

Die Herrmannsdorfer Hauszeitung für alle, die mehr wissen wollen, die Einblicke erhalten, mitdenken und bewusst genießen möchten.



HERRMANNSDORFER

Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



Soja in Maßen!

für die Eiweißversorgung bei Schwein und Huhn

Seite 1



ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2

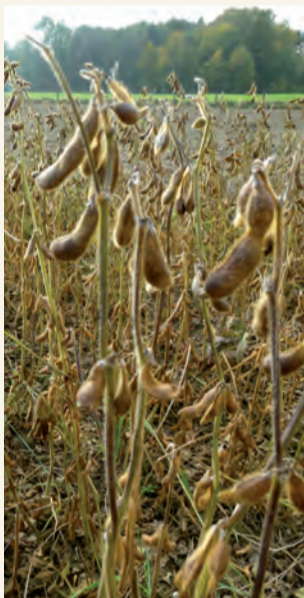


Eine Erfolgsgeschichte –

das Projekt Zweinutzungshuhn

Seite 2

Soja für unsere Schweinebauern



Sojaanbau ist schwierig in Herrmannsdorf

Mit dem Soja ist das so eine Sache. Eigentlich gehört es nicht in unsere heimischen Futtertröge. Zum einen, weil es nicht hier wächst, zum anderen weil es zu einem schmutzigen Geschäft geworden ist, das riesige Flächen fruchtbarster Erde in anderen Regionen dieser Welt durch Monokultur zerstört und damit die Existenzgrundlage bäuerlicher Kleinfamilien. Auch der gesundheitliche Wert dieser Bohne, die nur thermisch aufbereitet verwertbar ist, ist umstritten.

Aus all diesen Gründen haben wir lange versucht, unsere Schweine ohne Soja zu füttern. Dabei haben wir viele gute, heimische Futtermittel wiederentdeckt, neben der klassischen Saubohne, den Erbsen, auch das Klee gras, die Kartoffel und Futterrüben. Aber das tierische Eiweiß, das Allesfresser wie Schwein und Huhn nun mal brauchen, konnte dadurch nicht wirklich ersetzt werden. Die hochträchtigen und säugenden Muttersauen, sowie die frisch von der Muttersau abgesetzten

Ferkel brauchen eine gewisse Menge an Soja, damit sie kraftvoll und gesund sind und nicht zu viele Ferkel sterben.

Das Besondere am Soja ist die einmalige Eiweißzusammensetzung und der hohe Anteil an der selteneren Aminosäure Lysin. Wir haben gemeinsam mit unseren Partner-Schweinebauern nach einer Lösung gesucht und vor 2 Jahren – kurz vor dem skandalösen Bio-Soja-Betrug aus Italien – unser Futtermittelnetzwerk gegründet. Der Asamhof in Kissingen ist unser wichtigster Partner, ein kleines Familienunternehmen, das in eine hervorragende Anlage zur Sojaaufbereitung investiert hat. Gemeinsam mit Ludwig Asam haben wir Ackerbauern in der Region gefunden, die sich dranwagten, Soja selbst anzubauen. Auch in diesem Jahr haben wir wieder einige bayrische Bio-Sojabauern gefunden, die gerne ihr Soja in unser Netzwerk einbringen, weil sie wissen, dass es regionalen Bauern zugute kommt. Unser Anliegen ist, dass diese Bohne nur sehr maßvoll in Bayern Einzug hält, so dass der Anbau gut in die ökologische Fruchtfolge integriert werden kann, nicht zum Risiko für den Ackerbauern wird und heimische Futtermittel nicht verdrängt. Darum fordern wir alle auf, nur so viel Soja wie unbedingt nötig den Tieren zu geben.



Wildpastete – ein Klassiker

Mit Fleisch vom Reh und Wildschwein aus freier Wildbahn und von Bio-Hirschen von Bauer Hecht aus Hirschhausen.

Das Wildfleisch wird in Portwein, Apfelwürfeln und angebratener Zwiebel 5 Tage eingelegt (gebeizt). So zieht das Aroma ins Fleisch.

