bla

Der BauernLadenAnzeiger
30 Dezember 2016

Wo unsere Pilze aus dem Boden schießen

Mehr Bio in Bremer Kitas

Vorgestellt
Maike Hildebrand

Neu im Regal
Tofurei Wendland

Reine Geschmackssache
Rohr oder Rübe

Neues Kassensystem

Wo unsere Pilze aus dem Boden schießen

Der Biopilzhof Wulfers liegt bei Emstek, kurz vor Cloppenburg. Maria und Werner Wulfers führten Fee Engelien, Regine Beyer, Klaus Deutschmann und mich durch ihre Produktionshallen. Wir waren alle sehr neugierig – irgendwie dachten wir an dunkle Kellergewölbe oder ähnliches. Überrascht standen wir dann in weiten hellen Hallen mit jeweils zwei langen Stellagen aus Aluminium mit Beeten auf sechs Etagen bis unter die Decke.

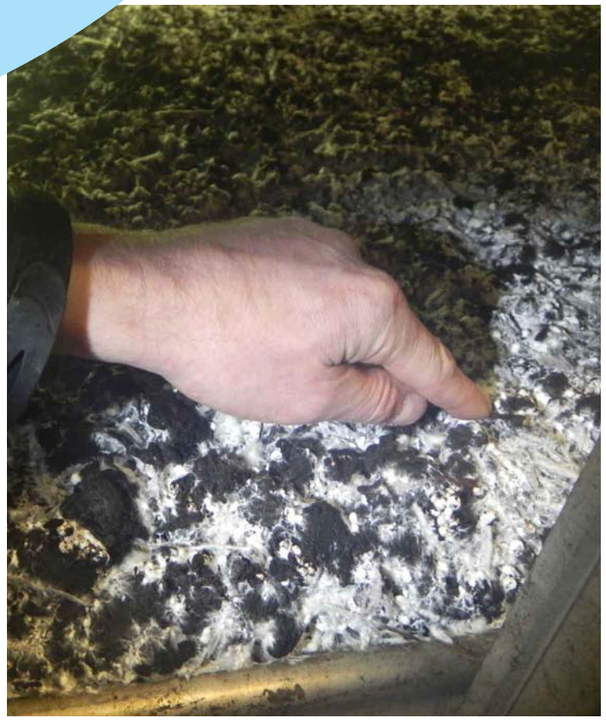
Champignons werden das ganze Jahr über geerntet – an 365 Tagen wird gearbeitet. Das System und die Technik kommen aus Holland. Die geschlossenen Hallen werden über Klimablocks klimatisiert. Regelmäßige Bewässerung übernehmen automatische Duschen, die an der Seite entlangfahren. Eine eigene Photovoltaikanlage versorgt den Betrieb mit Strom.

In der ersten Hallen waren Beete in der Anwachsphase. Dort herrscht mit 95 Prozent hohe Luftfeuchtigkeit und wie im Herbst eine Temperatur von 14 bis15 Grad. Das biologische Substrat, auf dem die Pilze wachsen, ist ein lebender Organismus aus Strohgemisch, Weizenkörnern, Hühnermist und der sogen. Pilzbrut oder Mycel – wir sahen zarten weißen Flaum, so ähnlich wie erster Schimmel auf Brot. Und manchmal entdeckten wir winzige stecknadelgroße Kügelchen. Oben drauf kommt ein Deckgemisch aus Torf. Weltweit entsteht mehr Moor als abgebaut wird, betonte Werner Wulfers auf unsere kritische Frage nach der Verwendung von Torf. Aber man experimentiert mit Alternativen und hat inzwischen eine Maschine angeschafft, die die Deckschicht hinterher trennt zur Wiederverwertung.

Nach einer Woche wird ein Klimaschock erzeugt – wie in der Natur: Kälte und weniger Feuchtigkeit. Nur dann werden aus den kleinen Knöpfchen richtige Fruchtkörper – und das sahen wir in einer anderen Halle: Wunderschön all die niedlichen Champignons auf den langen Beeten in verschiedenen Größen, oft zu mehreren aneinander gewachsen.

