

## Wie schön, sie sind eingezogen!

Es ist schon eine ganze Weile her – irgendwann im April muss es gewesen sein, dass wir bei einem Spaziergang Turmfalken beobachtet haben. Damals hatten wir gehofft, dass sich wieder welche bei uns einnisten ... und siehe da!

### Freude über die neuen «Mieter»

Um es gleich vorwegzunehmen, die Neuen sind recht scheue «Mieter» und zeigen sich nur selten. Man muss gut hinschauen und etwas Glück haben – und doch, wir sind sicher, sie sind da: Zwei Turmfalken haben in unserem Schleiereulenkasten Quartier bezogen. Bereits letztes Jahr hatte ein Pärchen dort ein Junges grossgezogen. Ob es auch in diesem Jahr Nachwuchs gab, wissen wir nicht, aber die Freude über diese besonderen Gäste ist gross.

### Die unliebsamen «Fussbäder» ...

Besonders viel Kraft und Durchhaltevermögen brauchen im Moment die Kulturen, die auf unserem Freiland wachsen. Ob Buschbohnen, Rosenkohl, Randen, Fenchel, Peterli oder Salat: Sie alle leiden unter der enormen Nässe, die gerade herrscht. Durch den vielen Regen sind unsere Böden mit Wasser gesättigt und dass die Gemüse und Salate nicht auf «Fussbäder» stehen, sieht man ihnen deutlich an.

### ... hinterlassen ihre Spuren

Die meisten Pflanzen hängen schlaff gen Boden, statt sich voller Wachstumsfreude in Richtung Himmel zu recken. Besonders hart trifft es die Jungen, die frisch gepflanzt und

noch nicht etabliert sind. Von Wachstum kann da keine Rede sein. Man sieht es auch an den stark verfärbten Blättern, dass die Pflanzen gerade vielmehr damit beschäftigt sind, sich über die Runden zu bringen. So sehr setzt ihnen der viele Regen zu.

### Daumen drücken!

Nun hoffen wir, dass der Wetterfrosch bald wieder seine Leiter nach oben klettert und auch unsere schweren Böden, welche die Nässe besonders gut halten (in trockenen Jahren kommt uns das zugute), wieder abtrocknen können. Dann werden sich sicher auch die Pflanzen bald wieder erholen!

### Strahlend rote «Bio-Ohringe»

Wetter hin oder her: Über eine Portion Sommergefühl und vielleicht auch Kindheitserinnerungen dürfen Sie sich voraussichtlich in den nächsten beiden Wochen freuen, denn wir haben feine Kirschen ins Sortiment eingeplant. Ob Sie dann einmal wieder Ihre Fähigkeiten im Kirschkernweitspucken testen, oder einfach die feinen Früchte geniessen, ist natürlich ganz Ihnen überlassen. Freuen Sie sich auf die Bio-Kirschen, die von der Familie Schenk aus Madiswil stammen.

**Wir wünschen Ihnen viel Genuss und Freude in dieser ersten Juliwoche!**

**Herzliche Grüsse,**

**Gerhard Bühler und das BioBouquet-Team**

## Inspiration für die Küche frisch aus Ihrem BioBouquet:



### Gemüsepizza

Für 4 Portionen

#### Zutaten:

##### Pizzateig (muss ca. 1 h gehen):

500 g helles Urdinkelmehl  
2½ TL Salz, ca. 15 g  
20 g Hefe  
3 dl Wasser, handwarm  
2 EL Olivenöl  
Mehl zum Auswallen

##### Belag:

150 g Tomaten  
2 Mozzarella à 150 g  
2 Zucchini  
1 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

Das Rezept ist für ein Blech à ca. 30x40 cm.

#### So zubereitet:

##### Pizzateig (muss ca. 1 h gehen):

Für den Teig Mehl und Salz mischen.

In die Mitte eine Mulde drücken.

Die Hefe im handwarmen Wasser auflösen und vorsichtig mit dem Öl zum Mehl in die Mulde gießen.

Alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten.

Mit einem feuchten Tuch zudecken und bei Zimmertemperatur ca. 1 Stunde gehen lassen.

##### Pizza:

Die Tomaten in Stücke schneiden.

Den Mozzarella an der Röstiraffel reiben, oder mit den Fingern in kleine Stücke zerteilen.

Die Zucchini längs mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden.

Dann mit dem Öl vermischen und leicht salzen.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Den Teig auf wenig Mehl gleichmässig auswallen.

Auf ein mit einem Backpapier belegtes Blech legen.

Gemüse und Mozzarella darauf verteilen.

Mit Salz und Pfeffer (und nach Belieben etwas Oregano) würzen.

Die Pizza in der Ofenmitte ca. 25–30 Minuten backen.

#### Tipps:

Der Teig lässt sich wunderbar am frühen Morgen vorbereiten, bevor man das Haus verlässt – am Mittag wird dann mit wenigen Handgriffen eine feine Pizza daraus.

Und: Machen Sie gleich die doppelte Menge Teig und frieren Sie die eine Hälfte ein. Vor dem Gehenlassen! Diesen Teig können Sie dann am Vorabend aus dem Gefrierfach nehmen und im Kühlschrank auftauen und gehenlassen. Bis es am Mittag Pizza gibt, ist er perfekt.