Herrmannsdorfer
WOCHENMARKT

VON UND FÜR FREIGEISTER MIT SINN FÜR'S EHRLICH GUTE!

Handgemachte Lebens-Mittel in ökologischer Qualität

est. 1986

REZEPTE
Zum Sammeln, Nachkochen und Genießen
pag. 02 und 04

WISSEN
Feiern & Genießen
pag. 03

GESCHICHTEN
Familienfest im Sommerregen
pag. 04

FESTTAGE

Festtage unterbrechen unseren Alltag und erlauben zuweilen eine Rückschau. Sie sind eine Pause im routinierten Lebensablauf, die wir uns bewusst gönnen sollten. Für uns Herrmannsdorfer ist das Erntedankfest ein solcher Festtag und der Festgottesdienst schenkt dabei den gebührenden Rahmen, innezuhalten. Wir haben in diesem Jahr viel zu danken, denn Tiere, Äcker und Menschen haben wieder eine reiche Ernte hervorgebracht.

Die **Weideschweine** haben schon im Mai die große Weide im Süden neben der Gärtnerei bezogen. Sie sind zusammen mit den **Hühnern und Rindern** unsere besonderen Erntehelfer, denn sie nutzen eine unserer drei zweijährigen Kleegrasflächen. Auf diesen Flächen wird jedoch nicht nur Futterklee geerntet, der Stickstoff aus der Luft in den Boden bringt, sondern wir decken durch die tiefe Durchwurzelung des Bodens und durch die Grünmasse auch den Tisch für die vielen Bodenlebewesen, die wir verehren. Vor allem im Herbst haben **Würmer & Co.** bei uns reiche Ernte. Unser „neuer" Bauer Karl Schweisfurth hat auf den Äckern Zwischenfrüchte eingesät, die bis zur Einsaat des Wintergetreides zu einer vielfältigen Grünmasse heranreifen. Vorsichtig in den Boden eingearbeitet, ist das ideale Nahrung für sie und sorgt dadurch für einen natürlichen Humusaufbau.

Die Erträge unserer **Getreideernte** waren trotz der Hitze recht gut, da wir schwere lehmige Böden haben, welche die Feuchtigkeit gut halten. Gerste ist für die Schweine, Roggen, Weizen und Dinkel für unsere Bäckerei. Unsere **Kartoffeln**, die Sorten Linda und Ditta, sind schön und groß gewachsen und können ab Oktober wieder in unseren Geschäften direkt gekauft werden.

Die **Obsternte** war und ist in diesem Jahr gigantisch. Schwarze und rote Johannisbeeren wurden an Karl Kranawetter ins Wirtshaus und in unseren Geschäften verkauft. Die Zwetschgen, Renekloden, Mirabellen wurden in der Bäckerei zu fantastischem Datschi verarbeitet. Die Äpfel- und Birnenernte hat schon begonnen und wir freuen uns auf den Apfelsaft und den Birnenschnaps. Bis in den Oktober hinein können Sie sich an unseren einmaligen Himbeeren erfreuen.
Die Rückschau zeigt, dass in Herrmannsdorf alles mit allem zusammenhängt. Dank der vielen Mitarbeiter in der Landwirtschaft, den Werkstätten und Geschäften, können wir buchstäblich vom Boden bis zum Teller die reichhaltigen Schätze der Natur direkt an die Menschen weitergeben, die sie als Lebens-Mittel gerne kaufen. Alle gemeinsam wirken wir auf diese Weise wie eine soziale Plastik im Einklang mit der Natur.

Das möchten wir gerne mit Ihnen gemeinsam am 7. Oktober bei unserem Erntedankfest feiern!

