

## Frühling wird's an allen Ecken

Wärmere Tage, Knospen und Blüten, Sonne und Licht: Der Frühling hat angefangen! Nicht nur draussen, sondern auch kalendarisch. Am Sonntag ging es los – und auch bei uns mehren sich die Frühlingszeichen ...

### Die Winterkresse legt ein Finale hin ...

Im Spätsommer haben wir sie gesät, im Herbst gepflanzt und zuletzt immer wieder geschnitten, also «geerntet»: Die Winterkresse hat uns nun lange begleitet und in dieser Saison ist sie besonders gut gediehen. Entsprechend war sie ein häufiger Gast in Ihren BioBouquets. Dessen sind wir uns bewusst und wir hatten und haben volles Verständnis, wenn sich der eine oder die andere mit der Zeit eine Alternative zur Winterkresse-Lieferung ausgewählt hat.

### ... und beginnt zu blühen

Jetzt spürt die Winterkresse den Frühling. Statt neue Blätter zu machen, stellt sie auf junge Blüten um. Dabei legt sie ein beeindruckendes Tempo vor – wo am Freitag vielleicht nur ganz kleine Knöspchen waren, sieht es am Montag bereits ganz anders aus. Es ist ein richtiger Prozess damit verbunden: Die Winterkresse bildet erst einen Stängel und verholzt diesen dann. Ein wenig wie Stroh sieht das mit der Zeit aus. So geht die Zeit der Winterkresse blühend zu Ende.

### Franz bringt Präparate aus ...

Auch Franz war «in Sachen Frühling» unterwegs. Zum ersten Mal in diesem Jahr hat er das Horn-Mist-Präparat gerührt und ausgebracht. Das ist Handarbeit und wir sind dankbar darüber, dass Franz sich dieser Aufgabe annimmt. Mit seinen regelmässigen Einsätzen haben die Präparate bei uns noch an Bedeutung gewonnen. So trägt Franz als «Präparate-Meister» zum Zusammenspiel aus Gärtnerinnen und Gärtnern, Packerinnen, Fahrern und unserem Büro-Team bei.

### ... ganz im Sinne der Salutogenese

Die Präparate sind ein Teil der biodynamischen Landwirtschaft, in der es darum geht, das Ganze zu stärken und Boden, Pflanze, Tier und Mensch als Teil eines grossen Kreislaufs zu sehen. Es gibt dieses Wort: Salutogenese. Man stolpert mit der Zunge und fragt sich, was da wohl dahintersteckt. Die Salutogenese fragt, wie Gesundheit entstehen und mit welchen Bedingungen man diese unterstützen kann. In diesem Kontext sind auch die Präparate, welche den Boden stärken, zu sehen.

**Einige wärmende und stärkende Frühlingsmomente wünschen wir Ihnen!**

**Herzliche Grüsse**

**von Gerhard Bühler und dem BioBouquet Team**

P.S. Sa-lu-to-ge-ne-se ... Gibt es da keine Eselsbrücke, damit man behält um was es geht? Wir merken uns ein freudiges «SalutGesundheit!» und begrüssen die Gesundheit auf diese Art. Mit einem Schmunzeln natürlich!

Eine Rezeptidee frisch aus Ihrem BioBouquet:



## Zucchini-Täschli mit Parmesan

Für ca. 3 Personen

### Zutaten:

ca. 250 g Zucchini

4 Eier

40 g geriebener Parmesan

1 TL Thymian, fein gehackt

0.5 TL Salz

wenig Pfeffer

etwas Olivenöl

### So zubereitet:

Die Zucchini rüsten und fein raffeln.

Die Eier «verklopfen» und mit dem Parmesan, dem Thymian, dem Salz und ein wenig Pfeffer in eine Schüssel geben und gut verrühren.

Dann die geriebenen Zucchini dazugeben und alles vorsichtig vermengen.

Das Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen.

Jeweils circa 2 Esslöffel Zucchettimasse für ein Täschli in die Pfanne geben und etwas zusammenschieben.

Die Täschli beidseitig ca. 2 Minuten braten und dann servieren.

### Tipp:

Zu den Zucchini-Täschli passt z. B. eine grosse Portion Salat.

Und: Die Täschli lassen sich auch aus (oder kombiniert mit) Rüeblen machen.