Halbgetrocknete Tomaten an Kräuterpesto

Wie schon einige Rezepte von mir zeigen, mag ich Tomaten in allen Formen und Varianten. In der Sommerzeit gibt es sie regional. Vor unserem Haus gedeihen die Tomaten wunderbar und immer wieder werden sie von Spaziergängerinnen und Spaziergänger gelobt. Es war jahrelang ein Traum von mir, Tomaten anzubauen. Nun erfüllte sich mir mein Traum. Während der kalten Jahreshälfte vermisse ich frische Tomaten sehr. Halbgetrocknete Tomaten lernte ich vor vielen Jahren im Bioladen kennen und lieben. Diese geniessen wir an besonderen Anlässen. Letztes Jahr kam mir die Idee, selber solche Tomaten herzustellen. Schon der erste Versuch gelang. Dieses Jahr bereitete ich sie bereits mehrmals zu, z.B. zur Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche. Die Einmachgläser blieben bis jetzt jedoch leer! Die Tomaten wurden von uns vorher gegessen!

Zutaten:

- 6 reife Sommertomaten nicht zu saftig (z.B. San Marzano)
- Eine grosse Handvoll frischer Kräuter (Basilikum, Origano, Thymian, Majoran, wenig Rosmarin, Schnittlauch, Petersilie, …)
- Zwei Knoblauchzehen
- Eine Peperoncini (wer es scharf mag)
- Salz (1 gestrichener Teelöffel)
- Olivenöl

Zubereitung:

Die Tomaten in Scheiben schneiden (ca. 5 mm) und salzen.

Den Knoblauch schälen und in kleine Stücke schneiden.

Die Kräuter und die Peperoncini waschen und in kleine Stücke schneiden.

Die kleingeschnittene Zutaten mit dem Wiegemesser zerkleinern. Ich mag Kräuter nicht gerne mixen. Wer die schnelle Variante mag, kann es auch mit dem Mixer mixen.

Die Kinder freuen sich jeweils, wenn sie helfen dürfen.

Das Kräutermix mit zwei Esslöffeln Öl mischen.

Das Kräuterpesto benütze ich oft auch, um andere Gerichte zu würzen.

Das Kräuterpesto über die Tomaten giessen. Alles gut mischen.

Während min. 1h die Tomaten im Backofen bei max. 70°C trocknen. Ich mische jeweils die Tomaten ab und zu.

Die noch warmen Tomaten in Gläser abfüllen und mit Öl übergiessen.

Unsere Tomaten schaffen es nicht bis in die Einmachgläser! Sie werden vorher gegessen!

Die Tomaten kann man als Antipasti, auf Brot, zu Polenta, zu “Rösti“ oder zu “Gschwelti“ (Schalenkartoffeln) essen. Das Kräuterpesto verwende ich z.B. auch, um Backofenkartoffeln herzustellen.

Dieser Artikel wurde am 25.09.2015 veröffentlicht.

Herbstäquinox am 23. September 2015

Der Herbst mit der Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2015 beginnt mit einem kühlen und verhangenen Regentag. Mit meinen Erinnerungen gehe ich ein Jahr zurück. Ich lesen meinen Blogbeitrag von der Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche 2014. Rituale sind für mich Abläufe mit einer gleichbleibenden Struktur und flexiblem Inhalt. Rituale halte ich lebendig und Leben bedeutet Veränderung. So feiere ich die alten Sonnenfeste (im Frühling, im Sommer, im Herbst, im Winter) immer ähnlich und doch nie gleich. Was für mich Herbst bedeutet und womit ich Herbst verbinde, habe ich im Blogbeitrag 2014 beschrieben.

Die Sonnenblumen werden regelmässig von Vögeln besucht.

Der 23. September 2015 ist Mittwoch, mein Putzmorgen. Während die Kinder in der Schule sind, putze ich heute wie gewöhnlich. Jedoch den Esstisch räume ich ganz ab, um ihn später mit den Kindern herbstlich zu dekorieren.

Zwischendurch wird es sogar fast etwas sonnig.

