bla

Der BauernLadenAnzeiger

16 Juni 2013

Bauernladen im Wilhelm-Busch-Viertel
Reinen Wein einschenken...
Durchblick im Schilderwald
Vegane Neuheit Wheaty
Ullas Ausflug zum Ölmühlenfest
Petras Lob und Dilemma
Mitmachtag rund ums Wasser
Vorgestellt: Martha und Bettina
Frühjahrsputz macht gemeinsam sogar Spaß
Apfel-Schmand-Torte

Elf Haushalte in Bremen-Vahr versorgen sich über den Bauernladen

Bauernladen im Wilhelm-Busch-Viertel

Seit Februar freuen sich jede Woche elf Haushalte im Wilhelm-Busch-Viertel über ihre bei uns bestellten Waren. Nachdem sie im letzten Jahr als Gruppe bei den Klimawerkstätten mitgemacht hatten, wurden gleich Nägel mit Köpfen gemacht, um ökologisch einzukaufen – und zwar über unseren Genossenschaftsladen. Die Bestellung erfolgt immer dienstags per Fax, das in der Schublade von Petra landet. Die Ware wird in den Folgetagen zusammengestellt und lagert im Nebenraum. Freitags um 10.30 Uhr holen zwei Mitglieder aus der Bestellgruppe mit Auto alles ab.

Bevor ich Ende Mai zu ihrem monatlichen Treffen in das Vereinsheim des Wilhelm-Busch-Viertel e.V. fuhr, guckte ich erst mal im Stadtplan, wo das denn ist. Es war schön per Rad zu erreichen, immer die Ludwig-Roselius-Allee entlang bis kurz hinter die Galopprennbahn, dann links in den Max-und-Moritz-Weg, rechts in den Lehrer-Lämpel-Weg und schon war ich da. In den 60iger Jahren wurden dort ganz viele Einfamilienhäuser auf großen Grundstücken gebaut. So wurde im Laufe der Jahre aus dem ursprünglichen „Kleingartenverein Sebaldsbrück" 2007 der „Wilhelm-Busch-Viertel e.V." mit jetzt 100 Mitgliedern.

Als alle da waren, ging gleich der Kalender rum, wo eingetragen wird, wer freitags die Waren abholt. Anschließend ist die große „Verteilersession" - der Ladendienst, denn alle Waren müssen für die einzelnen Familien sortiert werden. Wenn insgesamt 35 Eier bestellt wurden, müssen sie dort aufgeteilt werden auf die jeweiligen Bestellmengen. Das dauert so zwei bis drei Stunden. Und alles findet in einem viel zu kleinen Raum des Gemeinschaftshauses statt. Aus Platzgründen hat man den Kühlschrank noch nicht hingestellt, „da war es mal von Vorteil, dass es bisher so kalt war!", aber allmählich wird das nötig und dann können auch mehr verderbliche Waren gekauft werden.

Das ist alles gar nicht so einfach: Sonntag kommt die aktuelle Bestellliste mit Preisen per mail von Petra, wird an alle weitergeleitet – und dann müssen sich alle bis Dienstag überlegen, was man in der nächsten Woche braucht und am kommenden Wochenende kochen will....spontane Grillabende sind da schwer einzuplanen. „Da liegt man dann Montag abend im Bett und plötzlich fällt einem ein, dass am nächsten Tag die Bestellliste fertig sein muss", erzählt einer lachend. „Oder ich weiss am Donnerstag nicht mehr, was ich eigentlich bestellt hatte, wenn ich woanders noch was einkaufe", sagt eine andere. Alle mussten ihre Einkaufsgewohnheiten total ändern. Als ich frage: „Was läuft denn manchmal schief? So was ist immer besonders interessant zu lesen" - lachen alle um mich herum schallend. Daniel berichtet, wie er ein Kilogramm Ingwer bestellt hatte, und später ein Kilo Feldsalat – jetzt weiss er, wie das mit den Mengen so ist.

Praktischerweise werden die Rechnungen pro Haushalt einmal im Monat per Einzugsermächtigung auf ein Konto abgebucht. Es kommen immer ca 1 400 EUR zusammen.

