

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

Ausgabe 22: März 2006



HERRMANNSDORFER

Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



Hilfe zur Selbsthilfe

Saatgut für Süd-Kivu

Seite 1



ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2



Verborgene Gefahr

Über die Risiken der Gentechnik

Seite 2

Der Herrmannsdorfer Bauern-Fair-Taler



Herrmannsdorfer Schweinebauern mit Metzgermeister Jürgen Körber (4. von rechts)

Bei der Schweinebauernversammlung am 21. Januar haben wir Herrmannsdorfer mit den Schweinebauern die Idee des Bauern-Fair-Talers entwickelt. Ziel sind gerechte Preise für die Bauern. Niko Raupach schreibt dazu stellvertretend für alle Bauern:

Die Herrmannsdorfer Landwerkstätten sind so dimensioniert, dass von Anfang an für die Auslastung der Lebens-Mittel-Werkstätten eine Kooperation mit Bio-Landwirten aus der Nachbarschaft angestrebt wurde. Im Laufe der Jahre und mit steigender Nachfrage nach Biofleisch in höchster Qualität haben die Herrmannsdorfer Landwerkstätten sehr sorgfältig landwirtschaftliche Familienbetriebe in der bayerischen Region ausgewählt, die ihre Schweine an die hauseigene Metzgerei liefern. Inzwischen sind es sieben Schweinebauern, alle sind ihren strengen Öko-Verbandsrichtlinien unterworfen und werden jährlich kontrolliert. Zusätzlich besuchen und

kontrollieren auch die Herrmannsdorfer Landwerkstätten ihre Bauern. Halbjährlich finden Treffen statt, bei denen Fragen zur Sicherheit, Qualität, Haltung und Fütterung besprochen und bestimmte Richtlinien festgelegt werden. Diese Herrmannsdorfer Richtlinien gehen über die der Öko-Verbände hinaus und bieten dem Verbraucher ein deutliches Mehr an Sicherheit und Qualität.

Wodurch unterscheidet sich das Herrmannsdorfer von anderem ökologischen Schweinefleisch?

Wir Herrmannsdorfer Schweinebauern wollen Ihnen kurz schildern, was wir zusätzlich zur „normalen“ Sicherheit der Bio-Verbände bieten. Zusammen mit den Herrmannsdorfer Landwerkstätten haben wir ein Leistungspaket geschnürt: Betriebseigene Futtererzeugung und Aufbereitung: Mindestens 50 % der Futtermittel kommen

vom eigenen Hof, alles Futter wird auf dem Hof selber gemahlen und gemischt, Fertigfutter wird nicht verwendet. Dadurch sind Verunreinigungen in Mühlen oder auf dem Transport ausgeschlossen.

Gentechniktests: Bei Futterkomponenten, bei denen in der konventionellen Landwirtschaft bereits gentechnisch verändertes Saatgut eingesetzt wird (wie Raps, Soja und Mais), werden Sammelproben genommen und auf GVO-Freiheit (Gentechnisch veränderter Organismus) überprüft.

Geschlossenes Aufzuchtssystem: Die meisten Herrmannsdorfer Schweinebauern halten selber Zuchtsauen und ziehen die Ferkel selber auf. Andere haben benachbarte Zuchtbetriebe, von denen die Ferkel kommen.

Die Herrmannsdorfer Schweinebauern: Willibald Hirsch, Mallersdorf, Matthias Huber, Schönberg, Erhard Knötzinger, Höchstädt a.d. Donau, Georg Prantl, Rohr, Niko Raupach, Haag i.Obb., Georg Scheitz, Andechs, Helmut Winter, Rohr.

Der Herrmannsdorfer „Bauern-Fair-Taler“ wurde eingeführt, damit wir Bauern für unsere Mehrarbeit auch eine angemessene Entschädigung bekommen, damit es sich auch für uns rechnet!

So ist dieser Bauertaler der Preis für die Erhaltung der regionalen Landwirtschaft und ein Zeichen gegen die Tendenz von Biofleisch von überallher.

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe: Warum schmeckt Herrmannsdorfer Schweinefleisch besser?

Der Visionator

ist ein dunkler, malzaromatischer Doppelbock, die Krönung unter den Herrmannsdorfer Bieren. Durch die lange Lagerung entfaltet er sein volles Aroma und ist bestens geeignet, Ihre Visionen zu beflügeln.



