

# Papillon – Die Mandelmanufaktur

Es gibt ja Leute, die würden für Schokolade (fast) alles tun. Mir geht das so mit Nougat. Nougat ist meine Schokolade. Nougat ist überhaupt besser und mit Nougat geht alles besser. Sie merken, ich feiere unseren Neuzugang sehr. Nougat mit Pistazien oder Pinienkernen von Papillon. Die helle Variante ohne Kakao kennt man vermutlich auch unter anderen Namen, wie etwa Türkischen Honig, Gaz (persisch) oder Turrón (spanisch) oder Torrone (italienisch), wobei sich die jeweiligen Zubereitungsarten je nach Traditionsraum unterscheiden. Die kleine Stuttgarter Mandelmanufaktur ist zunächst nur eine gute Idee gewesen, die Sibel Özdemir in ihrer Elternzeit in der Türkei hatte. Die Idee wuchs dann quasi mit der kleinen Tochter auf. Wir haben die bezaubernd herzliche Frau und ihre Liebe fürs Detail auf einer Messe kennengelernt. Mit ihrem feinen Pâtisserie-Handwerk rund um die Mandel hat sie uns vollkommen überzeugt. Panforte und Cantuccini, die bei Papillon in zwei Geschmacksrichtungen hergestellt werden, kombiniert man in Italien meist mit Vin Santo, einem speziellen Dessert-Wein. Sie schmecken aber auch vorzüglich zum Espresso, Kaffee, Tee oder – zahlreiche (!) Selbstversuche bestätigen es – auch ohne alles andere. Neben dem hochwertigen Design der Verpackungen, die aus jeder Köstlichkeit auch ein prima Geschenk machen, ist noch zu erwähnen, dass alles von Hand gefertigt wird und bis hin zu den Gewürzen ausschließlich Bio-Zutaten Verwendung finden. Und, da bei der Fertigung immer die Randstücke übrig bleiben, arbeiten die Stuttgarter (wie auch der Marktladen) mit Foodsharing zusammen. Ach ja, und wer für den nächsten Samstagsausflug Richtung Stuttgart noch ein konkretes Ziel oder eine liebevolle Umgebung für seine Verschnaufpause braucht, dem sei das Papillon Bio-Manufakturcafé empfohlen. Da kann man hinter die Kulissen gucken und es sich mit Papillon Pâtisserie gut gehen lassen. Leckerstes und schönstes Handwerk mit Herz und ökologischem Anspruch – was will man mehr? – FRANZISKA LIST



# Termine

**15.10.** 20 UHR LTT  
ERÖFFNUNGSKONZERT DER TÜBINGER JAZZ- UND KLASSIK-TAGE: JOE HAIDER JAZZ ORCHESTRA FEAT. KALEIDOSCOPE STRING QUARTET

Mit seinen Kompositionen entführt Joe Haider, Jazz-Urgestein mit schwäbischen Wurzeln, auf eine spannende Reise durch die Schweizer und Europäische Jazzgeschichte.

**16.10.** 11 – 18 UHR AUF DEM ÖSTERBERG  
TÜBINGER DRACHENFEST

Seit 1986 wird auf dem Österberg das Drachenfest gefeiert, immer am dritten Sonntag im Oktober. Auch diesmal wieder mit großem Kinder- und Unterhaltungsprogramm, Eintopf, Würstchen, Kaffee und Kuchen.

**21.10. & 22.10.**

FREITAG IM VOGELBEERWEG, SAMSTAG AM EUROPAPLATZ  
VERKOSTUNG BIOLADEN\*-NUDELN UND TOMATENPRODUKTE  
Zur Herstellung der bioladen\*-Spaghetti, Penne und Fusilli werden Bronzeformen verwendet. So erhält die Nudel eine raue Oberfläche und nimmt Soße besonders gut auf. Alle Pasta- und Tomatenprodukte werden nach traditionellen Rezepten direkt in Italien hergestellt.

