



Ebenrain Newsletter

Das Ebenrain-Zentrum für Landwirtschaft, Natur und Ernährung informiert:

Nr. 8 / 2021 vom 10. Dezember 2021

Grüezi

Das Ebenrain-Team freut sich, Ihnen die achte Ausgabe 2021 des Ebenrain Newsletter präsentieren zu können. Der Dezember-Newsletter ist ein Spezial-Newsletter Ernährung und steht ganz im Zeichen der Adventszeit. Gutzi, Dekoration, feine Rezepte – mit diesen und weiteren Themen wünschen wir Ihnen eine frohe Adventszeit und schöne Festtage!

Inhalt

- [Alle Jahre wieder](#)
- [Weihnachtsgutzi – weniger ist mehr](#)
- [Den Tisch einfach schön geschmückt](#)
- [Aromatische Nährstoffe von der Fensterbank - Micro Leaves](#)
- [Rest\(en\)los geniessen](#)
- [Kochevent – ErnährungPlus-Team in Aktion](#)
- [Quiz: Advent, Advent ein Lichtlein brennt](#)
- [Erste Mauersegler-Brut am Ebenrain](#)

Kurse am Ebenrain

Die [aktuellen Kurse](#) finden Sie am Ende dieses Newsletters.

Unser vollständiges Weiterbildungsangebot finden Sie unter www.ebenrain.ch/kurse.

Leitartikel

Alle Jahre wieder



Tapas, Brotbacken und Gutzibacken... das Leben in der Ebenrain-Küche ist nach den Corona-Lockdowns dieses Jahr wiedererwacht. Mit Freude konnten wir Teilnehmerinnen und Teilnehmer in unseren

Kochkursen begrüßen und nachhaltig brutzeln, kneten, backen und geniessen.

Im Hintergrund war das Ernährungsplus-Team ebenfalls aktiv und hat Fachwissen aufgearbeitet und die vielfältige Rezeptdatenbank mit feinen Alltagsrezepten erweitert.

Mit diesem Newsletter präsentieren wir Ihnen einen kleinen Auszug aus den Tätigkeiten.

Das Ebenrain-Team wünscht Ihnen eine genussvolle Adventszeit, fröhliche Festtage und ein gesundes 2022.

Kerstin Zuk, Leiterin Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Weihnachtsgutzi – weniger ist mehr



MM. Unser Credo beim Weihnachtsgutzi backen lautet: Backen Sie wenige Sorten, die Sie wirklich mögen und geniessen Sie diese ganz bewusst und massvoll. Achten Sie beim Einkaufen der Zutaten auf die Produktionsweise und die Herkunft, damit Sie mit Freude hinter der Qualität Ihrer Gebäcke stehen können. Dann haben Sie einen echten Mehrwert und es lohnt sich in jeder Hinsicht, selber Hand anzulegen. [Hier](#) finden Sie ein paar unserer Lieblingsorten.

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Den Tisch einfach schön geschmückt



KZ/MP. Das Auge isst mit. Und bei einem schön gedeckten Tisch schmeckt es gleich um ein Vielfaches besser. Dazu braucht es gar nicht viel. Auch im Winter finden sich vor der Tür schöne Naturmaterialien. Mit Konfigläsern, Tannenzapfen, einem farbigen Läufer zaubert man weihnachtliche Freude auf den Tisch. Ein feiner Eintopf oder ein Punsch dazu bringen weihnachtliche Wärme.

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Aromatische Nährstoffe von der Fensterbank – Micro Leaves



MM. Micro Leaves sind die ganz jungen ersten Blätter von Kräutern, Salaten und Gemüsen. Sie sind voller Geschmack und Nährstoffe und bringen Farbe auf den Teller. Sie können das ganze Jahr selber gezogen werden. Geeignet sind Samen aller essbaren Pflanzen. Auch übrig gebliebene Sämereien der letzten Gartensaison können so auf wunderbare Weise aufgebraucht werden. Die Anzucht ist sehr einfach, eine Anleitung finden Sie [hier](#).