Zum Pflücken stehen die Mitarbeiterinnen auf fahrbaren Gestellen, die seitlich an den Stellagen entlang auf die jeweilige Beethöhe rauf- und runterfahren. Das ist reine Handarbeit: die großen Pilze werden vorsichtig abgedreht, die erdigen Stielenden abgeschnitten und danach kommen die Pilze direkt in Lieferkartons oder Kisten.

Zwei Wochen lang wird gepflückt – am ertragreichsten in der ersten Welle über fünf Tage, oft mehrmals am Tag sind dicke Pilze nachgewachsen – nicht umsonst gibt es das Sprichwort: ‚... schießt wie Pilze aus dem Boden'. Danach wächst der Rest langsamer und man kann nicht mehr täglich ernten. Nach einer längeren Pflückpause wird erneut gewässert und die Pilze wachsen kleiner und unregelmäßiger nach.



Werner Wulfers hat den grünen Daumen

Das Substrat wird anschließend zum Desinfizieren auf 70 Grad erhitzt und ausgedämpft. Dann geht es zurück an das Substratwerk Garther Heide ganz in der Nähe. Es wird kompostiert und ist ein Top-Dünger für Apfelbäume, Spargel und auch Blumen, betont Werner Wulfers. Auch unsere Erzeuger Schumacher und Söffker nehmen regelmäßig Substrat ab.

Werner Wulfers erzählt, wie mühsam früher Pilzzucht war: Holzkisten in kalten Tunnels und Bergstollen, alle zwei Stunden gießen mit schweren Gießkannen und geringem Ertrag.

Aber auch wenn heute vieles automatisch läuft – immer wieder betonte Maria Wulfers, dass man ständig kontrollieren und Wärme und Feuchtigkeit einstellen

bla
ist eine Veröffentlichung der
Bremer Erzeuger-Verbraucher-Genossenschaft eG
Beim Paulskloster 28
28203 Bremen
www.bremer-evg.de
Redaktion
Renate Richter (*RR*)
renaterichter-bremen@t-online.de
Layout
Klaus Deutschmann
Druck
Hohnholt Reprographischer Betrieb GmbH
Buchtstraße 9 - 10, Bremen

müsse, denn jeder Tag verlaufe anders – das Substrat sei verschieden, die Außenluft beeinflusst das Raumklima – man braucht Erfahrung und Fingerspitzengefühl, oder wie Werner Wulfers meint: den grünen Daumen!

Maria und Werner Wulfers sind in der Gegend auf Höfen aufgewachsen. 1997 begannen sie mit der Champignonzucht. Die steigende Nachfrage nach ökologisch produzierten Champignons war der Grund, ihren Betrieb 2003 komplett auf ökologische Produktion umzustellen nach den Verbandsrichtlinien von Naturland. Man wird regelmäßig von einer DE-Öko-024 zugelassenen Kontrollstelle zertifiziert. In 12 kleinen und 20 großen Hallen wird mit 70 Angestellten, von denen ca. 35 Festangestellte sind, produziert. Hinzu kommen regelmäßig SaisonarbeiterInnen aus Polen und StudentInnen. Maria und Werner Wulfers freuen sich, dass einer ihrer vier Söhne, Joachim, nach Abi und BWL-Studium seit drei Jahren mitarbeitet.

Die Biopilzhof GmbH vermarktet ihre Produkte direkt. Champignons werden sofort nach der Ernte auf zwei bis vier Grad herabgekühlt und von der eigenen Spedition deutschlandweit ausgeliefert. Es werden auch Shiitake- und Austernpilze hergestellt, aber mit hohem Risiko, unregelmäßigem Ertrag und sehr langer Anwachsphase. Deshalb sind sie viel teurer.

Die Champignons halten sich gut eine Woche im Kühlschrank. Wir fragten nach dem Lieblingsrezept? Frau Wulfers: Immer noch am besten nur in Butter gebraten mit Zwiebeln, Salz und Pfeffer!

RR

Familie Wulfers: Mutter Maria, Vater Werner und Sohn Joachim.

