bla

Der BauernLadenAnzeiger

22 Dezember 2014

Landbäckerei Diekhaus
Vollwert aus Überzeugung

Herbstputz

Blubb!
EVG=Ekliges VerpackungsGelumpe?

Freitagscafé
Protokoll einer Suppe

EVG workshop
Das machen wir besser

Aktionstage Ökolandbau
Sauwohl!
Salzwiesenspaziergang mit Ada Fischer
Da wo das Eis wächst

Vorgestellt: Magali Sander Fett

Wieder Bio-Backstube auf dem Weihnachtsmarkt

Gebratener Muskatkürbis mit Sojasoße und Staudenselleriepesto

Landbäckerei Diekhaus

Vollwert aus Überzeugung

Mmmh - leckere Mandelmürbchen frisch aus dem Ofen

Wir besuchten Manfred Diekhaus in Goldenstedt – seit 1993 Bioland-Betrieb, mit umgerechnet 58 Vollzeitbeschäftigten, mit einer Backstube, in der 49 verschiedene Brotsorten und täglich 1000 Brote (freitags 1500!) gebacken werden, mit acht eigenen Filialen und Lieferung an 110 Naturkost- und Reformhausläden – das ist eine beeindruckende Entwicklung des 1951 gegründeten Einmann-Familienbetriebs, den Manfred seit 1981 führt!

Von der Philosophie des Betriebes, biologische Vollwertbackwaren aus frisch gemahlenem, regional erzeugtem Bioland-Getreide herzustellen, überzeugten wir uns beim Rundgang durch die Backstube mit Manfred. Alle Zutaten werden im ursprünglichen Zustand geliefert – also z. B. ganze Kürbisse von Kornkraft, wo auch die Eier herkommen, ganze Sojabohnen oder Buchweizen. Im Rohstofflager stehen hohe Silos mit dem Getreide, das nebenan erst kurz vorm Teigansetzen in den eigenen Steinmühlen schonend gemahlen wird. Ganz feines Mehl wird in Zentrofanmühlen gemahlen, in denen durch Luftkühlung wertvolle Vitamine erhalten bleiben. Das Getreide kommt von der schon lange bestehenden Goldenstedter Getreideliefergemeinschaft, in der auch Hein Hanken mitmacht. Manfred kennt ihn gut. Im Iburgshof bei Osnabrück wird das Getreide gereinigt und aufbereitet.

In großen, mit Stoff abgedeckten Bottichen ruht der Vorteig für den nächsten Tag. Die meisten Brote werden mit gut verträglichem Backferment der Firma Sekowa gebacken, wer sich genauer informieren möchte: www.sekowa.de/produkte.php. Ein spezielles Allergikerbrot gibt es auch.

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: Diekhausbäcker Christian von Döllen und Renee Telger stellen Schoko-Croissants her.

bla
Der BauernLadenAnzeiger
22 Dezember 2014

Freigeschobene Brote wie das Mühlenbrot werden aus der Form direkt auf die heiße Platte gestürzt und in große Öfen mit sechs Schubladen geschoben, in denen man jeweils 54 Brote backen kann. Kastenbrote kommen in der Form in einen Einschiebwagen mit zehn Etagen für 300 Brote, den man als ganzes in den Ofen schiebt. Die Thermoölplatten der Öfen werden mit Gas geheizt.

Alles wird nach eigenen Rezepten gebacken. Z. B. musste beim Donnerkerlbrot aus Roggen, Hafer, Soja, Leinsaat ohne Weizenmehl erst lange experimentiert werden, bis es so richtig gut wurde, nämlich saftig, aber nicht klitschig. Manfreds Lieblingsbrot ist immer noch das Goldenstedter mit sieben Saaten (Roggen, Buchweizen, Hirse, Leinsamen, Sesam, Sojabohnen, Sonnenblumenkerne,Kürbiskerne). Den Namen hat sich Manfred schützen lassen. Ich finde auch – ein tolles Brot: Bei unseren Lappland-Rucksackwanderungen haben wir immer ein Goldenstedter mitgenommen, weil es sich in einem Stoffbeutel auch 14 Tage lang wunderbar frisch hielt!