**23. – 28.10.** TÜBINGEN  
KINDER- UND JUGENDBUCHWOCHE

An verschiedenen Orten in Tübingen dreht sich in dieser Woche alles um Literatur für junge Leute – gelesen, erzählt und in Szene gesetzt. Zum zweiten Mal wird der Friedolin-Jugendbuchpreis der Stiftung Weltethos vergeben.

# Noch mehr Neuigkeiten, Fotos & Hinweise auf Veranstaltungen:

[facebook.com/dermarktladen](https://www.facebook.com/dermarktladen)



## IMPRESSUM

Die **Marktlese** erscheint monatlich und wird herausgegeben von **Der Marktladen**, Michael Schneider, Vogelbeerweg 4, 72076, Tübingen, 07071 56 555 0, [redaktion@dermarktladen.de](mailto:redaktion@dermarktladen.de), [www.dermarktladen.de](http://www.dermarktladen.de). Für den Inhalt verantwortlich: *Michael Schneider*  
Alle Rechte vorbehalten. Druckfehler vorbehalten.

Chefredakteur: *Michael Schneider*

Stellv. Chefredakteurin: *Jessica Sabasch*

Konzept: *Jessica Sabasch*

Artdirection & Layout: *Jonas Schneider*

Fotoredaktion: *Jonas Schneider*

Lektorat: *Franziska List*

Druck: dieUmweltDruckerei GmbH, Lohweg 1, 30559 Hannover  
klimaneutral gedruckt auf 100% Recyclingpapier, chlorfrei gebleicht

# Marktlese

für regionale Wertschätzer & kulinarische Weltenbummler

# Papillon. Grüne Perspektiven. MANTI. Mas des Quernes.

27 | Oktober 2016



Benjamin Lapeyre



Pierre Natoli



# MAS DES QUERNES

IM MAI HATTEN WIR DIE GELEGENHEIT, AUF EINER MEHRTÄGIGEN RUNDREISE DURCH DAS FRANZÖSISCHE LANGUEDOC VERSCHIEDENE BIO-WEINGÜTER KENNEN ZU LERNEN. DAS LANGUEDOC GALT ÜBER JAHRZEHNTE ALS DAS WEINGEBIET, IN DEM BILLIGE MASSENWEINE PRODUZIERT WERDEN. AUCH HEUTE KOMMEN 30 PROZENT DER FRANZÖSISCHEN TRAUBEN AUS DIESER GEGEND. WIR KONNTEN UNS AUF DER FAHRT DAVON ÜBERZEUGEN, DASS MAN MITTLER-

weile auch das eine oder andere sehr gute Weingut in dieser Gegend findet. Herausragende Weinqualität erzeugt das Weingut *Mas des Quernes*, unsere letzte Reisesstation. Es wurde von den Winzern des Languedoc 2016 zum besten Weingut gewählt.

Die letzten paar hundert Meter müssen wir zu Fuß gehen, da der Reisebus für die Schotterstraße nicht geeignet ist. Überhaupt ist dies der erste visuelle Eindruck: Steine, wohin man auch schaut! Und Düfte, in welche Himmelsrichtung man seine Nase hält. Hier wachsen all die Kräuter wild vor sich hin, die so typisch für die mediterrane Küche sind. Dazwischen Jahrzehnte alte Olivenbäume, die voll in der Blüte stehen, und die Luft mit einem süßlichen Geruch erfüllen. Auf dem Hof werden wir schon von Pierre Natoli, der für den Verkauf zuständig ist, und Benjamin Lapeyre, dem Weinbauern, erwartet. Wir erfahren von ihnen, dass bereits die Römer hier siedelten und Wein angebaut haben. Überall kämen alte Scherben von Tonkrügen zum Vorschein, weshalb einer ihrer Weine „Villa Romaine“ heißt.

