



### Schöne Ziegerei!

Wir waren neugierig auf Imke Dirks und ihre Ziegen, von denen all die leckeren Ziegenkäse in unserem Laden kommen wie Ziegencreme, Zickenzauber und verschiedene Briesorten. So machten wir uns auf den Weg nach Hohenmoor bei Asendorf.

bla

ist eine Veröffentlichung der Bremer Erzeuger-Verbraucher Genossenschaft e. G.

Beim Paulskloster 28

28203 Bremen

Redaktion

Renate Richter (RR)

Kontakt

renaterichter-bremen@t-online.de

Lavout

Klaus Deutschmann



Zunächst erlebten wir die 70 Melkziegen und ihren Bock Biber im Stall - jede Ziege mit anderer Fellfärbung. Schon nach kurzer Zeit merkte ich: jede Ziege sieht anders aus. La Flora. Kümmel. Koriander. Basilika - allmählich ist es nicht so einfach, immer neue Namen zu finden für die BDE = Bunte Deutsche Edelziegen.

Imke mag gerade die Buntheit ihrer Herde: "Das ist der schönste Augenblick im Leben einer Ziegenbäuerin, wenn die bunten Ziegen im Sonnenlicht quer über den Hof zur Weide laufen." Es gibt auch ein bis zwei Toggenburger Mischlingsmütter, eine Holländer Sche-

cke und einen jungen Bock mit niedlichen Stirnlöckchen. Alle zwei Jahre wird der Bock ausgetauscht, um Inzucht zu vermeiden. Ansonsten herrscht strammes Matriarchat. Die Rangordnung wird ausgekämpft, es gibt vier Gruppen mit je einer Chefin und darüber eine Oberchefin. Der Bock bleibt bei seinen Ziegen, bis die Lämmer kommen, dann besteht die Gefahr, dass er die Lämmer stupst und stößt.

Bei schönem Wetter laufen die Ziegen raus und bevorzugen die Sonnenplätze. Wind und Nässe mögen sie nicht, dann bleiben sie lieber im Stall. Ziegen sind sensibel und schreckhaft - als ich nur den Arm zum Gesicht hob, sprangen einige erschreckt zurück. "Bei Betriebsbesichtigungen oder der Ferienpass-Aktion, wenn zwei Stunden 30 Kinder da

Am Sonntag, den 18. Dezember, von 11 bis 16 Uhr gibt es auf dem Ziegerei-Hof zusammen mit dem Partyservice Deubelsküche einen köstlichen Winterschmaus mit Ziegen- wird morgens und lammfleisch. Bei der Gelegenheit kann abends mit einem die Käserei besichtigt werden. Anmeldungen unter 04253-800870 oder kontakt@die-ziegerei.de

Spontane Gäste sind ebenfalls

herzlich willkommen.

sind, geht gleich die Milchleistung zurück", erklärt Imke.

Gemolken maschinellen Melkstand, maximal drei bis vier Liter pro Ziege, während der Tragezeit weniger. Ende Oktober/An-

fang November stehen sie acht Wochen trocken. Dann gibt es allmählich auch keinen Käse mehr. Zwei Briekäse konnten wir noch mitnehmen, im November bekommen wir dann den letzten länger gereiften Schnittkäse. Um die Milchpausen zu überbrücken, müsste die Herde sehr viel größer sein, aber es ist extrem schwierig, Land dazu zu kaufen. "Die Holländer machen das natürlich anders: Durch Hormongaben werden die Deck-

# Der Bauern Laden Anzeiger

**1** November 2011

zeiten so gesteuert, dass immer Milch da ist".

Die Käserei ist ein Saisongeschäft. Ende Juli/Anfang September beginnt die fünfmonatige Tragezeit, "da kann man die Uhr nach stellen", ist Imkes Erfahrung. Ab Januar werden die Lämmer geboren, die jungen einjährigen Ziegen bekommen ein Junges, die älteren zwei, durchschnittlich sind es 1,8. Dann sind bis zu 180 Lämmer auf dem Hof. Muss bei den Geburten geholfen werden? "Eher nicht, nur bei ungefähr zehn Prozent, wenn der Kopf sehr groß ist oder ein Bein nach hinten verdreht."

