KUNDENBRIEF **KW49**

04.12.- 10.12.2023

S'BIOBLATTL

Die Neuübernahme von BIOMITTER

am 1.11. 23 hat einiges an Arbeit, lernen und Flexibilität von uns gefordert, und tut es immer noch.
Darüber haben wir fast unsere Freunde, die Vögel, vergessen. Aber nur fast…..
Mitte Oktober bis Anfang November beginnt man am besten die Fütterung, sodass die Vögel die Futterstelle schon vor dem ersten Schnee kennen. Wer möchte kann aber auch jetzt noch beginnen, Vögel füttern schadet nie!
Das Futter muss vor Nässe und Verunreinigung gut geschützt sein. Die Futterstelle immer in die Nähe von Hecken oder Büschen hängen. So können sich die Vögel vor Katzen in Sicherheit bringen. Sonnenblumenkerne als Basisfutter ist ideal, weil sehr viele Vogelarten davon profitieren (Meisen, Kleiber….). Für kleinere Körnerfresser kann man Hanf - oder Mohnsaaten anbieten, auch Hirse.
Fettgetränkte Haferflocken, Rosinen, Äpfel nähren Weichfutterfresser wie z.B. die Amsel.
Meisenknödel und Nüsse werden auch gerne angenommen. Auf keinen Fall dürfen Speisereste oder Brot ins Futterhäuschen kommen, das darin enthaltene Salz wird zum Problem für die Vögel.
Im Frühling lässt man dann das Füttern langsam auslaufen.

Der Vogel des Jahres 2024 ist die **Grauammer.**

Sie gilt als besonders schutzbedürftig, da ihre Lebensräume wie Brachen, Feldraine, Strauchgürtel immer weniger werden, Der Pestizideinsatz in der Landwirtschaft macht ihr, wie allen anderen Vögeln und Wildtieren, das Überleben schwer.

Buchtipp : Der österreichische Brutvogelatlas, Erscheinungstermin Jänner 2024

LIEFERTAGVERSCHIEBUNG
in der Woche 49

Freitag, 08.12.2023 ist ein Feiertag

wir liefern in dieser Woche wie folgt:

Montag-Dienstag-Mittwoch
Lieferungen bleiben wie gehabt
Donnerstag-Lieferungen auf Mittwoch
Freitag-Lieferungen auf Donnerstag

Rote Rüben

Die Rote Rübe wird umgangssprachlich verschieden bezeichnet:
Rauna, Rande, Rote Bete (diese Bezeichnung kommt von dem
lateinischen Wort für Rübe: Beta). Sie ist wegen ihrer guten
Haltbarkeit ein klassisches Wintergemüse. In der kalten Jahreszeit
schätzen wir sie als Vitaminspenderin (hoher Anteil an Vitamin B und
Folsäure). Um die enthaltene Oxalsäure zu neutralisieren, stets einen
Spritzer Zitronensaft zufügen.

Sauerkrautsalat

500g Sauerkraut
1 großen Apfel mit Schale
1 mittlere Karotte
Öl
Gehackte Walnüsse nach Wunsch
Sauerkraut im Sieb ein wenig abtropfen
lasse, den Apfel auf der Reibe grob reißen.
Die Karotte auf der Reibe fein reißen, Öl darüber gießen, alles vermischen.
Uns schmeckt das Kernöl zum Sauerkraut am besten!

Backofengemüse mit Roten Rüben:

Rote Rüben
Kartoffeln
Zwiebeln
und Gemüse nach Wunsch
Gemüse in 3-5mm dicke Scheiben schneiden und auf dem eingefetteten Backblech nach Sorten verteilen. Kräutersalz darüberstreuen, nochmal ÖL darüber verteilen und bei 220 °Ca 1/2 Stunde backen.
Das Gemüse dazwischen 1-2 mal mit dem Pfannenwender wenden.
Eventuell vor dem servieren gerösteten Sesam darüberstreuen.
Naturjoghurt mit Zitronensaft abschmecken und dazureichen!