdünsten.
Mit Weisswein oder Bouillon ablöschen.
Heisse Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazu giessen
Bei kleiner Hitze 15-20 Minuten kochen. Rahm beifügen, würzen.
Risotto auf Tellern anrichten, mit Käse und Petersilie bestreut servieren. En Guete!

Tipp:

Kohlrabi lässt sich – wie die RüeblI, Radiesli oder Peperoni – wunderbar als Rohkost essen. Vielleicht mit einem feinen Dip? Für einen **selbstgemachten Kräuter-Dip** folgende Zutaten vermengen und würzen:

80 g Doppelrahmfrischkäse	¼ TL Salz
100 g Magerquark	1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und ½ EL Saft	