

Lieferantenportrait:

Wallners Bio-Puten



Wir haben einen neuen Partner für unser Bio-Putenfleisch. Die Familie Wallner aus dem Dachauer Land. In Goppertshofen, einem Ortsteil der Gemeinde Hebertshausen, liegt der Hof umgeben von Wiesen, Weide- und Anbauflächen. Die Bio-Puten, die hier aufwachsen dürfen, haben viel Platz und Zeit. Sie bekommen hauptsächlich Futter aus eigenem Anbau, also vor allem Bio-Mais, Bio-Erbisen und Bio-Weizen. Das Futter wird in der eigenen Getreidemühle der Wallners gemahlen. Überhaupt bemüht sich der Familienbetrieb stets um eine ökologische Kreislaufwirtschaft, so auch in Sachen Energie: durch eine Biogasanlage, mit der die Wallners – neben dem eigenen Strombedarf – noch etwa 1000 weitere Haushalte versorgen können.

Der Familienbetrieb ist bereits seit 1995, also seit über 20 Jahren, durch den Bio-Verband *Naturland* zertifiziert. Damit sind die Wallners echte Pioniere auf diesem Gebiet. Die Bio-Putenhaltung ist ein äußerst diffiziles Geschäft. Das trauen sich nicht viele zu. Die Tiere sind, vor allem in den ersten Lebenswochen, ziemlich Mimosen, die auf ungünstige Haltungs- oder Fütterungsbedingungen extrem empfindlich reagieren. Da muss einfach alles passen. Besonders die Fütterung ist eine große Herausforderung für die Bio-Bauern, da sie in der Auswahl der Futterkomponenten im Vergleich zur konventionellen Putenfütterung stark eingeschränkt sind. Vor allem das billige „Superfood“ Soja aus Südamerika steht ihnen nicht zur Verfügung. Was nicht selbst erzeugt werden kann, kaufen die Wallners ausschließlich in Bio-Qualität, mit möglichst geringem Transportweg, hinzu.

Bei der Hofbesichtigung führt uns unser erster Weg in den nigelnagelneuen Zerlege- und Vorbereitungsraum. Hier wird das Fleisch, das in großen Portionen aus der Schlachtereie kommt, zerlegt und in handelsübliche Portionen verpackt. Mit der Einrichtung eines solchen Raumes wollen die Wallners mittelfristig ihre Vermarktungswege verändern. Bisher werden ihre Tiere zum Schlachten in eine Schlachtereie gebracht und von dieser weiter vermarktet. Dass dies ein durchaus gefährlicher, weil sehr abhängiger Weg sein kann, haben die Wallners schon erlebt. Denn dabei haben sie auf den Preis so gut wie keinen Einfluss. Auch deshalb denken sie intensiv über neue Vermarktungswege nach. Und da kommen wir gerade richtig. Wir verkörpern sozusagen ihre zukünftige Geschäftspartnerstruktur. Das kommt uns natürlich entgegen.

Das Jahr 2018 endete nämlich mit schlechten Nachrichten. Der Bioland-Lidl-Deal machte die größten Schlagzeilen, war aber nicht das einzige Ereignis, das für uns im Marktladen erhebliche Konsequenzen mit sich bringt. Im November erreichte uns eine traurige Nachricht: Herr Jungclaussen, unser langjähriger Bioland-Lieferant von Hähnchen, Puten und Enten, kündigte das Ende seiner Bioland-Geflügelhaltung an. Grund: Eine zwingend notwendige Modernisierung seiner Schlachtereie für weit über 1 Million Euro kann er nicht stemmen. Deshalb das Aus zum Ende des Jahres.

