

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

Ausgabe 36: Mai 2007



HERRMANNSDORFER

# Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



## Oh, Kanada

Zwei Metzger unterwegs

Seite 1



## ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen  
und Genießen

Seite 2



## Kochen wie früher

mit echten Lebens-Mitteln

Seite 2

## Zwei Herrmannsdorfer in Kanada!

Im Januar dieses Jahres reisten Jürgen Körber, „Chef“-Metzger in Herrmannsdorf, und Sven Lindauer, der im November letzten Jahres die Leitung der Wurstmanufaktur auf Gut Kerschlach übernommen hat, nach Kanada.

Anlass der Reise war ein Besuch bei Jan van der Lieck, der in Vancouver eine ganz besondere Spezialitäten-Metzgerei betreibt. Dort wollten Jürgen und Sven neue Ideen und Eindrücke für ihre Arbeit sammeln.

Entstanden ist dieser Kontakt über Karl Ludwig Schweisfurth, der Jan van der Lieck nach Herrmannsdorf eingeladen hatte. Vor zwei Jahren war er dann auch tatsächlich in unserer Metzgerei und interessierte sich brennend für die Herstellung von Rohwürsten ohne Nitritpökelsalz.

Jan van der Lieck ist Metzger aus Leidenschaft - und Spezialist für Gewürze. Er beschäftigt sich ausführlich mit internatio-



Neue Herrmannsdorfer Pasteten: Geflügel, Landleber und Landais

In seinem Laden verkehrt ein internationales Kundenklientel, dem Jan gerecht werden möchte: „Mit Wurst verbindet man immer so etwas wie Heimat oder Kindheitserinnerungen!“

Damit hat er sicherlich recht. Wer von Ihnen schon längere Zeit im Ausland war, kennt bestimmt das Gefühl mit Genuss in eine Leberkässemel zu beißen oder sich auf eine frische Weißwurst zum Frühstück zu freuen.

Das große Geheimnis seines Erfolges liegt in der richtigen Würze, der Raffinesse, der Optik und der richtigen Präsentation. Keiner seiner Mitarbeiter kennt die Rezepturen, die sind sein Geheimnis, das Kapital der Firma.

In der Produktion hat Jan drei Mitarbeiter, im Verkauf arbeiten 25 Leute an sieben Tagen die Woche. An Feiertagen wie Weihnachten stehen 25 Verkäufer hinter der Theke, um dem Ansturm der Kunden gerecht zu werden.

### Jürgen und Sven nehmen viele Eindrücke mit nach Herrmannsdorf

Ein zentrales Thema ist immer wieder die Vielfalt und die Qualität der Gewürze: Paprika ist nicht gleich Paprika, weniger ist oft mehr, auf die richtige Komposition von Gewürzen und Fleisch kommt es an, einfach mutig Neues auszuprobieren.

Ein besonders wichtiges Thema ist für Jan van der Lieck die deutsche Bratwurst. Er appellierte immer wieder an Jürgen und Sven: „Rettet die deutsche Bratwurst, sie ist ein Stück Kultur!“. Eine Bratwurst müsse nicht langweilig schmecken, es gibt unendlich viele Variationen, um die deutsche Traditionswurst interessant zu machen.

Voller Tatendrang kehrten die beiden aus Kanada zurück und kreierte seitdem in der Wurstmanufaktur auf Gut Kerschlach die eine oder andere Spezialität: Zum Beispiel die „Herrmannsdorfer Coppa“, ein luftgetrockneter Schweinehals, mindestens drei Monate gereift.

Oder den „Kassler Nacken“, das Ahorn-Schwarzgeräucherte, gepökelt und leicht geräuchert. Der Schweinenacken wird langsam gegart und intensiv geräuchert, gestoßener Koriander dazu, und mit Ahornsirup bestrichen erhält er das besondere Aroma.

Eine „Pâté Landais“, fein würzig im Schweinenetz gegart, oder unsere neue Rinderbratwurst mit wildem Thymian, ganz ohne Schweinefleisch, hervorragend zum Grillen geeignet, und, und, und ...

Schauen Sie doch einfach in unseren Filialen vorbei und lassen sich bei Ihrem Einkauf mal ganz neu inspirieren!



