

Marktbericht vom 5. Oktober 2016



☺ **Aktuelles aus der Region** Federkohl rot, Hagebutten, Rettich rot und schwarz

☺ **Neu** Artischocken mit Stiel, Bitterwurz, Cimone, Datterini gelb, Feigen aus Spanien, Flowersprouts, Granatäpfel aus Italien, Oignons doux, Zwiebelzöpfe,

⊗ **Saisonende** Nektarinen und Pfirsiche extra, Fellenberg Zwetschgen, Peretti Sugo, Pflaumen gelb

Aktuelles vom Markt

Artischocken mittel mit Stiel Ihre mangelnde Verfügbarkeit brachte uns diese Tage ganz schön in's Schwitzen (scusi Antonino!). Der Schönheit Willen wollen wir die eleganten Disteln aus dem sonnigen Süden hier nun doch erwähnen.

Cimone Die farblich psychedelische Variante des Herrn und Frau Schweizer heissgeliebten Blumenkohls ist endlich wieder verfügbar. Aktuell sind die Franzosen und Italiener am Start. Die Qualität entscheidet, wer in Ihre Küche einläuft.

Federkohl rot Er gehört zu den ältesten verwendeten Kohlarten überhaupt. Bei aller Liebe zu traditionellen Gerichten; es gibt einige spannende Methoden, ihn überraschend anders zu servieren. Die Kohlwelle brandet immer noch fulminant an die gastronomischen Ufer und der rote Federkohl ist dazu die Zutat schlechthin. Roh in urchig-trendigen Salaten, in asiatischen Wokgerichten und wenn es denn unbedingt sein muss, darf man daraus auch einen Smoothie machen. Wenn's schön macht...



Flower Sprouts Die Garzeit ist rekordverdächtig. Egal, ob gedämpft, angebraten, gekocht oder blanchiert – die Kreuzung zwischen Rosenkohl und Federkohl kann im Handumdrehen zubereitet werden. Weil der Geschmack mild und süsslich ist, vermag der Mini-Kohl, mit seinen offenen Rosettenknospen und den franseligen Blättern, sogar die hartnäckigsten Rosenkohl-Gegner für sich zu gewinnen. Damit hat dann das Naserümpfen ein Ende. Wir hoffen auf einen Eingang gegen Ende Woche.

Schweizer Hagebutten Die Regel, dass Hagebutten erst nach dem ersten Frost geerntet werden sollten, stimmt nur bedingt (gell Esther Kern). Will man die Sammelnussfrüchte roh geniessen, lohnt es sich abzuwarten, bis die ersten Minustemperaturen über die Sträucher gezogen sind. Gewisse Sorten sind jedoch schon jetzt pflückreif und eignen sich für die Weiterverarbeitung. Als ich von der fricktaler Produzentin den Preis gehört habe, hat es mich fast aus den Schuhen gehauen. Sie hat mir dann geduldig aber bestimmt vorgerechnet, welcher dorniger Aufwand hinter ihren herben Beeren steckt. Ich habe es verstanden Yolanda und gebe die Info gerne weiter. Die Mengen sind noch gering. First come, first serve.

Oignons doux Die süsseste Versuchung in Zwiebelform, das wissen Vollblut-Köche, kommt aus Frankreich. In den Cevennen, der südöstlichste Teil des französischen Zentralmassivs, haben sich findige Kleinproduzenten zu einer Cooperation zusammengeschlossen und produzieren die süssen Zwiebeln nach strengen Qualitätsnormen. Ein Königreich für eine Zwiebel!

Rettich farbig Die schönen Wurzeln aus regionalem Anbau haben jetzt Hochsaison. Die würzige Delikatesse gibt es blütenweiss, leuchtend rot und tiefschwarz. Da hat es für jede Gemütslage etwas dabei.

Zwiebelzöpfe Aus Zwiebeln, Stroh und Trockenblumen werden die wunderschönen Kunstwerke geflochten und stellen garantiert jede verfrühte Weihnachts-Dekoration in den Schatten. Gecheckt, liebe Grossverteiler?

Bergamotten Die Bergamotte ist ein Hybrid aus Zitronatzitrone und Bitterorange. Ihre ätherischen Öle werden seit dem 17. Jh. in der Parfümindustrie verwendet. Ihr eigenständiges Aroma kennt man bei uns noch am ehesten vom Earl Grey Tee. Zu Marmelade oder Liqueur verarbeitet findet die Bergamotte zum Glück wieder vermehrt ihren Weg in unsere Küchen.



Granatäpfel aus Italien Wirklich wahre Granaten bezüglich Aromen und Vitamine. Für alle, die es gerne europäisch mögen, kaufen wir die paradiesische Frucht mit den süsslich herben Kernen italienischer Provenienz. Eine wahre Freude, was unsere Amici für uns alles anpflanzen und ernten. Wer auf Nummer sicher gehen und kein wüstes Schlachtfeld auf seiner Kochbluse riskieren will, dem legen wir unsere ausgelösten Granatapfelkerne an's Herz. Aus Israel allerdings.

Pflaumen gelb Die Mengen sinken rapide und die Verfügbarkeit lässt zu wünschen übrig. Zum Glück lassen uns die roten Geschwister nicht im Stich.

Zwetschgen und Steinfrüchte Diese Tage verlassen die letzten Schweizer Fellenberg-Zwetschgen die Markthalle. Ade, merci! Es war mal wieder süss mit euch. Nun sind die Spätsorten an der Reihe, die aus unseren Nachbarländern auf den Markt kommen. Wie bereits einige Male erwähnt (für die ganz renitenten Besteller...), ist die Saison guter Nektarinen und Pfirsiche durch. Bitte vom Menu streichen.