Bei der Hofbesichtigung der Wallners besuchen wir zuerst die jungen Puten. Sie sind momentan etwa legehennengroß und seit ihrem ersten Lebenstag in diesem Stall untergebracht, in dem sie viel Licht, viel Luft und reichlich Platz haben. Im Laufe dieser Wachstumsphase kann der



Simon und Barbara Wallner haben sich ganz bewusst für die biologische Landwirtschaft entschieden. Sie sind überzeugt: „Wenn es unseren Tieren gut geht, dann geht es uns auch gut.“

Stall noch auf die doppelte Größe erweitert werden und bietet dadurch immer mehr als genug Platz. In diesem sogenannten Aufzuchtstall sind sie acht bis zehn Wochen. Danach geht es in den offenen Stall mit großer Wiese. Hier verbringen sie noch weitere 15 – 17 Wochen. Mit gut einem halben Jahr sind sie schlachtreif. Dann bringen sie etwa acht bis zehn Kilogramm auf die Waage. Die Wiese um den Stall ist riesig und ermöglicht kleine Puten-Wanderschaften. Aber nicht an unserem Besuchstag. Das Wetter ist schmutzlig. Deshalb tummeln sich nicht allzu viele Tiere im Freien. Als wir ein



Zugegeben, ein moderner Zerlegeraum hat nicht viel mit Bauernhof-Romantik zu tun, aber bei delikatem Geflügelfleisch lassen die Hygienevorschriften aus gutem Grund keine Spielräume.

paar Minuten am Zaun stehen und uns unterhalten, treibt es die Tiere aus lauter Neugierde aus dem Stall ins graue Dezemberwetter, um zu schauen, wer da am Zaun herumlungert. Die weißen Tiere sind gesund und munter. Auf dem Hof der Familie Wallner können sie ein gutes Putenleben führen. Die weiblichen Puten werden bevorzugt, erklärt uns Herr Wallner, weil die Hennen bei der Aufzucht unkomplizierter seien als ihre empfindlichen männlichen Artgenossen. Und weil das Fleisch zarter ist.

Die Tiere bei Wallners haben mehr als doppelt so viel Platz, wie ihre Artgenossen aus konventioneller Haltung. Höchste Anforderungen an die Fütterung und den Platzbedarf sind zwei sehr wichtige Gründe, warum Bio-Putenfleisch im Vergleich zum konventionellen Angebot preislich bei Weitem nicht mithalten kann. Dafür werden die Puten im konventionellen Bereich krank gemästet. Ein Bio-Putenleben ist nicht nur angenehmer, sondern auch deutlich länger als das in der konventionellen Haltung. Denn dort werden die weiblichen Tiere in nur 14 bis 16 Wochen auf circa 20 Kilogramm turbo-gemästet. Damit wird noch einmal deutlich, dass die Bio-Puten ungefähr viermal so viel Zeit für ein natürliches Wachstum bekommen. Auf dem Hof von Wallners nimmt ein Tier etwa 50 Gramm pro Tag zu. In der konventionellen Mast sind es bis zu 200 Gramm pro Tier und Tag. Und das schmeckt man auch. Einmal mehr wird deutlich: Wenn wir gute Lebensmittel essen wollen, die nicht nur durch ihre Produktqualität auffallen, sondern auch durch die Art und Weise, wie sie erzeugt werden, dann sind deutlich höhere Preise unausweichlich. Und das ist in Ordnung so. Eine Reduktion von Fleisch auf unseren Speisezetteln lässt sich dann meist nicht vermeiden. Und auch das ist in Ordnung so.

– MICHAEL SCHNEIDER

Ein Archiv aller bisherigen Ausgaben gibts hier:

www.marktlese.de

Noch mehr Neuigkeiten, Fotos & Hinweise auf Veranstaltungen:

www.dermarktladen.de

[Jetzt online bestellen.](#) Wir liefern Montag bis Donnerstag im ganzen Tübinger Stadtgebiet:

shop.dermarktladen.de

IMPRESSUM

DIE MARKTLESE erscheint monatlich und wird herausgegeben von DER MARKTLADEN, Michael Schneider, Vogelbeerweg 4, 72076, Tübingen 07071 56 555 0, redaktion@dermarktladen.de, www.dermarktladen.de
Für den Inhalt verantwortlich: Michael Schneider
Alle Rechte vorbehalten. Druckfehler vorbehalten.