Zum Schluss wurde festgestellt: „Jetzt weiss ich: bio ist nicht krass teuer, wie ich vorher dachte. Und wir essen jetzt viel günstiger, besser und vor allem leckerer als vorher!"

bla
ist eine Veröffentlichung der Bremer Erzeuger-Verbraucher Genossenschaft e. G.
Beim Paulskloster 28
28203 Bremen
www.bremer-evg.de
Redaktion
Renate Richter (*RR*)
Kontakt
renaterichter-bremen@t-online.de
Layout
Klaus Deutschmann

Titelseite: Birte Bauerdorf und Daniel Huber mit der wöchentlichen Lieferung

Was fehlt, ist ein richtiger Lagerraum, wo man ausreichend Platz hat, damit die Waren größtenteils direkt dorthin geliefert werden können. Dann könnte man eine eigene Genossenschaft gründen mit einem Witwe-Bolte-Bauernladen und mehr Leute dafür gewinnen. Schließlich gibt es in dem ganzen Viertel keinen Laden mehr, und für viele ältere Nachbar/innen müsste das doch von Vorteil sein.

RR

Internetadresse
www.wilhelm-busch-viertel.de/gruppen-angebote/klimawerkstatt/bauernladen

Reinen Wein einschenken...

Bio-Weinprobe von VivoLoVin mit Käseverkostung

Am 19. April hatte Renate mit unserem Lieferanten VivoLoVin eine Weinprobe mit Käseverkostung organisiert. Im Anschluss an das freitägliche Laden-Café präsentierte Mathias Bohlen ausgewählte Bio-Weine. So freuten wir uns mit zwölf GenossInnen über fachmännische und sehr kurzweilige, unterhaltsame Empfehlungen. Wir probierten zwei Weißweine, einen Rosé und drei verschiedene Rotweine. Bei der Vielfalt waren die professionellen „Spucknäpfe" willkommen. Zur Verkostung gehörten auch Panini-Weißbrot sowie beliebte Käsesorten aus unserer Ladentheke.

Den Anfang machten der leichte italienische Perlwein „Verduzzo" aus dem Veneto im Vergleich zum eher säurebetonten „Rueda Verdeja" aus einem Weingut nordwestlich von Madrid. „Im Gegensatz zum Frizzante wird dem Perlwein immer etwas Kohlensäure zugesetzt", erklärte uns Mathias.

Es folgte der Landwein „Le Pavot rosé" in der 1-Liter-Pfandflasche. Wir lernten dabei, dass es nur rote und weiße Trauben gibt, beim Rosé bleibt die Traubenhaut entsprechend kürzer in der Maische. Dann ging es gut gelaunt weiter mit einem Rotwein aus der Merlot-Traube vom Weingut „Giol", ebenfalls aus Veneto/Italien. Dieser Wein ist nicht geschwefelt und vegan, d.h. man klärt mit einer Tonerde (Beutonid) und nicht mit Eiweiß.

Bordeaux mit Goldnote

Den Höhepunkt bildete schließlich der Bordeaux „Chateau Couronneau" superieur, d .h. traditionell im Fass gelagert. Ab Jahrgang 2012 ist dieser schöne kräftige Rotwein nach Demeter zertifiziert. Im Vergleich dazu probierten wir noch den leichten französischen Rotwein „Cuvee Sandrine Syrah" aus dem Languedoc Roussillon.

Diese „Roten" wurden so geschätzt, dass die TeilnehmerInnen sogleich drei Kartons bestellten.Vom Syrah und vom Verduzzo hat Renate einen kleinen Vorrat zum Probieren eingekauft. Da wir aber wenig Platz haben, gibt es die neuen Sorten vorerst nur auf Bestellung.

Sonja spendierte zum Rotwein übrigens auch bittere Schokolade, ein besonderer Genuss!

So war diese Weinprobe ein Erfolg mit Bestellung von insgesamt 54 Flaschen. Eine informative, gemütliche und fröhliche Runde war das - das werden wir unbedingt im Herbst (Anfang November) wiederholen.