Flasche 0,5 l
€ 1,29
+ 0,80 Pfand

Flasche 1 l
€ 2,90
+ 2,00 Pfand

Spendenprojekt: Saatgut für Süd-Kivu, Kongo

Herrmannsdorf sät Hoffnung

Beschäftigt man sich mit der Situation der Menschen in der Demokratischen Republik Kongo, so sinkt einem schnell der Mut: Nach 46 Jahren Diktatur, Anarchie und Bürgerkrieg kämpfen die Menschen im ehemaligen Zaire mit unzähligen, traumatischen Problemen. Es fehlt an allem. Trotz dieser schier unerträglichen Fakten war die Begegnung mit Joseph Kyalangilwa am 22. Januar in St. Gallen geprägt von Hoffnung und Kraft. Er ist Koordinator und Seele des gemeinnützigen Vereins „zur Förderung der landwirtschaftlichen Entwicklung“, den Herrmannsdorf seit Dezember 2005 unterstützt.



Gertraud Patzold, Herrmannsdorfer Bogenhausen, bei der Spendenübergabe

Herrn Kyalangilwas Lebensgeschichte ist wie ein unglaubliches Buch: Ein christlicher Missionar ermöglicht dem Sohn einer neunköpfigen Bauern-Familie vor über 60 Jahren den Besuch einer höheren Schule; seine Begabung führt ihn als ersten kongolesischen Studenten nach Brüssel. Nach seinem Studium kehrt er wieder in den Kongo zurück. Schnell macht der junge

Ingenieur Karriere im Management einer internationalen Goldmine, um sich bald auf die Seite der zigtausend Arbeiter zu stellen...

So begann vor mehr als vierzig Jahren sein Kampf. Trotz der lebensgefährlichen Umstände, die ihn seit nunmehr sechs Jahren ins Schweizer Exil zwingen, kämpft er bis zum heutigen Tag

unermüdet. Es gibt gute Gründe für seine Zuversicht: Das Land steht erstmals vor freien Wahlen, die für den 30. Juni 2006 geplant sind. Die Internationale Gemeinschaft, der UNO-Sicherheitsrat und verschiedene ausländische Regierungen unterstützen bereits die - äußerst schwierigen - Vorbereitungen.

Eines machte Joseph Kyalangilwa klar: Die Hilfe zur Selbsthilfe ist oberstes Gebot. Wir helfen ihm daher zunächst bei der Beschaffung von Saatgut für drei landwirtschaftliche Modellbetriebe. Ist dieser Anfang erst einmal gemacht, soll das Modell vervielfacht werden.

Joseph Kyalangilwa versichert: „Wir werden genauestens berichten, für welche Zwecke wir Ihr Geld in meiner Heimat Süd-Kivu im Kongo verwenden werden. Ihre Solidarität bedeutet vor allem Hoffnung für die Menschen in meinem Land, die viele schreckliche Erlebnisse verarbeiten müssen.“

Karin Burger



Brot des Monats



Stück/750g
€ 2,59

Lange Saate
50 cm lang, Brotfläche 5,5 cm im Quadrat. Mal was anderes! Vollkornbrot mit 80% Weizen, 20% Roggen und verschiedenen Saaten. Wir sind gespannt, ob Ihnen das gefällt!

○ Lammrücken à la „At Simpsons-in-the-Strand“

In dem alten, ehrwürdigen Fleischrestaurant an der Themse habe ich diese Zubereitungsart zum ersten Mal gesehen und nicht mehr vergessen.

Dazu benötigen Sie: einen ganzen Lammrücken, gut durchwachsen mit einer dünnen Fettschicht bedeckt, Knoblauch, Ingwer, 2 frische Chilischoten, je einen Zweig Rosmarin und Thymian.

So wird's gemacht: Die Filets werden herausgelöst und zu dicke Fettpartien abgeschnitten.

Nun wird mit einem wirklich scharfen Messer in Längsrichtung vom Rückenknochen ausgehend im Abstand von etwa 1 cm „eingesitzt“, d.h. das Fett und die darunter liegende, dünne Sehne bis auf das Fleisch durchgeschnitten. (Das erledigen die Herrmannsdorfer gerne gleich beim Einkauf für Sie!)

