

Is(s) von hier

Klimabewusste Ernährung

In Zusammenarbeit mit



LANDKREIS
OSNABRÜCK

NACHHALTIGE ESSKULTUR

Abstimmung mit der Gabel

Slow Food e.V.: Interview mit Edgar Klinger und Oscar Alvarado-Schnake

SOLIDARISCHE LANDWIRTSCHAFT

Gemeinsam ackern

Besuch auf dem Elshof der Familie Brinkmeyer in Melle-Buer

REGIONALER GAUMENSCHMAUS

Gans – ganz festlich regional

Winterliches Drei-Gänge-Menü vom PFEFFER&MINZE-Küchenteam



Fünf auf einen Streich!

Unsere „Kulinarischen Botschafter“ im Überblick

- 1 Jockheck's Honig Rapsblüte – Heinrich Jockheck E.K.
- 2 Mühlenbrot – Bäckerei Brinkhege
- 3 Grobe Wilde – Landschlachtereie Krischke
- 4 Karamellcrem – Bäckerei-Konditoreie Thomas Meyer
- 5 Mühlennussbrot – Bäckerei Brinkhege

Schmeckt natürlich ausgezeichnet

Brot und Bratwurst, Karamellcrem und Rapshonig – fünf Lebensmittel aus dem Landkreis Osnabrück wurden in den diplomatischen Dienst berufen. Als „Kulinarische Botschafter Niedersachsen 2019“.

Als „Kulinarische Botschafter“ zeichnet das Land Niedersachsen jährlich Lebensmittel aus dem Bundesland aus, welche auf der einen Seite eine hohe und außergewöhnliche Geschmacksqualität aufweisen, auf der anderen Seite jedoch auch meisterliche und verantwortungsvolle Herstellung, eine interessante Produktidee, ein überzeugendes Marketing und eine transparente Unternehmenshistorie bieten. In 2019 zeichnete Ministerpräsident Stephan Weil während einer Prämierungsveranstaltung in Hannover vier Unternehmen mit fünf unterschiedlichen Produkten aus dem Landkreis Osnabrück aus: Die Bäckerei Brinkhege aus Bissendorf

punktete sowohl mit ihrem Mühlenbrot als auch dem Mühlennussbrot. Die Landschlachtereie Krischke aus Venne wurde für ihre „Grobe Wilde“ geehrt, einer Bratwurst mit 100 Prozent Wildfleisch aus regionaler Jagd.

Auch süße Geschmäcker kommen bei den „Kulinarischen Botschaftern“ auf ihre Kosten: So wurde die Bäckerei-Konditoreie Thomas Meyer aus Bad Laer für ihre „Karamellcrem“ mit Bad Laerer Sole sowie Heinrich Jockheck E.K. aus Melle für „Jockheck's Honig Rapsblüte“ ausgezeichnet.

„Einmal mehr hat sich gezeigt: Lebensmittel aus dem Osnabrücker Land haben eine außergewöhnliche Qualität und sind viel-

fach ein Aushängeschild für ganz Niedersachsen“, freute sich Thomas Serries, Leiter des Unternehmensservice der Wirtschaftsförderungsgesellschaft des Landkreises Osnabrück bei der Preisübergabe und gratulierte den Gewinnern.

Niedersachsen gilt generell als eines der Herzen der Lebensmittelproduktion in Deutschland. Mit dem Wettbewerb „Kulinarische Botschafter Niedersachsen“, der 2019 bereits zum zehnten Mal ausgelobt wurde, rückt die Marketinggesellschaft der niedersächsischen Land- und Ernährungswirtschaft e.V. im wahrsten Sinne „ausgezeichnete Lebensmittel“ in den Mittelpunkt. Eine Fachjury untersuchte und bewertete insgesamt 146 eingereichte Vorschläge. Ausgewählte „Kulinarische Botschafter“ werden auch Teil der Genussbox Niedersachsen, die beispielsweise als Unternehmenspräsent bei der Marketinggesellschaft bestellt werden kann.



FOTO: MARKETINGGESELLSCHAFT NIEDERSACHSEN/THOMAS BRÄUNIG

In bester Stimmung (v.l.): Bodo aus dem Moore (Landschlachtereie Krischke), Christian Jockheck (Heinrich Jockheck E.K.), Wirtschaftsförderer Thomas Serries, Heike Brinkhege (Bäckerei Brinkhege GmbH & Co. KG), Heinz Krischke (Landschlachtereie Krischke) und Thomas Meyer (Thomas Meyer Bäckerei-Konditoreie)



WIGOS

Wirtschaftsförderungsgesellschaft
Osnabrücker Land mbH

Am Schölerberg 1
49082 Osnabrück
Tel 0541 5014399
info@wigos.de
www.wigos.de

Liebe Leserinnen und Leser,

Ernährung ist ein viel und heiß diskutiertes Thema unserer Zeit. Viele Fragen werden dabei aufgeworfen: Wie ernähre ich mich richtig? Was ist gesunde Ernährung? Sollte sie vegetarisch oder vegan sein? Wie ernähre ich mich möglichst umweltfreundlich?

Es gibt zahlreiche Aspekte, die man bei einer bewussten Ernährung berücksichtigen kann. Einer, den wir in diesem Special thematisieren, ist die regionale Ernährung. Wir legen den Fokus auf Produkte, die in und um Osnabrück angebaut, geerntet oder verarbeitet werden. Warum ist uns das wichtig? Weil regionale und saisonale Ernährung auch klimafreundliche Ernährung bedeutet. Die Gurken müssen nicht aus Spanien mit dem Lkw zu uns gefahren und das Rindersteak nicht aus Argentinien mit dem Flugzeug transportiert werden. Egal ob Gemüse oder Fleisch: Viele Produkte gibt es bei uns in der Region, ohne dass dafür viel CO₂ ausgestoßen werden muss.



Auf den folgenden Seiten geben wir einige Anregungen, wie eine regionale Ernährung im Osnabrücker Land funktionieren kann. So waren wir unter anderem auf dem Elshof in Melle, wo Carl-Philipp und Therese Brinkmeyer eine solidarische Landwirtschaft aufbauen. Der Verein Slow Food erklärte uns im Interview, wie klimabewusste Ernährung aussehen kann und in Bad Essen besuchten wir den Cittaslow-Landmarkt. Außerdem gibt es ein leckeres Wintermenü aus regionalen Zutaten.

