



Liebe Leserin, lieber Leser,
wir hoffen, dass wir wieder interessante Themen rund um unsere BioWelt für Sie zusammengestellt haben. In eigener Sache können wir berichten, dass sich Lichter am Personalmarkt aufgetan haben. Ab Mitte März können wir zwei Stellen mit Fachpersonal besetzen. Bis dahin bleibt es eng, insbesondere wenn Krankheitszeiten und technische Herausforderungen zum ganz normalen Alltag hinzukommen. Trotz großen Einsatzes aller Mitarbeiter*, möchten wir uns für etwaigen Unzulänglichkeiten entschuldigen. „Alles wird gut“.

Inhalt

- [Unsere Käseempfehlung: Petite Fleur](#)
- [Warum manche Kartoffeln jetzt schon so weich sind](#)
- [Neues von Joel Siegel](#)
- [Ofengemüse bunt & bio – wie das duftet!](#)
- [114 Euro für Pestizide oder für Bio?](#)
- [Gruß aus Indien: Würzig-warmer Chai](#)
- [Das große Insektensterben - und wie man es bremst](#)
- [Ausgezeichnet: Biohöfe mit Ideen](#)

Unsere Käseempfehlung: Petite Fleur



Vallee Verte

In diesem Monat stellen wir Ihnen einen typischen Rohmilch-Camembert aus Belgien aus der Region Diksmuide vor. Der Petite Fleur (dt. kleine Blume) ist umhüllt mit einer zarten Edelpilzrinde und überzeugt durch seine cremige Konsistenz und seiner angenehm milden Säure. Da die Milch nicht behandelt wird, bleiben die natürlichen Enzyme der Rohmilch erhalten, was eine natürliche Reifung der Milch bewirkt und dem Käse einen vollen aromatischen Geschmack verleiht. Die frische Rohmilch wird auf 30°C erwärmt, bevor Milchsäurekulturen und mikrobielles Lab hinzugegeben werden. Nach einer Stunde wird der Bruch von Hand in haselnussgroße Stücke zerschnitten und ein Teil der Molke abgelassen. Danach wird der Bruch unter

Zugabe von Wasser gespült und in die Käseformen geschöpft. Jetzt lässt der Käsemeister den frischen Käse über Nacht weiter abtropfen. Am nächsten Tag werden die Käselaike aus den Formen genommen und für eine Stunde in ein mit Meersalz versetztes Salzbad eingetaucht. Um eine trockene, gleichmäßig weiße Edelpilzrinde zu entwickeln, reifen die Petit Fleur unter ständiger Belüftung bei einer Luftfeuchtigkeit von 95% für mind. 3 Wochen im Reifekeller. Zum Petite Fleur werden zarte, trockene aber fruchtige Weißweine wie der Spätburgunder Weißherbst vom Weingut Burkhart in Jechtingen empfohlen. Aber auch ein Rieslingsekt eignet sich hervorragend. Auf einer Scheibe Rosinenbrot ist der Petite Fleur ein Gaumenschmaus. Er lässt sich ebenfalls gut zum grillen und überbacken verwenden. Rezept: Petit Fleur mit Aprikosen-Chutney Zutaten: 1 EL Rohrzucker, 1 Schuss Apfelessig, 100 ml Apfelsaft, 5 EL fein gewürfelte Aprikosen, ½ rote feingewürfelte Chilischote, 2 EL Rosinen, 1 TL Senfsamen, 1 kleine feingewürfelte Zwiebel, 1 Laib Petit Fleur, 1 Walnussbrot Zubereitung: Zucker in einem Topf bernsteinfarben karamellisieren lassen. Ablöschen mit Essig und Apfelsaft. Früchte und würzenden Zutaten dazugeben und ca. 15 min einköcheln lassen. Chutney abkühlen lassen und zusammen mit dem Käse und frischem Walnussbrot servieren. Dazu harmoniert frischer Rucola hervorragend.

