



sanbro

Sanddorn - die vitaminreichsten Beeren der Welt

Die vollgereiften Wildfrüchte sind von uns selbst gepflückt in den Bergen Graubündens.

Inhalt: reiner, kaltgepresster Sanddornbeeren-Saft, mit Fruchtzucker gesüsst oder als Ursaft rein, ungesüsst.

Sanddornbeeren enthalten die Vitamine: A, B1, B2, B5, B6, Bc, B12, C, E, F, H, P, PP. Diese Vitamine stärken das Immunsystem.

Zum Verdünnen als Getränk oder Beigabe ins Müesli, Joghurt etc.

melibro

Melissensirup mit Hagebutte - beruhigend und nervenstärkend

Die Melisse beruhigt das Nervensystem, hilft zum besseren Einschlafen, senkt erhöhten Blutdruck und fördert die Hautfunktionen.

Die Hagebutte ist reich an Vitaminen, insbesondere A und C, schützt und stärkt.



wachobro

Wacholder-Latwerge der gesunde Brotaufstrich

Stoffwechsel und Verdauung werden aktiviert; regt die Nierentätigkeit an.

Wacholder-Extrakt rein

auch als Badezusatz und zum Inhalieren.



sanbro-Produkte, Schinslerstrasse 1, 7407 Trans GR
E-Mail: sanbro@gmx.ch · Internet: www.sanbro.ch
Tel. 081 630 10 20 · Fax 081 630 10 21



H
E
R
B
S
T
B
R
I
E
F

2
0
2
0

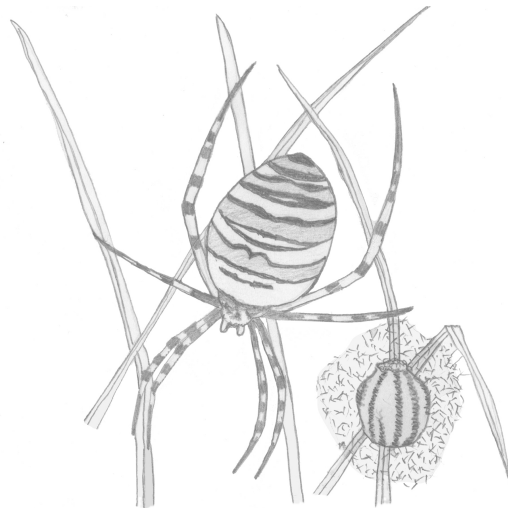
Liebe Sanbro-Freunde

Unser zur Tradition gewordener Herbstbrief enthält in diesem Jahr 2020 viel Freude und Dankbarkeit als Gegensatz zur Corona-Pandemie und Unruhen in Politik, Wirtschaft und Umweltproblemen. Wir durften eine besonders reiche Sanddornbeeren-Ernte heimführen, die über drei Monate dauerte und im Engadin bei prächtigem Novemberwetter zum Abschluss kam. Deshalb kommt unser Herbstbrief auch reichlich spät zu Ihnen.

An verschiedenen Orten, vor allem im Bündner-Oberland, staunten wir über die vollbehangenen Büsche mit ihrer Leuchtkraft, die von den Flavonoiden und dem Betacarotin (Vitamin A) der Beeren herrührt. Die Wirkung des reichhaltigen Vitamin-C-Gehalts wird dadurch verstärkt und unterstützt unser Immunsystem, das gerade heute sehr gefordert ist.

Während unsere beiden treuen Eselinnen „Fiona“ und „Meli“ fest mithalfen, die kostbare Fracht zum Fahrzeug zu tragen, ist die kleine neckische Faia ins Tessin zu ihrem Vater und der Cousine gezogen, einem kleinen Eselparadies im Val Colla. Wenn wir zu Hause den Eselanhänger öffnen, steigen Fiona und Meli sofort ein, um ja mitzukommen. Esel sind geduldig, willig, klug und gar nicht störrisch ...

Und was wir so alles erleben in der freien Natur: im Gras entdeckten wir erstmals viele grosse Spinnen mit schwarz-gelben Streifen, siehe Zeichnung. Wir nannten sie „Wespenspinnen“ und fanden heraus, dass sie tatsächlich so genannt werden. Aus dem Süden durch die Klimaerwärmung eingewandert, ernährt sie sich von kleinen Heuschrecken. Und als Eier über-



wintert die nächste Generation im kunstvollen Kokon. Über uns kreisten sieben Schwarzmilane, die wir sonst nie im Gebirge trafen; vielleicht Jungvögel auf dem Durchzug in den Süden. Zwischen Büschen fanden wir farbige Papageienfedern. Der Ausflug in die Freiheit endete wohl unglücklich ...

Nun sind wir schon bald 25 Jahre im schönen Dörfli Trans und so richtig „daheim“. Als wir hierherzogen lebte ein Fuchs, genannt „Fridolin“, unter einer auffälligen Hütte. Er stahl gerne Schuhe im Dorf und zerkaute sie in seinem Bau. Die Nachbarn warnten uns, keine Schuhe draussen stehen zu lassen. Und nun haben wir wieder so einen Bergfuchs mit derselben Gewohnheit, vielleicht ein Nachkomme von Fridolin. Bergfüchse haben weisse Schwanzspitzen; Talfüchse schwarze.

Jetzt, wo die Ernte im Tiefkühlraum lagert, geht es ans Reinigen der Beeren und Trennen von den Blättchen und Ästchen. Wir haben schon von der neuen Ernte gepresst und abgefüllt, weil die letztjährige längst aufgebraucht ist, sie war ja klein. Wir sind dankbar, wieder einen schönen Vorrat zu haben. Weil wir nur zu zweit sind, bitten wir Sie um Geduld, wenn Ihre Bestellung nicht gleich anderntags eintrifft.

Bei uns hat sich der Winter schon ein paar Mal angemeldet mit bis zu 40 cm Schnee, der aber an der milden Novembersonne wieder schmolz. So geniessen unsere Esel noch immer die Weide und wir natürlich den schönen Spätherbst, nebst der recht strengen Arbeit. Doch der Winter wird kommen und wir wünschen Ihnen eine gute Zeit mit genügend Schutz vor allen bösen Viren und Bakterien!

B'hüet Sie Gott - der Schöpfer unserer herrlichen Natur!

Mit lieben Grüssen

Margrit + Edey Hartmann