

BRUNCH

1. August / 1^{er} Août / 1^o Agosto 2020
Auf dem Bauernhof / À la ferme / In fattoria

Seit 28 Jahren!

**1. August-Brunch
auf dem Bauernhof**

Depuis 28 ans !

**Brunch à la ferme
du 1^{er} août**

Per 28 anni!

**Brunch del 1^o agosto
in fattoria**



Hauptsponsor / Sponsor principal / Sponsore principale

MIGROS

Organisiert von / Organisé par / Organizzato da

Schweizer Bauern **Paysans suisses** **Contadini svizzeri**
Von hier, von Herzen. D'ici, avec passion. Dalla nostra terra con passione.

Meine Kühe sorgen nicht nur für Käse, sondern auch für Lehrstellen.

Christian Beglinger, DEIN BAUER.

Hier lernen Junior-Bauern die ganze Wertschöpfungskette: vom Futteranbau für die Kühe bis hin zum Verkauf von 3,5 t Käse pro Jahr. Mehr über Christian und die Leistungen unserer Bauernfamilien auf landwirtschaft.ch

Besuche unseren Brunch auf der Nüenalp im Glarus.



Schweizer
Bauern

Von hier, von Herzen.

Schweiz. Natürlich.



karling.ch

Courtesy: SCOTT-SRAM

«Mein Herz schlägt für die Natur»

Die meisten kennen mich mit Helm auf dem Mountainbike. Privat ziehe ich auch gerne meine Tochter auf ihrem Bike den Berg hoch und geniesse die freien Stunden mit meiner Familie. Gerade am Nationalfeiertag liebe ich es in meiner Heimat im Bündnerland zu sein, um die frische Bergluft und die Ruhe zu geniessen. Da darf natürlich ein gemeinsames Zmorge mit feinem Bergkäse oder frischgebackenem Brot aus der Region nicht fehlen. Als Spitzensportler bin ich auf meinen Körper angewiesen. Ich schaue deshalb, dass ich viele frische Lebensmittel auf meinem Speiseplan habe. Nachhaltig und gesund essen, ist mir wichtig. Dabei achte ich besonders auf regionale und saisonale Produkte und kaufe auch direkt vom Hof.

Fleiss und Ausdauer sind ebenfalls wichtige Merkmale in meinem Beruf, die mich mit der Landwirtschaft eien. Deshalb schätze ich ihre Arbeit und bewundere ihre grosse Leidenschaft. In diesem Bewusstsein geniesse ich auch den 1. August-Brunch auf dem Bauernhof. Es ist für mich ebenso wichtig, dass meine Tochter hinter die Ladenregale schauen kann und weiss, woher ihr essen wirklich kommt. Ich wünsche Ihnen «bun appetit!» beim Geniessen der feinen Schweizer Köstlichkeiten.

Nino Schurter,
Mountainbike Profi

« Mon cœur bat pour la nature »

Les gens ont l'habitude de me voir avec un casque sur mon VTT. Dans le privé, j'aime bien emmener ma fille sur son vélo à la montagne et passer mon temps libre en famille. Le jour de la Fête nationale, j'adore retourner dans mes Grisons natsals pour profiter de l'air frais des montagnes et du calme. Bien entendu, un petit-déjeuner en commun, avec du bon fromage d'alpage et du pain grison encore chaud, ne saurait manquer à cette occasion. En tant que sportif de haut niveau, je dois ménager mon corps. C'est pourquoi je veille à avoir beaucoup d'aliments frais dans mes repas. Il m'importe de manger de manière saine et durable. Je me rends dans les magasins de ferme pour choisir des produits de la région et de saison.

Je me sens lié à l'agriculture, car paysannerie et cyclisme nécessitent tous deux application et endurance. C'est bien pour cela que j'apprécie le travail des familles paysannes et admire leur passion pour ce qu'elles font, et c'est dans ce même état d'esprit que je savoure le Brunch à la ferme du 1^{er} août. Pour moi, il est aussi important que ma fille sache ce que renferme la marchandise dans les rayons des magasins et d'où vient sa nourriture en réalité. Comme on le dit chez nous, je vous souhaite un « bun appetit » dans la dégustation des succulentes délices de notre pays.

Nino Schurter,
Vététiste professionnel

«Il mio cuore batte per la natura»

Di solito le persone mi conoscono con il casco, in sella a una mountain bike. Nella vita privata mi piace portare mia figlia in montagna sulla sua bici e godermi le ore libere con la famiglia. Soprattutto durante la Festa nazionale, adoro restare a casa mia nei Grigioni per godermi l'aria fresca di montagna e la pace. Naturalmente non può mancare una colazione tutti insieme con eccellente formaggio di montagna o pane appena sfornato della regione. Come sportivo d'élite devo fare affidamento sul mio corpo, pertanto mi assicuro di avere molti alimenti freschi nel mio menu. Mangiare in modo sostenibile e sano è importante per me. Presto particolare attenzione ai prodotti regionali e stagionali e acquisto direttamente in fattoria.

Impegno e perseveranza sono anche aspetti importanti della mia professione, che mi uniscono all'agricoltura, di cui apprezzo il lavoro e ammiro la grande passione. Con questa consapevolezza, sostengo con piacere il Brunch del 1° agosto in fattoria. È fondamentale che mia figlia possa guardare dietro gli scaffali dei negozi e sapere da dove proviene il suo cibo. Vi auguro «bun appetit!» gustandovi le raffinate prelibatezze svizzere.

Nino Schurter,
Professionista di mountain bike



Danksagung

Herzlichen Dank an alle Brunch-Anbieter, Sponsoren, kantonalen Bauernverbände sowie weitere landwirtschaftliche Organisationen und Partner für die langjährige Unterstützung.

Redaktionelle Verantwortung

Andrea Oldani,
Schweizer Bauernverband (SBV)

Redaktionelle Mitarbeit

Nejna Gothuey (SBV), Sandra Helfenstein (SBV), Mirjam Hofstetter (SBV), Jasmin Vultier (SBV), Schweiz Tourismus, Loïc Delacour (Agir)

Druck

ztprint | ZT Medien AG, Zofingen

Auflage

120 000 Exemplare

Remerciements

Un grand merci à toutes les fermes du Brunch, aux sponsors, aux chambres cantonales d'agriculture et aux autres organisations agricoles et partenaires pour leur soutien depuis de nombreuses années !

Responsable rédaction

Andrea Oldani,
Union Suisse des Paysans (USP)

Rédaction

Nejna Gothuey (USP), Sandra Helfenstein (USP), Mirjam Hofstetter (USP), Jasmin Vultier (USP), Schweiz Tourismus, Loïc Delacour (Agir)

Impression

ztprint | ZT Medien AG, Zofingen

Tirage

120 000 exemplaires

Ringraziamento

Ringraziamo di cuore tutti gli offerenti del Brunch, gli sponsor, le associazioni agricole cantonali così come altre organizzazioni agricole e partner per i molti anni di continuo sostegno.

Responsabili redazionali

Andrea Oldani,
Unione Svizzera dei Contadini (USC)

Contributo redazionale

Nejna Gothuey (USC), Sandra Helfenstein (USC), Mirjam Hofstetter (USC), Jasmin Vultier (USC), Schweiz Tourismus, Loïc Delacour (Agir)

Stampa

ztprint | ZT Medien AG, Zofingen

Tiratura

120 000 esemplari

Inhalt

6	Unsere Regionen
8	Das Mittelland
12	Die Westschweiz
17	Die Nordostschweiz
20	Migusto-Rezepte
22	Finden Sie Ihren Bauernhof
24	Der Run auf frische Produkte vom Bauernhof
26	Die Nordwestschweiz
30	Das Tessin
34	Die Zentralschweiz
38	Wettbewerb
40	Rezept Ovomaltine

Sommaire

6	Nos régions
8	Le Plateau suisse
12	La Suisse romande
17	La Suisse du Nord-Est
20	Recettes Migusto
22	Trouvez une ferme
24	La course aux produits frais de la ferme
26	La Suisse du Nord-Ouest
30	Le Tessin
34	La Suisse centrale
38	Concours
40	Recette Ovomaltine

Indice

6	La nostre regioni
8	L'Altipiano
12	La Svizzera romanda
17	La Svizzera nordorientale
20	Ricette Migusto
22	Cerchi la sua fattoria
24	La corsa ai prodotti freschi della fattoria
26	La Svizzera nordoccidentale
30	Il Ticino
34	La Svizzera centrale
38	Concorso
40	Ricetta Ovomaltine



Scannen Sie jetzt die QR-Codes mit Ihrem Smartphone (via Kamera oder App) und lesen Sie die hinterlegten Artikel in der gewünschten Sprache.



Scannez les codes QR à l'aide de votre smartphone (appareil photo ou application consacrée) pour lire les articles dans la langue de votre choix.



Inquadrate ora il codice QR con il vostro smartphone (tramite fotocamera o App) e leggete l'articolo correlato nella lingua desiderata.



Sommerlust auf Berge oder Seen?

Flüsse, die in alle Himmelsrichtungen fließen, schneebedeckte Berggipfel oder abwechslungsreiche Felder. Wohl kaum ein anderes Land bietet auf derart kleinem Raum so viele verschiedenartige Gegenden wie unseres. Die Schweiz hat definitiv viel mehr zu bieten, als Uhren, Schokolade, Alphörner oder Käse! Unsere Regionen bieten unterschiedliche Naturerlebnisse sowie kulinarische Genüsse und sorgen damit für Glücksmomente für Körper und Seele.

Tauchen Sie ein in die Grossregionen der Schweiz und erfahren Sie auf den nächsten Seiten mehr zu deren Charakteristik und kulinarischen Highlights. Ausserdem bringen Ihnen über zwanzig Bäuerinnen und Bauern ihren Alltag näher und erzählen, wie sie aus hofeigenen Lebensmitteln regionale und hausgemachte Spezialitäten zaubern. Finden Sie heraus, warum es sich lohnt eine Reise aufs Land zu machen und weshalb Sie sich den traditionellen 1. August-Brunch nicht entgehen lassen sollten. Wir zeigen Ihnen die Schweiz und ihre Landwirtschaft – beide haben mehr zu bieten, als Sie denken.

Andrea Oldani,
Projektleiterin 1. August-Brunch

L'été à la montagne ou au bord du lac?

Des rivières qui coulent dans toutes les directions, des sommets enneigés et des champs de toutes les couleurs: il n'est guère de pays autres que le nôtre qui donnent à voir des paysages si variés dans un si petit espace. C'est un fait: la Suisse est bien plus que le pays des montres, du chocolat, des joueurs de cor des Alpes et du fromage! Nos régions invitent à diverses expériences dans la nature et à des délices de la cuisine: des instants de bonheur pour le corps et l'esprit.

Plongez donc dans les grandes régions de Suisse et, dans les pages qui suivent, apprenez-en davantage sur leurs caractéristiques et leurs spécialités culinaires. En outre, plus de 20 familles paysannes vous présentent leur quotidien et révèlent comment elles s'y prennent pour sublimer les denrées alimentaires de leur ferme en spécialités régionales. Découvrez pourquoi il vaut la peine de partir en voyage à la campagne et pour quelles raisons vous ne devriez manquer le traditionnel Brunch du 1er août pour rien au monde. Nous vous présentons la Suisse et son agriculture: toutes deux ont bien plus à offrir que vous ne l'imaginez.

Andrea Oldani,
Responsable du projet
« Brunch du 1^{er} août »

Desiderio estivo fra montagne o laghi?

Fiumi che scorrono in tutte le direzioni, cime innevate o campi variopinti. Quasi nessun altro Paese al mondo offre così tante aree diverse in uno spazio così piccolo. La Svizzera ha sicuramente molto altro da offrire oltre a orologi, cioccolato, corni delle alpi o formaggio! Le nostre regioni offrono diverse esperienze nella natura e delizie culinarie, assicurando così momenti di felicità per il corpo e l'anima.

Immergetevi nelle principali regioni della Svizzera e scoprite di più nelle pagine seguenti sulle loro caratteristiche e specialità culinarie. Inoltre, oltre venti agricoltrici e agricoltori vi faranno scoprire la loro vita di tutti i giorni e vi racconteranno come trasformano i generi alimentari di produzione propria in specialità regionali fatte in casa. Scoprite perché vale la pena fare una gita in campagna e perché non ci si può perdere il tradizionale Brunch del 1° agosto. Vi mostriamo la Svizzera e la sua agricoltura: entrambe hanno molto di più da offrire di quanto si possa pensare.

Andrea Oldani,
Responsabile del progetto
Brunch del 1° agosto

Schweizer Käse ist Beisammensein.

Weil alles drin ist, was wir gerne miteinander teilen.



Schweiz. Natürlich.

Unser Schweizer Käse.
www.schweizerkaese.ch





Mittelland, eine Welt für Geniesser

Kaum eine andere Region ist so reich an Erzeugnissen aus einheimischer Produktion wie das Freiburgerland: Der weltbekannte «Greyerzer» (Le Gruyère AOC) sorgt bei Käsekennern für Freudensprünge und in Kombination mit seinem cremigen Bruder, dem Vacherin Fribourgeois begeistert uns das «moitié-moitié»-Fondue. Die mittelalterliche Stadt Fribourg verbindet die deutschen und französischen Sprach- und Kulturräume.

auf Berndeutsch heisst. Oder warum nicht in die alpine Landschaft des Saanenlandes fahren und dort die saftigen Wiesen und die würzige Luft geniessen?

Die Zahl 11 bedeutet in Solothurn, der schönsten Barockstadt der Schweiz, etwas ganz Besonderes. Während 11 Jahren wurde die berühmte St. Ursen-Kathedrale gebaut. 3 x 11 Treppenstufen führen zu diesem beeindruckenden Bauwerk. Zudem gehören 11 Kirchen, 11 Brunnen und 11 Türme zum Stadtbild. Aber auch der Genuss kommt nicht zu kurz. Bei einer Kaffeepause sollte man auf jeden Fall ein Stück Solothurner Torte probieren.

In Bern kann man nicht nur in der Altstadt unter sechs Kilometer Arkaden bummeln, sondern sich auch Köstlichkeiten aus der Region zu Gemüte führen, wie z.B. die Berner Rösti. Aber bitte «nume nid g'schprängt», wie es so schön

Geführte Tour durch die Berner Bierkultur

Gemeinsam mit einem erfahrenen Biersommelier auf den Spuren des Berner Biers: Auf dieser Tour erfahren Sie spannende Fakten und Anekdoten, mit denen Sie beim nächsten Small Talk auftrumpfen können. Wieso schmeckt das Bier aus der Flasche beispielsweise anders als aus dem Glas? Das und vieles mehr lernen Sie auf der Biertour nicht nur theoretisch: An vier Standorten, in jeweils zwei Gasthausbrauereien und ausgewählten Bierbars der Berner Altstadt erfahren Sie alles über Bier und dessen Herstellungsprozess. Professionelles Degustieren steht dabei selbstverständlich auch auf dem Programm.