Zum Mittagessen koche ich „Rösti“ aus eigenen Kartoffeln, die wir im August geerntet haben.

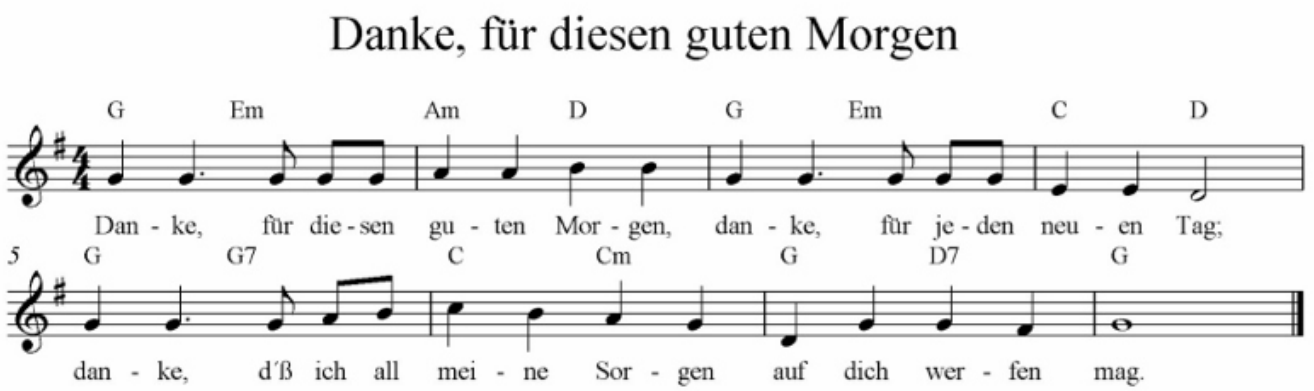
Am 25. August 2015 ernteten wir die Kartoffeln.

Zum Apéro gibt es Rohkostgemüse aus dem Garten und wie oft, wenn wir etwas feiern, bekommen meine Kinder eine Schale Pommes-Chips. Beim Mittagessen sprechen wir über den heutigen Tag und tauschen unsere Gedanken zum Herbst aus. Mein Sohn meint unter anderem: „Es wäre doch logisch, wenn man den Tag im Herbst Tag-und-Nacht-Gleiche nennen würde und im Frühling Nacht-und-Tag-Gleiche.“

Manchmal mache ich eine Pilzsauce dazu.

Ich mag „Rösti“ belegt mit Tomaten und gewürzt mit Bärlauch und Knoblauchöl.

Meine Kinder möchten am Nachmittag mit Freundinnen und Freunden abmachen. Ich verbringe den Nachmittag im Garten. Es regnet leicht und ist kühl. Während ich den Regen spüre, fühle ich wie verkrustete Gefühle in mir sich loslösen können. Gerne übergebe ich in Gedanken diese dem Regen und der Mutter Erde. Ich danke der Erde. Mir kommt ein Dank-Lied in den Sinn. Ich gehöre keiner Religion an. Dennoch gefallen mir viele Kirchenlieder. Ich beginne das Lied *Danke, für diesen guten Morgen* zu summen. Ich erfinde für mich andere Textstrophen.



Einige meiner Texte fürs Lied:

- Danke, für die Gartenfrüchte, danke, für dieses Gartenjahr; danke, dass ich all dies mit Genuss essen darf.
- Danke, für die lustigen Stunden, danke, für die Fröhlichkeit; danke, dass ich mich an kleinen Dingen freuen kann.
- Danke, für die schwierigen Momente, danke, für jeden Moment; danke, dass ich an Schwierigkeiten stetig wachsen kann.
- Danke, für die grosse Ernte, danke, dir liebe Erde; danke, dass ich hier auf diesem Planeten leben darf.

Das Lied für mich singend ernte ich Gartenfrüchte und viele Kräuter. Es ist mir klar, welches Lied ich dieses Jahr mit den Kindern singen werde im Herbst. Die Kräuter verarbeite ich zu Kräuter-Pesto, um eigene Gartentomaten einzulegen.