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

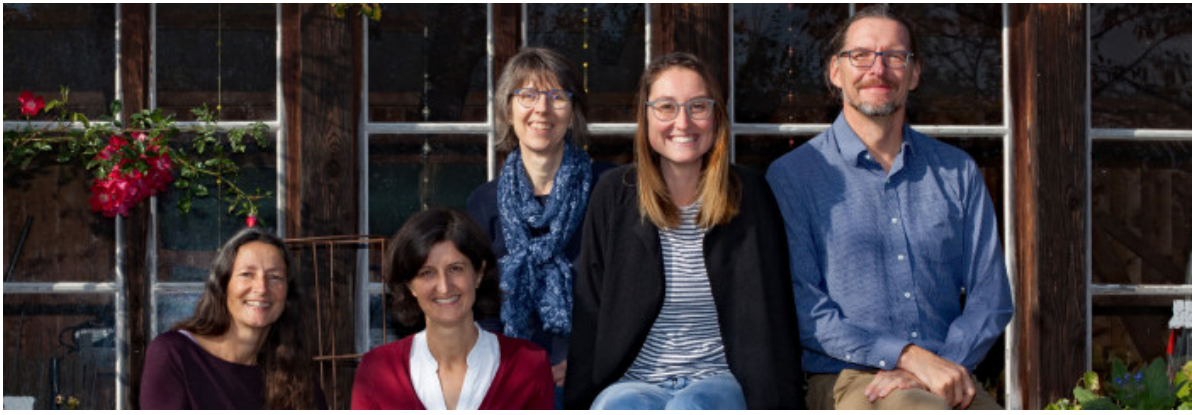
Rest(en)los geniessen



WI. Lebensmittel sind eine wertvolle Ressource, dennoch landen rund 1/3 der eingekauften Lebensmittel im Abfall. Mit einer kreativen Restenverwertung lässt sich dieser Foodwaste genussvoll reduzieren. Sie haben noch altbackenes Brot übrig? Wie wäre es mit einem Brotauflauf oder Brotknödeln? Fleischreste passen wunderbar in einen Reissalat oder eine Reispfanne. Weitere Inspirationen finden Sie auf ebenfein.bl.ch

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Kochevent – ErnährungPlus-Team in Aktion



AB. Gebacken, gekocht und gegessen. Eben-Fein gegessen! Für unsere Rezeptdatenbank haben wir neue, leckere Rezepte kreiert. [Ebenfein.bl.ch](https://ebenfein.bl.ch) wird so stetig vergrössert. Die Rezepte sind alle gesund und nachhaltig und auf ihre Alltagstauglichkeit getestet. Geniessen Sie schon mal visuell eine Minute unsere neusten Kreationen [hier](#). Gutes Gelingen beim Nachkochen.

Ernährung, Hauswirtschaft und Gastronomie

Quiz: Advent, Advent ein Lichtlein brennt



AB. Passend zum Advent ein kleines vorweihnachtliches Quiz auf unserer [Facebookseite](#). Viel Spass beim Mitraten.

Natur und Landschaft

Erste Mauersegler-Brut am Ebenrain



Bildquelle: Léo-Paul Robert, Public domain, via Wikimedia Commons

PF. Im Frühjahr 2020 installierte die Abteilung Natur und Landschaft rund ein Dutzend Nisthilfen für Mauersegler an den Verwaltungsgebäuden am Ebenrain. Bereits in der zweiten Brutsaison konnte jetzt eine Brut nachgewiesen werden. Lorenz Hostettler, welcher die Nisthilfen betreut, konnte bei einer Kontrolle im Sommer zwei junge Mauersegler beringen. Mauersegler sind typische Siedlungsvögel, welche in kleinsten Mauerspalt und unter Dachziegeln brüten. Wegfallende Nischen können sehr gut durch Nisthilfen ersetzt werden. Eine Förderung der Insektenvielfalt und generell der Biodiversität im Siedlungsraum ist aber unerlässlich um Mauersegler und andere Siedlungsbewohner erhalten zu können.

Veranstaltungen

18. Januar und 22. Februar 2022
Schlachtviehmarkt
Hölstein

03. Mai 2022
Schlacht-Schafmarkt
Hölstein

Publikationen

[Monatsmenü November 2021](#)
[Monatsmenü Dezember 2021](#)

Links

[ErnährungPlus auf Facebook](#)
[Ebenraingarten auf Facebook](#)

WEITERBILDUNGSKURSE

Aktuelle Kurse aus dem Weiterbildungsprogramm

Nachstehend finden Sie Weiterbildungskurse, welche in den nächsten Wochen stattfinden.

Die Ebenrain-Kurse werden vor Ort durchgeführt, unter Einhaltung der Corona-Bestimmungen. Sollten diese angepasst werden, sind kurzfristige Änderungen möglich. Wir informieren Sie dazu laufend auf unserer Webseite.

Wir laden Sie ein, das Angebot zu prüfen und hoffen, Sie finden passende Kurse. Melden Sie sich noch heute an!

