

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

Ausgabe 16: September 2005



HERRMANNSDORFER

Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



In der Ruhe liegt die Kraft

und der gute Geschmack unserer Brote

Seite 1



ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2



Herrmannsdorfer Sommercamp

Hertener Schüler beim Praktikum

Seite 2

Bio-Wein - ist nicht nur gesünder sondern schmeckt auch besser!



Dipl. Sommelier Toni Wallner prüft jeden Wein persönlich



Eine Auswahl aus der „Selektion Herrmannsdorf“

Die Bedeutung des biodynamischen Weinbaus ist erwiesen. Viele der weltbesten Weingüter arbeiten nach einer Methode, die auf den Naturphilosophen Rudolf Steiner zurückgeht. Und der Erfolg spricht für sich.

Denn Bio-Weine sind nicht nur gesünder, weil völlig frei von Chemie, sondern sie sind meistens auch deutlich besser im Geschmack. Trotzdem baut der Großteil der Winzer seine Weine immer noch konventionell an, gepudert, gespritzt, gebügelt, gezuckert, gesäuert, mit allen chemischen Hilfsmitteln manipuliert, welche die Pharmaindustrie bereithält.

Das alles bleibt Ihnen beim Trinken von Bio-Weinen erspart.

Um auf chemische Manipulation im Weinkeller verzichten zu können, braucht der Winzer einen

starken Charakter und einen gesunden Glauben. Der Boden macht die meiste Arbeit, ist er doch die Voraussetzung für einen sauberen Wein. Wenn sich ein Landwirt gegen jegliche Art chemischer Hilfsmittel entscheidet, kann man seinen Mut ruhig bewundern, denn die meisten Böden sind durch konventionelle Landwirtschaft weitgehend unfruchtbar geworden. Hier bauen die Biodynamiker auf die Selbstheilung der Natur - die Homöopathie kommt ins Spiel. Das kostet viel Zeit, Mühe und vor allem Geduld.

Und wieder stößt man auf das alte Problem der Landwirtschaft: Massenproduktion und Qualität sind nicht vereinbar.

Glücklicherweise ist für Mega-Weingüter in den besseren Lagen kein Platz. Die Lage - oder „le

terroir“, wie der Zeitgeist die individuelle Herkunft von Wein nennt - ist für Bio-Winzer das höchste Gut. Denn der gute Geschmack eines Weines kommt aus dem Boden und nicht von der Technik.

Wir Herrmannsdorfer haben den Weinkenner und Dipl. Sommelier Toni Wallner beauftragt, Weine für uns zu verkosten und auszusuchen, die unserem hohen ökologischen Qualitätsstandard und unserer Liebe zum guten Geschmack entsprechen. Entstanden ist dabei ein der Saison und den Jahrgängen entsprechend wechselndes Sortiment, bei dem wir jeden Wein mit gutem Gewissen empfehlen können.

Alle Weine stammen ausschließlich aus ökologischem Anbau!



Die Wittmann Weine sind ein fester Bestandteil in unserem Herrmannsdorfer Sortiment.

Seit 1663 baut das Familienunternehmen Riesling Reben, Silvaner und Burgundersorten im alten Marktflecken Westhofen in Rheinhessen an.

Bereits über ein Jahrzehnt wirtschaftet das Weingut kontrolliert ökologisch.

Die Qualitätsphilosophie

Intensive Weinbergspflege das ganze Jahr über, niedrige Erträge und eine konsequente Selektion der Trauben von Hand, schaffen die Grundlage für eine hohe Weinqualität.



Herrmannsdorfer „Slow Baking“

Etwa 2500 Sorten Brot gibt es in Deutschland, so viele wie nirgendwo sonst auf der Welt. Meist stammt die Ware aus Fabriken und jene Bäcker, die noch einen Ofen haben, nutzen ihn lediglich dafür, Halbfertiges aufzubacken. Wer überhaupt noch den Teig selbst ansetzt, greift oft zur fertigen Backmischung, nur noch ganz selten wird alles selbst gerührt, geknetet und geformt - so wie in unserer Bäckerei in Herrmannsdorf.

Bei uns gibt es keine Hilfsmittelchen der Backwarenindustrie, wie Fertigbackmischungen, künstliche Backtriebmittel oder Fertigsäuerungsmittel, die zur Beschleunigung des Backprozesses beitragen sollen.

In Herrmannsdorf gibt man den Broten, Brötchen und vor allem dem Teig die Zeit, die sie brauchen, um wirklich gut zu werden - denn die Zeit ist beim Backen ein wichtiger Geschmacksfaktor.

So braucht beispielsweise der Teig unseres



Handarbeit, die man schmeckt

„Sonnenhausener Laibs“ mehrere Stunden zum „Ruhem“ und „Gehen“. In dieser Zeit bilden sich die Milchsäure- und Essigsäurebakterien, die für die Lockerung und den kräftigen Geschmack eines Sauerteigbrottes verantwortlich sind. Das besondere am „Sonnenhausener Laib“: er wird doppelt gebacken, dadurch wird die Kruste dicker, und im Inneren bleibt das Brot länger frisch. Auf diese Weise gebackenes Brot bleibt ohne weiteres eine Woche frisch. Daran erkennen Sie wirkliche Qualität!