Seit 2009 wird das Weingut nach Bio-Richtlinien bewirtschaftet. Als wir zwischen den Reben stehen wird uns klar, welche Mühe diese Arbeit machen muss. Auf der oberen Terrasse mit insgesamt 5 Hektar Anbaufläche befinden wir uns auf nichts als Steinen. Im Fachjargon „kalkreiche Böden“, die mit einer Schotterdecke, die den darunter liegenden Boden nur erahnen lässt, bedeckt sind. Bei diesen Lagen, so erfahren wir, die zur Appellation „Les Terrasses du Larzac“ gehören, wird der Boden tief gelockert, um eine hohe Durchlüftung und eine gute und tiefe Durchwurzelung zu erreichen. Hier stehen die Sorten Mourvèdre, Grenache und Carignan, die zu den besten Weinen von *Mas des Quernes* beitragen. Eine Pressemitteilung vom Juni 2016 drückt die Qualität der Weine am besten aus:

„Freudig überraschte Gesichter bei den Mitarbeitern und natürlich auch bei den Inhabern von *Mas des Quernes*. Dass wir für Mourvèdre Armand 2014 und Villa Romaine 2013 jeweils eine Goldmedaille in Empfang nehmen dürfen, wussten wir schon vor der feierlichen Überreichung. Letztes Jahr hatte Villa Romaine 2012 schon als bester Wein

aller Goldmedaillen den Ehrenpreis der Jury gewonnen. Auch dieses Jahr wurden wir überraschend ein zweites Mal auf die Bühne gebeten und durften den extra für unseren Mourvèdre neu geschaffenen Coup de Coeur der Jury in Empfang nehmen. Eine besondere Freude, weil Mourvèdre hier im Languedoc als besonders schwierige Rebsorte gilt. Wir fanden sie immer auffallend gut und haben daher 2013 erstmals einen reinsortigen Mourvèdre abgefüllt.“

Die Stöcke sind 35 Jahre alt und damit für den Winzer in einem sehr guten Rebenalter. Während der Führung kommen die Arbeiter mit den spitzen Hacken – die biologische Unkrautbekämpfung wird per Hand durchgeführt – immer näher, weshalb wir beschließen, eine Etage – sprich Terrasse – tiefer zu gehen. Die Wege dorthin sind steinig und abschüssig, so dass manche die untere Terrasse schneller erreichen als geplant. Unten angelangt wird nochmal das Thema „Appellation“ angeschnitten. Eigentlich heißt es ja Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) und ist eine kontrollierte Herkunftsbezeichnung für bestimmte landwirtschaftliche Produkte. Es gibt Regeln, wie zum Beispiel traditionelle Herstellung, geographische Festlegung, klar definierte Qualitätsstandards und strenge Kontrollen beziehungsweise Reglementierung. Während wir dem kleinen Fachvortrag lauschen, freuen wir uns über einen Rundumblick. Von hier aus haben wir einen wunderschönen Blick auf die Terrassen und staunen über die vielen errichteten Trockensteinmauern. Sie zeugen davon, dass der Zauber dieser Kulturlandschaft mit ihren verschiedenen Ebenen, ihrer üppigen Flora und Fauna hart erarbeitet wurde. Auffallend ist, sogar für den Laien, dass hier – nur weniger Höhenmeter tiefer – der Boden vollkommen anders zu sein scheint. Winzer Benjamin Lapeyre erklärt uns, dass es sich hier um einen „gelben Mergel mit einem gewissen Tonanteil“ handelt. Dies bedeute für den Weinbau höhere Humusgehalte und damit mehr Nähstoffe im Boden, eine bessere Wasserhaltefähigkeit, was ebenfalls zu größeren Erntemengen

führe. Hier wachsen unter anderem die Sorten Merlot und Syrah. Und hier entstehen die etwas leichteren und deutlich fruchtigeren Weine von *Mas des Quernes*.

An Steinmauern entlang setzen wir unseren Weg fort und es wird deutlich, dass manche langsam in den Weinkeller zur Verkostung drängen.

Auf einer der letzten Parzellen erklärt uns Monsieur Lapeyre, wie man aus einem Merlot-Weinstock eine Grenache-Rebe macht. Warum der Bio-Winzer das überhaupt tut, hat zwei Gründe: Erstens seien die Merlot-Rebstöcke in einem sehr schlechten Zustand gewesen. Zweitens dürfe Merlot für die hiesige Appellation nicht verwendet werden, also nicht als AOC Wein ausgezeichnet werden, sobald Merlot in den Cuvées verwendet wird. Das sei natürlich ein erheblicher Vermarktungsnachteil gewesen, dem man begegnen wollte.