Die Lämmer werden zur Nachzucht gebraucht, die Hälfte der Böckchen geschlachtet zum eigenen Fleischverkauf.

Die Ziegen fressen auf der Weide und haben gelernt, sich damit zu begnügen.

Im Winter gibt es Heu vom eigenen Hof unf einem Biobauern nebenan, Eiweiss wird von Gut Rosenkranz aus Bassum bezogen.

Imke ist Quereinsteigerung. Nach ihrer Ausbildung zur Sozialpädagogin in Berlin arbeitete sie in den 90iger Jahren in Bremen und wurde Mitglied in unserer EVG. "Ich fand es schon immer gut, dass im Bauernladen der Schwerpunkt auf regionaler Vermarktung liegt". Dann ging Imke auf die Alp, um was ganz anderes, ganzheitliches zu machen und lernte auf einer Ziegen-Alp die Käserei. Nach der Mitarbeit auf verschiedenen Höfen machte sie ihre Ausbildung zur Käserin beim Verband für handwerkliche Milchverarbeitung im ökologischen Landbau (VHM), in dem sie Mitglied ist. Wenn es zeitlich drin ist, fährt sie zu den Treffen der Regionalgruppe. Der VHM regelt alles erforderliche in Hygienefragen. Vor 20 Jahren fing der Verband mit 60 Betrieben an, jetzt sind 6000 organisiert. Imkes Betrieb hat die EU-Zulassung, um auch über einen größeren Radius hinaus verkaufen zu können.

Vor sieben Jahren kaufte Imke den Hof sowie zwei Bestände von Ziegenhöfen und begann mit der Käserei. "Die Anfangszeit möchte ich nicht noch mal erleben!", erinnert sich Imke. Erst waren die Nachbarn vorsichtig, rundum gibt es keine Biolandwirte, und auch ein Kundenstamm musste erst mal angelockt und gewonnen werden – aber es klappte. Inzwischen gibt es feste Stammkunden, die auf dem Hof einkaufen, und verkauft wird auf dem Nienburger Wochenmarkt und Sondermärkten. Imke arbeitet zusammen mit festen Aushilfen und Praktikant/innen.

Imke liefert regelmäßig an uns. "Das ist mir viel lieber als z. B. Ökotop, da geht es nur um billig". Mit dem Umsatz ist Imke zufrieden: "Deswegen bleibe ich auch gerne Genossin!"

RR

Kontakt Die Ziegerei

Imke Dirks Eschenhorst 7 27330 Asendorf Hohenmoor www.die-ziegerei.de

# Buchweizen aus China – das muss doch wirklich nicht sein!



Margot Jordan ist für den Einkauf von Handelswaren, darunter auch Buchweizen, zuständig.

Ob es sein müsse, dass unser Buchweizen aus China stammt, hat jemand ins Wünschebuch geschrieben. Leider anonym, wie schade!

Bitte schreibt doch Name und Telefonnummer dazu, wenn ihr was ins Wünschebuch schreibt! Aus verschiedenen Gründen ist es schwierig, wenn ich nicht weiß, wer das ist, z.B. weil die Wunscherfüllung unwahrscheinlich ist. Anonyme Wünsche werden nicht erfüllt.\*

Im Fall "China" würde ich einfach gern was dazu sagen, denn ich hab mir natür-

lich was dabei gedacht.

