

## Startklar für den Frühling

Ob Mensch oder Maschine – wir sind parat für das Frühjahr und alle Aufgaben, welche damit verbunden sind. Während die ersten Aussaaten dieses Jahres bereits im Gewächshaus keimen, ist uns einmal mehr etwas Schönes aufgefallen ...

### Am Anfang kommt die Wurzel

Jedes Jahr ist die Saatgutbestellung etwas Besonderes – und erst recht sind es die ersten Aussaaten! In unserem Gewächshaus keimen und gedeihen im Moment die Kefen, der Asiasalat sowie der Rucola. Noch klein und zart sind die Pflänzchen und doch voller Kraft und Werdelust. Wenn man sie genauer anschaut ... kommt da eigentlich zuerst ein Spross, der sich nach oben reckt? Nein, die «Jungen» gehen mit den Wurzeln voran und verankern sich als Erstes im Boden.

### Ein wertvolles Sinnbild

Erst einmal Wurzeln bilden, im Anschluss nach oben strecken und wachsen – ist das nicht ein schönes Sinn-Bild? Ein Bild für die Sinne, in diesem Fall für die Augen oder die Fingerspitzen, welche die Pflänzchen behutsam befühlen. Immer, wenn uns wieder auffällt, wie die Natur Wachstum aufgleist, versetzt es uns in Stauen. Hoffentlich gedeihen die Pflänzchen weiterhin so gut.

### Die Wärme gefällt dem Portulak

Deutlich weiter als die Kefen, der Asiasalat und der Rucola sind die Winterkresse und der Portulak. Hier konnten wir bereits ernten und Ihnen vom frischen Grün einpacken. Gerade der Portulak und die Winterkresse haben es gerne, dass es im Moment nicht mehr so kalt

ist. Sie wachsen kräftig und wir sind zuversichtlich, dass wir bald noch mehr ernten können.

### Ein Besuch beim Federkohl

Auch noch einmal eine Ernte wird es wahrscheinlich beim Federkohl geben. Der Federkohl ist ein Gast mit einem längeren Aufenthalt. Er hat den ganzen Winter auf unserem Feld verbracht. Als der Frost zu fest gewirkt hat, hatten wir aufgehört zu ernten. Jetzt haben wir dem Federkohl einen Besuch abgestattet und ihn in Augenschein genommen. Er steht nicht schlecht da! Natürlich kann noch einiges passieren, Fäulnis oder ein hungriges Reh zum Beispiel. Aber wir sind zuversichtlich, dass wir nochmals ernten können, bevor der Federkohl mit der Blüte seine Saison endgültig abschliessen wird.

### Voller Vorfreude auf die nächsten Wochen

Ist es nicht wunderbar, wie die Vögel morgens wieder zwitschern? Immer mal wieder spitzen wir die Ohren, wenn wir früh die Fenster öffnen oder aus dem Haus gehen. Mit diesem morgendlichen Konzert steigt die Frühlingsvorfreude noch einmal mehr! In der Zwischenzeit sind neben unserem Team auch unsere Maschinen parat. Der Traktor, die Bodenfräse und so weiter sind gewartet. Jetzt kann das Frühjahr kommen.

**Viel Zuversicht und Freude an den schönen Dingen, welche möglicherweise in dieser Woche entstehen werden! Herzliche Grüsse,**

**Gerhard Bühler und das BioBouquet Team**

## Eine Rezeptidee frisch aus Ihrem BioBouquet:



### Rüebli-Spaghetti

Für 4 Personen

#### Zutaten:

400 g Rüebli  
280 g Spaghetti  
1 dl Rahm  
120 g Frischkäse

Salz, Pfeffer  
1 Bund Kräuter, z. B. Schnittlauch oder  
Peterli

#### So zubereitet:

Die Spaghetti in siedendem Salzwasser bissfest kochen.

Unterdessen die Rüebli zu Spiralen (Zoodles werden diese auch genannt; geht am besten mit einem Spiralschneider) oder auch einfach zu sehr dünnen Streifen (mit dem Sparschäler) verarbeiten.

Die Rüebli-Spiralen oder -Streifen kurz vor Koch-Ende zu den Spaghetti geben.

Ca. 2 Minuten mitkochen.

Abgiessen und abtropfen lassen.

Frischkäse und Rahm verrühren und unter die heissen Rüebli-Spaghetti ziehen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kräuter fein schneiden und darüber geben.

#### Tipp:

Je nach Gusto können die Spaghetti mit Erbsli, Speckwürfeli, Baumüssen oder Peperoncini ergänzt werden. Viel Freude beim Experimentieren und en Guete!