Chefredakteur: Michael Schneider

Stellv. Chefredakteurin: Jessica Sabasch

Konzept: Jessica Sabasch

Lektorat: Franziska List

Druck: dieUmweltDruckerei GmbH, Lohweg 1, 30559 Hannover

klimaneutral gedruckt auf 100 % Recyclingpapier, chlorfrei gebleicht

Marktlese

für regionale Wertschätzer & kulinarische Weltenbummler

Küss die Hand, Prinzessin

54 | Februar 2019



Menschheit einzusetzen. „Die meisten Dinge sind für mich schwarz oder weiß. Ich frage mich, wie die Mächtigen die Dinge so kompliziert machen konnten. Wenn es um's Überleben geht, gibt es keine Grauzonen.“

Ende des vergangenen Jahres wurde sie nach Kattowitz zur UN-Klimakonferenz eingeladen. Dort hielt sie eine Rede, die wir hier komplett wiedergeben, weil sie so eindringlich und wichtig ist:

Mein Name ist Greta Thunberg, ich bin 15 Jahre alt und komme aus Schweden. Ich spreche im Namen von »Climate Justice Now«. Viele Menschen sagen, dass Schweden nur ein kleines Land ist und dass es egal ist, was wir tun. Aber ich habe gelernt, dass man nie zu klein sein kann, wenn man etwas verändern will. Wenn ein paar Kinder weltweit Schlagzeilen machen, indem sie einfach nicht zur Schule gehen, dann stellt euch vor, was wir – wenn wir es wirklich wollten – erreichen könnten. Aber um das tun zu können, müssen wir klar und deutlich sprechen. Ganz gleich, wie unangenehm das sein mag.

Ihr sprecht nur von grünem, ewigem Wirtschaftswachstum, weil ihr zu viel Angst habt, unbeliebt zu sein. Ihr sprecht davon, voranzuschreiten – mit den selben schlechten Ideen, die uns in diesen verheerenden Zustand gebracht haben. Und das, obwohl es die einzige vernünftige Tat wäre, die Notbremse zu ziehen. Ihr seid nicht erwachsen genug, davon zu sprechen, wie es um uns steht. Sogar diese Bürde überlastet ihr uns Kindern.

Aber mir ist es egal, ob ich beliebt bin. Mir geht es um Klimagerechtigkeit und das Leben auf unserem Planeten. Unsere Zivilisation wird dafür geopfert, dass eine kleine Zahl von Menschen weiterhin enorme Vermögen anhäufen kann. Unsere Biosphäre wird dafür geopfert, dass die reichen Menschen – in Ländern wie meinem – im Überfluss leben können. Die Leiden der Vielen sind der Preis für die Annehmlichkeiten der Wenigen.

Im Jahr 2078 werde ich meinen 75. Geburtstag feiern. Falls ich Kinder habe, werden sie diesen Tag vielleicht mit mir verbringen. Vielleicht werden sie mich nach euch fragen. Vielleicht werden sie mich fragen, warum ihr nichts getan habt, als man noch handeln konnte.

Ihr sagt, dass ihr eure Kinder über alles liebt. Und trotzdem beraubt ihr sie ihrer Zukunft – direkt vor ihren Augen. Solange ihr nicht stoppt und euch – anstelle des »politisch Möglichen« – darauf konzentriert, was getan werden muss, gibt es keine Hoffnung.

Wir können eine Krise nicht bewältigen, wenn wir sie nicht wie eine Krise behandeln. Wir müssen die fossilen Brennstoffe im Boden lassen. Und wir müssen uns auf Gerechtigkeit fokussieren. Und wenn Lösungen in diesem System unmöglich zu finden sind, dann sollten wir das System selbst ändern.

Wir sind nicht hierher gekommen, um die Staats- und Regierungschefs anzubetteln. Ihr habt uns bisher ignoriert und ihr werdet uns weiterhin ignorieren. Ihr könnt euch nicht länger herausreden. Die Zeit läuft ab.

Wir sind hierher gekommen, um euch zu sagen, dass der Wandel kommt. Ob euch das passt oder nicht! Die wahre Macht geht von den Menschen aus. Danke.

– MICHAEL SCHNEIDER



Mit der zum Hof gehörenden Biogasanlage versorgen die Wallners sich selbst und 1000 Haushalte mit Energie. Und selbst die Abwärme der Anlage wird verwendet. Etwa zum Heizen der Kükenställe.