Vor einiger Zeit hab ich den Buchweizen von Kornkraft aus dem Sortiment genommen, weil er aus China kommt (sic!). Und habe mal versucht, eine Alternative zu finden. Leider unmöglich! Anscheinend gibt es Buchweizen ausschließlich aus China. Wenn es sich um Mehl, Grütze oder ähnliches handelt, steht als Herkunftsland oft Deutschland auf der Packung, aber das heißt nur, dass die Verarbeitung in Deutschland stattgefunden hat,

der Buchweizen selbst kommt trotzdem aus China (das ist immer so bei verarbeiteten Produkten). Ich habe schließlich eine Mail bekommen von einem Erzeuger in Süddeutschland, der einige Tonnen Buchweizen geerntet hat und gern vermarkten will. Allerdings ungeschält und in großen Mengen, die wir nicht brauchen. Ich habe aber den Kontakt zu Kornkraft hergestellt und die waren interessiert. Bislang ist aber nichts daraus geworden.

Gegen China spricht meiner Meinung nach erstens die Entfernung. Zweitens eine grundsätzliche Skepsis, ob's denn



wirklich bio ist. Man hört ja viel Schlechtes und nix Genaues. Andererseits wäre es wichtig, gerade in solchen Ländern alternative und ökologische Projekte zu

Das Problem mit China ist, dass die anscheinend alles billiger produzieren können als andere Länder, und da es auch in der Biobranche nach den Gesetzen des Marktes zugeht, führt das dazu, dass Großhändler wie Kornkraft dann oft nur noch diese Produkte im Sortiment haben. (Übrigens gab es das gleiche Problem bei den Sonnenblumenkernen, und inzwischen besorgt uns Kornkraft eu-

# Der BauernLadenAnzeiger

#### **1** November 2011

ropäische Sonnenblumenkerne, zu einem höheren Preis, den ich aber gern bezahle!)

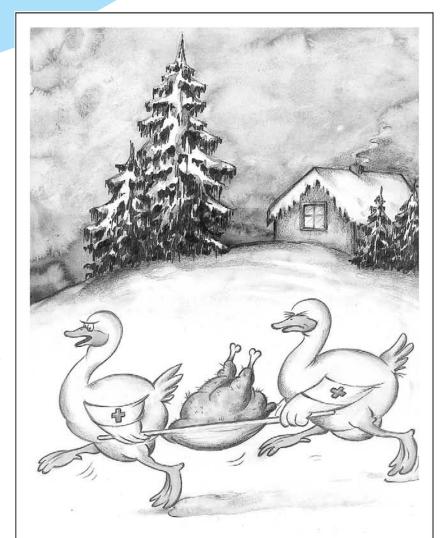
Weil Buchweizen im Laden immer wieder nachgefragt wird, hab ich mich schließlich entschlossen, welchen von Rapunzel zu bestellen. Rapunzel hat oft einen direkten und langjährigen Kontakt zu seinen Erzeugern, so dass ich da eher das Vertrauen habe, dass die Ware o.k. ist. Und mit der Idee, auch in China Leute zu unterstützen, die was Gutes machen. Und mit der Hoffnung, irgendwann doch noch mal europäischen Buchweizen zu finden. So ist das. Und wer eine Idee hat, wo wir europäischen Buchweizen her bekommen können oder was dazu sagen oder schreiben möchte – bitte gern! Aber mit Name und Telefonnummer!

Margot Jordan 0421 5486703

\* die Person, die sich "COOL" wünscht, könnte sich auch mal zu erkennen geben.

Echter Buchweizen ist eine alte Nutzpflanze, die in den Anbaugebieten nicht selten auch verwildert an Wegen und in Schutt- und Unkrautfluren anzutreffen ist Der Echte Buchweizen wurde wahrscheinlich zuerst in China kultiviert. In Mitteleuropa erfolgte die Ausbreitung während des späten Mittelalters von Osten nach Westen. In Deutschland stammen die ersten schriftlichen Erwähnungen des Buchweizens aus dem Leinetal (1380) und aus Nürnberg (1396).