Susanne Wieseler

Warum manche Kartoffeln jetzt schon so weich sind



© Pixabay/MarkoPaak

Die Lagerkartoffeln, die wir jetzt in unserem Markt bekommen, sind oft etwas weicher als üblich und keimen schneller. Dies sind Auswirkungen des heißen Sommers 2018. Doch die Qualität der Knollen soll das nicht beeinflussen schreibt der Verband der Bio-Kartoffel-Erzeuger. Im Gegenteil: In der Kartoffel konzentrieren sich die Nährstoffe. Denn der Wassergehalt der Kartoffeln ist zu gering. Kartoffeln bestehen zu knapp 80 Prozent aus Wasser, das macht sie prall und fest. Im Lager verliert die Knolle mit der Zeit durch Verdunstung oder die Belüftung einen Teil des Wassers und wird langsam weicher. Bemerkbar macht sich das üblicherweise erst im Frühjahr. Doch in diesem Jahr kommen jetzt schon Knollen auf den Markt, die sich weicher anfühlen. „Durch die anhaltende

Hitzeperiode im letzten Jahr haben diese Prozesse sehr viel früher und auch schneller eingesetzt“, schreibt der Bio Kartoffel Erzeuger e.V. Denn die Kartoffeln kamen schon mit einem geringeren Wassergehalt als üblich ins Lager. „Das ändert aber nichts am Geschmack oder dem ernährungsphysiologischen Wert der Biokartoffeln, die wichtigen Inhaltsstoffe bleiben erhalten“, betonen die Erzeuger.

Auf vielen Biokartoffeln seien Oberflächenschorf und kleine dunkle Punkte zu finden, schreibt der Verein weiter. Dies seien Stressreaktionen auf die Trockenheit im letzten Jahr. Auch Silberschorf und Rhizoctonia (Kartoffelpocken) würden verstärkt auftreten. „Alle genannten Faktoren beeinträchtigen die Qualität der inneren Werte nicht, das zu kommunizieren wird die Herausforderung für den Rest der Saison sein.“

Marcus Hantel & Leo Frükschütz (BioInfo)

Neues von Joel Siegel

Gerne leiten wir Ihnen Rundschreiben von unserem Partner weiter. Diesmal können Sie sich über Entwicklungen auf dem Obst- und Gemüsehof von Joel Siegel aus Mengen informieren:



Joels Infobrief Januar 2019

[Datei herunterladen >>](#)

Ofengemüse bunt & bio – wie das duftet!



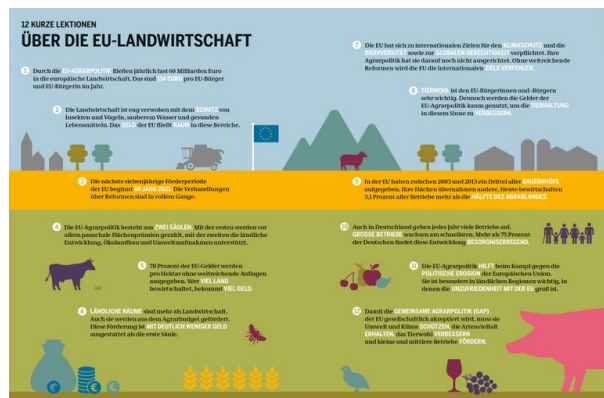
Ofengemüse: vor allem in der kalten Jahreszeit ein Genuß!

Noch ist der Winter nicht vorbei, und wenn er mal wieder besonders grau und ungemütlich daherkommt, ist es Zeit für ein wärmendes aromatisches [Ofengemüse mit Sorten der Saison](#). Ob Topinambur, Kürbis, Süßkartoffel, Petersilienwurzel oder Rote Bete: Gemüse, das im Ofen geröstet wird, entwickelt einen ganz besonderen Geschmack. Und das Beste: Die Zubereitung ist ganz einfach. Den Ofen vorheizen auf 190 Grad, Gemüse in mundgerechte Stücke oder Spalten schneiden, in einer Schüssel mit Öl und Gewürzen vermengen – und ab aufs Blech. Nach einiger Zeit macht sich ein unwiderstehlicher Duft in der Wohnung breit – aber besser noch ein wenig warten, denn gerade die Karamell- und Röstaromen machen Ofengemüse so besonders.

