



Mit voller Kraft voraus!

Zum Knabbern, Backen, Kochen, ins Dessert oder Müesli: Trockenfrüchte und Nüsse aus Schweizer Biogärten sind Energiebomben: nahrhaft und wunderbar vielfältig im Geschmack.

biofarm

ehrlich. sinnvoll. seit 1972

Vom Baum und Strauch ins Päckli

Das Sagen hat immer die Natur. Sie nimmt Einfluss auf Ertrag und Qualität. Von der Ernte ausgereifter Früchte, der Wahl geeigneter Sorten bis hin zur Verarbeitung – Trockenfrüchte sind ein Naturprodukt.



Unsere Bäuerinnen und Bauern pflegen ihre Kulturen nach den strengen Knospe-Richtlinien von Bio Suisse. Sie verzichten auf chemisch-synthetische Pestizide und Kunstdünger, bearbeiten den Boden schonend, setzen sich ein für eine langfristige Fruchtbarkeit der Erde. Dadurch tragen sie bei zur Erhaltung der Artenvielfalt wie auch der Kulturlandschaft in der Schweiz.

Ob entsteint, geschnitten, geknackt: Verarbeitung und Trocknung setzen Sorgfalt und solides Handwerk voraus. Und trotz maschineller Unterstützung einiges an Handarbeit. Einmal getrocknet, werden die Früchte und Nüsse direkt von Biofarm abgepackt – nach Lebensmittelvorschrift und Qualitätskontrolle. Auch das in Handarbeit.



Trocknen, konservieren, geniessen

Einmal mehr, einmal weniger - kein Jahr gleicht dem anderen: Die altbewährte Methode des Dörrrens macht die Ernte auf wertvolle Weise haltbar. In guten Jahren ganz besonders. Und sie gibt auch Exemplaren eine Chance, die als Tafel Früchte keine Verwendung finden.

In der Sonne gereift, haben die Früchte viel Energie getankt. Ein schonendes Trocknungsverfahren reduziert ihren Wassergehalt auf etwa ein Zehntel. Aroma, Süsse, Nährstoffe konzentrieren sich und bleiben erhalten. Nur das wärmeempfindliche Vitamin-C reduziert sich. Reich an Kohlenhydraten, Mineralstoffen, Enzymen und Vitaminen, bergen diese Energiespender ganz viel Gutes.



Vielfalt: fruchtig, farbig, fein

Auf dem Feld wie auf dem Teller: Vielfalt bringt Gutes – für die Natur und für uns. Aus Birnen, Äpfeln, Zwetschgen, Kirschen, Erdbeeren und Konsorten entstehen Schnitze, Ringli, Hälften, Scheiben, und die Kleinsten bleiben ganz.

Geschmacks-, Formen- und Farbenvielfalt ist Trumpf. Unsere Bio-Trockenfrüchte sind etwas dunkler. Gerade dies ist ein Erkennungsmerkmal. Denn sie enthalten keine Konservierungsstoffe, sind also frei von haltbarmachendem Schwefeldioxid mit bleichender Wirkung.

Als Ergänzung zu Frischobst sind Trockenfrüchte das ganze Jahr verfügbar. Und ihre Einsatzmöglichkeiten sind unglaublich vielseitig. Leicht halt- und transportierbar, von hohem Nährwert, passen diese Delikatessen einfach überall dazu – als Zwischenverpflegung, auf Reisen, beim Sport. Als Beigabe zum Backen und Kochen, in Desserts oder Müesli sind ihrem kreativen Einsatz keine Grenzen gesetzt.

Mit der Leiter geerntet

Von Hochstammbäumen stammen die meisten unserer Kirschen und Zwetschgen. Im Bio-Landbau sind diese Kulturen anspruchsvoll, sind sie doch Witterung, Schädlingen und Pilzkrankheiten besonders ausgesetzt.

Die besten Früchte hängen hoch. Mithilfe von Leitern ernten fleisige Hände das reife Obst, um es frisch ab Baum bei unseren Verarbeitungsbetrieben zum Entsteinen abzugeben. Gemeinsam tragen wir dazu bei, die ökologisch wertvollen Hochstammbäume zu pflegen und zu erhalten. Das tun auch Sie durch Ihren Kauf.





Genuss nach langen Reifejahren

Er gehört zu den ältesten Bäumen seit Menschengedenken. Für ihn setzen wir uns gerne ein. Bio-Landwirtinnen und -Landwirte pflanzen heute wieder vermehrt Baumnussbäume verschiedenster Sorten. Dadurch erhalten und fördern sie hochwertige Kulturen und bringen mehr Vielfalt in unsere Landschaft. Wir arbeiten partnerschaftlich mit ihnen zusammen, um die wertvollen Möglichkeiten dieses edlen Baumes und seiner Früchte weiter auszuschöpfen.



