

Von «Kühen», die unter der Erde leben

Gemüse, Salate und Früchte wachsen und gedeihen dank Licht, Luft, Wasser – und einem guten Boden. Letzterem versuchen wir so gut als möglich Sorge zu tragen. Schliesslich ist einiges los da unten ...

Die Geschichte beginnt im letzten Sommer

Zwei grosse Kleewiesen gab es in der letzten Saison bei uns auf dem Betrieb. Den noch jungen Klee haben wir gemäht und siliert. Silieren heisst so viel wie einlagern, oder einsäuern. Der Klee durchläuft dann denselben Prozess wie Sauerkraut. Sie kennen vielleicht die grossen, eingepackten Silo-Ballen, die mancherorts auf den Feldern liegen? Genau so sehen unsere auch aus.

Ein «Mäntelchen» für kleine Pflanzen ...

Jetzt haben wir die grossen Silo-Ballen, welche fast ein Jahr ruhen konnten, wieder hervorgeholt und zum Gewächshaus gerollt. Dort haben wir sie aufgeschnitten und die Silage von Hand rund um die Zucchetti und die Patissons verteilt. Richtig wohlig «eingepackt» sehen die Pflänzchen jetzt aus.

... und Futter für den Boden

Aber was hat es jetzt mit den «Kühen» auf sich? Das ist ein sehr eindrückliches Bild für das Leben unter der Erde: Im Boden leben auf einem Hektar Fläche etwa 15 Tonnen Bodenlebewesen. Das entspricht dem Gewicht von 20 Kühen! Kaum vorstellbar – und gleichzeitig einleuchtend, dass man sich um diese «Herde» kümmern muss. Mit dem Silo füttern wir die «Kühe» - also Bodenlebewesen.

Sie wiederum sorgen dafür, dass der Boden vielseitig, lebendig und fruchtbar bleibt. Ein gutes Miteinander: Schliesslich kommt das unseren Zucchetti und Patissons zu Gute. Es fühlt sich sehr richtig an, den Kreislauf auf diese Weise zu stärken und in Schwung zu halten.

«Tag des offenen Gewächshauses»

An einem Dienstag anfangs August haben Sie die Möglichkeit, unseren Packerinnen, den Fahrern und dem ganzen BioBouquet-Team «live» bei der Arbeit über die Schulter zu schauen. Denn wir öffnen unsere Türen und freuen uns darauf, allen Gwundrigen den Betrieb zu zeigen und einander kennenzulernen. Wenn Sie Lust auf diesen Flurgang haben, reservieren Sie sich doch folgendes Datum:

Dienstag, 7. August:

9.30 Uhr: Kaffee und Gipfeli

10-11.00 Uhr: Rundgang

Damit wir planen können, freuen wir uns über Ihre Anmeldung bis am Sonntag, 5. August. Senden Sie uns einfach ein Mail an info@biobouquet.ch oder rufen Sie uns an:

062 958 50 60 – und wir reservieren Ihnen gerne Ihren Platz. Bis bald in Thunstetten!

**Wir wünschen auch Ihnen viel «Nährendes» für eine schwungvolle Woche,
herzlich für das BioBouquet-Team
Gerhard Bühler**

Knackig-frisch aus Ihrem BioBouquet:



Buschbohnen-Salat

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 Spitze und den Stielansatz abschneiden.

Die Tomaten waschen und achteln.

Die Bohnen dann in kochendem Salzwasser in ca. 12 Minuten al dente garen.

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

Für die Sauce alle Zutaten vermischen.

Die Zwiebel schälen und klein schneiden, die Petersilie waschen und hacken.

Beides zur Sauce geben.

Die noch warmen Bohnen in die Sauce geben und bei Zimmertemperatur etwa 1-2 Stunden ziehen lassen. Zum Schluss die Tomaten dazugeben – und genießen!



Schneller Bohnen-Kartoffelsalat

Für 4 Portionen

Zutaten:

600 g festkochende Kartoffeln
600 g Buschbohnen
etwas Gemüsebouillon

1 EL Senf

4 EL Rapsöl

4 EL Olivenöl

Sauce:

4 EL Apfel- oder Weissweinessig
ca. 4 EL frisch gepresster Zitronensaft

Salz, Pfeffer aus der Mühle

gehackte glattblättrige Petersilie

So zubereitet:

Kartoffeln in der Schale im Dampf weich garen, noch warm schälen und in Scheiben schneiden. (Alternativ Kartoffeln vom Vortag verwenden.)

Bohnen rüsten (Enden abschneiden und ggf. abfädeln) und ca. 12-15 Minuten in der Bouillon knackig garen. Dann mit kaltem Wasser abschrecken.

Für die Sauce alle Zutaten vermengen.

Kartoffeln und Bohnen mit der Sauce mischen, ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Tipp: Dieses Rezept eignet sich besonders gut mit Bohnen oder Kartoffeln vom Vortag.