Wegen des fehlenden Glutens ist reiner Buchweizen einerseits zum Brotbacken ungeeignet, andererseits aber zur Ernährung von Menschen mit Glutenunverträglichkeit geeignet. Buchweizen wird hauptsächlich in Naturkostläden als ganzes geschältes Korn, in Form von Grütze, Flocken oder Mehl angeboten. Vor allem die russische und polnische Küche kennt Buchweizenbrei, der in diesen Ländern sehr beliebt ist. In der italienischen und der Bündner Küche findet Buchweizenmehl als grano saraceno für Pizzoccheri und Polenta Verwendung. Auch die Französische Küche verwendet Buchweizenmehl für Pfannkuchen, so genannte Galettes. In den Niederlanden werden etwa münzgroße aber relativ dicke süße Pfannküchlein, sogenannte Poffertjes, mit einem 1:1-Anteil Weizenmehl und Buchweizenmehl gebacken. Die Moorkolonisten im Emsland bezeichneten Buchweizenpfannkuchen (niedersächsisch: Bookweiten-Janhinnerk) als ihr tägliches Brot. Dieses Gericht gibt es auch in der Eifel, in Südtirol "Schwarzplentn"; daneben wird in Südtirol auch die Bozner Buchweizentorte (Schwarzplentener Kuchen) und der Schwarzplentene Riebler zubereitet. In den USA werden die berühmten Pancakes auch oft aus buckwheat-Mehl zubereitet. Die Westfälische Küche kennt Panhas als Fleischpastete mit Buchweizenmehl. In der österreichischen Steiermark, Kärnten, in Slowenien



Bevor Sie mit dem Weihnachtsbraten, unverhofft in Not geraten, sollten Sie – zu allen Festen – unsere Angebote testen!

Ein Anruf bei der Ökokiste, und Sie erhalten eine Liste. So brauchen Sie an allen Tagen, kulinarisch nicht verzagen.

Denn, im Falle eines Falles, liefern wir so praktisch ALLES.

Die kulinarischen Gelüste: stets frisch von Ihrer



Tel.0421-275939, Fax 0421-2768690 www.oeko-kiste.de

ILLUSTRATION/TEXT: SCHÄFER, EITZENDORF • REALISATION: KUNZE, MARTFELD

und in Luxemburg kocht man den Heidensterz, einen kräftigen Sterz aus Buchweizenmehl. In Luxemburg wird der Sterz in kleine Stücke geschnitten ("Stäerzelen") und anschließend, meist mit Speck, in der Pfanne angebraten. In Japan bestehen die sehr beliebten Soba-Nudeln aus Buchweizen. In Lettland, Litauen, Polen und Russland kann man Buchweizen in Packungen kaufen, die aussehen wie Schnellkoch-Reisbeutel.

# Der BauernLadenAnzeiger

**1** November 2011

### Vorgestellt Hans-Wilken Löhmann

Hans-Wilken, bei der Generalversammlung kriegt man immer mit, dass du unsere Jahresbilanz erstellst. Was machst du beruflich?

Ich bin selbständig als Unternehmensberater. Gelernt habe ich mal Bankkaufmann bei der Sparkasse. Ich habe eine Bürogemeinschaft mit einem Steuerberater und drei festen Mitarbeiterinnen im Ostertorviertel und mache Existenzgründungsberatung. Das sind meist kleine Betriebe aus der Kreativ- oder Ökoszene, für die ich dann oft auch die Buchhaltung mache und sie über viele Jahre immer wieder zu Fragen des Geschäftsverlaufs berate. Daraus entstehen auch oft private Freundschaften.

## Was machst du genau für uns, wie läuft das praktisch?

Petra Nagler-Schröder bringt jeden Monat alle Rechnungen, Kontoauszüge und die Kassenabrechnung als Datei ins Büro, und ich mache monatlich oder quartalsweise eine Auswertung. Im Vorfeld der Generalversammlung - ich bin im Aufsichtsrat - beraten wir die geschäftliche Entwicklung des Bauernladens. In diesem Jahr ist so auch die Empfehlung entstanden, die monatliche Warenvorauszahlung zu erhöhen, weil die Gefahr besteht, demnächst ins Minus zu rutschen. Du bist auch ein Urgestein in der EVG,