Gurken und Tomaten haben wir in diesem Jahr zahlreiche.

Die Kinder kehren zurück. Sie dürfen je von ihrem geschenkten Baum Früchte ernten. Meine Tochter ist froh, dass in diesem Jahr ihr Birnenbaum auch zum ersten Mal Früchte trägt.

Meine Tochter wählte für sich nach unserem grossen Gartenumbau

einen Birnenbaum.

Mein Sohn ist stolz auf seine roten und süssen Äpfel.

Süss und knackig sind die von meinem Sohn ausgewählten Äpfel.

Wir dekorieren den Tisch. Mein Sohn möchte das alte Geschirr von meinen Urgrosseltern zur Feier benützen.

Das Sommerwimmelbuch macht dem Herbstwimmelbuch Platz. Eine Kerze brennt nun wieder am Abend.

Wir schauen uns Fotos vom letzten Jahr an. Sie möchten noch mehr Fotos anschauen und klicken sich durch die Fotos durch, während ich den Apéro zubereite. Die Kinder wählen für sich je

ein Foto aus. Für diesen abgebildeten Augenblick sind sie dankbar. Wir drucken die Bilder aus und schmücken damit unseren Esstisch.

Zum Apéro gestalte ich einen Rohkostteller. Die Kinder freuen sich darüber.

Für das festliche Abendessen backe ich Dinkelvollkornbrötchen (pur und mit Oliven).

Dazu gibt es halb-getrocknete noch warme Tomaten, Randensalat und Tomaten-Gurken-Caspaccio.

Mein Sohn liebt Wurzelgemüse. Der erste Randensalat schmeckt uns allen besonders gut.

Halbgetrocknete Tomaten und Caspaccio bestehend aus dünnen Tomaten- und Gurkenscheiben

Zum Dessert geniessen wir Trauben, Äpfel, Birnen, süsse Brombeeren und Heidelbeeren.

Gemüse und Früchte für unser Essen stammen aus unserem Garten.

Wir singen unser neues Herbstlied. Meine Kinder erfinden je eine eigene Strophe und danken auf persönliche Weise.

- Danke, für die feinen Äpfel, danke für die süssen Birnen; danke, dass ich so viele Gurken essen kann. (Strophe von meinem Sohn)

- Danke, für die farbigen Raupen, danke für „meine“ Birnen; danke, dass ich einfach im Garten sein darf. (Strophe von meiner Tochter)

Satt und glücklich bereiten sich die Kinder für die Nacht vor. Im Bett lese ich ihnen noch ein Kapitel aus unserem Vorlesebuch Momo von Micheal Ende vor, obwohl es schon spät ist. Dennoch könnte ich an diesem Abend die Kinder nicht einfach ohne Geschichte einschlafen lassen. (Vor)lesen verbinde ich fest mit der kalten Jahreshälfte.

- Danke für diesen Erntetag ja, danke für meine geliebten Kinder; danke dass ich von Herzen Danke sagen kann!

Dieser Artikel wurde am 23. September 2015 veröffentlicht.

Thurwasserfälle

Die Thurwasserfälle sind gut von der Ortsmitte von Unterwasser erreichbar. Zu Fuss gelangt man zu den Thurwasserfällen in 15 Minuten. Die Thurwasserfälle liegen an Wanderwegen. Links für Wanderungen habe ich unten angeführt. Wir verbinden jeweils den Besuch zu den Fällen mit einer Wanderung oder einem anderen Ausflug im Gebiet. Dieses Mal führt uns der Ausflug zuerst auf den Chäserrugg. Am frühen Nachmittag spazieren wir durch Unterwasser. Schnell entdecken wir das Schild *Thurwasserfälle*, welches sich auf der Hofstrasse befindet, zwischen dem Hotel Sternen und dem Sporttreff Toggenburg.

Ein breiter Weg zweigt von der Hofstrasse ab und führt uns entlang der Thur an Feldern vorbei. Bald schon erreichen wir den Waldrand. Im Wald befindet sich eine Feuerstelle. Wir rasten dort und trinken etwas.

