

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

Ausgabe 73: November 2010



HERRMANNSDORFER

Wochenmarkt

WISSENSWERTES • KULINARISCHES • VERLOCKENDES • INFORMATIVES



Die „Zweinutzungskartoffel“

Hochwertiges Futter und köstlicher Salat

Seite 1



ÖQ Rezepte

zum Sammeln, Nachkochen und Genießen

Seite 2



Tiere essen?

Der Bestseller von Jonathan Safran Foer – ein Appetitverderberbuch?

Seite 2

Hurra, die ersten Herrmannsdorfer Kartoffeln sind da!



Trotz Kartoffelvollernter braucht es vieler Hände Arbeit beim Aussortieren von Steinen und Pflanzen



In diesem Herbst haben wir in Herrmannsdorf die erste Kartoffelernte eingefahren – die wohlschmeckende „Agria“, angebaut auf drei Hektar mit einem Ertrag von 50 Tonnen. Die ersten eigenen Kartoffeln, die als Lebens- und Futtermittel zum Einsatz kommen. Entweder werden sie in unserer Spezialitätenküche zu bayrischem Kartoffelsalat veredelt oder dienen am Hof als hochwertiges Futter für Schweine und Hühner.

Die gute alte Kartoffel, auch als „Erdapfel“ oder „Grumbeere“ (Grundbirne) bekannt, hat ihren Ursprung in den südamerikanischen Anden und ist mittlerweile eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel. Etwa 70 kg pro Bundesbürger werden jährlich verzehrt.

Seit den 50er Jahren hat sich der Verbrauch allerdings mehr als halbiert. Die Nahrungsmittelindustrie versucht, im-

mer mehr Fertigprodukte aus Kartoffeln auf den Markt zu bringen. Es wird immer weniger gekocht, und selbst dann greifen wir häufig auf Alternativen, wie Reis und Teigwaren zurück, die noch leichter und schneller zuzubereiten sind.

Preisgünstigere Futterimporte machen der Kartoffel auch als Viehfutter Konkurrenz. Seit dem 19. Jahrhundert werden in Mitteleuropa die Schweine mehrheitlich nicht mehr auf die Weide getrieben, sondern im Stall gehalten. Die früher von den Schweinen so geschätzten Eicheln und andere Waldfrüchte wurden zuerst vor allem durch die kostengünstigere Kartoffel ersetzt. In den letzten Jahrzehnten werden immer mehr Mastfuttermittel auf dem Weltmarkt eingekauft. Gegen die niedrigen Weltmarktpreise des häufig in Entwicklungsländern produzierten Sojas hat die im Inland angebaute Kartoffel einen schweren Stand.

Unsere Herrmannsdorfer Schweine aber werden nun wieder mit selbst angebauten Kartoffeln gefüttert und die www.Weideschweine kommen sogar in den Genuss von Eicheln und anderen Waldfrüchten.

Achtung – das ist keine Buchbesprechung!

Einen Welt-Bestseller – und genau das ist Jonathan Safran Foers „Tiere essen“ (KiWi-Verlag, 19,95 Euro) erfreulicherweise – muss man nicht nochmals besprechen. Das Augenmerk dieses Artikels ist auf einen Teilaspekt gerichtet – einen, der in der Diskussion meines Wissens bisher kaum vorkam. Es gibt in jedem Menschenleben so etwas wie Erinnerungsknoten, die ein kluger Mensch einmal der „persönlichen Mythologie“ zugerechnet hat. Dazu gehören auch Gerichte. Bei Foer ist es das Hühnchengericht seiner wunderbaren jüdischen Großmutter, an das sich für ihn Familienglück und seelentiefe Geborgenheitsgefühle angelagert haben. Hühnchen war Heimat.

weiter auf Seite 2

Vergessene Vielfalt in der Metzgertheke Heute: die Milzwurst

„So etwas gibt es doch im Supermarkt gar nicht mehr. Wie sollen denn die Verbraucher die Vielfalt noch kennenlernen?“, seufzt der Metzger mit einem Achselzucken, als ich ihn nach einer Milzwurst frage. „Auch um Kalbsfüße, Kutteln und Innereien machen die Leute einen Bogen. Selbst Ochsenchwanz wird immer seltener gefragt.“

Werden wir im Konsum bevormundet? Wer die Fleisch- und Wursttheken der großen Supermärkte kritisch betrachtet, wird feststellen, dass viele Delikatessen über die letzten Jahrzehnte aus dem Angebot verschwunden sind. Es wird ja auch nicht mehr geschlachtet oder gemetzgert, sondern abverkauft.