Fachmodul Moderner Steinobstbau 2022/2023

gemeinsamer Kurs der kant. Obstfachstellen AG und BL

ab 22.2.2022, 18 Tage; 09.00 - 16.00 Uhr;

Die Teilnehmenden lernen Kirschen- oder Zwetschgenanlagen zu erstellen und fachgerecht zu pflegen. Der Kurs bietet eine stabile Grundlage über das Fachwissen moderner Obstproduktion im Steinobst.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

Nordwestschweizer Milchtag 2022

25.1.2022, 09.00-15.30 Uhr;

Gerne laden wir Sie zum Nordwestschweizer Milchtag 2022 ein, der von den Bildungszentren Liebegg, Wallierhof und Ebenrain sowie der MPM und MIBA organisiert wird.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

Klauen richtig gepflegt

ab 27.1.2022, 2 Tage; 09.00 - 17.00 Uhr;

2 Tage Klauenpflegekurs nach System «Karl Bürgi»

Weitere Informationen und Anmeldung

Hofmanagement vereinfachen mit Barto

13.1.2022, 13.30 - 16.00 Uhr;

Lernen Sie, wie Sie mit dem Online-Programm barto powered by 365FarmNet dokumentieren und was es für weiterführende Module gibt um den Betrieb zu verwalten.

Weitere Informationen und Anmeldung

Die eigene Buchhaltung lesen und verstehen

20.1.2022, 13.30 - 16.00 Uhr;

Möchten Sie gerne Ihre Buchhaltung (besser) verstehen und einen Nutzen daraus ziehen? Investieren Sie einen Nachmittag, um sich die wichtigsten Grundlagen und ein paar "Werkzeuge" anzueignen, damit die Buchhaltung kein Buch mit sieben Siegeln bleibt.

Weitere Informationen und Anmeldung

Zukunft aktiv gestalten

3.2.2022, 9.00 - 16.00 Uhr;

Wer das Heft in der Betriebsentwicklung selber in die Hand nimmt bewegt viel. Dafür gibt es viele Beispiele. Im Kurs bekommen Sie die Werkzeuge dazu: Sie analysieren die Ausgangslage, setzen konkrete Ziele und planen die Umsetzung auf ihrem Betrieb.

Weitere Informationen und Anmeldung

Computerkurs: Einführung ins Excel (MS Office 2016)

ab 4.1.2022, 10 Lektionen; 09.00 - 11.00 Uhr;

Sie erstellen Tabellen, Grafiken und Diagramme. Einfache Formeln und Berechnungen erleichtern die Arbeit immens. Die Verwaltung der Dokumente ist ebenfalls ein wichtiger Teil des Kurses

Weitere Informationen und Anmeldung

Ohne grosse Vorkenntnisse genial kochen

3.2.2022, 18.00 - 22.00 Uhr;

Schlichte Rezepte mit wenigen Zutaten, leckere Gerichte ohne viel Aufwand und auch trendy Speisen, mit denen Sie alle überraschen. In ihrer Einfachheit sind die Essen, die wir hier gemeinsam zubereiten und geniessen, schon wieder genial.

Weitere Informationen und Anmeldung

Bariatrickurs: Winterlich wärmend

19.1.2022, 17.30 - 21.30 Uhr;

Weitere Informationen und Anmeldung

Weben im Wochenrhythmus - Kurs B

ab 21.1.2022, 8 x 1/2 Tag; 13.30 - 17.30 Uhr;

Weben, mit Kette und Schuss zum eigenen Gewebe.

Weitere Informationen und Anmeldung

Gemüse aus dem Hausgarten für EinsteigerInnen

ab 18.1.2022, 5 x 1/2 Tag; 08.45 - 11.45 Uhr;

Der Gemüsegartenkurs bietet Einblick in ein Gartenjahr, von der Planung bis zur Ernte.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

Gemüsebaumodul 1: Anbauplanung

18.1.2022, 08.45 - 11.45 Uhr;

Welche Gartenform passt zu mir?

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

Unser vollständiges Weiterbildungsangebot finden Sie unter www.ebenrain.ch/kurse.

Weitere Informationen über die landwirtschaftliche Bildung, die Beratung und die übrigen Dienstleistungen des Ebenrain-Zentrums für Landwirtschaft, Natur und Ernährung finden Sie auf unserer Homepage www.ebenrain.ch.

Herausgeber

Ebenrain-Zentrum für
Landwirtschaft,
Natur und Ernährung
Ebenrainweg 27
4450 Sissach
Tel. 061 552 21 21
ebenrain@bl.ch
www.ebenrain.ch

[Newsletter abmelden](#)

[Newsletter weiterleiten](#)

[Newsletter BL anmelden](#)

Der Ebenrain Newsletter
erscheint ca. 8 mal jährlich.

Sie sind mit folgender Mail-
Adresse als
NewsletterabonnentIn registriert:
Max.Mustermann@beispiel.de

10. Dezember 2021

BASEL 
LANDSCHAFT 