Wir spielen am Wasser. Die Thur ist glasklar und in den tiefen Wasserbecken entdecken wir sogar Bachforellen.

Wir baden die Füsse und geniessen das kühle Wasser. Die Kinder

werfen Steine ins Wasser und lassen kleine Hölzer schwimmen. Dabei beobachten sie wie der Fluss sie mit sich nimmt. Kleine Wirbel findet vor allem mein Sohn spannend. Wir setzen unseren Weg fort und über Brücken und Stege gelangen wir zu den Thurwasserfällen. Ein Tunnel führt uns in die Höhe.

Wir entdecken den Lichtschalter erst beim Rückweg.

Durch das dunkle Tunnel zu gehen ist spannend.

Oben angekommen erkennen wir wie das Wasser in die Tiefe stürzt.

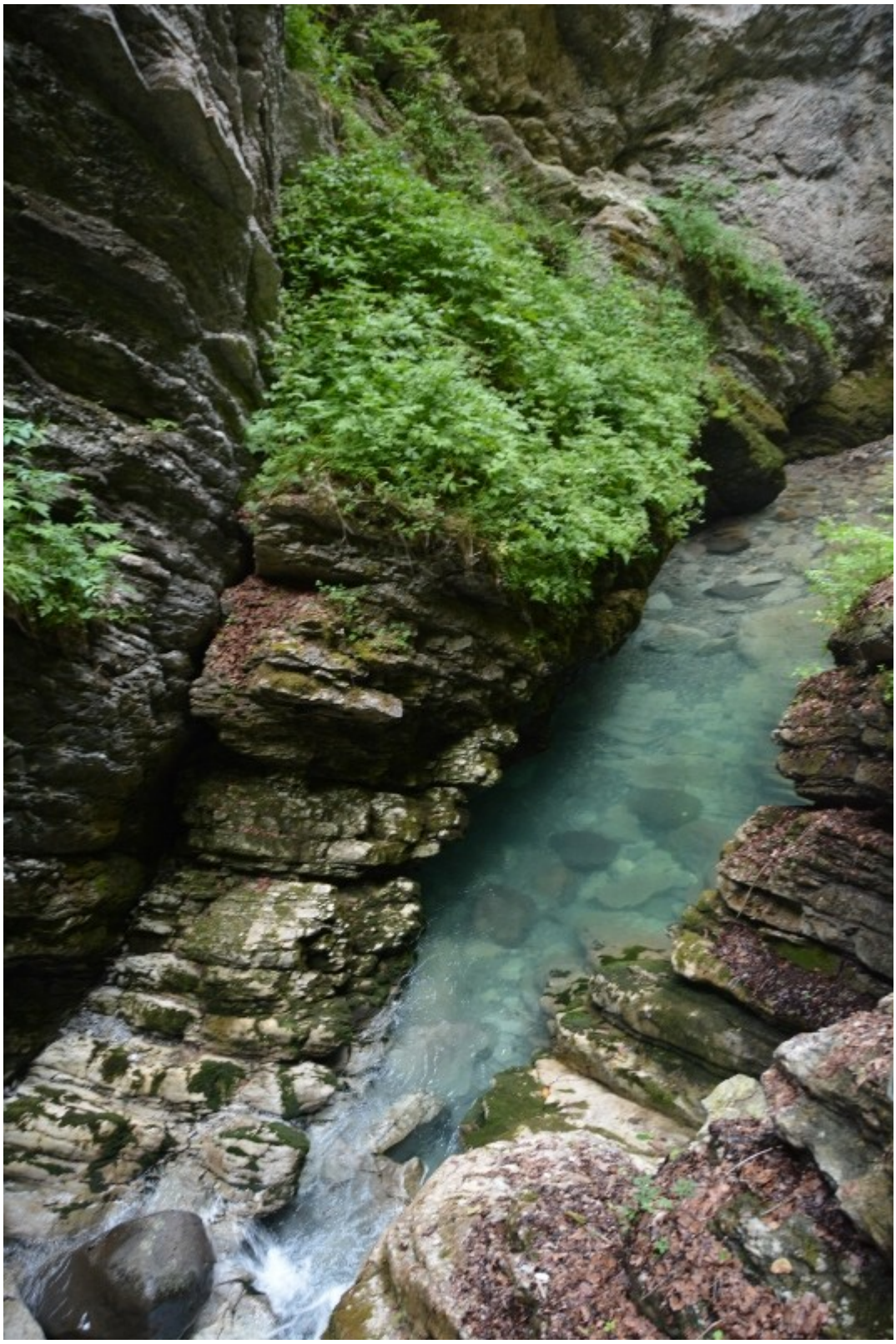
Auf dem Rückweg erhaschen wir immer wieder eindrückliche und vielseitige Einblicke von dem tosenden Wasser.

