bla

Der BauernLadenAnzeiger

20 Juli 2014

Hofbesuch bei Brünjes

Schafkonzert im Moor

Jubiläumsfest

Micha repariert Kellertreppe

Besuch der Kornkraftmesse

Igitt!

Vorgestellt Thomas Warnken

Gebratene Haselnusspolenta

Mit Foto-Pinwand vom Jubiläumsfest

Schafkonzert im Moor

Kurz hinter Bremervörde in Ostendorf liegt der alte Hof von Ingrid und Roland Brünjes. Ingrid ist Landwirtin, Roland Landwirtschaftsleiter. Ingrid hat seinerzeit u.a. ein Jahr bei Gisela Lienau gelernt, einer Pionierin des Ökolandbaus in Zeven und Gründungsmitglied der EVG. Den Hof von Rolands Eltern haben sie Anfang der 90iger Jahre auf Bio umgestellt. „Das war hart im ersten Jahr. Der Hof musste fast abgerissen und neu aufgebaut werden. Wir haben in Wohnwagen und im Stall gelebt, und das mit unseren beiden Kindern, die noch nicht zur Schule gingen!“ erinnert sich Ingrid. Wie kamt ihr auf Milchschafhaltung? Roland hatte schon als Jugendlicher eigene Schafe und eine Kuhmilchquote hatte der Hof damals nicht. „Anfangs haben wir die Milch in Kannen zur Molkerei nach Sottrum* geliefert, die aber im Frühjahr 1997 zumachte.1997 haben wir mit der Käserei angefangen. Bis unser neues Gebäude dafür fertig war, mußte Roland die schweren Kannen hin- und herschleppen.“

Ingrid zeigt uns den neuen Anbau für die Käserei – sie lacht: „den „Käseknast“. 100 bis 200 l Milch verarbeitet sie täglich - außer dem Gerät zum Pasteurisieren („der Pasteur“) ist alles Handarbeit. Ingrid hat schon früh experimentiert, Kurse besucht und in Käsebetrieben gearbeitet. „Von März bis Ende Mai ist es am härtesten: Aufstehen um 3 Uhr, noch mal ruhen von 4.30 bis 7.30 Uhr, abends dann noch Packen, das geht oft bis 19 oder 20 Uhr“. Die Qualität der Käse ist mehrfach ausgezeichnet worden. 2006 und 2011 hat die Zeitschrift „Der Feinschmecker“ Brünjes Käse als einen der besten in Deutschland ausgewählt. 2014 gab es den Norddeutschen Käsepreis der IG Käsekultur mit Slow Food.

Klaus und ich sind zum Fotografieren extra rechtzeitig zum Füttern gekommen. Ein ohrenbetäubendes Blöken schallt uns entgegen, als Roland mit den Futtereimern ankommt. Rund 200 Schafe sind auf dem Hof, davon 40 'Zutreter', so nennt man die Jungen. Bis zu 170 Schafe werden täglich 2mal gemolken, das dauert jeweils 2 Std. Wenn das Radio im Melkstall Musik macht, kommen die Schafe von allein rein, das ist das Signal für das Milchhormon Oxytoxin, damit die Milch zum Melken einschießt. Roland steht in einem vertieften Gang zwischen den beiden Reihen mit je acht Tieren – und hat deren Hinterteile und Schwänze auf Augenhöhe! „Nach Regen ist das eine Schlammschlacht!“ Die Euter werden per Hand gesäubert und die Zitzenbecher angelegt. Zur Zeit hat Roland dafür keine Mitarbeiter. Nur von Mitte November bis

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

Mitte Januar, wenn die Schafe vorm Lammen trocken stehen, können Roland und Ingrid mal ein paar Tage verreisen.

Heu und Silage zum Füttern machen Brünjes selber, Stroh und Kraftfutter wird zugekauft und aus der Nachbarschaft Bio-Kartoffeln. Demnächst läuft der Pachtvertrag für 10 ha Weideland im Dorf aus. Vor 20 Jahren war das Land gut zu kriegen – jetzt geht das gar nicht mehr, es wird lukrativer verwertet. Dabei war das Land damals total verwildert und ist inzwischen gutes Grünland geworden durch regelmäßige Bearbeitung und Pflege. Roland berichtet, wie gut sich der höhere Aufwand im Biobereich auszahlt. Während die riesigen Traktoren der großen konventionellen Höfe sehr füh im Jahr mähen und durch ihr Gewicht die Dränage kaputt machen, fängt Roland meist 14 Tage später an, wenn der Boden von unten richtig trocken ist. Seine kleineren Maschinen sind diesem Boden angepaßt. Da die Schafe lieber Silage als Heu fressen, wird hauptsächlich Silage gewonnen, die durch ihren höheren Eiweißgehalt dem Heu überlegen ist. Natürlich wird auch, je nach Witterung, Heu gewonnen für die Lämmerfütterung, als Zusatzfutter und zum Verkauf an Pferdehöfe.

