



**Rezept**  
**BÄRLAUCHBUTTER**

Frühlingszeit ist Bärlauchzeit. In Butter lässt sich das würzige Kraut gut konservieren und passt zu gebratenem Fleisch, Fisch und jungem Gemüse.

**Zutaten:**

- 100 g Butter
- 3 EL Bärlauch, klein gehackt
- 3 EL geröstete, geschälte, gemahlene Mandeln
- 1 Biozitrone, Abrieb
- Salz, Pfeffer

Mit einer Gabel die weiche Butter mit den anderen Zutaten gut vermengen, zu einer Rolle formen und, in Klarsichtfolie gewickelt, im Kühlschrank lagern. Bei Bedarf Scheiben abschneiden.

**Rettiche**  
**IM TOPF VORZIEHEN**

Frühe Rettiche wie 'Eiszapfen' und 'Ostergruss' gehören zu den ersten Gemüseköstlichkeiten der Saison. Der Zeitraum zwischen Aussaat und Ernte lässt sich deutlich verkürzen, wenn man ihn breitwürfig in Töpfen mit Aussaaterde vorzieht. Nach 12 Tagen kann verpflanzt werden, dabei muss man darauf achten, dass die Wurzeln kerzengerade bis zu den Keimblättern in die Pflanzlöcher kommen. Gut angegossen, gibt es eine frühe Ernte.



**Rainfarntee**  
**MILBENSCHUTZ FÜR BEEREN**

Besonders lästig werden Brombeergallmilben durch angesaugte, grün bleibende Einzelbeerchen in den Beeren. Rainfarntee hilft dagegen. Nachdem alle alten Blätter und darauf überwinterten Milben entfernt und vernichtet wurden, spritzt man die Brombeer- und Himbeerpflanzen tropfnass. Wiederholung schadet nicht. Die Untersaat von Kleearten verbessert die Bodenfeuchte, Bodenstruktur und die Stickstoffversorgung, die schöne grosse Beeren brauchen.



**Buch**  
**VEGI-REZEPTE AUS ALLER WELT**

Viele Gäste fragen immer wieder nach Rezepten aus der Hiltl-Küche, einem der ältesten vegetarischen Restaurants der Welt. Die Crew des Restaurants entwickelt ständig neue Rezepte, die auch in der eigenen Küche nachgekocht werden können. Das neu aufgelegte Kochbuch ist für alle Leute, die auf geradlinige Kochkunst setzen, Kreationen lieben, die eine gewisse Raffinesse haben, sich und ihre Gäste mit liebevoll zubereiteten vegetarischen Gerichten verwöhnen wollen - mit Rezepten, die lokale Verwurzelung mit internationalem Flair vereinen.

**Hiltl. Vegetarisch. Die Welt zu Gast**, Rolf Hiltl, Werd-Verlag, Thun 2018, Fr. 59.-. **Bestellitalon** Seite 67.