

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

Ausgabe 75: März 2011



HERRMANNSDORFER

Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



Gemüsebrühe & Co.

aus der Herrmannsdorfer Spezialitätenküche

Seite 1



ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2



Der Alte

aus Herrmannsdorf Kolumne 4

Seite 2

Die Herrmannsdorfer Brühen – mit dem reinen Geschmack der Natur

Sicherlich kennen Sie die Diskussion um Geschmacksverstärker, die uns heute nicht nur in Fertigprodukten, sondern mittlerweile in nahezu allen industriell hergestellten Lebensmitteln begegnen.

Was in konventionellen Lebensmitteln als Geschmacksverstärker bzw. Glutamat verwendet wird, ist bei Bioprodukten verboten. Jedoch wird auch im Biobereich häufig eine andere Form von Glutamat zugefügt, um den Geschmack zu verstärken. Bei industriell hergestellten Bioprodukten, wie Instantbrühen oder Tütensuppen, lesen wir auf der Zutatenliste oft „Hefeextrakt“ oder „Würze“. Bei Wikipedia wird der Unterschied zwischen beiden gut erklärt:

„Da Hefeextrakt freies Glutamat nicht in isolierter Form enthält, besitzt es keine E-Nummer und gilt nach dem Gesetz nicht als Geschmacksverstärker, auch wenn es



Philippe Larrazet beim Kochen der Gemüsebrühe

geschmacksverstärkende Eigenschaften hat. Daher können auch Produkte, die als „frei von Geschmacksverstärkern“ gekennzeichnet sind, Glutamat enthalten (in Form von Hefeextrakt). Hefeextrakt besteht zu ca. 7% aus Glutamat.“ Unsere Herstellungsphilosophie in Herr-

mannsdorf folgt dem Prinzip: Nichts zusetzen, sondern den reinen natürlichen Geschmack hervorbringen. Wenn's um Brühen und Suppen geht, hilft da nur eins: selbst kochen mit frischen Zutaten. Um Ihnen eine echte Herrmannsdorfer Alternative zu den Instantbrühen zu bieten, haben wir unseren Koch aus der Spezialitätenküche gebeten, neben der Rinder- und Geflügelbrühe nun auch eine Gemüsebrühe herzustellen. Aus gutem Wurzelgemüse, Zwiebeln, Fenchel, Liebstöckel, Rosmarin und Petersilienwurzel bringt er mit viel Zeit den ganz eigenen Geschmack der Natur hervor, ohne Zusatz von Hefeextrakt. Probieren Sie es doch einfach mal aus!

Übrigens: Beim Kochen und Reifen entstehen von alleine natürliche Glutamate, die man nicht künstlich erhöhen muss. Die Industrie hat sich ihre Ideen von diesem natürlichen Prozess lediglich abgeschaut.

Ehrfurcht vor dem Leben
... lässt uns über das Töten reden



Karl Ludwig Schweisfurth
seine Symbiotische Landwirtschaft
und sein Schlacht-Fest-Haus

„Ehrfurcht vor dem Leben ... lässt uns über das Töten reden“ Ein Jahr lang hat der bekannte Filmmacher Bertram Verhaag das Wachsen in der Symbiotischen Landwirtschaft von Karl Ludwig Schweisfurth gefilmt und schließlich auch das traditionelle Schlachten beim Schlachtfest mit der Kamera begleitet. Ein ehrlicher, auf-rührender Film über den würdigen Umgang mit unseren Nutztieren, über deren Leben und Sterben und die wertschätzende Umwandlung von Leben in Lebens-Mittel. Beim diesjährigen Kulinarischen Kino der Berlinale wurde dieser Film gezeigt und interessiert aufgenommen.

Erhältlich in allen Herrmannsdorfer Geschäften oder bei der Schweisfurth-Stiftung
Tel. 089/17 95 95-10
E-Mail: cthomas@schweisfurth.de (€ 15,00)



Herrmannsdorfer erzählen aus 25 Jahren Herrmannsdorf

Auf der Suche nach dem echten Schweineleben!

Im Gespräch mit Rudolf Senckenberg, Leiter der Landwirtschaft in Herrmannsdorf seit 1986. Karl Ludwig Schweisfurth (KLS) hat damals das Gut Herrmannsdorf von der Familie Senckenberg erworben.

Rudolf, wie war das damals ganz am Anfang? Wie bist Du zum Leiter der Herrmannsdorfer Landwirtschaft geworden?

Ich habe mich mit vielen anderen ganz regulär beworben. Mein Vorstellungsgespräch in der Schweisfurth-Stiftung werde ich nie vergessen. Das war eine tolle Aufbruchstimmung! Die Visionen von KLS haben mich begeistert – das war ein komplett neuer Denkansatz.

Was war so anders an den Ideen von KLS?

Das Besondere war, dass wir die Aufgabe hatten, nach einem vollkommen anderen Denken zu arbeiten. Die Schweine standen im Vordergrund, wir sollten herausfinden, was sie zu einem glücklichen Leben brauchen. Das war so vollkommen konträr zu dem, was ich bislang gelernt hatte, dass es mich total faszinierte. Wir hatten sogar in Erwägung gezogen, Erdlöcher für die Schweine zu bauen. Das haben wir dann wieder verworfen!



