

Anpacken ist angesagt

*HOCHSAISON AUF UNSEREM BIO-BAUERNHOF



Damit du Frisches vom Feld genießen kannst, stehen jetzt in unserer Landwirtschaft alle besonders früh für dich auf. Die Ernte ist jetzt voll im Gange. Und Ernten bedeutet in erster Linie Handarbeit.

VIELE FLEISSIGE HÄNDE

Ramiz, Agron und Jurek sind schon seit mehr als 20 Jahren bei uns am Biohof. Zusammen mit 22 Kollegen aus dem Kosovo, aus Polen und Bosnien & Herzegowina ernten sie gerade Zucchini, Fenchel, Salate, Schlangengurken, Rote Rüben, Bundkarotten und Kohlrabi. Die Salate werden per Hand geschnitten. „Bei der Ernte der Schlangengurken musst du aufpassen, dass du die an Schnüren hochgezogenen Pflanzen nicht herunterreißt oder knickst“, so Senat. „Auch Zucchini werden per Hand gepflückt. Allerdings nimmt uns hier, der Traktor das Schleppen der Kisten ab“, erzählen Martin und Minir, die unseren Bio-Bauernhof leiten. Und beim Unkrautjäten werden wir seit letztem Jahr von unserem „Ing. Inrow“ unterstützt. Er ist ein lernfähiger Roboter und leistet, ebenso wie unsere Erntehelfer, gute Arbeit.

BIO SCHMECKT BESSER

Das wissen auch viele kleine Tierchen. Weil wegen des feuchten Wetters die Lauspopulation auf den benachbarten Getreidefeldern explodiert ist, müssen wir im Moment die Salate doppelt waschen. Gegen andere Fressfeinde legen unsere fleißigen Mitarbeiter Netze aus, aber auch hier finden immer wieder welche ihren Weg zum Lieblingsgemüse. Aber mal ehrlich – irgendwie kann man ihnen ihre Liebe zu BIO nicht verdenken.



EINE REISE ZU HERZ & WURZELN: KOMM ZUR FÜHRUNG AM BIO-BAUERNHOF!

Du hast die letzte Biokistenkunden-Führung verpasst, willst aber sehen, wo dein Gemüse wächst? Lerne Herz & Wurzeln unseres Unternehmens kennen. Bei einem Rundgang am Bio-Bauernhof bekommst du Einblicke in unsere Gewächshäuser, besichtigst unsere Felder und erfährst, wie unsere hofeigene Kompostherstellung funktioniert. Dabei hast du Gelegenheit, dein eigenes Gemüse frisch vom Feld zu ernten.

FR, 11. JULI
15 - 16.30 UHR

Create it. Share it. Snack it.

*TEILE DEINEN BIOKISTEN-MOMENT

DEINE BIOKISTE IM RAMPENLICHT ... UND DU IM LOSTOPF

Teile deinen Biokisten-Moment im Juni auf Social Media und gewinne mit etwas Glück 4 Wochen die Biokiste!

SO GEHT'S:

Teile auf deinem Instagram-/Facebook-Account ein Foto von deiner Biokiste und markiere uns @biohof.achleitner. Ob Feed oder Story, Foto oder Video – alles ist erlaubt.

Wenn dein Konto nicht öffentlich ist, dann schicke uns per Nachricht einen Screenshot von deinem Beitrag und hüpf so in den Lostopf.

Die Gewinnerin/der Gewinner wird von uns per Privatnachricht kontaktiert. Wir drücken dir die Daumen!



WARMER LINSEN-FENCHELSALAT

4 PERSONEN 45 MINUTEN

200 g Linsen
1 Fenchelknolle
1 Zwiebel
1/2 Kohlrabi
1 Knoblauchzehe
Salz
2 EL Olivenöl
2 EL Balsamico Essig
1 EL Zitronensaft
1 EL Zitronenabrieb
2 TL Honig
200 g Grillkäse
Pfeffer gemahlen
1 EL frische Gartenkräuter

