

Stilleben auf dem Pflanzplatz:  
Am Fuss der Aargauer Jurahänge  
liegt das Dorf Küttigen. Im Lauf  
der Jahrhunderte ist dort das  
robuste Chüttiger Rüebli ent-  
standen – ein kulturelles Erbe,  
das es zu bewahren gilt.

*Kulturgut*  
**Auf Spurensuche  
im Rüebli-land**

Rüebli sind orange! Das stimmt – aber es gibt auch violette,  
rote, gelbe oder weisse: das **Chüttiger Rüebli** etwa. Es kommt  
aus dem Dorf Küttigen im Rüebli-kanton Aargau. Ein Besuch.

Text Corinne Schlatter Fotos Flurina Rothenberger



Mithilfe eines sogenannten Rübli-stüpfers werden hier die Chüttiger Rübli am Krautschopf aus der Erde gezogen.

**K**ein Wunder, spürten die Dichter von jeher lieber dem Herbst nach als dem Sommer. Wenn der Nebel durch das Tal zieht, dabei die Welt still und schön macht und in weichem Licht fließen lässt, wenn sich die Wälder bunt verfärben und goldgelb die Reben leuchten, dann werden selbst Nüchterne poetisch, ja gar ein wenig sentimental. Im emsigen Treiben, das an diesem Morgen hier draussen herrscht, verblasst der Anflug von Wehmut jedoch schnell. Dies ist kein Ort der Traurigkeit, Herbst bedeutet ja nicht nur Abschied, sondern Reife, Fülle, Ernte. Und so gesehen auch Freude – und ganz viel Arbeit. Ein kühler Tag Ende Oktober. Auf einem Feld am oberen Dorfrand von Küttigen, einer Gemeinde am Fuss des aargauischen Juras, ziehen fleissige Hände dickliche weisse Wurzeln aus der Erde und reihen sie am Boden liegend auf. Mit Grabgabeln haben einige der Männer davor den



*Kanische Wurzel  
mit mildem,  
erdigem Aroma*

um die besonderen Rüben, die da aus der tonig-lehmigen, steinigen Juraerde lugen, nicht zu verletzen. In der frischen Luft liegt ein herber Duft, es riecht nach Rübli, Kraut und Erde, etwas moderig auch, aber herrlich würzig. Es ist Erntetag auf dem Goldacker, dem Pflanzplatz der Küttiger Landfrauen. Rund ein Dutzend Helferinnen und Helfer sind im Einsatz, holen Karotte um Karotte aus dem Boden. Sie arbeiten ehrenamtlich, engagieren sich aus Freude und Überzeugung. «Ein Stück Heimat»,

sagt eine Frau. «Gelebte Gemeinschaft», fügt ein Mann an. Am Nachmittag werden noch mehr Freiwillige und eine Gruppe Schulkinder auf dem Feld erwartet. Das muss vorbereitet werden, denn alle wollen beschäftigt sein: Rübli auflesen, putzen, vom Kraut befreien.

**EIN KULTURELLER SCHATZ**  
Küttigerinnen und Küttiger besitzen einen Schatz, ein Kulturgut, das zum kulinarischen Erbe unseres Landes gehört. Und das sie bewahren und von Generation zu Generation wei-



Mit der «Chüttiger Chaise» (sprich Scheese) transportierten die Bäuerinnen einst ihre Ernte an den Aarauer Markt. Hier wird dieser Korbwagen von Eveline Ottiger, Maja Burgherr-Hunziker und Giuanna Häuptli (von links) als «Igel» kunstvoll gefüllt.

Arbeit im Rübliplatz auf dem Goldacker. Die freiwilligen Helferinnen und Helfer zeigen den Schulkindern, wie die Rübli geputzt und vom Kraut befreit werden müssen.

# Schon die Pfahlbauer kochten Eintöpfe mit Kohl und Rüebli

tergeben: das Chüttiger Rüebli. Dies ist eine uralte, robuste Rüebliart, die lange Zeit kaum mehr angebaut wurde und fast nirgendwo mehr erhältlich war. In Küttigen hat sie aber überdauert, wird dort bis heute kultiviert, gehegt, gepflegt, vermehrt, geerntet, vermarktet, verkauft, verkocht, zelebriert. Oder anders ausgedrückt: Ein Wurzelgemüse stiftet hier Identität, verbindet Jung und Alt.