Sammelrezept Nr. 140 • Ein spätsommerliches Rezept von Elisabeth Morra-Bruno, Eventmanagerin in Herrmannsdorf

GEFÜLLTER KÜRBIS MIT KRÄUTERTOPFEN

Für 4 Personen:
1 Hokkaido Kürbis
Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 Zucchini
1 rote Paprika
100 g Cocktailtomaten
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 g gemischtes Hackfleisch
150 g Couscous
ca. 300 ml Gemüsebrühe
150 g Fetakäse
100 g getrocknete Saftpflaumen
50 g Rosinen
1 TL Zimt
1 TL Kumin (gemahlen)
Kräutertopfen:
250 g Topfen
100 ml Sahne
Schnittlauch und Petersilie
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Kürbis oben abschneiden, mit einem Löffel aushöhlen und mit Olivenöl einreiben. Gemüsebrühe zum Kochen bringen und den Couscous nach Anleitung zubereiten. Das Gemüse und dem Knoblauch in kleine Würfel schneiden und mit dem Hackfleisch in etwas Olivenöl anbraten. Alles mit Kumin und Zimt würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pflaumen und den Fetakäse in kleine Würfel schneiden und mit den Rosinen, Couscous und Gemüse mischen. Die Füllung nun in den Kürbis geben, mit dem Kürbisdeckel verschließen, bei 180° C etwa 45-60 Minuten im Ofen backen.
Kräuter klein schneiden, Topfen und Sahne unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kürbis in Tortenförmige Stücke schneiden und mit dem Kräutertopfen servieren. Die Schale des Hokkaido kann übrigens mitgegessen werden.

Tipp: Als vegetarische Variante kann die Hackfleischmenge einfach mit der gleichen Menge Couscous oder gelben Linsen ersetzt werden.

HERRMANNSDORFER AUF DER WIESN

Die Lebens-Mittel aus unseren Werkstätten dürfen auf dem größten Volksfest der Welt nicht fehlen. Im kleinen aber feinen **„Wirtshaus im Schichtl“** ist Manfred Schauer der Wirt. Das „Zaubertheater“ der Künstlerfamilie Schichtl gibt es seit 1869 auf dem Münchner Oktoberfest. Im Jahre 1985 übergab die Familie – aus Altersgründen und mangels Nachkommen – an den Quereinsteiger aus der Münchner Großmarkthalle, Manfred Schauer, dem Tradition und ordentliches Feiern ein echtes Anliegen ist.

Schon 2005 entschied er, Fleisch, Wurst und Holzofenbrot nur noch aus Herrmannsdorf zu beziehen, denn, so seine Worte: „Das Bio-Essen vom Herrmannsdorfer ist zwar nicht billig, kostet aber weniger als es wert ist.“ Täglich steht Manfred Schauer 12 Stunden lang auf der Bühne seines einmaligen Varitées. Schauen Sie mal vorbei beim Schichtl. Nach dem anregenden Humor können Sie dort mit gutem Gewissen so richtig gut speisen, zum Beispiel **Bayrischen Wurstsalat, ofenfrischen Leberkäs‘**, **Chili-Fleischpflanzerl** – oder richtig zünftig den ofenfrischen **Krustenbraten, Grillfleisch von der Herrmannsdorfer Landsau, Münchner Tafelspitz vom Weiderind** oder **Ochsenfetzen.** Die legendär gute Stimmung im gemütlichen Schichtl-Zelt zeigt, dass gutes Essen die beste Voraussetzung ist, um mal richtig die Sau rauszulassen.

Reservierungen für das Wirtshaus im Schichtl unter Tel. 0178/8858055, Fax 089/7596453 schichtlgastro@aol.com, www.schichtl.by

He – Schon gewusst?

Die Natur beschert zu jeder Jahreszeit das Richtige für Körper und Seele

Die vielen Beeren mit ihren kräftigen Farben enthalten jetzt die Heilkräfte, die im Frühjahr im Grün der Kräuter und Blätter schlummern. Sie bieten mit ihren Pflanzenfarbstoffen (Anthocyane und Flavonoide) Zellschutz und enthalten viel Vitamin C.

Wir empfehlen Holunder (muss gekocht werden), Brombeere, Heidelbeere, Himbeere oder Sanddorn.

Und der tägliche Apfel sollte nicht auf dem Speiseplan fehlen. Das Pektin in der Schale ist ein natürliches Präbiotika, also Futter für unsere Darmflora.

FEIERN & GENIESSEN IN DER HANDWERKSTATT

Die Zeit vergeht wie im Flug, so macht sich der ein oder andere vielleicht schon Gedanken, wie er das Jahr abrunden möchte. Sei es eine Feier im Kreis der Familie oder mit Kollegen gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen um einfach mal Danke zu sagen. Unsere Handwerkstatt – die besondere Akademie für gute Lebens-Mittel –bietet dafür einen ungewöhnlichen Rahmen. Hier finden jede Woche unsere Kurse fürs Backen, Wursten, Fleisch zubereiten, Brauen und viele andere Themen rund ums gute Essen statt. Mit Hand, Herz und Kopf einfach mal ehrliche Lebens-Mittel selbst zu machen – das stärkt nicht nur den Teamgeist, sondern macht richtig viel Spaß.