## Herrmannsdorfer Hoffest Sonntag, 13. Mai, 11 - 18 Uhr

Das Hoffest zeigt die ganze Vielfalt des Herrmannsdorfer Netzwerkes. Die Fahrten auf dem Schlepper zu zwei Partner-Bauern sind bereits ein Vergnügen für sich. Auf den beiden Höfen lernen Sie engagierte, überzeugte Bio-Bauern kennen. Schauen Sie den Lebens-Mittel-Handwerkern über die Schulter und lernen Sie unsere Partner-Lieferanten kennen.

Feiern Sie mit uns, bei Musik im SauGarten, Spaß, Spiel und Abenteuer für Groß und Klein, genießen Sie unsere heißen und kalten Herrmannsdorfer Schmankerl - kurz: machen Sie sich einfach einen sauguten Tag!



Jan van der Lieck mit Sohn

nalen Wurstspezialitäten und sammelt die verschiedensten Rezepturen der unterschiedlichsten Kulturen. Für ihn ist die Herstellung von Würsten, Schinken und Pasteten eine Art Kunst und jeden Tag aufs Neue eine Herausforderung.

## Bier des Monats



### Schweinsbräu Maibock - das „Flüssige Gold“

Ein süßfiges, bernsteinfarbenes Bockbier mit kräftigem Geschmack und feinem Hopfenaroma. Ein echtes „Schmankerl“, bestens geeignet, um die ersten lauen Abende des Jahres im Freien ausklingen zu lassen.

1 Liter  
€ 2,98  
+ 2,00 Pfand

# Hackbraten mit Rahmspargel & Bärlauchkartoffeln

Rezept für 6 Personen

**700g Schweinehackfleisch, 300g Rinderhackfleisch, 4 alte Semmeln, 5 Eier, 2 mittelgroße Zwiebeln, 2 Bund Petersilie, 2 Eßl. Senf, 1 Zitrone,**

**800g Spargel, 1kg Kartoffeln, 1 Bund Bärlauch, 1 Becher Sahne, 1 Becher Crème Fraîche, 50g Semmelbrösel**



Das Hackfleisch zugeben, zwei Eier (wie zum Rührei verquirlen), 2 Eßl. Senf und den Abrieb einer halben Zitrone, alles gut vermischen, so dass eine Bindung entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Die Hackmasse formen, mit Semmelbröseln bestreuen und in eine breite Reine geben. Nun noch eine gewürfelte Zwiebel dazu und für 1 1/2 Stunden in den Ofen. Sind die Zwiebelwürfel schön braun, den Hackbraten mit Wasser aufgießen. Ofen ausschalten und den Braten noch 10 Minuten ruhen lassen.

Spargel schälen und schneiden, in einer Pfanne mit etwas Wasser 5 Minuten mit Deckel kochen. Nun mit Sahne und Crème Fraîche noch weitere 5 Minuten einkochen, mit Salz und Zitrone abschmecken.

Die gekochten Kartoffeln in Öl goldbraun anbraten, salzen und den frisch geschnittenen Bärlauch zum Schluß zugeben.

Viel Spaß beim Nachkochen.

So wird's gemacht:

Vier Semmeln in lauwarmem Wasser einweichen, ca. 10 Minuten und anschließend gut ausdrücken. Eine Zwiebel hacken, in Öl und Butter andünsten und mit der fein geschnittenen Petersilie mischen.

## Essen und Kochen wie in guten alten Zeiten – zurück zum LEBENS-MITTEL

Erzeugt industriell optimierte Designer-Nahrung Übergewicht und Unbehagen?

Fakt ist, wir essen zu wenig Blätter und Stängel, zu große Mengen und zu viel von Wissenschaftlern entworfenes Essen. Dies scheint die vereinfachte Formel, weshalb wir immer dicker werden, obwohl es noch nie so viel Light Food, so viele Ernährungsberater und so viele Diäten gegeben hat wie heute.

Die Nahrungsmittel tragen auf der Verpackung inzwischen Konsumenteninformationen, die an Beipackzettel eines Medikaments erinnern. Obwohl noch nie so viele Produkte auf unseren Tellern vorkamen wie heute, hat die Biodiversität (die biologische und genetische Vielfalt der Lebensmittel) drastisch abgenommen. Die Vielfalt und Verfügbarkeit der einzelnen Produkte ist so überwältigend, dass die Fettleibigkeit als logische Folge kommen musste.



Im Dorf für Kinder wird auch „Granny-Food“ unterrichtet

Die gute alte Küche, „Grannyfood“, sei die Alternative gegen jede Art von Designer-Food.