Backofen auf 180 °C vorheizen. Die grünen Stängel des Fenchels und den Strunk wegschneiden, die federigen Blätter hacken. Die Knolle der Länge nach halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch hacken, den geschälten Kohlrabi würfeln. In einer Schüssel Fenchel, Kohlrabi, Knoblauch und Zwiebel mit 1 EL Olivenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 20–30 Min. im Ofen garen. Linsen laut Packungsanweisung kochen. Grillkäse in ca. 2,5 cm große Stücke schneiden und in einer Pfanne von jeder Seite 2 Minuten lang goldbraun braten. In einer großen Schüssel Linsen mit Fenchelblättern, Balsamico-Essig, Honig und 1 EL Olivenöl vermischen. Danach das gebackene Gemüse und die gehackten Kräuter untermischen. Mit dem gebratenen Grillkäse warm servieren.

MEHR INSPIRATION:

[www.biohof.at/
rezepte](http://www.biohof.at/rezepte)



WEINEMPFEHLUNG

von unserem Dipl. Weinexperten Heinrich Reintaler, der uns bei der Auswahl der Weine, Verkostungen bei uns im Haus und auch bei Führungen unterstützt.



**HEIMISCHE
LINSEN**
aus dem Innviertel

LINSEN GRÜN
500 g € 6,79
Biohof Schnellberger

FEINSTRICK ROSÉ
0,75 l € 10,89
Weingut
David Harm



Fenchel

*VOM EIGENEN
BIO-BAUERNHOF



🌿 Anisähnliche Geschmacksnote

🌿 Roh und fein gehobelt beliebt in Salaten oder Rohkost. Gedünstet oder gebraten ideal als Beilage zu Fisch oder in Suppen, Aufläufen, Eintöpfen, Currys oder zusammen mit Apfel im Beikostbrot.

Fenchelgrün kann wie Petersilie verwendet werden. Allerdings sparsamer, da es sonst geschmacklich dominiert.

Auch zum Einfrieren oder zum in Öl Einlegen eignet es sich hervorragend.



FLEISCH & FISCH

SCHWEINE-GRILLFLEISCH, MITTERHUBER, HAIDERSHOFEN

Auslieferung: 30. Mai - 4. Juni (KW 27) | Bestellung bis Fr, 20. Juni

Schweine-Grillmix natur oder mariniert, Käsegriller

GRILLFLEISCH, SONNBERG, UNTERWEISSENBACH

Auslieferung: 23. - 27. Juni (KW 28) | Bestellung bis Fr, 27. Juni

001885 Rinder-Rumpsteak, 1 Stk., ca. 200 g € 49,90/kg

013947 Putensteak mariniert, 2 Stk., ca. 300 g € 56,90/kg

Vom Schwein:

011977 Kotelett ohne Knochen, 2 Stk., ca. 350 g € 35,90/kg

001868 Kotelett mariniert, 2 Stk., ca. 350 g € 36,50/kg

019719 Bauchstreifen mariniert, 3 Stk., ca. 400 g € 23,50/kg

008071 Schopf geschnitten 2 Stk., ca. 350 g € 25,90/kg

008584 Schopf mariniert, 2 Stk., ca. 350 g € 26,90/kg

017429 Spareribs, ca. 500 g € 22,90/kg

005911 Spareribs, mariniert, ca. 450 g € 25,90/kg

022150 Spidersteak, 2 Stk., ca. 300 g € 18,90/kg

www.biohof.at/fleisch-fisch

AUS UNSEREM BIO-KULINARIUM



23. JUNI - 4. JULI

021911 Champignon-Frühlingszwiebelsuppe 410 ml € 5,90

017257 Linsencurry 410 ml € 6,80

Wegen eines Wasserschadens in unserer Küche haben wir im Moment ein kleineres Sortiment.

7. - 18. JULI

Pastinakencremesuppe, Lammragout in Currysauce, Serviettenschnitte, Gemüsestrudel

www.biohof.at/hausgmocht-speisen

www.biohof.at | Tel. +43 7272-2597 | dieBiokiste@biohof.at

Preisänderungen & Druckfehler vorbehalten | | Grafiken: freepik.com

Fotos: Biohof Achleitner, Winzerhof Landauer-Gisperm, Streckhof Photography

BIOHOF
Achleitner