Unterstützt wurde dieses Special vom Landkreis Osnabrück, der viele Klimaschutzmaßnahmen initiiert und fördert. Gertrud Heitgerken und Ingo Große-Kracht vom Referat für Strategische Planung sehen in der Ernährung eine von mehreren Möglichkeiten, den CO₂-Fußabdruck zu reduzieren. 15 Prozent der schädlichen Klimagas-Emissionen werden nämlich nach wissenschaftlichen Berechnungen durch die Ernährung verursacht. Hier ließe sich durch effizientere und regionale Ernährung sicherlich noch CO₂ einsparen.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!

B. Havermann

Benjamin Havermann | Redakteur NOW-Medien
Tel. 0541 3343104-65 | benjamin.havermann@now-medien.de

IMPRESSUM

Herausgeber

Verlag Neue Osnabrücker Zeitung
GmbH & Co. KG
Breiter Gang 10-16, 49074 Osnabrück
Telefon 0541 310-0

Redaktion

Ralf Geisenhanslüke (v. i. S. d. P.) / Neue
Osnabrücker Zeitung GmbH & Co. KG,
NOW-Medien GmbH & Co. KG
Große Straße 17-19, 49074 Osnabrück
in Zusammenarbeit mit
Landkreis Osnabrück
Referat für Strategische Planung
Gertrud Heitgerken und Ingo Große-Kracht
Am Schölerberg 1, 49082 Osnabrück

Anzeigen-/Werbeverkauf

MSO Medien-Service GmbH & Co. KG
Große Straße 17-19, 49074 Osnabrück
Geschäftsführer: Sven Balzer
E-Mail: anzeigen@mso-medien.de

Gestaltung und Produktion

bww werbeagentur + verlag GmbH
Möserstraße 22, 49074 Osnabrück

Technische Herstellung/Druck

Meinders & Elstermann GmbH & Co. KG
Weberstraße 7, 49191 Belm
Telefon 05406 808-0

Titelfoto: Vicuschka/istockphoto.com

Alles Gute vom Bauern
HOF KOLKMEIER

Lecker im Hofladen
Schönes auf der Diele

Wir sind für Sie da:
Mittwoch-Freitag 9:00 - 18:00
Samstag 9:00 - 13:00
Montag & Dienstag ist zu!

Zum Flugplatz 33 49076 Osnabrück
0541442111 hof-kolkmeier.de



Liesel & Lotte

Eis & Café

Frühstücksbuffet
mit Anmeldung
So von 9:00 bis 11:30 Uhr

Café
Mi-So von 14:00 bis 18:00 Uhr
☎ 0541 58049109
www.hof-goesling.de
Süberweg 4
49090 Osnabrück

Hof Gösling

BAUERNHOF-EIS

Solawi-Bauern Carl-Philipp und Therese Brinkmeyer: Wöchentlich kann man einen Korb voller frischer Bio-Gemüse abholen.



Gemeinsam ackern

Solidarität ist Grundlage ihres Geschäftsmodells: Denn Carl-Philipp und Therese Brinkmeyer bewirtschaften den Elshof in Melle nach dem Prinzip **SOLIDARISCHER LANDWIRTSCHAFT**. Damit können sie ihren Traum einer ehrlichen, regionalen Lebensmittelvielfalt verwirklichen.

VON CLAUDIA SARRAZIN | FOTOS PHILIPP HÜLSMANN



Dieses Jahr feierten Carl-Philipp und Therese Brinkmeyer ein besonderes Erntedankfest. Denn sie starteten im Frühjahr das Projekt Solidarische Landwirtschaft (Solawi) auf dem Elshof in Melle-Buer. Solawi bedeutet in diesem Fall: Verbraucher zahlen monatlich 110 Euro für einen Anteil an der landwirtschaftlichen Produktion auf Brinkmeyers Hof. Im Gegenzug können sie wöchentlich einen Korb voller frischer Bio-Gemüse am Hustädter Heegweg abholen. Insgesamt konnten die jungen Landwirte und ihr Gärtner Moritz Sigloch bislang 70 Anteile an junge Familien, Singles und ältere Paare vergeben.

Einer von ihnen ist Torsten Krey-Gerve: „Ich hatte die Nase voll von Dis-

countern. Hier unterstütze ich Nachhaltigkeit und kann dabei sein, wenn etwas Neues entsteht.“ Krey-Gerve gefällt es, Teil einer Gemeinschaft zu sein und beispielsweise auch mittels eines Newsletters am bauerlichen Alltagsleben teilzunehmen.

Dieser Bezug zur Arbeit auf dem Hof und der Kontakt zwischen den Mitgliedern der Solawi und dem Hofteam begeistert auch Therese Brinkmeyer: „Jeder Abholtag ist ein Event. Es ist Teil des Konzeptes, dass die Leute auch miternten.“ Wer mitmachen wolle, gehe mit aufs Feld.

„Wir haben hier auch einen Bildungsauftrag“, ergänzt Gärtner Moritz Sigloch. „Viele Kinder können mit ihren Eltern selbst etwas ausbuddeln.“ Carl-Philipp Brinkmeyer betont: „Für die Leute ist das nett, aber für die Landwirtschaft ist es unheimlich wichtig.“ Denn mit der Zeit hätten viele Menschen den Bezug zu ihr verloren. Auf



dem Elshof ginge es darum, die Menschen gut zu ernähren. Ziel sei es jedoch auch, diejenigen Leute sichtbar zu machen, die hinter den landwirtschaftlichen Produkten stehen. „Letztendlich ist jeder Kassenbon auch ein Wahlzettel“, so der Landwirt, der ebenso wie der Hofgärtner die Erfahrung machte, dass Produzenten stark unter Druck stünden. „Ich habe

auf einem Demeter-Hof gearbeitet, auf dem wir 40 bis 50 Prozent der Möhren wegwerfen mussten, obwohl sie essbar waren“, berichtet Moritz Sigloch. Carl-Philipp Brinkmeyer ergänzt: „Ist die Gurke zu krumm oder der Salat zu groß, bleiben wir normalerweise darauf sitzen.“

Das sei bei der Solawi anders. „Wir müssen nicht mehr darauf achten, was am meisten Geld bringt“, so Therese Brinkmeyer, die wie ihr Mann ökologische Landwirtschaft studiert hat. Außerdem fallen Zwischenhändler weg, was nicht nur Kosten und Verpackung spart. Die Produkte landen auch besonders frisch im Einkaufskorb der Anteilseigner. Apropos Frische: Torsten Krey-Gerve ist überzeugt, so leckere Tomaten wie die vom Hof hier noch nie gegessen zu haben. Gleichzeitig ist die saisonale Ernte etwas, das ein gewisses Umdenken erfordert: Die Bohnenernte des Elshofs

fiel in diesem Jahr beispielsweise sehr gut aus: „Da mussten wir den Leuten schon sagen, ihr müsst die jetzt mitnehmen. Im Winter gibt es sie nicht, da muss man schon weiterdenken“, so Carl-Philipp Brinkmeyer. Einfrieren oder Einmachen sei des-

halb angesagt. Das hat auch Torsten Krey-Gerve festgestellt, der sich gerade sehr viel mit dem Thema Einmachen beschäftigt: „Das ist total interessant,