Bio Pilzhof GmbH
49685 Hoheging
www.biopilzhof.de

Mehr Bio in Bremer KiTas!

Pilotprojekt startet

Ab 1. Januar 2017 wird in drei Kitas zehn Monate lang ausschließlich mit ökologischen Lebensmitteln gekocht. „Das Pilotprojekt „Mehr Bio in Bremer Kitas“ vom Verein SozialÖkologie soll eine gesunde Ernährung in den Kitas fördern und gleichzeitig die ökologische Landwirtschaft in der Bremer Region unterstützen, die sich dem Tierwohl und dem Klima- und Umweltschutz verpflichtet fühlt“, erklären Projektleiterin Monika Baalmann und Lea Unterholzner, die extra für dieses Projekt eingestellt wurde.

Im Januar 2015 startete das Projekt BioStadt Bremen in der Bremischen Bürgerschaft, das von der Bremer EVG und dem Verein SozialÖkologie angestoßen wurde. Jetzt geht es um die praktische Umsetzung. Schon seit Oktober 2016 finden vorbereitende Maßnahmen, Workshops und Exkursionen auf Bio-Bauernhöfe in Bremen und Umgebung statt.

In den Kinder- und Familienzentren Haus Windeck (Vegesack), Hohentor (Neustadt) und Carl-Friedrich-Gauß-strasse (Horn) werden um die 364 Kindergarten- und Krippenkinder von ihren drei Küchen versorgt. Der Anteil der Bio-Rohware wird auf 100 Prozent erhöht. Im Vergleich der Ausgangssituation mit dem Ergebnis nach der 10-monatigen Durchführungsphase kann realistisch eingeschätzt werden: Wie hoch sind die durchschnittlichen Mehrkosten bei 100 Prozent Bio-Anteil in der Hansestadt? Und daraus ableitend: Wie viel Bio ist in Bremer KiTas möglich und bezahlbar?

Die Basis-Finanzierung für die Projektplanung und -durchführung (Workshops etc.) ist gesichert durch die Bingo-Umweltstiftung, die Handelskrankenkasse, die Stadt Bremen über das Projekt „BioStadt Bremen“ und Kita Bremen.

Bio-Paten gesucht

Darüber hinaus werden nun Sponsoren bzw. „Bio-Paten“ gesucht, die die anfallenden Mehrkosten für die Bio-Verpflegung während der 10-monatigen Testphase tragen und damit den KiTas die Teilnahme an dem Projekt ermöglichen.„Wir konnten bereits ca. ein Drittel der Bio-Mehrkosten durch ein paar größere Sponsoren abdecken wie die Bremische Kinder- und Jugendstiftung oder die EWS-Schönau. Auch größere Einzelspenden sind schon eingegangen, z. B. von der EVG, und wir sind in Kontakt mit weiteren Betrieben und Organisationen“, so Monika Baalmann.

Je Kind fallen für die gesamte Durchführungsphase Mehrkosten von 100 Euro an. Das sind insgesamt 36.400 Euro, keine kleine Summe. „Kinder, Eltern und die MitarbeiterInnen der Kitas würden sich sehr freuen, wenn auch EVG-Mitglieder dieses beispielhafte Modellprojekt unterstützen und eine Bio-Patenschaft übernehmen würden“, wünschen sich Monika Baalmann und Lea Unterholzner.

Wer also z. B. mit 100 Euro „Bio-Pate“ für ein Kind – oder mit einem höheren Betrag für mehrere Kinder - werden möchte, kann sich beim Verein SozialÖkologie telefonisch (Tel. 0421-3499077) oder per Mail melden: sozialoekologie@web.de. Alle Förderer werden zu einer Auftaktveranstaltung im Januar eingeladen und erhalten eine Urkunde als Bio-Pate.
Weitere Informationen unter www.verein-sozialoekologie.de

