

# Der Nützling



## IN DER BIO-LANDWIRTSCHAFT GEHT ES WIEDER LOS! Das Jahr in der Landwirtschaft beginnt früh

Während die Felder noch ruhen, haben wir in unseren Gewächshäusern in den letzten Wochen schon die ersten Salate gepflanzt. Die verschiedensten Salat-Pflänzchen wachsen dort nun ausschließlich mit der Kraft der Sonne (also klimaneutral ohne künstliche Beheizung) heran. Zum Schutz vor kühleren Temperaturen müssen die Pflanzenreihen zumindest für die ersten 3-4 Wochen noch mit einem Vlies abgedeckt werden.

### Rund 8 Wochen...

...brauchen die Pflänzchen nun noch etwas Pflege: Unkraut jäten, feucht halten, aber nicht zu feucht, lüften, lüften und nochmals lüften – und wenn alles klappt, dann können wir um Ostern den ersten eigenen Salat der Saison anbieten.



Die ersten Pflanzen wurden schon gesetzt



**Vorfreude:**  
In ca. 8 Wochen  
findest du diesen  
frischen Salat  
in unserem Angebot



### INFOS NACHLESEN?

Nützlinge der Vorwochen können auf der Website unter Downloads (Startseite - ganz unten rechts) heruntergeladen und nachgelesen werden.

### WORAUF ES UNS ANKOMMT...

erklärt Günter Achleitner  
kurz & bündig



- 🌱 Pflänzchen stammen von einem zertifizierten Bio-Jungpflanzenbetrieb aus der Nähe
- 🌱 speziell nach Krankheitsresistenzen ausgewählt
- 🌱 relativ hoch gepflanzt, damit die Pflanzen nicht am Boden aufliegen um ein gesundes Wachstum zu gewährleisten
- 🌱 gedeihen ausschließlich mit Sonnenlicht und ohne Beheizung
- 🌱 werden nur mit Vlies vor Kälte geschützt

### KIWI GOLD



Wem die Kiwi Gold zu süß ist, kann die Schale mitessen, das schwächt die Süße etwas ab.

Die Kiwi Gold besticht durch ihre feigenartige Form, eine glatte Schale und goldgelbes Fruchtfleisch.

Im Gegensatz zur grünen leicht säuerlichen Kiwi besitzt die goldene Kiwi ein exotisches, sehr süßes Aroma, welches an Mango, Pfirsich und Melone erinnert. Ihr Gehalt an Vitamin C ist außerdem rund 1,5-mal so hoch wie bei der grünen Kiwi.

**Verwendung:** Meist wird sie frisch (auch mit Schale) verzehrt, aber auch gerne für Obstsalat, Kuchenbelag oder Chutneys verwendet.

**Tipp:** Die Früchte enthalten ein Enzym, das im Kontakt mit Milchprodukten einen bitteren Geschmack hervorruft. Durch Ziehenlassen der geschälten Früchte in heißem Wasser wird das Enzym wirkungslos.



Wenn möglich, versuchen wir immer einen Allergikerapfel mit anzubieten. Weitere gut verträgliche Sorten sind: Gravensteiner, RubINETTE oder Boskop. Diese werden immer gekennzeichnet.

### ALLERGIKERAPFEL PINOVA

Äpfel zählen zu den beliebtesten Obstsorten - jedoch gibt es auch immer mehr Menschen, die auf die Früchte allergisch reagieren. Das liegt an den gezüchteten, neuen Sorten, die wenig Polyphenol enthalten und nicht so schnell braun werden (und meist sehr süß schmecken).

Die alte Sorte Pinova verfügt über einen hohen Polyphenolgehalt und kann somit symptomfrei genossen werden und sogar die Allergie dadurch indirekt bekämpfen.

**Verwendung:** Pinova Äpfel schmecken süßsauerlich und sind aromatisch. Sie haben ein festes und saftiges Fruchtfleisch, wodurch sie sich nicht nur als klassisches Tafelobst, sondern auch zur Weiterverarbeitung in Fruchtsalaten oder Kuchen eignen.