Zum Schluss noch ein Tipp für unsere Grappa-Fans: „Grappa II Milin" aus der Region Asti, Jg. 1995 aus Eichenfass-Lagerung, etwas teurer, aber köstlich!

Margot Müller

Diese Weine und noch viele mehr findet man unter
www.vivolovin.de

Durchblick im Schilderwald

Wie ihr wisst, ist einer der Schwerpunkte unseres Ladens die Regionalität und der Verkauf von Waren direkt von unseren ErzeugerInnen. Damit schneller zu erkennen ist, woher die Waren stammen, gibt es verschiedene Schilder. In der Käsetheke zum Beispiel gibt es orange Schilder für die Erzeuger-Käse. Die kommen u. a. von der Käserei Eilte bei Walsrode, von der Ziegerei in Asendorf bei Syke und vom Ziegenhof Schwarzes Moor zwischen Hoya und Nienburg.

Die gelben Schilder bezeichnen die Käse, die wir über den Handel beziehen, diese kommen aus Deutschland oder dem europäischen Ausland. Eine Ausnahme ist der Alpe Veglia, der nicht regional ist, aber direkt von der Erzeugerin, nämlich unserer Genossin Silke, die nach Italien ausgewandert ist.

In der Wursttheke gibt es diese Unterscheidung nicht; fast alle Produkte sind von unseren ErzeugerInnen: Ada Fischer, Hof Schumacher, Hein Hanken, Johannes Schettler u. a.

Auch bei Obst und Gemüse gibt es verschiedene Tafeln. Manche haben ein kleines EVG-Logo. Solches Gemüse/Obst stammt von unseren ErzeugerInnen. Jetzt haben wir z. B. Spargel und Erdbeeren vom Hof Rennig Söffker bei Martfeld, der Mitglied in unserer Genossenschaft ist.

Die Tafeln ohne EVG-Logo hängen bei Gemüse, das wir über den Handel beziehen. Im besten Fall ist es regional, d. h. es kommt aus Norddeutschland. Ansonsten steht das Herkunftsland auf der Tafel. Vorne an den Kisten gibt es oft noch ein kleines Schild mit Namen und Adresse des Erzeugers (oder auch mit dem Namen der Apfelsorte).

Zur Zeit entwickelt Marina ein System, um regionale bzw. Erzeuger-Gemüse noch besser kenntlich zu machen. Haltet eure Augen offen!

Übrigens gibt es auf unserer Internetseite (www.bremer-evg.de) viele Infos zu unseren ErzeugerInnen, es lohnt sich, da mal ein bisschen zu stöbern!

Margot Jordan

Foto Klaus Gebhard

3 Jahre Bauernladencafe

Freitag 28. Juni
16 bis 18 Uhr

Vegane Neuheit: Wheaty

Am 6. März gab es beim Naturkostkontor eine Verkostung von „Wheaty“. Dahinter verbirgt sich eine Produktreihe aus Weizeneiweiß der Firma Topas.

Zuerst gab es einen interessanten Vortrag: Die Grundlage von Wheaty ist eine Weiterentwicklung von Seitan, das in China eine jahrhundertelange Tradition hat. Weizenmehl wird mit Wasser verknetet, dann wird nach und nach die gesamte Stärke ausgewaschen. Bei der Produktion im großen Maßstab landet die Stärke natürlich nicht im Ausguss, sondern wird anderweitig vermarktet. Zurück bleibt das Eiweiß, das übrigens das Gluten ist. Danach wird es, je nach dem, was genau daraus werden soll, gewürzt, und schließlich gekocht. Das Endprodukt hat – im Gegensatz zu Tofu – eine große Ähnlichkeit mit Fleisch. Was für überzeugte Vegetarier vielleicht nicht so spannend ist, dafür aber für Menschen, die gerne Fleisch essen, aber aus verschiedenen Gründen weniger davon essen wollen.

Es gibt verschiedene Würste, Gyros, Döner, Kasseler, Steak, Rouladen, … alles ist vegan. Am Ende konnten wir alles probieren – mmmh!