Ganz neu im Sortiment: das Waldstrauchroggenbrot. Der Hof Freese in Ostfriesland entwickelt in einem Projekt mit der Uni Oldenburg klimaresistente Nutzpflanzen – der Waldstrauchroggen wird einen Meter hoch, hat robustere längere Wurzeln, das Stroh kann man verwenden und die Pflanze treibt mehrere Male im Jahr wieder aus. Wir bekamen eins geschenkt und finden es tatsächlich sehr lecker: aromatisch, eine genau richtige Balance zwischen fest und luftig, auch nach mehreren Tagen noch prima! Es ist nur noch wenige Monate lieferbar, weil es bisher nicht genug Waldstrauchroggen gibt.

Waldstrauchroggen und normaler Roggen im Vergleich. Die Körner für das neue Brot sind deutlich kleiner.

Manfred Diekhaus zeigt die verschiedenen Feinheitsgrade von Mehl aus den eigenen Mühlen.

Interessant für uns Laien auch Manfreds Bericht über die kürzlich erfolgte Bioland-Kontrolle - die 21. seit der Zertifizierung 1993. Wie immer unangekündigt, dauert sie einen ganzen Tag. Anhand der Lieferscheine und Rechnungen werden genau Wareneingang und Warendurchfluss verglichen, Lagervorräte kontrolliert und zwei Läden besucht.

Neben den Biobackwaren wird auch konventionell gebacken vor allem für die eigenen Filialen – das läuft aber zeitlich und örtlich getrennt.

Nach den Bioland-Richtlinien müssen deutsche Zutaten verwandt werden, nur wenn das nachweislich nicht möglich ist, kann man andere Produkte nehmen. Manfred fände es gut, wenn aufgrund der allgemeinen Entwicklung die Regelung zumindest auf Europa erweitert würde. So war es neulich schwierig, einen neuen Honiglieferanten für so große Mengen zu finden.

Gebacken wird rund um die Uhr. Die Biobäckerei fängt abends um 21 Uhr an, andere Mitarbeiter kommen um 20 Uhr, manche um 1 Uhr, Konditoren um 2 Uhr, PackerInnen um 4 Uhr...als wir von 10 bis 11 Uhr da waren, waren noch sechs Bäcker mit der aufwändigen Reinigung beschäftigt– und offensichtlich herrschte eine lockere Atmosphäre, in der auch mal gewitzelt und gelacht wurde. Viele MitarbeiterInnen haben bei Manfred gelernt und sind geblieben. Bezahlt wird nach NGG-Tarifvertrag.

Nach all diesen Informationen bewunderte ich erst recht, dass die gesamte Verwaltung von Frau Arite Kielhorn, die uns anfangs begrüßt hatte, und einem weiteren Kollegen geschafft wird. Denn bei ihnen kommen täglich per Fax die Bestellungen an, andere werden persönlich angerufen. Zwischen 6.30 und 7 Uhr fahren die fünf eigenen Lieferwagen los Richtung Bremen, Oldenburg, Norden, Nienburg und Vechta. Dazu die vielen Lieferscheine und Rechnungen - da gilt es, sich nicht aus der Ruhe bringen zu lassen!

Kommt Manfred bei der vielen Arbeit noch zu einem Hobby? Er steht meistens um 4.30 Uhr auf, trinkt inzwischen nicht mehr so viel Kaffee, sondern lieber heißes Wasser. Dreimal in der Woche liefert er selber in Filialen aus. Und er fährt

regelmäßig Rennrad, im Urlaub am liebsten in den Bergen im Schwarzwald oder auf Mallorca - „das baut Stress ab!“

Am Ende unseres Besuches gab es für uns Kaffee und Kuchen im Cafe, das sehr ansprechend eingerichtet ist – kein Wunder, denn Ehegattin Elke ist Innenarchitektin und für Einrichtung, Gestaltung, Verpackungsmaterialien und Dekoration der Läden zuständig. Die Zukunftsperspektive? Manfred hat Glück: Von seinen vier Kindern wird sein Sohn zum Jahresende in den Betrieb einsteigen. Wie Manfred selber hat er Bäcker gelernt, Lebensmitteltechnologie studiert, zunächst einige Jahre in der Industrie gearbeitet und soll nach einer Übergangszeit von ca vier Jahren (Manfred ist jetzt 60 Jahre alt), den Betrieb übernehmen. Geplant ist eine räumliche Erweiterung, denn schon jetzt ist alles zu eng. Und eine Verdoppelung des Umsatzes kann sich Manfred gut als Ziel vorstellen, um mehr Richtung Osnabrück zu beliefern.

