

bio.markt: Jetzt wirds endlich wieder bunt.



Unser Mitarbeiter Bernhard Ströbel, Rayonleiter Gemüse/Früchte/Eier: "Ob braun oder weiss, ein Ei ist wie das andere. Hauptsache vom glücklichen Huhn!"

Nicht nur beim Kauf, auch beim Färben von Eiern sollten Sie auf die Gesundheit achten. Mit biologischen Produkten, erhältlich in der Natur oder unserem bio.markt, lassen sich tolle Effekte erzielen: Zwiebelschalen verleihen den Eiern braungelbe bis rötliche Farbnuancen, Heidelbeeren frisch und tiefgekühlt oder Rotkohlblätter violette und Petersilie, Spinat oder Brennesseln zart grüne. Curcuma, auch Gelbwurzwurz genannt, sorgt für sattes Gelb und Randen im Sud für Rot. Natürliche Färbemittel wirken weniger intensiv als künstliche, dafür im Verbund harmonischer.

Und so gehts: Die natürlichen Färbemittel in einem halben Liter Wasser mit einem guten Schuss Essig zum Sud aufkochen. Verwenden Sie einen alten Topf, einige Farben können Spuren hinterlassen. Nach ca. 15 Minuten wird die Flüssigkeit abgeseiht und die Eier in den Sud gelegt. Frisch hart gekochte, noch warme Eier nehmen die Farbe am besten an. Bereits abgekühlte Eier bleiben einen Tag lang oder über Nacht im Sud liegen. Arbeiten Sie mit Gummihandschuhen oder mit einem Löffel, um Fingerabdrücke auf den Eiern zu vermeiden. Mit Öl und einem weichen Poliertuch zaubern Sie Glanz auf Ihre Glanzstücke.

Essig oder Zitronensaft eignen sich, um feine Muster in die Farbschicht zu ätzen. Dafür ein Wattestäbchen in Essig oder Zitronensaft tauchen und einen Punkt oder Strich auf das Ei malen. Sobald die Säure eingewirkt ist, zeigt sich, ob der Farbton gefällt. Anschliessend abtupfen und mit der Verzierung an der nächsten Stelle weiterfahren. Für besonders hübsche, naturnahe Kunstwerke sorgt die Wickeltechnik. Hierfür werden Kräuter oder Gräser mit Faden um das Ei gewickelt, das

Liebe Rägebogekundinnen und Kunden

Am Anfang war das Ei. Oder doch das Huhn? Über dieser Frage zerbrechen sich die Klügsten den Kopf seit Menschengedenken. Auch wir kennen die Antwort nicht. Dafür wissen wir viel Spannendes über das Ei zu berichten und verraten Ihnen Tricks, wie Sie mit Naturfarben und -produkten aus dem bio.markt kleine Kunstwerke fürs Osterfest gestalten können. In unserem aktuellen Partner-Porträt stellen wir Familie Ritzmann und ihr glückliches Federvieh vor. Hedi und Kurt Ritzmann beliefern seit Jahren den Rägeboge bio.markt zweimal wöchentlich mit KAG-Freilandeiern. KAGfreiland ist eine gemeinnützige Nutztierschutz-Organisation, die sich durch Öffentlichkeitsarbeit und politische Tätigkeit gezielt für Verbesserungen im Nutztierschutz einsetzt. Ein KAG-Gütesiegel schliesst stets den ganzen Betrieb mit ein. Danke, dass Sie sich für bewusstes Einkaufen und Konsumieren entschieden haben!

Ich wünsche Ihnen fröhliche Stunden und gutes Gelingen beim Ostereier-Färben!

Ihre Marie-Claire Pellerin,
Geschäftsleiterin



Das Lieblings-Eiergericht von Hedi Ritzmann (unser Porträt) ist so einfach wie köstlich: Paniermehl oder Brotbrösel in Butter anschwitzen und darauf Speigeleier brutzeln. En Guete!

anschliessend ins Farbbad getaucht wird. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Nach dem vollständigen Trocknen die Auflagen entfernen. Übrigens: Nicht nur weisse, auch braune Eier können gefärbt werden. Lassen Sie sich vom Ergebnis überraschen! In der natur.drogerie erhalten Sie die meisten natürlichen Färbemittel in Pulverform. Unser Beratungsteam freut sich, Ihnen weitere nützliche Tipps zum Eierfärben zu verraten.



biobaby-Babykleidung: höchste Ansprüche an Natürlichkeit und Qualität.