Weitere Informationen und Ausflugs-tipps finden Sie unter:

MySwitzerland.com

Gourmet Panoramapfad

Den Freiburger Spezialitäten entlang wandern auf einem der Gourmetpfade, hoch über dem Genfersee, mitten in den Voralpen – das ist möglich in Les Paccots. Zwei Bergrestaurants und zwei Alphütten bewirten die Gäste. Am Lac des Joncs gibts ein Bauernbrettchen mit Fleisch und Käse. Dann folgt man den Holzwegweisern «Sentier gourmand», um nach knapp zwei Stunden bei der Alphütte Saletta eine Chaletsuppe serviert zu bekommen: Bouillon mit Milch, Rahm, vier Gemüse, Hörnli und geschmolzener Käse. Der nächste kulinarische Halt, das Restaurant Le Vuipay, ist nur eine halbe Stunde Fussmarsch entfernt. Dort können sich die Wanderer mit leckeren Älplermagronen verköstigen. Danach geht es steil abwärts zum Restaurant Les Rosalys, das eine weitere Freiburger Spezialität anbietet: Glace au Vin Cuit, eine Rahmglace mit leicht karamellisiertem, eingedicktem Apfel- oder Birnensaft.



Gemüse direkt nach Hause

Marinette und Daniel Krieg aus Wichtrach BE sind Quereinsteiger in der Landwirtschaft. 2013 haben sie sich dazu entschlossen, einen Hof zu übernehmen, um dem Büroalltag zu entfliehen. Die ganze Familie ist unterdessen Teil des Projekts und hilft tatkräftig mit. Die Idee, ihre Bio-Produkte auch gleich selber an den Kunden zu verkaufen, entstand mit der Hofübernahme. Im gleichen Jahr bauten sie den Hofladen. «Ich war schon immer gern im Garten», sagt Marinette. Eigenes Gemüse und Beeren bietet sie nun neben anderen Spezialitäten des Biohofs im Hofladen an.

Produkte vom eigenen Hof

Am frühen Morgen geht Marinette jeweils in den kleinen Hofladen. Sie füllt die Produkte auf und rüstet das frische Gemüse, damit der Laden bereit für die

Kundschaft ist. Alles, was die Familie nicht selber herstellt, kommt von den Bauern in der Umgebung. Kurze Transportwege sind garantiert. «Unsere Kunden möchten wissen, von wo die Lebensmittel kommen». Einkaufen im Hofladen ermöglicht es, hinter die Kulissen zu sehen und die Bauernfamilie gleich noch kennenzulernen. Während Marinette den Laden in Schwung hält, kümmert sich ihr Mann Daniel um den Ackerbau und die Tiere. «Jeder hat seinen eigenen Bereich, aber wir wechseln uns auch ab und helfen einander.»

Gemüse im Korb

Wer den Weg nicht zum Hofladen schafft, kann ein Gemüsekorb-Abo abschliessen. Das Gemüse liefern Marinette und Daniel zwei Mal in der Woche direkt nach Hause. In den Korb kommt nur das, was



Marinette, Daniel, Lukas & Lea Krieg, Biohof-Krieg, Wichtrach BE

gerade auf dem Feld wächst. Auf kleine Spezialwünsche nehmen sie aber durchaus Rücksicht. «Einigen liefern wir auch die Eier, Früchte und Beeren dazu», sagt Marinette. So kommt das Gemüse der Familie Krieg direkt zu den Kunden nach Hause.

www.biohof-krieg.ch

Brunch mit Tradition

Rösti, Spiegeleier, Käse und weitere Leckereien – all das gibt es am 1. August-Brunch auf dem Ruttigerhof. Der Betrieb

in Olten bietet den Brunch schon seit 23 Jahren an. Karin und Philipp führen den Hof mit Milchkühen und Schweinen mit grosser Leidenschaft. 500 bis 700 Gäste finden am Nationalfeiertag bei ihnen ein lauschiges Plätzchen. «Zu uns kommen viele Familien mit Kindern, aber auch Gäste aus verschiedenen Altersklassen», erzählt Karin.

Fleissige Helfer

Alles, was die Familie auf dem Hof produziert, wird am Brunch aufgetischt. Den Rest bezieht die Familie aus der Region. 14 Tage vor dem Brunch beginnen bereits die Vorbereitungen, vor allem die Bestellungen der Produkte. Zwei bis drei Tage vorher stellen sie Tische und Stühle auf. 30 Helferinnen und Helfer unterstützen die Familie. «Am Anfang waren

wir immer etwas nervös, dass wir von einigen Produkten nicht genug haben.» Mittlerweile ist die Familie aber ein eingespieltes Team und alle wissen, was es braucht und was sie zu tun haben.

Erlebnis Bauernhof

Auf dem Hof gibt es mehr als nur ein feines «Zmorge». Allein der Ort, auf dem Bauernhof, schafft eine einmalige Atmosphäre. Die Gäste können den ganzen Betrieb erkunden, besonders für die Kinder ist das ein echtes Erlebnis. Die Tiere im Stall und das Trampolin sind natürlich sehr beliebt. Auch Schweizer Tradition ist gross geschrieben. Am Nationalfeiertag baut die Familie einen Schwingplatz auf. Ein Trainer unterrichtet die Besucher im Schwingen. Ein Erlebnis, dass man nicht so schnell vergisst.

www.ruttigerhof.ch



Karin und Philipp Hengartner, Brunch-Hof, Olten SO

Genuss und Erlebnis auf dem Hof

Im Hofladen «Le Marché du Claru» der Familie Andrey in Pierraforttscha ist Einkaufen ein echtes Erlebnis... Hübsch sind die hofeigenen Produkte in den Regalen ausgestellt. Fast alles wird auf dem



Familie Sandra & Fernand Andrey, Le Marché du Claru, Pierraforttscha FR

Hof produziert. Nur einige Spezialitäten wie Essig oder Öl bezieht die Familie aus der Region. Der Hofladen im Kanton Freiburg lockt nicht nur mit seinem grossen Angebot. Im Laden gibt es eine Spielecke für die Kinder. So können die Eltern in Ruhe ihren Einkauf machen, während die Kinder beschäftigt sind. Im Sommer hat es draussen einen Spielplatz mit Traktoren und einem Sandkasten. Wer nach dem Einkauf eine Stärkung braucht, kann noch einen Kaffee im Bistro trinken. Am Mittag servieren die Andreys warme Speisen. Einkaufen und entspannen geht hier zusammen.

Vom Pferdestall zum Hofladen

Sandra und Fernand Andrey sind Pächter des Hofes Le Claru im Kanton Freiburg. Den Hofladen haben sie erst seit dem Jahr 2017. An seinem Platz stand früher ein Pferdestall. Dieser war aber schon in die Jahre gekommen. Darum haben sie das Gebäude kurzerhand in einen Hofladen umfunktioniert. «Ein Hofladen war

schon immer mein Traum», sagt Sandra. Als Familienmensch wollte sie aber mehr bieten. So kam noch der Spielplatz und das Café dazu, bei den Kunden kommt das richtig gut an.

Hofalltag und Familie

Auf dem Hof leben Angus Rinder, eine sehr robuste Rasse. Die Tiere geniessen auf dem Hof ein schönes Leben und werden dann ganz in der Nähe geschlachtet. Das Tierwohl kommt bei der Familie Andrey an erster Stelle. Sie stehen zu hundert Prozent hinter ihren Produkten. Die Arbeiten auf dem Hof sind klar geregelt. Sandra kümmert sich um den Hofladen und den Haushalt. Fernand ist für die Tiere und den Ackerbau zuständig. Ihr Sohn Frederic ist meistens mit den Männern unterwegs. Tochter Sophie genießt es im Hofladen mit den anderen Kindern zu spielen. Sie hat hier schon viele Freundschaften geschlossen.

Alles für den Kunden

Neben den täglichen Arbeiten wie dem Versorgen der Tiere oder dem Ackerbau, gilt es auch den Hofladen zu betreuen.

Vier Angestellte helfen mit. «Im Januar und Februar ist es meistens sehr ruhig». In den hektischeren Monaten steht Sandra selber im Hofladen und bedient die Kunden. «An manchen Tagen stehe ich schon um halb sechs auf.» sagt sie. Sie versorgt die Kinder, schmeisst den Haushalt und bereitet den Laden für die Kunden vor. Wer will, kann sich auf dem Hof auch das Jawort geben. An Weihnachten führen sie einen grossen Markt auf dem Hof durch. Die Familie setzt mit ihrem Konzept voll auf Erlebnis und das mit grossem Erfolg. Viele Kunden in der Umgebung schätzen das Angebot und unterstützen den Betrieb.

Regional und Saisonal

«Bauer ist einer der wichtigsten Berufe der Welt», sagt Sandra. In der Schweiz produzieren wir Lebensmittel auf hohem Niveau, das wissen die Leute. Die Kunden des «Le Marché du Claru» schätzen das Angebot der Familie. «Sie sehen, woher ihr Essen kommt, das ist ihnen sehr wichtig.» Im Winter kann man im Hofladen, anders als bei den grossen Detailhändlern, keine Beeren kaufen. «Wenn man einmal auf etwas verzichtet, freut man sich dann umso mehr darüber und genießt die Beerensaison!»

www.leclaru.ch



Super

Bohnen, Erbsen, Linsen

zwicky.swiss

FEINFOOD
since 1892

Gesund

Müesli

Natürlich

Landi

59.-
Inkl. 12 Programme!
12 programmes inclus!

Leistung in Watt 550
Puissance en Watt 550

Garantie 5 Jahre / ans

Wir sind stolzer Partner vom 1. August-Brunch

Nous sommes fiers d'être partenaire du Brunch du 1^{er} Août

Brotbäcker Prima Vista
Machine à pain Prima Vista

Deckel mit Sichtfenster. Beschichtete Backform. Inkl. Knethaken, Haken, Messbecher und -löffel. Couverture avec grand hublot. Moule à pâtisserie à revêtement. Crochet pétrisseur, crochet, doseur et cuillère-mesure incl. 51255

ab/dès 5.95

Brot-Fertigmischungen 2,5 kg
Mix pain prêt à l'emploi 2,5 kg

Panflor. Bäckerei-Qualität. Panflor. Qualité boulangerie. 89220-21, 89215-18, 53925

Party-Garnitur 80 x 220 cm
Garniture party 80 x 220 cm

Bestehend aus 1 Tisch und 2 Bänken. Solides Gestell. Mit einklappbaren Füßen. Holzart: Fichte / Tanne. Herkunft: Polen / Rumänien. Masse: 74 x 80 x 220 cm. Composé d'1 table et 2 bancs. Construction solide. Pieds rétractables. Essence de bois: épicéa/sapin. Provenance du bois: Pologne/Roumanie. Dimensions: 74 x 80 x 220 cm. 78707

109.-

LANDI LEADER

8.50

6 x 150 cl

LANDI LEADER

Apfelschorle Farmer 6 x 150 cl
Schorle pomme Farmer 6 x 150 cl

Alkoholfrei. Sans alcool. 87660

Dauertiefpreise Prix bas en permanence

Ihr Produkt jetzt bequem online bestellen auf / Commander facilement votre produit maintenant online sur landi.ch

Les plaisirs du palais en Suisse romande

Dans le Pays de Vaud sont préparés des plats typiques comme la saucisse aux choux vaudoise IGP servie avec le célèbre papet vaudois. Le tout naturellement accompagné d'un verre de chasselas, le principal cépage local en blanc.

Mais les belles terrasses du lac Léman ne sont pas les seules à arborer leurs vignes. Les versants ensoleillés au-dessus du lac de Neuchâtel sont tout aussi accueillants pour ces raisins. De plus, l'époustouflant cirque rocheux du « Creux du Van » se trouve dans le canton de Neuchâtel.

Le Jura est assurément un paradis pour les amateurs de fromages. La Tête de Moine AOP, un fromage à pâte mi-dure servi en fines rosettes, est à ne pas manquer.

Genève, aussi nommée la « capitale de la paix » pour sa tradition humanitaire, est la patrie de l'industrie horlogère de luxe. Mais les gourmets y trouvent aussi leur bonheur : temples de la gastronomie ou auberges de campagne, on se régale les papilles !

Le Valais est un lieu riche en contrastes : dans les montagnes, de majestueux sommets de 4000 mètres et le long du Rhône, des vignobles étendus et des vallées latérales authentiques. Il y a mille et une choses à découvrir dans le plus grand canton viticole de Suisse.

L'homme qui parle aux graines

Cédric Chezeaux a tourné le dos à l'agriculture conventionnelle il y a 15 ans. Depuis, il cultive en qualité bio dans les environs de Romainmôtier d'anciennes variétés de céréales quasiment oubliées. Aujourd'hui, des gens viennent le voir de toute l'Europe à la recherche d'aliments authentiques et de qualité. Dans ses champs aux reflets dorés et parsemés de touches colorées formées par les pavots et fleurs sauvages, poussent de l'ingrain, de l'épeautre, du sarrasin, du blé amidonnier, du seigle, du colza et des lentilles. Celui qui désire savourer les plats délicieux préparés avec les produits de la famille Chezeaux s'attable à la Rôtisserie Au Gaulois, chez Cédric Rey qui imagine avec passion et savoir-faire des combinaisons culinaires raffinées à partir de ses produits.

Plus d'idées d'excursions sur :
 [MySwitzerland.com](https://www.myswitzerland.com)

Le parc viticole de la Suisse

Le Valais est réputé pour son généreux ensoleillement et ses vins de grande qualité. Dans le village vigneron de Salquenen, au cœur du Parc naturel Pfyng-Finges, Luc Mounir et sa famille produisent des vins primés et durables depuis trois générations déjà. Ils travaillent principalement avec des cépages traditionnels et en accord avec la nature, ce qui réjouit les amateurs de vins et les hôtes du parc naturel. Aucun autre parc naturel ne compte autant de vignes et de vigneronnes que le Parc naturel Pfyng-Finges. Plus de 80 vigneronnes invitent à un moment de détente et de dégustation des produits régionaux. Les hôtes peuvent déguster ces vins d'excellence dans le domaine viticole de la famille Mounir ou sur le nouveau foodtrail qui traverse le parc naturel.

L'appel de la montagne

Un retour aux sources. L'expression prend tout son sens au regard du parcours de Dani Ritler. Après avoir grandi à Blatten, au cœur du Lötschental, puis vécu quelques années en ville, à Berne, il est revenu dans cette belle vallée à la frontière des cantons valaisans et ber-

nois, là où les petites rivières coulent depuis le glacier du Langgletscher pour finir dans la Lonza, puis le Rhône. En 1992, il achète quelques moutons pour « passer le temps ». L'activité secondaire deviendra une nouvelle vie, celle d'éleveur professionnel.

