

Damleschger Bio-Melonen Saftig-süsse Bündner Exoten

In Pratval GR läuft's kugelrund. Auf dem **Gemüsebaubetrieb «Bio-Tisch»** wachsen Melonen, auf die ihre Fans jedes Jahr sehnsüchtig warten. Zu Besuch bei den Produzenten der beliebten Sommerfrucht.

Text Sabrina Glanzmann Fotos Winfried Heinze Styling Vera Guala

Mit Hut, Schatten und Melonen: An heißen Sommertagen sind Melonen eine besonders willkommene Erfrischung.



Die Früchte seiner Arbeit: Marcel Foffa vom Bio-Hof «Bio-Tisch» in Pratval karrt frisch geerntete Wasser- und Charentais-Melonen heran.



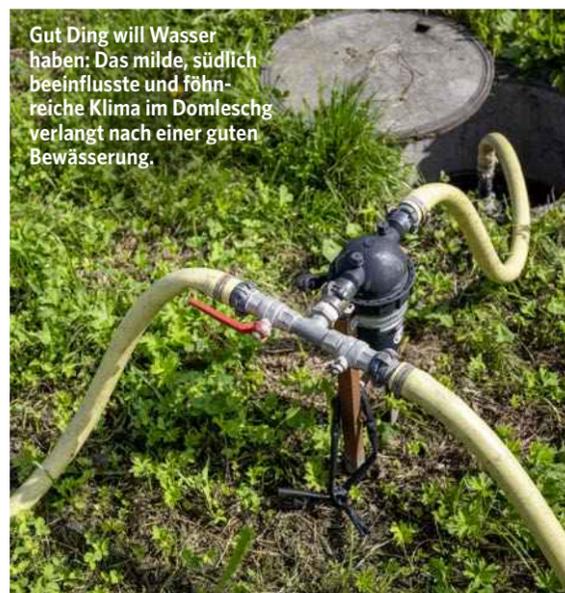
Kultivieren mit Aussicht:
Die Gewächshäuser stehen mitten
in der Bündner Landschaft.



Ins Netz gegangen:
Die mehrere Kilogramm
schweren Wassermelonen freuen sich
über die wortwörtliche
Unterstützung.



Wenn die Melonen
weniger und die Blätter
gelber werden, neigt
sich die Saison der
süssen «Früchtchen»
allmählich dem Ende
zu. Im Hintergrund
steht das historische
Schloss Rietberg.



Gut Ding will Wasser
haben: Das milde, südlich
beeinflusste und föhn-
reiche Klima im Domleschg
verlangt nach einer guten
Bewässerung.

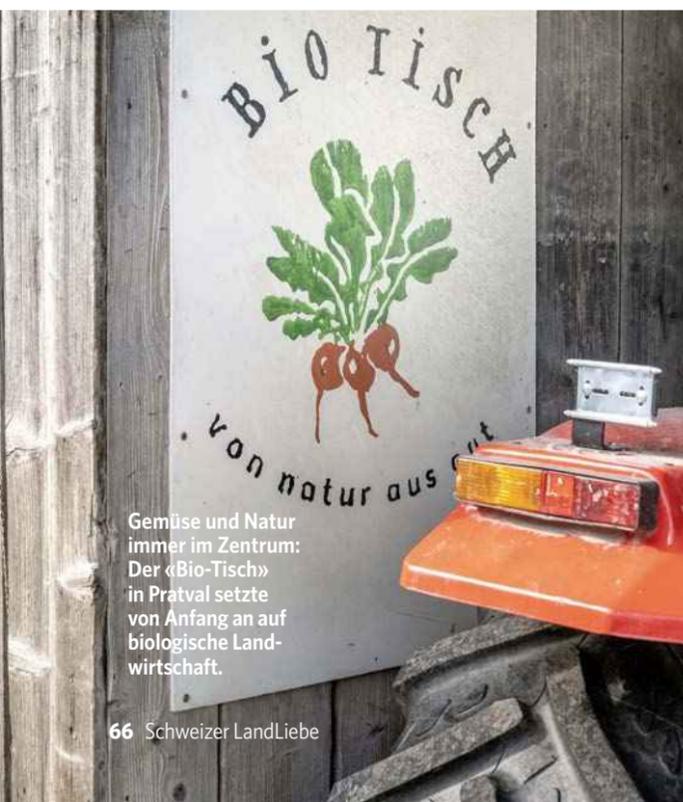


Stehen auf gleicher
Stufe: Wasser- und
Charentais-Melonen
sind beides Kürbis-
gewächse.