Die Rebellenführerin



Bilder: © Jan Alnail

Sie ist 15 Jahre alt, sie ist Schwedin und sie ist mittlerweile berühmt. Am 20. August 2018 ging die Schule nach den Sommerferien wieder los. Aber Greta Thunberg setzte sich auf den Boden vor dem schwedischen Parlament. Bei sich hatte sie ein großes Plakat mit der Aufschrift „Schulstreik für's Klima“. Auf den von ihr verteilten Handzetteln stand: „Weil ihr Erwachsenen auf meine Zukunft scheißt, tue ich das auch. Mein Name ist Greta, ich bin in der neunten Klasse. Und ich bestreike die Schule für das Klima.“

Die Nachricht von Gretas Aktion verbreitete sich in Windeseile in den sozialen Netzwerken. In vielen anderen Ländern, auch in Deutschland, gab es seither Schülerproteste. Ende November letzten Jahres rief sie zum Boykott des Black Friday auf: „Ich kann es nicht verstehen, wenn die Leute Kram kaufen, den sie nicht gebrauchen.“

Was ist das für ein merkwürdiges Mädchen? Sie ist radikal, mutig, kompromisslos und äußerst sprachbegabt. Sie leidet unter dem „Asperger-Syndrom“, einer Form von Autismus. Ob es als Krankheit oder als Normvariante anzusehen sei, ist umstritten. Neben einigen „Normabweichungen“ haben Asperger-Betroffene viel zu bieten, wie z.B. besondere Stärken bei der Aufmerksamkeit, der Wahrnehmung von Dingen und der Selbstbeobachtung. Offenkundig muss man einbisschen „von der Norm abweichen“, um sich unerschrocken für die Zukunft der

KOLUMNE:
SCHNEIDERS SENF

Chlorpyrifos — der IQ-Killer?

Dass Glyphosat bei weitem nicht das einzige problematische Pestizid ist, zeigt der Umgang mit seinem Verwandten.

Im Winter, wenn man in der guten Stube sitzt, verbreitet sich beim Schälen einer Orange dieser unglaublich tolle Duft durch den ganzen Raum. Außerdem strahlt diese Frucht nur so vor Vitaminen und Mineralstoffen. Nicht so erfreulich ist die Tatsache, dass auf konventionell erzeugten Orangen regelmäßig das Insektizid Chlorpyrifos (CPF) gefunden wird. Dieses Pestizid ist eines der am häufigsten angewandten Mittel und ist in der EU seit 2006 zugelassen. In Deutschland ist der Wirkstoff in der kommerziellen Landwirtschaft seit 2008 verboten, in 20 anderen EU-Staaten wird er aber weiterhin eingesetzt.

Ende 2018 tauchten nun erhebliche Zweifel an einer rechtmäßigen Zulassung des Mittels auf. Unter anderem berichtete der BR am 16.11.2018: „Der Umweltmediziner Philippe Grandjean, Professor an der US-amerikanischen Universität Harvard, und der Wissenschaftler Axel Mie vom schwedischen Karolinska-Institut konnten Rohdaten einer bisher unveröffentlichten Studie des Herstellers Dow Agro Sciences einsehen, die Teil des europäischen Zulassungsantrags war. Dabei stießen sie auf gravierende Unstimmigkeiten. Laut den Wissenschaftlern geht aus den Rohdaten hervor, dass CPF in Tierversuchen den Aufbau des Gehirns schon bei geringer Dosierung schädigte.“ Dieser Effekt werde jedoch im Fazit der Herstellerstudie von 1998 unterschlagen. „Es ist schockierend herauszufinden, dass eine Studie, die Teil des Zulassungsantrags war, fehlerhaft ist, und dass die Behörden das nicht bemerkt und diese akzeptiert haben“, so Grandjean.

Schon vor über sechs Jahren, am 01.05.2012 berichtete der Spiegel von dem damals auch in Deutschland gängigen Schädlingsbekämpfungsmittel, das bleibende Schäden am Gehirn von Kindern im Mutterleib verursache. Schon damals wurde bekannt, dass selbst bis dahin als ungiftig eingestufte Mengen des Insektizids Chlorpyrifos negativ in die Entwicklung der Ungeborenen eingreifen. Wie US-Forscher im Wissenschaftsmagazin „Proceedings of the National Academy of Science“ berichteten, seien die Ergebnisse besorgniserregend. Denn das Insektizid Chlorpyrifos wurde und wird in der Landwirtschaft weltweit noch immer häufig eingesetzt.