Ofengemüse kann man nach Lust und Laune abwandeln. Halbe Rosenkohlrischen vertragen sich gut mit Süßkartoffelspalten, Fenchel, Pilze und rote Paprika sorgen für mediterranen Genuss. Gern zum Schluss noch Feta dazugeben! Für Möhren, Pastinaken und Hokkaido-Kürbis vom Blech eignen sich Olivenöl, Honig, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer als „Marinade“. Frischer wird es, wenn man am Ende etwas Zitronensaft und Minze hinzufügt. Man kann beim Würzen auch mit Chili, Kräutern wie Rosmarin und Salbei, Currymischungen und Zwiebeln experimentieren. Orientalisch wird es mit süßem Paprika, Kreuzkümmel, Koriander, Kardamom, Ceylon-

Zimt und Muskat zu Möhren, Süßkartoffeln und Paprika. Dazu passen Beluga- oder Puy-Linsen, geröstete Walnüsse und eine Zitronen-Joghurt-Soße. Hmm, lecker - wir wünschen guten Appetit!

114 Euro für Pestizide oder für Bio?



© Agrar-Atlas 2019

60 Milliarden Euro fließen jedes Jahr in der EU an die Landwirtschaft. Umgerechnet sind das 114 Euro pro EU-Bürger. Aber was meinen die Menschen in Europa, sollte mit diesem Geld passieren? 80 Prozent wünschen sich, dass die Landwirtschaft für Leistungen wie Naturschutz, Gewässerschutz oder Klimaschutz gefördert wird. Fast genauso viele wollen, dass besonders mittlere und kleine Betriebe unterstützt werden. Das ergab eine repräsentative Forsa-Umfrage im Auftrag der Herausgeber des „Agrar-Atlas 2019“.

Tatsächlich aber fließt das Geld ganz woanders hin, wie der neue Agrar-Atlas belegt. Es gilt weitgehend: Wer viel Land bewirtschaftet, bekommt auch viel Geld. Der Bärenanteil der

Zahlungen, nämlich 80 Prozent, geht an nur ein Fünftel aller Höfe, und dies weitestgehend ohne Auflagen für Tier- oder Umweltschutz. Aber der Kurs könnte neu festgelegt werden: In Brüssel wird derzeit das Budget für die nächste siebenjährige Agrar-Förderperiode verhandelt, die Anfang 2021 beginnt. Das ist eine einmalige Chance, das Fördersystem zu reformieren und nicht länger einseitig eine Steigerung der landwirtschaftlichen Produktivität zu unterstützen. Wozu das geführt hat, zeigen die dramatischen Zahlen zur Nitratbelastung des Grundwassers, zum Rückgang der Artenvielfalt und zur Antibiotikabelastung von Gewässern. Jedes Jahr versprühen konventionelle Landwirte mehr als 30.000 Tonnen Pestizide, das sind pro Jahr und Hektar durchschnittlich 8,8 Kilogramm. Der Zusammenhang mit dem Sterben der Insekten und Vögel liegt auf der Hand.

Gerade erst haben Tausende Menschen bei der Großdemonstration "Wir haben es satt!" in Berlin eine neue EU-Agrarpolitik gefordert, auch viele Bio-Unternehmen und Bio-Anbauverbände waren dabei. Was mit „Ihren“ 144 Euro Agrargeldern passieren soll, können Sie im Rahmen der NABU-Kampagne „Neue Landwirtschaftspolitik jetzt!“ direkt Ihren Europaabgeordneten mitteilen. „[Meine 114 Euro für...](#)“? Maisanbau und Massentierhaltung oder vielfältige Fruchtfolgen und Felderchen? Insektensterben oder bunte Vielfalt in der Kulturlandschaft? Pestizide und Mineraldünger oder Biolandbau?

Fakten und Argumentationshilfen finden Sie im Agrar-Atlas 2019, der vom BUND, der Zeitung Le Monde Diplomatique sowie der Heinrich-Böll-Stiftung veröffentlicht wurde, und auf den [NABU-Kampagnenseiten](#).

