

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

Ausgabe 84: Februar 2012



HERRMANNSDORFER

# Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



## Prämiertes Federvieh

auf der Grünen Woche

Seite 1



## ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2



## „Der Soja-Wahn“

eine Bohne im Zwielficht

Seite 2

## Wir haben gewonnen!

### Bundespreis Ökologischer Landbau 2012 für Herrmannsdorf



Angelika Gsellmann, Projektleitung Landhuhn und Karl Schweisfurth mit Ministerin Ilse Aigner

Im Rahmen der Grünen Woche in Berlin überreichte Ministerin Ilse Aigner in Anwesenheit von viel Prominenz und Presse die Ehrung. Der Preis wird seit 12 Jahren jährlich vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Ver-

braucherschutz an drei herausragende ökologische Betriebe verliehen. Es ist der bedeutendste Preis für den ökologischen Landbau in Deutschland. Eine Jury aus fünf Fachleuten hat uns zweimal besucht. Ausgezeichnet wurden die Projekte

„Herrmannsdorfer Landhuhn“ und das „Landhuhndarlehen“. Mit der Züchtung von Zweinutzungshühnern für Eier und Fleisch hat Herrmannsdorf echte Pionierarbeit geleistet. Die Zucht der Hühner wieder in bäuerliche Hand zu bringen, ist eine große Herausforderung, da die Rassen seit über 50 Jahren ausgestorben sind. Mit dem Landhuhndarlehen wird das Projekt nicht nur finanziert, sondern vor allem die Darlehensgeber/innen entwickeln ein großes Interesse an der Hühnerzucht und -haltung. Zusätzlich informieren Landhuhn-Tagebuch-Blog und Newsletter über die neuesten Entwicklungen.

Weitere Preisträger sind der Obergrashof in Dachau bei München und die Bio-Karpfenzucht „De Fischer ut Grambek“ denen wir herzlich gratulieren.

Wir sind sehr stolz auf diesen Preis – ein Zeichen, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Ganz besonders danken wir Frau Gsellmann für ihre so erfolgreiche Arbeit und allen Kunden und Darlehensgeber/innen für ihre Unterstützung.



Gönnen Sie sich mittags etwas Gutes ...

Im Wirtshaus zum Herrmannsdorfer Schweinsbräu gibt es jetzt eine kleine, feine Mittagskarte. Ein gutes, günstiges und schnelles Mittagessen!

„Etwas Warmes im Bauch, hält Leib und Seele zusammen.“

## Das Geheimnis eines guten Roggenbrot

Die Grundlagen für ein gutes Roggenbrot sind ganz einfach: Die Getreidequalität muss stimmen, der Säuregrad des Sauerteiges sollte im optimalen Bereich liegen und der Teig braucht die notwendige Zeit, damit er sein volles Aroma entfalten kann.

Nun, um den gewünschten pH-Wert zu bestimmen gibt es pH-Meter, so können natürliche Schwankungen rechtzeitig erkannt und gegengesteuert werden. Die Qualität des Roggenmehles ist allerdings mit jeder Ernte erneut ein Unsicherheitsfaktor. Die Backeigenschaften des Roggens hängen von der Menge und den Verkleisterungseigenschaften der enthaltenen Stärke ab. Diese Eigenschaften werden durch Fallzahlmessung bestimmt. Die Roggenqualitäten werden ganz besonders von Standortfaktoren – und hier insbesondere vom Verlauf des Klimas während des Aufwuchses – beeinflusst. Regional angebauter Roggen hat aufgrund unseres Klimas eine eher niedrige Fallzahl.



In der Brotindustrie ist eine hohe Fallzahl erwünscht, da so eine gute, unproblematische Backfähigkeit garantiert ist. Der Nachteil ist, dass diese Brote schnell

trocken werden und auch das Aroma eher oberflächlich ist. Bayrische Traditionsbäckereien arbeiten eher mit niedrigen Fallzahlen. Das erfordert großes handwerkliches Geschick, bringt aber die gewünschte Saftigkeit und das typische Roggenaroma, das ein gutes Brot haben sollte.