Das sogenannte „Propfen“ wird von einer Spezialfirma durchgeführt und geht folgendermaßen:

Zur Vermehrung oder zum Erhalt einer Einzelpflanze wird ein Edelreis mit einer Unterlage zusammengefügt. Häufig wird dabei ein angespitzter Zweig in den ab- und eingeschnittenen Stamm einer Jungpflanze gesteckt. Dieser neue Zweig wächst dann tatsächlich an und schon entsteht eine neue Weinrebe, mit dem großen Vorteil, dass bis zur ersten Ernte viel Zeit gespart wird (im Vergleich zu einer Neupflanzung).

Nach so viel mentaler und physischer Herausforderung beim Gang durch die Weinberge geht es in einer kurzen Busfahrt ins 400 Seelen-Dorf Montpeyrroux, zum Weinkeller und Degustationsraum von *Mas des Quernes*. Und wir haben den Eindruck, dass sich diese unglaublich schöne Landschaft, die wir erlebt haben, in den Gläsern widerspiegelt. Als ob sich alles mit voller Wucht auf Zunge und Gaumen ausbreiten würde. Mehr ist nicht zu sagen, mit Worten kommt man hier nicht weiter – Sie müssen es selbst schmecken!

– MICHAEL SCHNEIDER



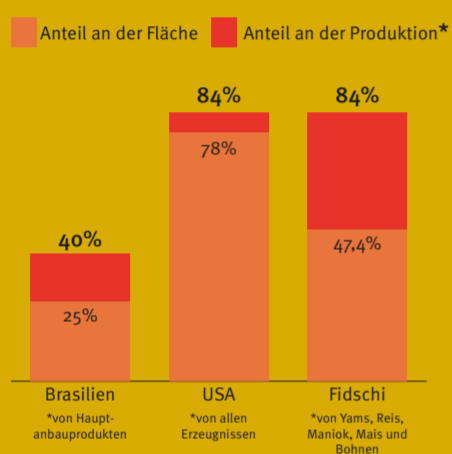


## Landwirtschaft am Scheideweg

In der letzten Ausgabe der Marktleser konnten Sie etwas über den Mythos vom Grünen Wachstum als Antwort auf den Hunger in der Welt lesen. Dabei geht es dem agrarindustriellen Komplex natürlich nicht um den Hunger in der Welt, sondern um ein möglichst großes Stück am lukrativen Geschäft mit der Not. Wissenschaftler gehen (wie bereits erwähnt) davon aus, dass mindestens weitere 5 Milliarden Menschen satt werden könnten, wenn nicht auf 28 Prozent (400 Mio Hektar) der weltweiten Ackerfläche Lebensmittel produziert würden, die in der sogenannten Ersten Welt im Abfall landen. Außerdem werden auf mehreren 100 Millionen Hektar der weltweit 1400 Millionen Hektar Ackerfläche Lebensmittel, wie zum Beispiel Weizen oder Soja, angebaut, die zu einem erheblichen Teil in die Futtertröge der Industrieländer wandern.

Unter dem Titel „Landwirtschaft am Scheideweg“ erschien 2008 der erste Weltagrarbericht im Auftrag der Vereinten Nationen und der Weltbank. Über 400 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus 61 Ländern fassten den Stand des Wissens über die globale Landwirtschaft nach 5-jähriger Arbeit zusammen. Dieser Bericht ist unbequem und alarmierend. Er warnt vor Irrwegen und schlägt Lösungen vor. Für einige der Teilnehmer, darunter Firmen der Agrarindustrie, aber auch die Regierungen der USA, Kanada und Australien, waren die Ergebnisse derart unbequem, besonders im Bezug auf Gentechnik, industrielle Landwirtschaft und den weltweiten Agrarhandel, dass sie die Unterschriften als Zeichen ihrer Zustimmung zu den Beratungsergebnissen verweigerten.