Ach ja – 1990 bin ich ins Ostertor gezogen ins Haus von Jutta und Ulrich Draub. Henning Mentzel kannte ich auch schon lange, der fragte mich dann, ob ich nicht die Buchhaltung für die EVG machen könnte. Das wurde nämlich immer komplizierter, weil es damals viele regionale Stadtteil-EVGs gab in Schwachhausen, Gröpelingen, Arsten/Habenhausen, in einer Lüssumer Kirchengemeinde und in Lilienthal. Da war es überlebenswichtig, den Überblick zu behalten. Leider konnten sich die regionalen Gruppen nicht kostendeckend halten, so dass sie nach und nach aufgelöst wurden.

#### Wo wohnst du jetzt?

Wir wohnen seit 4 Jahren in Lilienthal, damit unser jetzt 6jähriger Sohn anders aufwächst als in der Stadt. Wir haben da ein schönes Holzhaus gebaut in ruhiger Gegend nahe der Wörpe, mit Lehmwänden und auch sonst nach ökologischen Kriterien.



#### Wo bist du aufgewachsen?

In Blumenthal. Ganz oft war ich an den Wochenenden und in allen Ferien auf dem Bauernhof in Martfeld zunächst bei meinem Opa, später bei meinem Onkel. Das war mein zweites Zuhause. Von daher bin ich mit Gemüse aus dem Garten und Tieren groß geworden. Jetzt sind wir oft mit unserem Sohn auf einem Bauernhof ganz in unserer Nähe mit vielen Tieren. Dort haben wir jetzt Fallobst gesammelt, um Apfelmus zu machen. In unserem Garten pflanzen wir neuerdings Bohnen, Salat u.a. Gemüse an, damit unser Sohn erlebt, wie das wächst. Ich seh dich oft im Laden, kaufst du meistens ein?

Ja, wir kaufen fast alles im Bauernladen. Nach dem Büro kann ich das gut machen. Zur Arbeit fahre ich mit Rad und Straßenbahn und Rad, das heißt, Ich hab an der Endhaltestelle in Borgfeld ein zweites Rad stehen, das ist praktisch und ein guter Ausgleich nach einem langen Bürotag. Oft arbeite ich samstags und kauf dann auch im Laden ein.

#### Was machst du sonst noch?

Ich hab viele Jahre regelmäßig in einer Gruppe afrikanisch getanzt. Wir sind mit eigenen Choreografien aufgetreten. Aber jetzt bin ich oft nach dem Büro zu schlapp und bin nur noch sporadisch dabei. Dafür spiele ich wieder Tischtennis im Verein in Lilienthal. Mit 15 hab ich intensiv Sport gemacht, Fussball und Tischtennis, ich war mit 15 Jahren mal in der Bremer Landesauswahl. Dann kam die Lehre, und

nach zwei schweren Sportverletzungen machte die Sparkasse Druck, dass ich nicht mehr so oft so lange fehlen sollte. Yoga habe ich jetzt auch wieder angefangen, da kenne ich vieles vom Tanzen. Wenn du jemanden für den Bauernladen werben willst, was preist du besonders an?

Unser tolles Gemüse, z. B. Tomaten oder grüne Bohnen! Wir sind Vegetarier. Ich habe inzwischen viele Erzeuger/innen persönlich kennengelernt und weiss, von wem was kommt, das ist ein gutes Gefühl.

Was bedeutet dir der Bauernladen?

Ich fühle mich verbunden mit all den unterschiedlichen Menschen in unserer Genossenschaft, auch den Erzeugern. Es berührt mich, dass wir über einen so langen Zeitraum unsere Vision verwirklichen, alle zusammen, dass man sich kennt, wenn man einkauft, auch neue Gesichter werden schnell vertraut. In einen anonymen Supermarkt gehe ich nie. Ab und zu kaufen wir was im Lilienthaler Bioladen. Es ist schön in Lilienthal, man lernt sich dort schnell kennen, man grüsst sich, die Haustür wird nicht abgeschlossen, viele schliessen auch ihre Fahrräder gar nicht an. Aber unsere EVG bedeutet mir nach wie vor ganz viel, da bleib ich unbedingt dabei.

