



Liebe Leut',

im Frühling erwacht nicht nur Flora, sondern auch Fauna. Es zwitschert, schwirrt, summt und brummt immer mehr, jetzt, da die Tage länger und wärmer werden.

Insekten mögen auf den ersten Blick störend oder ekelig wirken, doch sie sind lebensnotwendig - auch für unsere Ernährungssicherung. **Laut BUND beträgt der monetäre Wert der Insekten-Bestäuberleistung in Europa etwa 14,2 Milliarden Euro pro Jahr. In Europa sind etwa 150 verschiedene Nutzpflanzen und etwa 80 Prozent der Wildpflanzen abhängig von der Bestäubung durch Insekten.**



Auch wir am Hutzelhof setzen Jahr für Jahr auf Hummeln zur Bestäubung unserer Tomaten im Gewächshaus. Stellen Sie sich mal den Preis einer Tomate vor, wenn wir das alles

selbst von Hand und mit Pinselchen machen würden!

Doch leider haben es die possierlichen Tierchen immer schwerer, Unterschlupf, Brutplätze und Nahrung



zu finden. Pestizide auf Äckern und englische Rasen in Wohngebieten rauben ihnen die Lebensgrundlage. Jeder von uns kann - auch in der Stadt - etwas für das Kleingetier tun. Pflanzen Sie im Garten oder in Balkonkästen bunte Blumenwiesen. Lassen Sie in Ihrem Garten ein Eck "verwildern" bzw. sich natürlich entwickeln. Stellen Sie Insektenhotels auf. Kaufen Sie Lebensmittel aus ökologischem Landbau - diese trägt durch den Verzicht auf Pestizide zum Erhalt der natürlichen Lebensräume bei.

Kennen Sie Guerilla Gardening?

Dabei werden heimlich Samen auf Grünflächen etc. ausgebracht. Ursprünglich wurde diese Aktion als

subtiles Mittel politischen Protests und zivilen Ungehorsams im öffentlichen Raum so bezeichnet. Heute hat sich Guerilla Gardening vor allem in Großstädten und auf öffentlichen Plätzen zum urbanen Gärtnern oder zur urbanen Landwirtschaft weiterentwickelt. Ziel ist vorrangig die Verschönerung und Begrünung der Innenstädte sowie der Zusatznutzen einer Ernte.



Wir würden hier natürlich niemals zum (offiziell verbotenen!) Guerilla Gardening aufrufen - Samenbomben fänden Sie aber u.a. bei Bantam. Selbstverständlich gentechnikfrei, samenfest und Bio-zertifiziert. Mehr dazu unter www.bantam-mais.de

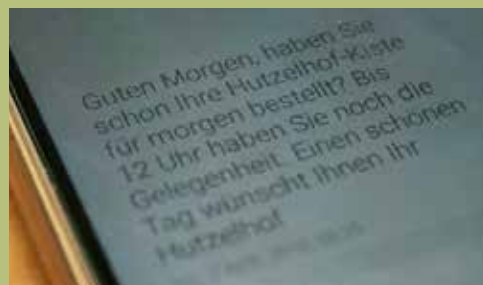
Mit summenden Grüßen,

Ihre Hutzelhöflinge 🐝

SMS-ERINNERUNGSSERVICE FÜR IHRE KISTE

Haben Sie schon öfters am Tag vor der Lieferung vergessen, Ihre Hutzelhof-Kiste bei uns zu bestellen? In der Hektik des Alltags geht das gelegentlich schon mal unter. Doch das muss nicht mehr sein, denn wir erinnern Sie gerne jede Woche am Tag vor Ihrer Lieferung an Ihre Bestellung - und zwar mit unserem SMS-Erinnerungsservice. Dieser Service ist für Sie natürlich kostenlos und kann jederzeit wieder beendet werden.

Sie wollen sich für den Erinnerungsservice anmelden? Rufen Sie uns an unter 09665-95015 oder schreiben Sie uns einfach eine E-Mail: sms@hutzelhof.de.



