



KW 6 - 03.02.- 09.02.2025

bio
mitter
...bringt's

S' BIOBLATTL

2. Februar Lichtmess Schlenggeltag

Am 2. Februar, zu Maria Lichtmess, brach das neue bäuerliche Wirtschaftsjahr an. Ein Knecht, der die „Herrschaft“ wechseln wollte, stellte sich am Sonntag auf den Kirchplatz mit einem Löffel am Hut.

Zahltag für die Dienstboten war angesagt und der Wechsel zum neuen Arbeitsplatz. Der sah eine Schlittenpartie mit Sack und Pack zum neuen Hof vor, sofern es Schnee gab.

So wurde der **2. Februar zum „Schlenggeltag“**. Es hieß Abschied nehmen für diejenigen, die den Bauern wechselten. Eine Jause wurde der Magd, dem Knecht noch vorgesetzt. Drei Paar Schuhe, die „rupfene Pfoad“, „rupfene“, „harbene“ Wollstrümpfe, gestrickte Fäustlinge und ein Lodenanzug. Zu dieser Ausstattung noch ein wenig Geld, dann hieß es wieder anpacken.

Wir freuen uns, dass die Tage wieder spürbar länger sind!



Tipp der Woche:

Gurgeln beugt Erkältungskrankheiten vor! Gurgellösungen lassen sich leicht herstellen: Mit Salbei, Kamille und Minze brüht man einen starken Tee auf, und gurgelt dann mit dem abgekühlten Auszug. Man kann auch ätherische Öle in warmes Wasser geben. Dieses Gemisch ca 1 Minute schütteln, und dann zum Gurgeln verwenden. Lösung auszuspucken und nicht nachzuspülen.



Knusprige Rotkraut-Taler mit Walnüssen

Zutaten:

Für die Taler:

300 g Rotkraut, fein gehobelt
1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt
50 g Walnüsse, grob gehackt
100 g Kartoffeln, gerieben
50 g Haferflocken
2 EL Mehl
1 TL Kreuzkümmel
½ TL Muskat
½ TL Salz
1 TL Apfelessig
1 EL Öl zum Braten

Für den Orangen-Miso-Dip:

2 EL helle Misopaste
1 TL Ahornsirup
1 TL Senf
Saft und Abrieb einer Bio-Orange
1 TL Sesamöl

Zubereitung:

Taler-Masse vorbereiten:

- Das gehobelte Rotkraut mit etwas Salz verkneten und 10 Minuten ziehen lassen, dann überschüssige Flüssigkeit ausdrücken.
- Kartoffeln, Zwiebeln, Walnüsse, Haferflocken und Gewürze unter das Rotkraut mischen.
- Mehl und Apfelessig hinzufügen, gut vermengen. Falls die Masse zu feucht ist, etwas mehr Mehl oder Haferflocken zugeben.

Braten:

- Öl in einer Pfanne erhitzen.
- Aus der Masse kleine Taler formen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten je 3–4 Minuten knusprig braten.

Dip zubereiten:

- Alle Zutaten für den Dip gut verrühren, bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Servieren:

- Die knusprigen Rotkraut-Taler mit dem Orangen-Miso-Dip genießen.
- Optional mit frischen Kräutern oder geröstetem Sesam garnieren.

Guten Appetit!