Glücklicherweise bekommen Brünjes große Deichflächen dazu, die vor kurzem bei der Deicherhöhung der Oste entstanden sind. Mit Landes- und Bundesmitteln sollen anstelle der reinen Mähdeiche in Zukunft die Deiche mit Schafbewirtschaftung gepflegt werden. Mit Ingrid machen wir einen kurzen Spaziergang dorthin – nur über die Straße und über eine Wiese, schon sind wir da. Wunderbar ist es dort – weite grüne Flächen, mal einige Büsche und Bäume, darüber der blaue Himmel mit Wattewolken, ein frischer Wind, Kiebitze und Möwen – und die wolligen Schafe auf dem sattgrünen Deich, wie im Bilderbuch! Gegenüber wurde ein Überschwemmungsgebiet angelegt für Hochwasser – ein Eldorado für Wasservögel.

Wer nimmt all die leckeren Piepenrieker-Weichkäse, die Frischkäse Moorteufel, Moorhexe oder Moorfeuer und das Joghurt natur oder Lämmertraum (Cassis, Orange – Sanddorn – Banane) ab? Einmal in der Woche macht Rolands 79jähriger Vater die Tour zum NKK in Bremen, zu Edeka in Lilienthal, nach Worpswede

und weiter nach Butjadingen bis nach Jever und Jork. Eine Fahrerin übernimmt die Tour von Samstag auf Sonntag nach Hamburg zum Naturkost-Großhandel, der Kornkraft, Kaltenkirchen, Göttingen, Berlin beliefert. Auch Manufactum holt Joghurt ab.

Ab und zu verkaufen Brünjes direkt auf Märkten wie in Wilstedt oder Kiekeberg und bei Hoffesten. 400 bis 1000 Joghurt, an die 200 Weichkäse, 200 bis 400 Frischkäse, 200 bis 300 halbe Liter Milch pro Woche gehen so auf die Reise. Das sind für uns unvorstellbare Mengen, die Ingrid in Handarbeit herstellt.

Manchmal gibt es mehrere PraktikantInnen zum Helfen – sie wohnen dann auf dem abgelegenen Hof und müssen versorgt werden, das bedeutet mehr Hausarbeit. Immer wieder arbeiten AussteigerInnen eine Weile mit, aber ansonsten gibt es nur eine feste Hilfe für die Käserei und die Hausarbeit.

Und woher kommt die leckere Lammsalami? Die Milchschafe werden nach durchschnittlich sieben Jahen geschlachtet – von einem biozertifizierten, EU-anerkannten Schlachter in einer kleinen Schlachterei nur 20 km entfernt in Osten. Er macht Salami. Das Lammfleisch (die Lämmer werden mit Biokuhmilch aus Büllkau, 30 km entfernt, aufgezogen) zerlegt er und schweißt es ein.

Zwei bis drei Schafböcke sind zum Decken da. Einmal im Jahr wird ein Bock zugekauft – wie in alten Zeiten fahren Brünjes dafür im August zur Auktion nach Cloppenburg auf den Viehmarkt.

Was passiert mit der Wolle? Im Dezember wird geschoren. Es ist schwierig, gute Scherfachleute dafür zu bekommen, sie sind ausgelastet und begehrt. Erst in den letzten zwei Jahren hat sich der Verkauf der Wolle gelohnt - der Preis für Wolle ist gestiegen. Vorher mußte man fürs Scheren noch zuzahlen.

Zum Abschied gibt uns Ingrid Prospekte mit von „Landvergnügen“ - ein neuer Verein, der Stellplätze auf Bauernhöfen für Wohnmobile vermittelt. Da machen Brünjes gerne mit. Eine prima Idee für anderes Reisen: www.landvergnuegen.com. Immer wieder mußten wir lachen, wenn Schafe lächelten oder besonders würdevoll guckten – dann wurden Ingrid und wir erinnert an Moppel The Wale oder Sir Ritchfield aus dem netten Schafkrimi „Glennkill“ von Leonie Swann.