Die 2012 noch geltenden Grenzwerte, die nur auf der direkten Giftwirkung des Chlorpyrifos basieren, waren nach Ansicht der Wissenschaftler nicht ausreichend, um Kinder vor diesen Langzeitfolgen des Insektizids zu schützen. „Wir haben bei den stärker belasteten Kindern signifikante Anomalien in der Hirnoberfläche gefunden“, berichteten sie. Ihre Ergebnisse deuteten außerdem darauf hin, dass bereits eine vorgeburtliche Belastung durch CPF, wie sie im Alltag auftreten kann, messbare Effekte auf die Hirnstruktur der Kinder hatte, so die Wissenschaftler im Fachblatt PNAS. „Wir beobachteten im Zusam-

menhang mit höherer vorgeburtlicher CPF-Belastung deutliche Abweichungen in der Morphologie der Oberfläche des Gehirns.“ Darüber hinaus seien Hinweise auf schädliche Effekte auf die allgemeine Denkfähigkeit und den Intelligenzquotienten zu beobachten gewesen.

Weitere Studien zur schädlichen Wirkung von CPF wurden 2010 und 2011 an derselben Universität veröffentlicht. Die Ergebnisse wurden durch Kollegen von der University of California in



Berkeley bestätigt. Obwohl die Gruppe der untersuchten Kinder relativ klein war, und die Wissenschaftler wussten, dass dies ein Kritikpunkt an ihrer Veröffentlichung sein würde, zeigten sie sich überzeugt davon, dass ihre Forschungsergebnisse eine hohe Relevanz haben. Ihre Überlegung war, dass die damals gegenwärtigen Grenzwerte auf mutmaßlichen Fehlannahmen hinsichtlich der Wirkung des Giftes basierten und deshalb nicht verhinderten, dass die Hirnentwicklung von Kindern, die dem Stoff ausgesetzt waren, geschädigt wurde.

Und was sagen die deutschen Behörden dazu? Die beiden in Deutschland für den Haus- und Kleingartenbereich zugelassenen Mittel erfüllen „die Bestimmungen der EU und alle gesetzlichen Anforderungen“, heißt es im BVL (Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit). „Sie erfüllen auch die zusätzlichen Kriterien für den Haus- und Kleingartenbereich. Unter diesen Umständen hat das BVL die Zulassung bewilligt.“

Das PAN (Pestizid-Aktions-Netzwerk) schrieb daraufhin einen offenen Brief an das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). Darin forderten sie eine direkte Stellungnahme des Instituts zu den Ergebnissen der Studie von Rau et al. (2012). Doch aufgrund „methodischer Mängel“ erlaube die Studie keine Schlussfolgerungen für das Zulassungs- bzw. Genehmigungsverfahren, hieß es in der Antwort. Das BfR versprach jedoch „weiterhin die relevanten toxikologischen und epidemiologischen Studien zu Chlorpyrifos [zu] verfolgen und in die gesundheitliche Risikobewertung [einzubeziehen]. Als methodischen Mangel bezeichnete das BfR genauer den Ausschluss möglicher anderer Ursachen für die Gehirnveränderungen, die seiner Ansicht nach

nicht zwingend auf die pränatale Chlorpyrifos-Exposition zurückzuführen seien. Welche anderen Einflussfaktoren denn als Ursache für die Veränderungen infrage kommen, beantwortete das BfR hingegen nicht.

Dann eine Meldung des BLV vom Oktober 2013: „Das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit hat am 2. Oktober 2013 die Zulassung des Pflanzenschutzmittels „Insekten-Streumittel NEXION NEU“ (Zulassungsnummer 024135-00) mit dem Wirkstoff Chlorpyrifos widerrufen. Der Widerruf erfolgte auf Antrag des Zulassungsinhabers. Für Ware, die sich bereits im freien Verkauf befindet, galt anschließend eine Abverkaufsfrist bis zum 2. April 2014. Für Anwender galt eine Aufbrauchfrist bis zum 2. April 2015.“

In einem gemeinsamen Bericht des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, des Bundesamtes für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit sowie des BfR hieß es dann 2017 dazu unter anderem, dass eine „akute Beeinträchtigung der Gesundheit“ als möglich erachtet werde.