Gruß aus Indien: Würzig-warmer Chai



Chai: wohltuend aromatisch u. wärmend

Duftet aromatisch, macht wohliger-warm, schmeckt würzig-exotisch: Chai- oder Gewürztee hat in den letzten Jahren in Deutschland immer mehr Anhänger gefunden. In Indien, wo es Gewürztee an fast jeder Ecke gibt, heißt er Chai Masala, wobei Masala „Gewürzmischung“ bedeutet. Fast immer enthalten sind Ingwer und Kardamom, oft auch Gewürznelke, Fenchel, Zimt, Sternanis, Muskat und schwarzer Pfeffer.

Traditionell werden die Gewürze mindestens eine Viertelstunde gekocht und dann abgeseiht. Danach gibt man warme Milch dazu und süßt nach Geschmack. Bevor die Briten den Tee ins Land brachten, tranken die Inder den Chai genau so – heute wird er meist mit Schwarzem Tee zubereitet. Für alle, die lieber ohne Coffein genießen, ist die klassische Zubereitung ein guter Tipp. Vielleicht haben Sie ja von der Weihnachtsbäckerei noch Kardamom, Nelken, Anis und Zimt im Gewürzschrank und können gleich loslegen. Wenn es schnell gehen soll, bietet der Bio-Fachhandel eine gute Auswahl an Chai-Beuteltee: Zum Beispiel gibt es „Typisch Chai“, „Tulsi Chai“, „Schoko Chai“ und „Kaffee Chai“ von Lebensbaum. Alle vier enthalten keinen Schwarztee, sondern kräftige Gewürze wie Ceylon-Zimt, Piment, Gewürznelke, Kakaoschale, Zichorienwurzel und Vanille. Sonnenrot entzündet das „Chai Rooibosfeuer“, eine afrikanisch-indisches Crossover

mit Orangenschalen, Ingwer, Kakaoschalen und natürlich Kardamom und Co. Ganz klassisch dagegen der „Chai Schwarzteekuss Tee“ mit Kardamom, Ingwer, Zimt, Nelken, Fenchel und Sternanis. Ökotopia bietet mit ihrem Masala Chai einen losen ‚Tee‘ an. Die koffeinfreie Mischung besteht aus Zimt, Kardamom, Ingwer, Nelken und Pfeffer. Um die wärmende und stärkende Wirkung zu erhöhen, wird empfohlen, die Gewürze gut 20 Minuten zu kochen.

In der traditionellen Ayurveda-Gesundheitslehre werden den Chai-Gewürzen intensiv wärmende und anregende Wirkungen zugeschrieben. Kardamom, Anis und Fenchel wirken auch positiv auf die Verdauung, Ingwer und Zimt antibakteriell. Chai ist also nicht nur lecker, sondern auch gut für die Verdauung und stärkt das Immunsystem.

Das große Insektensterben - und wie man es bremst



Zu wertvoll, um den Artenschwund hinzunehmen!

industriellen Forst- und Landwirtschaft, Überdüngung, Versiegelung von Böden, das Verschwinden von Hecken, Tümpeln und Säumen und das Zubauen von Landschaften. Wozu der weltweite Einsatz hochtoxischer Nervengifte wie der Neonikotinoide führt, verdeutlicht Segerer anhand des Sterbens von mehr als 11.000 Bienenvölkern im Rheintal, das durch gebeizte Mais-Saat verursacht worden war.

Obwohl Naturschützer schon lange mahnen, ist erst jetzt vielen bewusst geworden: Arten sterben nicht nur in Afrika oder Indonesien, sondern auch vor unserer Haustür. Bienen, Schmetterlinge Vögel und Säugetiere verschwinden, weil wir ihre Lebensräume zerstören und Nahrung fehlt. Vor allem die sogenannte „Krefelder Studie“ hat für große Aufmerksamkeit gesorgt. **Sie belegt, dass in Deutschland in nur 25 Jahren drei Viertel der fliegenden Insekten verschwunden sind.**