Die Milzwurst ist eine alte bayrische Wurst-



Ein Metzger-Kunstwerk

spezialität, die vornehmlich in Ober- und Niederbayern gegessen wird. Früher war es das Schnitzel der armen Leute!

Damals, als es noch notwendig war das ganze Schlachtvieh zu verarbeiten, hat man aus Wurstbrät, Milz und feinen Gewürzen wie Ingwer und Muskatblüte, frischer Zitronenschale, gehacktem Liebstöckel und Petersilie eine feine Brühwurst hergestellt. Traditionell zubereitet wird sie in Scheiben geschnitten, paniert, in der Pfanne rausgebraten und mit Kartoffelsalat serviert.

Wir in Herrmannsdorf möchten diese Vielfalt nicht missen – probieren Sie doch mal die Herrmannsdorfer Milzwurst!



Brot des Monats



100g
€ 0,59

Herrmannsdorfer Hofbrot

Ein französisches Bauernbrot aus 50% Weizenvollkorn und 50% Weißmehl. Ganz ohne Hefe, nur mit Sauerteig gebacken. Der Teig des Brotes hat eine sehr weiche Konsistenz und muss deshalb nach dem Formen sofort in den Ofen. So erhält das Brot eine schöne saftige Krume und eine Kruste mit kräftigem Aroma.

Kalbshaxe auf Lauchgemüse mit Lardo

Rezept für 4 Personen:

- hintere Kalbshaxe mit etwa 1,2 kg
- 3 Zwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch
- ½ Knolle Sellerie
- 1 Karotte
- 2-3 Stangen Lauch
- 1 Glas Pomodoro Cubettato (La Selva)
- 1 Herrmannsdorfer Kalbsfond klein
- 100 g „Lardo“, in Scheiben geschnitten
- etwas Weißwein und etwas Brühe

Zubereitung:

Die Kalbshaxe mit Salz und Pfeffer würzen, leicht mehlieren. Im Bräter mit etwas Butter und Öl gleichmäßig anbraten. Zwiebeln, Karotte und Sellerie in Würfel schneiden, die Knoblauchknolle halbieren und zum Fleisch geben. Das Gemüse schön mitrösten lassen. Den Braten für



etwa 15 Minuten in den auf 180°C vorgeheizten Backofen geben. Die Tomaten zugeben, etwas mitrösten lassen und mit einem Glas Weißwein ablöschen. Mit Brühe und Kalbsfond aufgießen, so dass

die Haxe zu einem Drittel bedeckt ist. Die Temperatur auf 130°C runterfahren und eine Stunde mit geschlossenem Deckel schmoren lassen.

In der Zwischenzeit den Lauch in Scheiben schneiden und waschen. Dann die Kalbshaxe aus dem Bräter nehmen und zur Seite stellen. Den Lauch zum Gemüse geben und dieses weitere 10 Minuten köcheln lassen. Die Haxe mit dem Lardo umlegen, auf das Gemüse setzen und zum Schluss bei Oberhitze nochmal 5 Minuten im Ofen gratinieren. Nach Belieben mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit frisch gehackter Petersilie servieren. Als Beilage passt besonders gut eine Polenta.

Tipp: Das Fleisch muss sich leicht vom Knochen lösen lassen und wird quer zur Faser aufgeschnitten.



Käse des Monats



100g
€ 2,49

Rocolo

Ein halbfester Schnittkäse aus dem Aostatal, aus Kuhmilch hergestellt und sechs Monate in feuchten Naturkellern gereift. Dort bildet sich das feine, leicht säuerliche Aroma aus. Der Käse hat einen quarkigen Kern, der nach außen fester wird. Ein Käse mit Charakter!



Wein des Monats



Italien / Abruzzen
**Torre Raone
Montepulciano
d'Abruzzo Lucanto
2008**

Bemerkenswerter Montepulciano für bezahlbares Geld! Schon die dunkle Farbe beeindruckt. Substanz, betonte Frucht und Charme bestätigen dann den ersten Eindruck. Eine gekonnt-moderne Version dieses italienischen Rotweinklassikers.

0,75 Liter
€ 6,49

Noch so ein Anti-Fleischbuch ... oder?

