

Extra: Genuss

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Genießer sind wir doch irgendwie alle. Ein feines Essen, ein guter Wein, eine köstliche Praline – jeder hat da so seine Vorlieben. Genuss kann aber durchaus auch mit »Weiterbildung« einhergehen, beispielsweise bei einem Besuch in der Porzellanmanufaktur Meissen, wo man nicht nur vom edlen Porzellan tafelt, sondern auch so allerhand über Ess- und Trinkkultur vergangener Jahrhunderte erfährt.

Nahrungsmittel sind hierzulande ziemlich preiswert, leider führt das auch dazu, dass viel zu viele davon im Abfall landen. Dabei ist es gar nicht so schwer, sich richtig zu bevorraten, wenn man bewusst einkauft.

Schon das Einkufen kann zum Genuss werden, allein der Geruch, der einer Bäckerei entströmt, erhöht die Vorfreude aufs Butterbrot. Leider aber müssen viele Bäcker um ihre Existenz fürchten, da immer mehr Leute auf Masse statt Klasse setzen und ihr Brot beim Discounter kaufen. Machen Sie doch mal wieder den Qualitätstest beim Bäcker Ihres Vertrauens. Sie werden es garantiert nicht bereuen! Heidi Diehl

Inhalt

- Genuss mit Geschichte und Geschichten S. 2
- Selber Gemüse züchten macht glücklich S. 3
- Zu viel Salz, zu viel Zucker, zu viel Fleisch S. 3
- Gut, sauber, fair und regional S. 3
- Was sie Römer und Kelten aßen S. 3
- Der Kampf um die Kruste S. 4
- 1000 Eier für »Fritata od sparuga« in XXXL S. 4
- Das nächste Extra erscheint am 21. Juni, Thema: »aktiv & gesund«.



Frisches Obst ist ein Hochgenuss – wenn es auch noch gut präsentiert wird, greift man doch gleich noch mal so gern zu.

Foto: nd/Heidi Diehl

Was Verbraucher gegen Lebensmittelverschwendung tun können

Nahrungsmittel bewusst einkaufen und richtig lagern

In Privathaushalten landen dem Bundeslandwirtschaftsministerium zufolge pro Jahr und Kopf 55 Kilogramm Lebensmittel im Müll. Die Hälfte davon ist demnach vermeidbar. Obst und Gemüse machen etwa ein Drittel der vermeidbaren Lebensmittelabfälle aus. Es folgen Gekochtes, Brot und Backwaren, Getränke, Milchprodukte, Fertigprodukte sowie Fisch und Fleisch. Für die Produktion dieser Lebensmittel wurden wertvolle Ressourcen verbraucht. Für ein Kilogramm Rindfleisch werden laut Ministerium etwa 15 420 Liter Wasser benötigt und 13,3 Kilogramm CO₂ ausgestoßen. Für ein Kilo Apfel sind es immer noch 820 Liter Wasser und 550 Gramm CO₂.

Schon beim Einkufen kann man Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit



Lebensmittel richtig lagern, will gelernt sein.

Foto: imago/Christian Ohde

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

nehmen und niemals hungrig einkaufen. Sonst ist die Gefahr von Spontankäufen groß, die dann doch nicht gegessen werden. Verbraucher sollten sich etwa überlegen, wie viel Joghurt sie wirklich verbrauchen werden und im Zweifel lieber zur kleineren Packung greifen.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung der Lebensmittel. Obst und Gemüse gehören im Kühlschrank ganz unten ins Gemüsefach, Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage, Milchprodukte auf die mittlere, Käse und Speisereste auf die oberste. Eier, Butter und Getränke haben ihren Platz in der Tür. Mit Ausnahme von Obst und Gemüse sollte alles gut verpackt sein.