Der Weg führt am unteren Wasserfall in eine kleine Höhle. Von

dort sehen wir die Fälle nachmals in anderer Form.

Den Aufwind erkennen wir, weil sich der Rock von meiner Tochter aufbläst.

An der Feuerstelle verweilen wir nochmals und essen „Zvieri“. Nochmals spielen die Kinder freudig am Wasser und im Wald.



Auch bei Regen sind die Thurwasserfälle durch die Nähe zum Ort Unterwasser empfehlenswert.

Gerne gebe ich hier noch einige Links:

- Thurwasserfälle

- Thurwasserfälle Weg
- Spaziergänge / Leichte Wanderungen
- Thurwasserfälle Unterwasser

Weitere tolle Ausflüge im Toggenburg sind auf der Toggenburger Tourismusseite zu finden.

Dieser Artikel wurde am 21.09.2015 veröffentlicht.

Sommerliche Tomaten-Sauce

Tomaten in allen Varianten liebe ich. Auf die Frage: „Welche drei Gemüse/Früchte würdest du auf eine Insel mitnehmen.“, fällt mir die Antwort leicht. Diese lautet: „Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch.“ Deshalb ist diese sommerliche Tomatensauce ein voller Genuss für mich. Wenn ich sie im Sommer zubereite, erinnere ich mich oft an meine Freundin, die mir als ich ein Teenager war, sehr nahe stand. Ihre Stiefmutter kochte für uns eine Tomatensauce. Ich hatte zuvor noch nie eine solche Tomatensauce gegessen. Spaghetti kannte ich zuvor nur mit Bolognese-Sauce. Die für mich neue Sauce schmeckte mir wunderbar. Zu Hause kochte ich sie nach. Daraus entstand mein heutiges Sommer-Tomaten-Saucen-Rezept. Wenn ich eine Zeitmaschine hätte, würde ich mich zurückbringen zu diesem Essen als ich Teenager war. Ob mir wohl die Sauce immer noch so gut schmecken würde? Wie veränderte sich der Geschmack von der ursprünglichen Sauce zu meiner heutigen Sauce?

Meine Kinder bevorzugen auch im Sommer die Tomaten-Sauce aus passierten Tomaten. Für die sommerliche Tomatensauce verwende ich absichtlich keine Oliven wie für die winterliche Tomatensauce. Die Oliven finde ich zu dominant in diesem

Rezept.

Zutaten

- 6 reife Sommertomaten
- Zwei Knoblauchzehen
- Zwei grosse Zwiebel
- Eine Peperoncini (wer es scharf mag)
- Drei frische Origano -Zweige
- Zwei frische Thymian-Zweige
- Zehn frische Basilikumblätter
- 5 getrocknete Bärlauchblätter
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Alle Zutaten sind biologisch und viele aus unserem Garten.

Zubereitung

Die Knoblauchzehen, die Zwiebeln und die Peperoncini möglichst klein schneiden.

Tomaten in kleine Würfel schneiden und mit einem gestrichenen Teelöffel voll Salz salzen. Die Tomaten gut mit dem Salz vermischen, damit sie Saft lassen. Ich verwende immer die Tomatenkerne und die Schale mit. Wer das nicht mag, kann die Tomaten natürlich auch entkernen und/oder schälen.