Peter Bargfrede

Vorgestellt
Maike Hildebrand

Maike, du bist auch schon lange dabei, oder?
Ich muss mal überlegen – ich glaube, seit 1991. Anfangs noch als WG. Da konnte man sich die Milch noch selber abfüllen. Die eignete sich gut zum Joghurt herstellen. Bis heute mach ich meinen Joghurt selber, früher unter der Bettdecke mit einer Wärmflasche. Inzwischen haben wir technisch aufgerüstet – mit einem Styroporbehälter. Das geht übrigens genau so gut mit Sojamilch: In die Sojamilch 1 Teelöffel Sojamilchjoghurt geben (mit Kuhmilchjoghurt funktioniert es auch), auf 80 Grad erhitzen und dann abgekühlt auf 42 Grad für einige Stunden in den Wärmebehälter geben.
Wo bist du aufgewachsen?
In Bremen-Nord. Als ich sieben war, zogen wir nach Bad Mergentheim. Dort hatten wir eine Kurgastpension.
Wie war das für dich?
Mich hat das eher genervt – dauernd saßen die da im Wohnzimmer rum und redeten über ihre Leber- und Galleprobleme.
Und wie kamst du nach Bremen?
Als ich 17 war, zogen wir zurück nach Bremen. Ich machte zwar das Abi hier, aber danach jobbte ich gleich wieder da unten in meiner alten Heimat. Dann bin ich gereist – mit einem Freund nach Südamerika, Ecuador und Peru.
Wie ging es beruflich weiter?
Irgendwann war klar: Jetzt musste was machen – da hab ich Sozialwissenschaften studiert, in Bremen. Ich hab lange in Gröpelingen in WGs gewohnt, immer mit sechs bis acht Leuten. Als die AG Weser den Bach runter ging, da war dort viel los. Nebenan in einer WG hat Michael Nußbaum gewohnt. Unsere WGs haben oft zusammen gekocht und zum Einkaufen für alle sind wir mit dem Fahrradanhänger in die Neustadt zu „Maiskolben“ gefahren. Für den Maiskolben habe ich immer mit Michael zusammen das Brot in der Backstube im Lagerhaus gebacken.
Hast du auch mal alleine gewohnt?
Nur einmal für die Diplomarbeit bin ich ins Viertel gezogen, um mich zu konzentrieren. Meine Abschlussarbeit hatte das Thema: Politikbewusstsein von jungen Frauen. Ich war aktiv in der Frauenbewegung. Es gab die Frauenuni. Ich hab Anti-AKW-Aktionen mitgemacht, war aber nie in einer der politischen Gruppen. Und damals war ja auch der Protest gegen die Volkszählung.
Stimmt – wie hieß das noch? Ach ja – VZB – Volkszählungsboykott.
Und wie lebst du heute?
Wir wohnen zu viert in in einem Haus am Osterdeich. Mein ältester Sohn Jonny, 26, ist schon ausgezogen. Ich wohne jetzt mit einem Mitbewohner, Reinhard und unserer Tochter Judith zusammen, sie ist 16.
Und beruflich?
Ich bin freie Journalistin. Anfangs hab ich für Tonstudio- und Musikermagazine gearbeitet, dann für „Das Forum“, eine Zeitschrift für Entwicklungspolitik, später für die Nordseezeitung. Für Schattenriss, eine Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch von Mädchen, habe ich die Pressearbeit gemacht. Seit 1995 mach ich freiberuflich Radiofeatures (30 bis 60 Minuten lang) für den Deutschlandfunk, SWR, WDR, NDR oder RBB, also alles ARD-Sender. Für Radio Bremen arbeite ich gar nicht, denn die wollen fast nur noch kurze Beiträge von ein paar Minuten.
Wie kommst du zu den Themen?
Die ergeben sich von selbst. Mal durch eine Zeitungsnotiz, mal durch Gespräche mit Freunden – z. B. kenne ich jemanden, der bei Mercedes beschäftigt ist und arbeite jetzt gerade an einem Feature über einen wilden Streik gegen Leiharbeit und Werkverträge, den es im Werk gab. Oder ein Freund nahm diesen Sommer eine Auszeit und ging auf ne Alp zum Käse machen, da hab ich ihn besucht und daraus soll nun eine Sendung über die besondere Situation der Alpbauern und -bäuerinnen werden. Ich mache z. Zt. auch eine Sendung über nachhaltigen Küstenschutz. Vor einiger Zeit habe ich auch mal was über Massentierhaltung von Hühnern in Niedersachsen gemacht. Kritische Interviewpartner zu solchen Themen findet man immer leicht, aber die von der anderen Seite brauche ich auch, die sind meistens nicht so schnell bereit. Wenn ich eine Idee für eine Sendung habe, schreibe ich ein Exposé und schlage das Thema einer Redaktion vor.
Die Konkurrenz ist groß. Oder?
Ja! Aber inzwischen habe ich gute Kontakte bei den Sendern und sie kennen mich und meine Arbeit. Ich bin ganz zufrieden damit, wie alles so läuft. Als Freie darf ich natürlich möglichst nicht lange krank sein, dann verdiene ich nichts. Ich bearbeite ungefähr 3 bis 4 Themen im Jahr. Da gehört ne Menge Recherche dazu, mit vielen Reisen verbunden. Am besten trifft man sich mit den Leuten vor Ort. Bei sozialen Themen muss ich einen