Nicht in den Kühlschrank gehen Lebensmittelverschwendung vermeiden, wenn man den Einkauf genau plant und sich einen Einkaufszettel schreibt. Im Supermarkt sollten man sich Zeit

ANZEIGE SACHSEN RHEINLAND-PFALZ

Sächsische Schweiz
Schöne FeWo ab 40 € (bis 9 Pers.)
☎ 03 50 28/858 80 www.saechsischeschweiz-touristik.de/guenther

LEWEN – wo die Mosel am Schönsten ist
Nähe Trier mit Museum Karl-Marx-Haus
*** Gästehaus bietet ruh. FeWos/Balkon
☎ 06507-3405 | www.weingut-thomas.de

MECKLENBURG-VORPOMMERN

Urlaub direkt am Meer auf der schönen Insel Usedom
Komfort & Service zum Verwöhnen
(u.a. Badelandschaft, Restaurants mit Meerblick & Terrassen, SPA, „Seerose“, Cocktailbar, Bowlingbahn)
Ganzjährig attraktive Arrangements



Strandhotel Seerose Kölpinsee
17459 Seebad Kölpinsee/Loddin • Strandstraße 1
Tel.: (03 83 75) 540 • Fax: 541 99
info@strandhotel-seerose.de • www.strandhotel-seerose.de

Ostseebad Zinnowitz
Ferienwohnung ☎ 038377 - 422 34
usedomerkunsthau@googlemail.com
www.usedomerkunsthau.de

nd online
Internet: www.neues-deutschland.de
E-Mail: anzeigen@nd-online.de

Empfohlen von Dr. Elke Brandt **Hotel Borstel-Treff**
Am Mattensteig 6, 19406 Dabel, Tel. 038485 / 20150, www.borstel-treff.de



KUREN IN MECKLENBURG – STRESS ABBAUEN –
7 Ü ab 486 € p.P. im DZ
14 Ü ab 768 € p.P. im DZ
inkl. HP, 10 bzw. 20 Anwendungen
Indikation: chronische Erschöpfung, Schmerzen im Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, z.N. Schlaganfall, Prophylaxe
Kassenzuschuss bis 220 € möglich
TAGUNGEN UND FAMILIENFEIERN/ HOCHZEITEN im Haus Wildrose (für 30 - 150 Personen)
WELLNESS-WOCHE ab 363 €
KUSCHELWOCHE ab 123 €
GUTSCHEINE für jede Gelegenheit
URLAUBS- und VERHINDERUNGSPFLEGE

- Zimmerpreise ab 45 € p.P./N inkl. Fr.
- Physiotherapie im Haus
- 10% Rabatt für Mitglieder DIE LINKE
- NEU: Präventionsreisen
- NEU: Trauungen im Haus Wildrose möglich

MONTENEGRO

Montenegro – „Wilde Schönheit“
8-tägige Kultur- und Erlebnisreise ab/an Berlin
22. – 29. September 2019
29. September – 6. Oktober 2019
ab 999 €



Sie fliegen von Berlin-Tegel nach Dubrovnik und übernachten in einem 4-Sterne-Hotel in Budva. Im Preis enthalten sind HP, mehrere Tagesausflüge zu atemberaubenden Naturschönheiten, verschiedene Bootsfahrten u.v.a.m..
Es gibt auch einen fakultativen Zusatzausflug nach Dubrovnik.

Zusätzliches (pro Person):

- Einzelzimmerzuschlag **195 €**
- Zusatzausflug Dubrovnik **59 €**

Beratung und genauere Info's: nd-Anzeigen, Sabine Weigelt
• E-Mail: s.weigelt@nd-online.de
• Tel: (030) 2978-1842 • Fax: (030) 2978-1840

LESERREISEN

SARDINIEN
INKL. AUSFLUG AN DIE COSTA SMERALDA



Termin 12.10. - 19.10.2019 p. P. im DZ **€ 859,-**
Einzelzimmerzuschlag € 161,-

Leistungen inklusive:

- › Flüge mit easyJet von Berlin-Schönefeld nach Olbia und zurück
- › Transfers Flughafen - Hotel - Flughafen inkl. Assistenz
- › 7 Ü/HP im 4-Sterne-Blu-Hotel Laconia Village oder Morisco in Cannigione
- › 6 Abendessen, Buffet
- › 1 Abendessen mit sardinischen Spezialitäten, Buffet
- › ganztägiger Ausflug Olbia und Costa Smeralda
- › Reisebegleitung ab/bis Flughafen Berlin-Schönefeld
- › Mini-Reiseführer pro Zimmer

Aufpreise für ganztägige Ausflüge pro Person:

- Ausflug Maddalena und Caprera inklusive Schifffahrt: € 54,-
- Ausflug Alghero: € 45,-
- Ausflug Castelsardo und Gallura: € 45,-
- Ausflug Nuoro u. Orgosolo inkl. Mittagessen bei einem Schafhirten: € 72,-
- Ausflug Korsika und San Bonifacio: € 89,-