Chüttiger Rüebli gelten als eine Art Urform heutiger Karotten. Sie sind nicht orange wie herkömmliche Rüebli, sondern elfenbeinfarbig, ja leicht gelblich. Auch von der Form her unterscheiden sie sich von der gängigen, stark carotinhaltenen Möhrensorte. Sie sind konisch und unten spitz, mitunter verzweigt und etwas knorrig. So, wie es auch die Küttiger selbst sind, sagt man. Geschmacklich sind Chüttiger Rüebli mild, aber trotzdem aromatisch, schmecken etwas erdig und haben nur ganz wenig Süsse.

## VON ASIEN NACH EUROPA

Rüebli zählen wohl zu den ersten Nahrungsmitteln, die dem Menschen zur Verfügung standen. Woher sie stammen und wie genau sie sich entwickelt haben, ist nicht klar. Erste Wildformen wuchsen wahrscheinlich in Asien, einige Quellen geben Iran und Afghanistan als Ursprungsgebiete an. Nach Europa kamen die essbaren Wurzeln schon vor langer Zeit. Erste hiesige Hin-



**Küttiger Schülerinnen und Schüler befassen sich ab der vierten Klasse jeweils ein Jahr lang mit dem Chüttiger Rüebli, begleiten es von der Aussaat bis zur Ernte. Die Arbeit auf dem Feld macht Spass – eine willkommene Abwechslung.**

**Auch Anina, die kleine Tochter von Vorstandsmitglied Giuanna Häuptli, macht mit, wenn die Schulkinder auf dem Feld arbeiten. Hier schneiden sie das Kraut der frisch geernteten Rüebli ab.**

brachten dieses mit ihren Korbwagen – sogenannten «Chaisen» (sprich Scheesen) – nach Aarau an den Wochenmarkt. An der Industrie- und Gewerbeausstellung 1880 wurde das Gemüse von der Jury in einem Bericht sogar speziell erwähnt. Auf Karotten wurde darin aber nicht explizit hingewiesen. «Unsere weissen Rüebli wurden während Jahrzehnten ohnehin vor allem als Futterrüben für Pferde verwendet und bis nach Zürich verkauft», erzählt Denise Werren-Bircher. Nur sehr arme Leute hätten die Gerstenrüebli, wie sie auch bezeichnet wurden, weil man sie oft in den Lücken der Wintergerste kultivierte, selber gegessen – etwas verschämt notabene, wie die Präsidentin der Küttiger Landfrauen einräumt. «Und als der Pferdebestand mehr und mehr zurückging, wurden auch die Futterrüebli immer seltener angepflanzt», fügt sie an.

## VERSTÄNDNIS FÜR KULTURWERT

Den Küttiger Landfrauen ist es zu verdanken, dass die fast vergessene Rüebliart trotzdem überlebt hat und wieder in unser Bewusstsein gerückt ist. Heute ist sie weit über die Dorfgrenzen hinaus bekannt, wird schweizweit angebaut, auf Spezialitätenmärkten verkauft und ist von Pro Specie Rara gefördert. Den Anfang nahm diese Entwicklung Ende der Siebzigerjahre. Den Landfrauen im Dorf war damals bewusst geworden, dass sie ein besonderes Rüebli besaßen. Sie begannen, die schönsten Exemplare zu selektieren, daraus Saatgut zu gewinnen, den Wiederanbau zu fördern und das Rüebli bekannt zu machen. Zum Siebzigerjahrsjubiläum des Vereins Küttiger Landfrauen organisierten sie 1979 einen Markt und stellten das Rüebli ins Schaufenster. «Anfänglich bauten wir die Rüebli in unseren Hausgärten an, erst nach rund fünfzehn Jahren kam ein grosses Feld dazu, das ich von meinem Vater erhalten hatte», erinnert sich Beatrice Wernli. Die Ur-Küttigerin hat den Rüeblianbau damals initiiert und ihn zusammen mit ihrer Schwester Verena während



Schön geformte, nicht zu grosse Rüebli entsprechen dem Ideal von Samenrüebli. Im Herbst werden sie ohne Kraut in ein Erdloch geschichtet und mit Nussbaumlaub zugedeckt. Im März werden sie wieder ausgepflanzt.