„Viele Kinder können mit ihren Eltern selbst etwas ausbuddeln.“

Moritz Sigloch

ich probiere viele Rezepte aus und der Keller füllt sich.“

Nach dem Erfolg in diesem Jahr möchte das Elshof-Team 2020 auf jeden Fall sein Sortiment erweitern. „Und wir haben noch viele Ideen und die Möglichkeit, einiges auszuprobieren“, so Therese Brinkmeyer. So möchte sie gerne eine Küche einrichten, in der das Hofteam und die Anteilseigner gemeinsam kochen können. Auch eine Erweiterung des Kühlraums ist angedacht. ■

Unser Korn – Im Holzfass gereift



Abstimmung mit der Gabel

„Gut – sauber – fair“ bringt die Philosophie von **SLOW FOOD** auf den Punkt. Edgar Klinger und Oscar Alvarado-Schnake leiten das Convivium Osnabrücker Land. Die Klimainitiative des Landkreises Osnabrück im Gespräch mit Slowfood über klimafreundliche Ernährung und was jeder dafür tun kann.

INTERVIEW: INGO GROSSE-KRACHT UND GERTRUD HEITGERKEN | FOTOS: PHILIPP HÜLSMANN



WIR WOLLEN DIE REGIONALITÄT UND SAISONALITÄT SICHERN.

EDGAR KLINGER

Slow Food ist eine weltweite Initiative. Sie sind Vorsitzender der lokalen Slow Food-Gruppe in Osnabrück. Was bedeutet Slow Food? Soll ich beim Essen darauf achten, dass ich besonders langsam esse?

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: Mit dieser schönen Mär sollten wir schnell aufräumen. Das bedeutet es überhaupt nicht. Es geht um die gesamte Herstellung unserer Lebensmittel – die soll „slow“ erfolgen unter Beachtung vieler Elemente, die mit der Natur zusammenhängen.

EDGAR KLINGER: Der Name Slow Food ist auch daraus entstanden, dass die Gründer seinerzeit ein Gegenprogramm zum Erfolg der Fast Food-Ketten-Idee entwickeln wollten. Sie wollten „Fast“ Food etwas entgegenstellen und da ist dann „Slow“ Food herausgekommen.

Und Slow Food wirkt weltweit?

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: Absolut. Slow Food ist in 170 Ländern tätig. Der Verein wurde 1986 von Carlo Petrini in Italien gegründet. Deutschland ist 1992 dazugekommen. Heute gibt es etwa 13.200 Mitglieder in Deutschland. Wir hier in Osnabrück haben ungefähr 170 Mitglieder.

Was ist die Philosophie von Slow Food?

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: Unsere Philosophie kann man am besten mit dem Ausdruck „Gut – sauber – fair“ beschreiben.

EDGAR KLINGER: „Gut“ heißt, Lebensmittel sollen geschmacklich über-

zeugen. „Sauber“ heißt, Lebensmittel sollen unter bestmöglicher Ausnutzung unserer Ressourcen hergestellt werden und dabei möglichst schonend für Umwelt und Tier. Und „fair“ heißt, dass wir Fairness verlangen, gegenüber den Tieren und der Natur, aber auch gegenüber den Menschen. Also dass Menschen nicht unter unwürdigen Zuständen beschäftigt werden und ein auskömmliches Einkommen erhalten.

Welche Ziele verfolgen Sie mit dieser Philosophie?

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: Wichtig ist uns der Erhalt der bäuerlichen Landwirtschaft und die Wiederherstellung der Sortenvielfalt und der Bodenqualität. Wir haben eine Überdüngung der Böden mit gleichzeitiger Vernichtung der Grundwasserqualität – beides hängt stark mit der industriellen Landwirtschaft zusammen. Wir wollen auch die Regionalität und Saisonalität sichern in der Versorgung von Lebensmitteln aller Art. Sicherlich gibt es einige Lebensmittel, wie Zitrusfrüchte z.B., die hier in der Region nicht wachsen. Da muss man dann schauen, wie

man sie aus vernünftigen Bedingungen aus dem Ausland bekommt. Aber das ist machbar. Wir versuchen, das traditionelle Lebensmittelhandwerk zu fördern. Und letztlich wollen wir gutes und schmackhaftes Essen, möglichst ohne Geschmacksverstärker, ohne genveränderte Bestandteile und ohne Reste von Pestiziden auf den Teller bekommen.

Wo liegen aus Ihrer Sicht die größten Herausforderungen in der Art wie wir uns ernähren?

EDGAR KLINGER: Wir essen einfach zu viel Fleisch. Menschen haben sich bis in die 80er Jahre hinein sehr viel weniger fleischlastig ernährt. Ich will den Landwirten gerne gönnen, dass hier der Fleischabsatz brummt, aber auf der anderen Seite müssen wir gucken, was bedeutet das für unsere Gesundheit und für unsere Umwelt? Mit Blick auf die Ressourcenschonung macht ein hoher Fleischkonsum keinen Sinn. Der Wasserverbrauch ist sehr hoch und wir müssen ja erstmal den Organismus durchfüttern, der uns das Fleisch liefert. Da gibt's effizientere Möglichkeiten, die Bausteine, die wir

brauchen, dem Körper zuzuführen. Schade ist, dass die Art- und Sortenvielfalt stark eingeschränkt wurde. Es werden Tiere und Pflanzen mit bestimmten Eigenschaften gezüchtet, die in einer Massenproduktion die Erträge steigern. Alte Regionalsorten haben da kaum eine Chance. Das führt dann leider dazu, dass der Brokkoli nicht mehr ganz so gesund ist wie früher, dafür aber einen sichereren Ernteertrag erzielt.

Sie sprachen das Thema Bodenbelastung an.

EDGAR KLINGER: Böden werden mehr und mehr ausgelaugt. Eine Bodenpflege in guter Art und Weise lässt sich kaum mehr realisieren. Immer mehr Landwirte der konventionellen Landwirtschaft merken, dass hier in der Vergangenheit Fehler gemacht worden sind und versuchen, neue Formen der Bodenpflege einzuführen.

Wie kann regionale Ernährung helfen, diese Belastungen für das Klima und die Umwelt gering zu halten?