Avec son épouse Karin, ils ont aussi ouvert un magasin de ferme dans une ancienne écurie. Ils y vendent des spécialités de la région, des fromages, du miel, du thé, des vins valaisans ou encore des pâtes fraîches d'Ulrichen dans la vallée de Conches. La clientèle peut aussi profiter des belles fleurs de cette région alpine. « J'adore proposer des décorations pour les restaurants ou pour les mariages », s'enthousiasme Karin Ritler.

Les moutons, eux, naviguent entre les pâturages de la vallée et les alpages. Même lors de leur retour à l'étable durant l'hiver, ils peuvent profiter d'un peu

d'air libre. La viande d'agneau est certifiée bio, la ferme faisant oeuvre de pionnière, étant la première du Lötschental à s'être certifiée en 2004. « Nous avons un nouveau projet, relate Karin Ritler, celui d'utiliser la laine de mouton biologique pour produire des flocons de laine destinés à des coussins que nous commercialisons nous-mêmes! »

Nommé « Dani's Lamm », le domaine accueille aussi les visiteurs pour des repas, des dégustations, des apéritifs de mariages... De nombreuses occasions pour déguster les excellents produits régionaux. « Une visite chez nous vaut la peine, argumente Karin Ritler. Nous avons créé une entreprise haute en couleur, avec une multitude de belles offres dans une vallée de rêve. Et nous mettons beaucoup de cœur et de joie dans tout ce que nous faisons! » Comment résister à l'appel de ce retour aux sources.

 [danis-lamm.ch](https://www.danis-lamm.ch)



Karin et Daniel Ritler,
Paysanne et paysan, Blatten VS

La nature en ville

Située à deux pas du centre-ville de Genève, la Ferme du Lignon est un véritable havre de paix. Depuis 2012, ce domaine est tenu par Claude Meyer et sa compagne Stéphanie Veillet. L'activité principale: les poules, qui sont près d'un millier à pouvoir profiter d'un élevage en plein air. Mais le couple a aussi développé un jardin maraîcher, du vin, un magasin de ferme ouvert 3 jours par semaine, ainsi que d'autres activités autour de l'agritourisme.

C'est dans cette volonté d'ouverture que la ferme propose, depuis 2014, un brunch. Il fait venir de nombreux citadins, mais aussi des gens de France voisine ou d'autres cantons. Les oeufs des

poules sont donc au cœur du brunch, avec des omelettes servies brouillées, des oeufs durs, ou des préparations de quiches, au fromage ou avec les légumes de la ferme, ainsi que de nombreux desserts. « De chez nous, il y a aussi des salades, des confitures, un peu de charcuterie et du vin, ajoute l'hôte. Et nous faisons un barbecue avec des saucisses de nos veaux. » Le reste est exclusivement de la région, que ce soit le pain, le beurre, un complément pour la charcuterie, ou encore des bières artisanales. « Ce brunch ne se ferait pas non plus sans l'aide de nos bénévoles que nous remercions infiniment, tient à préciser Stéphanie Veillet. Sans eux, cela serait tout simplement impossible à organiser. »



Stéphanie Veillet & Claude Meyer,
prestataires du brunch, Le Lignon GE

Diverses activités sont proposées en parallèle : un groupe de musique, mais aussi des animations pour les plus petits avec une salle de jeu, des séances de maquillage très prisées, ou encore des balades à poney proposées par le Refuge



de Darwyn qui récupère des chevaux et ânes.

L'intérêt n'est clairement pas financier. « Le but est avant tout de communiquer, sur nos produits, sur nos activités », déclare-t-elle. Mais le plus important est sans doute le bonheur apporté à des visiteurs qui « adorent venir ». Ils seront, cette année, 350 chanceux à profiter du cadre festif et bucolique de La Ferme du Lignon.

 ferme-du-lignon.ch



Marlise Baur s'agenouille devant la fée verte !

Au Mont-de-Travers (NE), Marlise Baur cultive de la grande absinthe, petite absinthe et menthe poivrée pour les distillateurs de l'interprofession de l'absinthe du Val-de-Travers. Elle a découvert cet univers grâce à Yves Currit, l'un des trois cultivateurs que compte la région, et ajouté depuis 11 ans cette corde à son arc d'agricultrice. « On ne peut pas vivre de ça, mais je trouve bien de conserver cette tradition régionale. » Parallèlement, son mari Heinz et elle élèvent une trentaine de vaches laitières et sont à la tête d'une exploitation de 56 hectares de

culture herbagère. Le lait est acheminé à la fromagerie du Mont-de-Travers pour la fabrication du Gruyère AOP.

Si les plantes qu'elle fait pousser sont rustiques, le travail demande cependant rigueur et attention. « C'est un métier où l'on est beaucoup à genoux. On passe énormément de temps à désherber ! » Et la cultivatrice de souligner que la terre et les cultures ne subissent aucun traitement et obéissent exclusivement au cycle des saisons.



Marlise Baur,
paysanne, Travers NE

Le désherbage commence à l'orée du printemps lorsque les plantes, vivaces, sortent de terre. Marlise Baur repasse ensuite régulièrement dans ses parcelles. La récolte débute fin juin avec la menthe, se poursuit avec la fauche de la grande absinthe suivie de la petite absinthe, et prend fin avec une nouvelle récolte de menthe. Les plantes sont acheminées dans le séchoir d'Yves Currit où elles ne séjournent que trois ou quatre jours afin de préserver leurs spécificités. La production est ensuite hachée et mise en sacs, en prenant soin de respecter la traçabilité de chaque culture. Elle est livrée essentiellement dans les distilleries artisanales du Val-de-Travers où elle permettra d'élaborer la fameuse fée verte emblématique du Vallon.

NEW

SUISSE 

OHNE PALMÖL
SANS HUILE DE PALME
SENZA OLIO DI PALMA

ovomaline
CRANKY CREAM

Caotina
CHOCOLAT SUISSE

OHNE PALMÖL / SANS HUILE DE PALME

DIESE SCHWEIZER
BROTAUFSTRICHE DÜRFEN BEI
KEINEM 1. AUGUST-BRUNCH FEHLEN!

Schweiz. Natürlich.

Auf die inneren Werte kommt es an.

Schweizer Tradition garantiert.

 SUISSE GARANTIE

Schritt für Schritt.

Traditionell.

Von hier. Für Sie.



Emmentalstrasse 23
3510 Konolfingen
031 790 31 11

emmental
versicherung



Quelle: Netzwerk Schweizer Pärke/Amosch Hugi

Kulinarische Nordostschweiz

Ob in der Stadt oder in der Region Zürich: Gäste schätzen neben der gastronomischen besonders auch die kulturelle Vielfalt. Auch die Zürcher Wasserqualität lässt nichts zu wünschen übrig. Wer durstig ist, kann einfach aus dem nächsten Brunnen trinken. Dieser ist nie weit, denn mit rund 1200 Brunnen ist Zürich eine der brunnenreichsten Städte der Welt.

Ob international bekannte Spezialitäten oder Geheimtipps für Geniesser: Auch die Ostschweiz weiss mit ausgezeichneten Gourmet-Restaurants und urchigen Beizen, mit ihren traditionellen und naturnahen Produkten zu verführen. Ein Beispiel dafür ist die legendäre Olma-Bratwurst. 1438 zum

ersten Mal gegrillt und 300 Jahre später patentiert, mundet sie auch heute noch hervorragend. Ein beliebter gebürtiger Appenzeller ist nicht nur der herzhaft-e Käse mit dem weltbekannten Geschmack. Im gleichnamigen Alpenbitter sorgen 42 Bergkräuter für geistreichen Genuss.

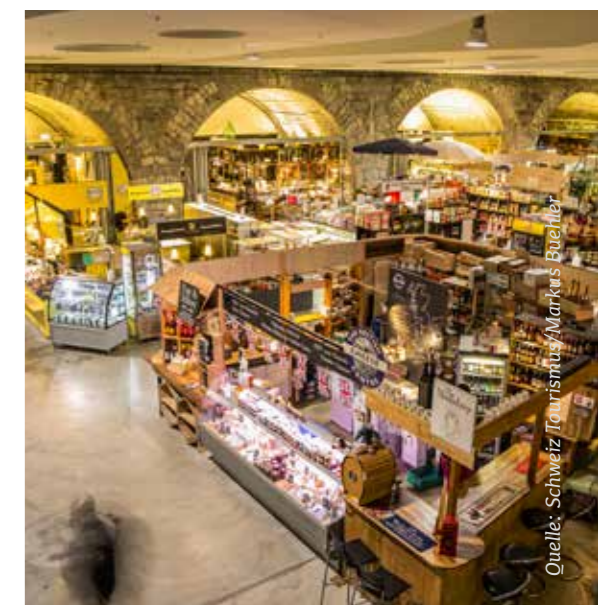
Capuns, Bündnerfleisch oder Nusstorte: Auch der Kanton Graubünden geht durch den Magen. Die Gerichte, die meist rätoromanische Namen wie die «Pizokels», «Capuns» oder das «Plain in pigna» tragen, blicken auf eine jahrtausendalte Entwicklung zurück und sind heute aus den lokalen Speisekarten nicht mehr wegzudenken.

Zürich Food Tour

Auf dieser Tour lernen «Foodies» das Trendquartier Zürich-West in geselliger Runde und auf kulinarische Art kennen. Zu Fuss besuchen Geniesser jene Restaurants, die bei Zürcherinnen und Zürchern sehr beliebt sind. Die Führung vermittelt die Ess- und Trinkkultur der Zürcher und erzählt im gleichen Atemzug Spannendes über die sogenannte «Zürcher Gastro-Revolution». Aber auch die Entstehung des pulsierenden Quartiers Zürich-West wird erläutert. In einer geselligen Runde werden in diversen Lokalen feine Häppchen aus Gemüse, Fleisch, Fisch oder Meeresfrüchten gekostet, aber auch Getränke werden serviert. Auf dieser Erlebnistour, bei der Genuss und Wissenswertes über Zürich-West im Vordergrund stehen, ist für alle Teilnehmer stets eine geschmackvolle Erfahrung.

Kulinarische Velotour durch die Bündner Herrschaft

Das wichtigste Weinbaugebiet Graubündens ist die Bündner Herrschaft. Die Weine aus der Region sind längst kein Geheimtipp mehr, doch ihre bunte Vielfalt gilt es zu entdecken. Zum Beispiel auf dem Zweirad. Eine reizvolle kulinarische Route startet in Bad Ragaz. Voller morgendlicher Frische geht es über das Dorf Fläsch vorbei an unzähligen Rebbergen nach Maienfeld. Hier wird im Heidihof die feine Vorspeise als erstes Glüscherli kredenzt. Gestärkt geht die Fahrt weiter, am lieblich in die Landschaft eingebetteten Dorf Jenins vorbei und zum nächsten Genuss in Malans. Denn dort lockt im Gasthaus Krone die deliziose Hauptspeise. Satt und glücklich geht die Reise via Landquart dem Rhein entlang zurück nach Bad Ragaz. Als krönenden Abschluss warten im Hotel Schloss Bad Ragaz süsse Leckereien.



Quelle: Schweiz Tourismus/Markus Buehler

Weitere Informationen und Ausflugs-tipps finden Sie unter:

 [MySwitzerland.com](https://www.MySwitzerland.com)

français



italiano



Manchmal liegt das Gute so nah!

Im sonnigen Alpental Val Lumnezia liegt die kleine Ortschaft Cumbel, in der Sarah und Curdin Capeder mit ihrer Familie zu Hause sind. Zusammen mit den Eltern bewirtschaften sie einen vielseitigen Betrieb mit Mutterkuhhaltung, Poulet-mast, Bergackerbau und der Alpenfischzucht Lumare GmbH. Ihre Hofprodukte sind saisonunabhängig, daher bekochen sie ihre Gäste das ganze Jahr in ihrem Beizli oder vermarkten ihr Natura-Beef sowie die Saiblinge direkt. Sarah kümmert sich um die drei Hofläden im Tal und seit kurzem auch in der Churer Altstadt. «Wir haben eine durchmischte Kundschaft, von der Schülerin bis zum Professor. Es sind Menschen, denen der persönliche Kontakt zu uns Bauern wichtig ist und die erfahren möchten, woher ihre

Lebensmittel stammen», sagt sie. Es sei eine Genugtuung zu sehen, wie viel Freude ihre Stammkunden an ihren mit viel Liebe produzierten Produkten hätten. «Treue Kunden sind für uns der grösste Antrieb, jeden Tag mit viel Energie weiter zu machen».

Kleiner Brunch auf der Alp

Sarah und Curdin begrüßen am 1. August das zweite Mal rund 65 Personen auf ihrem Hof. Die Erwachsenen sind für das Buffet zuständig und die Jungmannschaft plant das Kinderprogramm. Jung und Alt kommen in Genuss eines reichhaltigen Buffets mit selbstgebackenem Brot und Zopf, geräucherterm Saibling, Trockenfleisch und Würste direkt vom Hof. Es gibt nur regionale und saisonale



Sarah und Curdin Capeder,
Brunch-Hof, Cumbel GR

Produkte zu essen. Sie arbeiten mit lokalen Bauern zusammen und runden so ihr Zmorge-Angebot ab. «Schweizer Bauern produzieren viele qualitativ hochstehende Lebensmittel. Es muss nicht immer Superfood von weit her sein. Saisonal und regional einkaufen ist ebenso nachhaltig und modern.»

 capederfood.ch

gemachten Joghurts und Konfitüren, die Fleischplatte oder die selbstgemachten Desserts. Es ist uns wichtig, dass unsere Gäste in Genuss von lokalen Produkten kommen», erzählt Daniela. Ansonsten beziehen sie die Lebensmittel aus unmittelbarer Nähe wie der Schwägalp-Käse oder die frischgebackenen Brote der Tante aus dem Laden der Zopf-Wyber. Musikalische Unterhaltung begleitet die Brunch-Liebhaber durch den Tag. Seit vielen Jahren bieten Hüberli den 1. August-Brunch auf dem Bauernhof an. Damals noch weiter oben auf der Alp für 80 Personen, ohne Strom und fliessendem Wasser. Die Beliebtheit stieg stetig, also verlagerten sie den Buurezmorge zurück auf den Heimbetrieb, auf dem sie mehr Platz haben. «Auf unserem Hof können die Leute aus dem Alltag ausbrechen und die ruhige, verkehrsfreie Atmosphäre mit Top-Aussicht geniessen».

 fondue-baden.ch

Ein Familienprojekt auf 1200 Meter

Ein Hotpot mit frischem Wasser aus der eigenen Bergquelle und einzigartiges Bergpanorama – was für ein ein-

zigartiger Badespass auf 1200 Meter über Meer! Daniela und Vreni Hüberli verwöhnen ihre Kundschaft nebst dem Outdoor-Holzpool auch kulinarisch in ihrem «Obern Stöbli» mit selbstgekokchten Gerichten. Im Winter servieren sie verschiedene Fondues, Raclettes mit Tischgrill und Chinoise mit hofeigenem Fleisch. Mag man nicht mehr fahren, stehen 20 Schlafplätze zum Übernachten zur Verfügung. Ein perfektes Plätzchen zum Verweilen.

