

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

Ausgabe 45: Februar 2008



HERRMANNSDORFER

# Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



## Filiale Neuhausen

und ihre Leiterin Eva Dörfler  
Seite 1



## ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen  
und Genießen

Seite 2



## Kühe

brauchen Hörner

Seite 2

## Frischer Bio-Fisch und neuer Glanz

Nur ein paar Schritte vom Rotkreuzplatz entfernt gibt es nun schon seit über 10 Jahren unsere Filiale in der Nymphenburger Straße. Nun war es an der Zeit, ein paar Dinge zu modernisieren und etwas zu optimieren.

Die Verbesserung beginnt schon vor dem Einkauf: Wir haben eine elektronische Schiebetür eingebaut. Praktisch für alle – aber ganz besonders für Rollstuhlfahrer und für Kinderwagen. Im Eingangsbereich gibt es nun auch ausreichend Platz, um den Kinderwagen abzustellen. Der Laden ist insgesamt strukturierter angeordnet, so dass es mehr Bewegungsfreiheit in den Gängen und am Tresen gibt.

Die Wursttheke wurde erneuert und vergrößert. Die neuen Theken sind ökologischer, das heißt, es wird einiges an Strom eingespart.

Zwischen Wurst- und Fleischtheke finden Sie ein neues Glanzlicht: eine kleine, aber sehr feine Fischtheke. Hier bekommen Sie frische ganze Fische und köstliche Filets, selbstverständlich nach Herrmannsdorfer Qualitätsrichtlinien: kein Fisch aus überfischten Fanggebieten, keine Schleppnetze und Langleinenfang, wo immer möglich



Köstliches aus der Fischtheke

Bio-Aquakultur und kein Flugzeugtransport. Fisch ist lecker und gesund, er muss jedoch eine ethisch vertretbare Herkunft haben.

Ein neues Regalsystem ermöglicht es, auf gleichem Raum mehr Produkte anzubieten – dieses gilt auch für die umgebaute Obst- und Gemüseabteilung. Ganz wich-



Filiale Nymphenburger Straße mit neuem Gesicht

tig ist eine neue Ordnung im Kassenbereich um eine zügige Abwicklung auch in Stoßzeiten möglich zu machen. Und damit alle Neuerungen auch gut zur Geltung kommen, haben wir für eine neue Beleuchtung gesorgt. Das helle, warme Licht sorgt für die entspannte und heimelige Einkaufsatmosphäre, wie Sie es bei uns gewohnt sind.



Sie wollten schon immer mal lernen, wie man Öko-Bier braut, gutes und gesundes Natursauerteigbrot bäckt oder aus dem harmlosen Streuobst-wiesen-Obst einen kräftigen Schnaps brennt?

Dann sind Sie genau richtig bei den Herrmannsdorfer Lebensmittel-Seminaren!

### Brauseminar:

am 23. Februar, 8. März,  
5. April, 8 – 15 Uhr

### Backseminar:

am 8. März, 7 – 13 Uhr

### Brennseminar:

am 16. Februar, 8 – 15.30 Uhr

Mehr Informationen unter  
[www.herrmannsdorfer.de](http://www.herrmannsdorfer.de)

## Herrmannsdorfer Mitarbeiter



Filialleiterin Eva Dörfler (zweite von rechts) und ein Teil ihres Teams

An dieser Stelle möchten wir Ihnen wieder eine Herrmannsdorfer Mitarbeiterin vorstellen. Da wir schon bei unserer Filiale in der Nymphenburger Straße sind, berichten wir diesmal über Eva Dörfler, Filialleiterin in Neuhausen.

Eva Dörfler – „eine Perle“, wie unser Chef zu sagen pflegt – ist eine Vollblut-Verkäuferin. Begonnen hat ihre Herrmannsdorfer Laufbahn vor etwa 10 Jahren in unserem Geschäft am Viktualienmarkt. Nach einer kurzen Einarbeitung war schnell klar: Eva

brauchte eine größere Herausforderung, und zufällig brauchte die Filiale am Pasinger Viktualienmarkt eine neue Leitung. Da war Eva genau die Richtige!

Mit ihrer freundlichen und zuvorkommenden Art hatte sie schnell den Kundenstamm vergrößert. Zum einen lag das an der Liebe zu den Herrmannsdorfer Lebens-Mitteln, zum anderen hält Eva als gelernte Hotelkauffrau und hervorragende Köchin immer besondere Köstlichkeiten für ihre Kunden bereit.