Im Laden haben wir eine wechselnde Auswahl davon, im mittleren Kühlschrank.

Die Firma Topas achtet beim Einkauf auf kurze Wege – Rohstoffe aus Deutschland bzw. Europa. Grundsätzlich kaufen sie nichts aus Ländern, in denen Menschenrechte missachtet werden oder Urwälder abgeholzt werden. Die Nachhaltigkeit hat einen großen Stellenwert. Ein Nachteil ist allerdings die aufwändige Verpackung in Plastik. Topas versucht zwar, diese möglichst gering zu halten, da die Verpackung aber hitzestabil sein muss (Haltbarkeit), gibt es Grenzen.

Andererseits sind vegetarische/vegane Lebensmittel sowieso umweltfreundlicher als tierische Produkte, weil bei deren Herstellung wesentlich weniger CO^2 erzeugt wird.

Margot Jordan

Steinofen-Backstube Hollen

10. bis 14. Juli
Bio-Flammkuchen auf der Breminale

Apfeltag
der Mosterei Finkenburg

3. Oktober (Feiertag)
in Thedinghausen-Eißel
von 11 bis 18 Uhr
Infos: www.finkenburg.info

Besuch bei VivoLoVin

Wir wollen unseren Biowein-Großhändler besuchen und dabei vor allem den Füllbetrieb besichtigen. Das wird an einem Mittwoch vormittag sein, wahrscheinlich am 18.September 2013.
Da die Weinlieferungen durch die Tanklastwagen erst kurz vorher verbindlich feststehen, wird der Termin Anfang September festgelegt und an der Tafel im Laden angekündigt.

Foto Ulla Ludewig

Schöner Ausflug zum Ölmühlenfest

Wetter super, irre voll, sehr informativ, – unser Sonntagsausflug am 5. Mai zum Mühlenfest der Wesermühle, von der wir unsere besonderen Öle beziehen, hat sich gelohnt! Es gab beeindruckend viele verschiedene Öle, Leinöl in der Kühlung – und die Leute standen Schlange, um was zu kaufen. Auch ein Stand mit griechischem Olivenöl, das auch als Zitronenöl angeboten wurde, war umlagert.

Leckres zum Essen und Trinken gab es am Kaffee- und Kuchenbuffet mit köstlichen Torten, bei Böse-Hartje mit Bratwürstchen und Wurst von Schumacher, vom Hof Schwarzes Moor mit Heidschnuckenspezialitäten, dazu Brot von Hollen, Ziegenkäse, Honig, Wein und Gewürze und vieles mehr.

Ulla Ludewig

Kontakt
unter www.wesermuehle.com/webshop/oele kann man alle lieferbaren Produkte anschauen und über Petra Schröder bestellen.

Ein Lob unseren Erzeuger/innen und mein Dilemma damit

Es ist wirklich erstaunlich, aber unsere Erzeuger/innen erlebe ich als durch die Bank überaus tolle, sympathische Menschen. Sie arbeiten viel, haben hohe ethische und ökologische Ansprüche und mühen sich ab, diesen gerecht zu werden und trotzdem über die Runden zu kommen. Gegen die Macht der Konzerne und Agrarfabriken, die es ja inzwischen auch schon in „Bio“ gibt. Sie stellen hochwertige Produkte her, Gemüse, Fleisch, Käse, Brot etc., zu einem Stundenlohn, für den die meisten von uns nicht arbeiten würden. Und wenn man sie besucht, sind sie nett und freundlich und so überzeugend in dem, was sie tun, dass ich ihnen am liebsten den ganzen Hof leer kaufen würde, um sie zu unterstützen. Deshalb finde ich es so schön, unsere Erzeuger/innen gelegentlich zu besuchen. Um selber zu sehen, welche Menschen hinter den Produkten stehen, die wir im Laden haben. Im Übrigen gilt vieles davon auch für unsere Großhändler Naturkostkontor und Kornkraft, die ja im Bereich der Großhändler eher kleine sind und auch versuchen, ihren hohen Ansprüchen gerecht zu werden (z.B. war keiner der Eierlieferanten dieser Großhändler von dem Eierskandal betroffen, sie kaufen nur bei kleineren Erzeugern). Da machen mal Menschen wirklich Sinn-volles. Ich bin froh über jedes neue Mitglied im Laden und jedes bisschen, das ich mehr bestellen kann und freue mich um so mehr über die neue Gruppe aus der Wilhelm-Busch-Siedlung in der Vahr.