Freunde und Familie packen an

Am 1. August geht es bei Familie Hüberli schon frühmorgens los. Alle Helferinnen und Helfer packen mit an und bereiten das reichhaltige Zmorge für die erwarteten 400 Besucher vor. «Wir bieten, wenn möglich alles vom Hof an, ob die haus-



Daniela & Vreni Hüberli, Bäuerin
und Tochter, Ennetbühl SG

Von der Eier-Tour zum regionalen Lieferservice

Ihre Augen strahlen, wenn die gelernte Pflegefachfrau von ihrer täglichen Arbeit spricht. Im Norden der Schweiz, direkt an der Grenze zu Deutschland bewirtschaftet Lisa, ihr Mann Jonas und Bruder David den Föhrenhof. Sie haben 75 Rinder sowie Ackerbau mit Raps, Sonnenblumen, Getreide, Zuckerrüben, Mais und Sojabohnen als Futtermittel. Bruder David kümmert sich zusammen mit einem Angestellten um die 11000 Legehennen. Lisa ist für den Direktverkauf verantwortlich. Nach Abschluss der Bäuerinnenschule vor sieben Jahren war sie voller Tatendrang, wollte das Gelernte in der Praxis umsetzen und stellte etwas Eigenes auf die Beine. Die Dorfbewohner interessierten sich nach Eröffnung des Hühnerstalls im 2018 für die frischen Eier vom Föhrenhof. Also startete die junge Bäuerin mit einer kleinen Eier-Tour im Dorf und belieferte schon nach kurzer Zeit auch die umliegenden Gemeinden.

Regionaler Lieferservice

Nicht nur die Anzahl Bestellungen nahmen zu, sondern auch ihr Warenkorb.

«Bäuerinnen und Bauern aus der Region meldeten sich bei mir», erzählt sie, «mein Sortiment vergrösserte sich rasant, von Lamm- und Hirschfleisch, Raps- und Kürbiskernöl, Quitten bis hin zu frischgebackenem Brot und Zopf». Jeden Mittwoch versendet sie an die rund 120 Kundinnen und Kunden via WhatsApp den Wochenhit mit der aktuell verfügbaren Ware. «Ich beliebere Familien, Alleinstehende und ältere Leute. Einzelne warten regelrecht auf meinen Besuch und können es kaum erwarten, bis ich die frischen Lebensmittel freitags persönlich vorbeibringe.» Die Nachfrage wächst, so dass sie bereits eine dritte Tour plant. Die Kundschaft schätzt die Zusammenarbeit innerhalb der Bäuerinnen und Bauern sehr. Die Wertschöpfung bleibt in der Region und sie weiss, wer hinter dem Produkt steckt.

Lisa macht's selber

Die Knöpfli, Meringue und der Eierlikör aus den hofeigenen Freilandeiern dürfen natürlich nicht fehlen. Einmal wöchentlich ist Lisa in der Backstube zu finden, in welcher sie Brot aus regionalem Ge-



Lisa Fuchs,
Bäuerin, Altdorf SH

treide bäckt. Je nach Saison hat sie auch Bärlauch- und Kürbisknöpfli oder Eierlikör-Weihnachtsspecial mit Zimt im Angebot, abhängig was die Natur und Region hergibt. «Mir liegt es am Herzen, dass ich aus lokalen Rohstoffen handgemachte Kreationen herstelle. Die Leute lernen dadurch die Saisonalität besser kennen, sehen inwiefern wir in der Landwirtschaft an die Natur gebunden sind und mit wie viel Herzblut und Leidenschaft wir unsere tägliche Arbeit machen».

 ei-derfuchs.ch



Rezepte Migusto

Buttermilchbrot mit Baumnüssen

ZUBEREITUNG ca. 20 Minuten
 + ca. 160 Minuten aufgehen lassen
 + ca. 50 Minuten backen
 + auskühlen lassen
 Pro Brot ca. 69 g Eiweiss, 45 g Fett,
 249 g Kohlenhydrate, 7250 kJ/1730

500 g	Ruchmehl
250 g	Vollkornmehl
3 TL	Salz
1 TL	Zucker
20 g	Hefe
1 dl	Milch, lauwarm
3 dl	Buttermilch
	Mehl zum Formen
100 g	Baumnüsse

- Mehlsorten und Salz in einer grossen Schüssel gut mischen. In die Mitte eine Mulde eindrücken. Zucker hineingeben. Hefe in der lauwarmen Milch durch Rühren auflösen. In die Mulde giessen. Buttermilch dazugiessen. Nach und nach das Mehl mit der Flüssigkeit mischen. Wenn nötig noch etwas Milch dazugiessen. Auf wenig Mehl ca. 5 Minuten zu einem eher festen, geschmeidigen und elastischen Teig kneten. Baumnüsse hacken und einkneten. Teig zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Küchentuch zudecken und an einem warmen Ort ca. 2 Stunden aufgehen lassen.
- Teig nochmals kurz kneten und halbieren. Beide Hälften zu einer Kugel formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen und über Kreuz 1 cm tief einschneiden. Ca. 40 Minuten aufgehen lassen.

- Backofen auf 220 °C vorheizen. Brote in der Mitte des Ofens ca. 10 Minuten backen. Zur Erhöhung der Luftfeuchtigkeit etwas Wasser in einer feuerfesten Schale in den Ofen stellen. Temperatur auf 200 °C reduzieren. Brote weitere 40 Minuten fertig backen.

Backprobe: Beim Klopfen auf die Unterseite der Brote soll es hohl tönen. Brote herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen

TIPP

Passt zu geräuchertem Fisch, würzigem Käse oder Fleisch

 migusto.migros.ch

«Aus der Region. Für die Region.»

Unter dem Label «Aus der Region. Für die Region.» bietet die Migros seit über zwei Jahrzehnten frische Produkte aus den Schweizer Regionen an. Mittlerweile sind es rund 10 000 Produzenten, die gut 9000 Produkte anbieten. Aber was heisst regional bei dem Label? Produkte wie Milch oder Gemüse stammen dabei zu 100 Prozent aus der Region. Bei Produkten mit mehreren Zutaten wie etwa Fruchtojoghurt oder Wurst muss der Hauptbestandteil vollständig aus der Region stammen – und der gesamte Anteil regionaler Zutaten zu 80 Prozent. So kauft man eben nicht nur ein Produkt aus der Region, sondern engagiert sich auch für die Region.

Plateau de fromages corsés avec pommes de terre rissolées

PRÉPARATION env. 30 minutes
 Par personne env. 21 g de protéines,
 30 g de lipides, 21 g de glucides,
 1850 kJ/450 kcal

Couper les pommes de terre en cubes et les faire rissoler de toutes parts à feu doux dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient à peine tendres. Émincer l'échalote et les fines herbes et les ajouter. Saler et les dresser chaudes sur un plateau avec les fromages. Servir avec les fleurs, les fruits séchés, les noisettes, le carvi et l'origan.

 migusto.migros.ch

Ingrédients

300 g variété de fromages suisses
 4 fleurs comestibles au goût relevé, en vente dans les épicerie fines, p.ex. capucines 80 g de mélange de fruits séchés, p.ex. abricots et anneaux de pomme
 2 cs de noisettes 1 cc de carvi
 2 brins d'origan

POMMES DE TERRE RISSOLÉES

200 g de pommes de terre fermes à la cuisson 1 cs d'huile d'olive
 1/2 échalote
 1/4 bouquet de fines herbes, p.ex. origan et persil
 fleur de sel

deutsch



italiano





Finden Sie Ihren Bauernhof

Bereits zum 28. Mal laden Schweizer Bauernfamilien zum Brunch auf dem Bauernhof ein.

Auf www.brunch.ch finden Sie alle Bauernbetriebe, die am Nationalfeiertag ein gluschtiges Zmorge anbieten. Da die Platzzahl auf den meisten Höfen beschränkt ist, ist eine direkte Anmeldung bei den Brunch-Anbietern erforderlich.

Organisation

Datum: Samstag, 1. August 2020
Zeit: von 9 bis 13 Uhr
Preis: von Fr. 25.- bis Fr. 40.-
Auskunft: ab 1. Juli 2020
Telefon: 056 462 52 10 zu Bürozeiten
E-Mail: info@brunch.ch
Website: www.brunch.ch
Anmeldung: direkt bei den Bauernfamilien

Trouvez une ferme

Pour la 28^e année consécutive, les familles paysannes invitent leurs concitoyens au Brunch à la ferme.

Sur www.brunch.ch, vous trouverez toutes les fermes proposant un savoureux déjeuner le jour de la Fête nationale. Le nombre de places étant restreint dans les fermes qui organisent le Brunch, il est indispensable de s'inscrire directement auprès des prestataires.

Organisation

Date: samedi 1^{er} août 2020
Durée: de 9h00 à 13h00
Prix: de Fr. 25.- à Fr. 40.-
Renseignements: dès le 1^{er} juillet 2020 au 056 462 52 10 pendant les heures de bureau
E-mail: info@brunch.ch
Site web: www.brunch.ch
Inscription: directement auprès des familles paysannes

Cerchi la sua fattoria

Già per la 28a volta le famiglie contadine svizzere invitano al Brunch in fattoria.

Su www.brunch.ch trova tutte le fattorie, che offrono una colazione accattivante il giorno della Festa nazionale. I posti in fattoria sono limitati, dunque è obbligatorio iscriversi direttamente presso gli organizzatori.

Organizzazione

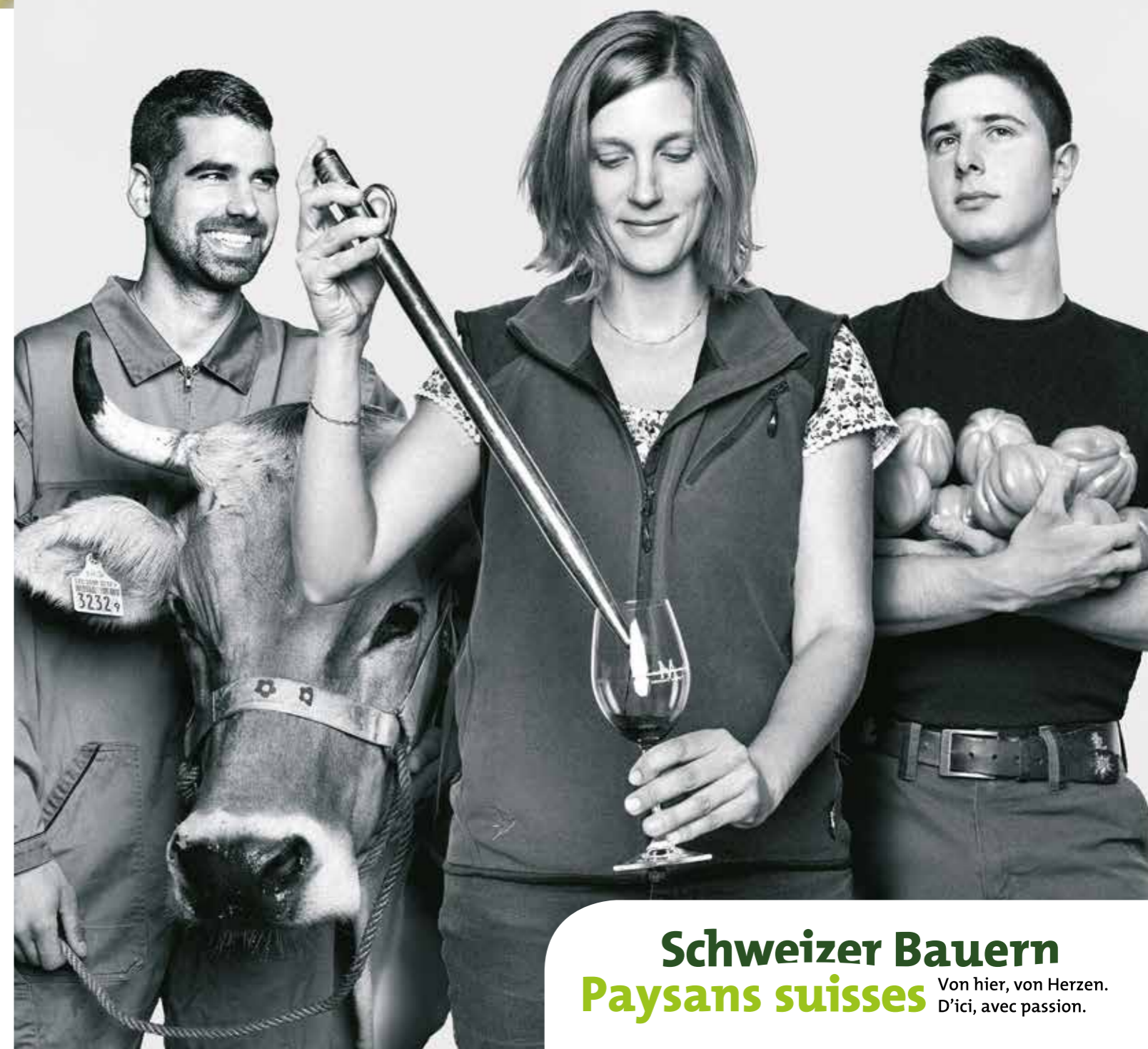
Data: sabato, 1^o agosto 2020
Orario: dalle ore 9 fino alle 13
Prezzo: da Fr. 25.- a Fr. 40.-
Informazioni: dal 1^o luglio 2020 telefonando allo 056 462 52 10 durante l'orario d'ufficio
E-mail: info@brunch.ch
Sito web: www.brunch.ch
Iscrizione: direttamente presso le famiglie contadine

Danke für das Vertrauen!

Wir Schweizer Bauernfamilien produzieren weiter regionale Lebensmittel für dich.

Merci de votre confiance!

Les paysans suisses continuent de produire des aliments pour vous et près de chez vous.



Schweizer Bauern
Paysans suisses Von hier, von Herzen.
D'ici, avec passion.

Der Run auf frische Produkte vom Bauernhof

Knuspriges Brot, frische Erdbeeren oder selbstgemachte Konfitüren direkt vom Hof – wem läuft da nicht das Wasser im Mund zusammen? Mehr und mehr setzen Schweizerinnen und Schweizer auf regionale und saisonale Lebensmittel. Sie vermeiden dadurch lange Transportwege, stärken die lokale Wirtschaft und pflegen den direkten Kontakt zum Produzenten. Bei vielen Gemüse- und Früchtesorten ist aber die Saison unbekannt. Durch den Einkauf auf dem Bauernhof oder Wochenmarkt erkennt der Kundeschnell, was es zu welcher Jahreszeit in der Schweiz gibt.