Vor fünf Jahren übernahm Eva Dörfler dann die weitaus größere Filiale in der Nymphenburger Straße, die sie bis heute leitet. Immer mit neuen Ideen und Schmeckereien für die Kunden und mit einem offenen Ohr und lieben Wort für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

So ganz nebenbei ist Eva Dörfler auch noch Mitglied im Herrmannsdorfer Führungskreis und mitverantwortlich für wichtige strategische Entscheidungen in Herrmannsdorf.



## Brot des Monats



Stück / 1 kg  
€ 3,99

### Dinkel-Sonnenblumenbrot

Mit 60% Dinkel, 40% Roggen, Roggensauerteig, Sonnenblumenkernen und keine Hefe. Im Kasten gebacken, darum besonders saftig und lange haltbar.

# Curry vom Herrmannsdorfer Schweinenacken mit Rosinen und Sesamsüßkartoffeln

Zutaten für 6 Personen:

- etwa 1,2 kg Schweinenacken
- 1 kl. Wirsing, 1 kl. Hokkaido-Kürbis
- 3 Karotten, 2 Zwiebeln
- 1 rote Chilischote, 3 Süßkartoffeln
- etwa 50 g Rosinen,
- 1 Bd. frischer Koriander
- Knoblauch, 2 Essl. Sesam
- Curry süß, Kurkuma
- etwas Rinderbrühe, Öl zum Braten

So wird's gemacht:

Das Schweinefleisch in ca. 2 cm große Würfel schneiden und in einem Topf mit heißem Öl gut anbraten. Nun die Zwiebeln in Streifen schneiden, die Karotten würfeln und den Knoblauch hacken. Das Ganze zum Fleisch geben und mit anbraten. Mit Salz, Curry und Kurkuma würzen und etwas mitrösten. Den Chili je nach Belieben fein schneiden und hinzufügen.



Mit Rinderbrühe aufgießen, Deckel drauf und bei geringer Hitze köcheln lassen. Nun Süßkartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden, in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen, für ca. 12 Min. bei 140°C in den Backofen. Zum Schluss den Sesam drüberstreuen.

In der Zwischenzeit den Kürbis würfeln und nach etwa 30 Min. zusammen mit den Rosinen zum Fleisch geben und weitere 10 Min. köcheln lassen.

Den klein geschnittenen Wirsing kurz blanchieren und ebenfalls zum Fleisch geben. Die Soße nach Belieben mit etwas Speisestärke abbinden. Zum Schluss die Süßkartoffeln auf das Fleisch legen und mit frisch geschnittenem Koriander bestreuen. **Fertig!**

Dazu passt sehr gut Basmati Reis.  
Viel Spaß beim Nachkochen.

Bier, Brot und Wein des Monats nicht in Hannover erhältlich



## Bier des Monats



### Schweinsbräu Visionator

Der Schweinsbräu Visionator ist ein Doppelbock mit 18,3% Stammwürze, kräftigem Malzgeschmack und charakteristischem Hopfenaroma. Den Visionator gibt es in limitierter Menge nur zur Fastenzeit. Naturtrüb & saugut – der Stoff, aus dem Visionen wachsen!  
**Ab Aschermittwoch erhältlich!**

Flasche 1 l  
€ 2,99  
+ Pfand



## Käse des Monats



### Herrmannsdorfer Glonntaler

Der Glonntaler ist ein Schnittkäse, produziert in Herrmannsdorf. Er wird aus 100% Rohmilch hergestellt und reift etwa drei bis vier Monate in den Herrmannsdorfer Reifekellern. Ein milder Brotzeitkäse für die ganze Familie.

100g  
€ 1,69



## Wein des Monats



### Spanien / Castelar Ribera del Guadiana Pago de las Monjas Tempranillo 2006

Warmes Klima, fruchtbare Böden in der Ribera del Guadiana und eine der besten Rebsorten – Tempranillo – sorgen für kraftvolle, überzeugende Weine auch in niedrigeren Preisklassen. Der Pago de las Monjas von Castelar präsentiert sich mit feiner Würze als idealer Begleiter für mediterrane Speisen.

0,75 Liter  
€ 5,79

# Kühe ohne Hörner – warum denn das?

Zum vertrauten Bild von Kühen und Rindern gehören zweifellos die Hörner. Früher waren schöne Hörner bei Kühen ein Zeichen für gute Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Harmonisch ausgebildete Hörner gehörten zum Zuchtziel der Bauern und waren ein unverwechselbares Kennzeichen einer viehrefeichen Region. Mit der Einführung des Laufstalls ging man wegen zunehmender Rationalisierung, Gewinnmaximierung und der befürchteten Verletzungsgefahr dazu über, Rinder zu „enthornen“.