EDGAR KLINGER: Durch die Reduzierung von Transportwegen. Alles, was in der Region wächst und verarbeitet wird, ▶

Original
Sostmann
**DRY
AGED
BEEF**

UNGLAUBLICH
ZART
&
INTENSIV
IM
GESCHMACK

RINDFLEISCH
FÜR GENIEßER.
TROCKEN GEREIFT -
DIE HOHE KUNST
DER FLEISCHVEREDELUNG

SEIT 1838
Sostmann
FEINKOST-FLEISCHEREI
BRAMSCHÉ

www.sostmann.de

Bad Essen
Landkreis Osnabrück

Mitglied der Initiative:
Slow Food
Deutschland e.V.

**Regionale Küche?
Na klar!**

Kaffeemühle
Restaurant · Café · Bierhaus

Mo. – Fr. ab 17*, Sa. ab 15*, So. ab 11* Uhr durchgehend.
Kirchplatz 19 · 49152 Bad Essen
Tel. 05472/4488 · www.kaffeemuehle-badessen.de

Schwarzbrannt
schwarzbrannt.de

**Weihnachten
was zum Naschen!?**

**ECHTER
EMMERICH**
{Klarer Emmerkorn}

Westerhausener Str. 88 49324 Melle 05422/92.89.710



**FRISCHE LEBENSMITTEL
VERMEIDEN ENERGIEAUFWAND.**

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE

reduziert den logistischen Aufwand, um die Produkte zum Konsumenten zu bringen. Hinzu kommt, dass bei vielen Produkten der Aufwand, der getrieben wird, um die Lebensmittel zu produzieren, enorm ist. In den Gewächshäusern muss ein bestimmtes Kleinklima herrschen, Plastikabdeckungen müssen produziert und entsorgt werden. All das kostet Energie und der CO₂-Fußabdruck, der dadurch entsteht, ist unangemessen groß. Was ebenfalls wichtig ist, ist sicherlich Saisonalität. Frische Lebensmittel vermeiden Energieaufwand. Frische schlägt Tiefkühlung. Wir sollten uns darauf besinnen, welche Lebensmittel zu welchen Zeiten im Jahr frisch zu bekommen sind. Beim Spargel wissen es viele Konsumenten noch. Aber bei vielen anderen Produkten nicht. Man sollte nicht unbedingt zu Erdbeeren greifen, wenn diese im Dezember beim Discounter zu unfassbar niedrigen

Preisen angeboten werden.

OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: In diesem Kontext sehe ich große Schwierigkeiten: das Bohren von dicken Brettern, bei der Bevölkerung, damit sie ihr Konsumverhalten ändert. Die Bereitschaft, ein paar Cent mehr auszugeben für ein regionales Produkt, ist leider oft nicht da.

EDGAR KLINGER: Das Unglück ist, dass wir in Deutschland oft die Situation haben, dass das Motoröl gar nicht gut genug sein kann, während man für das Olivenöl versucht, den günstigsten Preis zu bekommen.

Slow Food sagt, Essen ist unmittelbar mit Politik verknüpft. Ist Essen politisch?

EDGAR KLINGER: Jede Produktwahlentscheidung bedeutet doch, ich gebe mein Geld dafür aus und bin offensichtlich auch einverstanden mit der Art und Weise, wie dieses Produkt hergestellt wird. Wir wählen. Genauso wie wir bei politischen Wahlen unse-

ren Stimmzettel abgeben, geben wir mit dem Geld, das wir für Produkte ausgeben, unsere Stimme ab für eine bestimmte Art der Lebensmittelherstellung. Damit sind wir natürlich politisch. „Die Abstimmung mit der Gabel“ wie unsere Jugendorganisation Slow Food Youth sagt. Das Problem ist, dass die Lebensmittelproduktion so weit weg ist aus den Lebensbildern des Durchschnittskonsumenten, dass er oft gar nicht erkennen kann, welche Produktionsprozesse eigentlich ablaufen. All unsere Aktivitäten zielen darauf ab, Konsumenten und Produzenten wieder in Kontakt miteinander zu bringen. Wir möchten das Wissen um Lebensmittelproduktion verbessern und dazu beitragen, dass sich Konsumenten bewusster entscheiden. **Haben Sie noch Tipps für meinen Alltag? Was kann ich im Alltag tun, um die Klimabilanz meiner Ernährung zu verbessern?**

EDGAR KLINGER: Regionale Produkte einkaufen. Es gibt eine zunehmende Anzahl guter Beispiele für Networking: der Fleischer in Osnabrück, der zusätzlich den Käse der Hunteburger Landkäserei verkauft. Es gibt zunehmend Produzenten, die von befreundeten Betrieben Produkte einkaufen und dazu beitragen, dass es auch im regionalen Bereich eine Entwicklung zum One-Stop-Shopping gibt. Zweiter Punkt: Kaufen Sie nur das, was Ihre Großmutter schon als Lebensmittel einwandfrei identifiziert hat. Nur so kann man sich vor Zusatzstoffen schützen, die man eigentlich gar nicht so gerne möchte. Und: Investieren Sie in Kochbücher, browsen Sie durch Rezeptseiten im Internet und nehmen Sie sich ein bisschen Zeit, um frische Lebensmittel selbst zuzubereiten.

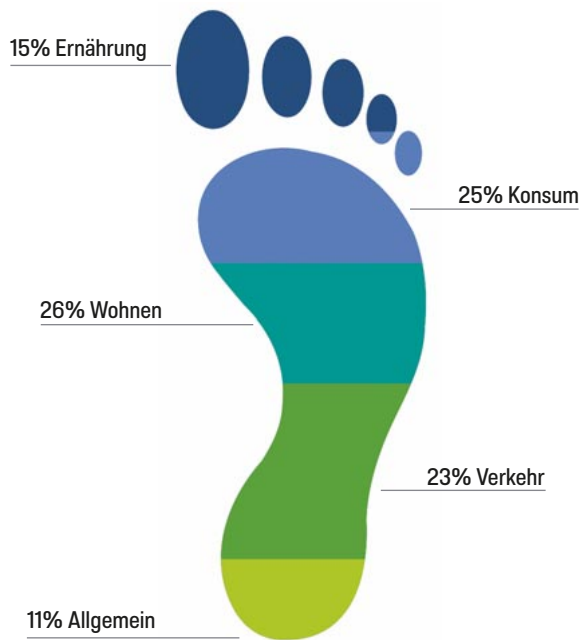
OSCAR ALVARADO-SCHNAKE: Ergänzend kann ich empfehlen: Besuchen Sie die Wochenmärkte und die Märkte, die wir unterstützen wie den „Genuss im Nordwesten“ oder den „Cittaslow Landmarkt in Bad Essen“ oder im Herbst den „Markt der Genüsse“ in Geeste – die Märkte geben einem die Möglichkeit, sich zu informieren und man lernt dort neue Produzenten kennen, die ökologisch und ökonomisch vernünftig arbeiten. ■

www.slowfood.de

Ernährung und Klimaschutz

Unser Ernährungsverhalten hat einen Einfluss auf unsere persönliche Klimabilanz.