*Von der Sottrumer Molkerei bekam der Bauernladen früher Milch in großen Metallkannen, die wir im Laden gekühlt zum Selberabfüllen verkauften

RR

Milchschafhof Brünjes
Ostendorfer Str. 51
27432 Bremervörde-Ostendorf
Tel. 04769461
Milchschafhof Brünjes auf facebook

Wir begrüßen unsere neuen Erzeugermitglieder

Weingut Theo Schütte
aus 67577 Alsheim, Rheinland-Pfalz
Die Weine stehen schon seit vielen Jahren bei uns im Regal und wurden mehrfach ausgezeichnet (s. Bla 19). Albrecht Schütte ist vielen bekannt, er hat im Februar 2013 im Laden eine kleine Weinprobe angeboten (s. Bla 15) und war beim Jubiläumsfest am 21. Juni dabei.

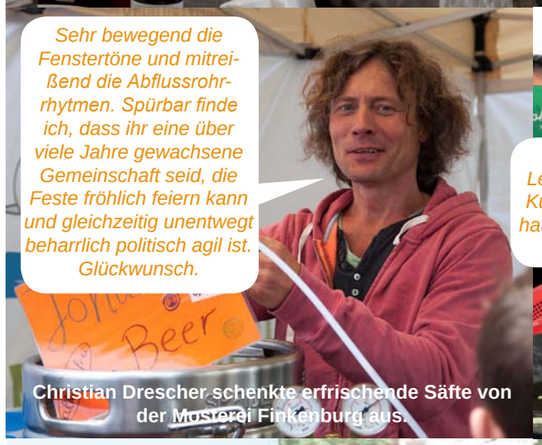
Imker Michael Dreyer, Bremer Honig
Michael Dreyers Bienen sind nur in Bremen unterwegs. Große und kleine Gläser findet man seit Ende letzten Jahres bei uns im Laden. Der Honig wird demnächst Bio-zertifiziert sein. Seine Honige konnte man auf dem Jubiläumsfest probieren.

RR

Jutta Grabowski und ihr Sohn Artus Elias boten leckere Kullerkartoffeln an.

Von Albrecht Schütte waren vor allem die hochwertigen Weine begehrt. Eva Böller freute sich über viele bekannte Gesichter

Stephan Hamann verkaufte jede Menge Heidschnuckengulasch.



Christian Drescher schenkte erfrischende Säfte von der Mosterei Finkenburg aus.

Lothar Klerings, Ökokiste/Slow Food, bereitet eine Gemüsepfanne zu.

Michael Dreyer präsentierte Bremer Honig

Ada Fischer - in die Jubiläumsbroschüre vertieft - mixte Buttermilchdrinks.

Fotos Klaus Gebhardt, Guntram Schwotzer, Gesa Meisen, Klaus Deutschmann, Petra Nagler

Ein schön dekorierter „Silkekäse“ als Jubiläumsgruß von Silke Derlien aus Italien

Die Jubiläumsbroschüre mit vielen interessanten Infos gibt es im Laden für 2 Euro Schutzgebühr.

bla
Der BauernLadenAnzeiger
20 Juli 2014

25 Jahre Bauernladen

Ein tolles Fest war das am 21. Juni!

Hanni, Hardy und ich waren ab 8 Uhr mit Margarethe und Jan im Einsatz. Wir haben die Pavillons und Tische im Büro abgeholt, einen Teil zum Bauernladen und den Rest zum Keramikmarkt gebracht. Aufbau dort und dann zurück zum Laden, wo bereits diverse Menschen auch schon fleißig waren. Nach und nach kamen die ErzeugerInnen und packten aus. GenossInnen brachten Kuchen und Torten, Pflanzen und Blumen. Um 14 Uhr gings los. Ein abwechslungsreiches, künstlerisches Programm wurde uns geboten bei Sonnenschein und Regen, im Laden wurde eingekauft und die Kinder hatten einen großen Tisch, an dem sie mit Holz was bauen konnten. Die Verpflegung war köstlich, sowohl die Kuchen als auch die unterschiedlichen Essen der ErzeugerInnen. Die Stimmung war bestens. Die MusikerInnen der „Fenstermusik“, die Trommelgruppe aus Martfeld, die witzige Salvation Army und die beiden Bands `Legal Matter´ und `Die Stehpisser´ haben ihren Teil dazu beigetragen. Besonders gefreut hat mich, dass so viele Menschen unterschiedlichen Alters da waren: von 1 bis 85 Jahren!

