

## Vom Säen und vom Ernten

Zwar ist es noch recht warm, doch der Herbst klopft schon zart an die Türen. Hier und da färben sich die Blätter und mit der Herbsternste und den Alpabzügen ist die Zeit des Erntedanks gekommen. Uns wird einmal mehr bewusst, dass übers Jahr hinweg nicht nur draussen auf den Feldern, sondern auch «drinnen» etwas passiert.

### Das Lager ist nun gut gefüllt

Die Orangen Knirpse in Ihren BioBouquets hatten Ihnen in der vergangenen Woche vom Start der Kürbisernte erzählt. Vielleicht haben Sie eine feine Suppe gekocht? In der Zwischenzeit ist die Kürbisernte abgeschlossen und auch die Randen und den Zuckerhut haben wir bereits geerntet. Das geht in mehreren Etappen und jetzt warten Gemüse und Salate im Kühlraum auf ihren «Einsatz». Dort bleiben sie lange frisch.

### Ein Hallo hier, ein Ade dort ...

Es ist also einiges los im Moment bei uns in Thunstetten und es fühlt sich an, als ob wir die ganze Zeit mit Begrüssen und Verabschieden beschäftigt wären. Ein «Auf Wiedersehen, Kürbis!» hier – ein «Hallo Nüssler!» dort. Der Nüssler steht nämlich bereits in den Startlöchern. Und während man sich so durch die Beete arbeitet, merkt man, dass etwas dazwischenliegt zwischen Aussaat und Ernte.

### ... und der Blick ins «innere Gärtli»

Beim Säen schwingt die Hoffnung mit, beim Ernten hat sie sich in Dankbarkeit verwandelt. Und dazwischen? Da läuft es mal mehr oder weniger glatt, es gibt Verzögerungen – oder

richtige Vorzeigekandidaten in den Beeten. Man weiss es vorher nie. Aber etwas Wundervolles bleibt es allemal.

### Immer wieder anpassen ...

Es ist bewegend zu sehen, was da kommt und geht in einem Jahr. Zwischen der Arbeit draussen und der Dankbarkeit drinnen sind wir auch immer wieder am Reflektieren: Passt es noch so, wie wir dieses oder jenes in diesem Jahr gemacht haben? Wir schreiben auf, was wir in der nächsten Saison ein kleines bisschen früher oder später säen möchten. Jetzt zum Beispiel haben wir eine rechte Salatfülle und auch der Zuckerhut wartet ja schon im Frigo.

### ... und im neuen Jahr wieder ausprobieren

Darum wollen wir den Zuckerhut und den Endivien im nächsten Jahr etwas später säen. Die Kefen wiederum eine Woche früher. Sie haben das kühle Frühjahr gerne und kommen weniger in die Hitze, wenn sie eher starten. Das sind die Pläne, die wir aufgrund unserer laufenden Erfahrungen machen – mal schauen, was das neue Jahr dann bringen wird. Wir freuen uns bereits darauf, Ihnen auch dann frisch gefüllte Kisten packen und vorbeibringen zu dürfen.

**Viel Freude an Ihrem BioBouquet wünschen wir Ihnen! Herzliche Grüsse in Ihre Woche,  
Gerhard Bühler für das ganze BioBouquet-Team**

Fürs nächste BioBouquet planen wir voraussichtlich Karotten, Blumenkohl und Fenchel.

**Feines neu kombinieren – frisch aus Ihrem BioBouquet:**



## **Buschbohne küsst Tomate – ein Salatrezept**

**Für 4 Portionen**

### **Zutaten:**

500 g Buschbohnen  
1 mittlere Zwiebel oder  
3 Stück Bundzwiebeln  
½ Bund Petersilie  
2 Tomaten

### Salatsauce:

5 EL Olivenöl  
5 EL Balsamico hell  
1 TL körniger Senf  
Salz, Pfeffer  
1 Knoblauchzehe

### **So zubereitet:**

Die Buschbohnen waschen und die Enden abschnippeln.

Die Bohnen in kochendem Salzwasser in ca. 10-15 Minuten al dente garen.

Die gekochten Bohnen unter eiskaltem Wasser abschrecken, dann behalten sie ihre frische, grüne Farbe.

Alle Zutaten für die Sauce miteinander vermischen. Die klein geschnittene Zwiebel und die gehackte Petersilie in die Sauce geben und die noch warmen Bohnen mit der Sauce vermengen.

Etwa 1-2 Std. bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Die Tomaten waschen und achteln.

Dann die Tomaten dazugeben.