vierzig Jahren federführend begleitet. Lange stand Beatrice Wernli den Landfrauen auch als Präsidentin vor. Unter ihrer Ägide wurde zudem begonnen, die Küttiger Schülerinnen und Schüler einzubinden – ein Bildungsprojekt, bei dem heute die Viert- bis Fünftklässler die Rüebli von der Aussaat bis zur Ernte, der Vermehrung und dem Verkauf ein Jahr lang begleiten. Im Schulunterricht lernen sie zu verstehen, wie sich aus einem Samen ein Rüebli entwickelt, erfahren Wissenswertes über Geschichte, Fruchtwechsel, Ernährung, Konsum. Bei den Arbeiten auf dem Feld helfen sie praxisnah mit. «Im Dorf ein so wertvolles Kulturgut zu haben, ist einmalig», sagt dazu Anna Hoyer. Sie ist Bildungsverantwortliche im Jurapark Aargau, der das Schulprojekt zusammen mit der Gemeinde finanziert. «Dadurch lernen die Kinder und Jugendlichen Wertschätzung und



Rüebli sind zweijährige Pflanzen. Nur über den Winter eingelagerte und im folgenden Frühling neu ausgepflanzte Samenrüebli können blühen und Samen entwickeln. Wenn die weissen Dolden braun werden, ist der Samen reif.

identifizieren sich», ist sie überzeugt. Das sei wichtig, um ein ererbtes Gut in die Zukunft zu führen, zu erhalten und zeitgemäss weiterzuentwickeln.

#### AKTIVITÄTEN IM WANDEL

Weiterentwicklung basiert immer auch auf Veränderung. So hat sich in Küttigen im Zug der Stabübergabe von Beatrice Wernli an die neue Landfrauen-Präsidentin Denise Weren-Bircher vor anderthalb Jahren auch der Rest des Landfrauenvorstands und des Vereins verjüngt – eine neue, wichtige Dynamik ist entstanden. «Wir sind alle berufstätig und haben kaum Zeit für Ausflüge oder gemeinsames Stricken, wie dies bei den Landfrauen früher auch üblich war», führt die Präsidentin aus. «Wir fokussieren auf ein paar Kernaufgaben wie etwa auf das Betreiben eines kleinen Backhauses während der Wintermonate oder eines Kürbisverkaufsstandes.

Maja Burgherr-Hunziker ist bei den Landfrauen für alles, was mit Rüebli zu tun hat, zuständig. Hier bereitet sie mit ihrer Tochter Bettina das Erdloch für die Samenrüebli vor.



*Die Glanzstücke der Ernte werden im Rüebliloch überwintert*

# In Küttigen wird immer irgendetwas gearbeitet

Zudem organisieren wir kleine Events wie einen Erntedankgottesdienst oder Apéros für Neuzuzüger», fügt sie an. «Auffallend ist, dass bei den Küttiger Landfrauen bis heute aber stets gearbeitet wird», ergänzt Vorstandsmitglied Eveline Ottiger und lacht. Das scheine historisch verankert zu sein. Schon früher sei den Städterinnen in Aarau nämlich geraten worden, nie einen Küttiger zu heiraten, zumal man im Bauerndorf ennet der Aare schuften müsse.

## EIGENES SAATGUT

Vor diesem Hintergrund erstaunt es nicht, dass Küttigerinnen den Ruf haben, engagiert und arbeitsam zu sein. Nur so ist ein Projekt wie die Chüttiger Rüebltage überhaupt noch möglich. «Es ist nach wie vor das Herzstück all unserer Aktivitäten», betont Denise Werren-Bircher. Das solle auch so bleiben, auch wenn es auf dem Rüeblplatz zwischen Mai und Oktober viel zu tun gebe und die Landfrauen, die ja selber meist keine Bäuerinnen mehr seien, immer wieder anpacken müssten: beim Säen, Hacken, Jäten, Ausdünnen, Ernten, Rüeblputzen und Sortieren von tausend Kilo pro Jahr.



Einheimische können «ihre» Rüeblt an einem speziellen Markttag im Dorf kaufen. Erst nachher wird der Rest vermarktet.

Hauptverantwortlich für alle Arbeiten, die mit den Rüeblt zusammenhängen, ist Maja Burgherr-Hunziker. In Küttigen aufgewachsen, ist die Fünfundvierzigjährige vorbelastet, schon ihre Mutter war bei den Landfrauen engagiert. Seit gut zehn Jahren befasst sich die Anästhesiepflegefachfrau intensiv mit Anbau

und Vermehrung der Rüeblt und hat sich viel Fachwissen erarbeitet. So betreut sie auch die Schülerinnen und Schüler bei deren Einsätzen auf dem Feld und in ihrem Garten. «Hier gewinnen wir das Saatgut», erzählt sie. Dazu würden die perfekten Rüeblt eines Jahrgangs ausgewählt, das Kraut abgeschnitten und



