

GRILL-REZEPT

Gebratener Fleischkäse mit Lattich



Am Wochenende ist Pfingsten. Vielleicht können Sie die

freie Zeit nutzen, um mit der ganzen Familie ein erstes Mal den Grill anzuwerfen? Schnell gemacht und narrensicher ist der gebratene Fleischkäse mit Rahm-Lattich. Zutaten für vier Personen: 4 Scheiben Fleischkäse, total 300 bis 400 g. Für den Rahm-Lattich 500 g Lattich, fein geschnitten, 1 Zwiebel, fein gehackt, 1 kleiner Apfel, klein gewürfelt, Butter zum Dämpfen, 0,9 dl Saucen-Halbrahm, Salz, Pfeffer, wenig Muskatnuss. Zubereitung: Die Fleischkäsescheiben nach Belieben diagonal halbieren oder vierteln. Für den Lattich Gemüse, Zwiebel und Apfel in der Butter dämpfen. Rahm dazugießen, aufkochen und würzen. Den Fleischkäse braten oder grillieren. Den Rahm-Lattich auf vorgewärmte Teller verteilen, Fleischkäse daraufgeben, sofort servieren. Dazu passen Brot oder Gschwelli. *sum*

www.swissmilk.ch

REZEPT-BROSCHÜRE

Gitzi-Rezepte von Profiköchen

Während die Gastwirte noch wissen, wie Gitziffleisch (Schulter, Schlegel und Brust) zubereitet werden kann, ist dieses Wissen in den Privathaushalten in Vergessenheit geraten. Dem wollte Culinarium Toggenburg Abhilfe schaffen und hat eine Broschüre mit Gitzi-Rezepten geschaffen, die vor kurzem in einer zweiten überarbeiteten Auflage gedruckt wurde. Von der Gitzi-Cappuccino-Rahmsuppe über geröstete Gitziwirfel bis hin zum Gitziröllbraten oder Ziegtopf ist für jeden Geschmack etwas dabei. Im Frühling 2011 soll ein umfangreiches Kochbuch mit diversen Rezepten rund um Gitziffleisch und Geisskäse auf den Markt kommen. *sum*

Erhältlich ist die Broschüre via toggenburg@culinarium.com, Tel. 071 988 77 77 oder www.geissenshow.ch zum Download.

GESTALTEN: Verspielte Zaungäste für Hof und Garten

Lustige Begrüssung am Gartenzaun

Im Garten und ums Haus sorgen nicht nur Blumen für Schmuck. Aus altem Material entsteht individuelle Kunst.

MARLIES STREIT*

Die ersten Gartenarbeiten sind gemacht. Das Giessen erübrigt sich Anfang Mai fast ganz. Es spriest und grünt überall. Vielleicht ist jetzt ein wenig Zeit, dem Garten oder der Hofeinfahrt einen neuen Blickfang zu verpassen. Wenn nicht, kommen ja schon bald die Sommerferien, und die Kinder möchten gerne beschäftigt werden.

Die Jungmannschaft hat sicher ausgefallene Ideen, wenns ums Erfinden und Entwerfen von witzigen Figuren geht, die diesen Sommer (oder auch längerfristiger) den Gartenzaun oder den Hauseingang bevölkern sollen. Kinder haben wahrscheinlich mehr Freude an bunten, comicähnlichen Figuren, mit Acrylfarbe wetterfest gestaltet. Voll im Trend liegen aber auch Kunstobjekte aus alten Brettern, rostigen Eisenteilen, groben Schnüren, die durch Wind und Wetter noch an optischem Charme gewinnen.

Material Variante natur: Alte, rohe Holzbretter oder Schwartenbretter, verschiedene Dekorteile (Holz, Schnur, Leder, Jute...), Abfallmaterial aus Metall (Büchsen, Deckel, rostige Muttern, alte Stahlknäuel...), Schrauben, Nägel.

Material Variante bunt: Gehobelte Holzbretter (ca. 15 bis 20 cm breit, Länge nach Wunsch), Laubsägeholz 8 mm dick, Acrylfarben (auf Wasserbasis), Dekormaterial, kaltwasserfester Leim, eventuell Fertigbeton und Schuhschachtel für Sockel.