RR

Landbäckerei Diekhaus GmbH
49424 Goldenstedt
www.diekhaus-landbaeckerei.de

Foto Gesa Meisen

Herbstputz im Bauernladen

Am Sonnabend, den 22. November war es mal wieder soweit: wir trafen uns im Bauernladen zum Putzen, diesmal waren sogar einige Männer dabei: Guntram, Hanni, Jan, Karl und Michael nebst Dagmar, Margarethe, Petra und mir. Später kam Christa, die vorm Laden gefegt und u.a. auch das Gruppenfoto gemacht hat, auf dem sie selbst und Dagmar leider nicht mit drauf sind.... Wir haben viel geschafft: die Kühlschränke wurden aus der Ecke geholt, selbige gereinigt, die Heizungen sind jetzt alle sauber, die Fenster auch, viele Regale wurden ausgeräumt und die Bretter gesäubert, die Wände dahinter entstaubt, Ordner und Kataloge durchgesehen und aussortiert... Und Petra hat einige Stellen im Laden mit weißer Farbe aufgefrischt. Zwischendurch gab‘s Kaffee und Kuchen!

Auch einige Gräuel wurden gefunden, u.a. ist das Sparschwein nicht mehr an seinem Platz und falls jemand vom Ladendienst die CD `Autogenes Training – Einschlafhilfe´ vermisst, die geht bei der nächsten Gräuelparty übern Tisch!

Gesa Meisen

Blubb!

EVG

= Ekliges VerpackungsGelumpe?

Es ist sicher eine feine Idee, Ressourcen zu schonen, indem man Tüten mehrmals verwendet. Aber einige GenossInnen haben das wohl irgendwie falsch verstanden. Statt ihre Tüten beim nächsten Einkauf auf dem Markt, bei Alnatura, beim Bäcker oder auch bei uns wiederzuverwenden, denken sie, es ginge darum, uns möglichst viele Tüten zu bringen. Und so sammeln sie bei ihren diversen Einkäufen fleißig Tüten, und dann bringen sie uns große Mengen zerknüllte Papier- und Plastiktüten mit Krümeln und sonstigen Resten drin oder auch kaputt, mit anderen Worten: Müll. Und dann haben sie noch das Gefühl, eine gute Tat vollbracht zu haben. Igitt!

Margot Jordan

bla
Der BauernLadenAnzeiger
22 Dezember 2014

Freitagscafé

Protokoll einer Suppe

Freitags fürs Cafe mal was kochen - ja, das ist gut, erfreut man hoffentlich mal mehr Gaumen als nur den eigenen. Also rote Linsen mit Süßkartoffeln, neuestes Lieblingsrezept, eingekauft und gleich Donnerstagnachmittag gekocht, soll ja son Tag stehen, zieht dann richtig durch. Topf zu groß für den Kühlschrank, also Deckel fest verschließen und ab in den Garten über Nacht, sollte bei ca.zehn Grad kein Problem sein, war es aber dann doch. Freitagnachmittag frische Petersilie geschnitten zum Anreichern, Gummi vom Topf genommen, Deckel auf - und ein unheimliches Knistern erfüllt die Küche, ungläubiges Hineinstarren in den Topf, es wirft Blasen, kleine Minilavafelder blubbern, voller Entsetzen in den Laden radeln und Renate und Klaus das Geschehen präsentieren. SIE IST GEKIPPT, MITTEN IM NOVEMBER, WIE BEI GEWITTERLUFT!

Also Topf sehr gründlich heiß spülen und neue Linsen rein, etwas Brühe und die müde alte Einmannherdplatte anwerfen, Süßkartoffeln sind alle, Klaus schlägt als Ersatz Kürbis vor und fängt an zu schnippeln, Johanna, die mit zwei wundervollen perfekten Kuchen ankommt, hilft auch, 15 Minuten später ist alles im Topf. Klaus und ich diskutieren, wer von uns beiden zickig ist und Renate schmunzelt darüber beim Sahneschlagen, die ersten Leute essen Kuchen und hören sich mitfühlend die Geschichte an. NOVEMBERSUPPE DIE 2TE kommt während 50 Minuten nicht zum Kochen, die arme alte Einmannplatte tut ihr bestes und glüht vor sich hin, dann kocht es auf einmal, 10 Minuten später essen die ersten Suppe – und sie schmeckt richtig gut! Renate hat noch die tolle Idee, den Rest als fertige kleine Mahlzeit in Gläser abzufüllen, in den Kühlschrank zu bringen und am nächsten Tag für zwei Euronen zu verkaufen und das hat super funktioniert. So hat Novembersuppe die 2te sogar noch einen kleine Gewinn eingefahren. Danke Klaus, Johanna und Renate.

