

KORRIGENDUM

Fachtagung Agrotourismus

In der letzten Ausgabe der Bauernzeitung hat sich beim Artikel über die Fachtagung Agrotourismus ein Fehler eingeschlichen: Bei der Bildlegende wurde fälschlicherweise Tourismus-

fachmann Daniel Koller erwähnt. Neben Bauer Fritz und seiner Frau Janine ist jedoch Sandro Widmer, Leiter des Besucherzentrums von Chocolat Frey, zu sehen. BauZ

Von Landfrauen durch das Jahr begleitet

Landfrauen-Agenda / Die Ausgabe 2017 widmet sich dem Thema Wasser.

AARAU Viele Landfrauen lassen sich von ihr Jahr für Jahr begleiten: die Landfrauen-Agenda. Die Ausgabe 2017 bringt bewährte Vorteile: Sie kommt im Format A5 und mit Spiralbindung daher. Zu ihren inneren Werten gehören ein Wochenkalender und Jahresplaner mit Mondphasen. Dazu bleibt Platz für Notizen.

Gedanken und Tipps

Als Schwerpunktthema haben die Autorinnen aus den Reihen

des Aargauer Landfrauenverbands dieses Jahr das Wasser gewählt. Sie haben für die Agenda Gedanken, Tipps und Tricks aus dem Bäuerinnenalltag aufgeschrieben.

Für 15 Franken

Die Agenda kostet 15 Franken (zuzüglich Versandkosten von 3.50 Franken) und kann bezogen werden bei Yvonne Heggli unter Telefon 079 320 08 74 oder per E-Mail: y.heggli@bluewin.ch. rae



Die Autorinnen Käthi Steiner, Helen Schmid, die Zeichnerin Barbara Leimgruber, Astrid Bründler und Rita Brügger.

(Bild rae)

Vielseitige Pardestücke

Schmorfleisch / Kursteilnehmerinnen holten sich am LZ Liebegg Wissen und neue Ideen.

GRÄNICHEN Die einen trauen sich nicht an die Zubereitung heran, anderen fehlt die Zeit. Wieder anderen hängt der immer gleiche Braten zum Hals heraus.

Dabei hat das Schmorfleisch das Potenzial zum Pardestück: Es ist extrem vielseitig in der Zubereitung und im Geschmack, von rustikal über schlicht bis edel und raffiniert. An einem Kurs am LZ Liebegg hat Marlis Hodel den Teilnehmerinnen Wissen und neue Ideen vermittelt – rechtzeitig auf die kommenden Festtage.

Bei einem Braten rechnet die Fachfrau mit einer Menge von rund 250 Gramm pro Person. Allfällige Resten können auch kalt – dünn aufgeschnitten – nochmals aufgetischt werden.

Ob das Fleisch im Ofen oder in der Bratpfanne zubereitet wird, lässt sich je nach übrigem Menu variieren. Im Ofen können Kartoffeln und Gemüse gleich mitgebacken werden. Der Ofen bietet sich auch für eine grosse

Tischrunde und ein entsprechend umfangreiches Fleischstück an, inklusive Anbraten. Das anschliessende Putzen des Ofens ist zwar weniger erfreulich, sollte aber nie ausgelassen werden, weil eingebrannte Fettflecken noch hartnäckiger sind. Das entfällt, wenn der Braten in einer Bratfolie in den Ofen gelegt wird. Das Fleisch bleibt saftig. Eine richtige Knusperkruste gibts aber nur ohne Folie.

Weitere Tipps von Marlis Hodel:

- Anbraten, ablöschen, langsam köcheln lassen: Das ist das Grundrezept für aromatische Saucengerichte.
- Es muss nicht immer eine gebundene Sauce sein. Ein Jus – ohne Zugabe von Bindemittel wie Mehl – schafft leichte Abwechslung.
- Ein gut schliessender Deckel gehört zu einem Schmortopf oder Bräter, damit möglichst wenig Flüssigkeit verdampft.

Ruth Aerni



Fruchtiger Ofenbraten

(Bild unten rechts)

1,5 EL Senf
1 EL Rapsöl
1,5 EL Worcestershiresauce
1 EL Honig, flüssig
mischen, 2 EL beiseitestellen.

1. 1 kg Schweinshals mit der Marinade bestreichen, 4 Stunden marinieren.

2. Ofen mit Blech auf 220 Grad vorheizen, Braten auf das heisse Blech legen, beidseitig 10 Min. anbraten. Hitze auf 180 Grad reduzieren, Fleisch ca. 30 Min. braten, wenden.

3. 800 g festkochende Kartoffeln in Schnitzen

4 grob geschnittene Zwiebeln
1 KL Salz
mit der übrigen Marinade mischen, neben das Fleisch auf das Blech legen, 30 Min. braten.

4. 600 g Zwetschgen, halbiert
2 EL Honig
2 EL Wasser
mischen, ebenfalls auf das Blech legen, 20 Min. braten

5. Braten vor dem Schneiden 10 Min. zugedeckt ruhen lassen.

Vielseitig: Kalbsbraten Savoyard mit reichhaltigem Innenleben, Kalbshaxen aus der Pfanne, Ofenbraten mit Beilagen.

(Bilder rae)