*Wo südliches
Flair mit zum
Arbeiten gehört*



Charentais-Melonen mit heller, gestreifter Schale.



Gemüse und Natur
immer im Zentrum:
Der «Bio-Tisch»
in Pratval setzte
von Anfang an auf
biologische Land-
wirtschaft.



Im Geräteschuppen sind die
verschiedensten «Gehilfen» bereit
für ihren nächsten Einsatz
auf dem Gelände.

Hier hat
Experimentierfreude
keinen Durchhänger

E

Es ist ein Bild für die Gemüsegötter: Rüebli, Gurken, Peperoni, Chili, Tomaten und Radieschen in den verschiedensten Farben und Formen, so weit das Auge reicht. Die Gewächshäuser des Hofes «Bio-Tisch» in Pratval sind von vorn bis hinten prallvoll mit dieser reifen Vielfalt, die bald bereit für die Ernte ist. Na, wenn das mal nicht die beste Visitenkarte ist, die ein Gemüsebaubetrieb an einem Augusttag mitten in der Hochsaison vorzeigen könnte.

Aber das ist noch nicht alles. Auf der Visitenkarte hat es noch Platz für mehr – zum Beispiel für Früchte, die man nicht als Erstes in Graubünden vermuten würde. Ein kurzer Blick in ein weiteres Treibhaus zeigt es. Hier liegt Überraschendes in der Luft – oder vielmehr: Es hängt. An hochgebundenen Pflanzen baumeln Zuckermelonen *Cucumis melo* der Sorte Charentais, in einer nächsten Reihe Wassermelonen *Citrullus lanatus*. Letztere brauchen wegen ihres Gewichts – bis zu viereinhalb Kilo können sie schon werden – eine Stütze, damit sie nicht zu Boden fallen. Eingepackt in bunte Netze sieht das fast so aus, als würden sie sich in kleinen Hängematten gemütlich ausruhen. So ein Melonenleben sollte man haben!

Gutes Klima für die Nische

Bio-Melonen im Domleschg zu kultivieren, auf diese «gspunnagi Idee» seien sein Betriebspartner Mathias Riedi und er vor zwölf Jahren gekommen, erzählt Marcel Foffa. Als damals ihr Mitarbeiter Pedro vom Melonenanbau in seiner



Eingespültes Team an seinem «Bio-Tisch»: Unter diesem Namen führen Marcel Foffa (links) und Mathias Riedi seit über zwanzig Jahren ihren Hof.



Wenn Wassermelonen eine ruhige Kugel schieben: Damit die Früchte gestützt sind, rundum reifen und so ihr volles süsses Aroma entfalten können, werden sie im «Bio-Tisch»-Gewächshaus von Netzen gestützt hochgebunden.

Heimat Portugal erzählte, wurden die «Bio-Tischler» hellhörig. «Das milde, südlich beeinflusste Klima hier im Domleschg und der viele Föhn sind für den Gemüse- und den Früchteanbau ja allgemein günstige Bedingungen. Es nahm uns also wunder, wie sich eine Melonenkultur entwickeln würde», sagt Marcel Foffa, während er für uns Schnitze aus einer Charentais-Kugel in typischem Hellgrün mit dunkleren Streifen schneidet. Sofort haben wir wortwörtlich ein Stück Sommer im Mund. Das orange Fruchtfleisch ist herrlich saftig und hat eine Süsse, die ihren Namen auch wirklich verdient. «So soll es sein!», freut sich Marcel Foffa. Um ebendieses Aroma zu bekommen, werden die langen, dicht beblätterten Triebe (diese verraten die botanische Zugehörigkeit der Melonen zu den Kürbisgewächsen) hochgebunden, damit die Früchte gleichmässig reifen können. «Wenn sie am Boden liegen, bekommt eine Seite keine Sonne, und das merkt man dann deutlich im Geschmack», erklärt Marcel Foffa.