Werkzeug: Stichsäge, Laubsäge für Variante bunt, wenn Kinder helfen, Akkubohrmaschine, Bohrer, Schraubeinsätze, Schrauben, Nägel, eventuell Tacker, Schleifpapier, Feilen, Raspeln, Pinsel, Malschürze.

Vorgehen Variante natur: Alte Holzbretter aussuchen und schon vorhandene Formen oder Strukturen bei der Gestaltung berücksichtigen. Figuren auf



Die bunte Tierschar haben Nina, Anina, Jasmin und Lisa im Unterricht in der dritten Klasse geschaffen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. (Bilder: Marlies Streit)

Papier entwerfen und dann auf dem Brett mit Bleistift vorzeichnen. Die Figuren werden mit der Stichsäge am oberen Ende des Brettes ausgesägt. Löcher für Augen werden gebohrt, Schnauzen, Hörner und eventuell Vorderbeine aus Abfallholz ausgesägt und mit Schrauben befestigt.

Jetzt werden noch verschiedene Dekorationen angebracht. Geeignet sind Haare, Nasen, Schnäbel, Ohren, möglichst alles aus natürlichem Material, aber auch Holz, Äste, Metall und Schnur... Die verschiedenen Teile müssen gut eingesetzt und/oder festgeschraubt werden. Zum Befestigen von Haaren, Ohren usw. ist eventuell ein Tacker dienlich.

Vorgehen Variante bunt: Das Holzbrett auf die nötige Länge zuschneiden. Die obere Kante je nach Figur in Form sägen. Kopf, Schnauze, Hörner, Ohren, eventuell Pfoten, Hufe usw. aus Laubsägeholz aussä-



Diese Holzkuh macht ihren Kolleginnen im Stall alle Ehre.

gen. Alle Teile werden an den Kanten mit Schleifpapier geschliffen. Dann wird die Figur mit Leim und Schrauben auf das Brett montiert. Bretter für die Beschriftung können ebenfalls aus Sperrholz ausgesägt werden, damit sie nicht zu schwer wirken.

Jetzt kommt das Bemalen mit Acrylfarbe. Die Figur wird zuerst mit weisser Farbe grundiert, dann kurz überschleift und schliesslich in der definitiven Farbe gestaltet.

Details wie Augen, Schnauzhaare oder die Schrift auf einem Schild werden erst gemalt, wenn der Untergrund gut trocken ist. Achtung: Acrylfarbe, die einmal eingetrocknet ist, lässt sich nicht mehr aus Kleidern auswaschen!

Die fertigen Figuren werden mit Draht oder mit Schrauben direkt am Gartenzaun befestigt oder unten zugespitzt und in den Boden gesteckt. Ob sie der Gärtnerin bei der Arbeit zuschauen oder Besucher, die auf den Hof kommen, freundlich begrüssen sollen, ist jedem selber überlassen.

Sockel aus Beton

Wer eine einzelne Figur freistehend aufstellen möchte, kann einen Sockel anfertigen, damit sie standfest wird. Zum Beispiel mit einem selbst gemachten Sockel aus Beton. Eine kleine Schuhschachtel wird dazu innen mit Melkfett gut eingestrichen. Die Schachtel muss zur Verstärkung mit Kleband umwickelt werden. Dann wird die Holzfigur mitten in die Schachtel gestellt und senkrecht fixiert. Das geht am besten an einer Hobelbank oder an einem Tisch. Die Fertigbetonmischung nach Anleitung mit Wasser mischen und satt in die Schachtel einfüllen. Die Oberseite kann nach Belieben mit schönen Steinen oder Schneckenhäuschen verziert werden. Nach einem Tag kann die Schachtel sorgfältig abgelöst werden, der Sockel muss noch etwa drei Tage am Schatten austrocknen.

*Marlies Streit ist Gestaltungslehrerin in Zimmerwald BE.