Landfrauen-Präsidentin Denise Werren-Bircher (links) und Vorstandsmitglied Eveline Ottiger mit den Fünftklässlern beim Rüebltverkauf im Dorf.

die Gemüswurzeln in einem Erdloch auf Baumstamm überwintert. Letzteres halte die Mäuse ab. «Im folgenden März pflanzen wir die Rüeblt wieder in den Garten, wo sie austreiben und weisse Blüten dolden bilden. Wenn diese braun werden – meist ab Juli –, schneiden wir sie ab, hängen sie zum Trocknen auf, klopfen

später die Samen heraus, putzen sie. Im nächsten Jahr werden diese wieder ausgesät – der Kreis schliesst sich», erläutert die Expertin. Samen der Chüttiger Rüeblt sind übrigens auch in der Samenbibliothek von Pro Specie Rara in Basel sowie im Saatgutresort des Weltreuehandfonds für Kulturpflanzenvielfalt auf Spitzbergen (Nor) gelagert – ein Back-up für den Katastrophenfall.

**Ehrenamtlicher Einsatz:** Die Chüttiger Rüeblt werden sortiert und geputzt, bevor sie in den Verkauf kommen.



## NEUES AUSPROBIEREN

Weil die Nachfrage nach den Rüeblt aus dem Aargauer Dorf kontinuierlich steigt, wird in Küttigen seit letztem Jahr teilweise auch maschinell ausgesät. «Generell probieren wir gerne Neues aus», bemerkt Maja Burgherr-Hunziker und weist unter anderem auf neu gestaltete Anbauflächen wie ein gemischtes Feld mit Gerste und Rüeblt. Ein beachtlicher Teil der geernteten Rüeblt wird an einem für die Einwohnerinnen und Einwohner reservierten Tag verkauft. Auch die Fünftklässler wirken mit, backen Rüebltorten, Rüebltmuffins und



Seit nun 25 Jahren wird dem Getreide unserer Ahnen, unserem „Chorn“ und seiner Kultur ganz besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Die IG Dinkel mit über 2500 engagierten Landwirten, Röllmüllern, Müllern, Bäckern, Pasta-Produzenten, Gastronomen, Agronomen, Konsumenten und Liebhabern – sie alle schätzen den UrDinkel und kreieren Vielfalt vom Feld bis auf den Teller.

Wahrlich – ein Fest zum Feiern!



Das wertvollste Getreide.

Ein zauberhaftes UrDinkel-Buch ...

Die Magie eines festlich gedeckten Tisches. Ob für zwei, ob für vier, ob für fünf oder viele – das Herz hüpfert freudig, die Augen strahlen! Und der Duft, der Duft in der Luft, er verspricht Köstlichstes!



Auf unser aller Wohl!

Jetzt bestellen:  
034 409 37 38

urdinkel.ch

# Identität und Identifikation



Festlich in Tracht: Die Küttiger Landfrauen Eveline Ottiger, Astrid Haus, Maja Burgherr-Hunziker und Denise Werren-Bircher (von links) 2019 am Rüeblimärt in Aarau. Dieses Jahr kann er wegen Corona nicht stattfinden.

anderes. Die meisten Küttigerinnen und Küttiger kaufen mehrere Kilo aufs Mal. «Ich schicke einen Teil an Heimweh-Küttiger ins Bündnerland», sagt eine Frau. «Dieses Mal brauche ich neunzehn Kilo.» Kein Wunder, dass bei diesen Mengen in jüngster Vergangenheit meist zu wenig übrig blieb, um auch die steigende Nachfrage am traditionellen Aargauer Rüeblimärt in Aarau zu befriedigen. Da die Landfrauen schon um halb neun ausverkauft waren, wurden sie letztes Jahr von der Gemüseproduzentenfamilie Hunziker aus Leimbach mit einer Zusatzlieferung unterstützt, gezogen aus Rüeblisamen der Landfrauen. Apropos Aargau: Weshalb der Kanton als Rüebliland gilt, weiss niemand so recht. Laut Historikern ist es eventuell eine Ableitung von Rübenland. So wurde einst der Berner Aargau bezeichnet, da dort oft Rüben angebaut wurden. Damit sind jedoch Råben oder Bodenrüben gemeint, die als Tierfutter verwendet werden und aus denen früher Råbebappe gekocht wurde und die

heute zu Råbeliechtle verarbeitet werden können. Im neunzehnten Jahrhundert wurde das Rüeblen jedenfalls zum Symbol für den Aargau, und der Kanton wurde zum Rüebliland. Ob dahinter damals

eine Marketingidee steckte, ist nicht verbürgt. So oder so: Die Geschichte ist gut, und der Abstecher nach Küttigen wird immer auch zur spannenden Spurensuche im Rüebliland. ✨