Eine Charentais-Pflanze trage drei, höchstens vier Melonen, bei den Wassermelonen sei es oft sogar nur eine, so Foffa. Der gesamten Qualität und der Süsse komme das ebenfalls zugute, weil sich die Nährstoffe auf wenige Exemplare verteilen. Der Ertrag fällt entsprechend aus: In einem guten Jahr ohne grössere Kälteeinbrüche oder starke Regenperioden beläuft er sich auf sechshundert bis siebenhundert Stück. Damit sind die Melonen für «Bio-Tisch» zwar ein Nischengeschäft, gemäss Marcel Foffa aber «eines, das sehr stimmig unser Angebot abrundet. Die Kundinnen und Kunden freuen sich jedes Jahr schon im Vorfeld wie verrückt darauf.»

Quereinstieg mit (Er-)Folgen

Dass Marcel Foffa, Mathias Riedi und ihr Team die Sorten Wasser- und Charentais-Melonen im Gewächshaus anbauen, war von Beginn weg eine bewusste Wahl. Ein Freilandversuch mit



Dieses Exemplar hat Marcel Foffas Reifeprüfung bestanden: Wenn die Schale süss riecht, sind Charentais-Melonen bereit zum Geniessen.

Cantaloupe-Pflanzen vor drei Jahren habe zwar gut geklappt, «aber wenn ein so regenreicher Sommer wie im 2021 kommt, hätten die Pflanzen und damit auch die Früchte keine Chance», so Marcel Foffa. Am Anfang war vor allem die Gastronomie Abnehmerin der Domleschger Exoten. Spitzenkoch Andreas Caminada vom nahen Schloss Schauenstein in Fürstenua etwa wurde als einer der Ersten überhaupt auf sie aufmerksam. Heute werden die meisten Exemplare circa ab Mitte August samstags am Churer Wochenmarkt verkauft. Aber Achtung, man muss schnell sein: Nach zwei, drei Wochen ist meistens alles weg. So sei die Bündner Melonensaison zwar

kurz, aber das mache sie umso spezieller und die Wertschätzung für die Produkte und ihren Preis grösser, beobachtet Marcel Foffa: «Die neun bis zehn Franken Stückpreis sind für eingefleischte Melonenfans kein Thema.»

Diese Einstellung, sich wie beim Melonenanbau gerne an Neues und Unbekanntes zu wagen, brachte Quer-einsteiger Marcel Foffa ursprünglich auch in die Landwirtschaft. Der gelernte Maurer übte vom Barbetreiber bis zum Personalberater verschiedenste Berufe aus – «bis es mich wieder ins Freie zog. Ich habe schon immer gerne draussen gearbeitet.» Dann lernte er den Bio-Gemüsegärtner Mathias Riedi kennen,

Der fruchtige Star in der leichten Sommerküche

Geräucherte Forelle mit Frischkäse und rosa Pfeffer im Melonenmantel

Zutaten zum Apéro für 4 Personen (8 Stück)
 • ½ Charentais-Melone • 1 geräuchertes Forellenfilet (circa 150 g) • 100 g Frischkäse nature • 8 Zahnstocher • 1 EL rosa Pfeffer, grob zerstoßen

Zubereitung

1. Melone entkernen, schälen und längs circa acht dünne Scheiben abschneiden (zwei Millimeter dick, am besten mit

der Aufschnittmaschine oder einem Gemüsehobel).