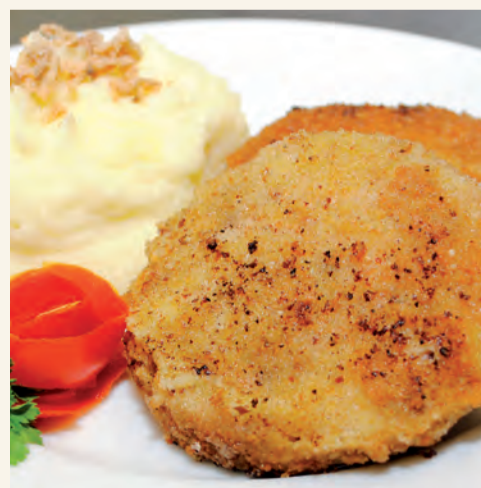
Dann wird es gegart, gewolft und mit Grundmasse aus Schweinefleisch, Schweine- und Rinderleber sowie mit Steinpilzen, Pflaumen und Gewürzen vermischt. Einfach köstlich.

Der tiefere Sinn der Milzwurst

Der Ethnologe Gary Paul Nabhan von der Northern Arizona University beschäftigt sich seit Jahren mit dem Thema „Essen und Tradition“. Seine Erkenntnis: „Die Menschen haben sich im Laufe der Zeit an die Umwelt angepasst, das heißt, es gibt unzählige Wechselwirkungen zwischen unseren kulinarischen Vorlieben, unseren Genen, der Ernährung unserer Vorfahren und unserer regionalen Herkunft.“

Diese These vertritt auch die deutsche Ernährungsmedizinerin Ute Gola: „Die Stoffwechselwege gewöhnen sich an die Ernährung.“

Das Spannende daran ist, dass sich diese Erkenntnis auf die einzelnen Landstriche übertragen lässt: So werden beispielsweise in Bayern traditionell viele Innereien, wie Leber, Herz, Bries oder Milzwurst geses-



Milzwurst am besten paniert

sen. „Das ist gut für die Menschen dort“, sagt Ute Gola. Auf diese Weise können sie sich mit Omega-3-Fettsäuren versorgen, auch wenn sie relativ wenig Fisch essen.

Eindeutig ein Argument für unsere Milzwurst, eine alte bayrische Wurstspezialität, die vornehmlich in Ober- und Niederbayern gegessen wird. Früher das delikate Schnitzel der einfachen Leute!

Damals, als es noch selbstverständlich war, das ganze Schlachtier zu verarbeiten, hat man aus Wurstbrät, Milz und feinen Gewürzen wie Ingwer und Muskatblüte, frischer Zitronenschale, gehacktem Liebstöckel und Petersilie eine feine Brühwurst hergestellt. Traditionell zubereitet wird sie in Scheiben geschnitten, paniert, in der Pfanne gebraten und mit Kartoffelpüree serviert.

Wir in Herrmannsdorf möchten diese Vielfalt des traditionellen Metzgerhandwerkes nicht missen – probieren Sie doch mal die Herrmannsdorfer Milzwurst!



Bier des Monats



Das Schweinsbräu Weihnachtsbier ist ein typisches Festbier. Die Zugabe von dunklem Malz verleiht ihm seinen kräftigen, vollmundigen Geschmack. Zusammen mit einer feinen Hopfengabe ergibt es genau das richtige Bier – nicht nur für festliche Tage.

0,5 Liter
€ 1,59

Deftige Linsensuppe mit Wurst und Essig

Im Herbst und Winter ist Suppen- und Eintopfzeit. Bei der Linsensuppe bietet es sich an, gleich ein wenig mehr zuzubereiten. Schmeckt aufgewärmt fast noch besser!

Für 8 Personen:

- 2,5l Hühner- oder Rinderbrühe
- 500g Gourmetlinsen
- 2 Fenchel (ca. 400g)
- 350g Knollensellerie
- 2 Zwiebeln
- 3 Karotten (ca. 350g)
- 1 Chilischote
- 100g Bauchspeck geräuchert
- 1 Dose Tomaten in Würfel
- 1 Bund Petersilie, 50ml Apfelessig
- 3 Regensburger, 4 Paar Debreziner
- 1 Essl. Senf
- Für die dunkle Einbrenne
- 5 Essl. Bratöl, 80g Weizenmehl



So wird's gemacht:

Die Zwiebeln schälen und in Öl goldgelb braten. Den gewürfelten Speck dazu, das Gemüse putzen, in Würfel schneiden

und ebenfalls zu den Zwiebeln in den Topf geben. Die Linsen untermengen und mit der guten Herrmannsdorfer Brühe aufgießen. Langsam aufkochen lassen.