Gerade in den vergangenen Monaten florierten die Hofläden wie nie zuvor. Vie-

La course aux produits frais de la ferme

Du pain croustillant, des fraises fraîches ou des confitures faites maison tout droit venus de la ferme : qui n'en a pas l'eau à la bouche? Les Suisses privilégient de plus en plus les aliments de la région et de saison, court-circuitant ainsi les longs circuits, renforçant l'économie locale et entretenant le contact direct avec les producteurs. Or, rares sont les consommateurs au fait de la saison de nombreux fruits et légumes. En effectuant leurs emplettes à la ferme ou au marché, les clients découvrent vite quand se trouvent quels produits en Suisse.

Ces derniers mois, les magasins de ferme ont connu un succès sans égal. Nombre

La corsa ai prodotti freschi della fattoria

Pane croccante, fragole fresche o marmellate fatte in casa direttamente dalla fattoria – a chi non viene l'acquolina in bocca? Sempre più svizzeri prediligono alimenti regionali e stagionali. In questo modo si evitano lunghi trasporti, si rafforza l'economia locale e si mantiene il contatto diretto con i produttori. Tuttavia, la stagionalità di frutta e verdura è per molti sconosciuta. Facendo la spesa in fattoria o al mercato settimanale, i clienti scoprono rapidamente cos'è disponibile in Svizzera e in quale stagione.

Proprio negli ultimi mesi i negozietti aziendali sono aumentati come mai prima d'ora. Molte persone sperimentano



AU PLAT, À LA COQUE OU CUITS DURS,
 LES ŒUFS PARTICIPENT AUSSI AU BRUNCH.
 A-LA-FERME.CH



KNUSPRIGES BROT VOM BAUERNHOF –
 AUCH AN 364 WEITEREN TAGEN IM JAHR.
 VOMHOF.CH

le Leute empfinden den Besuch auf dem Bauernhof als Einkaufserlebnis in der Natur. Sei dies alleine oder zusammen mit der Familie. Doch was machen, wenn Sie nicht das passende Münz mit dabei haben? Kein Problem, denn über 1500 Betriebe bieten TWINT an und sorgen für schnelles und einfaches bargeldloses Bezahlen.

Mit vomhof.ch, der grössten Schweizer Hofsuche, lassen sich Bäuerinnen und Bauern aus der Region einfach finden. Die Suche kann nach Ort, Kanton, TWINT, Produkt oder Label gefiltert werden. Setzen auch Sie auf saisonale und frische Hofprodukte aus Ihrer Region und lernen Sie die Vielfalt der Schweizer Landwirtschaft kennen. Die Bäuerinnen und Bauern freuen sich auf Ihren Besuch!

Andrea Oldani,
 Projektleiterin vomhof.ch

de clients voient dans une visite à la ferme une expérience d'achat dans la nature, seuls ou en famille. Mais que faire si, à la caisse, vous n'avez pas le montant exact sur vous? Pas de panique : plus de 1500 exploitations proposent TWINT pour un paiement sans espèces simple et rapide.

Doté de la plus grande plateforme de recherche de fermes suisses, le site a-la-ferme.ch permet de trouver des paysannes et des paysans de la région en toute simplicité. La recherche peut être affinée selon le lieu, le canton, la possibilité de payer sans espèces, les produits et les labels. Mettez vous aussi sur les produits frais et de saison de la ferme de votre région, et découvrez la diversité de l'agriculture suisse. Les paysannes et paysans ont hâte de vous accueillir.

Andrea Oldani,
 Responsable du projet
 « À la ferme »

una visita in fattoria facendo gli acquisti nella natura, da soli o con la famiglia. Ma cosa fare se non si ha con sé denaro contante? Nessun problema, perché oltre 1500 aziende agricole offrono TWINT e garantiscono quindi un pagamento rapido e semplice senza contanti.

Con dallacampagna.ch, la più grande piattaforma di ricerca di fattorie in Svizzera, è facile trovare le contadine e i contadini della vostra regione. La ricerca può essere filtrata per luogo, cantone, TWINT, prodotto o marchio. Affidatevi anche voi ai prodotti agricoli stagionali e freschi della vostra regione e scoprite la diversità dell'agricoltura svizzera. Le contadine e i contadini sono felici di potervi accogliere!

Andrea Oldani,
 Responsabile del progetto
 «Dalla campagna»



Grenzüberschreitender Genuss

In der Region Basel wird Kultur grossgeschrieben. So wundert es nicht, dass hier auch die Kultur des Geniessens ihre Vollendung findet. Seit zweitausend Jahren verschmilzt am Rheinknie das Beste aus den drei benachbarten Landesteilen.

Ein besonderes Fest der Sinne ist zum Beispiel die Basler Fasnacht, die jeweils mit dem Morgenstrach um 4 Uhr morgens beginnt. Farbenfrohe Larven, Laternen und Schnitzbänke gehören dazu. Und drei spezielle Fasnachtsspeisen, die an den «drey scheenschte Dääg» ihren Duft verströmen: die Basler Mehlsuppe, die Zwiebelwähe

und eine Hefebrezel mit Kümmel, Fastenwähe genannt, die zum Bier genossen wird.

Ausflüge lohnen sich ins Baselbiet und in den Jurapark Aargau, zu den Reb- und Obstbergen, wo nicht nur besondere Gaumenfreuden warten. Hier gibt es auch wunderschöne Wanderwege durch die Rebberge und die Winzer freuen sich, die edlen Tropfen mit ihren Besuchern zu degustieren. Die Winzer dieser Region gelten als besonders innovationsfreudig und die Anbauflächen wachsen kontinuierlich – das beste Indiz, dass hier der Saft viel Kraft hat.

Taste my Swiss City Basel

Diese Food-Tour durch Basel führt an Orte, die etwas anders sind. Abseits von

klassischen Touristenattraktionen lernen Feinschmecker auf dieser rund dreistündigen Tour das «kultige Basel» kennen – und können es sich gleichzeitig auf der Zunge zergehen lassen. Fünf Lokale gibt es zu entdecken, die allesamt ihren eigenen Weg gehen und damit überzeugen. Gerade weil ihre Konzepte etwas anderes sind als gewohnt, sind sie auch bei den Baslern enorm beliebt. Sei es eine Leckerei aus der ältesten Bäckerei Basels, ein Abstecher in den Zero-Waste Shop, eine Erfrischung in Kleinbasels Glacé-Paradies oder eine köstliche Trinkschokolade: Auf dieser Tour gilt es unzählige Köstlichkeiten aus der Stadt am Rheinknie zu entdecken.

Naschwandern im Garten Eden

Eingebettet zwischen Aare und Rhein liegt die Hügellandschaft des Aargauer Juras – des grössten Natur- und Erholungsraums zwischen Basel und Zürich. Hier geht es auf dem Fricktaler Höhenweg über sanfte Hügel und saftige

Wiesen, durch rauschende Wälder und schmucke Dörfer. Genau das Richtige für alle die gerne genussvoll wandern. In zwei bis vier Tagen führt der 60 Kilometer lange Fricktaler Höhenweg vom Weindorf Mettau über die Höhen des Tafeljuras in die Zähringerstadt Rheinfelden. Besonders im Frühling, wenn die Bäume in voller Blüte stehen, locken sie Wanderer und Fotografen von nah und fern an. Sinnesfreuden für den Gaumen bietet der Sommer: Zahlreiche Kirschbäume im Jurapark laden entlang des Wegs zum Naschen ein. Wer in die Ferne blicken möchte, steigt den rund 25 Meter hohen Holzturm Cheisacher hinauf. Der Blick reicht von den Höhenzügen des Schwarzwalds über die Hügelketten des Juras bis zu den Alpen. Echter Balsam für die Augen.

Weitere Informationen und Ausflugstipps finden Sie unter:

MySwitzerland.com

«Panorama-Stübli»: Ein Name, der verpflichtet

Panorama gibt's hier soweit das Auge reicht! Der Blick gleitet vom Üetliberg im Nordosten über den Säntis, die Glarner Alpen bis an die Rigi und den Titlis. Aber nicht nur das: Der Allmendhof im

aargauischen Beinwil/Freiamt hat auch sonst viel zu bieten.

«Langeweile? Gibt's bei uns nicht!»

Egal ob Hofladen, Tanzabende, Buure-Olympiade oder die klassischen Betriebszweige, Simon und Toni Broch geht die Arbeit nie aus. Das Vater-Sohn-Gespann managt gemeinsam den 16 Hektaren grossen Bauernhof. Sohn Simon ist der Betriebsleiter und zuständig für die Schweine, Schafe und Rinder. Das Revier von Vater Toni umfasst die Events, unzählige Kirschen-, Zwetschgen-, Äpfel- und Quitten-Hochstammbäume, den Kräutergarten sowie den Hofladen.

«Mit dem 1. August-Brunch begann alles»

Einige Veranstaltungen sind fix in der Allmendhof-Jahresagenda eingetragen. Jeweils am Donnerstag und Freitag ist das «Panorama-Stübli» bis 17 Uhr ge-

öffnet. Der erste Donnerstagabend im Monat ist für die Feinschmecker, der Tag darauf für die Tanzbegeisterten reserviert. Dazwischen hat's aber noch viel Platz für Hochzeiten, Geburtstagsfeste und Firmenevents. Oder eben den 1. August-Brunch, den Familie Broch seit vielen Jahren am Nationalfeiertag auf die Beine stellt. «Der Brunch legte 2003 den Startschuss für den Eventhof, wie er heute ist», erzählt Toni, «wir haben entdeckt, wie viel Freude es uns bereitet, Gäste auf dem Hof zu empfangen und ihnen die verschiedenen Facetten der Landwirtschaft näherzubringen». Bis zu 100 Personen heissen sie an diesem Tag jeweils willkommen. Vieles, was in der «Panorama-Küche» hergerichtet, gebrutzelt oder gebacken wird, kommt vom eigenen Hof. «Was wir nicht selber herstellen, stammt aus der Nähe. Uns ist wichtig, dass wir möglichst viele Kreisläufe schliessen und die Wertschöpfung in der Region halten», so Toni, «viele Gäste suchen genau das und schätzen unsere Philosophie.»

allmendhof-broch.ch



Simon & Toni Broch, Allmendhof, Beinwil / Freiamt AG

Das ist «Landläbe»

«Ich war schon immer ein Landmädchen» schmunzelt Kathrin Märki. Aufgewachsen im aargauischen Schinznach Dorf absolvierte sie zuerst eine Lehre als Bankkauffrau. Ihre Leidenschaft war seit jeher das Backen, Kochen, Dekorieren – und was der Haushalt sonst noch so hergibt. So führte eins zum anderen, sie machte die Bäuerinnenschule und lernte ihren Mann, Landwirt Stephan, kennen und lieben. Nun haust sie mit ihm, ihren Kindern und Tieren auf dem schönen Bözberg. Ihr ganzer Stolz ist ihr Hofladen «Land Läbe».

Ganz am Anfang

«Eines Abends sass ich mit meinem Mann und einem Glas Wein auf dem Heuballen und bestaunte die wunderba-

re Aussicht des Bözbergs, da wusste ich, das ist Landleben!», schwärmt Kathrin. Nach 25 Jahren erfüllte sie sich nun ihren Traum vom eigenen Hofladen. Der Name «Land Läbe» ist Programm. «In unserem Laden gibt es nur qualitativ hochwertige Produkte, hinter denen wir zu 100 Prozent stehen.»

80 gackernde Mitarbeiterinnen

Schon das Logo des Hofes verrät es: Hier kann man Eier kaufen. «Meine Hühner sind meine Mitarbeiterinnen.» Diese sind mit der Idee des Hofladens gekommen. Im Internet ersteigerte sie einen alten Bauwagen. Mit dem Traktor holte sie den Wagen ab und gleich ging der Umbau los. Mit viel Geduld und Durchhaltever-



Kathrin Märki, Land Läbe, Bözberg

mögen baute Kathrin mit ihrem Mann den Wagen in ein Hühnerhotel um. Nun wohnen 80 Hennen im lauschigen Wagen und gackern freudig auf der Weide.



Exklusive Produkte

In Reih und Glied sind Honig, Sirup und Teigwaren im Hofladen ausgestellt. So gar bei den Etiketten achtet Kathrin wie sie diese aufs Produkt klebt. In ihrem Reich hat alles eine bestimmte Ordnung. Kathrins Kunden schätzen vor allem ihre aussergewöhnlichen Produkte. «Zu uns kommt auch, wer ein Geschenk sucht», erzählt sie. Mit viel Liebe macht sie Geschenkkörbe speziell auf Anfrage. Auch der Kontakt mit der Bauernfamilie ist den Besuchern wichtig. So kennt man den Produzenten und weiss genau von wo die Produkte herkommen. Fast alles, was Familie Märki anbietet, kommt vom eigenen Hof, den Rest bezieht sie aus der Region.



Quelle: Aargau Tourismus

«Backen ist eine Leidenschaft»

Die leidenschaftliche Bäuerin backt ihre Brote direkt im Holzofen und verkauft sie anschliessend noch warm im Laden. Neu entsteht sogar eine Backstube hinter dem Laden, damit Kathrin noch effizienter Brote backen kann. So riecht es

im Hofladen immer nach feinem frischen Brot und lockt die Kunden an. «Bei uns hat's für jeden Geschmack etwas.»

 **landlaebe.ch**

Quelle Portraitbild: Landfreund



Vom Getreide zum Mehl

Natürlich, natürlich!, lautete das Motto des Bio-Hof Dangern. Der Betrieb liegt etwas abseits von Eptingen im Kanton Baselland, ganz in Waldnähe. Anita und ihr Mann Christian bewohnen und bewirtschaften das kleine Paradies. Die Natur liegt ihnen sehr am Herzen. «Alles

kommt aus der Natur», sagt Anita. Darum halten sie auch Mutterkühe. Die Kälber bleiben von Geburt an zusammen mit ihren Müttern im luftigen Freiluftstall. Das Fleisch verkaufen sie dann direkt an ihre Kunden in der Umgebung.

UrDinkel im Trend

Seit 2000 wächst auf dem Bio-Betrieb UrDinkel. «Das hat sich so ergeben, weil wir in der Familie jemanden mit Verdauungsproblemen hatten». Zum Test baute die Familie UrDinkel an und ist bis heute zufrieden mit dem Getreide. Die Produkte verkaufen sich ganz ohne Werbung. Die Nachfrage ist so gross, dass sich das Mehl über den Webshop in der ganzen Schweiz verkaufen lässt. Auch die Läden in der Region kaufen es bei ihnen ein. Aus dem eigenen Mehl stellt Anitas Vater Teigwaren her. Auch diese sind bei den Kunden beliebt und in kurzer Zeit ausverkauft.

