

Veranstaltungs-Highlights

Führungen auf der Straußenfarm in Stockach-Airach

Hier gibt es an jedem Sonntag je um 11 Uhr und um 15 Uhr und an jedem Mittwoch um 15 Uhr eine Führung für alle Interessierten, welche die Riesenvögel und ihre Halter einmal persönlich erleben möchten. Familie Frick hält seit 2012 Straußen und bietet deren Fleisch und Wurst im eigenen Hofladen an. Die Plätze für die geführten Rundgänge sind begrenzt und heiß begehrt - Anmeldung auf der Homepage ist erforderlich! Alternativ ist eine Begehung des Geländes auch auf eigene Faust möglich – Infotafeln und QR-Codes geben Hintergrundwissen.

Kosten: 7€/ Erwachsener, 4 € pro Kind von 3-12 Jahren

Kontakt und nähere Infos: Familie Frick, Straussenfarm Hegau-Bodensee GbR, Airach 3, 78333 Stockach, Tel.: 07771/9187044, Mobil: 01577/6050387, www.straussenfarm-hegau-bodensee.de

1. August 16-18 Uhr Workshop Boden auf dem Überlinger Weltacker

Der Boden, auf dem wir stehen, ist ein überaus spannendes Gefilde, in dem es mit Spaten und Lupe vieles zu entdecken gibt: Regenwürmer und andere größere und kleinere Lebewesen, einzigartige Strukturen, in denen sich Luft und Wasser bewegen...

Etwa 2 Stunden lang dauert die gemeinsame Erkundungsreise in den Untergrund

Die Veranstaltung ist kostenfrei – um Anmeldung wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Anfahrt: Das Gelände befindet sich am Ortsausgang vom Überlinger Ortsteil Andelshofen direkt an der B31n

Kontakt und nähere Infos: www.ueberlinger-weltacker.de



Mehr Infos unter
www.bodenseebauer.de/
service-tipps

Bildnachweise: S. 1 Erntewagen, S.2 Getreide, S. 3 Boden: Katja Bruderemann; S. 4 Buchtipp: © Löwenzahn Verlag

Bodensee
Bauer

Kunden-News
Im August '21



Es ist Erntezeit. Die Getreideernte ist in vollem Gange, und auch viele Obst- und Gemüsesorten sind in dieser Jahreszeit reif, wie man an den prall gefüllten Auslagen in den Supermärkten erkennen kann – oder auch nicht. Mal ehrlich: Merken Sie einen Unterschied, wenn Sie die Obst- und Gemüseauswahl jetzt im August mit dem Angebot im Februar vergleichen? Na gut, die Zwetschgen sind im Winter nur in eingemachter Form vorhanden, und die Erdbeeren aus Marokko sind nicht unbedingt im Sonderangebot. Ansonsten kann man dank globaler Handelsketten zu jeder Jahreszeit ein sehr ähnliches Angebot an frischem Obst und Gemüse finden.

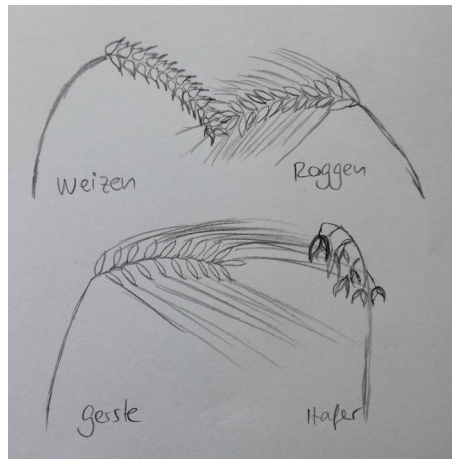
Um herauszufinden, welche Obst- und Gemüsesorten wann auf unseren heimischen Äckern reifen, und wie die ganzen Pflanzen aussehen, an denen die Früchte, Blätter oder Wurzeln wachsen, die wir verzehren, ist der Supermarkt nicht die richtige Adresse. Ein Hofladen mit angrenzenden Anbauflächen ein eigener Garten gewähren hier deutlich mehr Einblick. Zunehmend bieten Bauernhöfe auch Selbsternte-Felder an. Hier werden im Frühjahr verschiedene Gemüsesorten gesät, die man dann gegen eine Saison-Gebühr den Sommer über hegen, pflegen und beernten kann. Vorkenntnisse braucht man nicht – nur die Bereitschaft, vor Ort Erfahrungen zu sammeln...

Anonyme Lebensmittel, deren Herkunft man über das Ladenregal hinaus nicht weiter verfolgt, machen satt. Lebensmittel hingegen, von denen man weiß, auf welchem Acker sie gewachsen sind, die man selbst geerntet und von Erde befreit hat, oder die von einem Bauern stammen, den man persönlich kennt, machen zufrieden. Haben Sie den Unterschied schon einmal bemerkt?

Der August mit seiner Vielfalt an regionalen Produkten ist ein guter Monat, um sich auf Forschungsreise zu begeben – in den eigenen Garten, zu den Hofläden und Wochenmärkten in der Umgebung, zu der Frage, welchen Stellenwert die reine Sättigung hat, und wie man durch bewusstes Einkaufen und Zubereiten zudem ein wohliges Zufriedenheitsgefühl beim Essen kultivieren kann.

Kleine Getreidekunde

An einem reifenden Getreidefeld vorbeizulaufen ist eine Freude. Die goldgelben Ähren, das Rascheln im Wind, vielleicht auch ein paar vereinzelte blaue Kornblumen oder roter Klatschmohn dazwischen vermitteln ein Gefühl von Sommer und Ferienzeit. Getreidefelder erinnern auch daran, dass unser täglich Brot nicht im im Backwarenregal von allein entsteht, sondern hier auf der Erde wächst. Wissen Sie eigentlich, welches Getreide an Ihrem Wegesrand steht?