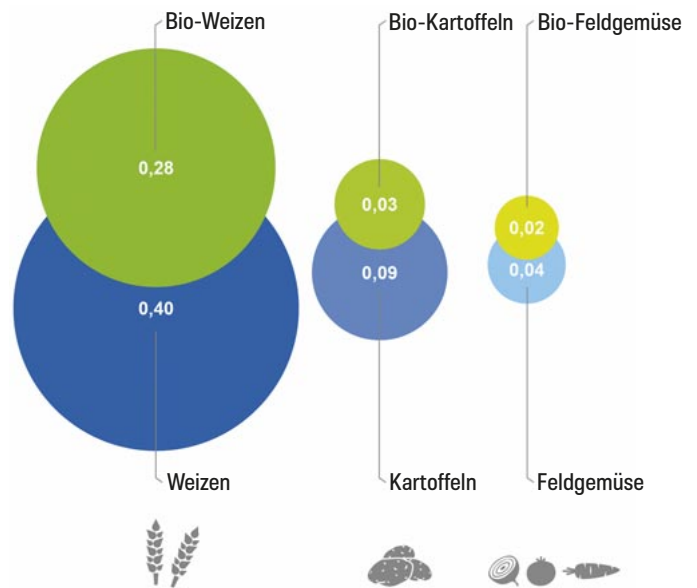
CO₂-BILANZ DES BUNDESBÜRGERS



Quelle: Ifeu, die CO₂-Bilanz des Bürgers, Forschungsprojekt im Auftrag des Umweltbundesamtes, Juni 2007

BIO FÜR DEN KLIMASCHUTZ

Treibhausgasemissionen ökologisch und konventionell erzeugter Produkte im Vergleich

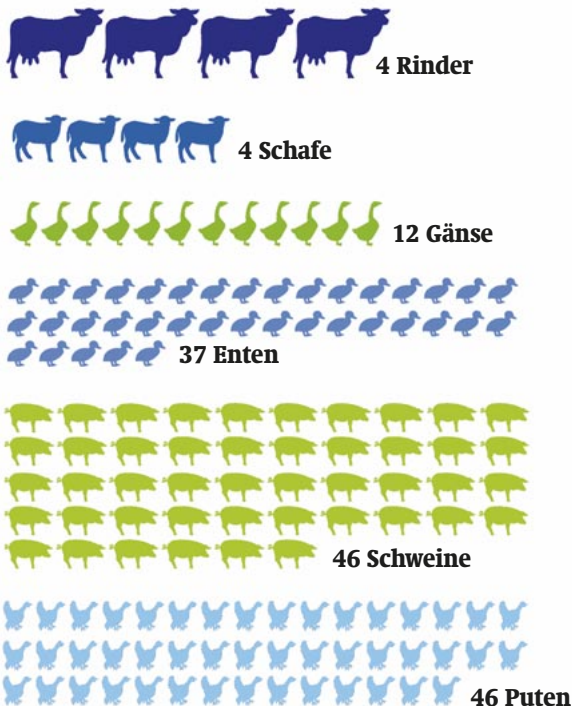


CO₂-Äquivalente in kg je kg Produkt

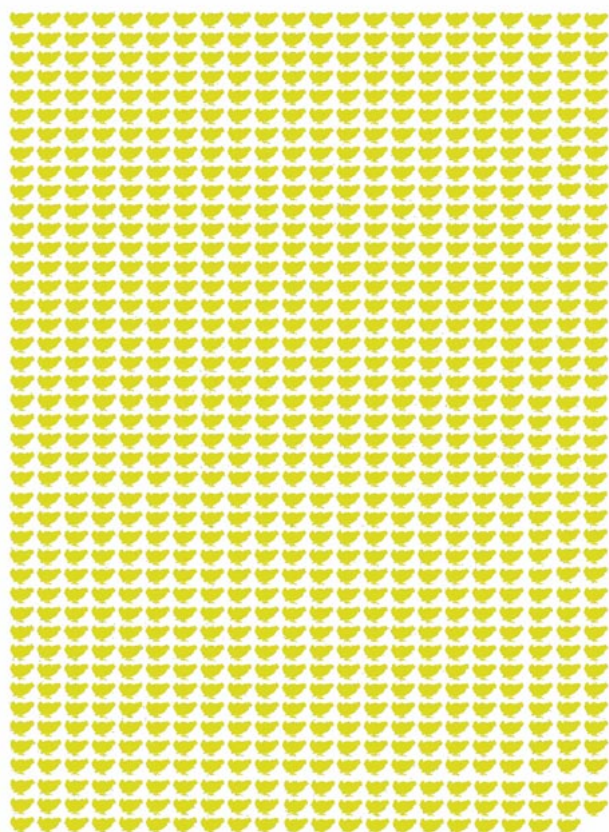
Quelle: Ökoinstitut, 2014

FLEISCHKONSUM

So viele Tiere isst ein Mensch in Deutschland durchschnittlich im Laufe seines Lebens:



Quelle: Heinrich-Böll-Stiftung/BUND/Le Monde Diplomatique (Fleischatlas 2013), VEBU



945 Hühner



Wissen wo's herkommt

HEIMAT UND REGIONALITÄT – die Deutschen legen immer mehr Wert auf Lebensmittel und Waren aus ihrer Umgebung. Händler und Hersteller reagieren darauf und nutzen den Wunsch nach Transparenz für den Verkauf ihrer Produkte. Bewusst (b)esser – ist regional das neue Bio?

VON JENS LINTEL

Wir befinden uns im Jahr 2019 nach Christus. Ganz Deutschland ist fest in der Hand des 24/7-Konsums. Ganz Deutschland? Nein. Immer mehr Menschen wenden sich ab von Online-Händlern, die Retouren lieber vernichten als umzutauschen, erteilen Internet-Schnäppchen und Billigprodukten eine Absage und verzichten bewusst auf Lebensmittel vom anderen Ende der Welt – und längst nicht mehr nur einige Unbeugsame. Mit Fleisch aus Argentinien oder Japan können Restaurants längst nicht mehr bei ihren Gästen punkten – und

auch im Supermarkt entscheiden immer mehr Verbraucher, keine Äpfel aus Neuseeland, Walnüsse aus den USA oder mitten im Winter Erdbeeren aus Israel zu kaufen. Mittlerweile essen viele Menschen weniger Fleisch

Wo bekommt man regionale Lebensmittel und Produkte?