### Kleinbauern sind hoch produktiv



Die Autoren des Berichts gehen davon aus, dass nur eine radikale Umkehr von der bisherigen landwirtschaftlichen Produktionsform die Herausforderungen des 21. Jahrhunderts bewältigen können wird. Ein „weiter wie bisher“ sei „keine Option“. 2013 formuliert es die UNCTAD, (die Konferenz der Vereinten Nationen für Handel und Entwicklung in ihrem Report „Wake up before it is too late“, Trade and Environment Report 2013) folgendermaßen: „Die Welt braucht einen Paradigmenwechsel in der landwirtschaftlichen Entwicklung: von einer ‚Grünen Revolution‘ hin zu einem Ansatz ‚ökologischer Intensivierung‘. Dies beinhaltet einen schnellen und bedeutenden Übergang von der konventionellen, von Monokulturen geprägten und stark auf externe Inputs angewiesenen industriellen Produktion hin zu einem Mosaik nachhaltiger, erneuerbarer Produktionssysteme, die auch die Produktivität von Kleinbauern erheblich verbessern.“

## Liebe Kundinnen & Kunden,

auch das Bewusstsein zum Tag der deutschen Einheit am 3. Oktober hat sich verändert. Getrieben vom Wunsch nach einem besseren Leben, haben so viele Menschen 1989/1990 friedlich die Wiedervereinigung erzwungen. Wären sie nicht Teil eines geteilten Landes gewesen, hätten sie als „Wirtschaftsflüchtlinge“ wenig Chancen auf Aufnahme gehabt. Warum erwächst aus diesem Glücksmoment der Geschichte für uns Deutsche nicht mehr Empathie für Geflüchtete in ihrer Not? Hunger und keine Aussicht auf Besserung ist einer von vielen Fluchtgründen. Aber wie den Hunger und nicht die Menschen bekämpfen? Seit acht Jahren wird von höchster wissenschaftlicher und politischer Stelle eine Umkehr in der globalen Agrarpolitik gefordert. Lesen Sie in unserem Senf, wie zuversichtlich eigentlich in die Zukunft geschaut werden könnte.

Das Rezept aus unserer Reihe *vielekücheneinladen* kommt diesmal von Yasemin Straub und lädt uns in die türkische Küche ein. Es geht international weiter: im Frühsommer haben wir den Süden Frankreichs bereist, um fünf unserer Bio-Winzer kennen zu lernen. Den Winzer, der uns am meisten beeindruckt hat, haben wir für Sie in einem Reisebericht porträtiert. Außerdem stellen wir Ihnen noch die ersten echten Bio-Burger-Brötchen samt neuem Ketchup vor und schließlich, nachdem schon alle Ernährungsvernunft gewichen ist, noch die ultimative süße Bio-Versuchung. Von *Papillon*, einer kleinen Mandel-Manufaktur aus Stuttgart.

*Christina Schneider  
Nihal Schneider*

### Durchschnittliche Größe landwirtschaftlicher Betriebe in Hektar



Als neues Paradigma der Landwirtschaft des 21. Jahrhunderts formuliert der Agrarbericht: „Kleinbäuerliche, arbeitsintensivere und auf Vielfalt ausgerichtete Strukturen sind die Garanten einer sozial, wirtschaftlich und ökologisch nachhaltigen Lebensmittelversorgung durch widerstandsfähige Anbau- und Verteilungssysteme.“ Die Autoren wissen, dass es immense Summen an Investitionen in Forschung, Ausbildung und Technik benötigt, um die kleinbäuerlichen Strukturen für ihre große Aufgabe, die Ernährung einer wachsenden Weltbevölkerung, vorzubereiten. Aber, dass sich das langfristig lohnt, wissen sie auch. Denn: „Wo Kleinbauern genügend Land, Wasser, Geld und Handwerkszeug haben, produzieren sie einen deutlich höheren Nährwert pro Hektar als industrielle Landwirtschaft, in der Regel mit erheblich niedrigerem externen Input und geringeren Umweltschäden“.