Das Lammfett wird nun grob gewürfelt und in der Pfanne ausgelassen. Die Knoblauchzehen kommen ungeschält und halbiert in das



leise brutzelnde Fett, Ingwerscheiben hinzu, ein oder zwei Chilischoten, Salz, Pfeffer und ganz zum Schluss einen Zweig Thymian und Rosmarin. Wenn der Knoblauch goldgelb ist, ist das Ganze fertig. Abkühlen lassen und dann das aromatisierte Fett in den eingeschnittenen Lammrücken einmassieren. Der Lammrücken sollte 12 bis 24 Stunden im Kühlschrank marinieren, damit die Geschmacks- und Aromastoffe in das Fleisch ziehen können. Der Lammrücken wird etwa 20 bis 25 Minuten in den 180°C vorgewärmten Backofen gesch-

ben, bis die Oberfläche schön goldgelb ist. Dann die Ofentür öffnen und in der Wärme ca. 30 Minuten „ruhen“ lassen, bis eine Kerntemperatur von 53°C bis 60°C erreicht ist. Jetzt schneiden Sie mit einem guten Messer, in Längsrichtung wie schon vorgegeben, dünne Scheiben bis auf die Rippen. Erst die eine Seite neben dem Rückenknochen, dann die andere.

Das Besondere an dieser Zubereitungsart: Die Aromastoffe in den verwendeten Gewürzen und Kräutern sind bekanntlich fettlöslich. Sie verbinden sich durch das Marinieren im feinen Lammfett auf eine besonders feine Art mit dem typischen Geschmack des Lammfleisches. Längs aufgeschnitten entstehen die ästhetisch so besonders schönen, langen Scheiben – sehr ungewöhnlich, denn Sie schneiden wider alle Regeln mit der Fleischfaser.

Mit Kartoffeln und grünen Bohnen serviert, ein wahrer Augen- und Gaumenschmaus. Karl Ludwig Schweisfurth wünscht viel Spaß beim Nachkochen!

Wein, Brot, Bier und Käse des Monats nicht in Hannover erhältlich



Käse des Monats



Bierkäse

Unser Bierkäse ist ein **MAGERKÄSE** aus Tirol, mit nur 15% Fett in der Trockenmasse. Hier wird ein altes Reifungsverfahren angewandt: Wenn der Käse mit der sogenannten „Schmiere“ behandelt ist, kommt er dicht aneinander gereiht ins Holzfass und wird dort gelagert. Dadurch entsteht die pikante Würze, ideal für eine herzhaft Brotzeit!

100g
€ 1,39



Wein des Monats



Spanien / 2003 Iberum Navarra Bodegas Escalera

Dieser junge Rotwein ist ein Verschnitt aus Garnacha-, Merlot- und Tempranillo-Traube. Er besticht durch seinen fruchtigen, angenehm weichen und runden Charakter. Ein süffiger Tafelwein für jede Gelegenheit!

0,75 Liter
€ 2,99



Buch des Monats



€ 19,00

Trojanische Saaten

Wenn Sie wissen wollen, warum die Gentechnik eingeführt werden soll, obwohl ein Großteil der Bürger diese nicht will, und wenn Sie wissen wollen, welche Gefahren von der Gentechnik ausgehen, dann lesen Sie dieses Buch.

Gesundheitliche Gefahren der Gentechnik

Mitte der 80er Jahre vermutete man in der Gentechnologie den Schlüssel, sich die Erde und vor allem ihre Geschöpfe endgültig untertan zu machen.

Hormonfleisch, Anti-Matsch-Tomate, Genmais und Co - schon seit Jahren wollen uns amerikanische Hersteller diese Produkte andienen, doch die überwiegende Mehrheit der deutschen Verbraucher sagt unbeeirrt: Gentechnik, nein danke!

Dass sie damit eine kluge Entscheidung getroffen haben, bestätigt nun ausgerechnet der Amerikaner Jeffrey M. Smith mit seinem Buch „Trojanische Saaten“. Er schildert uns am Beispiel Amerika, dass es sich lohnt, kritisch zu sein und vor allem, dass diese Gentechnik immer noch zu wenig erforscht ist, als dass man gesundheitliche Gefahren für die Menschheit ausschließen könnte. Von Jeffrey Smith erfahren wir nicht nur, warum Nahrungsmittel aus dem Genlabor eine Gesundheitsgefahr darstellen, sondern mit ihm können wir auch einen Blick hinter die Kulissen von Wirtschaft, Wissenschaft und Politik werfen.

200 Millionen Amerikaner sind bereits - ohne es zu wissen - Versuchspersonen. Hängen die Zunahme chronischer Krankheiten oder die Schwächung des Immunsystems mit dem Essen von „Genfood“ zusammen? Das vermuten zumindest einige Wissenschaftler.

