



Sarah & Alexander Garcia

Aus gutem Grund



Grundnährig

Katherina Schöffner, Redaktionsleiterin *Veg-Info*

Die Geschichte von Grundnährig hat ihre Ursprünge auf Hof Narr. Sarah hat dort im Frühling 2014 angefangen, als Tierpflegerin auszuhelfen. Voller Motivation eignete sie sich parallel im Selbststudium Grundlagen zum Gemüsebau an. Der gelernte Gemüsegärtner Alexander hat sie auf dieser Mission mit seinem Fachwissen unterstützt.

Sarah lässt ihrem grünen Daumen freien Lauf. Mit sprichwörtlich blühendem Erfolg!

Der intensive Austausch brachte nebst leckerem Gemüse die beiden auch als Paar zusammen. Getreu dem Motto «learning by doing», liess Sarah ihrem grünen Daumen freien Lauf – mit sprichwörtlich blühendem Erfolg! Bereits nach einem Jahr konnte sie ihre Ernten an einen kleinen Kundenstamm verkaufen.

Die Nachfrage und somit die Anbaufläche wuchsen stetig. So keimte die Vision, ein breites Sortiment an gesunden und schmackhaften pflanzlichen Produkten in einem nachhaltigen System zu produzieren, das problemlos ohne Tierleid auskommt.

Über einen Schulkollegen erfuhr Alexander Anfang 2021, dass dessen Verwandte bislang keine geeigneten Nachfolger für ihren über 70 Jahre alten bio-dynamisch geführten Hof in Meisterschwanden finden konnten.

Da der sogenannte Grundhof bereits überwiegend mit Gemüse bewirtschaftet wurde, bot er agrartechnisch sowie maschinell die besten Voraussetzungen für die Produktion von Grundnährig (Grundnahrung) und wurde so zum Ort und Namensgeber für das Projekt. In Zukunft jedoch ohne Tierhaltung, denn die braucht es für «Grundnährigsmittel» nicht.

Das Ziel von Sarah und Alexander ist es, mit Grundnährig eine solidarische Landwirtschaftsinitiative aufzubauen und Menschen mit den Erträgen daraus zu bereichern. Dafür bieten sie, zusammen mit ihrem Team, vielseitige biologisch angebaute Pro-

dukte an: Von Gemüse über Getreide, Obst und Säfte sollen in Zukunft auch pflanzliche Proteinquellen wie z. B. Soja, Erbsen und Lupinen sowie Ölfrüchte eine Rolle einnehmen. Unter Anwendung von sogenannten Agroforstsystemen (eine Produktionsform, welche Elemente des Ackerbaus und der Forstwirtschaft vereint) entsteht auf dem Grundhof biologisches Gemüse aus diversem und nachhaltigem Anbau. Anfang des Jahres 2022 ist die mittlerweile vierköpfige und komplett vegane Familie zusammen mit zwei Mitarbeitenden auf den Grundhof gezogen und stellt sich täglich neuen Herausforderungen.

Grundnährig setzt sich für eine tierleidfreie Landwirtschaft ein und steht für garantiert bio-vegane Produkte.

Das geerntete Gemüse wird zum Grossteil direkt über das hofeigene Abosystem und das Hoflädeli vermarktet. Ein weiterer Absatzkanal ist der Verkauf an Marktfahrer und anthroposophisch geführte Institutionen.

Rüstabfälle landen zusammen mit Kleegrasschnitten und Stroh auf dem hauseigenen Kompost. Dort wird er zu natürlichem Dünger, welcher wiederum die Böden des Grundhofs nährt – der Inbegriff einer natürlichen (Nährstoff-)Kreislaufwirtschaft. Eine arbeitsintensive Alternative zu leicht auszubringenden, pelletierten Schlachtabfalldüngern, welche leider der aktuelle Standard bei vielen Biobetrieben sind. Grundnährig setzt sich für eine tierleidfreie Landwirtschaft ein und steht für garantiert bio-vegane Produkte von A wie Aussaat bis Z wie Zustellung.



Saisonal, regional, biologisch – lecker!

Werden Sie Biogemüse-AbonnentIn und beziehen Sie Ihre Grundnährig über eine der achtsam ausgewählten Abholstationen im Kanton Zürich oder Kanton Aargau! Weitere Depots in der Umgebung werden gesucht, das Grundnährig-Team ist offen für Vorschläge.

Das Gemüse-Abo bringt Ihnen im ein- oder zweiwöchigen Rhythmus maximale Frische und kulinarische Abwechslung auf den Teller. Durch Ihr Abonnement erzeugen Sie eine planbare und gezielte Abnahme. Sie stärken damit lokal verankerte Kleinstrukturen und setzen ganz nebenbei ein nachhaltiges Zeichen gegen Food Waste.

Ihr Gemüse-Abo

QR-Code scannen und Gemüse-Abo lösen:



Grundhof
Familie Garcia
Hauptstrasse 52
5616 Meisterschwanden
www.grundnahrig.ch