Anna Wunsch

EVG workshop

Das machen wir besser

Bei der Generalversammlung im Juni 2014 wurde deutlich, dass der Laden trotz Umsatzsteigerung weniger Geld einbringt als er eigentlich sollte.

Als Genossenschaft wollen wir keine hohen Gewinne erzielen. Aber 2018 möchten wir den Restkredit für den Kauf der Ladenräume bei der Sparkasse abzahlen und es sind private Darlehen zurückzuzahlen. Dafür muss Geld angespart werden. Deshalb trafen sich 21 GenossInnen, um zu überlegen, woran das liegen könnte und was wir tun können, damit das Ergebnis besser wird.

Die betriebswirtschaftliche Zwischenauswertung zu Ende September 2014 zeigt eine positive Tendenz. Nach längerer Diskussion wurde eine erneute Erhöhung der monatlichen Warenvorauszahlungen deshalb als nicht sinnvoll angesehen. Wir wollen das endgültige Ergebnis für 2014 abwarten.

Unsere Preise und Aufschläge auf die verschiedenen Produkte waren das nächste Thema. Obst und Gemüse hat einen natürlichen Schwund durch Verdunstung und Verderb, hinzu kommen Abfälle, wenn die Sachen länger liegen. Es wurde beschlossen, trotzdem Erzeugerwaren immer nur mit maximal zehn Prozent Aufschlag zu belegen, aber auf die nächste 5-Cent-Summe aufzurunden. Gerade der Verkauf von günstigen Erzeugerwaren, die den Grundbedarf an Ernährung abdecken, ist eines unserer Hauptanliegen.

Um die Einnahmen zu erhöhen, wurde überlegt, Produkte, die nicht zum täglichen Leben nötig sind oder die wenig nachhaltig verpackt bzw. Fertigwaren sind, teurer zu verkaufen. Die Ladengruppe soll dazu einen Vorschlag erarbeiten, der veröffentlicht und bei der folgenden Ladengruppe abgestimmt wird.

Um zukünftig zu vermeiden, dass aus Versehen Sachen nicht bezahlt werden, wurde beschlossen, dass Produkte und Preise auf die Zettel geschrieben und dieser den Kassierenden gegeben wird. Bei der im Laden erzielten Gewinnspanne von zehn Prozent müssen für einen Euro „vergessener“ Waren erst mal Waren für zehn Euro verkauft werden, um das wieder auszugleichen.

Die Ladengruppe wird eine deutlichere Kennzeichnung der Preise und schnellere Aktualisierung bei Erhöhungen organisieren.

Für eine gute Informationsweitergabe und um sich auszutauschen, wurden extra Treffen der zweiten Ladendienste angeregt.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Detlef Roth und das Team im Kubo, dass wir dort tagen konnten!

RR

Fotos Peter Bargfrede

Sauwohl!

Aktionstage Ökolandbau - eine Erfolgsgeschichte

Schon seit 18 Jahren gibt es die Aktionstage, in diesem Jahr unter dem Motto „Sauwohl!“ Seit 2003 arbeitet Monika Baalmann bei unserem Verein SozialÖkologie (VSÖ) und organisiert jedes Jahr zehn bis zwölf Veranstaltungen, Hof- und Betriebsbesichtigungen. Die Themenschwerpunkte wechseln. „Essen mit Zukunft“ hieß es 2012 und bezog Nachhaltigkeit und Klimaauswirkungen ein. 2010 hieß es „Vielfalt schmecken“, es ging u.a. um Saatgutzüchtung und den Erhalt alter Sorten. 2007 gab es „Genuss vom Feinsten“ mit Besuch eines Sensoriklabors und Veranstaltungen zu Kaffee, Kräutern, Schokolade und Wein. Zielgruppe sind Verbraucher und Verbraucherinnen - jedes Jahr sind rund 300 TeilnehmerInnen dabei. Es geht um die Förderung der Ernährung mit Bio-Lebensmitteln und das Kennenlernen der regionalen Bio–Landwirte und -betriebe. Die Aktionstage werden vom Umweltsenator gefördert, d. h. Monika hat jetzt schon dort die Anträge für 2015 gestellt.