- (manchmal) in Supermärkten
- auf Bauern- und Wochenmärkten
- in Bioläden und Bio-Supermärkten
- in Hofläden
- in Gemüseboxen
- durch Solidarische Landwirtschaft (SoLaWi/CSA)
- im Eigenanbau

oder verzichten ganz darauf, greifen zu Biolebensmitteln, ernähren sich vegetarisch oder vegan. Auch bei Kleidung, Spielzeug, Elektronik und anderen Produkten wird auf „saubere“ Materialien und Herstellungsverfahren geachtet – Qualität und Lebensdauer bestimmen die Kaufentscheidung und nicht mehr nur der Preis. So ist ein neuer Markt für Handgemachtes und Einzelstücke entstanden. Mehr und mehr Verbraucher finden es wichtig, dass Transportwege kurz sind und Arbeitsplätze in der Region erhalten bleiben. Auch im Handel haben sich neue Perspektiven für regionale Erzeugnisse ergeben. Es weht ein frischer Wind in der Gründerszene.



FOTO: CHRISTA BECHTEL

**Ein Who's who der regionalen Erzeugerszene:
Cittaslow-Landmarkt Bad Essen**

Besonders gut sichtbar wird die Entwicklung bei Lebensmitteln: Während es Kaffee von „heimischen“ Röstern und viele weitere Erzeugnisse aus der Region längst in jedem Supermarkt gibt, sind bereits neue Qualitätsmarken entstanden – etwa mit Bentheimer Schweinefleisch oder Spirituosen aus der Region Osnabrück.

Bad Essen ist mit der Zertifizierung als Cittaslow-Gemeinde noch ein paar Schritte weiter gegangen: Bei dieser 1999 in Italien entstandenen Bewegung ist der Ansatz noch umfassender. Es geht darum, möglichst alle regionalen Besonderheiten, von Kulturen über Stadtstrukturen bis hin zu traditioneller Lebensmittelherstellung und ihrer direkten Vermarktung zu erhalten. Mit dem Ziel, unsere Lebensqualität zu verbessern.

Der Gemeinde am Wiehengebirge ist dem Städtenetzwerk 2016 als erster niedersächsischer Ort beigetreten. Es gibt weltweit 262 Mitgliedsstädte davon 21 in Deutschland. Wie Annette Ludzay, die Leiterin der Tourist-Info Bad Essen, erklärt, nutzt die Gemeinde die Cittaslow-Ziele als Entwicklungskonzept, um ihre Stärken gegenüber Gästen zu betonen.

Bewegt vom Cittaslow-Gedanken sind inzwischen viele kleine und große Vorhaben in Gang gekommen: von frei zugänglichen Obstbaumwiesen und „essbaren Gärten“ bis hin zur Aufstellung neuer Refill-Stationen zum kostenlosen Wasserzapfen, um die Einweg-Plastikflaschenflut einzudämmen. Es gibt „sanfte“ Tourismusangebote, wie das Bad Essener Urmeersalz und viele Köstlichkeiten aus Holunder.

Um auf nachhaltig produzierte Lebensmittel und Waren aus der Region aufmerksam zu machen, stellt der Kurort seit drei Jahren den Cittaslow-Landmarkt im Herbst auf die Beine. Ein Who's who der regionalen Erzeugerszene: vom Schloss Ippenburger-Imker über den Bärlauchbauern bis hin zum Metzger mit Bentheimer Schweinefleisch. „Iss' von hier“ schmeckt einfach besser.

Der Cittaslow-Landmarkt in Bad Essen wurde vom Landkreis initiiert und drei Jahre lang gefördert. Das Referat für Strategische Planung des Landkreises fördert auch weitere regionale Landmärkte z. B. in Bramsche und Hagen a. T. W., um die Bürger für eine regionale klimafreundliche Ernährung zu sensibilisieren und die Erzeuger und ihre Produkte bekannt zu machen. ■



ATHEN

GRIECHISCHES RESTAURANT

DER ETWAS ANDERE GRIECHE

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Wussten Sie schon?

Wir liefern auch Buffets außer Haus!
Sprechen Sie uns gerne darauf an!

WIR HEISSEN SIE
HERZLICH WILLKOMMEN!

MÖCHTEN SIE EINEN TISCH RESERVIEREN ?

TELEFON: 05472 / 4195

Genießen Sie festliche Momente und besondere Anlässe - und lassen Sie sich von unserem Team im Restaurant Athen auf beste griechische Art verwöhnen.

Im Sommer im kühlen Schatten der Rotbuche des Biergartens.

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Am Vormittag:

Montagvormittag geschlossen

Dienstag - Sonntag: 11:30 Uhr - 14:30 Uhr

Am Abend:

Montag - Sonntag: 17:30 Uhr - 23:30 Uhr



Restaurant Athen Lindenstraße 38 49152 Bad Essen
Besuchen Sie uns auch im Internet: www.athen-badessen.de



Die Gemüsegärtner

Jetzt Biokiste testen



Bio aus der Region, nach Hause geliefert

Jetzt 3x Schnupperkiste testen, für je 19,90€ liefergebührenfrei!

www.gemuesegaertner.de/schnuppern

Zum
Nachkochen!

GEWÜRZE:
von Gewürze Fuchs
in Dissen

GANZE GANS :
vom Hof Trentmann
in Heidland-Strang

Gans – ganz festlich regional

Zu den Feiertagen soll es was Feines auf dem Teller geben, lecker muss es sein und von ordentlicher Qualität. Das Team vom Restaurant PFEFFER&MINZE hat ein **WINTERLICHES DREI-GÄNGE-MENÜ** mit Zutaten aus der Region zusammengestellt.