Für Ihre Feier haben wir uns eine spezielle Kombination ausgedacht, so dass Sie alle gemeinsam, mit Groß und Klein Wursten, Backen, Buttern und/oder Strudeln können – dabei entsteht nicht nur ein fantastisches Menü, sondern auch ein tolles Event.

Nach getaner Arbeit werden dann die selbstgemachten Lebens-Mittel zubereitet. Das frisch gegrillte Fleisch, die Würstel oder auch die warmen Brezn mit der geschlagenen Butter sind ein Genuss und schmecken vor allem selbstgemacht am besten. Mit Stolz schauen Sie dann auf das vollendete Werk auf dem Buffet, das wir mit knackigen Salaten, Gemüse und unserem Brot frisch aus unseren eigenen Werkstätten ergänzen. Wenn Sie selbst gestrudelt haben, gibt‘s zum Dessert den Apfelstrudel mit originaler Vanillesauce ohne Tütchen – ein Gedicht.

Wer sich lieber gemütlich zurücklehnen möchte, kann die Arbeit auch anderen überlassen. Wir verwöhnen Sie gerne mit einer Herrmannsdorfer Brotzeit oder mit gutem Fleisch vom Grill. Wir bereiten unsere leckeren Schmankerl vor, frische Brezn, cremigen Obazdn und unsere guten Wurst- und Käsesorten vom Hof, dazu unser Brot aus der Natursauerteig-Bäckerei. Wer‘s warm haben möchte, wählt sich eine unserer Suppen oder köstlichen Quiches aus und, zum Abrunden des Menüs, saftigen Kuchen von unseren Bäckern.

Unser Grillfest ist etwas ganz Besonderes, hier werden die leckeren Würstel und würzigen Spieße frisch auf dem Grill zubereitet. Während der Grillmeister die Ärmel hochkrempelt, können Sie sich einfach am Buffet bedienen, es sich richtig gut gehen lassen und die Zeit genießen.
Der wunderschöne, angrenzende Kräutergarten ist auch im Herbst und Winter ein besonderer Ort und mit Feuerschale und heißem Glühwein ein gemütliches Plätzchen, zur Begrüßung für den Empfang oder auch für ein paar Worte zwischen Kunst und Natur.

Um sich für das neue Jahr von unserem philosophisch-ökologischen Geist inspirieren zu lassen, empfehlen wir unsere Hofführung. Sie lässt sich ideal mit Ihrer Feier kombinieren und bietet interessante Einblicke. Herrmannsdorf ist ein besonderer Ort, weil so vieles zusammenkommt und man authentisch erleben, kann wie vom Acker bis zum Teller gute Lebens-Mittel entstehen, die man mit gutem Gewissen genießen kann. Und Herrmannsdorf ist schön. Denn es ist uns ein Anliegen, die Welt ein bisschen schöner zu hinterlassen, als wir sie betreten haben.

BROT DES MONATS

Haferbrot

Weizen und Hafer – eine geschmackvolle Verbindung. Das Hafervollkornmehl verleiht diesem Landbrot die besondere Würze.

750 g **€ 4,49** Angebot bis 30. September

KÄSE DES MONATS

Morbier Arnaud

Einst von den Käsern aus dem Comté für den Eigenverbrauch hergestellt. Der Käsebruch ruhte und wurde zum Schutz mit Pflanzenasche bestreut. Dann schichtete man einen zweiten Käsebruch darüber. Cremiger, feinsäuerlicher Geschmack – eine Beonderheit!

100g **€ 2,39** Angebot bis 30. September

WEIN DES MONATS

Weißwein, Deutschland

Grauburgunder Q.tr. 2017

Pfalz, Kesselring

Das Weingut steht für makellose, fruchtige und definierte Weißweine. So auch dieser Grauburgunder: zart-nussige Aromen mit einer Spur von Äpfeln, durchaus saftig im Stil und ausgesprochen schön zu trinken. Mit seiner harmonischen Säure passt er sich zudem vielen Gerichten sehr gut an.