2. Forellenfilet enthäuten und in acht Stücke teilen.

3. Auf jede Melonenscheibe einen Teelöffel Frischkäse und ein Stück Forellenfilet legen, aufrollen.

4. Mit einem Zahnstocher fixieren, auf einer Platte anrichten und zum Schluss mit rosa Pfeffer bestreuen.



Die herben Noten der geräucherten Forelle mit mildem Frischkäse und fruchtigen Melonenstreifen – noch etwas rosa Pfeffer und ein Gläschen Weisswein dazu, und der Apéro kann beginnen!



Früher ein Heustock, heute ein stilvoller Essraum. Blick in den Restaurantbereich des «Landhus Almens».



Das «Landhus Almens» mit Restaurant und vier Gästezimmern liegt an der Dorfstrasse im gleichnamigen Dorf.



Ein Gläschen auf das baldige zehnjährige Jubiläum als Gastgeber im «Landhus Almens»: Amanda Theiler und Urs Reichen.

das neueste «Bio-Tisch»-Anbauexperiment. Was wohl als Nächstes folgt? Marcel Foffa muss schmunzeln. «Ich denke, das eine oder andere wird uns schon noch in den Sinn kommen. Aber eins nach dem andern. Wir geben jeder neuen Kultur gerne erst mal ihre Zeit.»

Piz Beverin als Terrassengast
Manchmal schaffen es Marcells Melonen gar nicht erst bis Chur. Manchmal landen sie nach nur zwei Fahrminuten in der «Landhus»-Küche in Almens. Im einzigen Restaurant des Zweihundert-Seelen-Nachbardörfchens von Pratval ist Amanda Theiler gerade daran, Wassermelonen zu rüsten. Aus ihnen

soll mit Gurken kombiniert eine kühle Suppe werden. «Einfach herrlich-oder?», wie Wassermelonen echte Durstlöscher sein können. Gerade, wenn sie noch so richtig Biss haben wie diese hier», sagt die Gastgeberin, als sie ein Stückchen von der willkommenen Erfrischung kostet. «Auf unserer Terrasse kann es richtig schön warm werden, das ist in den Bergen ja nicht selbstverständlich. Gerade deshalb ist sie bei unseren Gästen so beliebt», sagt Amanda Theiler. Ein weiterer Anreiz ist zweifelsohne die freie Sicht auf die umliegenden Berggipfel, allen voran der Piz Beverin mit seiner ikonischen Pyramidenform. Und natürlich locken Amanda Theilers weit-

Duo von gekühlter Gurken- und Melonensuppe mit Gurkenschalenpüree und marinierten Radiesli

Zutaten für 4 Personen

- 1 Salatgurke • ½ dl Gemüsebouillon • 1 TL Salz
- 1 Prise Pfeffer • 75 g saurer Halbrahm • 1 EL weisser Balsamico
- etwas Wasser • etwas Salz • 1 kg Wassermelone
- 2 cl Sherry • 1 Bund Radiesli • 1 EL weisser Balsamico
- 1 Prise Salz

Zubereitung

1. Salatgurke schälen (Schale behalten) und grob zerkleinern. Mit Bouillon, Salz, Pfeffer, saurem Halbrahm und weissem Balsamico in einem Hochleistungsmixer sehr fein pürieren. In eine Flasche oder einen Massbecher abfüllen. Gut kühlen.

2. Gurkenschalen mit etwas Wasser und Salz ebenfalls fein pürieren, in ein Schüsselchen füllen.
3. Wassermelone rüsten, grob zerkleinern und die Kerne entfernen. Mit Sherry im Hochleistungsmixer fein pürieren, gut kühlen.
4. Radiesli waschen, rüsten und in feine Scheibchen schneiden. Mit weissem Balsamico und der Prise Salz mischen. Etwa 30 Minuten stehen lassen, bis die Farbe schön pink ist.
5. Beide Suppen gleichzeitig in flache, gekühlte Suppenteller leeren und dekorativ verrühren. Mit dem grünen Gurkenschalenpüree und den Radiesli garnieren.



