

## «Härte schwand. Auf einmal legt sich Schonung ...»

Mit diesen Worten beginnt ein Gedicht von Rainer Maria Rilke, welches uns diese Woche begegnet ist. Richtig passend hat es sich angefühlt – jetzt wo die eisigen Tage vorbei sind und draussen auf einmal eine andere Witterung und eine andere Stimmung herrschen ...

### Freude über den Vorfrühling

Sicher, noch sind gute Schuhe und warme Jacken gefragt, wenn man aus dem Haus geht. Und doch hat der März einen Umbruch gebracht: Die Frühlingsboten, welche im Januar bereits einmal an die Tür geklopft hatten, zeigen sich jetzt deutlich. Auch wer früh aufsteht, kann bereits Tageslicht geniessen und die Eiseskälte der letzten beiden Wochen ist milden Temperaturen gewichen.

### Lukasz und Pschemek pflanzen ...

Dieser Wechsel tut auch den ersten neuen «Gewächshaus-Bewohnern» dieser Saison gut. Denn bereits in der vorletzten Woche haben Lukasz und Pschemek mit dem Pflanzen begonnen. Die beiden haben – Jungpflänzchen für Jungpflänzchen – Rucola, Spinat, Krautstiel und Peterli ins Gewächshaus gesetzt. Im «Aktuell» auf unserer Website dürfen Sie Lukasz und Pschemek bei dieser Arbeit über die Schultern schauen.

### ... kleine, grüne «Insulaner»

Rucola, Spinat, Krautstiel und Peterli stammen von der Bio-Gärtnerei Bärthele von der Insel Reichenau, wo sie für uns herangezogen wurden. Das machen wir in der Winterzeit nicht selbst, denn für ein paar Quadratmeter Anzucht müssten wir das ganze Gewächshaus

heizen. Das macht wenig Sinn. Auf der Reichenau hingegen sind die Gewächshäuser gut gefüllt und das Heizen lohnt sich wirklich. Deshalb kommen diese Jungpflanzen von dort. Ökologisch eine gute Sache und die Qualität stimmt auch – bio natürlich!

### Wann sind sie denn soweit?

Jetzt kommt es ganz darauf an, wie es mit der «Schonung» weitergeht. Denn neben Wasser und guter Pflege brauchen die jungen Pflanzen vor allem Licht und Wärme. Aber in Sachen Geschwindigkeit hat der Rucola sicherlich die Nase vorne: Im letzten Jahr gab es bereits Ende März/anfangs April den ersten Schnitt. Freuen Sie sich auf den kräftigen Salat!

### Die Orangen mögen's kühl

Im Moment kann man noch die klassischen «Winter-Früchte» geniessen. Vielleicht haben auch Sie Orangen in Ihrer grünen Kiste? Bitte melden Sie es uns ungeniert, sollte einmal eine Frucht faulig sein, wenn Sie sie auspacken. Den Ausfall vergüten wir Ihnen. Nach dem Auspacken zählt die richtige Lagerung: Die Orangen bewahren Sie am besten im Kühlschrank auf. So halten sie sich am längsten. Für den grössten Genuss nehmen Sie die Orangen einfach ein paar Stunden, bevor Sie sie essen möchten, heraus.

**Geniessen Sie Ihr BioBouquet und die verheissungsvollen Vorfrühlingstage! Herzlich,**

**für das BioBouquet-Team  
Gerhard Bühler**

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

## Frisches knabbern aus Ihrem BioBouquet:



### Feiner Dip für Rüebli, Sellerie und Co Für 4 Personen

#### Zutaten:

400 g Kuhmilch-Feta

1 dl Rahm

½ Zitrone (Saft)

1-2 Knoblauchzehen, gepresst

3 Zweiglein Dill, gehackt

3 Zweiglein Pfefferminze, gehackt

Salz, Pfeffer aus der Mühle

z.B. 1 Bund zarter Stangensellerie,  
Stängel in ca. 10 cm lange Stücke  
geschnitten

#### So zubereitet:

Feta und Rahm zusammen mixen, Zitronensaft, Knoblauch und Kräuter daruntermischen und würzen.

Den Dip in kleine Schälchen füllen und zu den Selleriestängeli servieren.

**Tipp:** Dieser Dipp macht sich auch gut mit Rüebli, Kohlrabi oder Knollensellerie und ist eine tolle Begleitung, wenn Sie knackig-frisches Gemüse zum Apéro zu servieren möchten. Oder einfach zwischendurch Lust haben, etwas Rohkost zu knabbern.