Sie fühlt sich sichtlich wohl in biobaby.

natur.drogerie: Das Beste für Ihr Liebstes.

Zarte, durchlässige und empfindsame Kinderhaut braucht Kleidung, die sie sorgsam umhüllt und natürlich schützt. biobaby-Babykleidung aus feinsten Bio-Baumwolle umfängt den Körper wie eine zweite Haut, spendet Wärme und lässt die Haut atmen. Die angenehm weichen und allergiearmen Naturtextilien nehmen Feuchtigkeit auf und halten schön trocken. biobaby-Produkte werden garantiert biologisch, fair und schadstoffarm hergestellt. Dafür steht das international anerkannte GOTS-Gütesiegel (Global Organic Textile-Standard).

Die Rägeboge natur.drogerie führt eine fröhliche Kollektion an biobaby-Babykleidung von 0 bis 18 Monate. Punkto Funktionalität, Tragekomfort und Passform sind die Kleider ganz auf die Bedürfnisse eines kindgerechten und lebhaften Alltags zugeschnitten. Dazu gehören auch ein leichtes An- und Ausziehen sowie eine Formstabilität, die häufigem Waschen standhält.

„Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen“, schreibt Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832): „Wurzeln und Flügel“. Die Basis dafür bilden Liebe, gesunde Ernährung und Kleidung.

bio.bistro: Frühlingsgrüsse aus der Küche.

Adieu Winter, adieu Tristesse: Jetzt heisst es neue Kräfte tanken. Nach den langen und kalten Wintermonaten verhilft eine natürliche, gesunde und leichte Kost Körper und Geist zu regenerieren. Mit frisch gepressten Fruchtsäften trinken Sie sich fit. Fabio, unser Chefkoch im bio.bistro, kreiert für seine Gäste kulinarische Frühlingsboten und verwöhnt Sie bei einem Besuch nach dem Einkauf oder in der Arbeitspause. Selbstverständlich können Sie unsere Getränke und Speisen auch „über d'Gass“ mitnehmen. Und wenns ums organisieren eines nächsten Anlasses oder Festes geht, sind wir gerne Ihr ausgewiesener und ideereicher Catering-Partner. Getreu nach unserem Motto „Alles Gute aus dem Rägeboge, 100% bio, mit Liebe zubereitet“.

Porträt: Ritzmanns und das liebe Federvieh.

Ein fröhliches Gegacker empfängt den Besucher am Waldrand der Schaffhauser Gemeinde Guntmadingen. Hier im landwirtschaftlich geprägten Klettgau hausen 1'500 weisse, braune und „silver“ Legehennen. „Der Kenner“, erklären uns Kurt und Hedi Ritzmann, „unterscheidet die Rassen anhand der Grösse sowie am Ohrläppchen und Kamm“. Die „Silver“ ist eine schwere Henne, die kleinere, braune Eier legt und mehr Futter braucht als die „Weisse“. Dafür ist diese robuster und weniger anfällig für Krankheiten. Bei der Eierfarbe gibt es absolut keinen qualitativen oder geschmacklichen Unterschied. Ob weiss oder braun: Die Qualität und damit der gesunde Genuss sind einzig von der Haltung, Fütterung und Zufriedenheit der Tiere abhängig. Ritzmanns sorgen mit grosser Erfahrung und Liebe zur Kreatur für eine gesunde, glückliche Hühnerschar. Ihre Tiere leben freilaufend, getrennt nach Gattung, in drei artgerecht konzipierten Stallungen mit weitläufigem Wintergarten und einem von Bäumen beschatteten Aussengehege. Kurt Ritzmann achtet durch handwerkliches Geschick sorgsam darauf, dass der Fuchs keine Chance hat hier einzudringen. Nicht nur Meister Reineke will dem Federvieh an den Kragen. Habichte und besonders der clevere Rabe trachten nach den Eiern. Ein weiterer ungebeter Gast ist der Marder, der in die noch so kleinste Lücke im Zaun einzudringen vermag und sich sogar an Hühnern vergreift. Für Sicherheit und Ordnung in der Schar sind die imposanten, stolzen Gockel zuständig. Sie gewährleisten das soziale Gefüge des geselligen Geflügels. Die KAGFreiland schreibt denn auch die Haltung von drei männlichen Tieren auf 100 Hühner vor. Dass es ihren Schützlingen gut geht, erkennt die Besitzerin nicht nur am glänzenden Federschmuck, auch das kommunikative Verhalten verrät viel über das Wohlbefinden. Zu ihren Hühnern pflegt Hedi Ritzmann ein enges Verhältnis. Man hört beim Erzählen, wie stolz sie auf ihre prachtvolle Schar ist, die im Alter von 18 Wochen auf den Hof kam. Ab der 21. Woche beginnen die Junghennen zu legen. Die 1'500 fleissigen Legerinnen produzieren täglich rund 1'100 Eier.