Das einzige Dilemma, dass ich dabei habe, ist das mit dem Fleisch. Eigentlich ist Fleisch-Essen vor allem aus ökologischen Gründen (z. B. CO^2-Bilanz, Flächenverbrauch) ein Auslaufmodell. Es gibt nur wenige Standorte, bei uns z.B. Wümmewiesen, Nordseeküste etc., die für Ackerbau nicht geeignet sind, weil sie zu feucht, zu trocken, zu nährstoffarm oder geschützt sind. Hier ist mehr oder weniger extensive Tierhaltung die einzige landwirtschaftliche Nutzungsmöglichkeit. Einerseits ist es ist sinnvoll, die Menschen zu ermuntern, weniger oder kein Fleisch zu essen. Andererseits sind da eben auch unsere Fleischerzeuger, deren Umsatz ich (s. o.) gern erhöhen würde, weil sie ihre Tiere unter anständigen Bedingungen halten. Ich selber esse (wie vermutlich etliche von uns) wenig Fleisch, wenn, dann aber von Ada, Hein, Stefan und Familie, Hagen und Kerstin, Ingrid und Roland oder Johannes. Aber das löst das Dilemma nicht. Sicher ist es gut, wenn die Erzeuger/innen ihr Fleisch vor allem an Menschen verkaufen, die vorher im Supermarkt oder konventionell gekauft haben. Und ganz langfristig einfach weniger, aber gutes Fleisch zu produzieren und zu essen und damit die Massentierhaltung und -schlachtung abzuschaffen.

Petra Schröder

bla
Der BauernLadenAnzeiger
16 Juni 2013

Margarethe Paskos spritzt Wasser auf ihren Pflanzeniglu
Foto Henning Hopken

Mitmachtag rund ums Wasser

Nahrung, Wasser und Kunst auf dem Biolandhof Meyer-Toms

Am Sonntag, den 12. Mai, war viel los auf dem Biolandhof Meyer-Toms in Schwarme. Der Hofladen war geöffnet, draußen wurden Pflanzen verkauft und im Folien-Gewächshaus gab es Kaffee, Kuchen, Crepes, Röst-Kartoffeln, Bratwurst und Musik. Das Schönste für die Besucher aber war, auf dem Hofgelände herumzuschlendern und Biolandbau zu erkunden. „Leben heißt nicht nur Essen und Trinken, sondern auch Kunst und Kultur genießen“, erzählt uns Jutta Grabowski, Biogärtnerin in Schwarme. Stände präsentierten Kunsthandwerk, Filz, Keramik, Schmuck, Puppen und mehr.

Im Garten hatte Margarethe Paskos mit ihrem Pflanzen-Iglu die Kraft des Wassers künstlerisch umgesetzt. Das Grundgerüst aus geschnittenen Weiden war mit einem weichen Teppich aus 15 qm begrüntem Nesselstoff bedeckt. Am Wochenende vorher hatten Margarethe und Jutta auf den gewässerten Stofflagen verschiedene Samenkörner eingesät - und Kresse, Weizen und Radieschen zum Sprießen gebracht. Das Iglu ist ein vergängliches Kunstwerk, das symbolisch für das Recht auf sauberes Wasser für alle Menschen steht.

Margot Müller

Kontakt
www.biohof-meyer-toms.de

Vorgestellt

Martha und Bettina

Martha, neulich hast du gefragt: „Mama, warum kaufst du eigentlich immer hier ein?“ Was hat sie gesagt?