Im VSÖ arbeitet Monika mit Peter Bargfrede zusammen. Jedes Frühjahr trifft man sich zu einer Ideenrunde mit Jutta Draub-Ketelaar, die früher beim VSÖ mitgearbeitet hat, und mit dem Vorstand Thomas Warnken, Ingolf Lienau und Lothar Klerings.

Danach muss alles organisiert werden: Termine und Programm absprechen, Anreise klären, eine passende Fortbildung auf die Beine stellen, die Eröffnungsveranstaltung planen, die Vorgaben für den Flyer zusammenstellen und vor allem Öffentlichkeitsarbeit. Monika berichtet: „Wir lassen 5000 Flyer drucken. Sehr hilfreich ist die Verteilung über das Naturkostkontor an alle ihr Kunden und über die Ökokiste, die ca 600 Familien erreicht. Artikel im Weserkurier, noch dazu mit einem auffallenden Foto, sind auch eine sehr gute Unterstützung.“

RR

Aktionstag auf dem Lucie-Flechtmann-Platz

Fotos Michael Rüppel

Salzwiesenspaziergang mit Ada Fischer

Das war ein sonniger Herbstsonntag mit Spaziergang durch die Salzwiesen ans Meer, wo Ada mehrere Herden weiden läßt. Ihre Deutsch-Angus-Rinder wirken besonders kräftig und groß, weil sie ganz schwarz sind. Unterwegs erzählte uns Ada von der zu erwartenden Herbstkalbung ihrer Mutterkuhherde. Die Kälber bleiben ein Dreivierteljahr bei der Mutter, bis sie wieder trächtig ist, dann werden sie abgesetzt, heißen Absetzer und weideten jetzt auch draußen. Ada verkauft erfolgreich Ochsenfleisch. Weibliche Kälber werden zu Zuchtzwecken verkauft.

Am Deich war ein kleiner Imbiß für uns vorbereitet mit leckren Käse- und Wursthäppchen und Getränken. Zwischendurch zeigte uns Ada am Wegrand viele essbare Pflanzen und Kräuter wie Queller und Wermut.

Ein Stück vorm Deich gibt es einen alten Sommerdeich, der die dazwischen liegenden Salzwiesen bei Sturmflut gut schützt, so dass Ada dort ihre Tiere weiden lassen kann. Ada hofft, dass dieser Deich nicht abgerissen und die Flächen unter Naturschutz gestellt werden – als Ausgleich für den im Naturschutzgebiet gebauten IKEA-Neubau in Bremerhaven! Für die Naturschutzbehörde wäre das Beweiden und Bearbeiten der Flächen durch Biolandwirtschaft weniger wert, obwohl erwiesenermaßen gerade Biolandwirte den Boden intakt und wertvoll erhalten. Ada hat wie alle kleineren Betriebe das Problem, dass sie kein Land zukaufen oder pachten kann, weil Land für Mais und Biogasanlagen genutzt wird und dadurch sehr teuer geworden ist.

Zum krönenden Abschluss wurden wir vorm Haus mit Kaffee und köstlichem, selbstgebackenen Pflaumenstreuselkuchen überrascht. Ich bin sicher: Alle 26 TeilnehmerInnen fuhren glücklich und zufrieden nach Hause!

Einen längeren Bericht gab es im Bla 7 von Februar 2011. Nachlesen unter www.bremer-evg.de,Bauernladen

RR

Zum Schluss als „Lernkontrolle“ ein interessantes Quiz von Ada Fischer (rechts)

Biolandhof Fischer
Arenscher Str. 56
27476 Cuxhaven-Arensch
Tel. 04723 320 Fax 04723 2118
Ada.Fischer@t-online.de

Schule trifft Bio-Bauern

Da wo das Eis wächst

In diesem Jahr begann das zweijährige Projekt vom Verein SozialÖkologie 'Schule trifft Bio-Bauern, Lernort Bauernhof in der Bremer Region', gefördert durch die Umwelt-Lotterie BINGO.