Warme Suppe gibt es dann im Winter wieder! Jetzt freuen sich die Gaumen über eine kühle Verbindung von Gurke und Melone, die in den Farben Italiens nur schon optisch den Süden auf den Teller bringt.

Die Region auf dem Teller mit Einflüssen aus fernen Ländern



In ihrem Element: Amanda Theiler liebt es, für ihre Gäste frische Produkte aus der Region zu verarbeiten.



Domleschger Dorfansicht: Aussicht von der «Landhus»-Terrasse auf den Ortskern von Almens.



Für die Extraportion Feriengefühl: Mit Kardamom und Piment gewürzte Melonen passen mit griechischem Joghurt zum Zmorge wie zum Dessert.

Gewürzmelone auf griechischem Joghurt

Zutaten für 4 Personen

- 1 Charentais-Melone • 1 Zitrone
- 120 g Rohrzucker • 6 grüne Kardamomkapseln, leicht zerdrückt
- 10 Pimentkörner, ganz
- 500 g griechischer Joghurt, nature oder mit Honig

Zubereitung

- 1. Mindestens drei Tage vor dem Servieren** die Melone entkernen, schälen und in circa 4 Zentimeter lange Spickel schneiden.
- Zitrone waschen, Schale mit einem Sparschäler dünn abziehen, halbieren und auspressen.

3. Zitronensaft mit Rohrzucker aufkochen. Zitronenschale, Kardamom und Pimentkörner beigegeben. Melonenstücke in diesem Sud kochen, bis sie weich sind, aber noch nicht zerfallen. Heiss in ein sauberes Glas abfüllen, verschliessen. Mindestens drei Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

4. Am Serviertag Joghurt auf vier Schalen verteilen. Gewürzmelonen mit etwas Sud darauf anrichten.

Tipp Mehrere Gläser gleichzeitig zubereiten. Gewürzmelonen halten sich im Kühlschrank mindestens drei Wochen.

herum bekannten Kochkünste die Gäste ins «Landhus Almens» – Einheimische ebenso wie Wanderer auf ihrem Weg durch das Burgen- und Schlösserland Domleschg oder Ausflügler nach einem Tag am nahen Canovasee.

FrISChe und saisonale Gerichte aus weitgehend regionalen Lebensmitteln, das ist die Herzensphilosophie der ausgebildeten Hotelière-Restauratrice, die vor der «Landhus»-Übernahme viele Jahre in der Stadtzürcher Gastronomie wirkte. Ob Gemüse, Früchte, Eier, Safran, Linsen, Fleisch oder Getreide – so viel wie möglich kommt aus der Umgebung. Auch Wild bezieht die 50-Jährige im Herbst ausschliesslich aus dem Dom-

Grillierter Ziger mit Melonensalsa auf Venere-Reis-Salat

Zutaten für 4 Personen

- 320 g Venere-Reis • 1 dl Sonnenblumenöl
- ½ dl weisser Balsamico • 1 TL Salz • etwas schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen • 1 Zucchini (circa 400 g)
- etwas Sonnenblumenöl • Salz und Pfeffer
- 300 g Erbsli • 200 g Charentais-Melone (gerüstet gewogen) • 200 g Wassermelone (gerüstet gewogen)
- ½ rote Zwiebel • 1 Stück Ingwer (circa 2 cm)
- 1 roter Peperoncino • 4 EL kalt gepresstes Rapsöl
- ½ Zitrone, Saft • etwas Zucker • Salz und Pfeffer
- 500 g Ziger • etwas Sonnenblumenöl • Salz und Pfeffer

Zubereitung

- Venere-Reis in gesalzenem Wasser 18 bis 20 Minuten weich kochen. In ein Sieb ableeren, dann in eine Schüssel geben. Noch warm mit Öl, Balsamico, Salz und Pfeffer mischen. Mindestens eine Stunde ziehen lassen.
- Zucchini klein würfeln, in Öl anbraten, salzen und pfeffern. Auf einem Teller abkühlen lassen.