BÄUERINNEN-ALLTAG IN KANADA: Jeden Monat berichtet Erika Weder-Büschi aus ihrem Alltag in Rycroft, Alberta

Spannende Tage auf der Ranch im Norden von Alberta



Die Monate Mai und Juni sind für uns immer ein bisschen wie Weihnachten. Jeden Tag erwarten uns ein paar

neue Geschenke draussen auf der Wiese! Mit dieser »Spezial-Weihnachtszeit« meine ich unsere Kälbersaison. Wir investieren jeweils im August des vorherigen Jahres ziemlich viel Zeit in die Planung der Kreuzungen, und da sind wir dann schon immer gespannt auf das Resultat. Auch dieses Jahr sind wir nun seit zwei Wochen täglich ein bis zwei Mal draussen unterwegs, um nach dem Rechten zu sehen. Wir werden immer wieder von Leuten gefragt, wie das denn so geht mit so vielen Kühen?! Viele Leute – und auch viele Landwirte – haben immer das Gefühl, dass eine Kuh ganz einfach nicht alleine ein Kalb auf die Welt bringen kann. Hier



Ein Rind kurz vor der Geburt des ersten Kalbes. Hilfe war keine nötig! (Bild: Erika Weder)

bei uns ist das mehr oder weniger ein Muss für eine Kuh. Wir können ja nicht rund um die Uhr 400 Kühe und Rinder bemuttern und beobachten. Die Tiere sind alle draussen auf der

Weide in der Natur und können sich frei bewegen. Dies ist von mir aus auch ein Rezept für problemlose Geburten. Die Tiere können sich ungestört zurückziehen in eine Ecke von einem

Feld oder an einen Waldrand und dort in Ruhe ihr Kalb zur Welt bringen. Wir legen natürlich auch grössten Wert auf die richtigen Zuchtbullen. Uns bringt bestimmt ein Kalb mit einem normalen und guten Geburtsgewicht mehr als ein riesiges Kalb, das dann nur mit Mühe oder sogar mit fremder Hilfe zur Welt kommt. Es ist immer wieder schön, zu sehen, wie unsere Kühe alleine kalben, aufstehen, das Kalb ablecken, und 20 Minuten später ist das Neugeborene schon am Stehen und am Saugen. Viele Probleme beim Abkalben sind heute vom Menschen gemacht, und das finde ich eigentlich schade und auch stressig für die Tiere. Wir hatten während der letzten zwei Wochen sechs Kühe, die draussen im Feld Zwillinge auf die Welt brachten. Alle zwölf Kälber sind alleine auf die Welt gekommen und wohlauf. Was für eine Freude! Für uns ist es im Frühling Tradition, jeden

Abend alle Kinder aufzuladen in unseren alten Toyota Landcruiser, um die Kühe und Rinder zu kontrollieren. In der »Hochsaison«, wenn wir dann wirklich über zehn Kälber pro Tag bekommen, sind wir jeweils morgens und abends unterwegs, da wir ja alle Kälber sofort wägen und alle Daten aufschreiben müssen. Jedes Kalb bekommt eine Ohrmarke ins linke Ohr mit der Nummer und dem Geburtsjahr, und alle Angaben werden ins Kälberbuch eingetragen. Alle Kälber bekommen dann später eine Geburtsurkunde, da sie reirassige Angus-Tiere sind. So sind die Geburtsangaben, die Mutter, der Vater und das Geburtsgewicht, sehr wichtig. Wir geniessen jeweils diese Familienzeit bei den Kühen, und unsere Kinder finden es auch immer spannend. Meistens sind die Kälber schon auf der Welt, wenn wir sie finden, aber so ein, zwei Mal pro Saison haben wir jeweils das

Glück, eine Geburt beobachten zu können. Das ist auch für uns immer wieder ein bereicherndes Erlebnis und ein Wunder der Natur.

ZUR PERSON

Die 34-jährige Bauerntochter aus Kriechenwil BE lebt mit ihrem Mann Christoph und den Söhnen Pasco (5), Nero (4) und Oro (1½) in Rycroft, Alberta. Beim Angus-Zuchtbullenprogramm kommen sie ohne Krafftter aus. Den Herden (rund 900 Tieren) stehen 1000 ha Weideland zur Verfügung. Die Tiere sind das ganze Jahr draussen. Für die Zucht ungeeignete Tiere werden ins Mastprogramm integriert (ohne Hormone und Antibiotika). Das Fleisch wird als »all natural beef« verkauft. *pa*

www.spiritviewranch.com