Martha: Weil der Laden so winzig ist... so schön... weil ich früher hier mitgearbeitet habe... hat Mama gesagt.
Bettina: ...und man hier nette Leute trifft und vieles regional ist, das kommt bei mir noch vor Bio!
Martha: Und es gibt ganz leckere Sachen – am aller leckersten sind die Süßigkeiten.
Welche magst du besonders gerne?
Martha: Ich glaube, Lakritz!
Und kriegst du immer welches, wenn du hier bist?
Martha: Meistens... eher, wenn ich mitkommen, aber Mama bringt mir auch welches mit. Auch meinem Bruder, Ambros, der ist zwölf Jahre alt.
Und du?
Marta: Ich bin 8. Ich komme jetzt in die dritte Klasse.
Du kennst ja sicher auch andere Läden – wie findest du unseren?
Martha: Hier ist es anders, nicht so voll. Wenn es doch voll ist, kriech ich durch die Beine durch, das macht Spaß. Und hier kann man auch mal aufs Klo gehen.
Bettina: Alles ist so locker hier.
Martha: Und es gibt eine kleine Küche – wie zuhause!
Spielst du ein Musikinstrument?
Martha: Geige – und Flöte und Harfe. Als erstes hab ich Geige gelernt. In der Schule trommeln wir auch, und dann hab ich mit Flöte und einer kleinen Harfe angefangen. Die Noten kann ich schon ganz gut. Bei der Harfe macht die Lehrerin bunte Fädchen an die Saiten in der gleichen Farbe wie die Noten.
Geige stelle ich mir ganz schön schwer vor.

Martha: Geige ist nicht so schwer. Ich übe fast jeden Tag.
Bettina, was machst du beruflich?
Bettina: Seit vier, fünf Jahren arbeite ich als Grundschullehrerin – Musik, Deutsch, Sachkunde. Ich hab in Hannover studiert. Nach dem Referendariat in Berlin wollte ich erst noch mal was erleben. Ich war dann 15 Jahre freiberuflich tätig. Wir haben eine Frauen-A-Cappella-Gruppe gegründet – „Aquabella“. Das war damals noch was Seltenes, inzwischen gibt es schon mehr solche reinen Frauen-Chöre. Wir haben uns ein tolles Repertoire aufgebaut, Lieder aus aller Welt, viele osteuropäische. Wir hatten viele Auftritte. Außerdem hab ich Kurse gegeben.
Wie kamst du nach Bremen?
Bettina: Durch Thomas, meinen Mann. 2000 wurde ich schwanger mit Ambros, mein Mann arbeitete als Anwalt und Notar in Bremen. In den Jahren hab ich im Bauernladen Ladendienste gemacht. Später hab ich einen Chor geleitet – Donna Canta, einen Frauenchor. Wir hatten uns über das Überseemuseum gegründet, später sind wir ins Frauenstadthaus Am Hulsberg umgezogen. Das hab ich erst im Februar aufgegeben - wurde mir zuviel. Aber ich vermisse das!
Martha: Wir ziehen bald in ein Haus um. Dann krieg ich ein eigenes Zimmer.
Habt ihr Tiere?
Martha: Nein – ich hätte aber sooo gerne eins. Bei uns in der Straße ist eine Katze mit ganz langem Fell, die leckt mir machmal die Hand. Aber die kann man ja nicht an der Leine spazieren führen.
Doch - wo ich wohne, geht eine Frau immer mit ihrer Katze an der Leine.
Martha – lacht: Das wär lustig, einen Fisch an der Leine!
Du fährst sicher auch Fahrrad?
Martha: Ja – an einem Tag fahr ich damit zur Schule, sonst bringt mich Papa mit dem Auto hin, das Fahrrad kommt ins Auto, und zurück fahr ich Rad.
Bettina: Ja, ja, ich bin die Radfahrerin, Thomas der Autofahrer. Auch den Wocheneinkauf freitags, wenn Ambros beim Kontrabass-Unterricht ist, mache ich per Rad. Thomas kauft meist samstags hier ein. Früher waren wir im Maiskolben in der Neustadt, aber hier ist es viel näher. Ich finde es auch sehr gut, dass man sich nicht ständig einbringen muss, wenn man wenig Zeit hat, so wie wir jetzt. Dabei hat der Ladendienst richtig Spaß gemacht, es ist wie Kaufmann spielen, abfüllen ist so beruhigend wie Gartenarbeit. Hoffentlich hab ich dafür bald wieder mehr Zeit!