Wann hat der Irrsinn mit dem Ernährungswahn begonnen – LC1, ACE-Drink, Fruchtzwerge + Calcium und wie sie alle heißen. Lebensmittel werden seither nicht mehr als solche betrachtet, wir meiden oder essen sie aufgrund ihrer Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße, Ballaststoffe, Vitamine und Mineralien.

sind heute kaum noch erhältlich. Wo stehen denn heutzutage noch Pfälzer Rüben, Topinambur oder Petersilienwurzel auf dem Speisezettel? Unser Verhältnis zu Lebensmitteln würde sich erheblich verbessern, wenn wir wieder dazu übergingen, vermehrt selbst zu kochen, nicht zu verwechseln mit Tütensuppen oder „Maggi-Fix“, sondern hier ist die gute alte Hausmannskost gemeint: regionale und saisonale Produkte kaufen und selbst zubereiten.

Erst dann lernen wir wieder, ehrliche und gute Lebensmittel zu schätzen und schmecken den Unterschied.

Sollten wir es tatsächlich schaffen, uns in Sachen Lebensmittel wieder mehr auf die Lebensweise unserer Großmütter zu besinnen, darf natürlich nicht gleichzeitig der Wunsch bestehen, dass Lebensmittel billig sein sollen. Wenn das Kilo Kartoffeln weniger als 50 Cent kostet, sind die Feldfrüchte sicherlich nicht besonders umweltschonend gewachsen. Qualität hat ihren Preis!

Die Flasche Bio-Milch ist nur halb so teuer wie der neueste ultimative Energie-Drink, für den wir bereitwillig unser Geld ausgeben, obgleich die Gewinnspanne unerschämte hoch ist.

Bei Nahrungsmitteln zahlen wir also bereitwillig überhöhte Preise - warum nicht auch für qualitativ gute Lebensmittel?

„Was wir heute verspeisen, kann man nicht Essen nennen“, stellte Ernährungsjournalist und Berkeley-Professor Michael Pollan kürzlich im New York Times Magazine fest. Er meinte: „Wir essen keine Lebensmittel mehr, sondern Nahrungsmittel“. Ein Lebensmittel sei ein Mittel zum Leben, während wir beim Nahrungsmittel abhängig sind von jemandem, der uns füttert.

Bier, Brot und Wein des Monats nicht in Hannover erhältlich



## Brot des Monats



Stück / 300g  
€ 2,49

**Focaccia**

Unser Focaccia ist ein köstliches italienisches Weißbrot, mit hochwertigem Olivenöl verfeinert. Mit Rosmarin, Thymian und Oregano gewürzt - so kann man den Süden schmecken. Passt besonders gut zu allen Salaten, Antipasti oder einfach pur zu einem Glas Wein.



## Wein des Monats



Italien / Latium  
**Claudio Menicocci  
Allegria Bianco  
2006**

Ein italienischer Weißwein in der Literflasche, der Freude macht. In der römischen Weinregion, dem Latium, gedeiht dieser Trebbiano und präsentiert sich frisch, mild und unkompliziert.

1 Liter  
€ 3,29



## Käse des Monats



100g  
€ 2,19

**Blauer Herrmannsdorfer**

Der Blaue Herrmannsdorfer ist ein Edelpilzkäse mit blauem Roquefort-Innenschimmel, welcher ihm seinen typisch-würzigen Geschmack gibt. Er wird traditionell von Hand mit Meersalz gesalzen und mit einer aromatischen Rotschmierkultur während der zweimonatigen Reifung gepflegt.

Handgemachte Lebens-Mittel in Ökologischer Qualität



www.herrmannsdorfer.de  
info@herrmannsdorfer.de

**Herrmannsdorfer Landwerkstätten mit Hofmarkt**  
85625 Glonn  
Tel. 08093/9094-0

**Herrmannsdorfer Hofmarkt**  
Gut Kerschlach  
82396 Pähl  
Tel. 08808/924 80 11

**Filialen in München:**

**Am Viktualienmarkt**  
Frauenstraße 6  
mit Bistro ÖQ  
Tel. 089/26 35 25

**Nymphenburger Str.**  
187, Tel. 089/167 93 15

**Elisabethplatz 8**  
Tel. 089/272 37 44

**Augustenstraße 78**  
Backladen +  
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

**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

**85737 Ismaning**  
Mühlenstraße 2  
im Naturkost Ismaning  
Tel. 089/96 20 18 60