REZEPTE: PFEFFER&MINZE, BAD IBURG
REDAKTION: BENJAMIN HAVERMANN
FOTOS: PHILIPP HÜLSMANN

Gans ist das klassische Weihnachtessen überhaupt. Doch viele Gänse hatten kein glückliches Leben. Die tiefgefrorenen Billig-Gänse kommen meistens aus Polen und Ungarn, wo Intensivmast betrieben wird. Das heißt, die Tiere werden meist auf engem Raum gehalten, mit billigem Getreide gefüttert, nach neun bis zwölf Wochen geschlachtet und zum Teil sogar lebend gerupft. Bei Ryan Stephens, Inhaber vom Restaurant PFEFFER&MINZE, kommen solche Gänse nicht auf den Tisch. Er bezieht seine Gänse von Christoph Trentmann. Auf seinem Hof in Bad Rothenfelde betreibt Trentmann eine Baumschule und hält Gänse, die im Freiland aufwachsen. Etwa 800 Tiere hält er, die vor allem an Gastronomen und Händler verkauft werden. Auch sonst kommt viel Regionales bei

PFEFFER&MINZE auf den Tisch. Das Küchenteam wechselt alle paar Wochen die Speisekarte und passt sie an die saisonal und regional verfügbaren Lebensmittel an. „Sehr viele Produkte beziehen wir direkt aus der Nachbarschaft“, sagt Stephens. Das gilt auch für die Vor- und Nachspeise dieses winterlichen Menüs.



Koch und Rezeptgeber Waldemar Bünemann (r.), Restaurant-Inhaber Ryan Stephens

WALNÜSSE:
von der Oma
des Kochs



ENTENBRUST:
von der Fleischerei
Beermann, Bad Laer

VORSPEISE

Carpaccio von der geräucherten Entenbrust mit Preiselbeeren Vinaigrette, jungem Feldsalat, karamellisierten Walnüssen und gebratener Gänseleber

Zutaten (für 6 Personen)

2 geräucherte Entenbrüste (à 150g)
100 ml Leinöl
40 ml Walnussessig
50 g Preiselbeeren
2 Schalotten
150 g junger Feldsalat
60 g Walnüsse
20 g Butter
30 g Zucker
120 g Gänseleber
Salz, Pfeffer, Majoran

Zubereitung

Für die Vinaigrette Essig und Öl vermengen und mit Preiselbeeren, Schalotten mixen und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken. Walnüsse in einer Pfanne mit Butter und Zucker leicht rösten und karamellisieren. Entenbrust in ganz feine Scheiben schneiden und rund auf einem Teller fächern. Feldsalat gründlich waschen und mit Vinaigrette marinieren und anrichten. Gänseleber zum Schluss braten und mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken und anrichten.

HAUPTGANG

Ganze Gans mit Apfelrotkohl und Serviettenklößen

Zutaten (für 4 Personen)

1 bratfertige Gans (4–4,5 kg)
Salz, Pfeffer
3 säuerliche Äpfel
frischer Majoran
1 Orange
2 Gemüsezwiebeln

Zubereitung

Für den Gänsebraten den Hals der Gans abschneiden. Die Fettdrüse aus dem Sterz heraus schneiden. Das gelbe Fett aus der Bauchhöhle entfernen. Gänsebraten von innen und außen waschen und trocken tupfen. Anschließend von innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben. Die drei Äpfel und die Orange für die Gänsebraten-Füllung waschen, vierteln und entkernen. Etwas Majoran waschen und hacken. Mit den Äpfeln mischen und in die Bauchhöhle geben.

Küchengarn so zusammenbinden, dass sie am Gänsebraten anliegen. Keulen ebenso zusammenbinden und verknoten. Backofen für den Gänsebraten vorheizen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C/Gas: Stufe 2). Die Gans muss je nach Größe 3–4 Stunden garen. Fettfreien Fond in einen Topf gießen und aufkochen. 1–2 TL Speisestärke mit 4 EL Wasser glatt rühren, in die Soße rühren und 2–3 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

APFELROTKOHL

Zutaten (für 6 Personen)

1 Rotkohlkopf (ca. 1 kg)
2 Zwiebeln
2 Ei Butterschmalz
1 Lorbeerblatt
1 Zimtstange
200 ml Rotwein
6 El Apfelessig
3 El Zucker
2 Äpfel
4 El Apfelmus

Zubereitung

Kohl waschen, vierteln und den Strunk heraus schneiden. Kohl in feine Streifen hobeln oder schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Für GINießer

Aus dem Herzen der Region

O49 Heimat genießen! www.spirit49.de

SERVIETTEN- KLÖSSE:

altes Brot von
Feinbäckerei
Große-Rechtern,
Bad Iburg,
Dorfmilch vom
Hof Speckmann
in Brockhagen



APFELROTKOHL:
Äpfel vom Hof,
Rotkohl von Schwien-
heer in Sassenberg

Schmalz in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln darin andünsten. Kohl und Gewürze unterrühren. Wein, Essig, Zucker und ca. 1 TL Salz unterrühren. Aufkochen und zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren. Ab und zu umrühren. Eventuell etwas Wasser angießen, damit nichts anbrennt.

Äpfel schälen, vierteln, entkernen, klein würfeln und nach ca. 15 Minuten unter den Rotkohl heben. Apfelmus einrühren. Kohl mit Essig und Zucker abschmecken

SERVIETTENKLÖSSE

Zutaten (für 4 Personen)

300 ml Milch
6 Brötchen (vom Vortag)
1 Zwiebel
1 Ei Butter
Bund Petersilie
3 Eier (Gr. M)
Salz, Pfeffer
Küchengarn

Zubereitung

Milch lauwarm erwärmen. Vom Vortag Brötchen klein würfeln und in eine große Schüssel geben. Milch darüber gießen, ca. 30 Minuten einweichen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Dann in heißer Butter glasig dünsten. Petersilie für das Serviettenknödel-Rezept waschen und hacken. Mit Eiern und Zwiebeln zu den Brötchen geben. Knödelmasse mit ca. 1 TL Salz und 1/2 TL Pfeffer würzen, mit der Hand durchkneten. 30–40 Minuten ruhen lassen.

Tipp: Die Masse sollte für das Serviettenknödel-Rezept weich, aber nicht flüssig sein! Knödelmasse in die Mitte eines feuchten Geschirrtuches geben. Mit angefeuchteten

Händen zu einer dicken Rolle formen, dabei jeweils an den Tuchenden ca. 10 cm freilassen. Anschließend die Masse ins Tuch einwickeln. Doch nur locker einwickeln, weil sich die Masse beim Garen noch ausdehnt. Zum Schluss die Tuchenden mit Küchengarn fest zusammenbinden.

In einem passend großen Topf oder Bräter reichlich Salzwasser aufkochen. Knödelrolle hineinlegen (sie sollte mit Wasser bedeckt sein) und bei schwacher Hitze ca. 30 Minuten gar ziehen lassen. Knödelrolle herausheben und auswickeln.

Serviettenknödel-Rolle mit einem Messer oder mithilfe eines Bindfadens in Scheiben schneiden. Dafür den Faden um die Rolle legen und über Kreuz zuziehen. Fertig zum Anrichten!