Vom Korn zum Mehl

Die hofeigene Steinmühle ist ein echtes Highlight auf dem Bio-Hof-Dangern. Anita macht bei Swiss Tavolata mit. Das heisst, sie empfängt Gäste in ihrem Heim und bekoht sie. Der Apéro dazu findet immer in der Mühle statt. Die Gäste können dort miterleben, wie sie die Produkte verarbeiten. Beim UrDinkel passiert das von A bis Z auf dem Hof. Anita verwendet für ihre Gäste fast nur Köstlichkeiten vom eigenen Hof. Alles was sie nicht selber anbaut, bezieht sie aus der Region.

Wertschätzung für unsere Lebensmittel

«Viele Läden in der Umgebung haben unser Mehl», sagt Anita. Die Konsumenten wollen wissen woher ihre Produkte kommen. Wenn man die Produkte direkt auf dem Hof kauft, habe man einen ganz anderen Bezug dazu, meint sie. Man kenne den Produzenten und habe eine ganz andere Wertschätzung für die Lebensmittel. Daher freut sie sich immer, wenn die Kunden direkt bei ihr einkaufen.

Quelle Portraitbild: Swiss Tavolata



Anita und Christian Rudin,
Bio-Hof Dangern, Eptingen BL

Twinten Sie Ihren 1. August-Brunch



Bezahlen Sie am Nationalfeiertag Ihren Brunch mit TWINT und Sie erhalten CHF 5 gutgeschrieben!



Wo Sie mit TWINT Ihren 1. August-Brunch bezahlen können, finden Sie unter: www.hofsuche.brunch.ch



Bereits jetzt können Sie schweizweit in über 1000 Hofläden mit TWINT bezahlen. Finden Sie einen Hof in Ihrer Nähe. Geben Sie TWINT im Suchfeld ein und sehen Sie so auf einen Blick, welcher Bauernhof TWINT als Zahlungsmittel anbietet: hofsuche.vomhof.ch

**CHF 5
Cashback
sichern!**

Mit
der TWINT App
den QR-Code scannen.



Bauern, die in ihrem Hofladen TWINT als Zahlungsmittel integrieren wollen, registrieren sich bitte unter: www.vomhof.ch/twint und profitieren vom Starterpaket.





Delizie per il palato in Ticino

Il Ticino è il cantone più soleggiato della Svizzera e la regione dei piaceri culinari. Grazie al clima mediterraneo sul versante sud delle Alpi nascono splendidi giardini, eccellenti vini e una cucina molto variata. Il Ticino è il portale verso sud e conquista per il suo fascino, l'atmosfera italiana, le palme e le spiagge pulite, le splendide vallate, le chiese romaniche e i vicoli pittoreschi che portano a piazze brulicanti. Qui i piaceri culinari sono tanti: un boccalino di gradevole merlot o una caraffa di vino pregiato, oppure una polenta con brasato nel grotto o un risotto alla moda dello chef nel

ristorante gourmet. In Ticino è facile dimenticare la vita quotidiana e vivere il momento. Incastonato fra la Svizzera tedesca e l'Italia, questo cantone accomuna il meglio di entrambe le regioni. Sorvegliando un aperitivo sul versante soleggiato della Svizzera, con vista sulle pittoresche facciate di pietra e il vento che sussurra tra le corone degli antichi castagni, il resto del mondo sembra ormai lontano. Godersi i paesaggi romantici, la bellissima architettura e soprattutto tanto stile: l'attimo è l'unica cosa che conta.

Il mondo nel giardino

L'Indiana Jones dei giardinieri: al Parkhotel Brenscino di Brissago, Martin Russenberger conosce una storia avventurosa per quasi ogni pianta del giardino. Dalla giungla impenetrabile all'oasi incantata. Più giù, sul lago, sorgono le isole di Brissago con il famoso giardino botanico, una delle mete più gettonate del Ticino. Non appena Martin Russenberger inizia a raccontare, si rimane in-

cantati, si osserva la felce australiana con altri occhi e si prova grande rispetto davanti al pino del Cile, che con i suoi 140 anni è forse la più antica pianta esotica sul Lago Maggiore. Gli ospiti dell'hotel che vogliono vivere un'avventura possono pernottare nel parco botanico. Tende, sacchi a pelo e torce sono a disposizione. Un consiglio segreto: l'alba è assolutamente da non perdere!

Il Merlot del Ticino

In Ticino il Merlot non può mancare, così come il brasato non può mancare con la polenta. L'80% del vino coltivato in Ticino è di tipo Merlot. Ma anche i piaceri culinari sono onnipresenti in questo cantone. Naturalmente, sempre accompagnati da un bicchiere di Merlot. La storia di questo vitigno ha un happy end, anche se in realtà è iniziata con una catastrofe: alla fine del XIX secolo i viticoltori ticinesi videro morire quasi tutte le viti della regione in seguito all'epidemia della fillossera. Nonostante la grande perdita, i ticinesi non si arresero: dopo molti tentativi invano, nel 1906 provarono a coltivare un vitigno più resistente, il Merlot di Bordeaux. E il clima ticinese si rivelò ideale per questa varietà d'uva. Oggi, 100 anni dopo, questo vino equilibrato dal color rosso rubino con un'elegante nota di edera è il vino numero uno del Ticino.

Maggiori consigli per escursioni su:

 MySwitzerland.com

Io sono la stagionalità

Marisa Martinelli Sauser gestisce assieme al padre Fausto un'azienda agricola di montagna a Campo Blenio. Ha quattro



Marisa Martinelli Sauser,
Alpe Bolla Carassina, Campo Blenio

figli. «Viviamo in un paese dove ci sono tre mucche per ogni abitante. D'inverno consegniamo il latte e d'estate saliamo all'alpe. Gio, il più piccolo dei miei figli ha 14 anni e dice che da grande farà il contadino». La loro produzione è soprattutto casearia: formaggio d'alpe, formaggio fondente, formaggelle, formaggini, burro e ricotta. Ma non solo.

Una valle viva è una valle dove si vedono le mucche sui pascoli.

All'alpe Bolla Carassina, in estate, oltre a 70 mucche, caricano anche 20 maiali, che vengono ingrassati con l'erba e il siero del latte. La maggior parte dei maiali la rivendono e ne tengono tre per il loro consumo personale. «Le luganighe e le mortadelle che facciamo le serviamo al Brunch, assieme ai formaggi e la polen-

ta». Durante l'anno vendono il 90% dei loro prodotti direttamente alle persone della valle o agli escursionisti che percorrono la val Carassina.

Per me fare la polenta è una cosa naturale

Dopo il lavoro in caseificio, che inizia alle cinque e mezza di mattino e si conclude verso le undici, Marisa cucina per tutti. «Noi d'estate la polenta la facciamo tutte le domeniche e, quando qualche ospite, con entusiasmo, mi dice "C'è la polenta?", un po' mi stupisco». Sono 26 anni che Marisa fa il Brunch e se le si chiede il perché risponde «Lo faccio perché mi piace stare in mezzo alla gente ed è un buon modo per avvicinare tutti al nostro mondo».

 bollacarassina.ch

Le Nere Verzasca del Ponte tibetano

In zona Fontanella, sopra Sementina, non lontano dal Ponte Tibetano nei primi mesi dell'anno è facile incontrare le capre Nere Verzasca di Flaminia e Domenico Guidotti. Dopo la mungitura del mattino, pascolano libere in questa splendida zona collinare, per poi tornare da sole in stalla nel primo pomeriggio. In estate le capre vanno all'Alpe Bolla e Froda in Vallemaggia. Lì, col loro latte, si produce formaggio d'alpe D.O.P. In autunno, nel periodo d'asciutta, pascolano libere sui monti sopra Sementina.

Riscoprire la carne di capra

Domenico e Flaminia concentrano la propria attività sulla produzione di prodotti a base di carne. Si parte dal capretto,

che come spesso spiega Flaminia, «non nasce sapendo quand'è il giorno di Pasqua, ma è disponibile "secondo natura"» e preparano inoltre: i ciccitt, salsicce fresche da cuocere alla griglia; i ciccitt secchi, preparati con l'impasto del salmetto di capra e insaccati nel budello di montone; capra in bogia, pezzi di carne con l'osso marinati con vino e spezie, da bollire; violini di capra, cosce salate speziate ed essiccate; ragù e paté di capra.

Catering e mercatini di paese

I prodotti di Domenico e Flaminia sono molto apprezzati dagli abitanti della zona che li conoscono grazie al passaparola. Vengono venduti in qualche mercatino di paese, ma solo in certi periodi dell'anno.



Flaminia Guidotti,
Azienda agricola GUIF, Sementina

L'azienda è molto piccola e la produzione è limitata. Negli aperitivi, che organizzano di tanto in tanto, ai prodotti di capra affiancano insaccati di maiale, formaggi d'alpe, composta di cipolle, marmellata di lavanda e giardiniera di verdure. Tutto fatto in casa.



Su e giù per le montagne

Ester Monaco è innanzitutto un genio linguistico. Di madrelingua tedesca, oltre al francese, all'inglese e all'italiano padroneggia anche almeno un paio di dialetti del cantone. È la titolare di un'azienda agricola sui Monti di Gerra Gambarogno, produce formaggio d'alpe misto, formagelle, burro, mascarpa, carne di maiale, carne di capra e capretti.

Il formaggio d'alpe misto: una specialità delle valli Verzasca e Maggia

Pratica ancora la transumanza e in estate si trasferisce sull'alpe Ruscada nel



Ester Monaco, Azienda Al Pianasc, Gerra Gambarogno

comune di Cugnasco. La sua produzione è soprattutto legata ai prodotti di capra «che sono molto stagionali perché li facciamo asciugare alla fine della stagione alpestre e rimangono lì finché la stagione lo permette. Il formaggio d'alpe è disponibile da fine agosto fino all'aprile dell'anno dopo».

«Noi cinque, io, mio marito e i miei figli, se facciamo la somma abbiamo sulle spalle più di 100 stagioni all'alpe. Io 21, Chris mio marito 40, Tiziano 18, Nicola 17 e Simona 12. Senza contare quelle dei nostri antenati. Continuiamo a produrre formaggio e gli altri prodotti come si faceva già secoli fa dalle nostre parti».

Oltre alla produzione casearia trasforma la carne delle capre a fine carriera in Cicitt, salsicce di carne di capra e Salsiz, che è carne secca insaccata. «I nostri prodotti nostrani sono apprezzati soprattutto dalle persone che vivono in zone rurali, che sanno di non poter avere tutto in ogni stagione. Da noi si può sempre vedere sul posto come lavoriamo, seguire in montagna i ritmi della natura, che non è sempre bella e idilliaca».

Brunch sempre all'alpe

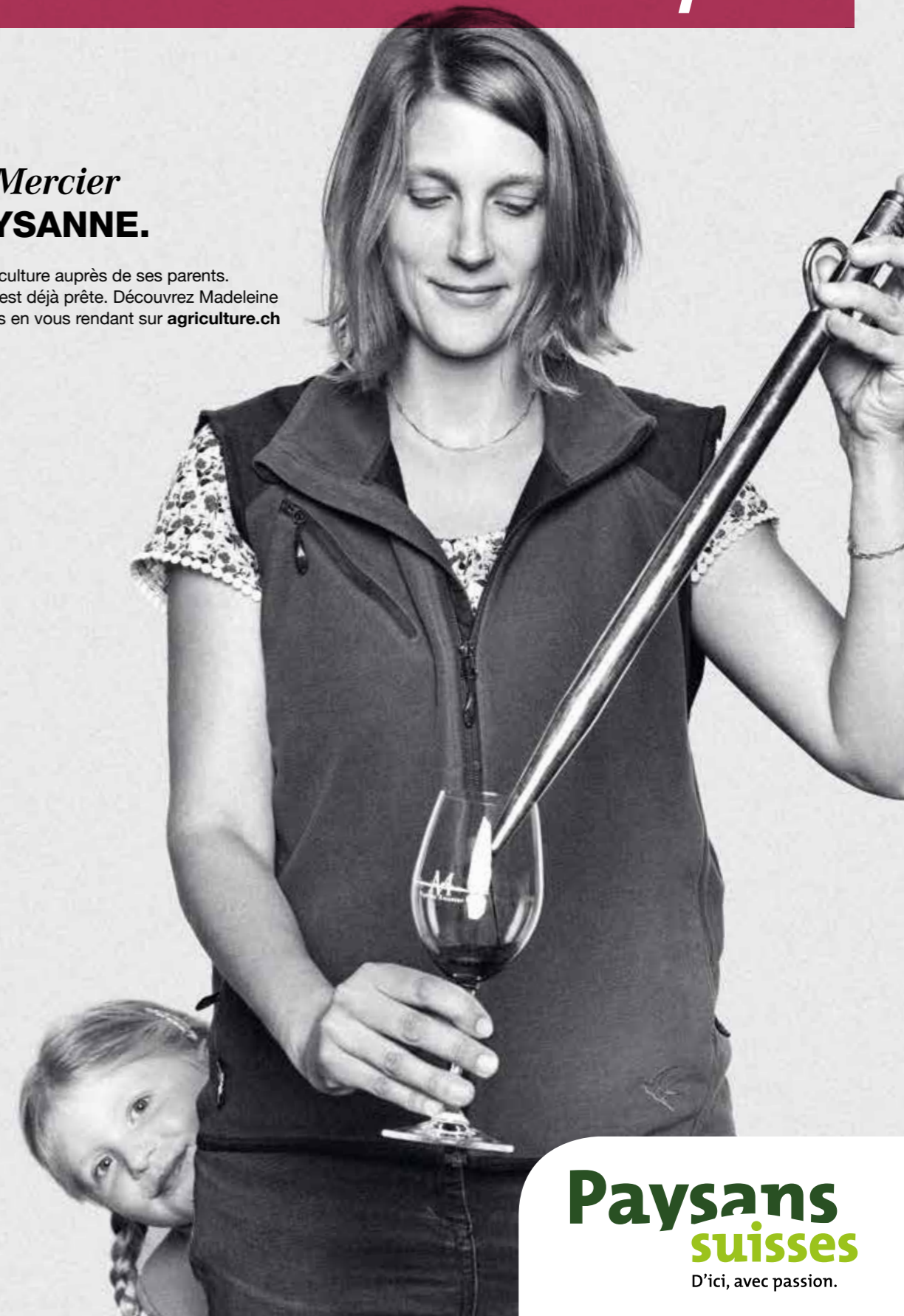
È dal 2003 che organizza il Brunch del 1 d'agosto. «Alcuni anni non l'ho organizzato, ma quando l'ho fatto, l'ho sempre fatto all'alpe». Prima all'alpe Mugaia, sopra Sonogno, dove l'unico modo per arrivarci era farsi una scarpinata di quasi tre ore con un dislivello di 700 metri. Ora, all'alpe Ruscada, sempre e solo raggiungibile a piedi, ma il percorso è più dolce e meno impegnativo. «Da noi, anche il giorno del Brunch, si può vedere dove e come produciamo, come lavora una famiglia d'alpigiani. Arrivare a piedi fin lì, aiuta un po' a rendersi conto di che cosa vuol dire viverci e produrre derrate alimentari. Infatti da noi vengono solo persone a cui piace camminare».