Rudolf Senckenberg

Wie kam denn das Schwäbisch-Hällische Schwein nach Herrmannsdorf, war das von Anfang an klar?

Nein, ganz und gar nicht. Wir haben viele Rassen ausprobiert, z.B. Bentheimer, Pietrain, Mangalitzta ... das war ein längerer Prozess. Für uns hatte Priorität: Eine alte Rasse, gute Fleischqualität, nicht zu mager, robust und gute „Muttersauqualitäten“ sollte unser Schwein haben. So kam das Schwäbisch-Hällische Schwein nach Herrmannsdorf und ein bisschen auch, weil es so hübsch aussieht.

Wie war das denn mit dem Futter und was bedeutete das für die Landwirtschaft in Herrmannsdorf?

Wir haben die Landwirtschaft von heute auf morgen umgestellt, ohne künstliche Dünger und Pestizide. Das Futter für die Schweine wurde in Herrmannsdorf oder zumindest regional angebaut. Das war gar nicht so leicht. Schweine brauchen Eiweiß, also bauten wir Ackerbohnen und Erbsen an. Das Thema beschäftigt uns permanent, das ist ein laufender Prozess. Vor einigen Jahren haben wir die Klee-grasfütterung wieder eingeführt, letztes Jahr die Futterkartoffel.

Was würdest Du abschließend sagen, würdest Du diesen Weg wieder so gehen?

Auf jeden Fall. Für mich waren drei Dinge sehr wichtig: Ich konnte mich fachlich weiterentwickeln, meine Familie lebt am Hof und trägt den Herrmannsdorfer Gedanken mit und ich hatte und habe immer wieder die Möglichkeit, interessante Personen kennenzulernen und den Austausch zu pflegen. Karl Ludwig Schweisfurth hat es geschafft, für jeden Mitarbeiter Freiräume, „geistige Freiräume“ zu schaffen, die auch eine persönliche Entwicklung zulassen.



Bier des Monats



Schweinsbräu Jubiläumsbier

Naturtrüb & saugut – natürlich auch zum 25-jährigen Jubiläum!

Genießen Sie dieses malzaromatische Festbier, im traditionsreichen Riedener Brauhaus nach original Schweinsbräu-Rezeptur gebraut.

0,5 Liter
€ 1,59
+ Pfand

Geschmorte Ochsenbacken mit Pflaumen und glaciertem Chicorée

Rezept für 4 Personen:

2 Ochsenbacken (ca. 800g), Röstgemüse (Zwiebel, Karotte, Sellerie), Rotwein, Tomatenmark, getrocknete Pflaumen ohne Kern, Pflaumenmus, Rinderbrühe

Gemüse: Chicorée, Karotte, Sellerie, Zitrone

So wird's gemacht: Ochsenbacken mit Pfeffer und Salz würzen, in einem Bräter gut anbraten und dann herausnehmen. Das Röstgemüse und den Knoblauch gut anbraten, einen Essl. Tomatenmark dazu und etwas mitrösten lassen. Etwa 2 Essl. Pflaumenmus zufügen und das Ganze mit einer halben Flasche kräftigem Rotwein ablöschen. Das Fleisch wieder in den Bräter geben und den Wein reduzieren lassen. Nochmal etwas Rotwein zugeben, abdecken und für etwa 1 1/2 Stunden bei 120°C im Ofen schmoren.



ben und mit Brühe auffüllen, so dass die Bäckchen bis zu zwei Drittel mit Flüssigkeit bedeckt sind. Wacholderbeeren und Lorbeerblätter da-

zugeben, abdecken und für etwa 1 1/2 Stunden bei 120°C im Ofen schmoren. Für das Gemüse, den Sellerie und die Karotten in Würfel schneiden und den Chicorée entblättern. Das Wurzelgemüse in Butter schwenken, die Chicoréeblätter zugeben und das Gemüse mit etwas Puderzucker bestäuben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen, Zitronensaft zugeben und mit etwas Wasser angießen. Deckel drauf und garen, bis das Gemüse weich ist. Nach 1 1/2 Stunden das Fleisch aus der Soße nehmen und diese durch ein Sieb passieren. Die getrockneten, halbierten Pflaumen mit in die Soße geben und das Fleisch wieder hineinlegen und für weitere 15 Min. in den Ofen schieben.

Zum Schluss die Soße nochmal abschmecken und servieren.



Brot des Monats



350 g
€ 1,99

Helles Baguette mit Sauerteig

Das Besondere an diesem Baguette: Wir verwenden nicht nur Hefe, sondern auch einen speziellen, hellen Roggen-Sauerteig.



Käse des Monats



100g
€ 2,29

Hopfenkäse

Ein fein würziger Rohmilchkäse aus der Käseerei in Kerschlach. Dieser Weichkäse wird während der Reifezeit mit Bier behandelt, eine sogenannte „Weißbier-Affinage“, dadurch bekommt der Käse eine ganz besondere Note.