Die Fragen stellte Renate Richter



#### Kein Kaffee für Silke!

Ein Besuch bei Silke Derlien auf der Alpe Veglia ist traditionell und zwingend mit mindestens einem Pfund Bauernladen-Kaffee verbunden, das Jan den Reisenden mit auf den Weg gibt. Wir mussten Jan - und auch Silke - enttäuschen, wollten wir uns doch wandernd zur Alpe Veglia begeben und galt es, jedes vermeidbare Gramm Gepäck zu sparen. Unsere Tour startete am Hauptbahnhof Bremen mit dem RE nach Hannover, von dort mit dem Nachtzug beguem nach Basel, wo es einen ersten Kaffee mit "Gipfeli" in der Morgensonne vorm Baseler Bahnhof gab. Weiter mit dem Zug nach Airolo, die Station unmittelbar nach dem Gotthard-Tunnel und letzter Bahnhof in der Schweiz. Mit dem Postbus eine halbe Stunde Richtung Nufenenpass bis Alpe di Cruina, um den ersten Tag mit einer Stunde Wanderung zur Capana Corno Gries (2340 m) zu beginnen. Ab dort begann die eigentlich Tour von Hütte zu Hütte, oder vielmehr von Rifugio zu Rifugio, denn nach nur wenigen Kilometern haben wir unmerklich am Griespass die Grenze nach Italien überschritten.

In drei Tagesetappen in sehr alpinem Gelände mit herrlichen Ausblicken und immer auf ordentlicher Höhe bis 2.500 m gelangten wir schließlich zur Alpe Veglia (1.700 m). Zunächst luden wir unser Gepäck im Rifugio Città di Arona ab, der dortigen CAI-Hütte, die gleich am Ortseingang lag - für uns nach der insgesamt siebenstündigen Tour sehr angenehm - und auch sonst recht begünstigt liegt: mit schönem Ausblick auf die Ebene der Alpe Veglia und auf die Berge Richtung Süden. Schon von der sonnigen Terrasse

aus konnten wir bei Cafè und hausgebackener Blaubeer-Crostata zum Melkplatz von Silke und Giuseppe nahe der kleinen Kapelle schauen, die Kühe und den Melkwagen sehen und haben uns dann auch alsbald auf den Weg gemacht. 15 Minuten Fußweg durch die weite Ebene der Alpe Veglia zum Haus des Parco Naturale, in dem die beiden im Sommer leben, Silke das Naturpark-Info-Büro betreut und wo die eigenen Produkte verkauft werden.

Es war Sonntag und die beiden hatten am Tag eine Menge Zulauf von Ausflüglern, die vor Ort Joghurt mit Honig

oder Käse verspeist und gekauft haben. Zusammen sind wir dann in der Abendkälte zum Melkplatz. Dort wurden die 26 Kühe gemolken (jede mit individueller Betreuung), ein verwaistes sehr munteres Fohlen mit Kuhmilch versorgt, die Milch in Kanister gefüllt, anschließend mit dem Pickup die Milch zum Käseraum gebracht, es wurde Molke abgefüllt, Behälter gereinigt, frische Käselaibe für die Salzlake vorbereitet, wir haben "Käseschwänze" kennengelernt, die Kälber im "Kindergarten" zum Füttern besucht und den Lagerraum mit den vielen reifenden Käselaiben und dem Salzbad gesehen. Nach der Arbeit haben wir dann gemütlich in der Wohnküche von Silke und Giuseppe bei Holzofenwärme gegessen und erzählt. Am nächsten Tag ging es für uns wieder weiter auf dem Grande Traversata dellei Alpi Richtung Domodossola – allerdings mit speziellen Tipps von Silke für eine besonders schöne Route zu unserer nächsten Station.