Kühe haben Hörner! Und Kühe brauchen ihre Hörner! Enthornt werden Kühe meist im Alter von zwei Wochen, häufig ohne Narkose, durch Verätzen mit Lauge oder Abbrennen mit einem Brennstab. Der Hauptgrund, warum sie entfernt werden, ist die Verletzungsgefahr unter den Tieren

und für denjenigen, der mit den Tieren arbeitet. Der Umgang mit den Kühen verlangt sehr viel Aufmerksamkeit und Vorsicht. Da ist die Kooperation zwischen Mensch und Tier wieder gefragt.

Hörner sind wichtig für den Gleichgewichtssinn. Sie dienen als eine Art „Antenne zum Universum“ sagt die Anthroposophie. Wenn wir Rinder beobachten, sehen wir, dass jedes seine Hör-

ner mit einem gewissen Maß an Stolz trägt, ein Ausdruck ihrer Individualität. Auch unter den Kühen herrscht eine bestimmte Rangordnung – bei diesen Rankämpfen haben die Hörner eine wichtige Bedeutung. Ohne Hörner fehlt den Tieren ein wichtiges Instrument zur Kommunikation untereinander. Wie einige anthroposophisch geprägte



Finja mit Sohn Daniel, Tiroler Grauvieh in Herrmannsdorf

Wissenschaftler inzwischen beobachtet haben, dienen die Hörner als wichtiges Organ für die Gesundheit der Tiere. Ebenso sei das Gehörn für die Lebenskräfte in der Milch wichtig. Dr. med. vet. Wilhelm Höfer verdeutlichte dies, indem er die Milch von zwei Rindern, beide aus Biobetrieben, einfrore und die Struktur der Kristalle untersuchte. Die Milchkristalle der Kuh mit Hörnern zeigten ein schönes Gebilde, wohinge-

gen bei der Milch der hornlosen Kuh eine zerfetzte, unschöne Struktur festgestellt wurde.

Nun kann man sich die Auswirkungen vorstellen, wenn viele Bauern solche Milch an die Molkereien liefern. Wen wundert es dann noch, dass so viele Menschen keine Milch und Milchprodukte mehr vertragen.

Inzwischen gibt es Verbände wie demeter und Bio-Ring im Allgäu, die sich für „Kühe mit Hörnern“ stark machen. Denn die Tiere sollen nicht nur artgerecht, sondern auch wesensgemäß gehalten werden. Die Natur der Tiere muss respektiert werden!

Auch wir in Herrmannsdorf werden künftig ein Augenmerk auf Tiere mit Hörnern legen. Wir haben mit unseren Partnerbauern vereinbart, dass ab sofort keine enthornten Tiere mehr für uns gemästet werden dürfen.

Schon heute liefern viele Bauern ausschließlich Ochsen und Färsen mit Hörnern an uns, sofern sie nicht Tiere züchten, die von der Veranlagung her gar keine Hörner haben.

Da unsere Rinder zwei bis drei Jahre alt werden, braucht es aber eine gewisse Übergangszeit, bis in Herrmannsdorf ausschließlich Ochsen und Färsen mit Hörnern geschlachtet werden.

Handgemachte Lebens-Mittel  
in Ökologischer Qualität



mit Hofmarkt  
85625 Glonn  
Tel. 08093/9094-0

www.herrmannsdorfer.de  
glonn@herrmannsdorfer.de

Filialen in München:

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

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

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

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

**Glockenbach**  
Holzstraße 24  
Tel. 089/230 016 53

**Pasinger Viktualienmarkt**  
Tel. 089/821 13 78

**Sendling**  
Am Harras 14  
Tel. 089/72 01 62 77

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

**Bogenhausen**  
Herkomerplatz  
mit Bistro und Cafe ÖQ  
Tel. 089/98 10 96 14

**Denning**  
Denningerstraße /  
Warthestraße 1  
im Biomarkt VollCorner  
Tel. 089/93 74 83

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

**Fürstenried**  
Maxhofstraße 17  
im Biomarkt VollCorner  
Tel. 089/74 50 03 30

Filialen um München:

**82166 Gräfelfing**  
Bahnhofstraße 7  
Tel. 089/89 89 26 82

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

**82341 Grünwald**  
Marktplatz 1, im „Alten Wirt  
Grünwald“, Tel. 089/64 19 34-0

