

 **Aktuelles aus dem FARM Netzwerk** Blumenkohl, Berner Rosen, Kale grün, Krautstiel, Mangold, Mesclun, Randen farbig, Romanesco, Suppensellerie, Wirz, Tiger-Zucchetti, Hochstamm-Kirschen

 **Aktuelles auf dem Markt** Charlotte neuerntig, Frisée Engelshaar, Cassis, Hagenbuch-Kirschen, Sauerkirschen

 **Problematisch oder Saisonende** Erbsen, Morcheln, Pyrenäen Milchstern, Mönchsbart, Spargel, Ananaserdbeeren

Aktuelles vom Markt

Eierschwämme So richtig gut kommen diese Woche die Eierschwämme aus Osteuropa auf den Markt. Sauber geputzt in klein oder gross. Passt! Preislich geht da aber noch was nach unten. Lass es uns wissen, wenn du grössere Mengen einmachen willst. Wir notieren uns das auf unserer Schwammerl-Liste und geben Bescheid, wenn wir eine Preisbaisse anrauschen sehen.

Erbsen Die Hitze in Frankreich, der auch die Artischocken zum Opfer gefallen sind, hat nun auch den letzten Erbsen auf dem Markt den qualitativen Gar ausgemacht. Für die nächsten Tage müssen wir auf die süssen Hülsenfrüchte verzichten.



Kartoffeln Charlotte Nun können wir auch bei den grösser kalibrierten Kartoffeln auf neuerntige Ware umsteigen. Was vordergründig positiv klingt, kann infolge des problematischen Zucker-Stärke-Verhältnisses auch nach hinten losgehen.

Randen farbig Vom Mutschellen erhalten wir die ersten jungen Randen in diversen Farben. Die sehen nicht nur geil aus, sie sind auch geschmacklich eine Bank. So frisch aus dem Boden gezogen, kann es die zuckersüsse Kulturform der wilden Rübe locker mit so manchem Früchtchen aufnehmen.

Romanesco Bist du auf der Suche nach einem saisonalen Gemüse? Dann wirst du diese Woche mit dem FARM-Romanesco der Käfers bestens bedient. Und hier das traditionelle Klugscheisser-Geschichtli zum fraktalen Aufbau dieser Kohlart: Jeder Kopf besitzt 13 Spiralen im Uhrzeigersinn und 21 Spiralen entgegen dem

Uhrzeigersinn, was zwei aufeinanderfolgenden Zahlen der Fibonacci-Folge entspricht. So viel unnützes Wissen muss sein.

Spargel Wenn dir Bauernregeln und kalendarische Brauchtümer am Herzen liegen, warst du in der vergangenen Nacht sicherlich unterwegs und hast deinen Kräutervorrat aufgestockt. In der Johannismacht gepflückt, sollen die Wirkstoffe der Pflanzen nämlich am besten zur Geltung kommen. Der heutige Johannistag ist zudem das offizielle Ende der Spargelsaison in Europa. Qualitativ waren die schon länger nicht mehr so richtig überzeugend. Wer ab heute noch Spargeln auf dem Menu hat, soll sich nicht wundern, wenn er in seinem Lager Ware aus Mexico oder Peru vorfindet. Saison und so, kennsch? Wir haben es dir gesagt.

Sauerkirschen Da teilt sich die Menschheit in zwei Fan-Lager. Für die einen soll eine Kirsche süss und fleischig daherkommen, die anderen freuen sich über den feinen Säure-Boost beim saisonalen Rosengewächs. Für zweitere Fraktion sind nun die ersten Schweizer Weichseln auf dem Markt eingetroffen. Macht lustig.



Hochstamm-Kirschen Bleiben wir gleich bei den Chriesi. Unser Steckenpferd ist seit einigen Jahren die Hochstammsorten vom Enikerhof. Bis zu neun Varietäten haben unsere FARM-Helden aktuell am Start. Und nun Hand aufs Herz: Auch kundigen Pomologen geht die korrekte Einteilung

der diversen Hochstammsorten nicht immer ganz einfach von der Hand. Zudem kann heute nicht gesagt werden, welche Varietät morgen reif gepflückt werden kann. Am besten bestellst du Hochstamm-Kirschen «divers» in der Kilo-Einheit und der Enikerhof stellt dir eine schöne Auswahl bereit. Deal? Von Peter Hagenbuch, übrigens Ernst Kämpfs Nachbar, erhalten wir morgen die erste Lieferung süsser Herzkirschen. Da freuen wir uns!



Schweizer Beerenmix Die Blueberries haben sich etwas Zeit gelassen, was ihre regionale Herkunft anbelangt. Nun ist der hiesige Reigen aber komplett und du bestellst Schweizer Beeren am einfachsten als Mix in der 2kg-Einheit. Darin findest du je 500gr von den üblichen Verdächtigen: Brombeeren, Johannisbeeren, Himbeeren und eben Blueberries. So einfach geht das.

Cassis Hierzulande lassen wir den deutschen Begriff «Schwarze Johannisbeere» linguistisch links liegen und nennen diese herbe Beeren Cassis. Noch schlimmer wäre ihr weiterer Name Wanzenbeere. Das muss erst recht nicht sein und wir bleiben lieber stilvoll beim frankophonen Cassis. Aktuell erhalten wir die Dinger aus der sympathischen Ostschweiz.