## CHÜTTIGER RÜEBLI FÜR ALLE

**RÜEBLIMARKT IN KÜTTIGEN** Der Aaraue Rüeblimärt, der üblicherweise am ersten Mittwoch im November stattfindet, fällt dieses Jahr Covid-19-bedingt aus. Damit Liebhaberinnen und Liebhaber von Chüttiger Rüeblen trotzdem auf ihre Rechnung kommen und das Wurzelgemüse erwerben können, organisieren die Küttiger Landfrauen einen **öffentlichen Verkauf** mit Markt und Rüebliköstlichkeiten. Er findet statt am **Samstag, 7. November, von 8 bis 16 Uhr beim Schulhaus Dorf** (Nähe Bushaltestelle Küttigen Kreuz; bitte möglichst mit ÖV anreisen) und unter Einhaltung des Corona-Sicherheitskonzeptes.



Am Küttiger Rüeblimarkt wird es auch andere Rüebliköstlichkeiten zu kaufen geben.

# NEW SUZUKI PIZ SULAI® 4x4

**IGNIS PIZ SULAI® 4x4**  
AB Fr. 21 990.-  
ODER AB Fr. 148.-/MONAT

**SWIFT PIZ SULAI® 4x4**  
AB Fr. 22 490.-  
ODER AB Fr. 152.-/MONAT

*PIZ Sulai*

SUZUKI  
**0.9%**  
HIT-LEASING



**PIZ SULAI® Preisvorteil**  
**Fr. 1310.-**  
Limitierte Sonderserie,  
nur solange Vorrat.

Die kompakte Nr. 1



www.suzuki.ch

**SUZUKI FAHREN, TREIBSTOFF SPAREN:** New Suzuki Swift PIZ SULAI® Hybrid 4x4, 5-Gang manuell, Fr. 22 490.-, Treibstoff-Normverbrauch: 5.5l/100 km, Energieeffizienz-Kategorie: A, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 123 g/km; New Suzuki Ignis PIZ SULAI® Hybrid 4x4, 5-Gang manuell, Fr. 21 990.-, Treibstoff-Normverbrauch: 5.4l/100 km, Energieeffizienz-Kategorie: A, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 123 g/km; **Hauptbild:** New Suzuki Swift PIZ SULAI® Top Hybrid 4x4, 5-Gang manuell, Fr. 24 490.-, Treibstoff-Normverbrauch: 5.5 l/100 km, Energieeffizienz-Kategorie: A, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 123 g/km; New Suzuki Ignis PIZ SULAI® Top Hybrid 4x4, 5-Gang manuell, Fr. 23 990.-, Treibstoff-Normverbrauch: 5.4 l/100 km, Energieeffizienz-Kategorie: A, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 123 g/km.

**Leasing-Konditionen:** 24 Monate Laufzeit, 10 000 km pro Jahr, effektiver Jahreszins 0,9%. Vollkaskoversicherung obligatorisch, Sonderzahlung: 30% vom Nettoverkaufspreis. Der Leasing-Zinssatz ist an die Laufzeit gebunden. Ihr offizieller Suzuki Fachhändler unterbreitet Ihnen gerne ein individuell auf Sie zugeschnittenes Leasing-Angebot für den Suzuki Ihrer Wahl. Leasing-Partner ist die MultiLease AG. **Sämtliche Preisangaben verstehen sich als unverbindliche Preisempfehlung inkl. MwSt.**

# EXTRA GOLD

Happy day

**JETZT**  
**20x100g**  
**GOLD**  
**GEWINNEN!**

SWISSLOS



## «Rüebli git schöni Buebli»

Karotten sind gesund und können roh oder gekocht gegessen werden.