Um 20 Uhr war Schluss und der Abbau mit vielen HelferInnen verlief reibungslos.

Danke an alle, die mitgeholfen haben! Zum 30. Jubiläum ist wohl wieder ein Fest fällig, oder?

Gesa Meisen

Wir danken ganz herzlich für die großzügige Unterstützung!

Kornkraft Naturkost GmbH
Pinkus Mueller Brauerei
Rosengarten
Kaffeerösterei August Münchhausen
Voelkel GmbH
VivoLoVin OHG
Zwergenwiese Naturkost GmbH
Vallée Verte Handelsgesellschaft für Naturprodukte mbH
Molkerei Söbbeke GmbH
Eine-Welt-Aktion, Bremen e.V.
Azienda Agricola De Giuli, Silke Derlien (Alpe Veglia Käse)

Ein besonderer Dank an die Nachbarinnen und Nachbarn fürs Mitmachen bei der Fenstermusik!

25 BAUERN LADEN

Auf die Schüssel, fertig, los!

Vom ersten Löffel bis zum letzten Tropfen – unsere Rosengarten Müsli-Vielfalt begeistert bereits seit Generationen. Und nicht nur das, bei uns steckt einfach mehr in der Tüte. Mehr Auswahl. Mehr Geschmack. Mehr Qualität. Vom Klassik-Müsli bis zum besonderen Premium-Genuss, wir bieten Ihnen viel Leistung für wenig Preis. So ist Rosengarten. Mehr unter: **www.rosengarten-naturkost.de**

DE-ÖKO-001
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

Minderleinsmühle GmbH & Co. KG
D-91077 Neunkirchen
Tel. +49 9126 296-130
Fax +49 9126 296-29
www.rosengarten-naturkost.de

Foto Gesa Meisen

Holzwurmattacke auf der ersten Stufe in den Vorratskeller

Eigentlich teilen wir ja fast alles mit den Tieren, aber als Micha an der obersten Stufe einen Holzwurm entdeckte, war es vorbei. Auf dem Beweisfoto seht Ihr Holzwurmex. Dieses Produkt ist keinesfalls biologisch, sondern hochgiftig. Und sowas auf dem Tisch des Freitag-Café´s! Nur gut, dass Renate und Klaus immer eine Tischdecke drauflegen.

Dann wollen wir mal hoffen, dass der Wurm allein war und nur in der ersten Stufe gewohnt hat!

Danke Michael!

Gesa Meisen

Zu Besuch auf der Kornkraftmesse

Wie in jedem Jahr war das eine gelungene Veranstaltung mit Informationen, Verkostung und informativen Gesprächen jeglicher Art. Die guten Kontakte, die wir dort knüpfen, sind oft hilfreich. Zum Beispiel haben wir für unsere Jubiläumsfeier am 21. Juni von Kornkraft und Vallée Verte großzügige Präsente spendiert bekommen. Vielen Dank dafür!

Und von Oliver Heinl (rechts im Bild) haben wir erfahren, dass der Bauernladen für Kornkraft ein (viel) größerer Kunde ist als angenommen. Hurra, wir sind „A“ Kunden!

Regine Beyer

Sauwohl!

Bremer Aktionstage Ökolandbau
12.. – 28. September
Zur Eröffnung ‚Protestessen gegen Massentierhaltung‘ am 12. September um 16 Uhr auf der Wiese vor den Weserterrassen
Infos unter www.verein-sozialoekologie.de

Finkenburg Apfeltag

Großes Hoffest
Freitag. 3. Oktober, 11 - 18 Uhr
bei der Mosterei Finkenburg in Thedinghausen-Eißel
Programm: Sortenbestimmung, Apfelausstellung, Mostereiführungen, Kindermosten, Eckart Brandt verkauft seine Produkte und referiert über „Allergiker-Äpfel“

Tag der offenen Tür

bei der Steinofen-Backstube in Hollen
Sonntag 14. September
14 - 18 Uhr
Hollen 25
27327 Martfeld
www.steinofenbackstube.de

Igitt!