Am 04.08.2018 hatte ein Appellationsgericht in den Vereinigten Staaten die EPA (Environmental Protection Agency) angewiesen, das Mittel innerhalb von 60 Tagen zu verbieten. Mit folgender Begründung: „Chlorpyrifos wirkt sich negativ auf die Entwicklung des Gehirns von Kindern, ist neurotoxisch und stört das Hormonsystem.“

Am 09.08.2018 gab es vom PAN Germany einen öffentlichen Aufruf. Darin stand unter anderem, dass „Chlorpyrifos [] hochgefährlich und dennoch eins der derzeit am häufigsten verwendeten Insektizide in Europa [ist], auch wenn in Deutschland keine Präparate mehr zugelassen sind, die die-

sen Wirkstoff enthalten. Chlorpyrifos wirkt neurotoxisch, stört das Hormonsystems und hat Auswirkungen auf die Gehirnentwicklung von Kindern. Rückstände von Chlorpyrifos belasten Lebensmittel und lassen sich im Trinkwasser nachweisen.“ Doch die derzeitige EU-Genehmigung für den Wirkstoff läuft noch. Sie endet vorläufig am 31. Januar 2019.

Ende November 2018 jedoch hat die Europäische Kommission die Zulassung für diese Substanz bis zum 31. Januar 2020 verlängert. Wann wird es endlich soweit sein, dass der In-Verkehr-Bringer von chemisch-synthetischen Stoffen nachweisen muss, dass keinerlei Gefahren von seinem Produkt ausgehen? 20 Jahre sind vergangen, und immer noch wird dieses Mittel in der europäischen Lebensmittelerzeugung eingesetzt.

– MICHAEL SCHNEIDER

QUELLEN:

tagesschau.de „Chlorpyrifos – Gefahr fürs menschliche Hirn?“ www.dml.onl/1a

spiegel.de „Pestizid schädigt Gehirne Ungeborener“ www.dml.onl/1b

handelsblatt.com „US-Berufungsgericht verbietet Pestizid“ www.dml.onl/1c

sueddeutsche.de „Wie ein Gift in die Supermärkte kam“ www.dml.onl/1d

Landesamt für Verbraucherschutz Niedersachsen www.dml.onl/1e



Jahreszeiten Küche



Topinambur

Helianthus tuberosus

Topinambur ist eine Sonnenblumenart. Vom amerikanischen Kontinent im 17. Jahrhundert nach Frankreich gekommen, galt die Knolle dort dem Adel als Delikatesse. Im Laufe der Zeit jedoch wurde sie zunehmend durch die billigere Kartoffel verdrängt. Ihre Renaissance verdankt sie ihrer gesundheitsfördernden Wirkung. Und ihrem vorzüglichen, nussigen Geschmack. Leicht süßlich, wenn sie gegart ist, und im rohen Zustand an Artischocke erinnernd. Topinambur ist ein wahres Nährwert-Ass. Das Wurzelgemüse enthält wichtige Vitamine (A, B und C), Mineralstoffe (Kalium, Calcium, Eisen und Phosphor) und auf 100 Gramm nur 30 Kilokalorien. Denn in den Knollen steckt der Zuckeraustauschstoff Inulin. Topinambur wird deshalb auch als „Diabetiker-Kartoffel“ bezeichnet. Wer die Knollen lieber schälen möchte, sollte etwas Zitronensaft bereitstellen, damit das cremefarbene Wurzelinnere nicht anläuft. In der Küche ist Topinambur ähnlich vielseitig wie die Kartoffel, da er als Suppe oder Püree, im Auflauf oder als Ganzes gebacken, in dünnen Scheiben frittiert oder auch roh im Salat gereicht werden kann. Kühl gelagert und in Folie gewickelt hält sich die Knolle bis zu einer Woche.

