



KW 19 - 06.05.- 12.05.2024

**bio**  
**mitter**  
...bringt's

## S' BIOBLATTL

Leider haben wir uns letzte  
Woche

Von einer unserer Hennen  
verabschieden  
müssen:

**„DIE EIERLEGENDE  
EIERLEGENDE kam zu  
ihrem  
EIERLEGENEDE!“**

„Nein Scherz, es ist kein  
Huhn gestorben. Wir faden  
das Wortspiel nur so witzig“



### **Wie Palatschinken nicht anbrennen:**

Den Pfannenboden reich-  
lich mit feinkörnigem  
Salz bedecken, das Salz  
ganz heiß werden lassen  
und dann aus der Pfanne  
nehmen. Nun ist die Pfanne  
bereit für Deine Palatschin-  
ken!



### **Mangold bunt**

Mangold, deutschschwei-  
zerisch auch Krautstiel  
genannt, ist eine Gemü-  
se-pflanze. Sie ist eine Kul-  
turform der Rübe, verwandt  
mit der Zuckerrübe, der  
Futterrübe und der Roten  
Rübe. Mangold gehört zur  
Unterfamilie der Betoideae  
in der Familie der Fuchs-  
schwanzgewächse.

**Eine Portion von 200g deckt  
zu 4/5 den Tagesbedarf  
an Vitamin C. Mit 2,7 milli-  
gramm pro 100g**

Ist Mangold im oberen Be-  
reich der pflanzlichen  
**Eisenlieferanten**  
angesiedelt.

#### **LIEFERTAGVERSCHIEBUNG**

**in der Woche 19  
(06.05.-12.05)**

wir liefern in dieser Woche  
wie folgt:

**Donnerstag-Lieferungen**

**werden am  
Mittwoch (08.05)  
zugestellt**

#### **LIEFERTAGVERSCHIEBUNG**

**in der Woche 21  
(20.05.-26.05)**

wir liefern in dieser Woche  
wie folgt:

**Montag-Lieferungen**

**werden am  
Dienstag (21.05)  
zugestellt**

**Dienstag-Lieferungen**

**werden am  
Mittwoch (22.05)  
zugestellt**

#### **LIEFERTAGVERSCHIEBUNG**

**in der Woche 22  
(27.05.-02.06)**

wir liefern in dieser Woche  
wie folgt:

**Donnerstag-Lieferungen**

**werden am  
Mittwoch (29.05)  
zugestellt**



„**Pfannkuchen mit Salat**“ für uns sorgt das Rezept in Gedichtform in dem man die Vorfreude auf das Essen schon spürt, immer für ein Schmunzeln...

Von Fruchtomletts, da mag berichten  
Ein Dichter aus den höhern Schichten.  
Wir aber, ohne Neid nach oben,  
Mit bürgerlicher Zunge loben  
Uns Pfannekuchen und Salat.  
Wie unsre Liese delikat  
So etwas backt und zubereitet,  
Sei hier in Worten angedeutet.  
Drei Eier, frisch und ohne Fehl,  
Und Milch und einen Löffel Mehl,  
Die quirlt sie fleißig durcheinand  
Zu einem innigen Verband.  
Sodann, wenn Tränen auch ein übel,  
Zerstückelt sie und mengt die Zwiebel  
Mit Öl und Salz zu einer Brühe,  
Daß der Salat sie an sich ziehe.  
Um diesen ferner herzustellen,  
Hat sie Kartoffeln abzupellen.  
Da heißt es, fix die Finger brauchen,  
Den Mund zu spitzen und zu hauchen,  
Denn heiß geschnitten nur allein  
Kann der Salat geschmeidig sein.  
Hierauf so geht es wieder heiter  
Mit unserm Pfannekuchen weiter.  
Nachdem das Feuer leicht geschürt,

Die Pfanne sorgsam auspoliert,  
Der Würfelspeck hineingeschüttelt,  
So daß es lustig brät und brittelt,  
Pisch, kommt darüber mit Gezisch  
Das ersterwähnte Kunstgemisch.  
Nun zeigt besonders und apart  
Sich Lieschens Geistesgegenwart,  
Denn nur zu bald, wie allbekannt,  
Ist solch ein Kuchen angebrannt.  
Sie prickelt ihn, sie stockert ihn,  
Sie rüttelt, schüttelt, lockert ihn  
Und lüftet ihn, bis augenscheinlich  
Die Unterseite eben bräunlich,  
Die umgekehrt geschickt und prompt  
Jetzt ihrerseits nach oben kommt.  
Geduld, es währt nur noch ein bisschen,  
Dann liegt der Kuchen auf der Schüssel.  
Doch späterhin die Einverleibung,  
Wie die zu Mund und Herzen spricht,  
Das spottet jeglicher Beschreibung,  
Und darum endet das Gedicht.

Copyright © 2024 Wilhelm Busch — Produktion SPIELER  
Internet