Claudia Senger



Silke Derlin bereitet den nächsten Alpe Veglia für unsere Käsetheke vor



### Viele Neugierige kamen zum Tag der offenen Tür

Wie jedes Jahr gab es am 23. September im Rahmen der Aktionstage Ökolandbau unseren Tag der offenen Tür. Erleichtert hatten alle den Wetterbericht verfolgt: Kein Regen!

Die Sonne schien sogar auf die hübsch dekorierten Tische. Zu Kaffee und Kuchen, Waffeln mit Herbstkompott und Borschtsch spielte die Band Oh Schreck blas nach! Musik zum Mitwippen sowie ein ungewöhnliches Blockflöte-Tuba-Duo Alte Musik. Neben den vertrauten EVGesichtern freuten sich auch viele Neugierige darüber, im Bauernladen mal probeweise einkaufen zu können.

# Genosse Jan Saffe als Grüner in der Bürgerschaft

Jan, wie war dir zumute, als du erfuhrst, dass du Abgeordneter in der Bremer Bürgerschaft wirst?

Ich war aufgeregt und hab mich gefreut, dass es doch noch geklappt hat. Ich war gerade im Laden, als Petra rief: Telefon für dich, die TAZ! Da wußte ich gleich, es geht um die Bürgerschaft. Dann kam Caroline Linnert auf dem KeramikerInnenmarkt an unseren Bauernladenstand und sagte, dass ich wahrscheinlich drin sei, abends werde entschieden. Am nächsten Tag kam per Anruf die Einladung in die erste Sitzung.

## Wie sind deine ersten Erfahrungen als Abgeordneter?

Man wird oft auf der Straße angesprochen, von Nachbarn, aber auch von ganz

Fremden, mit allen möglichen Anliegen: Parkverbotszeiten ändern, die Beseitigung von Scherben veranlassen, eine Fußgängerampel wird gewünscht oder ich soll Schulprobleme lösen...da muss ich dann halt an die jeweils zuständigen grünen Angeordneten verweisen.

#### Du bist jetzt landwirtschaftspolitischer Sprecher der Grünen – wie kam es dazu?

Also ganz genau heißt es Sprecher für VerbraucherInnenschutz, Landwirtschaft und Entwicklungszusammenarbeit. Bei einem Treffen aller 21 Abgeordneten mit Fraktionsvorstand haben wir ca 40 Funktionen festgelegt. Da wurde gefragt, wer macht was gerne? Ich hab mich gleich für diesen Bereich gemeldet und es ging



alles nach Wunsch.
Wie läuft das praktisch ab? Du hast
ein Büro für diese Arbeit?

Ja, zusammen mit einer Kollegin hab ich ein Büro mit Blick auf die Weser an der Schlachte, da bin ich täglich und kriege eine Menge mails. Für die inhaltliche



November 2011

Naturkost Kontor Bremen

Ihr Frische-Lieferant

Unsere Vielfalt:
Obst und Gemüse,
Molkereiprodukte und
Käse, Fleisch, Tofu,
Feinkost, Getränke und
Genussmittel

Wir sind ein regionaler Bio-Großhandel, der 1991 als Erzeugergemeinschaft gegründet wurde.

Wir stehen für...

- Qualität und Frische
- eine gute und faire
   Zusammenarbeit mit regionalen
   Erzeugerbetrieben
- überschaubare Strukturen und transparente Handelsbeziehungen
- kurze Wege von den Erzeugern zu unseren Kunden
- einen besonderen Service; wir sind fast rund um die Uhr an sieben Tagen in der Woche im Einsatz
- 20-jährige Erfahrung in der Naturkostbranche
- •100 % Bio? Logisch!

**Naturkost Kontor Bremen GmbH** 

Im Frischezentrum (Großmarkt Bremen)

in der Überseestadt www.naturkost-kontor.de Arbeit gibt es regelmäßige Treffen von grünen Abgeordneten, die sich mit verwandten Themen befassen.