E col Brunch come fate? «Per noi la logistica non è così semplice visto che l'alpe è raggiungibile solo a piedi o in elicottero: oltre ai nostri prodotti, come i formaggi o la mortadella, uso per lo più prodotti ticinesi: la polenta del Piano di Magadino, idem per la verdura. Anche le uova e il mascarpone che uso per il tiramisù sono ticinesi. Lo zucchero? Svizzero e di barbabietola. Solo il caffè è d'importazione».

Notre savoir-faire familial se bonifie aussi avec le temps.

Madeleine Mercier VOTRE PAYSANNE.

Madeleine a appris la viticulture auprès de ses parents. La prochaine génération est déjà prête. Découvrez Madeleine et nos familles paysannes en vous rendant sur agriculture.ch



Vielfältige Zentralschweiz

In der Region um den fruchtbaren Vierwaldstättersee sind die Älplermagronen erfunden worden. Aber nicht nur die. Die findigen Innerschweizer haben ihre Prunkkammer von einem kulinarischen Kleinod der Glückseligkeit zu einem gastronomischen Place-to-go mit Weltstadt-Feeling entwickelt. Die Inspiration holen sich die Spitzenköche, wie auch jene, die sich der ewig guten Ur-Küche verschrieben haben, von der einzigartigen, ertragreichen Landschaft. Die milde Umgebung des Sees, die zerklüfteten Hänge des Napfgebietes und die sanften grünen Hügel des Luzerner Mittellandes lassen Obst, Gemüse, Getreide, Eier, Fleisch und heimische Fische gedeihen. Das Innerschweizer «Su-

urteigbrot» ist von einer krossen Raffinesse, die Biss für Biss den Wunsch nach Lifestyle und vitaler Lebensführung stillt. Der «Kafi Luz» geht auf eine frühere Begebenheit zurück, wonach die Sennen und Bauern das Schnapstrinken schon als Vorfrühstück zelebriert hätten. Das gute Gespür für guten Schnaps ist geblieben: Die Destillieren um den Vierwaldstättersee brennen unter anderem erstklassigen Kirsch – zum Teil noch in traditionellen Hafentoren mit Holzfeuerung! Die aromareiche Tour krönen die «Lozärner Birewegge» oder die preisgekrönte Wetterfroschorte aus dem Muotathal.

Bergwürze

Hoch über dem Urnersee, in der felsigen Berglandschaft vor der Lidernenhütte, riecht es nach frischem Gras, kühler Erde, würzigen Kräutern und saftigen Blüten – bescheidene Mittel für einen einzigartigen Hütten-Fine-Food. Ob mit der naheliegenden Seilbahn oder zu Fuss aus dem schwyzerischen Riemental: Die Hütte ist ein beliebtes Ziel – sowohl für Tourengänger, als auch für Feinschmecker. Ohne Businessplan, aber dafür mit viel Energie und neuen Ideen, startete das Hüttenwart-Ehepaar, in das Abenteuer auf der Lidernalp. Im Topf landet, was die Umgebung hergibt. Die Hütte wurde über die Jahre schrittweise modernisiert, ohne ihren Charakter zu zerstören. Dazu gehörte auch die Überarbeitung und Aufwertung der Speisekarte. Nach kurzer Zeit fand das Wirtepaar bald das Rezept dafür, wie man aus Hüttenfutter Feinkost macht. «Wir kochen alles frisch und haben die meisten Produkte aus der Region.»

Zuger Kirschtorte

Die Zuger Kirschtorte gilt als DIE Zuger Spezialität. Es ist fast schon ein Muss, eine solche zu probieren und in einer Backstube zuzuschauen, wie sie hergestellt wird. Unten und oben besteht sie aus einer Japonaissschicht mit Mandeln und Haselnuss. Dazwischen luftiges Biscuit. Und die leichte Buttercrème mit viel erstklassigem Zuger Kirsch gehört ebenfalls dazu. Seit bald 100 Jahren ist sie im Handel, sie wurde stets verfeinert und mannigfach an Conditoren-Ausstellungen ausgezeichnet. Noch wichtiger: Die Zuger Kirschtorte hat unzählige Fans im In- und Ausland gefunden. Wie sie hergestellt wird, kann bei einem Blick über die Schultern von Konditoren erlebt werden. Dabei erfahren Interessierte viel über das Handwerk des wohl bekanntesten Desserts der Schweiz und werden in die Geheimnisse der Zuger Kirschtorte eingeweiht.



Weitere Informationen und Ausflugs-tipps finden Sie unter:

 MySwitzerland.com

«Ich verarbeite, was die Natur mir schenkt»

Das schicke Haus im Schwarzwälder-Stil entlang der Wanderroute Sörenberg-Rossweid via Salwideli nach Kemmeriboden fällt sofort ins Auge! Unten schneeweisse Mauern, oben mit viel dunklem Holz und unzähligen leuchtend bunten Blumen lädt es zu einer gemütlichen Rast ein. In diesem Bijou auf 1275 Meter über Meer wohnen von Mai bis Januar Anita und Pius Schmid – und mit ihnen auch drei Dutzend Original Braunvieh- und Limousin-Mutterkühe, einige Rinder und zwei Esel.

«Zufriedene Gesichter sind meine grösste Motivation»

Mitten in dieser Idylle führt Anita einen der schönsten Hofläden der Schweiz. Dafür richtete sie 2013 den nicht mehr be-

nutzten Pferdestall her. Und dieser passt perfekt: im Sommer angenehm kühl, im Winter nicht zu kalt. Vor allem Wanderer und Feriengäste aus der Umgebung zählt sie zu ihren Kunden. Und ihre Auswahl ist riesig: Verschiedene Backwaren, Bärlauchsalz, eingelegte Zucchetti, Kräutersirup, Teigwaren – die Liste ist lang. «Es macht mir Freude, den Laden schön zu dekorieren. Wenn die Augen der Kunden leuchten, ist das meine grösste Motivation», so die Gastgeberin und stellt ein aus der Reihe tanzendes Pack «Nidlezältli» wieder an seinen Platz.

Anita schätzt, dass sie sich ihre Zeit selber einteilen kann. So sammelt sie an sonnigen Tagen gerne Bärlauch, Pilze oder Kräuter, «halt alles, was die Natur



Anita & Pius Schmid,
Schneeberg, Sörenberg LU

im UNESCO-Biosphärenreservat Entlebuch so hergibt». Was sie nicht selber macht, kommt gleich von nebenan. «Meine Kunden sollen spüren, wie viel Zeit und Hingabe in unseren Produkten stecken!»

 soerenberg.ch

Quelle Portraitbild: Sandra Steffen

«Dichtestress? Kennen wir nicht!»

Dichtestress ist auf der Alp Unterst-Hütte am Niederbauen ein Fremdwort. Nur mit der Luftseilbahn Emmetten-Nie-



Clelia & Matthias Waser, Alp Unterst-Hütte, Niederbauen NW

derbauen und einem anschliessenden 20-minütigen Abstieg ist das schöne Fleckchen erreichbar. Hoch ob dem Vierwaldstättersee auf 1500 Meter über Meer verbringt Familie Waser seit mehr als sechs Jahrzehnten ihren Sommer. Vor fünf Jahren hat Matthias und Clelia bereits die dritte Generation das Alp-Zepter übernommen. Matthias ist gelernter Landwirt, Clelia Milchtechnologin. Gemeinsam wird im Sommer gemolken, gekäst, gehegt und gepflegt, was die Zeit hergibt. Rund 40 vorwiegend Original Braunvieh-Kühe, 50 Alpschweine und zehn Ziegen gehören auf 28 Hektaren zur Alp. Die Milch wird in der alpeigenen Käserei zu Niederbauerer Alpkäse, Mutschli, Butter, Raclette- und Bratkäse verarbeitet – insgesamt 7.5 Tonnen Jahr für Jahr.

«Der Brunch gehört zum Alpsommer»

Längst zur Agenda des Alpsommers gehört auch der traditionelle 1. August-Brunch. Bis zu 70 Personen empfängt Familie Waser mit ihren fleissigen Helfern. «Für unseren Brunch verwenden wir Zutaten von der Alp und aus der Region. Ich will unseren Gästen zeigen, dass «Superfood» nicht von weit herkommen muss», so Clelia. «Das Besondere ist sicher die Abgeschiedenheit, bei uns kann man Kraft tanken», ergänzt Matthias. Wichtig ist den beiden auch, dass sie sich genügend Zeit für einen Schwatz mit den Gästen nehmen können.

Und wer es nicht an den 1. August-Brunch schafft, der hat ja vielleicht Zeit für die beeindruckende Alpbefahrt nach Ennetbürgen im September.

 natuerlichnidwalden.ch

Quelle Portraitbild: Cornelia Waser



«Home-made» zieht auch im Crypto-Valley

Zu Besuch auf dem Hof von Silvia und Edi Meier in Oberägeri im Kanton Zug.

Moderne Hochhäuser, smarte Start-ups und Cryptowährungen – so kennen wir den Kanton Zug. Bei Silvia und Edi



Familie Silvia & Edi Meier, Alisacherhof, Oberägeri ZG

Meier sprudeln die Ideen ebenfalls und das Ausprobieren von Neuem treibt sie an. Mit ihren vier Kindern Svenja, Edi, Severin und Pascal leben sie nur 15 Kilometer von der Stadt Zug entfernt und doch in einer ganz anderen Welt. Oberhalb des lauschigen Ägeritals gelegen, sind sie auf einem Bauernhof an schönster Lage daheim. Hund Felix begrüsst die Besucher mit einer Begeisterung, als wäre der liebste Mensch endlich wieder da. Neben dem Parkplatz steht ein hübsches Hoflädeli. Die bescheidene Grösse täuscht: Drin und dahinter steckt viel mehr, als man auf den ersten Blick sieht.

Eisige Leidenschaft

Am Anfang stand eine kleine, zufällig erhaltene Glacemaschine. Die Leidenschaft war geweckt. Schon bald machten sie sich auf die Suche nach einer grösseren Maschine und den idealen Rezepturen. «Nach langer Suche online und Gesprächen mit Schweizer Anbietern, meldete ich mich schliesslich für

einen dreitägigen Kurs an der Eisfachschule in Berlin an», erzählt Silvia. Das war vor weniger als zwei Jahren. Unterdessen gibt es auf dem Hof einen nigel-nagelneuen Verarbeitungsraum. Der Edelstahl glänzt genauso wie die Augen von Silvia und Edi, wenn sie über ihre ersten Versuche und Erfolge berichten. Unterdessen haben sie ein Sortiment von 15 verschiedenen, saisonal wechselnden Glaces wie Quitten-Yogurt, Baumnuss oder Milch. Die Badi in Unterägeri führte sie im Sommer 2019 im Sortiment ein, ebenso verschiedene Lebensmittelläden im Dorf. Im Hoflädeli darf die kalte Verführung nicht fehlen. Vor allem weil ein Pilgerweg daran vorbeiführt und nach dem Aufstieg eine Stärkung nicht schadet.

Wertschätzung fürs Essen weitergeben

«Unser Ziel ist es, unsere hofeigenen Produkte zu verwerten», betont Edi und fügt an, dass sie auch ihren Kindern diese Wertschätzung mitgeben wollen. Alle vier helfen gerne auf dem Hof mit. Im Hofladen gibt es zudem Fleisch und Würste von den eigenen Mutterkuhtie-

ren, die ein befreundeter Metzger aus der Umgebung herstellt. Ebenso produzieren sie selber eine ganze Palette verschiedener Teigwaren und natürlich Konfitüren, Sirups, getrocknete Früchte oder Most. Es gibt auch Eier, Kartoffeln oder Obst. Bezahlen kann man bargeldlos mit Twint. Meiers arbeiten eng mit dem Nachbarbetrieb zusammen, der ebenfalls Direktvermarktung betreibt. Sie beziehen von dort auch die Milch für die Glace. «Es ist uns wichtig, dass wir ein gutes Verhältnis haben und uns gegenseitig unterstützen», meint Edi.

Kundschaft hat es genug im Ägerital. Die sanften Hügel sind dicht bebaut, edle Terrassen- und Einfamilienhäuser säumen die Hänge. Entsprechend durchmischt ist ihre Kundschaft. Die Einheimischen kommen genauso wie zugezogene Ausländer. «Viele junge Familien tätigen bei uns zum Teil grosse Einkäufe», sagt Silvia. Natürliche Rohstoffe und regionale Produkte, sei ihnen wichtig. Entsprechend würden viele Fragen zur Art der Produktion gestellt, die Silvia und Edi gerne beantworten. Und wie sieht es mit den sprachlichen Hürden im multinationalen Zugerland aus, sprechen die beiden Englisch? «A little bit», sagt Silvia und lacht herzlich.

🌐 alisacher-hofprodukte.ch



ztprint
die können mehr. ztprint.ch

**Effizienz
erspart Umwege**

Der Printbereich der ZT Medien AG

SBB CFF FFS

**Familienausflüge
erleben.**

Jetzt am Wettbewerb mit dem Stichwort «Brunch» teilnehmen.
sbb.ch/familien-wettbewerb

Foto: Das Olympische Museum © IOC

LE GRUYÈRE®
SWITZERLAND

Aussi pour
les costauds.

Auch für
Kräftige.

Le Goût des Suisses depuis 1115.
Der Geschmack der Schweiz seit 1115.
www.gruyere.com

**Rauhe
Schale.
Süsser
Kern.**

In Schweizer Zucker steckt nur die natürliche Süsse von Schweizer Zuckerrüben – sonst nichts.
zucker.ch

**Zucker
Sucre
Zucchero**
Natürlich natürlich.

Wettbewerb Concours Concorso

Jetzt mitmachen und attraktive Preise gewinnen!

Suchen Sie die fünf passenden Bildausschnitte im Magazin und geben Sie die Seitenzahl im leeren Kästchen unterhalb an. Viel Glück!

Participez pour gagner des prix attrayants.

Cherchez les cinq détails d'images suivants dans le magazine et inscrivez le numéro des pages dans les cases en dessous. Bonne chance !

Partecipate ora e vincete bellissimi premi!

Trovate le cinque inquadrature corrette nella rivista e inserite il numero di pagina nel sottostante riquadro vuoto. Buona fortuna!

Bildausschnitte



Détails d'images

Inquadrature

Gesuchte Seitenzahlen



Numéros des pages

Numeri di pagine cercati

Name & Vorname / nom & prenom / nome & cognome: _____

Strasse & Nr / rue & no / via & numero: _____

PLZ & Ort / NPA & lieu / NPA & località: _____

Telefon / téléphone / telefono: _____

E-Mail / E-mail / e-mail: _____

Teilnahme via Post, E-Mail oder online (www.brunch.ch) bis 6. August 2020.