Rivaner

Er ist leicht, fruchtig, frisch und elegant - ein wahrhaft belebender Essensbegleiter. Vom Weingut Roth aus Franken, Naturland

0,75l **7,95** Euro



Neue cremige Aufstriche von Zwergenwiese

Besondere Brotaufstriche auf Basis von Bio-Rapsöl und deutschen Bio-Sonnenblumenkernen.

- Arrabito** 160g 2,69 Euro
Mit Paprika und Cayennepfeffer scharf abgeschmeckt ist dieser Aufstrich vor allem auf einem Ciabatta ein Genuss. Von Zwergenwiese, *kBA*
- Basitom** 160g 2,69 Euro
Herzhaft, pikanter Aufstrich verfeinert mit Basilikum und Tomaten. Passt gut aufs Sandwich. Von Zwergenwiese, *kBA*
- Papayango** 160g 2,69 Euro
Feiner Aufstrich mit Papaya und Mango, der sich auch als Dip eignet. Von Zwergenwiese, *kBA*
- Mepfel** 160g 2,69 Euro
Scharf und zugleich süß mit Meerrettich und Apfel passt der Aufstrich perfekt zur deftigen Brotzeit. Von Zwergenwiese, *kBA*
- Sendi** 160g 2,69 Euro
Cremiger Aufstrich, abgeschmeckt mit Senf und Dill, ideal zum Würzen von Dressings. Von Zwergenwiese, *kBA*
- Tomesan** 160g 2,69 Euro
Leckerer Aufstrich mit Tomaten und Parmesan, der auch Saucen verfeinert. Von Zwergenwiese, *kBA*

Name _____

Anschrift _____

Kundennummer _____

Übrigens: Wir drucken mit ungiftigem Wachs (Solid Ink) auf FSC-zertifiziertem Papier!



Bandnudeln mit Kräuterseitlingen

Zutaten

1 Packung Bandnudeln, 150g Kräuterseitlinge, 1 Zwiebel, etwas Kresse, 2EL Öl, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und etwas Parmesan

Zubereitung

Die Bandnudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen, die Zwiebel klein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Öl andünsten. Die Pilze vorsichtig putzen, in Scheiben schneiden und zu den Zwiebeln geben. Weitere 10 Minuten mit nur mittlerer Hitze anbraten, damit die Pilze weiterhin etwas Biss behalten.

Sobald die Nudeln al dente sind, das Wasser abgießen, die Nudeln mit in die Pfanne geben und vorsichtig unterheben. Zum Schluss noch mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und etwas frisch geriebenen Parmesan darübergeben. Auf dem Teller angerichtet noch mit etwas Kresse bestreuen.

Guten Appetit!



PRODUKTINFO: BÄRLAUCH

Bärlauch wird auch Waldknoblauch oder wilder Knoblauch genannt, da er einen stark knoblauchartigen Geruch verströmt. Die Bärlauchblätter können ganz oder zerkleinert verwendet werden. Sie schmecken herrlich in Kräuterbutter, als Suppe, als Pesto oder im Quark. Sehr gut passt er auch zu Grillfleisch oder Wurstwaren. Er ist leichter verträglich als Knoblauch und Zwiebeln. Die Wirkung soll, ähnlich wie Knoblauch, **blutdruckausgleichend wirken und den Cholesterinspiegel senken**. Außerdem soll sich Bärlauch

positiv auf Magen, Darm und Leber auswirken.

Schon seit vielen Jahren arbeiten wir in Sachen Bärlauch mit **Familie Schmitt aus Neunkirchen am Brand** zusammen. Kuni und Robert Schmitt führen einen Biolandhof und haben die glückliche Situation, dass ein sehr sauberer Bach, der noch echte Krebse beherbergt, ihr Grundstück begrenzt. An den Hängen dieses Baches ernten die Schmitts kräftig aromatischen Bärlauch, **zertifiziert nach Bioland-Richtlinien!**