**Biologie** Das Rüebli (*Daucus carota* subsp. *sativus*), im deutschen Sprachraum je nach Region als Karotte, Möhre, Gartenmöhre, Mohrrübe, Gelbrübe oder Gelbe Rübe bezeichnet, ist eine nur in Kulturform bekannte Gemüswurzel. Sie ist vermutlich ein **Kreuzungsprodukt** aus der Wilden Möhre (*Daucus carota* subsp. *carota*), der südeuropäischen Riesenmöhre (*Daucus carota* subsp. *maximus*) und allenfalls der orientalischen Schwarzmöhre (*Daucus carota* subsp. *afghanicus*). Alle Möhren gehören zur **Familie der Doldenblütler** (Apiaceae). Die Gemüsepflanze wird heute weltweit in mehreren hundert verschiedenen Kultursorten angebaut; genutzt wird fast ausschliesslich nur die **Pfahlwurzel**. Sie wird sowohl roh als auch gekocht gegessen und auch zu Konserven oder Saft verarbeitet.

**Gesundheit** «Rüebli git schöni Buebli», heisst es. Selbstverständlich auch schöne Meitli, was sich aber nicht so gut reimt. Wer häufig Karotten isst, erhält einen gesunden Teint, wird behauptet. Fakt ist tatsächlich, dass unter allen Gemüsesorten Rüebli am meisten **Carotin** (Alpha- und Betacarotin) enthalten. Das Betacarotin, das dem Rüebli die orange Farbe gibt, kann im Dünndarm in **Vitamin A** umgewandelt werden. Dieses unterstützt nicht nur die **Sehkraft**, es stärkt auch das **Immunsystem** und erhält die Gesundheit der Haut und der Schleimhäute. Wenn jemand über längere Zeit eine grössere Menge Rüebli isst, werden Carotinoide in der äussersten Hautschicht eingelagert und geben der Haut eine golden-rötliche Tönung.

**Farbe** Das charakteristische Orange erhielt das Rüebli übrigens erst im siebzehnten Jahrhundert. Holländische Gemüsezüchter wollten ihrem **König** Wilhelm von Oranien offenbar für den erfolgreichen Unabhängigkeitskampf gegen Spanien danken und kreuzten diverse Karottensorten, bis die Farbe Orange entstand. Damit wurde der **Wappenfarbe** des Adelsgeschlechts gehuldigt.

**Beliebtestes Gemüse** Rüebli, in erster Linie die herkömmlich orangen, sind mit Abstand das beliebteste und **meist verzehrte Gemüse** der Schweizerinnen und Schweizer. Je nach Quelle essen wir jährlich 7,5 bis 8,5 Kilo davon. Der Grossteil stammt aus dem **Inland**. Auf rund 250 Schweizer Bauernbetrieben wird das populäre Wurzelgemüse angebaut, vergangenes Jahr haben hiesige Landwirtinnen und Landwirte fast **64 000 Tonnen** geerntet. Das entspricht einem Selbstversorgungsgrad von 96 Prozent. Die grössten Anbaugelände liegen in den Kantonen Bern, Waadt, Aargau und Zürich.

**So werden Chüttiger Rüebli gekocht** Wie «normale» Rüebli können auch Chüttiger Rüebli roh (z. B. geraffelt als Salat) und gekocht gegessen werden. Früher wurden sie wie Herbstrüben auch oft sauer eingemacht. Wenn man sie indes kochte, servierte man sie häufig mit weisser Sauce und mit Blut- und Leberwürsten. Oder mit Speck. Das heute von den Küttiger Landfrauen empfohlene Rezept lautet: 1 kg Chüttiger Rüebli waschen, schälen und in **Schiefel** schneiden. Diese bekommt man, wenn das Rüebli so gehalten und geschnitten wird, als würde man **einen Bleistift spitzen**. Danach in einer Pfanne einen Esslöffel Öl erhitzen und

darin eine fein gehackte Zwiebel sowie eine fein geschnittene (oder gepresste) Knoblauchzehe glasig werden lassen. Die Rüebli-schiefel beigegeben und gut andämpfen. Mit Salz, Pfeffer, Streuwürze und nach Belieben mit Kümmel würzen und mit ein bis zwei Deziliter heissem Wasser ablöschen. **500 Gramm grünen Speck** (Salzspeck) unter die Rüebli legen und 10 bis 12 Minuten im Dampfkochtopf oder 30 Minuten in der Pfanne kochen. Kocht man kleine geschälte Kartoffeln mit, erhält man einen **schmackhaften Eintopf**. Weisse und rote Rüebli gemischt gekocht ergeben derweil eine feine **Beilage**. Auch andere auf diese Weise zubereitete grosse Rüebli schmecken herrlich. ✨  
Text **Corinne Schlatter**



Kulturkarotten stammen von der Wilden Möhre ab.