Der Hammer, diese Energiebomben!

Unsere Trockenfrüchte und Nüsse sind ideale Muntermacher. Mit ihren fabelhaften Geschmacksnoten erzählen sie von Licht und warmen Sonnenstunden und nicht zuletzt von den unterschiedlichen Anbauregionen unseres Landes.

Alle Äpfel für die getrockneten **Apfelringe** sind handverlesen. Sie wachsen und reifen vor allem in der Ostschweiz, aber auch im Bernbiet und im Wallis. Wir verwenden die Sorten Belrose und Topaz einerseits, Jonagold, Idared und Golden für unsere «Ringli» mit und ohne Schale andererseits. Auch getrocknet enthalten sie weiterhin die Inhaltsstoffe frischer Bio-Äpfel, wie Fruchtzucker sowie wertvolle Mineral- und Ballaststoffe, in konzentrierter Form. Mit ihrem hohen Gehalt an Kohlenhydraten füllen sie verbrauchte Energien wieder auf.

Die meisten Birnenbäume unserer Produzentinnen und Produzenten stehen im Thurgau und im Seetal. Für die **Birnenschnitze** bauen sie verschiedene, darunter auch alte Hochstamm-Birnensorten an. Besonders im Baselbiet und Fricktal sind noch Hochstämme anzutreffen, und diese sind schweizweit bekannt für ihre einzigartigen **Kirschen**. Solche Früchtchen traditionell dunkler, süsser Sorten werden in voller Reife von Hand oder maschinell geerntet, sorgfältig entsteint und getrocknet.

Eine besonders grosse geschmackliche Vielfalt bieten die **Zwetschgen**. Die energiereichen Wunder enthalten viel Fruchtzucker, Ballaststoffe, Vitamin A, E sowie B-Vitamine, Eisen, Magnesium und Kupfer. Aber auch die **Aprikosen** stehen ihnen in nichts nach. Mit ihrem unverkennbar intensiven, feinen und leicht säuerlichen Geschmack stammen sie – wie könnte es anders sein – aus dem Schweizer Aprikosenwunderland Wallis.

Als natürliche Vitaminquelle mit besonders hohem Vitamin-C-Gehalt zeichnen sich unsere **Cassis-Beeren** aus. Auch schwarze Johannisbeeren genannt, ruft ihr süss-säuerliches Aroma Erinnerungen an lange helle Sonnentage wach. Voller Süsse präsentieren sich die **Erdbeeren**: Sie werden bestens ausgereift gepflückt und schonend getrocknet, damit ihre Vitamine und Mineralstoffe erhalten bleiben. Und Noblesse verpflichtet: Die Königin aller Beeren wächst auf bestem Bio-Boden und wird mit Quellwasser versorgt.

Etwa fünf bis zehn Jahre müssen wir uns gedulden, bis ein junger Nussbaum Früchte trägt und gerade nochmal so lange bis zum Vollertrag. Doch es lohnt sich. Bis zu 160 Jahre alt kann ein solcher Baum werden. Und schon 50g Baumnüsse decken mit ihrem hohen Anteil an Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren unseren Tagesbedarf dieser wichtigen Fettsäure ab. **Baumnüsse** sind sowohl geknackt wie auch als ganze Nüsse in unserem Sortiment erhältlich. Köstlich-nackig mit ihrem unverwechselbaren Aroma sind auch unsere luftgetrockneten **Haselnüsse**. Klein, aber fein überraschen diese Kraftbolzen als wertvolle Eiweiss-, Beta-Carotin- und Vitamin-E- Lieferanten.



Lust auf eine kleine Tour de Suisse mit Trockenfrüchten und Nüssen? Unser **Schweizer Mix** bietet eine einzigartige Mischung aus hochwertigen Zutaten – alle in Bio-Knospe-Qualität. Zweierlei Äpfel, Zwetschgen, Kirschen und Baumnusskerne runden diese ab. Die roten Apfelstücke bringen nicht nur intensive Farbe ins Spiel, sie sorgen mit ihrem angenehm säuerlichen Geschmack auch für den angenehmen Kick an Überraschung.



Biofarm Genossenschaft
Beim Bahnhof
CH-4936 Kleindietwil
T + 41 62 957 80 50
F + 41 62 957 80 59
info@biofarm.ch
www.biofarm.ch