Wir in Herrmannsdorf bauen für die Bäckerei unseren eigenen Roggen an und lassen diesen in der Wolfsmühle, einem kleinen Familienbetrieb, mahlen. Regionaler geht es nicht. Der Nachteil: gewisse Qualitätsschwankungen müssen die Bäcker mit ihrem Können ausgleichen. Sicher, es gibt große Mühlen, deren Roggenqualität ist standardisiert und immer gleich. Aber diesen Einheitsgeschmack wollen wir nicht.

Die Suche nach Qualität ist die Suche nach Grenzen.



## Brot des Monats



Stück/750g  
€ 2,79

### Krustenbrot

Natursauerteigbrot ohne Hefe aus dem frisch gemahlten vollen Korn, 65% Weizen, 35% Roggen, dazu Roggen-Sauerteig, Restbrot (macht das Brot noch länger haltbar), Wasser, Salz und sonst nichts. Schmeckt mit seiner kräftigen Kruste hervorragend zu jeder Brotzeit.

# Osso Buco – Beinscheiben vom Kalb mit Schwarzwurzel und glasiertem Chicorée

Für 4 Personen:

Je nach Größe 4 bis 8 Beinscheiben, 4 Karotten, 2 Zwiebeln, ca. 8 Stangen Schwarzwurzeln, 3-4 Chicorée, eine kleine Sellerieknolle, 1 Bund Schnittlauch, 1 Zitrone, 1/4 l Brühe, Weißwein, 1 Becher Sahne, Lorbeerblatt

Die Kalbsbeinscheiben mit Pfeffer und Salz würzen, mehlieren und behutsam in Butter anbraten. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen. Zwiebeln und Karotten schälen, grob würfeln, in den Bräter geben und glasig dünsten. Ebenfalls die Schwarzwurzel schälen, in Scheiben schneiden, zum Gemüse geben und mitdünsten. Die Kalbsbeinscheiben auf das Gemüse geben und mit etwas Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen. Mit der Brühe aufgießen, so dass das Fleisch



fast bedeckt ist, Lorbeerblatt dazu, Deckel drauf und für 40 Minuten bei 120°C in den Ofen. Aus dem Ofen nehmen, das Fleisch herausnehmen, das Gemüse mit

Sahne angießen, je nach Belieben einkochen lassen, Lorbeerblatt entnehmen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das Fleisch wieder in die Soße geben. In der Zwischenzeit den Chicorée vom Strunk entfernen und die einzelnen Blätter lösen. Den Sellerie schälen, in kleine Würfel schneiden und mit den Chicoréeblättern in einer Pfanne mit reichlich Butter anbraten, mit Puderzucker bestäuben, Salz und Pfeffer würzen und dem Saft einer Zitrone ablöschen. Bei geringer Hitze mit geschlossenem Deckel etwa 3 bis 5 Minuten garen. Die Kalbsbeinscheiben mit dem Gemüse anrichten, den glasierten Chicorée dazu und mit frisch geschnittenem Schnittlauch dekorieren. Fertig! Als Beilage eignen sich hervorragend Salzkartoffeln oder Bandnudeln.



## Käse des Monats



100g  
€ 1,79

### Weinberger

Ein pikanter Schnittkäse von der Käserei Danzl aus Tirol, geschmeidig und vollmundig. Die oberflächliche Behandlung mit Bio-Weinhefe macht ihn besonders aromatisch – wunderbar zu einem schönen Rotwein.



## Wein des Monats



### Montepulciano d'Abruzzo 2009 Lucanto

Torre Raone erzeugt einen dunklen Wein, mit einem ebenso dunkelrotem Fruchteindruck der an Kirsche, Waldbeeren und Pflaume erinnert. Eine absolut gekonnt-moderne Version dieses italienischen Rotweinklassikers. **Zu diesem Preis ein tolles Schnäppchen!**

0,75 Liter  
€ 5,99

# „Der Soja-Wahn“ – eine Bohne im Zwielficht

Deutschland importiert jährlich (2008) rund 3 Mio. Tonnen Sojabohnen und 2 Mio. Tonnen Sojaschrot für die Tiere in den Fleisch-, Milch- und Eierfabriken. Dazu wird laut Berechnungen des Bundes für Umwelt und Naturschutz (BUND) eine Fläche von rund 2,8 Mio. Hektar in Übersee beansprucht (ein Gebiet größer als Mecklenburg-Vorpommern und das Saarland).“ Der Spruch einiger Entwicklungsorganisationen aus den 80er Jahren „Unsere Kühe weiden am Rio de la Plata“ bewahrheitet sich heute mehr denn je.