Als Voraussetzungen für den Erfolg kleinbäuerlicher Strukturen gelten:

- Rechtssicherheit
- auskömmliche Einkünfte
- ausreichende Infrastrukturen (Brunnen, Straßen, Gesundheitsvorsorge, Bildung etc.)
- Lager- und Transportmöglichkeiten
- Zugang zu lokalen und regionalen Märkten
- faire Kreditbedingungen

Leider, so die Autoren, seien in den vergangenen Jahrzehnten kaum öffentliche Mittel in entsprechende Infrastrukturen geflossen. Stattdessen hätten sich private Investitionen auf wenige exportorientierte Bereiche konzentriert, die nicht selten sogar noch von internationalen Einrichtungen gefördert worden seien. Der Weltagrarbericht spricht daher von einem „fatalen globalen Trend zur Dekapitalisierung der Kleinbauern, den es umzukehren gilt“.

Oxfam, eine international tätige „Nothilfe- und Entwicklungshilfeorganisation“, arbeitet in über 20 Ländern in Afrika, Asien und Europa an nachhaltigen landwirtschaftlichen Strukturen. Unter anderem gründen sie ihre Arbeit auf „die wohl umfassendste Studie“, die über 286 ökologisch nachhaltige Agrarprojekte in 57 Ländern umfasst und von Jules Pretty, Professor an der University of Essex erstellt wurde. In 198 Projekten wurde ein zuverlässiger Erntevergleich durchgeführt, mit dem Ergebnis, dass die Erträge im Durchschnitt um 79 Prozent gesteigert werden konnten. Und dies unter Berücksichtigung der Nachhaltigkeit der landwirtschaftlichen Produktion.

Auch die deutsche Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit, kurz GIZ, unterstützt weltweit Projekte zur Entwicklung und Stärkung kleinbäuerlicher Strukturen. Zum Beispiel in Paraguay. Dort arbeiten 50 Prozent der Bevölkerung in der Landwirtschaft und 80 Prozent des Exports sind Agrarprodukte. 90 Prozent der landwirtschaftlichen Nutzfläche gehören 1000 Großbetrieben. 4 Prozent der Fläche teilen sich 230.000 Kleinbetriebe. Diese produzieren drei Viertel der Grundnahrungsmittel für das Land, und haben damit eine immense Bedeutung für Paraguay. Da es an Beratung und Schulung der Kleinbauern fehlt, arbeitet die GIZ mit der staatlichen Beratungsstelle zusammen, um die

öffentliche Agrarsubventionen in den OECD-Ländern 2014:

**332** Milliarden US-Dollar

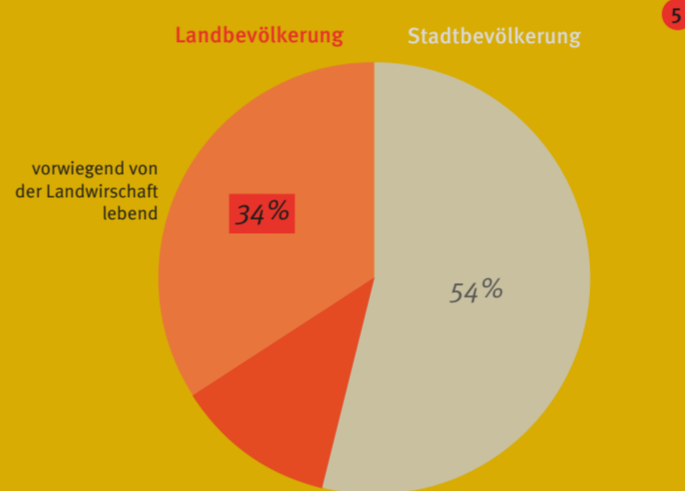
kleinbäuerlichen Strukturen zu fördern. Ein weiteres Beispiel ist Niger. Die große Hitze und die zu geringen und stark schwankenden Niederschläge stellen die Produktion von Nahrungsmitteln vor besondere Probleme. 270.000 Hektar Ackerland ließen sich durch Kleinbewässerungssysteme erschließen. 60 Prozent (160.000 Hektar) davon müssen noch erschlossen werden. Dabei fehlt es an Beratung, an Krediten, es fehlt an ökologischer Nachhaltigkeit und auch an bodenrechtlicher Absicherung. Alles Aspekte, für die sich die GIZ engagiert.