Topinambur aus dem Ofen mit Rote Beete-Salat und Joghurtdip

FÜR 4 PORTIONEN

- ca. 800 g Topinambur
- 3 mittelgroße rohe Rote Beete
- 4 EL Weißweinessig
- 8 EL Olivenöl
- 50 g Walnussbruch
- 300 g Joghurt
- 1 EL Kreuzkümmel
- Salz, Zucker

Den Topinambur gründlich waschen; große Stücke gegebenenfalls halbieren. Mit etwas Salz und Olivenöl vermischen und auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Im Ofen bei 160° in ca. 40 Minuten backen, bis das Innere der Knollen gar und weich ist.

In der Zwischenzeit die Rote Beete schälen und raspeln. Aus Salz, Weißweinessig, etwas Zucker und Olivenöl ein Dressing anrühren und über die Beete geben. Die Walnüsse zum Salat geben.

Den Joghurt mit etwas Salz und Kreuzkümmel würzen.

Achtung: Größere Mengen Topinambur können die Verdauung von unroutierten Essern schwer in Aufruhr versetzen. Wer also Topinambur nur sehr selten isst, sollte sich vielleicht erst mal mit ein paar frisch gehobeltem Scheiben im Ackersalat dem Genuss der Knolle nähern.

Liebe Leserinnen & Leser,

während ich dieses Vorwort schreibe, tobt die Grüne Woche, die weltgrößte Ernährungsmesse, in Berlin. Der „Trend zu gesund und nachhaltig“, wie die BZ schreibt, scheint mir noch nicht von den Köpfen zu den Verdauungsorganen vorgedrungen zu sein. Bio-Fleisch ist zum Beispiel noch kaum ein Thema. Bei uns schon! Und wir haben da etwas Neues für Sie. Einen neuen Bio-Putenfleisch-Lieferanten. Wir stellen Ihnen die Familie Wallner aus dem Dachauer Land vor. Dann machte die konventionelle Orangenproduktion im Spätherbst 2018 Schlagzeilen: Das weltweit eingesetzte Insektizid Chlorpyrifos steht im Verdacht, vor allem Gehirne von Kindern, womöglich schon im Mutterleib, zu schädigen. Und wäre das nicht schon Skandal genug, so gibt es nun neue Hinweise, dass dies dem Hersteller von Anfang an bekannt war. In unserem Rezept-Vorschlag möchten wir Ihre Aufmerksamkeit auf die Topinambur-Knolle legen. Sie ist eine „Inulin-Bombe“, ein Ballaststoff, welcher als „Präbiotikum“ eine sehr heilsame Wirkung auf die Verdauung hat. Und schließlich die Mutmachgeschichte zur Entspannung durch Freude: Sie handelt vom „Klimamädchen“ Greta aus Schweden. Mittlerweile werden einige von Ihnen, auch durch die Schülerstreiks in Deutschland, von ihr gehört haben. Egal, denn schöne und hoffnungsvolle Geschichten liest man auch gerne mehrmals.

Christina Schneider
Nihal Schneider

Verkostungen im Februar:

08.02. FREITAG AM EUROPAPLATZ

& 22.02. FREITAG IM VOGELBEERWEG

Il Cesto Feinkost

Michael Kammerer und Rainer Weiß sind Experten für mediterrane Feinkost und Geschäftsführer von Il Cesto. Um die herausragende Qualität ihrer Produkte zu sichern, gehen sie vor wie Sterneköche: hochwertige Rohstoffe, frische Zubereitung und Fingerspitzengefühl. Wer ihre marokkanischen Oliven noch nicht probiert hat, sollte dies schleunigst nachholen und hat hier die Gelegenheit.

www.ilcesto.de

01.02. & 02.02.

FREITAG IM VOGELBEERWEG, SAMTAG AM EUROPAPLATZ

Beutelsbacher Säfte

Die in Weinstadt, östlich von Stuttgart, ansässige Beutelsbacher Fruchtsaftkellerei feierte 2016 ihr 80-jähriges Jubiläum. Der Familienbetrieb keltert schon seit den 50er-Jahren Bio-Säfte und ist damit ein absoluter Vorreiter. Überzeugen Sie sich selbst von der ausgezeichneten Qualität.

www.beutelsbacher.de