Wissen Sie eigentlich, welches Getreide an Ihrem Wegesrand steht? Die vier traditionellen Getreidearten sind Weizen, Rogge, Gerste und Hafer. Diese lassen sich recht leicht unterscheiden:

Weizen hat eine kompakte Ähre mit keinen oder nur sehr kurzen Grannen – so heißen die haarartigen Verlängerungen an jedem Korn. Die reifen Ähren haben eine goldgelbe Farbe.

Roggen hat deutlich längere Grannen als der Weizen, und die Körner sind gelb mit grauer Note.

Auf einem **Gerstenfeld** stechen die Grannen, die länger als die Ähre selbst sein können, sofort ins Auge. Die Körner in der Ähre sitzen deutlich lockerer als bei Roggen und Weizen.

Der **Hafer** wächst in Rispen und nicht in Ähren. Die Körner hängen wie Glöckchen an den verzweigten Halmen.

Der Mais mit seinen hohen Pflanzen und charakteristischen Kolben hat ebenfalls einen nennenswerten Anteil an deutschen Getreideflächen. Wie Triticale – eine Kreuzung aus Weizen und Roggen – wird er vor allem als Tierfutter verwendet. In kleinerem Umfang werden auch so genannte Urgetreide angebaut – Dinkel, Einkorn und Emmer.

Allen Urgetreidearten ist eine geringe züchterische Bearbeitung gemein. Die Erntemengen sind bei den modernen Getreidearten deutlich höher – entsprechend lassen sich die Urgetreide-Ähren auch allesamt daran erkennen, dass sie weniger und kleinere Körner tragen.

Alles hat seine zwei Seiten – so auch die intensive Züchtungsarbeit an den Haupt-Getreidearten in der jüngeren Vergangenheit. Zentrale Zuchtziele waren und sind hohe Erträge und teils auch eine Resistenz gegen bestimmte Herbizide. Dank der Züchtungserfolge kann ein Hektar Hochleistungsweizen weit mehr Menschen mit Kalorien versorgen als ein Hektar Emmer. Ein Aspekt, der bei der stetig wachsenden Weltbevölkerung nicht von der Hand zu weisen ist. In den Urgetreidesorten sind andere wertvolle Eigenschaften bewahrt, die moderne Sorten gerade durch die intensive Züchtung zumindest partiell verloren haben. Dazu zählt die Fähigkeit, auch unter widrigen Umständen noch passable Erntemengen hervorzubringen, und - nicht für alle, aber doch für viele Menschen - eine bessere Verträglichkeit.

übrigens...

Familie Müller in Allensbach-Kaltenbrunn beschäftigt sich seit vielen Jahren mit dem Anbau verschiedener alter Getreidesorten – wer Produkte und Informationen rund um Emmer, Einkorn und Dinkel sucht, der wird hier fündig: **Hofladen Familie Müller**, Müllerhof 1, 78476 Allensbach-Kaltenbrunn, Tel: 07533-5729, www.biohof-mueller.com geöffnet Mittwochs von 9-12 Uhr und von 16-18 Uhr, Freitags von 9-18:30 Uhr.

Rezept-Tipp: Dinkel-Kamut-Baguette

Zutaten für 3 Baguettes: 400 g helles Dinkelmehl, 100 g Kamut-Mehl, 11 g Salz, 1 Päckchen Trockenhefe, 350 ml Wasser

Zubereitung: Alle Zutaten zu einem weichen Teig verkneten, mindestens 3, maximal 12 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Gekühlten Teig in drei gleich lange Stränge formen. Auf ein Backblech legen und auf der Oberfläche ca. 3x schräg einritzen.

Backen: Im vorgeheizten Ofen, 5 min. bei 250°C mit viel Dampf, dann Dampf ablassen und auf 220°C zurück drehen, dann 20-25 min. bei 220°C Heißluft ohne Dampf fertig backen. (aus: *Brot von daheim*, siehe Buchtipps)

Buch-Tipp: Brot von daheim

Eine reiche Sammlung verschiedenster Brotrezepte hält dieses Buch bereit, und weit mehr als das. Autorin Monika Rosenfellner ist als Tochter einer Müllerfamilie in Niederösterreich aufgewachsen und hat die elterliche Mühle übernommen. Auch die Leidenschaft fürs Backen hat sie von ihrer Mutter mit auf den Weg bekommen. „Brot von daheim“ ist eine Liebeserklärung ans Getreide und die Kunst, es zu kostbaren Lebensmitteln zu verarbeiten, gespickt mit dem von Generation zu Generation überliefertem Erfahrungsschatz einer Müllerfamilie. Die Rezepte sind nach Schwierigkeitsgrad in „einfach“, „etwas schwieriger“ und „sei mutig!“ gegliedert.

Die ersten mag man beim Durchblättern der Texte und Bilder am liebsten gleich ausprobieren, und bei so viel fachkundiger und nachvollziehbarer Anleitung traut man sich an die komplexeren Teige auch bald heran. Interessant ist auch das Hintergrundwissen zu den gängigen und den weniger bekannten Getreidesorten. Das Buch taugt als Standardwerk für Menschen, die nicht nur die schnelle Küche suchen, sondern - wie die Autorin es formuliert – „Backen als das neue Yoga“ für sich entdecken möchten, als ein Schritt zu einem nachhaltigen und gesunden Leben.

Brot von daheim von Monika Rosenfellner, 176 S. gebunden, erschienen im Löwenzahn-Verlag, ISBN 978-3-7066-2669-9, Kostenpunkt im Handel 25,90 €.