Die Tomaten und den Chili zugeben und etwa eine Stunde köcheln lassen. Die Regensburger pellen und in Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, das Mehl für die Einbrenne zugeben und mit dem Schneebesen unter ständigem Rühren schön braun werden lassen (dauert etwa 10 Minuten). Abkühlen lassen und nun die Einbrenne in die Suppe geben und nochmals 20 Minuten köcheln lassen.

Vor dem Servieren die Würste im Topf heiß werden lassen, mit dem Apfelessig abschmecken und mit frischer Petersilie abrunden.



Brot des Monats



1,25 kg
€ 4,79

Roggenbrot

Der vielseitige Klassiker einer jeden Bio-Bäckerei. Aus 100% Roggen, mit Roggen-Natursauerteig. Wunderbar luftig, hält mehrere Tage. Unsere Empfehlung: in dünne Scheiben schneiden.



Käse des Monats



100g
€ 1,69

Charmeux mit Röstzwiebeln

Ein besonders cremiger Schnittkäse. Sein würziges Aroma erhält er durch die Veredelung mit fein gerösteten Zwiebeln und seiner, mit Rotkulturen gepflegten Rinde. Hervorragend zur Brotzeit mit einem kühlen Schweinsbräu oder einem leichten Weißwein.



Wein des Monats



Trentin – La-Vis Merlot-Cabernet „Intaglio“ Dolomiti 2010

Von der bekannten Kellerei La-Vis kommt dieser neue Merlot/Cabernet. Seine saftige Frucht erinnert an Waldbeeren und Cassis. So ein klar definierter Wein erinnert deutlich an die Bergwelt der Region. Der Schraubverschluss garantiert maximale Reinheit! Ein sehr empfehlenswerter Wein.

0,75 Liter
€ 5,49

Projekt Zweinutzungshuhn – eine Erfolgsgeschichte

Die Herrmannsdorfer Landwerkstätten sind 2008 mit dem Landhuhnprojekt in die Thematik „Zweinutzungshuhn“ eingestiegen – sie sind angetreten, die Brüder der Legehennen zu retten und Hühner zu halten, die Eier legen und gleichzeitig ordentlich Fleisch ansetzen und die darüber hinaus auf den Bauernhöfen vermehrbar sind.

Die alten Hühnerrassen sind seit den 60er Jahren ausgestorben bzw. in der Leistung degeneriert. Damals legten z.B. die Italiener-Hühner noch 230 Eier im Jahr, die Restbestände dieser Rasse heute nur noch 140. 230 Eier wären für uns heute schon eine befriedigende Zahl.

Die heutigen Lege-Hybridhühner legen in Biobetrieben 280 bis 300 Eier (in konventionellen über 320) die Mastlinien lassen sich im Biobetrieb in 2 Monaten auf ca. 2,2 kg mästen (in konventionellen Betrieben in 28 Tagen auf ca. 1,6 kg).

Seit 2008 hat sich viel getan. Heute kann niemand mehr sagen, es gäbe keine Alternative zum Töten der Geschwisterküken. Die starke öffentliche Beachtung des Themas und die Entscheidung von Herrmannsdorf vor 4 Jahren, in die Haltung von Zweinutzungshühnern einzusteigen, mit der entsprechenden Beachtung, zuletzt durch den Bundespreis Ökologischer Landbau, haben viel in Bewegung gebracht. 3 verschiedene Wege zur Lösung des Problems sind heute praxisreif:

1. Der Herrmannsdorfer Weg mit Rassehühnern:

Wir haben in Herrmannsdorf die Rassen „Le Bleues“ und „Sulmtaler“. Diese kreuzen wir auch miteinander, um die positiven Eigenschaften beider Rassen

zu verbinden. Die Rasse Le Bleues legt ca. 200 Eier im Jahr, die Sulmtaler ca. 160. Die Le Bleues Hühner bringen es nach einer Mastzeit von 4 Monaten, die Sulmtaler nach 5,5 Monaten auf ein Schlachtgewicht von 2,5 kg. Beide Rassen werden wegen ihrer besonders



Hahn – gerettet und stolz

guten Fleischqualität geschätzt. Mit diesen Rassen sind wir unabhängig von den großen Zuchtkonzernen, da sie im bäuerlichen Betrieb vermehrt werden können. Auch andere Betriebe machen erste Versuche mit Rassehühnern – mit ähnlichen Ergebnissen. Aufgabe für die Zukunft wird es sein, die „Leistung“ dieser Hühner zu verbessern.