Ist ja prima, dass wir viel Verpackungsmaterial sparen, weil wir zum Abfüllen gebrauchte Tüten und Gläser mitbringen. Aber manchmal ist es schon mehr als grenzwertig, was bei uns abgeladen wird. Ein Schreckensbeispiel ist dieses Glas. Afrikanischer Senf steht nicht nur drauf, sondern ist auch noch drin. Wer soll sich darin wohl unseren leckeren Quark abfüllen? Also, macht die Sachen bitte gründlich sauber, damit sich Margot Jorda und die anderen Ladendienste nicht ekeln müssen!

KD

Vorgestellt

Thomas Warnken

Thomas, im Laden seh ich dich nicht so oft, aber bei allen wichtigen Terminen wie workshops, Generalversammlung und bei politischen Aktionen bist du dabei. Was verbindet dich mit dem Bauernladen?

(Thomas lacht....) Na, guck mal aufs Gründungsfoto der EVG, da war ich dabei! Auch bei der Eröffnung des Bauernladens 1989. Bis 1997 war ich im Aufsichtsrat.

Wie kam es dazu?

Irgendwie bin ich Jutta Draub in die Hände gefallen über die Arbeitsgruppe Stadt Land Ökologie. Sie sagte: „Komm heute abend mal ins Lagerhaus“ - hab ich gemacht – und dann wurde da die EVG gegründet. Die Satzung war vorbereitet, die wurde abgestimmt, alles ordentlich protokolliert – und so gab es die EVG.

Im BUNDmagazin Bremen-Unterweser hab ich gerade gelesen: Naturschutz im Blockland – Ein Viertel Jahrhundert Hof Bavendamm. Du und Christiane Balzereit wart die ersten landwirtschaftlichen Pächter von 1989 bis 2001.

Ja – die ersten Rinder hatte ich schon 1987. Ich bin Diplom-Agrar-Ingenieur oder, as wi up platt seggt, “latinsche Buer“ und wollte praktisch umsetzen, was ich gelernt hatte.

Wieso gerade dort?

Das war ein spannendes Projekt zum Thema Naturschutz und Landwirtschaft. 1985 wurden die Wümmewiesen unter Naturschutz gestellt. Die Landwirte jammerten, dass sie dadurch benachteiligt würden und Einbußen hätten. Der Umweltsenator hat dann einen 5jährigen Versuch gestartet. Wir wollten beweisen, dass die Feuchtwiesen naturschützerisch aufgewertet werden können. Das ist uns auf dem Landschaftspflegehof gelungen. War nicht leicht, aber die ersten Ergebnisse aus dem Versuch machten Mut, den eingeschlagenen Weg fortzusetzen.

Wie muss ich mir das praktisch vorstellen?

Zunächst wurde auf verschiedenen vier mal zwei Meter großen Parzellen experimentiert. Parallel dazu schafften wir die ersten Galloways und Highlandrinder an. Die galten damals als am besten geeignet. Der Aufwuchs gab aber mehr her als nur für diese extensiven Rassen. So begannen wir mit der Herdbuch-Zucht der vom Aussterben bedrohten Murnau-Werdenfelser. Der Moorboden ist im Winter nicht beweidungsfähig – und so mußte ohnehin ein Stall her Zunächst waren wir Bioland angeschlossen, dann wechselten wir zu Naturland. Es ist schön zu sehen, wie Bremens Landwirtschaft inzwischen fast 10 Prozent der landwirtschaftlichen Nutzfläche ausmacht. Ein großer Fortschritt – auch Dank der Umstellung der Molkerei Dehlwes. Der Wermutstropfen an diesem Sprung ist, dass er bisher durch Flächenverlust in Größe von einem halben Bürgerpark jährlich (!) in den letzten 20 Jahren erreicht wurde.

Wie war die Verbindung zu Bauernladen und EVG in der Zeit?

Wir waren oft dort. Christiane war im Vorstand und hat Ladendienste gemacht. Dann haben wir uns getrennt und gaben den Hof schweren Herzens auf. Ich zog nach Schwachhausen. Fünf Jahre lang hab ich Obst und Gemüse aus einer Bio-Gärtnerei in „Marktläden“ verkauft. Jetzt arbeite ich beim Kompetenzzentrum Ökolandbau Niedersachsen in Visselhövede.

Und du betreust unsere homepage!