Brasilien ist eines der Länder, das am meisten gebeutelt ist durch die rasante Ausbreitung des Sojaanbaus. Vom Süden des Landes angefangen wurde der Sojaanbau staatlich gefördert, verschlang nicht nur die Atlantischen Regenwälder, sondern auch die Savanne Zentralbrasilien, den Cerrado, der zu den an Tier- und Pflanzenarten reichsten Ökosystem zählt und angestammte Kulturlandschaft für viele Indianervölker war. Diese wurden vertrieben zugunsten eines gigantischen Agrobusiness, basierend auf größtmöglichem Maschinen- und Chemieeinsatz. Der Sojaanbau ist an der fortschreitenden Vernichtung der Amazonasregenwälder beteiligt, für 65% der Waldvernichtung in Bolivien verantwortlich und nimmt nun auch afrikanische Länder wie Mosambik, Angola und Senegal ins Visier. Die USA hat 2009 rund 40%

der Weltproduktion an Soja eingefahren mit über 91 Mio Tonnen. Solche Ernten sind nur möglich mit einem enormen, großflächigen Einsatz von Fungiziden, Herbiziden und Kunstdünger mit seinen dramatischen Folgen für Mensch und Umwelt. In den USA liegt der Gensojaanteil seit 2003 bei über 99%, 70% in Brasilien.

Traditionell wurde die aus Asien stammende Pflanze als Zwischenfrucht genutzt, da sie als Leguminose mithilfe



Sojaernte in Südamerika mit Anmerkungen von Karl Ludwig Schweisfurth

von Bodenbakterien Stickstoff aus der Luft aufnehmen und speichern kann. In den USA war der Anbau von Soja lange nur als Öllieferant für die Margarine- und Seifenherstellung interessant. Erst mit der Erfindung des „Toasting“ (dem Erhitzen des eiweißhaltigen Sojamehls zum Ausschalten der giftigen Begleitstoffe) wurde der entölte Sojakuchen als billiges Tierfutter entdeckt und sofort in gigantischen Ausmaßen genutzt. Rin-

der, Schafe, Schweine und Hühner wurden dank dieser Entdeckung – so Suchanek – von der Weide in Massentiere verfrachtet und dort mit billigem Sojafutter abgepeist. Die Bauernhöfe mussten riesigen Agrarfabriken weichen und die Qualität tierischer Fette wurde schlechter wenn nicht gar gesundheitsschädlich. Heute wird 80% der globalen Sojabohnenproduktion verfüttert. Allein die USA verbrauchten 1981 97% ihres Sojas als Tierfutter. Jährlich über 250 Mio. Tonnen.

Suchanek kritisiert, dass auch in der Biobranche genfreies Biosoja erlaubt sei, welches aus Südeuropa und Übersee in die Tröge der Biomastbetriebe wandert. Er spricht damit tatsächlich ein Problem der Biobranche an. So einfach lösbar ist es jedoch nicht. Bei Kuh und Schaf kann gutes Gras und Heu das Soja ersetzen, für die Hühner- und Schweinefütterung jedoch sind gute Eiweißalternativen zu Soja nur schwer zu finden. Wir Herrmannsdorfer versuchen mit Vielfalt Soja zu ersetzen und fördern mit unserem neuen Futtermittelnetzwerk den Sojaanbau in Bayern, so dass unsere Mutterschweine und jungen Ferkel mit regionalem Soja gesund gefüttert werden können.

(aus: Norbert Suchanek: „Der Soja-Wahn – wie eine Bohne ins Zwielficht gerät“, München 2010, oekom Verlag)

Gudrun Schweisfurth

## Schnaps aus Herrmannsdorf



0,35 Liter  
€ 14,90

### Zwetschgenbrand

Aus vollgereiftem Streuwiesen-Obst in der Herrmannsdorfer Brennerei mit Buchenholz gebrannt. Als Digestif nach einem guten Essen.

Handgemachte Lebens-Mittel in Ökologischer Qualität



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

**Solln**, Wolfstratshäuser Str. 204  
im VollCorner Biomarkt  
Tel. 089/72 48 35 08

**Herrmannsdorfer**  
Lebens-Mittel auch bei:

Biomarkt 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