Zusammen mit Madita Boër organisiert Monika Baalmann Besuche auf Bremer Biohöfen. Bei Kaemena, 'Da wo das Eis wächst', wird eine Schulklasse aus Blumenthal eine Reportage für ZiSch machen, der Zeitung in der Schule, einer regelmäßigen Beilage im WESER-KURIER.

Demnächst geht es zu Gartelmann im Blockland. Schon die Anreise wird die Kinder begeistern: sie werden von der Bushaltestelle mit Trekker und Anhänger abgeholt. Dann gibt es Kuh riechen, ihr mal ans Maul fassen, Futter abwiegen und auf der Weide sollen die Kinder mit Flatterband eine Fläche abstecken, von der sie glauben, dass eine Kuh sie am Tag fürs Grasfressen braucht.

Es gibt 70 Grundschulen in Bremen. Die Idee zu diesem Projekt ist bei der Bio-Brotbox-Aktion entstanden. Durch die Bio-Backstube vor Weihnachten hat Monika gute Kontakte zu LehrerInnen, so dass sicher auch im nächsten Jahr viele Kinder tolle Erfahrungen machen können.

RR

Vorgestellt

Magali Sander Fett

Magali, du bist in Brasilien aufgewachsen, dein Name klingt eher deutsch, oder?

Unsere Vorfahren kamen aus Deutschland. Aber das ist schon lange her - sie gehörten zu den ersten Auswanderern, die 1824 über Bremerhaven losfuhren. Dazu gibt es alte Dokumente. In Brasilien haben wir immer zwei Nachnamen, den ersten, Sander, von der Mutter, den zweiten vom Vater. Ich bin in Südbrasilien in einer sehr kleinen Stadt auf dem Land aufgewachsen, da liefen die Kühe über die Straßen...

Im Mix von November las ich von deinem aktuellen Stück „Corvus – Second Nature“, das mit dem TanzKollektiv Bremen aufgeführt wurde. Du hast die Choreografie gemacht und getanzt.

Wir haben 2013 zu Dritt das TanzKollektiv Bremen gegründet. Wir haben schon einiges in Kooperation mit anderen auf die Beine gestellt. Z.B. ein Street Art Projekt, eine Tanzperformance in der Schwankhalle. Besonders spannend war unser Flüchtlingsstück IN(be)T(we)EEN, ein Jugendtanzprojekt mit dem steptext dance projekt, das wir im November an einem Tag zweimal aufgeführt haben. Es gab viel Fluktuation, manche trauten sich zum Schluss nicht, vor Publikum aufzutreten, kurzfristig sprangen andere ein, ohne oft geprobt zu haben, das war eine große Herausforderung, aber toll!

Wie verlief deine Ausbildung zur Tänzerin?

In Brasilien hab ich schon Kommunikation – Bereich Publizistik studiert mit Bachelorabschluss und dort dann auch eine Ballettausbildung gemacht. 1997 machte ich in Essen an der Folkwang Universität ein zweijähriges Aufbaustudium, da war ich 24. Meine Lehrerin hatte Kontakte dahin und ich hatte auch einige Freunde in Deutschland. Die Bewerbung mußte auf deutsch und alle Unterlagen übersetzt sein, das war Stress! Ich hab dann in Essen einen Deutschkurs bei der Volkshochschule gemacht. Die anderen StudentInnen waren ja auch alle Ausländer, es waren nur zwei Deutsche dabei.

Wie kamst du nach Bremen?

In Essen lernte ich Urs Dietrich kennen, machte in einem Projekt bei ihm mit – und 2000 holte er mich nach Bremen. Ich bekam einen Einjahresvertrag, danach noch weitere, aber jetzt bin ich freiberuflich. Z.Z. hab ich einen Gastvertrag für den Faust Hoch Zehn. Und ich geb Unterricht, klassisches Ballett für Anfänger und Modern Dance.

Jetzt wohnst du hier in der Nähe – wie kamst du zum Bauernladen?

