Kürbissuppe

Die Kürbissuppe halte ich einfach. Mir schmeckt der Kürbisgeschmack am besten pur. Immer wieder staune ich über die verschiedenen Sorten von Kürbis und freue mich über die Geschmacksvielfalt.

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- Kürbis
- Kürbiskernöl
- Salz, Pfeffer und Muskat

Zubereitung:

Eine Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden.

Den Kürbis schälen und in grobe Würfel schneiden.

Das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten.

Den Kürbis zufügen, salzen und kurz mitdünsten.

Wasser einfüllen bis der Kürbis ganz bedeckt ist.

Solange kochen bis der Kürbis weich ist. In der Zeit bereite

ich die Croutons, die wir in der Suppe mögen, zu.

Mit dem Stabmixer pürieren.

Mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Wir mögen in der Suppe ab und zu Croutons.

Dieser Artikel wurde am 05. Januar 2016 veröffentlicht.

Croutons

Uns ist es ein grosses Anliegen nachhaltig zu leben. Dazu gehört, dass wir möglichst keine Lebensmittel wegwerfen. Aus

Brotresten bereite ich unter anderem Croutons zu. Wenn das Brot noch knapp schneidbar ist, zerkleinert meistens mein Mann das Brot in Würfel. Wenn die Brotwürfel hart sind, verarbeite ich sie zu Croutons. Meine Kinder essen diese oft als Zwischenmahlzeit. Sie sind gleich beliebt wie Pommes Chips. Wir mögen Croutons auf Salat oder in Suppen.

Zutaten:

- In Würfel geschnittenes hartes Brot
- Olivenöl
- Getrocknete Kräuter
- Salz

Zubereitung:

Das Brot zerkleinern wir jeweils schon bevor es ganz hart ist.

Öl in die Pfanne geben und die Brotwürfel dazu geben.

Die Brotwürfel mit etwas Öl begiessen.

Die Brotwürfel auf hoher Stufe erhitzen. Dabei immer gut mischen.

Wenn die ersten Brotwürfel sich bräunlich färben, die Pfanne vom Herd nehmen.

Mit den getrockneten Kräutern und dem Salz würzen. Die Croutons dabei gut umrühren. Die Croutons in der Pfanne lassen bis sie ausgekühlt sind.

Dieser Artikel wurde am 04. Januar 2016 veröffentlicht.

25. und 26. Dezember 2015 – Weihnachten – Familiennächte

Nach der weiblichen Wintersonnwende feiern wir den männlichen Heiligen Abend. Beide Feste feiern wir im engsten Familienkreis. Weihnachten sind für mich Familiennächte. Ein grosses Fest findet jeweils bei uns statt. Wer gerne unseren Brauch während den Familiennächten erfahren möchte klickt hier.

Mit dem Ofen, den wir im Wintergarten eingerichtet haben, erfüllt sich dieses Jahr ein Traum. Unser Wohnzimmer mit dem Lichterbaum erweitert sich nun mit dem Feuer im Ofen. Am 25. Dezember 2015 scheint der Vollmond in den verglasten und nun beheizten Wintergarten.

– GEWEIHTE ZEIT – Kerzenschein, Musik, festliche Tafeln, edles Essen, Feuer, wilde Träume, Traum-Notizen in Mitten der Nacht, Lachen, Umarmen, Rituale, Ausschlafen, alter und schwerer Rotwein, Familie, leuchtende Kinderaugen und Kälte –

Als Kind ass ich Fondue Chinoise. Heute verwöhnt mich ein veganes Festmenu.

Meine Geschenke sind Gutscheine für Kräutermischungen nach Wahl aus dem Garten.

Besondere Geschenke finde ich dieses Jahr unsere Ton- und Videogeschenke. Meine Schwester überreicht mir eine Audiobotschaft. Mein Vater erzählt eine Geschichte, welche wir per CD hören können. Wir überreichen ihnen persönliche Videobotschaften mit einer warmen Dusche.

Die Temperaturen dieses Jahr am Tag im zweistelligen Bereich, zwitschernde Vögel, blühende Blumen und austreibende Bäume, sind für mich dieses Jahr aussergewöhnlich. Ich merke, dass es mir schwer fällt, das Erwachen der Natur in die geweihte Zeit zu integrieren. Es verändert sich. Veränderung im Innen und im Aussen ist sichtbar für mich.

Dieser Artikel wurde am 26. Dezember 2015 veröffentlicht.

---

24. Dezember 2015 – Heiliger Abend – Vaternacht

Für mich schwingt der Heilige Abend männlich. Wir ehren das Männliche. Die Wintersonnwende schwingt weiblich für mich. Wir feiern beide Feste, denn es ist die Vereinigung von Mutter Erde und Vater Himmel, die einen neuen Lebenszyklus zeugt. Das Licht ist geboren für mich an der Wintersonnwende in der Mutternacht. Die geweihte Zeit danach vergleiche ich gerne mit dem Wochenbett. Im Wochenbett half mir mein Mann sehr fest und unterstützte mich, wo er konnte.

Was wir jeweils am 24. Dezember erleben, habe ich hier beschrieben.

Meine Tochter schmückt den Baum. Die Kerzen zünden mein Mann und ich an. Die Kinder lieben es, im Zimmer auf die Bescherung zu warten. Ihnen ist klar, dass wir die Geschenke hinlegen.

Je älter die Kinder werden, umso länger kann ich mit ihnen das Festessen geniessen.

Die Nastuchmandalas schmücken vielfältig unseren Tisch.

Zwischen Hauptgangteller und Salatteller liegt ein Nastuchmandala.

Kerzen brennen in einer Kristallschale. Das Nastuchmandala erstrahlt.

Dieser Artikel wurde am 24. Dezember 2015 veröffentlicht.

---

23. Dezember 2015 – Rauhnächte

Das Feuer von der Wintersonnwende tragen wir nach Innen. Damit entzünden wir am Abend der Wintersonnwende die erste Rauhnachtkerze. Sie brennt für die Träume der ersten Rauhnacht. Neben meinem Bett liegen Stifte und mein Traumbuch

bereit. Ich bitte vor dem Einschlafen, dass ich mich an den Traum erinnern kann. Am Morgen oder manchmal auch in der Nacht, wenn ich erwache, schreibe ich mir den Traum auf.

Am Morgen nach der Wintersonnwende entzünden wir unsere Geburtskerzen und die erste Rauhnachtkerze. Sie brennt im Jahreskreis für den Januar. Wir ziehen alle eine Karte für den Januar. Diese Karten legen wir zur ersten Rauhnachtkerze.

Die gezogenen Kärtchen nach der ersten Rauhnacht leben wir zum Januar.

Die Januarkarten werden uns im Januar begleiten.

Am Abend zünden wir zwei Kerzen an. Die erste für den Januar und die zweite für den Februar. Die 2. Rauhnacht beginnt. Die zweite Kerze brennt für die Träume der zweiten Rauhnacht.

Hier klicken, um zu erfahren, was wir am 23. Dezember 2014 erlebten.

Dieser Artikel wurde am 23. Dezember 2015 veröffentlicht.