Ja, ich bin seit 2001 im Vorstand des Verein SozialÖkologie (VSÖ) und habe die Seite der EVG im Internet übernommen. Das muss laufend aktualisiert werden – könnte manchmal besser sein. Die EVG nimmt das bisher nicht so wichtig. Z.B. die Infos über unsere Erzeugerbetriebe müssen wir noch mal durchgucken. Da brauche ich Hinweise von euch. Es ist auch möglich, als Redakteur an der Seite zu arbeiten. Sie beruht auf einem content management system, Wer will ein Login haben? Immerhin sind Computer in der EVG ja inzwischen toleriert – weißt du noch, wie damals Kristen Müller, der inzwischen gestorben ist, und einige andere immer dagegen waren?

Oh ja, ich erinnere mich gut. Jahrelang wurde alles doppelt gemacht, Kristen per Hand und andere mit PC.

Wenn ich mich so erinnere – an unsere stählerne Milchkuh im Laden, wo man selber Milch abfüllen konnte – wie wir den Laden gekauft haben – viele haben Darlehen dazu gegeben – das schweißt zusammen. Es ist ein gutes Gefühl, dass wir den Kredit bei der Sparkasse abbezahlen können und keine Angst vor Mieterhöhungen haben müssen!

Gab es auch mal besondere Krisen?

Na ja, 1988 vor der Eröffnung des Ladens hatten wir schon Auseinandersetzungen mit den anderen Naturkostläden im Viertel und Bremen, die fürchteten unsere Konkurrenz. Aber letztlich war Bremen ja eine Bio-Insel der Glückseligen und es gibt kleine und große Läden nebeneinander.

Ein Blick in die Zukunft?

In den nächsten Monaten müssen wir Verbraucher uns dringend einmischen in die geplante Revision der EU - Öko - Verordnung von 1993 und 2007. Die EU-Kommission will eine Produktkontrolle einführen. Bisher gibt es nur eine Prozesskontrolle der Warenströme, in Zukunft soll auch die Qualität der Produkte analysiert werden auf Schadstoffe u.ä. Die Bio – Anbauverbände wie der BÖLW (Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft) schießen dagegen. Sie befürchten Schwierigkeiten, wenn z. B. Pestizide beim Spritzen auf Nachbarfeldern auch in ihren Produkten auftauchen würden. Dabei wäre eine bessere Produktkontrolle genau im Interesse von uns Verbrauchern. In diesem Zusammenhang haben wir die vor über 25 Jahren – also noch vor der gesetzlichen Regelung durch die EU-Verordnung – verfassten Erzeuger- und Verarbeitungs-Richtlinien der EVG in diesem Jahr überarbeitet und werden sie diskutieren. Die Bremer EVG war immer auch politisch. Ich wünsche mir hier ein politisches Zeichen für Verbraucherschutz und Erzeugerstärkung.

Die Fragen stellte Renate Richter

Gebratene Haselnusspolenta mit Joghurt und Gemüse

Für 6 Portionen
1 l Gemüsebrühe mit 2 EL Butter aufkochen.
250 g Polenta und 100 g gehackte und angeröstete Haselnüsse einrühren. Salz und geriebene Muskatnuss zufügen.
15 Minuten bei kleinster Flamme quellen lassen.
Auf ein Geschirrtuch schütten, zu einer etwa 10 cm dicken Wurst aufrollen und auskühlen lassen (am besten schon am Vortag machen).
3 bis 4 Fenchelknollen putzen und in dünne Spalten schneiden. Knoblauch und Zwiebeln pellen und hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch andünsten.
Fenchel dazu und bei geschlossenem Topf ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze dünsten.
2 bis 3 Paprika putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Mit einer handvoll Rosinen zu dem Fenchel geben und weitere 10 Minuten dünsten.
Für die Soße 500 g Joghurt mit Salz, Pfeffer, gehacktem Knoblauch und gehacktem Dill verrühren.
Erkaltete Polenta aus dem Tuch rollen und in 3 bis 4 cm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne in Öl oder Butter von beiden Seiten knusprig braten.
Mit dem warmen Gemüse und der Joghurtsoße servieren.

Wie viele Speisen, die wir im Bauernladen-Café anbieten, orientiert sich auch dies an einem Rezept aus der Zeitschrift ***köstlich vegetarisch***. Ein Abo lohnt sich - nicht nur für eingefleischte Vegetarier. Im Internet kann man sich näher informieren.

KD