**Die Landwirtschaft stellt die Lebensgrundlage für 62% aller Menschen in Afrika südlich der Sahara dar. In Südostasien sind 50% der Bevölkerung in der Landwirtschaft tätig.**

Die Welthungerhilfe nennt ebenfalls als eines ihrer Hauptanliegen die stärkere Förderung der kleinbäuerlichen Landwirtschaft in Entwicklungsländern. Deshalb forschen Mitarbeiter der Welthungerhilfe beispielsweise nach Möglichkeiten, wie man das problematische „bushmeat“ (Wildfleisch von Tieren, die in den Savannen oder im Regenwald gejagt werden) ersetzen kann, um so auch die Übertragung von Krankheiten durch diese Tiere eindämmen zu können. Wichtig ist, eine Lösung zu finden, die lokale neue Möglichkeiten eröffnet, statt neue internationale Abhängigkeiten zu schaffen. Weltweit gibt es Projekte und Organisationen, deren Initiativen auf den Erkenntnissen und Empfehlungen des Weltagrarberichts aufbauen. Insbesondere aus der Überzeugung, dass die Zukunft der Nahrungsmittelversorgung in den Händen kleinbäuerlicher Strukturen auf der ganzen Welt liegt. Also mit dem Ziel einer „ökologischen Intensivierung“.

– MICHAEL SCHNEIDER

### Globale Bedeutung der Landwirtschaft



#### QUELLEN:

- 1 Family Farmers: Feeding the world, caring for the earth. FAO, 2014.
- 2 Rising Global Interest in Farmland. World Bank, 2011.
- 3 Agricultural Policy Monitoring and Evaluation 2015. Trends in the OECD area. OECD, 2015.
- 4 Global employment trends 2013. International Labour Organization, 2013.
- 5 FAO Statistical Pocketbook 2015. Food and Agriculture Organisation, 2015.

# GUTBURGER

DER BURGER HAT IN DEN LETZTEN JAHREN VIELERORTS EINE KULINARISCHE ENTWICKLUNG VOM FAST- ZU SLOWFOOD DURCHLAUFEN. In Berlin und anderen großen Städten gibt es Burger-Restaurants, die ihre Gäste mit frischen, hochwertigen Zutaten und originellen Kreationen begeistern. Wer bisher nichts vom kulinarischen Burger-Potential – von Fortgeschrittenen wird er beispielsweise mit Blauschimmelkäse und Birne zubereitet – gehaut hat, wird spätestens beim Probieren überrascht sein. Wer selbst Burger machen möchte, hatte es bisher schwer, passende Brötchen in Bio-Qualität zu finden. Damit ist jetzt Schluss: Innen fluffig und außen knusprig sind die Hamburger Brötchen von *Nur Puur*. Verpackt im praktischen Viererpack, sind sie im Ofen bei 200 Grad in acht Minuten fertig. Die Weizenbrötchen mit Vollkornanteil und Sesamsamen sind einzigartig im Bio-Bereich – wir haben sie auf einer Messe probiert und waren begeistert. Zurzeit entwickeln die Naturkostexperten von *Nur Puur* auch eine Rezeptur für Hotdog-Brötchen, auf die wir schon gespannt sind. Unser Marktlands Burger-Experte Raphael Fischer schwört bei selbst gemachten Burgern auf den puren Fleischgeschmack – „Hackgut durchkneten, um die Luft raus zu bringen. Schöne Patties formen und in Frischhaltefolie kurz im Tiefkühlfach anfrieren, für besseren Zusammenhalt.“ 500 Gramm Hackfleisch reichen für vier Burgerbrötchen. „Dazu Salatblätter, Tomaten, Zwiebeln und – je nach Geschmack – Cheddar- oder Allgäuer Emmentaler.“ (Oder eben Blauschimmelkäse, z.B. Fourme d’Ambert, die Möglichkeiten sind unbegrenzt). Und natürlich Ketchup! Da können wir Ihnen gleich zwei Neuzugänge empfehlen: Die tomatigen „Dips und Verleckerungen“ von *Emils* kommen ohne Zusatz von Zucker aus und nehmen ihre Süße aus fruchtigen Tomaten, Apfelsaft und Balsamico. Wie alle anderen *Emils* Saucen und Dips aus eigener Herstellung im Manufaktur-Betrieb nahe Stuttgart. Ketchup gibt es in drei Sorten für jeden Geschmack. *Tomatentomaten* (leicht säuerlich, dickflüssig und super tomatig), *redcurry* (mit feiner Note von rotem Curry, nicht zu scharf), und *smoked* (mit Buchholz-Rauch). Die schönen Glasflaschen sind ein optisches Highlight auf jedem Burger-Buffer. Das erste Demeter-Ketchup weit und breit haben sich die Macher von *Nur Puur* aus dem Ärmel geschüttelt. „Auf die Kooperation mit den spanischen Demeter-Tomatenbauern sind wir ganz stolz“. In zwei Sorten: Curry (sehr fruchtig, mit feiner Currynote, die die Tomate nicht überdeckt), und ganz klassisch Tomate (fruchtig, tomatig). Praktischer Vorteil: Sauber und einfach zu Dosieren dank der Kopfstehflasche. Auf die Burger, fertig, los! – JESSICA SABASCH