Einige Beispiel von vielen:

Lebensbedrohliche Allergien: Im Jahr 2000 musste Taco Bells in den USA seine Tortillas und Chips zurückrufen, weil sie gentechnisch veränderten Futtermais enthielten. Wie entdeckte man, dass sich in diesen und in mehr als 300 weiteren Lebensmitteln dieser für den menschlichen Verzehr nicht zugelassene gentechnisch veränderte Mais befand? Weil mehrere Menschen, die solche Tortillas und Chips gegessen hatten, mit einem lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock in Krankenhäuser eingeliefert wurden.

Sterbende Hühner: Am 27. April 2003 mel-

dete BBC News: Es hat sich herausgestellt, dass Sicherheitstests, die an genetisch veränderten Mais durchgeführt wurden, der gegenwärtig in Großbritannien wächst, fehlerhaft waren. Die Maiskörner der Sorte T-25 GM wurden in Laborexperimenten an Hühnern getestet. Während der Tests starben von den mit T-25 GM gefütterten Hühnern doppelt so viele wie in der Vergleichsgruppe, die mit konventionellem Mais gefüttert wurden. Die Forschungsergebnisse sind offenbar übersehen worden, als die Maissorte 1996



Vielfältige Kulturlandschaft

ihre Markenzulassung erhielt. Unter dem Namen Chardon LL wurde diese Nutzpflanze von der britischen Regierung am 10. März 2004 für den kommerziellen Anbau zugelassen („Trojanische Saaten“, S. 249).

Gesundheitsschädliche Erbsen: Am 22.11.05 erschien in der SZ der Artikel „Gentech-Futter macht Mäuse krank“. Ziel eines seit mehr als sieben Jahren laufenden Forschungsprojekts in Australien sollte es sein, Erbsen gegen den gemeinen Erbsenkäfer resistent zu machen, dem etwa 30% der Erbsenernte zum Opfer fallen. Die Forscher hatten den Erbsen ein Bohnen-Gen eingebaut, ein Enzym, das das Enzym Alpha-Amylase blockiert. Ohne dieses Enzym können Käferlarven die Erbsen-Stärke nicht verdauen, sie verhungern.

Der Eingriff ins Erbgut erschien zunächst harmlos, stammte das Anti-Käfer-Gen doch aus Kidney-Bohnen, die für Menschen und Mäuse gut verträglich sind. Laborversuche an Mäusen bewiesen uns allerdings das Ge-

genteil: An den mit den Gentech-Erbsen gefütterten Mäusen wurden schwere Krankheitssymptome festgestellt, wie Lungenentzündung und Schwächung des Immunsystems. Die mit Bohnen gefütterten Tiere blieben gesund. Offenbar führt die gleiche genetische Bauanweisung in Erbsen und Bohnen zu unterschiedlichen Produkten. Daraufhin wurde das Forschungsprojekt nach mehr als sieben Jahren eingestellt und 12 Tonnen Gentech-Erbsen aus Feldversuchen vernichtet. In Deutschland hätte diese Erbsen auf den Markt kommen können, da zur Zulassung keine Tierversuche notwendig sind.

Weitere abschreckende Beispiele gibt es genügend. Gentechnische Veränderungen wirken im Organismus so komplex, dass sehr viele Tests notwendig sind und dann immer noch die Frage bleibt, ob wirklich alle möglichen Auswirkungen mit den Tests aufgedeckt werden können. Die Ergebnisse zeigen uns, dass alle Gentechnische Produkte einzeln auf Unbedenklichkeit überprüft werden müssen und dass Produkte, die gentechnisch veränderte Organismen (GVO) enthalten, weder sicher noch vorhersehbar sind. In den USA unterliegt es den Herstellern, die Tests zu machen, unabhängige staatliche Tests gibt es so gut wie keine. Dies gilt wohl auch für die Zulassungsverfahren in der EU. Da diese Tests überwiegend fehlen, sind der Anbau und die Zulassung zum jetzigen Zeitpunkt sehr riskant.

Wir werden in weiteren Artikeln informieren über die Frage, warum Gentechnik eingeführt wird, obwohl die überwiegende Mehrheit der Bürger diese nicht will, und darüber, welche Auswirkungen die freigesetzte Gentechnik für Natur und ländliche Struktur haben wird.

Die Manipulation an Genen und die Diskussion darüber gibt es erst seit etwa 15 Jahren, aber sie werden die Menschen auf unbestimmte Zeit in Atem halten.

Handgemachte Lebens-Mittel in Ökologischer Qualität



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