guten persönlichen Kontakt herstellen.
Wie geht das dann weiter?
Ich schreibe ein Manuskript, sehr detailliert, alle Original-Töne aus den Interviews als Text, und auch was die Sprecher zu sagen haben – alles wortwörtlich! Dann muss ich die Tonaufnahmen, die ich gemacht habe, noch schneiden und zum Sender schicken. Dort wird das Feature produziert, mit einer Regie und SprecherInnen. Mir ist sehr wichtig, dass regelmäßig Frauen in den Sendungen vorkommen, als Interviewpartnerinnen und als Sprecherinnen.
Was machst du sonst so?
Ein wichtiger Teil meines Lebens ist Aikido, seit 30 Jahren. Mir gefällt die pazifistische Grundhaltung und dass man beweglich bleibt. Ich trainiere im Dojo in der Weberstraße. und unterrichte dort Kinder und Jugendliche.
In den Ferien zelte ich gerne mit meiner Familie und Freunden. Z. B. waren wir dieses Jahr vier Wochen auf Spiekeroog. Im Winter fahren wir oft nach Salecina, ein von den Gästen selbst verwaltetes Gästehaus in der Schweiz, zum Langlauf. Und wir haben einen Kleingarten auf dem Stadtwerder mit einer Kräuterspirale, Obstbäumen, Beeren und Gemüse, jedenfalls das, was die Kaninchen übrig lassen. Dieses Jahr gab es Bohnen, Salat, Kartoffeln, Kürbis, Mangold. Da sind wir fast jedes Wochenende - ohne PC! Judith ist auch gerne dort. Sie hat 2 Bienenvölker. Darüber hatte ich auch mal ein Feature gemacht. Es ist total spannend, dass unser Honig jedes Jahr anders schmeckt! Mal nach Kirschblüten, wenn die Blüte besonders gut war. Einmal hatten wir besonders viel Gundermann in der Wiese, der Honig schmeckte hinterher recht würzig, das war auch ganz lecker!

Die Fragen stellte Renate Richter.

Neu im Regal
Tofurei Wendland

Seit Oktober 2016 wird der Bauernladen von der Tofurei Wendland mit unterschiedlichen Tofusorten beliefert: Natur-, Sesam- und Räuchertofu.

Die Tofu-Manufaktur in Luckau, südöstlich von Lüchow, gibt es seit 2013 und besteht aus einem 4-köpfigen Arbeitskollektiv. Die ökologisch angebauten Sojabohnen beziehen sie aus Österreich.