Hedi Ritzmann, die aus dem luzernischen Willisau stammt, arbeitete in jungen Jahren im Welschland in einem Batteriehaltungs-Betrieb mit 20'000 Tieren. Von dieser Form der Tierhaltung distanziert sich die verantwortungsbewusste Frau vehement: „Das ist kein Leben für die sensiblen Tiere.“ Ihre ersten 700 Hühner schaffte sie sich 1985 an. Die Familie, die nur wenig Land und eine kleine Kuhherde besitzt, suchte nach einer gesicherten Einkommensbasis. So sind die beiden gelernten Bauern mit eidg. dipl. Abschluss aufs Huhn gekommen. Trotz Sieben-Tage-Woche sind sie nach wie vor überzeugt, den richtigen Entscheid getroffen zu haben. Die drei Buben sind längst aus dem Haus. In einem Jahr verlassen die letzten Kühe den Hof. Vielleicht findet das rund um die



Sie strotzen vor Gesundheit dank bestem Bio-Futter ohne Zusätze und liebevoller Betreuung.



Kurt Ritzmann mit einer Weissen.



Hedi Ritzmann beliefert zwei mal wöchentlich den Rägeboge mit legefrischen KAGFreilandeiern.



Hier lässt sich Huhn sein.



Der stolze "Hahn im Korb".

Uhr engagierte Paar dann endlich Zeit für Hobbies. Wir wünschen es beiden von Herzen. Frau Ritzmann verrät uns zum Abschied ihre grosse Leidenschaft für alternativmedizinische Themen wie Reiki. Und erzählt von ihrem Traum, ein Generationenhaus zu bauen, wo jung und alt unter einem Dach leben und sich gegenseitig unterstützen. Wir verlassen beeindruckt das sympathische Power-Team, das sein Leben dem Wohl von Mensch und Tier gewidmet hat.

Auf Wiedersehen im Rägeboge!

Schauen Sie bei uns am Obertor und an der Rudolfstrasse hinter dem Hauptbahnhof vorbei. Es gibt immer wieder Neues zu entdecken. Unser Beratungsteam ist gerüstet für den Frühling und Sie? Bleiben Sie gesund und geniessen Sie mit allen Fasern das Leben, die Liebe und das Wiedererwachen der Natur.

Mit herzlichen Grüssen aus dem Rägeboge
Ihr Rägeboge-Team

Winterthur, im März 2011



8. Kyburger Samen- und Setzlingsmarkt

Samstag, 14. Mai 2011, 10 bis 16 Uhr
im Schlossgarten der Frau Landvogt

■ Stiftung Schloss Turbenthal «palme» Stiftung zur Palme, Pfäffikon
Gehörlosendorf

Frei Weinlandstauden AG, Wildensbuch

R. Bachofner&M. Rihs, obere Luegete, Wildberg

Tel. 052 232 46 64 museum@schlosskyburg.ch

Museum
Schloss Kyburg

rägeb  **ge**
natürlich.biologisch

bio.markt Rudolfstrasse 13 (direkt hinter dem Bahnhof Winterthur)

Tel. 052 267 00 04

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.30-19.00 / Sa 8.00-17.00

bio.markt Obertor 5, Winterthur

Tel. 052 267 00 11

Öffnungszeiten: Mo-Fr. 8.30-18.30 / Sa 8.00-16.00

Kontakt: info@raegeboge-winterthur.ch • www.raegeboge.com