Auch eine gute Semmel braucht Zeit - ohne künstliche Triebmittel, nur mit Hefe, geht der Teig ganz langsam auf. In dieser Zeit baut die Hefe Stärke ab. Je länger es dauert, umso dünner wird die Rösche, wie die Bäcker die Krustenbeschaffenheit nennen: Die Semmel wird knuspriger.

Es ist Zeit, sich wieder auf Tradition und Qualität zu besinnen. Lassen Sie sich doch einfach vom guten Geschmack überzeugen!



Wein des Monats



Spanien - Irjimpa

Merlot „Parra“
La Mancha 2004

Ein konzentrierter und intensiv-harmonischer Merlot aus der heißen spanischen Zentralebene. Nehmen sie ruhig ein großes Glas!

Eine erstaunliche Qualität in dieser Preisklasse.

0,75 Liter

€ 4,29

SAMMELREZEPT NR. 16 von Franz Zauner, Koch im Herrmannsdorfer Bistro Bogenhausen.
Er freut sich, wenn er Sie auch mal persönlich bekochen darf.

Osso Buco vom Lamm

Zutaten für 4 Personen:
800g Lamm Osso Buco
6 mittelgroße Kartoffeln
4 rote Zwiebeln
4 gelbe Rüben
300g grüne Bohnen
1 Dose gehackte Tomaten
1 Rosmarinweig
2 Knoblauchzehen
¼ l Rotwein
Olivenöl
Pfeffer und Salz



gute Stunde garen. Jetzt haben Sie Zeit zum Kartoffel schälen und vierteln, mit Pfeffer und Salz würzen, ebenfalls in eine Reine oder Auflaufform geben, Olivenöl, Rosmarin und Knoblauch nach Belieben dazu und zu dem Osso Buco in den Ofen schieben. Die Kartoffel hin und wieder etwas wenden.

Die Bohnen waschen, putzen, in 3-4 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser „al dente“ kochen.

Etwa fünf Minuten bevor sie das Osso Buco aus dem Ofen nehmen, heben Sie die Bohnen unter, und schieben das Ganze noch mal kurz ins Rohr. Am Schluss noch mal mit Pfeffer und Salz abschmecken, fertig!

Tipp: Neue Kartoffeln können Sie auch mit Schale essen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachkochen!

Und so wird's gemacht:

Die Beinscheiben vom Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Reine oder einem Schmortopf mit Olivenöl von beiden Seiten gut anbraten.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln und Gelben

Rüben schälen und schneiden, mit in die Reine geben und kurz mitrösten, die Knoblauchzehen in der Schale etwas quetschen und ebenfalls zugeben. Die gehackten Tomaten und den Rosmarin dazu, das Ganze mit Rotwein ablöschen und ab ins Rohr, bei 160°C eine

Hier finden Sie in jeder Ausgabe ein ÖQ Rezept zum Nachkochen und Genießen.

Wein, Brot und Käse des Monats nicht in Hannover erhältlich



Käse des Monats



100g
€ 1,69

Taleggio

Der Taleggio wird ausschließlich in den Provinzen Bergamo, Brescia, Como, Cremona, Lecco, Lodi, Mailand, Novara, Pavia und Treviso hergestellt, entsprechend der alten Traditionen nur aus Kuhvollmilch. Er hat einen feinen, milden Geschmack mit einer ganz leichten säuerlichen Note, manchmal mit trüffelartigem Nachgeschmack.



Brot des Monats



Stück/750g
€ 2,29

Hausbrot

Unser Hausbrot ist ein kräftiges Roggenmischbrot aus Natursauerteig, Sonnenblumenkernen, Kürbiskernen und Leinsamen. Durch das Zusetzen von Weizenreber bleibt die Krume schön saftig und hält lange frisch. Ein kräftiges und vielseitiges Brot, zum Frühstück oder zur Brotzeit.

Hertener Schüler schnuppern Landluft

Seit sieben Jahren fahren Schüler der neunten Jahrgangsstufe aus Hertener in Westfalen zum Sommercamp in die Herrmannsdorfer Landwerkstätten. Reinschnuppern aber auch anpacken, heißt die Devise bei diesem ökologischen Landpraktikum.

Mit Zuschauen allein ist es nicht getan.

Die Geburt von Ferkeln, die Produktion von hochwertigen Fleisch- und Wurstwaren, mit Geschick eine Brezn' formen, das Zubereiten von Speisen in einem Restaurant der Extra-Klasse: All das erlebten 18 Schülerinnen und Schüler aus Hertener vom 26. Juni bis zum 10. Juli hier in Herrmannsdorf.

