



Ackerbau Luzern und dein Menü

21. Oktober 2025, 15.00 Uhr
Burgrain 8, 6248 Alberswil

Zum Mitnehmen nach der Veranstaltung

Kochen ist ein Handwerk, das Nachhaltigkeit, Genuss und Gesundheit verbindet. Als Gastronomin oder Gastronom entscheidest du täglich, welche Qualität auf den Teller kommt. Mit Bio-Lebensmitteln ergänzst du dein Können um eine wertvolle Dimension: Sie stehen für natürliche Zutaten, die dein handwerkliches Schaffen in puncto Gesundheit und Nachhaltigkeit ideal unterstützen

Beschaffung: Hier sind Bio-Lebensmitteln erhältlich

Suche das Gespräch mit bestehenden Lieferanten, viele können Bioprodukte auf Anfrage liefern, wie zum Beispiel:

Bestehende Lieferanten

- Mundo, Rothenburg
- Pistor, Rothenburg
- Forstergroupe Pfaffnau
- Transgourmet

KADI AG

(<https://www.kadi.ch/>)

- Knospe-Pommes Frites

Biofarm

- Hülsenfrüchte
- Getreide
- Öle und Essig
- Trockenfrüchte

Müli, Geuensee

(www.mueli-geuensee.ch)

- Körner
- Kernotto
- Mehle

Josef Müller Gemüse AG, Hünenberg

(<https://muellergemuese.com>)

- Gemüse

Uelihof AG, Ebikon

(<https://www.uelihof.ch>)

- Biofleisch

Kontakt

Astrid Burri

astrid.burri@biozentralschwiiz.ch

bio.lu.ch

Der Aktionsplan Biolandbau des Kantons Luzern hat diesen Event unterstützt. Er wird getragen durch:



Menü-Kreation mit Bio-Zutaten vom Luzerner Acker*

Von *Marcel Müller*, Küchenchef Heim Weiermatte Menznau

Hafer*-Gemüsebällchen mit Emmer*-Schwarze Bohnen*-Salat

ca. 10 Personen

Gemüsebällchen

- 1/2 Zwiebel
- Knoblauch
- Olivenöl Andünsten
- 40g Haferflocken
- 1 Tomate
- 60g Lauch
- 60g Stangensellerie geschnitten dazu
- evtl. Gemüsebouillon je nach Masse
- 200g Kartoffelpüree (lauwarm dazu) je nach
Konsistenz der Masse
Erkalten lassen und in gewünschte Form bringen

Panieren

- Ei
- Mehl
- Paniermasse (2/3 Haferflocken, 1/3 Altbrot zerkleinert)

Salat

- 100g Emmer (20 Minuten kochen)
- 40g Schwarze Bohnen (über Nacht eingelegt, 15 Min. leicht köcheln)
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- Frische Kräuter

Garnitur

- Cherrytomaten
- Stangenselleriekraut
- Crème fraîche



Goldhirse*-Fenchelsalat

mit Speckwürfeli oder fleischlos

Ca. 1 Portion

- 80g Goldhirse, Wasser aufkochen,
10 Min. zugedeckt ziehen lassen
- 120g Fenchel
Zwiebel geschnitten
Knoblauch gepresst
Frische Kräuter
- 30g Kabis weiss, fein geschnitten
Olivenöl
Weissweinessig
Salz, Pfeffer
- 30g Speckwürfel angebraten

Garnitur

- Fenchelkraut
- Frittierter Kabis rot



Schwarzen Bohnen*

mit Hackbraten

ca. 10 Pers

- 2 Stk. Zwiebel
- Knoblauch kurz andünsten
- 1 kg Hackfleisch vom Schweinehals
- 3 mm
- 200g Erbsen grün
- 300g Schwarze Bohnen
- 200g Quark
- 2 Eier
- Curry, Paprika, Senf
- Frische Kräuter
- Salz, Pfeffer

Alles mischen

In Form bringen und im Ofen

180 Grad Kerntemperatur 73 Grad
je nach Grösse der Form



Serviovorschlag: Kartoffelpüree mit Rotweinsauce