Participez jusqu'au 6 août 2020 par courriel postale, par e-mail ou en ligne, sur le site www.brunch.ch.

Partecipare entro il 6 agosto 2020 per posta, per e-mail o online, sul sito www.brunch.ch

Brunch, Schweizer Bauernverband,
Laurstrasse 10, 5201 Brugg,
info@brunch.ch

Brunch, Union Suisse des Paysans,
Laurstrasse 10, 5201 Brugg,
info@brunch.ch

Brunch, Unione Svizzera dei Contadini,
Laurstrasse 10, 5201 Brugg,
info@brunch.ch

Preise / Prix / Premio

1. Preis / 1^{er} prix / 1^o premio

5 Übernachtungen für 2 Personen im Berggasthaus Salwideli in Sörenberg inkl. Frühstück und Hochmoor-Tour im Wert von 1000 Franken
5 nuitées pour 2 personnes dans l'auberge de montagne Salwideli à Sörenberg avec petit-déjeuner et tour du haut-marais d'une valeur de 1000 francs
5 pernottamenti per 2 persone nell'albergo di montagna Salwideli a Sörenberg con colazione e tour alla torbiera alta del valore di 1000 franchi

2. Preis / 2^e prix / 2^o premio

Agrotourismus Schweiz, eine Woche Bauernhof-Ferien im Wert von 700 Franken
Agritourisme Suisse, une semaine de vacances à la ferme d'une valeur de 700 francs
Agriturismo Svizzera, una settimana di vacanze in fattoria del valore di 700 franchi

3. Preis / 3^e prix / 3^o premio

Agrotourismus Schweiz, Bauernhof-Erlebnis im Wert von 400 Franken
Agritourisme Suisse, une formule découverte à la ferme d'une valeur de 400 francs
Agriturismo Svizzera, un'esperienza in fattoria del valore di 400 franchi

4. Preis / 4^e prix / 4^o premio

1 Woche Ferien auf dem Bauernhof für eine Familie bis zu 5 Personen auf dem Gerberhof
1 semaine de vacances à la ferme Gerberhof pour une famille jusqu'à 5 personnes
1 settimana di vacanze in fattoria per una famiglia fino a 5 persone sul Gerberhof

5. - 10. Preis / 5^e - 10^e prix / 5^o - 10^o premio

Je zwei Gutscheine für den 1. August-Brunch auf dem Bauernhof 2021
Deux bons pour le Brunch à la ferme du 1^{er} août 2021
Due buoni per il Brunch del 1^o agosto in fattoria 2021

Bauernhof-Ferien mit Agrotourismus Schweiz

Ferien auf dem Bauernhof ist eine sinnliche Erholung mit Abenteuercharakter. Jetzt online buchen.

Vacances à la ferme avec Agritourisme Suisse

Les vacances à la ferme, c'est de la détente pure et des moments d'aventure ! Réservations en ligne.

Vacanze in fattoria con Agriturismo Svizzera

Le ferie in fattoria significano relax, emozioni, sensazioni e piacevoli avventure. Riservare ora sul sito.

 www.myfarm.ch



Schweiz.



Ferien auf dem Bauernhof
Vacances à la ferme
Agriturismo



Keine Barauszahlung. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich einverstanden, dass wir Ihnen den Newsletter senden und Ihren Namen im Fall eines Gewinns veröffentlichen.

Un versement en espèces du prix est exclu. Aucune correspondance ne sera échangée. Tout recours juridique est exclu. En participant au concours, vous consentez à recevoir des nouvelles concernant la campagne de base et vous nous autorisez à publier votre nom en cas de gain.

I premi non sono versati in contanti. Non si tiene alcuna corrispondenza. Il ricorso è escluso. Chi partecipa al concorso accetta di ricevere l'inflettera periodica della campagna promozionale e, in caso di vincita, che il suo nome sia pubblicato.





Alles für einen herzhaften Auftritt
shop.landwirtschaft.ch



Schweiz. Natürlich.

Schweizer Bauern
Von hier, von Herzen.

Ovomaltine 1. August Weggen

Zutaten: Wenn immer möglich regionale Produkte vom Bauernhof verwenden

1. Ovomaltine, Zopfmehl und Dinkelmehl in eine Schüssel geben und anschliessend Salz, Zucker und Butter begeben.

- Hefe in der Flüssigkeit (Milch und Joghurt) auflösen und zur Mehlmischung geben.
- Den Teig mit dem Knethaken der Küchenmaschine oder von Hand 10-15 Minuten kneten bis er sich ausziehen lässt sowie glatt und geschmeidig ist.
- Den Teig zweimal herstellen. Einmal bei der Herstellung das Ovomaltine Pulver weglassen, damit ein heller Teig entsteht. Anschliessend beide Teige zugedeckt um das Doppelte aufgehen lassen.
- Von beiden Teigen 1/4 wegschneiden und Kreuze aus dem Teig formen.

Aus den restlichen 3/4 der zwei Teigen jeweils 8 gleichmässige Weggen formen.

- Auf die dunklen Weggen jeweils ein helles Kreuz legen und auf die hellen Weggen ein dunkles Kreuz. Die Kreuze von Hand etwas festdrücken.
- Die Weggen nochmals 15 Minuten zugedeckt aufgehen lassen und den Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.
- Die Weggen mit Rahm bestreichen und danach im vorgeheizten Backofen 20-25 Minuten backen.
- Weggen auf einem Gitter auskühlen lassen und mit Schweizer 1. August Fähnchen verzieren.
- Weggen mit Ovomaltine Crunchy Cream bestreichen und geniessen.

- Teig (fürs Rezept zweimal)**
- 350 g Zopfmehl
 - 150 g Dinkelmehl, hell
 - 100 g Ovomaltine Pulver
 - 1 TL Salz
 - 2 EL Zucker
 - 20 g Hefe
 - 2-3 dl Milch
 - 100 g Joghurt, nature
 - 60 g Schweizer Butter, weich, in Stücken
 - etwas Rahm
 - 1 Glas Ovomaltine Crunchy Cream



Weitere Ovomaltine Rezepte auf www.ovomaltine.ch/rezepte



Bestellschein

B-Post A-Post (Zuschlag Fr. 10.-) Express (Zuschlag Fr. 25.-)

Art.-Nr.	Anzahl/Sprache	Artikel	Preis
Bekleidung / Textilien			
11014	d/f/i komb.	Badeset 4-teilig, 1 Shoppingtasche, 1 Badetuch «Huhn», 1 Badekuh, 1 Frontscheiben-Sonnenblende	Fr. 34.-
11059	d/f/i komb.	Badetuch Special Edition «Huhn», 80 x 160 cm, 100% Baumwolle	Fr. 24.-
10965	d/f komb.	Badetuch «Edelweiss-Stoff» Classic, 75 x 150 cm, 100% Baumwolle	Fr. 18.-
10553	d/f komb.	Farmer-Cap «Sennenlook», Einheitsgrösse	Fr. 12.-
10977	d f i	Krawatte «Edelweisslook», gewoben	Fr. 35.-
11052	d f i	Seidenschal «Edelweisslook», 40 x 160 cm	Fr. 35.-
11011	d/f komb.	Bistroschürze kurz «Edelweisslook», 78 x 50 cm, unisex, dunkelblau	Fr. 26.-
Accessoires			
10597	d f i	Geschenkbund, aus Stoff, Rolle 1,5 cm x 25 m, inkl. 50 Aufkleber	Fr. 25.-
10551	d/f/i/e komb.	Sackmesser Victorinox «Edelweisslook», 12 Funktionen	Fr. 18.-
11020	d/f/i/e komb.	Frontscheiben-Sonnenblende aus Karton, «Hoftiere» (für Autos)	Fr. 5.-
10951	d/f komb.	Shoppingtasche «Edelweisslook», 44 x 35 cm	Fr. 5.-
10456	d f	Jasskarten «Edelweisslook», deutsche oder französische Figuren	Fr. 2.-
20312	d	Memory «Bauernhoftiere», 36 Bildpaare	Fr. 20.-
10552	d/f komb.	Umhängebändel «Edelweisslook» für Schlüssel und Namensschilder	Fr. 2.-
10559	d/f/i komb.	Holzmagnete Bauernhoftiere «Edelweisslook», Set à 5 Stk., FSC Holz	Fr. 10.-
11013	d/f/i/e komb.	Regenschirm dunkelblau, «Edelweisslook», Ø 100 cm, Handöffner	Fr. 18.-
Papeterie			
10305	d/f/i/e komb.	Glückwunschkartenset «Kühe», 4 Sujets, A6/5	Fr. 4.-
10319	d/f/i/e komb.	Glückwunschkartenset «Kulturpflanzen», 4 Sujets, A6/5	Fr. 4.-
10464	d/f komb.	Kugelschreiber «Edelweisslook»	Fr. 1.-

Versandkostenanteil nach Aufwand | Alle Artikel solange Vorrat | B-Post, Lieferfrist 14 Tage

Vorname /Name _____

Adresse _____

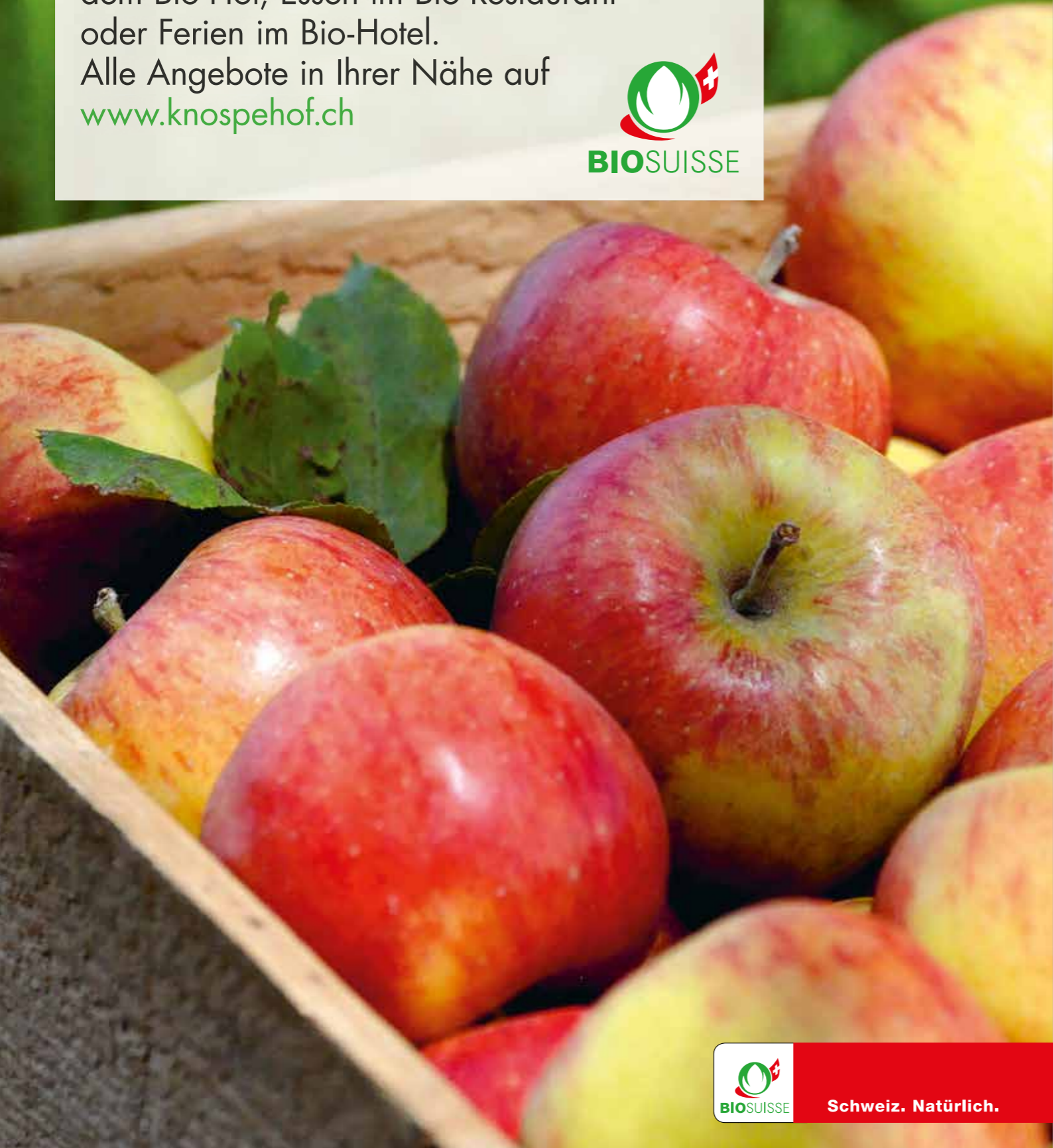
PLZ/Ort _____ Tel./E-Mail _____

Bitte einschicken an: ■ LID, Weststrasse 10, 3000 Bern 6, Tel. 031 359 59 77 oder per Fax 031 359 59 79
Diese und weitere Angebote können Sie auch online bestellen unter shop.landwirtschaft.ch

Finden Sie Bio in Ihrer Nähe.

Einkaufen, Feiern und Übernachten auf dem Bio-Hof, Essen im Bio-Restaurant oder Ferien im Bio-Hotel.

Alle Angebote in Ihrer Nähe auf www.knospehof.ch



Schweiz. Natürlich.

Suisse. Naturellement.

L'essentiel est invisible pour les yeux.

Nature garantie.

Agissez en pro, abonnez-vous!

135.- 1 AN PAPIER + NUMÉRIQUE
- accès e-paper - archives dès 1999 - CADEAU couteau

70.- 6 MOIS PAPIER + NUMÉRIQUE
- accès e-paper - archives dès 1999

110.- 1 AN NUMÉRIQUE
- accès e-paper - archives dès 1999

35.- 3 MOIS (12 éditions papier)
Offre non renouvelable

Mes coordonnées «Brunch Magazine 2020»

Nom	Prénom
Rue/N°	NPA/Localité
Téléphone	E-mail
Date	Signature

Je désire offrir Agri à:

Nom	Prénom
Rue/N°	NPA/Localité
Téléphone	E-mail

Bulletin à envoyer au Journal Agri, CP 1080, 1001 Lausanne ou scanné à abo@agrihebdo.ch

Agri VOTRE ALLIÉ AU QUOTIDIEN

www.agrihebdo.ch

FÜR CLUB-MITGLIEDER: INSPIRATION GRATIS NACH HAUSE GELIEFERT



**Jetzt auf migusto.ch anmelden und das
Magazin 10× jährlich kostenlos erhalten**

Über 40 neue Rezepte pro Ausgabe | Geschichten rund ums Thema Kochen

MIGROS

Ein M besser.