Wein des Monats



Spanien – Navarra Quaderna Via Especial 2009

Aus der spanischen Region Navarra kommen einige sehr interessante Rotweine. Frucht und Charme kennzeichnen diesen Wein! Das Geschmacksbild ist eingerahmt von dezent röstigen Noten, die vom Ausbau im neuen Holz herühren. Trotz seines Charakters wirkt der Wein nicht zu schwer.

0,75 Liter
€ 6,49

Die Kolumne vom Alten von Herrmannsdorf

Fleisch, Schinken und Würste gibt es heute an jeder Ecke, in jeder Menge und zu unglaublich niedrigen Preisen. Das war nicht immer so. In meiner Jugend verkaufte nur der Metzger Fleisch aus der Region. Für manche nur für den Sonntag. Heute organisiert das alles weltweit perfekt das agro-industrielle System Tiere/Fleisch. Wir wissen heute, dass die extrem niedrigen Preise nur möglich sind, durch Ausbeutung und Verschwendung.

Der Dioxinskandal fegt wie ein Sturmwind über die Republik. Die Menschen ekeln sich: Industriefett in Lebensmitteln. Sie empören sich und sind böse: Was wird da mit uns gemacht? Was ist das für ein wirtschaftliches und politisches System? Und auch in den Medien werden zum ersten Mal sehr kritische Fragen gestellt nach dem System hinter all den Skandalen. Tausend neue Kontrolleure werden das Problem nicht lösen. Das System Tiere/Fleisch ist unkontrollierbar geworden. Es ist heruntergekommen, ist moralisch verkommen. Wir sind im wahrsten Sinn des Wortes „vom rechten Weg abgekommen“. Viele Menschen nehmen diese Erkenntnis zum Anlass, ganz aus dem System auszusteigen. Sie werden Vegetarier oder kaufen nur noch da Fleisch, wo sie vertrauen können. Viele neue Kunden kommen auch in unsere Läden, weil sie wissen, dass wir schon vor vielen Jahren aus diesem maroden System ausgestiegen sind.

Die Nachfrage steigt, das Angebot wird knapp. Da wir – wie früher – regional und handwerklich sind, ist bei uns nicht mehr alles zu jeder Zeit in jeder Menge da. Wir lernen, dass man die „Produktion“ von Fleisch auf Knopfdruck nicht beliebig erhöhen kann. Ich will das an drei Beispielen erläutern:



Karl Ludwig Schweisfurth mit www.Weideschwein-Kotelett

1. Beispiel Schweinekotelett:

Die Sau wird vom Eber gedeckt; bei uns ganz überwiegend auf natürliche Weise. Es dauert drei Monate, drei Wochen und drei Tage, bis die Ferkel zur Welt kommen. Von der Geburt der Ferkel bis zum ausgereiften, schweren Schwein dauert es bei uns und unseren Vertragsbauern ca. sieben Monate, bei dem langsameren Wachsen und längerem Leben unserer www.Weideschweine sogar zwölf Monate. Unsere Weideschweine sollen ihren ersten Geburtstag feiern, bevor ... Es vergehen also ca. 1 bis 1 1/2 Jahre, bis das Kotelett in der Theke liegt. Haben Sie das gewusst?

2. Beispiel Naturgereifter Herrmannsdorfer Knochenschinken:

Sorgfältiges Salzen und Reifen der Schinken dauert je nach Größe 1 bis 1 1/2 Jahre (gut Ding will Weile haben, sagt der Volksmund). Lebenszeit und Reifezeit addieren sich zu 2 bis 3 Jahren vom Start bis zum Ziel auf Ihrem Teller. Haben Sie das gewusst?

3. Beispiel Ochsenfleisch:

Eine Kuh wird vom Bullen gedeckt. Es dauert neun Monate, bis das Kälbchen zur Welt kommt (wie beim Menschen). Wir wollen keine Jungbullen, wir wollen langsam gewachsene, ältere, „reife“ Ochsen. Nur das Fleisch von solchen Tieren, mit der feinen „Fettäderchen-Marmorierung“, entwickelt diesen unvergleichlich vollmundigen Fleischgeschmack. Bei unseren Ochsenbauern dauert das, überwiegend auf der Weide, 2 1/2 bis 3 Jahre. Und als Krönung reifen die Fleischstücke wie Lende, Côte de Boeuf & Co. noch weitere 4 bis 5 Wochen, um alles zur Vollendung zu bringen. Haben Sie das gewusst?

Da kann man doch nur staunen! Da entsteht Respekt vor der Natur, die ihre Gesetze hat und ihre Zeit braucht – wenn alle Schritte achtsam mit „Ehrfurcht vor dem Leben“ nach den guten Regeln bäuerlicher und handwerklicher Kunst gestaltet sind.

Karl Ludwig Schweisfurth
Der Alte von Herrmannsdorf

Handgemachte Lebens-Mittel
in Ökologischer Qualität

ÖQ
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
ÖQ, 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 ÖQ
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

**Herrmannsdorfer
Lebens-Mittel auch bei:**
VollCorner Biomarkt
Fürstenried, Maxhofstr. 17
Tel.: 089/74 50 03 30

Biomarkt Planegg 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