3. Erbsli in stark gesalzenem, kochendem Wasser 5 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgiessen und sofort mit kaltem Wasser übergiessen.

4. Für die Salsa beide Melonensorten schälen und in kleine Würfel schneiden. Rote Zwiebel in Ringe, Ingwer in feine Streifen schneiden. Peperoncino längs halbieren, entkernen und in feine Ringe schneiden. Alles mit Rapsöl und Zitronensaft mischen, mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Ziger in vier Scheiben schneiden, mit Öl bestreichen, salzen und pfeffern. In einer Grillpfanne auf beiden Seiten anbraten, bis der Ziger heiss ist und ein schönes Grillmuster bekommt.

6. Kurz vor dem Servieren Venere-Reis mit Zucchiniwürfeln und Erbsli mischen, auf Tellern anrichten. Ziger darauflegen und die Melonensalsa darübergeben.

Tipp Anstelle von Ziger eignet sich auch «Manouri» oder Grillkäse.



Auch Käse wie der Ziger vermögen Melonen raffiniert zu umschmeicheln. Zur rassigen Salsa verarbeitet, bekommen die saftigen Früchte eine scharfe Note verpasst. Der Reissalat ist der körnige Gegenpol.

Süsser Melonen nie schmecken als während der Saison

Melonen-Lassi mit Minze

Zutaten für 4 Gläser à 2½ dl

- 450 g Charentais-Melone, gerüstet gewogen (circa eine halbe Melone)
- 450 g Joghurt nature ▪ 0,8 dl heller Pfefferminzsirup ▪ 1 EL frischer Zitronensaft ▪ 4 Pfefferminzweige

Zubereitung

1. Melone entkernen, schälen und in grobe Stücke schneiden.
2. Mit dem Joghurt, dem Sirup und dem Zitronensaft mit dem Stabmixer oder in einem Hochleistungsmixer mixen. Tipp: Falls das Lassi zu dickflüssig ist,

mit etwas Mineralwasser verdünnen.

3. Falls gewünscht mit etwas mehr Sirup und Zitronensaft abschmecken, anschliessend gut kühlen.
4. In Gläser abfüllen und mit je einem Zweiglein Pfefferminze dekorieren.



Das aus Indien stammende Joghurtgetränk Lassi macht sich in der Melonenvariante auch prima als Essensbegleiter.

leschg. Diese Regionalität paart Amanda Theiler ab und zu gerne mit Gewürzen, die von weiter weg stammen. So verbindet sie etwa Pimentkörner und Kardamomkapseln mit Charentais-Stücken zu orientalischen Gewürzmelonen oder gibt in ihre Melonensalsa etwas Ingwer für eine Extraportion Schärfe.

Auch beim Käse streckt das «Landhus Almens» die Fühler über den Regionen- und Länderrand hinaus, und das aus gutem Grund. Amandas Lebenspartner Urs Reichen gründete 1983 in Zürich den Käsehandel «Chäs & Co.», der heute seinen Sitz in Bergdietikon AG hat und in anderen Händen ist. Eine solche Vergangenheit hinterlässt ihre Spuren.

Kein Wunder also, ist der Käsekeller (und übrigens auch derjenige für den Wein) im «Landhus» sorgfältig und abwechslungsreich zusammengestellt.

Vom Heustock zum Essraum

Seit nunmehr bald zehn Jahren führt das Paar das Restaurant, zu dem auch vier heimelige Gästezimmer und eine Bauernstube mit Bibliothek gehören. Ursprünglich war das Gebäude ein Stall, und dort, wo sich heute der Essraum befindet, befand sich der Heustock.