Fortsetzung von Seite 1

Wenn Foer sich also, angesichts des Massenelends in Hähnchenmastanstalten, gegen Fleischverzehr entscheidet, ist da immer – unbewusst aber nicht unwirksam – auch ein Stückchen Abschied im Schwange. Vom kleinen Glück, von der Jugend, von einem prägenden Kleinkosmos im Dunstkreis von Omas Küche. Wie recht er hat! Nie sah ich meinen schwierigen Vater entspannter und glücklicher als über einer Gänsekeule. Nie wieder Weihnachtsgans mit Fülle? Wenn ich gegenüber Bekannten aus kulinarisch üppigen Gegenden wie Baden-Württemberg oder dem Rheinland die karge nord-niedersächsische Küche meiner Heimat hochhielt, hatte ich stets ein überragendes Argument: Birnen, Bohnen und Speck. Ja. Speck!

Kann ich, will ich mir dieses Argument vom Teller ziehen lassen? Wer sich zum Vegetarismus verfügt, greift in seine Erinnerungen und sein Sozialgefüge ein. Foers „Tiere essen“ enthält all die sauber und vollständig recherchierten Scheußlichkeiten, von denen wir (oder die allermeisten von uns) wissen: Die Welt ist zugesperrt mit Hekatomben von Schlachtieren, die ein Nicht-Leben hindurch vegetieren müssen, ehe sie massen-gemeuchelt werden. Das wissen wir, gruseln uns knapp ... und überlegen zwei Stunden später, ob Rind oder doch besser Pute zu dem wunderbaren Bio-Lauch passen, den wir mit lieben Freunden verspeisen wollen. Foer schafft es, das Sandstrahlgebläse der Zahlen/Daten/Fakten, dem wir routiniert ausweichen, auf seine Seelenbiographie zu richten. Und damit auch

auf unsere. Und plötzlich gibt es kein Ausweichen mehr. Geschichten, von einem erlebbaren Ich erzählt, machen mehr mit uns als Nachrichten aus Horrorland. Ein Appetitverderberbuch? Ich denke: Nein. Es ist ein Buch, das unter die Haut geht. Eines über bessere Einsichten und wie man sie vielleicht doch leben kann. Geschmackvoll. Dem Leben zugewandt. Unbedingt lesen!

Claus Peter Lieckfeld



Ich lese „Tiere essen“ von Jonathan Safran Foer in einem Zug, ein Buch, das wie ein Sturmwind durch die Medien geht. Ich bin tief berührt und erschüttert. Foer gelingt es mit seiner Schreibkunst, Menschen in ihrem tiefen Inneren zu berühren und emotional zu erreichen. „Du kannst nicht gleichgültig Fleisch, Eier und Fisch aus riesigen Tierfabriken und den automatisierten Tötungsfabriken essen“. „Du musst dein Leben

ändern und dich entscheiden“. Willst du Vegetarier werden oder alles in deinen Kräften liegende tun, dieses lebensverachtende System zu ändern. Sonst unterstützt du eine Wirtschaftsweise, die unmoralisch und dumm ist (sie zerstört unsere Lebensgrundlagen, da sie auf Ausbeutung aufgebaut ist und produziert Lebensmittel, die im Wortsinn keine mehr sind).

Ich habe für mich noch einmal eine Entscheidung getroffen. Ich esse kein Fleisch, keine Schinken, keine Würste und kein Ei, außer, wenn ich genau weiß, wo es herkommt und wie es gemacht wird, z.B. aus Herrmannsdorfer oder aus ökologisch zertifizierten ähnlichen Betrieben. D.h. auf allen meinen Reisen und gesellschaftlichen Essenseinladungen ein klares Nein zu Fleisch, es sei denn, es wird eine gute Alternative geboten.

Als ich fünfzig Jahre alt war, kamen bei mir erste Zweifel. Was machen wir mit den bäuerlichen Tieren, von denen wir leben und die wir essen?

Mit Mitte Fünfzig dann die Entscheidung: Ich steige aus und fange noch einmal von vorne an – die Geburtsstunde der Stiftung und der Herrmannsdorfer Landwerkstätten.

Und nun mit achtzig Jahren der Schlusspunkt: „Teil“-Vegetarier! Und: Ich möchte zeigen, dass man alles auch ganz anders machen kann, mit Ehrfurcht vor dem Leben.

Ich dränge niemanden, in entscheidenden Fragen muss jeder seine Entscheidung treffen.

Karl Ludwig Schweisfurth

Herrmannsdorfer Weihnachtsmarkt



**Samstag/Sonntag
4. und 5. Dezember
10-18 Uhr**

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

Glockenbach
Holzstraße 24
Tel. 089/230 016 53

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, Mühlenstr. 2
Tel. 089/96 20 18 60

Biomarkt Grünwald
Grünwald, Marktplatz 1
Tel. 089/649 13 096