Ich hab euch öfter gesehen und bin irgendwann mal in den Laden reingegangen. Vorher hab ich bei Oekotop eingekauft. Aber hier gefällt es mir viel besser. Ich kaufe viel lieber in so einem kleinen Laden ein. Man kennt sich, sagt hallo, es ist so familiär. Ich hab das Gefühl, dass wir ein bisschen Alltag zusammen leben – ich kann mal eben meine Tasche stehen lassen, wenn ich was erledigen muss. Gut finde ich auch, dass Sachen, die älter sind, billiger verkauft und nicht gleich weggeworfen werden. Hier hab ich mehr Vertrauen in die Qualität als in großen Supermärkten, wo alles unpersönlicher ist.

Gibt es was, was dir fehlt, was wir nicht haben?

Eigentlich nicht. Die Käsetheke ist z.B. prima, wir haben so leckere Käse! Aber Sojaöl – das vermisse ich, weil man in Brasilien ganz viel damit kocht. Vor längerer Zeit hatte ich das mal bestellt und bekommen, aber jetzt gibt es das nicht mehr bei uns.

Ihr kommt manchmal zu Dritt einkaufen – Mathis, Till und du. Kommt Mathis gerne mit? Und wie findet Till das hier?

Mathis geht ja um die Ecke in die Kindergruppe. Ich hole ihn meistens ab und wir kaufen dann ein. Dann kriegt Mathis immer was Leckres, er hat dann auch Hunger – ne Möhre oder Samba- oder Fruchtriegel, Lackritz mag er auch gerne. Till Botterweck, Mathis Vater, findet das genauso gut hier wie ich. Sein Onkel ist Biobauer bei Hameln, da fahren wir öfters zusammen hin. Till kocht auch meistens abends. Er ist Videokünstler und hat die Firma „Urbanscreen“. Bei mehreren von unseren Tanzprojekten war er für Video und Bühnenbild zuständig. Tagsüber kommen wir beide nicht so recht dazu, in Ruhe zu essen.

Wie war das mit Kindkriegen als Tänzerin?

Ach, das ging gut. Beim Theater sind wir auch so was wie eine Familie. Ich kenne da alle Leute, auch die Techniker, die Pförtner...als ich einen dicken Bauch hatte, hat Urs mich extra in das Stück eingebaut, ich saß beim Tanzen auf einem Stuhl – und als Mathis drei Monate alt war, fuhr wir mit nach Riga zu einer Aufführung. Alle hatten sich über „unser“ Baby gefreut!

Das ist ja eine ganz besondere positive Erfahrung – so müßte es überall sein als werdende Mutter! Gibt es in nächster Zeit Aufführungen mit bzw. von dir?

Ja, am 19. und 29. Dezember wird Faust Hoch Zehn aufgeführt, da bin ich dabei.

Die Fragen stellte Renate Richter

Wieder Bio-Backstube auf dem Weihnachtsmarkt im Lloydhof

Die Bio-Backstube ist inzwischen eine beliebte Tradition. Schon Mitte November sind alle Vormittagstermine ausgebucht! Ich traf Monika Baalmann am 19. November zwischen mehreren Terminen, umgeben von Kartons mit Material. In zwöf Tagen geht es los, vom 1. bis 20. Dezember werden wieder rund 1000 Kinder mit ihren Schulklassen und Kindergartengruppen Kekse backen und etwas über die Bio-Zutaten lernen. Nachmittags können das auch Erwachsene genießen, z. B. als etwas andere Weihnachtsfeier mit KollegInnen. Der Teig wird von der Backstube Bremen Nord geliefert. Jetzt muss Monika noch dafür sorgen, dass alles gut vorbereitet ist: Schürzen, Mützen, Aufkleber, aktualisierte Poster, der „Dienstplan“ und die Teambesprechung mit den 15 HelferInnen und die Pressearbeit.

Zur Eröffnung wird Staatsrat Hans-Henning Lühr aus dem Finanzressort da sein. Er hat die satirische Studie „Management by Biscuits“ geschrieben, in der er während 179 Besprechungen den Kekskonsum der Teilnehmer beobachtete, auswertete und kommentierte.

RR

Bremischer Landwirtschaftsverband e.V.

