

# Das Bioblatt



**22. MAI**  
Internationaler Tag  
zur Erhaltung  
der Artenvielfalt



...nach einer Konvention zum Schutz der biologischen Vielfalt unterzeichnet bei einer UN-Konferenz im Juni 1992



## STARS IN PUNCTO ARTENVIELFALT Collembolla & Co.

In einer Handvoll Bio-Boden existieren mehr Lebewesen als Menschen auf der Erde. Alleine von den Springschwänzen (lat. Collembola) sind weltweit ca. 9300 Arten bekannt. Mehr als 500 davon leben auch hierzulande.

Artenvielfalt fängt im Boden an. Aber auch in Bodennähe gibt es unzählige Lebewesen: Bienen, Hummeln, Käfer, Schmetterlinge, ... – Tiere, die u.a. für die Bestäubung unserer Nutzpflanzen extrem wichtig sind.

Rund 87 von den 109 wichtigsten Kulturpflanzen der Welt sind laut FIBL Österreich vollständig auf die Bestäubung von Insekten angewiesen! Dazu gehören u.a. Tomaten, Gurken, Kürbisse, Äpfel, Zwetschken und Beeren.

Das „Bodenuniversum“ und unsere wichtigen Bestäuber sind nur zwei der Gründe, warum definitiv auf Pestizide verzichtet & generell auf BIO gesetzt werden sollte.

Die biologische Landwirtschaft arbeitet in Symbiose mit anderen Lebewesen, nicht gegen sie und schließt wichtige Kreisläufe.

Mit dem Bezug deiner Biokiste, leistest auch du einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung der Artenvielfalt.

**SPRINGSCHWÄNZE** sind 0,1 mm bis zu 17 mm groß und können 20 cm weit springen! Das ist so als würde ein Mensch über ein Hochhaus springen.

Eine Federgabel am Schwanzende macht derart große Sprünge möglich.

Collembola, der Springschwanz

Viele der Springschwänze sind wertvolle Helfer bei der Erzeugung von Humus.

## STARS IM PORTRAIT

„**DIE HUMMEL** hat 0,7 cm<sup>2</sup> Flügel- fläche und wiegt 1,2 Gramm. Nach den Gesetzen der Aerodynamik ist es unmöglich, bei diesem Verhältnis zu fliegen. Die Hummel kümmert das nicht und sie fliegt trotzdem.“, so ein viel diskutierter Scherz über die korpulenteste Vertreterin der Wildbienen.

**Fakt ist: Hummeln sind ein Wunder der Natur. Und sie sind wichtige Bestäuberinnen.**

Hummeln haben einen langen Rüssel und kommen so auch an Pollen heran, die kleine Bienen nicht erreichen. Zudem können sie auch bei niedrigeren Temperaturen und schlechtem Wetter ausfliegen und bestäuben, da sie ihre Körpertemperatur durch den Flügel- schlag erhöhen können.

**MARIENKÄFER** sind nicht nur sehr hübsch – sie fressen auch Blattläuse. Aus beiden Gründen sehen wir sie gerne inmitten unserer Kulturen.

Als die Kinder noch klein waren, ging Ilse des Öfteren mit ihnen auf den Feldern und am Rande der Auwälder Marienkäfer sammeln – als Nützlinge für die Gewächshäuser.

Fr, 26. Mai  
Tour 1: ab 10:30  
Tour 2: ab 13:30

Sa, 27. Mai  
Tour 1: ab 9:30

## BESUCHE UNS BEI DEN BIODIVERSITÄTSTAGEN ... und mache dir selbst ein Bild

- 35% mehr Feldvogelarten und 23% mehr blütenbesuchende Insekten auf biologisch bewirtschafteten Flächen (Quelle: oekolandbau.de)
- Blühstreifen und Hecken entlang unserer Ackerflächen – Nahrungsquelle und Zuhause unzähliger Insekten, Vögel und anderer Tiere
- Gründungsflächen und Raritätsorten für mehr Artenvielfalt  
Viele Insekten sind auf ganz bestimmte Nahrungspflanzen spezialisiert.

**START: BIOHOF, UNTERM REGENBOGEN 1** in Eferding  
Willkommensdrink und Betriebsführung  
Anschließend geht es mit einem Bus zum eigenen **BIO-BAUERNHOF**.

Und dann laden wir dich -lich zu **KAFFEE & KUCHEN** ein!

Dauer: ca. 3 Std.  
Kinderwagentaugliche Strecke

**KOSTENLOS**  
Anmeldung  
unter  
07272-2597



# GRÜNSPARGEL vom eigenen Bio-Bauernhof



Produkt der Woche

## Heiß ersehnt – endlich da: der erste Spargel von unserem eigenen Bio-Bauernhof

Der sandige Boden im Eferdinger Becken ist perfekt für den Spargelanbau. Jetzt war auch genügend Sonne da, um die zarten Spitzen endlich aus dem Boden zu locken.

Spargel macht sich hervorragend in Risotti, Nudel- und Pfannengerichten sowie auf Tartes, Quiches und in Salaten. Ein köstlicher Klassiker ist gebratener Spargel mit Sauce Hollandaise.



## Spargel-Sommerrollen mit Erdnuss-Sauce



Für 3 Personen, Zubereitungszeit ca. 60 Min.