2. Die Mast der Brüder als Suppenhühner

Einige Betriebe mästen die Brüder der Hybrid-Legehennen und verkaufen diese äußerst schmalbrüstigen Tiere

minderer Fleischqualität dann als Suppenhühner oder für die Verarbeitung z.B. in Kindernahrung. So müssen diese Brüder nicht sinnlos sterben. Die Mehrkosten für die Mast der Brüder wird auf den Eierpreis umgelegt.

3. Das Hybrid-Zweinutzungshuhn von Lohmann

Aufgrund der Erkenntnis, dass sich die Legeleistung und der Fleischansatz gegenseitig begrenzen, haben die großen Zuchtkonzerne bisher keine Hybrid-Zweinutzungshühner gezüchtet. Doch jetzt ist es da, das Zweinutzungs-Hybridhuhn! Lohmann gibt die Legeleistung seiner Neuzüchtung mit 250 Eiern pro Jahr an, und die Mastleistung mit 2,5 kg in 2,5 Monaten. Diese Hybridlinie ist allerdings nicht bäuerlich vermehrbar, die Abhängigkeit der Bauern zu den Zuchtkonzernen bleibt.

Und nun wird's spannend: Macht sich die Biobewegung auf den Weg und nutzt eine der drei Alternativen mit dem Ziel, dass in wenigen Jahren keine Brüder von Legehennen für die Erzeugung von Bio-Eiern mehr sterben müssen? Und wird diese Regelung in die Richtlinien der Bio-Verbände und oder der EU Bio-Verordnung aufgenommen? Bio hat hier eine einmalige Chance sich zu profilieren, wird diese vertan, werden andere überholen. Die Eier werden um 5 bis 20 Cent teurer, aber wir sind sicher: Biokunden werden das gerne akzeptieren.

Wir Herrmannsdorfer werden zusammen mit Partnerbauern die Haltung unserer Zweinutzungshühner weiter ausbauen und versuchen, durch Zucht die Leistung weiter zu verbessern.

Karl Schweisfurth

Handgemachte Lebens-Mittel
in Ökologischer Qualität

ÖÖ
HERRMANNSDORFER
Landwerkstätten
mit Hofmarkt
85625 Glonn
Tel. 08093/9094-0

www.herrmannsdorfer.de
glonn@herrmannsdorfer.de

Unsere Geschäfte in
und um München

Viktualienmarkt
Frauenstr. 6, mit Bistro
ÖÖ, Tel. 089/26 35 25

Schwabing
Elisabethmarkt 8
Tel. 089/272 37 44

Augustenstraße 78
Backladen, Wurstbraterei
Tel. 089/57 00 41 01

Sendling, Am Harras 14
Tel. 089/72 01 62 77

Neuhausen
Nymphenburger
Straße 187
Tel. 089/167 93 15

Haidhausen
Max-Weber-Platz 2
Tel. 089/48 99 73 05

Bogenhausen
Herkomerplatz
mit Bistro + Cafe ÖÖ
Tel. 089/98 10 96 14

Pasing, Pasinger
Viktualienmarkt
Tel. 089/821 13 78

Gräfelfing, Bahnhofstr. 7
Tel. 089/89 89 26 82

Denning, Warthestraße 1
im VollCorner Biomarkt
Tel. 089/93 74 83

Solln, Wolfstratshäuser Str. 204
im VollCorner Biomarkt
Tel. 089/72 48 35 08

Herrmannsdorfer
Lebens-Mittel auch bei:

Biomarkt Planegg
Mathildenstraße 1
Tel. 089/8 54 32 84

Biomarkt Stemmerhof
Sendling
Plinganserstraße 6
Tel. 089/76 70 43 27

Ismaninger Naturkost
Ismaning
Mühlenstraße 2
Tel. 089/96 20 18 60

Biomarkt Grünwald
Grünwald
Marktplatz 1
Tel. 089/649 13 096