Beide kannten das Domleschg schon vorher von ausgiebigen Wandertouren und Urs Reichen zudem von Besuchen bei Käseproduzenten. Auch im «Land-

hus» kehrten sie ab und zu ein – bis sie per Zufall erfuhren, dass es schliessen musste. Amanda Theiler und Urs Reichen versuchten ihr Glück und bekamen den Zuschlag. «Wir sagen es gerne so: Das «Landhus» hat uns gesucht, nicht umgekehrt. Denn wir hatten damals eigentlich nicht im Sinn, ein Restaurant zu übernehmen. Aber hier hat einfach alles gepasst und gestimmt, uns ist sehr wohl hier. Wenn ich heute nach Zürich fahre, bin ich längst eine Touristin», sagt Amanda lächelnd, als sie uns ein Glas Melonen-Lassi reicht. Und wieder ist sie beim Probieren gleich da, diese direkte Frische und diese sommerliche Leichtigkeit, die einfach guttut. «Am liebsten

Ein Chutney für viele Fälle: Schweinefleisch mag die süss-sauer-fruchtige Begleitung besonders gern. Sie passt aber auch gut zu Geflügelgerichten oder einer Käseplatte mit frischem Brot.



Schweinskoteletts mit Tomaten-Melonen-Chutney

Zutaten für 4 Personen (Zutaten Chutney für 1 Einmachglas à 1 Liter)

- 500 g reife Tomaten ▪ 600 g Charentais-Melone (gerüstet gewogen)
- 300 g rote Zwiebeln (gerüstet gewogen)
- 300 g Zucker ▪ 3 dl weisser Balsamico
- 20 g weisse Senfkörner ▪ 6 g Salz
- 2 g schwarze Pfefferkörner, im Mörser grob zerstoßen ▪ 4 Schweinskoteletts
- Salz und Pfeffer ▪ etwas Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Für das Chutney Tomaten und Melonen in Würfel schneiden (zwei Zentimeter dick),

Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden.

2. Zucker, Balsamico, Senfkörner, Salz und Pfefferkörner in einer weiten Pfanne verrühren und aufkochen. Melonen und Zwiebeln begeben, 5 Minuten sprudelnd kochen. Tomaten begeben und circa 10 Minuten weiterkochen, bis die Melonen weich, aber noch nicht zerfallen sind, und die Konsistenz des Chutneys sirupartig ist. Heiss in ein sauberes Einmachglas füllen, sofort verschliessen, über Nacht abkühlen lassen.
3. Schweinskoteletts salzen und pfeffern, in einer Pfanne im heissem Öl

gut anbraten. Temperatur etwas senken und während circa 8 Minuten fertig garen.

4. Fleisch anrichten und je einen grossen Löffel Tomaten-Melonen-Chutney daraufgeben.

Dazu passen Risotto und grüne Bohnen.

Tipp Mehrere Gläser Chutney gleichzeitig zubereiten. Es kann drei Monate an einem kühlen, dunklen Ort gelagert werden. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und innert drei Tagen geniessen. Passt auch sehr gut zu Käse und eignet sich als Mitbringsel.

Panna cotta auf Melonencarpaccio mit frischen Himbeeren

Zutaten für 4 Personen

- 1 Blatt Gelatine • 3 dl Vollrahm
- 55 g Zucker • 1 Prise gemahlene Vanille (oder ¼ ausgekrazte Schote)
- 500 g Himbeeren • 80 g Zucker
- ½ Charentais-Melone

Zubereitung

1. Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
2. Rahm mit Zucker und Vanille aufkochen. Gelatine ausdrücken und in die heisse Rahmmischung rühren. In vier kleine Kokotten oder Silikonformen abfüllen und

- mindestens drei Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.
3. 300 Gramm der Himbeeren zusammen mit dem Zucker mit dem Rührstab pürieren. Durch ein Sieb streichen, damit die feinen Kerne der Himbeeren zurückbleiben.
4. Melone entkernen, schälen und in dünne Scheiben schneiden.
5. Himbeermark in die Mitte der Teller verteilen, Melonenscheiben darauf anrichten. Förmchen kurz in heisses Wasser tauchen und die Panna cotta in die Mitte der Teller stürzen. Mit den restlichen Himbeeren garnieren.



