



KW 25 - 17.06.- 23.06.2024

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

S' BIOBLATTL

Dauerhaftes Regenwetter: wie geht's auf dem Hof?

Vielerorts hat es in den letzten Wochen oft und viel geregnet. Bei uns gab es große Regenmengen gut verteilt, und keine heftigen Gewitter oder Regenschauer. Trotzdem, ist es eine herausfordernde Zeit für die Kulturführung des Gemüses und des Obstes. Da der Regen relativ sanft vom Himmel gefallen ist, wurde kein Humus und kein Saatgut ausgeschwemmt. Aber die nassen, lehmigen Wienerwaldböden ließen uns keine Zeit die notwendigen Arbeiten zur Unkrautregulierung zu machen. Schon beim hineinsteigen ins Beet versinkt man und hat gefühlt 6kg Erde auf den Arbeitsschuhen oder Gummistiefeln picken.

Die Obstbäume sind bester Dinge, da sie jetzt endlich wieder ausreichend Wasser im Wurzelbereich zur Verfügung haben. Dies war in den letzten Jahren eher nicht der Fall. Die Wiesen haben überhaupt keine Beschwerden an uns gerichtet, es geht ihnen prächtig (die Heuernte wird halt noch schwierig werden).

Die Tomaten, Paprika, Gurken, Melanzani würden das derzeitige Wetter nicht gutheißen, die sind aber eh unter Dach in den Folienhäusern. Der Salat z. B. findet das kühlerer Wetter mit mehr Feuchtigkeit ganz angenehm, verliert aber an Haltbarkeit. Wir hoffen, dass der Salat schneller wächst, als die Schnecken ihn zsmammfressen können!

Die Erdbeersaison ist heuer verfrüht zu Ende gegangen, die Kollegen, die Erdbeeren anbauen, müssen einigen Schaden hinnehmen.

Wir LandwirtInnen und GärtnerInnen sind immer vom Wetter abhängig, was bei uns immer eine unberechenbare Größe ist. Mit Sortenwahl, Glas- oder Folienhäusern, Beregnungen, Heutrocknungsanlagen etc. können wir uns zum Teil helfen, aber ein Restrisiko bleibt immer.

Wir möchten damit sagen: falls jetzt manches Obst oder Gemüse nicht lieferbar sein sollte, liegt es nicht an der schlechten Organisation, sondern meist am Ausfall wegen des Wetters.

Wir von BIOMITTER und unsere PartnerInnen tun unser Bestes Dein Biokisterl in gewohnter Qualität liefern zu können!



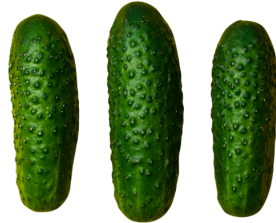
*Wir wünschen Euch
eine schöne Woche!*



Gefüllte Gurkenröllchen mit Topfen und Räucherforelle

Zutaten:

2 große Gurken
200 g Topfen
100 g Räucherforelle
1 kleine rote Zwiebel
1 Bund Schnittlauch
1 Teelöffel Zitronensaft
1 Esslöffel Kürbiskernöl
Salz und Pfeffer
Frische Dillzweige (zur Garnitur)



Gurke

- Hoher Wassergehalt: Gurken bestehen zu etwa 95% aus Wasser, was sie besonders erfrischend macht.
- Antioxidative Eigenschaften: Sie enthalten Antioxidantien wie Beta-Carotin und Flavonoide, die freie Radikale bekämpfen und Entzündungen reduzieren.
- Kühlende Wirkung: Gurkenscheiben auf der Haut können Schwellungen und Augenringe reduzieren und fördern eine gesunde Haut.
- Vielfältige Verwendung: Gurken eignen sich nicht nur für Salate, sondern auch für Suppen, Smoothies, warme Gerichte und als fermentierte Gewürzgurken mit probiotischen Vorteilen.

Zubereitung:

Gurken vorbereiten:

Die Gurken waschen und die Enden abschneiden. Mit einem Gemüsehobel oder einem scharfen Messer die Gurken längs in dünne Scheiben schneiden.

Füllung vorbereiten:

Die rote Zwiebel schälen und fein hacken. Die Räucherforelle in kleine Stücke zupfen oder schneiden. Den Schnittlauch waschen und fein schneiden. In einer Schüssel den Topfen mit der gehackten Zwiebel, der Räucherforelle und dem Schnittlauch gut vermischen. Zitronensaft und Kürbiskernöl hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gurkenröllchen füllen:

Eine Gurkenscheibe flach auf eine Arbeitsfläche legen. Einen Löffel der Topfen-Forellen-Mischung am Ende der Gurkenscheibe platzieren. Die Gurkenscheibe vorsichtig aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren, falls nötig.

Anrichten:

Die gefüllten Gurkenröllchen auf einem Teller anrichten. Mit frischen Dillzweigen garnieren. Optional einen weiteren Spritzer Kürbiskernöl darüberträufeln.



Guten Appetit!