Die frischen Gewürze waschen. Die Basilikumblätter zerkleinern.

Drei Esslöffel Olivenöl in eine Pfanne geben. Knoblauch, Zwiebeln und Peperoncini mit etwas Salz im Öl goldgelb anbraten.

Ich dünste es auf mittlerer Hitze an.

Die frischen Tomaten dazu geben und kurz mitdünsten.

Getrockneter Bärlauch zerreiben und mit den Origano- und Thymianzweigen beifügen.

Ich finde es einfach, die Kräuter am Zweig zu lassen und nach dem Kochen die Blätter abzunehmen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce zugedeckt auf kleiner Stufe köcheln lassen bis die Sauce cremig wird. Dies dauert ca. 10 Minuten.

Kurz vor dem Servieren die Kräuterzweige aus der Sauce nehmen und die Blätter von den Zweigen trennen. Die Blätter der Kräuter der Sauce wieder zufügen.

Zum Schluss die Sauce mit den Basilikumblättern bestreuen.

Wie von Zauberhand wird die Sauce cremig.

Diese Sauce esse ich immer zu Spaghetti. Dazu passen jedoch auch andere Teigwaren, Couscous, Goldhirse oder Polenta. Diese Sauce verwende ich auch für Gemüsefüllungen, für Lasagne oder für Pizza.

Än Guete!

Dieser Artikel wurde am 09.09.2015 veröffentlicht.

Jahrestag

Am 7.9.2003 gingen mein Mann und ich unseren Bund der Liebe ein. Seit nun vielen Jahren gehen wir gemeinsam und doch eigenständig durchs Leben. Wir erlebten wundervolle Dinge und überwanden zahlreiche Hürden. Wenn sich unser Jahrestag jährt, nehmen wir dies bewusst war, jedoch haben wir kein festes Ritual dazu. Manchmal geben wir uns einen dicken Kuss oder umarmen uns innigst. Manchmal schenken wir uns etwas. Oft sind diese Geschenke nicht materiell wie das Bett frisch beziehen, Küchenkästen putzen oder bügeln.

Unser 12. Jahrestag am 7. September 2015 ist am Montag. Montags jagt ein Termin den anderen. Montag ist für uns alle

der „arbeitsintensivste“ Tag der Woche. Mein Mann und ich sehen uns nur kurz am Morgen und erst wieder am Abend zum Abendessen. Trotzdem möchte ich meinem Mann etwas Besonderes geben. Mir kommt die Idee, ihm ein Alphabet voller Liebe zu schenken. Ich setze mich hin und beginne, ihm einen Brief zu schreiben. Ich starte mit den Worten *„Ich liebe dich, weil du …“* und danach suche ich für jeden Buchstaben aus dem Alphabet einen passenden Begriff. Fast zu jedem Buchstaben fällt mir schnell etwas ein. Erstaunlicherweise grüble ich bei den Buchstaben o und s länger nach als bei den Buchstaben x und y! Der Brief ist persönlich und ich gebe hier andere Bespiele.

Ich liebe dich, weil du

- **a**chtsam mit mir umgehst,
- **b**ist, wie du bist,
- **c**harmant sein kannst,
- **…**
- **…**
- **Z**eit für mich hast

Ich lege ihm den Brief aufs Bett. Zum Abendessen geniessen wir zwei Feigen aus unserem Garten. Dieses Jahr trägt unser Feigenbaum wenige Früchte. Deshalb ist dies zu unserem Jahrestag ein besonderer Genuss. Mein Mann und ich lieben Feigen. Unsere Kinder, obwohl sie sonst Früchte sehr mögen, haben Feigen nicht gerne. So ist unser Feigendessert etwas, das mein Mann und ich „alleine“ teilen. Es ehrt somit die Zeit bevor wir Kinder hatten.

Ein Brief zum Jahrestag mit einem Alphabet voller Liebe.

Dieser Artikel wurde am 07.09.2015 veröffentlicht.