0,75 l Liter **€ 6,49**
Angebot bis 30. September

He – Essen ist fertig!

UNSER 15-MINUTEN-REZEPT-TIPP!

Panzanella – italienischer Brotsalat, für 2-3 Personen:
2-3 Semmeln vom Vortag, 10 kleine reife Tomaten und 3 saftige Ochsenherztomaten, 1 große rote Zwiebel, 1 Handvoll Basilikum, 1-2 Knoblauchzehen, Olivenöl, Rotweinessig, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, Salz

1. Das Brot in Würfel schneiden. Dann den Backofen auf 140°C vorheizen. Die Brotwürfel auf einem Blech verteilen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Knoblauchzehen andrücken und mit aufs Blech geben. Die Brotwürfel rösten, bis sie goldbraun sind.
2. Währenddessen die Tomaten waschen und würfeln. Die rote Zwiebel in hauchdünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Salzen und etwa 10 Minuten stehen lassen. Dann die Tomaten zugeben und mit Olivenöl, Rotweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt die Basilikumblätter und die Brotwürfel dazu, gut vermischen und nochmal 10 Minuten ziehen lassen.
Tipp: Dieser toskanische Brotsalat ist der perfekte Begleiter für Gegrilltes – besonders toll mit unserer leckeren Salsiccia.

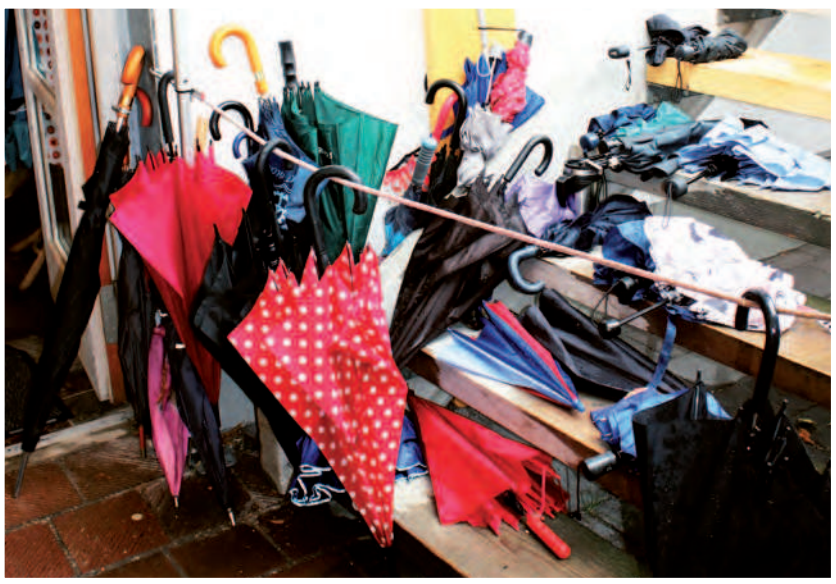
He – Was geht?

GEMÜSE, OBST & BLUMEN

Bei Werner und Susanne Schmid wächst in den letzten Spätsommertagen so ziemlich alles, was das Herz begehrt. Auberginen, Zucchini, Tomaten, Paprika, viele Salatvariationen, Gurken, verschiedene Kürbissorten, Zwiebeln, Kräuter, Kraut und Rüben und vieles mehr.

Taufrisch geerntet bringen die Gärtner jeden Morgen diese Schätze der Natur zum Verkaufsstand im Hofladen. Eine Gärtnerei mit einer solchen Vielfalt an verschiedenen Kulturen ist heute eine Seltenheit geworden und sie ist nur möglich, weil alles auf kurzen Wegen ohne Verpackungsaufwand direkt zum Kunden gebracht werden kann. Ihr Obst und Gemüse wird im Landkreis auch als ABO-Kiste oder Bestellkiste direkt ins Haus geliefert.

Eine besondere Augenweide ist in diesem Jahr wieder die Blumenwiese von Susanne, die zum Selberpflücken einlädt. Da sind viele Blumensorten dabei, die man nur aus alten Bauerngärten oder Feldhainen kennt und die in ihrer Vielfalt und Farbenpracht einmalig sind. Mit solchen Blumen kann man Freude schenken, um so mehr, wenn beim Pflücken der Strauß allmählich zu einem kleinen Kunstwerk wird.