Wie das passieren konnte und was zu tun ist, zeigt das Buch „Das große Insektensterben“ des Biologen und Insektenforschers Andreas Segerer. Wichtigste Ursachen sind die mit Pestiziden belasteten Monokulturen in der

Klar wird: Ohne eine echte Agrarwende kommt das Aus für die Insekten – mit unabsehbaren Folgen für die Menschheit. Denn mit den Insekten verlieren wir nicht nur das Fundament intakter Ökosystem – es steht auch die Nahrungsmittelversorgung der Menschheit auf dem Spiel. Co-Autorin Eva Rosenkranz gibt praxisnahe Tipps für insektenfreundliche Gärten und Balkons und für u eine insektenfreundliche Landwirtschaft. Großes Potenzial sieht sie in den Privatgärten, die von der Fläche her immerhin fast 70 Prozent aller Naturschutzgebiete in Deutschland entsprechen.

Andreas H. Segerer und Eva Rosenkranz: **Das große Insektensterben. Was es bedeutet und was wir jetzt tun müssen.** oekom Verlag, München 2018, 20 Euro. ISBN 9783962380496

Ausgezeichnet: Biohöfe mit Ideen



Eine Bühne für die Preisträger, (c) BLE, Foto: A.Witzel

Hagebutte, Felsenbirne, Speierling, Schlehe, Kornelkirsche und Holunder.

Bienen haben es bekanntermaßen schwer in der ausgeräumten Agrarlandschaft. Aber manchmal finden sie auch ein Paradies, zum Beispiel am Fuße des Schwarzwaldes. Auf 17 Hektar wachsen dort über 2.500 Streuobstbäume, es gibt zahlreiche Hecken, Steinmauern und Teiche, es blüht vom Frühling bis in den Spätherbst. Zu verdanken ist das Martin Geng, der seit 2009 das „[Obstparadies Staufen](#)“ als Bioland-Betrieb aufgebaut hat. Für diese Leistung gab es jetzt den „**Bundespreis Ökologischer Landbau 2019**“. Neben vorwiegend alten 300 Apfelsorten, 70 Birnen- und 40 Pflaumensorten wachsen im Obstparadies auch Quitten, Mirabellen, Walnüsse und Ausgefallenes wie Indianerbananen, Kiwis, Datteln und Kakis. Dazu kommt Wildobst wie Eberesche, Mehlbeere,

20 Prozent der Ernte wird als Tafelobst direkt verkauft, der Rest in der angeschlossenen Manufaktur zu hochwertigen Spezialitäten wie alkoholfreiem Secco, Likör, Fruchtaufstrich und sortenreinem Saft verarbeitet. Unverzichtbare Helfer im Bio-Obstparadies sind die vielen Nützlinge, die für ein natürliches Gleichgewicht sorgen: Marienkäfer, Florfliegen, Fledermäuse, Wiesel, Igel und die ganze Vogelwelt von der Amsel bis zu den Raubvögeln. Es gibt rund 1.800 Nisthilfen für Vögel, Fledermäuse, Hornissen, Eulen und Wildbienen. Nicht nur zur Obstblüte blüht es, sondern vom Frühjahr bis in den Spätherbst blüht es – Akelei und Bärenklau, Kornblumen und Lichtnelken, Margeriten und Wiesenschaumkraut.

Die Jury des Bundeswettbewerbs Ökologischer Landbau verlieh den Bundespreis an zwei weitere Bio-Betriebe: Der **Pfänder-Hof** in Bayern hat schon vor mehr als 30 Jahren auf Bio umgestellt und Pionierarbeit geleistet beim Bio-Gemüseanbau und bei der Entwicklung innovativer Düngemethoden. Der **Hof Eselsmühle** in Hessen erhielt den Preis für vorbildliche artgerechte Haltung von Welsh Ponys und Angus-Fleischrindern und die Energieversorgung aus Wasserkraft, Solarthermie und Holz.

Herzlichst Ihr

Marcus Hantel

Marktladen Rieselfeld GmbH
Carl-von-Ossietzky-Str. 1
79111 Freiburg
Marcus Hantel
<http://marktladen-rieselfeld.de>