**TÜRKIYE**

**vielekücheneinladen**

## Manti

FÜR 8 – 12 PORTIONEN

*Dieses Gericht erinnert mich an meine Mutter, die als Gastarbeiterin aus der Türkei nach Deutschland kam. Und es erinnert mich an eine der vielen witzigen Geschichten von Nasreddin Hoca, die meine Mutter immer zu erzählen pflegt.*

– YASEMIN STRAUB



#### FÜR DEN TEIG

- 1 kg Mehl
- ca. 600 ml Wasser

#### FÜR DIE FÜLLUNG

- 500 g Rinderhackfleisch
- 1 Ei
- 1 Zwiebel
- 1 Bund Petersilie glatt
- 1 EL Olivenöl
- Salz/ Pfeffer

#### FÜR DEN KNOBLAUCHJOGHURT

- 500 g Joghurt
- 3 Knoblauchzehen
- Eine Prise Salz
- 300 g Butter
- 100 g Tomatenmark
- Etwas Wasser

#### SONSTIGES

- Pulbiber (scharf)

Das Mehl und das Wasser mischen, gut und ausgiebig durchkneten, bei Bedarf Wasser hinzufügen, abdecken und 1 Stunde ruhen lassen. Den Teig dünn ausrollen. Dann in kleine Quadrate (Seitenlänge ca. 3cm) einteilen/ schneiden.

Für die Füllung: die Zwiebel und die Petersilie klein hacken und mit den übrigen Zutaten vermengen. Die Füllung zu kleinen Kügelchen formen, die in die Mitte der Teigquadrate gesetzt werden.

Die vier Ecken des Quadrats über den Kügelchen mit den Fingern fest zusammendrücken. Die fertig geformten Teigtaschen in gesalzenes siedendes Wasser geben und 20-30 Minuten garen lassen.

Für den Knoblauchjoghurt: den Knoblauch pressen und mit etwas Salz unter den Joghurt heben.

Für die Tomatensauce: die Butter in einer Pfanne vollständig schmelzen lassen. Das Tomatenmark dazugeben und leicht anbraten lassen, bis es eine etwas dunklere Farbe bekommt. Aufpassen, dass das Tomatenmark nicht anbrennt! Dann vom Herd nehmen und etwas Wasser dazugeben – Aufpassen Spritzgefahr!

Die Teigtaschen mit etwas Brühe auf einen tiefen Teller geben, dann die Tomatensauce darüber gießen und darauf den Knoblauchjoghurt. Nach Belieben mit Pulbiber (scharf) verfeinern.