Die Fragen stellte Renate Richter

Hofmolkerei Dehlwes
AUS DEM BREMER LAND
Leckere, frische Bio-Milchspezialitäten der Hofmolkerei Dehlwes
Ein Genuss im Einklang mit der Natur
Jetzt neu: Bio-Eier von unseren eigenen Hühnern
Unser Melkhus ist von Mai bis Oktober für Sie geöffnet!
Besuchen Sie auch unseren Hofladen
Mo. - Fr. 8 – 18 Uhr, Sa. 9 - 12 Uhr
Trupe 17 28865 Lilienthal Tel. 04298/699270
www.Hofmolkerei-Dehlwes.de

Frühjahrsputz macht gemeinsam sogar Spaß

An zwei Samstagen im März wurde richtig gründlich saubergemacht: Fussleisten, Kühlschränke, Fenster, Lampen, Heizungen, Rohre. Besonders viel Arbeit machen die Regale, die erst ausgeräumt werden müssen zum Abwischen. Es ging allen flott von der Hand, die Stimmung war sehr gut, es wurde gelacht und in Pausen zwischendurch geplaudert bei Kaffee und Kuchen. Danke an Margot, Jan, Sitta, Iris, Sonja, Michael, Guntram,...hoffentlich habe ich jetzt niemanden vergessen!

RR

Apfel-Schmand-Torte

175 g Butter
160g Zucker
200g Mehl
1 TL Backpulver
1 Ei
4 Äpfel (Boskop)
½ l Apfelsaft
Saft und Schale von 1 Zitrone
120 g Zucker
2 Pkt. Vanillepuddingpulver
200 ml Sahne
2 Becher Schmand/Creme Fraiche
2 TL Zucker (besser: Puderzucker)

4 - 5 Äpfel schälen und in Würfel schneiden. Apfelsaft mit Zitrone, Zucker und Puddingpulver zum Kochen bringen (großen Topf verwenden!). Während des Aufkochens mehrmals umrühren, bis die Mischung etwas fest wird, von der Herdplatte nehmen und die Apfelstückchen unterheben. Mürbeteig zubereiten, in eine Springform geben, Teig an den Rändern hochziehen. Die abgekühlte Apfel-Pudding Masse auf den rohen Mürbeteig füllen und im vorgeheizten Backofen bei 180 - 200 Grad (Umluft 160 Grad) ca. 20 - 30 Min. backen. Abkühlen lassen.
Sahne mit (Puder)Zucker steif schlagen und anschließend den Schmand vorsichtig unterheben. Sahne-Schmand-Creme auf der erkalteten Torte verstreichen und eine Zimt-Zucker Mischung darüber streuen.

Auch toll mit Rhabarber!

800 g Rhabarber in sehr dünne Scheibchen schneiden, einige Stunden oder über Nacht mit 120 g Zucker Saft ziehen lassen (wer mag, Rosinen zufügen). Ohne Wasserzugabe im eigenen Saft vorsichtig nur kurz köcheln, damit die Stücke gar, aber nicht zu weich werden.
Saft abtropfen lassen, mit Apfelsaft oder Wasser auf ½ l auffüllen, mit Zitrone und Zucker aufkochen. Zwischenzeitlich Puddingpulver mit ca 200 ml Wasser oder Apfelsaft anrühren und verfahren wie oben.

RR

TERRASANA bio · organic

Die leckeren Nussmuse von TerraSana

Die Nussmuse von TerraSana sind einmalige und ehrliche Produkte aus eigener Produktion. Natürlich aus biologischem Anbau und frisch geröstet!

Die Nussmuse werden nach traditioneller Methode zubereitet ohne Zusatz von Zucker, Salz, Fett oder Emulgatoren.
Den hervorragenden Geschmack bestimmen die Nüsse und Mandeln.

Das schmeckt auf Brot und in Soßen, in Dips und als Dessert.

100% Nuss!

Skal 001178

www.terrasana.com