DESSERT

Bratapfel, gefüllt mit Marzipan, Mandeln und eingelegeten Rum-Rosinen, dazu Amarettini-Eis & Vanillesoße

Zutaten (für 6 Personen)

6 Äpfel
120 g Marzipan
120 g Mandeln
6 TL Rum
60 g Rosinen
30 g Butter

Zubereitung

Waschen Sie den Apfel und entfernen Sie den Stiel. Anschließend entfernen Sie die Blüte und höhlen Sie den Apfel mit einem Teelöffel aus. Schneiden Sie das Marzipan in feine Würfel und hacken Sie die Nüsse sehr fein. Anschließend fügen Sie alle Zutaten (Marzipan, Nüsse, Rum & Rosinen) in einer

Schüssel zusammen. Füllen Sie die Mischung in den Apfel und belegen ihn mit den Butterflöckchen. Der Apfel muss im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad ca. 20–30 Minuten backen (je nach Größe des Apfels).

AMARETTINI-EIS

Zutaten (für 6 Personen)

3 Eigelb
150 g Zucker
300 ml Sahne
370 ml Milch
220 g Amarettini-Kekse
1 Ei Vanillezucker

Zubereitung

Eigelb und Zucker schaumig rühren, Milch dazurühren. Amarettini fein mahlen und unter die Masse rühren. In die Eismaschine füllen und 20 Minuten rühren lassen. Jetzt erst die Sahne dazugeben und nochmal 10 Minuten rühren lassen. Eis in gewünschte Behälter abfüllen bei minus 12 Grad lagern und innerhalb weniger Tage verbrauchen.

VANILLESOSSE

Zutaten (für 6 Personen)

600 ml Milch
4 EL Zucker
2 Vanilleschoten
3 Eier
300 ml Sahne
1,5 TL Speisestärke

Zubereitung

Milch, Zucker und das Mark der Vanilleschote aufkochen. Zwischenzeitlich die Eier mit dem Handrührgerät kurz aufschlagen. Speisestärke und Sahne zugeben und noch mal kurz durchschlagen. Die Sahne-Eiermischung mit dem Schneebesen in die kochende Milch einrühren und kurz aufkochen lassen. Die Soße kann man warm oder kalt verwenden. ■



BRATAPFEL:
Äpfel von eigenen
Obstbäumen im
Hof-Garten



Es summt und brummt: Bienenstöcke mit eigener Imkerei auf dem Gelände der Baumschule Boymann in Glandorf

Von Bienenhonig auf Firmengeländen

Landkreis und Stadt Osnabrück loben in diesem Jahr erneut den Naturschutzpreis aus. Bärbel Echelmeyer, stellvertretende Geschäftsführerin der Naturschutzstiftung des Landkreises Osnabrück, über die motivierten Bewerber.

Frau Echelmeyer, seit einigen Jahren loben Landkreis und Stadt Osnabrück gemeinsam einen Naturschutzpreis aus. Was ist der Hintergrund?

Wir versuchen die breite Öffentlichkeit für Umweltthemen zu sensibilisieren und Beispiele für einen positiven Umgang mit der Ressource Natur zu honorieren und zu präsentieren.

Der jährlich ausgelobte Preis beleuchtet immer wieder andere Themen. Worum geht es in diesem Jahr?

In diesem Jahr geht es um ökologische Projekte auf Firmengeländen. Auf diesen lassen sich vielfältige Maßnahmen realisieren. So kann auch die Wirtschaft dazu beitragen, die Natur für zukünftige Generationen in ihrer Vielfalt zu erhalten.

Ökologische Projekte auf Firmengeländen, was muss man sich darunter vorstellen?

Dies können vielfältige Maßnahmen sein. Insgesamt haben sich elf Unternehmen für

den Preis beworben. Die dabei präsentierten Projekte reichen von Begrünungen von Fassaden und Dächern, über allgemeine Begrünungsmaßnahmen bis hin zu Blühflächen und Obstbaumwiesen. Einer der Bewerber hat diese dann gleich um Bienenstöcke und eine Imkerei ergänzt und produziert so seinen eigenen Honig. Gerade das Thema Lebensraum für Bienen, Wespen, Hummeln und Hornissen ist aktuell ja in aller Munde.



FOTO: ECKHARD WIEBRÖCK

Bärbel Echelmeyer, Naturschutzstiftung: „Wir wollen einen positiven Umgang mit der Ressource Natur honorieren“

Was können die Unternehmen denn gewinnen?

Insgesamt werden 7.500 Euro Preisgeld ausgelobt. Hiervon stellt die Naturschutzstiftung des Landkreises 5.000 Euro sowie die Stadt Osnabrück 2.500 Euro, finanziell unterstützt von der Haarmann-Stiftung.

Sie sagten, elf Unternehmen haben sich beworben. Wie ist der weitere Ablauf geplant?

Eine Fachjury aus Vertretern der jeweiligen

Umweltämter und der Wirtschaftsförderungen werden eine erste Auswahl von Projekten treffen. Diese werden dann vor Ort von der Jury besichtigt worauf ein Vergabevorschlag an das Kuratorium der Naturschutzstiftung erfolgt. Die Preisverleihung ist für den 25. November 2019 vorgesehen.

Frau Echelmeyer, haben sie schon einen persönlichen Favoriten?

Bei der Vielzahl der guten Bewerbungen ist es schwierig, ein spezielles Projekt auszuwählen. Ich beneide die Kolleginnen und Kollegen der Jury nicht um ihre Entscheidung, bin aber sicher, dass sie einen würdigen Preisträger auswählen.

Vielen Dank für das Gespräch.



Naturschutzstiftung
des Landkreises Osnabrück

Naturschutzstiftung
des Landkreises Osnabrück
Am Schölerberg 1
49082 Osnabrück
Tel. 0541 5014215
www.landkreis-osnabrueck.de/der-landkreis/stiftungen/naturschutzstiftung-des-landkreises-osnabrueck



BAD ESSEN 2020 EIN JAHR VOLLER GUTER ERLEBNISSE.



19. bis 21. Juni: CULINARIA
Freitags warm up mit Deep house,
Sa + So CULINARIA klassisch



... und Waldspaziergänge mit Achtsamkeitsübungen, Garten-Sonntage auf Schloss Ippenburg, tief durchatmen in der SoleArena, Cittaslow- und Fairtrade-Erlebnisse, Lichterfest, Sommerfeste bei Kunstschule und Kubikus ...

Alles unter www.badessen.info und direkt bei der Tourist-Info Bad Essen
Lindenstraße 25 • 49152 Bad Essen • Tel. 05472/94920