FAMILIENFEST IM SOMMERREGEN

Jedes Jahr feiern wir gemeinsam mit unseren Mitarbeitern ein großes Fest, um Danke zu sagen, die Mitarbeiter zu ehren und eine schöne Zeit außerhalb des Arbeitsalltags zu verbringen. In diesem Jahr durfte die ganze Familie mit dabei sein! Ausgerechnet beim Mitarbeiterfest hat es sturzflutartig geregnet – aber der spontane Umzug in unsere Handwerkstatt hat sich als großes Glück erwiesen. Nicht nur Flora und Fauna, sondern auch Kind und Kegel konnten sich freuen. Gemütlich beieinander gerückt haben es sich alle gut gehen lassen. Es gab köstliche Steaks, sizilianische Salsiccia nach dem original Rezept unseres Metzgers Gaetano und der Bio-Hof Mora Mora hat uns mit leckerem Döner verköstigt. Jeder hat noch etwas mitgebracht und so hatten wir ein wunderbares Buffet und fabelhafte Desserts.

Nach den Ehrungen gab es eine tolle Mitarbeiterralley mit anschließender Preisverleihung und eine Führung mit unserem Imker. Es war ein rundum schönes Familienfest, ganz im Sinne unseres Familienunternehmens.

Hier finden Sie unsere Herrmannsdorfer Lebens-Mittel

—

Viktualienmarkt
Frauenstraße 6, mit Bistro
Tel. 089.26 35 25

Schwabing
Elisabethmarkt 8
Tel. 089.272 37 44

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
Tel. 089.98 10 96 14

Pasing
Pasinger Viktualienmarkt
Tel. 089.821 13 78

Denning, im VollCorner Biomarkt
Warthestraße 1
Tel. 089.93 74 83

Gauting, im VollCorner Biomarkt
Leutstettener Straße 2
Tel. 089.89 54 35 03

Solln, im VollCorner Biomarkt
Wolfratshauser Straße 204
Tel. 089.72 48 35 08

Herrmannsdorfer Lebens-Mittel auch bei:

—

Sendling, Biomarkt Stemmerhof
Plinganserstraße 6
Tel. 089.76 70 43 27

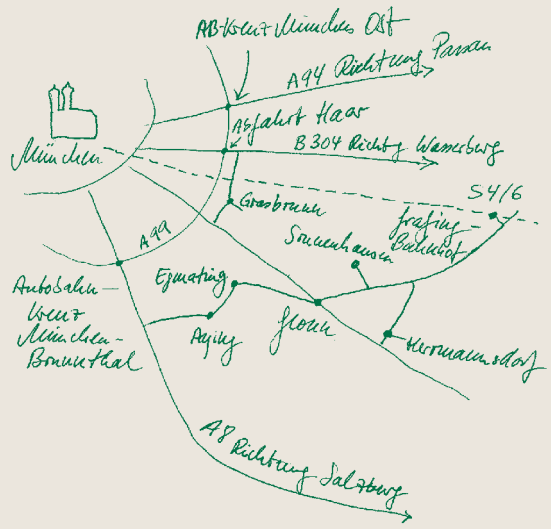
Ismaning, Ismaninger Naturkost
Bahnhofstraße 9
Tel. 089.96 20 18 60

Grünwald, Biomarkt Grünwald
Südliche Münchener Straße 2 a
Tel. 089.64 91 30 96

Herrmannsdorfer Landwerkstätten
Herrmannsdorf 7, 85625 Glonn
Tel. 08093.9094-0
Hofmarkt: Tel. 08093.9094-34
Wirtshaus: Tel. 08093.9094-45

—

Herausgeber:
Herrmannsdorfer Landwerkstätten
Redaktion und Texte:
Gudrun Schweisfurth
Konzept und Gestaltung:
Zeichen & Wunder GmbH, München
Layout und Satz:
Annette Hartmann, vor-druck.de
Titelfoto:
Hans-Günther Kaufmann
Druck:
Druck-Ring, München



herrmannsdorfer.de · info@herrmannsdorfer.de