Der Naturtofu hält sich verschlossen ca. vier Wochen, einmal geöffnet, bewahrt man ihn am besten im Kühlschrank in einem Gefäß mit Wasser auf. Dieses wird täglich gewechselt.
http://tofurei-wendland.de

Und für alle, die mit Tofu noch nichts anfangen können, kommen hier meine zwei Lieblingsrezepte:

Tofucreme Liptauer Art
200g Tofu pürieren, mit
100g Sojajoghurt,
evtl. 1 Schuss Sojasahne,
½ Teel. Kräutersalz,
½ Teel. Edelsüßem Paprikapulver,
½ Teel. gestoßenem Kümmel,
2-3 Messerspitzen Curry
1-2 Messerspitzen schwarzem Pfeffer
verrühren.
½ Zwiebel schälen und fein schneiden, zusammen mit
je 1 Eßl. fein geschnittenem Schnittlauch, Petersilie und Dill unter die Tofucreme mischen.
Schmeckt lecker zu Kartoffeln, aufs Brot oder als Dip!

Feine Tofucreme
200g Tofu
2 Eßl. Honig
4 Eßl. Sojamilch
100g Sojajoghurt
abgeriebene Schale von ½ unbehandelten Zitrone
Saft von 1 Zitrone, je eine Prise Zimt und Vanille
Alle Zutaten fein pürieren, die Creme vor dem Servieren etwa 10 Min. stehen lassen.Sie wird dadurch etwas fester.

Valeska Jander

Damit Wünsche wahr werden
...und nicht ins Leere laufen, schreibt sie bitte mit Namen und Telefonnummer ins Wünschebuch. Sonst kann der Ladendienst damit nicht viel anfangen. Das gilt natürlich auch für Kritik und Anregungen.

Obst und Gemüse, Milchprodukte, Käse, Fleisch, Tofu, Feinkost, Getränke, Genussmittel u. v. m.

BIO? LOGISCH!

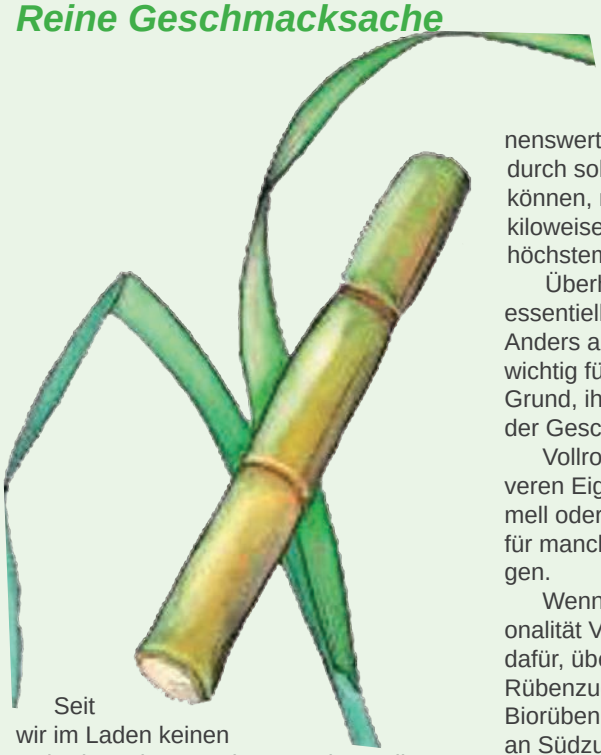
Großhandel für regionale Frische:
- **Erzeugergemeinschaft seit 1991**
- **100 % bio?logisch!**

Naturkost Kontor Bremen GmbH
im Frischezentrum (Großmarkt Bremen)
www.naturkost-kontor.de

Naturkost Kontor Bremen
Ihr Frische-Lieferant

Rohr oder Rübe

Reine Geschmacksache



Seit wir im Laden keinen Rohrohrzucker, sondern nur den Vollrohrzucker aus Ecuador und deutschen Bio-Rübenzucker haben, wird öfter über deren Vor- oder Nachteile diskutiert.

Beide sind raffiniert. Grundsätzlich besteht zwischen Rohrzucker und Rübenzucker chemisch kein Unterschied. Sie enthalten die gleiche Menge Energie (4 kcal pro Gramm). Der Gesamt-Mineralstoffanteil beider Zuckerarten liegt in der Regel um 1 Prozent. Beide wirken gleichermaßen Karies fördernd. Durch die braune Farbe darf man sich nicht irreführen lassen. Weiß wird jeglicher Zucker erst nach den letzten Waschgängen. Es gibt auch weißen Zucker, der durch Melasse braun gefärbt wird, z. B. bei braunem Kandis oder Farinzucker.