12 Reispapierblätter, 1 Bund Spargel, 1 Pkg. Mühlviertler Bohnenkas (geräuchert), 50g Glasnudeln, 1 EL Sesamöl, 1 EL Sesam, gemischtes Gemüse je nach Verfügbarkeit: Paprika, Gurke, Karotte, Zucchini, Radieschen, 1 Handvoll Salatblätter, 3 EL Sojasauce, 1 EL Zitronensaft, 2 Knoblauchzehen | **Erdnussauce:** 4 EL Erdnussmus, 150 ml Kokosmilch, 1 EL Sojasauce, 2 TL Agavendicksaft, ½ EL Sambal Oelek

Das untere Ende des Spargels, wenn nötig schälen, eventuell etwas abschneiden und ebenso wie den Bohnenkas in dünne Streifen schneiden. Mit 2 EL Sojasauce, etwas Zitronensaft und dem gepressten Knoblauch ca. 20 Min. marinieren. Leicht salzen und dann etwa 20 Min. braten. Glasnudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Abseihen und mit etwas Sojasauce, Sesamöl sowie Sesam mischen. Gemüse in feine Streifen schneiden.

Reispapier einzeln durch warmes Wasser ziehen. Nicht zu lang, sonst klebt es zusammen. Auf Teller legen und mit der Spargel-Tofu-Mischung, Gemüse und Salatblättern belegen.

Zutaten für die Erdnussauce mit dem Pürierstab mixen und etwas von der Erdnuss-Sauce darüber träufeln. Die restliche Sauce dient als Dip.



Das Erdnussmus in einen kleinen Topf erwärmen, bis es flüssig wird. Dann geht es leichter mit dem Mixen.

Falls du frische Minze in deinem Garten hast, streue noch etwas fein gehackte Minze darüber. Reispapier zuerst links und rechts einklappen und dann aufrollen.

Die Sommerrollen entweder lauwarm oder beidseitig in etwas Öl heiß angebraten genießen.

Reispapier (012679)  
20 Blatt € 3,89  
Arche



Mandel-Tonka-Creme (002657)  
250g € 6,49  
Rapunzel Naturkost



## Rhabarber-Popsicles mit Mandel-Tonka-Topfcreme

5 Lutscher, Zubereitungszeit ca. 25 Min.

300g Rhabarber, 3 EL Mandel-Tonka-Creme, 3 EL Honig, 2 EL Zitronensaft, 250g Schlagobers, 100 ml Heumilch, „Steckerleis“-Formen, ev. Holzstiele

Rhabarber putzen und in Stücke schneiden. Mit Zitronensaft ca. 10 Min. dünsten. Mandel-Tonka-Creme beigegeben, pürieren und abkühlen lassen. Schlagobers, Heumilch und Honig untermischen.

In die Steckerleisformen gießen, ev. einen Holzstiel hineinstecken und ab ins Gefrierfach.

## Crème fraîche (002279)

150g € 1,19  
Milchwerke Berchtesgadener Land  
Für (Eis)Creme oder als Tüpfelchen auf dem Haus' mocht-Linsencurry



## VIOLETTE SÜSSKARTOFFELN

...sind eine Rarität und werten Gerichte auch optisch auf. Sie können in der Küche vielfältig eingesetzt werden: in Süßem oder Salzigem, gebacken oder frittiert, gekocht oder als Rohkost.



## Gabi und Christian Haslmayr von der „Little Texas Ranch“:

Bio bedeutet für uns:  
„Frei & unabhängig sein von Konzernen sowie nachhaltiger & gesünder leben.“



## ANGUS-RIND, Biohof Haslmayr

Auslieferung 12. - 18. Juni 2023 (KW 24) | Bestellung bis Di, 30. Mai



aus Alkoven, OÖ

001848 **Spezialpaket** (ca. 3 kg) € 20,90/kg  
ca. 1,5 kg Gusto (f. Braten oder Schnitzel), 1 kg zum Kochen, 0,5 kg Gulaschfleisch

001849 **Vorratspaket** (ca. 4,5 kg) € 20,50/kg  
ca. 2 kg Gusto (f. Braten oder Schnitzel), 1,5 kg zum Kochen, 1 kg Gulaschfleisch

## SCHWEINE-GRILLFLEISCH & WÜRSTEL, Biohof Höglinger

Auslieferung 5. - 11. Juni 2023 (KW 23) | Bestellung bis Fr, 26. Mai

aus Putzleinsdorf, OÖ

001860 **Grillpaket natur** € 27,90/kg

ca. 1 kg, Schopf, Karree, Bauch

001861 **Grillpaket mariniert** € 29,50/kg

ca. 1 kg, Schopf, Karree, Bauch

019698 **Grillstangerl-Mix** € 31,50/kg

3 Stück: Pfeffer, Käse, Paprika

018684 **Grill-Mini-Mix** € 26,90/kg

je 3 Stk. Mini-Käsefrankfurter & Mini-Rostbratwürstl

018668 **Karotten-Käsekrainer 2 Stk.** € 29,50/kg



## Aus unserem BIO-KULINARIUM



22. - 28. Mai (KW 21)

017257 **Linsencurry** 410 ml € 6,30

018819 **Grünkernlaibchen** 6 Stk. 420g € 7,00

KW 22 Kürbiscrèmesuppe  
Cannelloni mit Kräuter-Topfenfülle

KW 23 Erdäpfel-Schwammerleintopf  
Kaspressknödel



Unser Fleisch- und Fisch-Angebot findest du auch unter [www.biohof.at/fleisch-fisch](http://www.biohof.at/fleisch-fisch)

Neben unserem Fixangebot findest du auch die Auflistung der Zutaten und Allergene in unserem Online-Bioladen.



+43 7272-2597

dieBiokiste@biohof.at

www.biohof.at

Fotos: Biohof Achleitner, Creative Commons: Kjetil Fjellheim  
Grafiken: pixabay.com, freepik.com



gedruckt auf Enviro Polar hergestellt aus 100% entförbtem Altpapier

JETZT BESTELLEN!