Was habt ihr vor, welche politischen Schwerpunkte und Ziele hast du? Ich will ein Projekt in den vier Jahren durchkriegen: Kein Fleisch aus Massentierhaltung in öffentlichen Einrichtungen! Es ist schon klar, dass so was nur in einem langen Prozess zu erreichen ist. Aber wir haben schnell angefangen, die entsprechenden parlamentarischen Möglichkeiten zu nutzen. Der erste Schritt war eine kleine Anfrage am 20. September: Wie ist der Anteil von Fleisch aus Massentierhaltung in öffentlichen Einrichtungen – welche Pläne gibt es zum Umstieg

auf artgerecht erzeugtes Fleisch? Die schriftliche Beantwortung kam erst am ersten November. Da die Behörden, Schulen usw. dezentral bestellen, hält

man es kaum für möglich, eine genaue Erfassung zu machen. Dann wird es eine große Anfrage geben, die in der Bürgerschaft diskutiert wird. Und es gibt sogenannte Fragestunden, da können wir vorab viele gezielte Fragen einreichen. Und natürlich muss alles erst einmal von einem Arbeitskreis der Grünen abgestimmt und beschlossen werden, dann braucht man einen Fraktionsbeschluss, dann kommt das ganze in die Gremien des Koalitionspartners SPD. Das ist ein langer Weg, auf dem vieles verändert wird und oft Kompromisse zu schließen sind. Aber wir lassen nicht locker! Das hört sich alles nach sehr viel Arbeit an!

Ja schon – aber keiner soll sich zu früh freuen - man trifft mich nach wie vor hinterm Tresen im Bauernladen an!

Die Fragen stellte Renate Richter

**Orientalische Bulgurtaler** 

Bulgur ist der türkische Name für einen vorgekochten (hydrothermisch vorbehandelten) Weizen. Er ist ein Hauptnahrungsmittel im Vorderen Orient. Im Laden steht er gleich neben dem Eingang im Getreideregal. Man kann ihn wie Reis als Beilage zu Fleisch- oder Fischgerichten reichen oder für Salate verwenden. Er wird energiesparend zubereitet, weil man ihn nur in Salzwasser aufkochen und dann quellen lassen muss. Er soll sogar ganz

ohne Kochen durch mehrstündiges Quellen zum Verzehr weich werden. Ich habe für das Bauernladen-Café daraus kleine Taler (Puffer) mit orientalischer Note gebacken. Sie schmecken auch kalt und können gut aufgewärmt werden.



350 ml Wasser mit einer Prise Salz aufkochen, Bulgur darin einmal kurz aufkochen, dann vom Herd nehmen, quellen lassen (Achtung: Topf groß genug wählen, da die Menge auf das mehrfache aufquillt, falls erforderlich, noch etwas heißes Wasser zufügen, bis er weich ist) und abkühlen lassen. Frühlingszwiebeln oder Porree putzen und in sehr feine Scheiben schneiden. Die Hälfte der Petersilie und Minze klein schneiden. Feta abtropfen lassen und fein zerbröckeln. Alles mit Bulgur, Rosinen, Kreuzkümmel und Salz mischen. Eier, Mehl und Buttermilch verquirlen und unterrühren.

Joghurt mit den zerdrückten Knoblauchzehen, fein gehackter Petersilie und Minze, Salz, Pfeffer, 2 El Öl und ggfs Zitronensaft verrühren.

Den Bulgurteig portionsweise in Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Die Bulgurtaler noch warm mit der Joghurtsoße servieren.



#### Zutaten

Für 4 Personen

Für die Taler

150 g Bulgur75 g Frühlingszwiebeln oder Porree

3 Stiele Minze

0,5 Bund glatte Petersilie

200 g Fetakäse

4 Eier

100 g Mehl

250 ml Buttermilch

50 g Rosinen

1 El gemahlener Kreuzkümmel

Salz

Olivenöl

Für die Soße

250 g Joghurt 2 Knoblauchzehen

2 El Olivenöl

Petersilie

Minze

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

oaiz

nach Bedarf Zitronensaft

RR