Vollrohrzucker dagegen ist unraffiniert und enthält alle im Zuckerrohr enthaltenen Mineralien wie Kalium, Calcium, Magnesium und Eisen mit einem Anteil von gerade einmal 5 Prozent. Um nennenswerte Mengen Mineralstoffe durch solche Zucker aufnehmen zu können, müsste man sie täglich kiloweise verspeisen, was in höchstem Maße ungesund wäre.

Überhaupt ist Zucker nicht essentiell für den Menschen. Anders als Salz ist Zucker nicht wichtig für uns. Der einzige Grund, ihn trotzdem zu essen, ist der Geschmack.

Vollrohrzucker hat einen intensiveren Eigengeschmack nach Karamell oder Melasse und wird deshalb für manche Zubereitungen vorgezogen.

Wenn man dem Aspekt der Regionalität Vorrang einräumt, spricht viel dafür, überwiegend unseren Bio-Rübenzucker zu verwenden, weil die Biorüben auch aus Nordeutschland an Südzucker geliefert werden. Leider stellt Nordzucker bisher noch keinen Bio-Rübenzucker her, aber das könnte sich bei erhöhter Nachfrage ja mal ändern.

Mit unserem Eiserzeuger Harje Kaemena haben wir verabredet, dass er uns Rübenzucker liefert. Dadurch können wir ihn künftig etwas billiger anbieten.

Zur Geschichte des Rübenzuckers

1747 entdeckte der Apotheker Andreas Sigismund Marggraf, dass der Zucker der Zuckerrübe, deren Zuckergehalt damals nur 3 bis 4 Prozent betrug, mit dem Rohrzucker chemisch identisch ist. Um 1786 begann Franz Karl Achard den Zuckergehalt durch Züchtung zu erhöhen – aktuelle Zuckerrübensorten enthalten bis zu 20 Prozent – und Verfahren zu entwickeln, den Zucker aus den Rüben zu isolieren. Dadurch wurde Preußen von dem durch Napoleons Kontinentalsperre erschwerten Import von Rohrzucker aus Übersee unabhängig und der Erwerb von Zucker für weite Teile der Bevölkerung erschwinglich. Als im Jahr 1802 in Schlesien die erste Rübenzuckerfabrik die Produktion startete, war der Siegeszug des Zuckers auch in Europa nicht mehr aufzuhalten.

RR

Mehr dazu unter folgenden Adressen im Internet:

www.urgeschmack.de
www.oeko-fair.de
www.nordzucker.de
www.test.de/Zuckersorten-Ist-Rohrzucker-besserer-Zucker-1558084-0/

Unsere Inventur

am 1. Januar 2017 um 14 Uhr

Eine gemeinsame Aktion, die Spaß macht – gut vorbereitet, man lernt, was wir alles wo im den Regalen haben, es gibt Kaffee und Kuchen, vielleicht auch noch ein Schlückchen Silvestersekt - dabei sein ist alles!

RR

Neues Kassensystem im nächsten Jahr

Ab 2017 haben wir eine neue Kasse. Alle Läden müssen eine Kasse haben, die die Daten unveränderbar in einer elektronisch auswertbaren Form für zehn Jahre speichert. Dabei war uns wichtig, dass wir keine Bons mit der giftigen Beschichtung durch Bisphenol A haben werden.

Die neue Kasse muss zwischen 7 % und 19 % MwSt. unterscheiden. Auch unsere Warenvorauszahlung und das Pfand müssen extra eingetippt werden.

Hierbei brauchen wir die Mithilfe der Einkaufenden, da unsere Waren ja keinen Barcode haben. Das bedeutet, dass alle Einkäufe auf dem Zettel getrennt nach dem unterschiedlichen Mehrwertsteuersatz aufgeschrieben werden. Dazu werden an den Preisschildern andersfarbige Punkte für die Waren mit 19 % MwSt angebracht und wir bereiten Zettelblöcke vor, die dafür zwei Spalten zum Aufschreiben haben.

RR