Fruchtduo mit Köpfchen: Melone mit frischen Himbeeren macht allein schon eine gute Figur. Kommt da noch Panna cotta dazu, ist das Aromenspektakel perfekt.

verarbeite ich die Melonen kalt, gekocht können sie schnell bitter werden», sagt Amanda Theiler. Was natürlich viel zu schade wäre für die fruchtigen Preziosen vom nahen «Bio-Tisch».

Von dort gibt es gerade Neues zu berichten: Vor Kurzem haben Marcel Foffa und Mathias Riedi einen Hofladen eröffnet. Neben dem Frischesortiment ist auch viel Eingemachtes und Eingelegetes zu finden (Tipp: die feurige Sambal-Würzsauce aus verschiedenen Chilisorten). Ein eigener Bereich ist dem Thema «Leaf to Root», also Gemüse vom Blatt bis zur Wurzel verwenden, gewidmet: Kohlrabi- und Brocoliblätter gehören etwa dazu oder Rüblikraut, aus

dem Kennerinnen und Kenner ein feines Pesto zubereiten. Auch eine No-Food-Waste-Ecke gibts im Laden mit Gemüse, das vielleicht krumm gewachsen oder beim Wachsen aufgeplatzt ist oder ein paar Risse hat, aber deswegen nicht schlechter schmeckt.

Da liegt etwas in der Luft in Pratval. Und manchmal, da hängt es auch.

• • •

www.biotisch.ch

Öffnungszeiten Hofladen: Dienstag und Freitag
8.30 bis 17.30 Uhr (April bis Dezember)

www.landhus-almens.ch

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Samstag
9 bis 23 Uhr (Küche 11.30 bis 16 und 18 bis 21 Uhr)
Sonntag 9 bis 17.30 Uhr (Küche 11.30 bis 16 Uhr)

Honigkuchen mit Melonenkugeln und Johannisbeeren

Zutaten für 1 Springform à 26 cm Durchmesser

- wenig Butter (zum Einfetten des Springformrands) • wenig Weizenweissmehl (zum Bemehlen des Springformrands) • 200 g Honig, flüssig (siehe Tipp unten) • 125 g Butter, weich
- 2 Eier • 300 g Weizenweissmehl
- 1 Prise Salz • ½ Zitrone, abgeriebene Schale • 1 Päckchen Backpulver
- 100 g Butter, weich • 100 g Puderzucker • 100 g Frischkäse nature
- 1 Charentais-Melone • ½ Wassermelone • 250 g rote Johannisbeeren (oder andere Beeren nach Wahl)
- einige Zitronenmelisseblätter

Zubereitung

1. Boden der Springform mit Backpapier belegen, Rand mit Butter einfetten und bemehlen.
2. Ofen auf 180 Grad (Umluft) vorheizen.
3. Honig, weiche Butter und Eier in einer Küchenmaschine oder mit dem Handmixer in einer Schüssel gut verrühren. Zutaten bis und mit Backpulver begeben und nur so lange mischen, bis ein gleichmässiger, zäher Teig entsteht. In die vorbereitete Form füllen, sofort in den Ofen geben und 25 Minuten backen.
4. Holzspießprobe machen (eventuell ein paar Minuten länger backen). Auskühlen lassen und auf eine Kuchenplatte legen.
5. Für das Frosting die weiche Butter mit Puderzucker in der Küchenmaschine oder mit dem Handmixer in einer Schüssel sehr gut verrühren. Frischkäse unterrühren und kühl stellen.
6. Aus den beiden Melonensorten mit einem Apfelsausstecher Kugeln austechen. Rote Johannisbeeren waschen.
7. Frosting auf den Kuchen streichen. Die Früchte bergartig darauf drapieren, zum Schluss mit Zitronenmelisseblättern garnieren.

Tipp Fester Honig kann im Wasserbad bei 40 Grad verflüssigt werden. Vor dem weiteren Verarbeiten abkühlen lassen.



Krönender Abschluss: Wassermelonen- und Charentais-Kugeln thronen zusammen mit roten Johannisbeeren und Frischkäse-Frosting auf einer weichen Rührteigbasis.

Das ist wirklich die Melone auf der Torte!