Vom ersten Tag an konnten sich die elf Jungen und sieben Mädchen Einblicke in die unterschiedlichen Arbeitsbereiche verschaffen und die dortigen Mitarbeiter tatkräftig unterstützen.

In der Herrmannsdorfer Brauerei, Metzgerei, Bäckerei, Landwirtschaft, Hoftechnik, Hauswirtschaft, Spezialitätenküche und dem Restaurant „Schweinsbräu“ wurde kräftig mit angepackt, und schon nach wenigen Tagen hatten viele der Jugendlichen ein Spezialgebiet für sich entdeckt.

Ein ganz besonderes Erlebnis ist immer wieder die Mitarbeit in unserer Metzgerei. Mit ziemlich gemischten Gefühlen sehen die Jungen und Mädchen diesem Tag entgegen. Von fünf bis acht im Schlachthaus und am

Zerlegetisch, das ist die kritische Phase. „Da wird es einem schon mal etwas anders“, verriet die Schüler. Die Weiterverarbeitung und das Wurstmachen war dann gar kein Problem mehr, da konnte dann wieder fleißig mitgearbeitet werden. Diesmal haben alle



Die Schüler haben kräftig mit angepackt - so ein Landpraktikum ist nicht nur idyllisch

durchgehalten. In früheren Jahren kam es schon mal vor, dass jemand den Schnupperstag in der Metzgerei abbrechen musste. Wer in der Bäckerei mitarbeiten wollte, durfte sogar noch etwas früher aufstehen. Und der eine oder andere stellte fest, dass Brötchen backen gar nicht so leicht ist und vor allem das „Brezn' schlingen“ ganz schön viel Übung erfordert.

Landwirtschaft ist Knochenarbeit. Diese Erfahrung machten zwei der Mädchen. „Schon ganz schön anstrengend“, meinten sie, als sie am Abend nach dem Distel schneiden bei sengender Hitze vom Feld zurückkehrten.

So gab es eine Fülle von Eindrücken tagsüber bei der Arbeit, aber auch nach Feierabend und am Wochenende kam keine Langeweile auf. Neben der obligatorischen Fahrt nach München, ging es unter anderem nach Benediktbeuern, um die Ausstellung „Was essen wir wirklich“ von Karl Ludwig Schweisfurth zu besuchen.

Informationen über die symbiotische Landwirtschaft erhielt die Gruppe aus „erster Hand“ von ihrem Gastgeber Karl Ludwig Schweisfurth.

Und beim anschließenden Abendessen blieb genügend Raum für ausgiebigen Erfahrungsaustausch, bevor es dann Zeit wurde, Abschied zu nehmen.

Das Sommercamp ist möglich, weil Karl Ludwig Schweisfurth und die Hertener Bürgerstiftung die Finanzierung übernehmen.

Karl Ludwig Schweisfurth ist gebürtiger Hertener. Aus dieser Verbindung zu seiner alten Heimat entstand die Basis für das Sommercamp.

Karl Schweisfurth, der die Leitung der Herrmannsdorfer Landwerkstätten von seinem Vater übernommen hat, versichert: „Die Hertener sind jedes Jahr wieder eine Bereicherung für die Herrmannsdorfer. Wir freuen uns, dass wir mit unserem Beitrag den Jugendlichen praktisch und realitätsnah die Arbeitswelt vermitteln können.“

Handgemachte Lebens-Mittel
in Ökologischer Qualität

ÖQ
HERRMANNSDORFER
Landwerkstätten

www.herrmannsdorfer.de

Herrmannsdorfer
Landwerkstätten
mit Hofmarkt
Herrmannsdorf 7
85625 Glonn
Tel. 08093/9094-0
Fax 08093/9094-10

Filialen in München:
Am Viktualienmarkt
Frauenstraße 6
mit Bistro ÖQ
Tel. 089/26 35 25

Nymphenburger
Straße 187
Tel. 089/167 93 15

Elisabethplatz 8
Tel. 089/272 37 44
(Mo. geschlossen)

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

Bäckerstraße 7
Pasinger Viktualienmarkt
Tel. 089/821 13 78

Am Harras 14
Tel. 089/72 01 62 77

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

Herkomerplatz/
Bülowstraße 3
mit Bistro + Cafe ÖQ
Tel. 089/98 10 96 14

Warthestraße 1
im Kornfeld Naturkost
Tel. 089/93 74 83
(Mo. geschlossen)

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

Hannover:
Ernst-August-Platz 5
in Galeria Kaufhof
Tel. 0511/353 69 06

Filialen um München:
82166 Gräfelfing
Bahnhofstraße 7
Tel. 089/89 89 26 82

82166 Gräfelfing
Finkenstraße 29, im
Regional & frisch Markt
Tel. 089/89 89 08 20

82269 Kaltenberg
Schwabhauser Str. 4a
Tel. 08193/93 91 58

85737 Ismaning
Mühlenstraße 2
im Ismaninger Naturkost
Tel. 089 / 96 20 1860