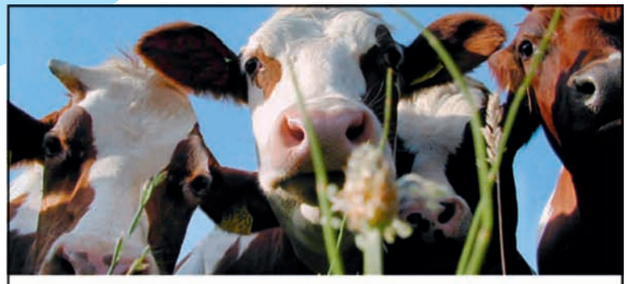
Die Kuh ist kein Klimakiller

Vortrag von Dr. Anita Idel
Montag, 8. Dezember um 20 Uhr
Borgfelder Landhaus

Kontakt und Info
Jan Saffe, Vorstand ErzeugerVerbraucher-Genossenschaft e. G., 04213499077 oder 01714892279 www.bremer-evg.de

Hilmer Garbade, Präsident Bremischer Landwirtschaftsverband e.V., 04216440624 www.bauernverband-bremen.de

Bremer regional kooperativ ökologisch EVG Erzeuger-Verbraucher Genossenschaft eG



Kuh. Kunst. Kulinarisches.

Snuten lekker

Bio-Eis, Café, Kunst, Kultur und Ferienwohnungen mit Flair im Bremer Blockland

Familie Kaemena
Niederblockland 6 · 28357 Bremen
Tel. 0421-273368
www.kaemena-blockland.de

BAUERN LADEN

Zweite Ladendienste gesucht

Wer hat Lust, mal einen zweiten Ladendienst mitzumachen? Dabei lernt man viele Genossinnen und Genossen kennen, kriegt mit, was wir alles im Laden verkaufen und es macht Spaß, Kaufmannsladen zu spielen! Bitte meldet euch beim Ladendienst oder kommt zu einem der folgenden Treffen, um mehr darüber zu erfahren.

Samstag, 17. Januar 2015 um 14 Uhr
Dienstag, 20. Januar um 18 Uhr
im Laden.

Gebratener Muskatkürbis mit Sojasoße und Stauden-selleriepesto

für vier Personen

1,2 kg Kürbis
4 EL Öl zum Braten
2 EL Sesamsaat
3 Frühlingszwiebeln
1/2–1 rote Chilischote
8 EL Sojasauce
8 EL Honig
Schale und Saft einer Zitrone
1 TL Sesamöl oder anderes Nussöl
Pfeffer
Muskat
Zimt
Nelke
Minze

Kürbis in dünne Spalten schneiden und im Öl von beiden Seiten insgesamt 5–6 Minuten anbraten.
Sesam in einer Pfanne ohne Fett bei niedriger Temperatur rösten. Frühlingszwiebeln und Chili in sehr feine Ringe schneiden.
Sojasauce mit Honig, Zitronensaft und -schale und Sesamöl verrühren und mit Gewürzen abschmecken.
Die Kürbisspalten mit der Soße beträufeln und mit Sesam, Frühlingszwiebeln, Chili und Minzblättchen servieren.

Dazu passt wunderbar ein Esslöffel Pesto:

Staudensellerie
Rauke
gemahlene Haselnüsse
geriebener Parmesan oder anderer Käse
Zitronenschale
1 zerdrückte Knoblauchzehe
Pepperoni oder Chili
etwas fruchtig Süßes wie eingeweichte Aprikosen, Sirup, Fruchtgelee
Salz und Pfeffer
Olivenöl

Staudensellerie kleinschneiden, in Salzwasser weich dünsten, Kochwasser auffangen. Rauke kleinschneiden. Alle Zutaten pürieren, langsam Olivenöl dazugeben, so dass das Pesto schön cremig wird, ggfs etwas Gemüsekochwasser dazugeben, abschmecken.

EILTER BAUERNKÄSEREI
echtes Handwerk - BioKäse
von Kuh und Wasserbüffel

von Mozzarella, Büffelcamembert und Buffalino bis Allerfeuer, Prinz von Eilte, Blauer Baron...und viele weitere Sorten
Ab Hof: Mo- Sa 10.00-15.00 Uhr,
Schwarmstedter Bauernmarkt,
Walsroder Wochenmarkt
und im regionalen Handel
Bioland
Eilter Bauernkäserei / Biohof Eilte GbR Großer Garten 6
29693 Ahlden OT Eilte, Te.: 05164-2614 www.eilter-bauernkaese.de