(Mindestteilnehmerzahl 25 Personen)

Ausführliche Information: nd-Leserreisen, Frank Diekert, F.-Mehring-Platz 1, 10243 Berlin; leserreisen@nd-online.de; www.neues-deutschland.de/leserreisen

Die Porzellanmanufaktur Meissen zelebriert die drei heißen Lustgetränke Tee, Kaffee und Schokolade

Genuss mit Geschichte und Geschichten

Von Heidi Diehl

»Mon dieu, wie furchtbar!«, rief August der Starke sicher entsetzt aus, wenn er heutzutage durch sein geliebtes Dresden schlendern und all den jungen Leuten mit Coffee-to-go-Bechern in der Hand begegnen würde. Dass man Kaffee, dieses edle Getränk, so wenig wertschätzt und in schnöde Pappbehältnisse füllt, überforderte sehr wahrscheinlich sein Vorstellungsvermögen komplett. Ebenso, dass man Tee in winzige Beutel zwingt und diese mal kurz durchs Wasser schwenkt, statt die Zubereitung zu zelebrieren. Und: Wie kann man nur dieses zusammengesetzte Etwas namens »Nesquik« als heiße Schokolade servieren?!

Bewahren Sie die Contenance, Majestät, die Trinkkultur Ihrer Zeit ist noch nicht allerorts verloren gegangen. In der Porzellanmanufaktur Meissen, die Sie ja höchstselbst dankenswerterweise 1710 als erste europäische Porzellanfabrik gründeten, werden einmal im Monat »Tee, Kaffee, Schokolade – die drei heißen Lustgetränke« stilvoll serviert. In passenden Trinkgefäßen aus feinstem Meissener Porzellan, dazu reicht man Gebäck auf kunstvoll bemalten Tellern. Diejenigen, die sich auf diese gesungene Zeitreise einlassen, erfahren so allerhand Geschichten über die einst luxuriösen Getränke am Hofe, das dazugehörige Geschirr mit den blauen Schwertern der Meissener Manufaktur und über barocke Tafelkultur. Majestät, entspannen Sie sich, und lauschen Sie den Ausführungen!

Fangen wir beim »Scheelchen Heeßen«, wie der Sachse seinen Kaffee nennt, an: Der war zu Augusts Zeiten vor 300 Jahren – wie auch Tee und Kakao – ausschließlich in Apotheken zu bekommen, die das Monopol auf den Verkauf von Kolonialwaren hatten. Wie alle Getränke, die aus exotischen Ländern eingeführt werden mussten, war er extrem teuer. Das allerdings war bei den Adligen nicht unbedingt der Grund, dass man ihn aus winzigen Mokkatassen trank, sondern bitterer Geschmack, mit dem nicht jeder klarkam. Da es aber

ein Privileg war, zu den Auserwählten zu gehören, die sich Kaffee leisten konnten, verzichtete man nicht einfach auf den bitteren Sud, sondern schaufelte löffelfeise Zucker hinein. »Schön süße muss dr Gaffee sein«, ist noch heute eine sächsische Lebensweisheit.

Vielleicht hat sich der eine oder andere ja schon einmal gefragt, warum der zur Tasse gehörende kleine Teller Untertasse heißt. Der Grund: Man trank den Kaffee nicht aus der Tasse, sondern schüttete ihn um in die Untertasse, die eigentlich eine Schale ist – so kühlte er schneller ab. Daher kommt übrigens auch das sprichwörtliche »Scheelchen Heeßer«. Übrigens: Wussten Sie, woher der Begriff »Blümchenkaffee« kommt? Er entstand in der Biedermeierzeit als Umschreibung für einen so dünnen Aufguss, dass man durch ihn hindurch die Blümchen auf dem Boden der Tasse erkennen kann. Namensgeber war das Dekor »Gestreute Blümchen« der Meissener Porzellanmanufaktur, das 1815 entstand und in der Zeit besonders angesagt war.

»Kaffeesachsen« ist eine gängige Bezeichnung für die Einwohner zwischen Leipzig, Dresden und Chemnitz. Ohne das Getränk geht für sie so gut wie gar nichts. Die sächsische Mundartdichterin Lene Voigt hat ihm sogar eine Hymne gewidmet, in der es heißt: »Solange noch mei Gaffeedobbschteht in dr Ofenröhre, find ich de ganze Wält dibbdoob, da schert mich gee Gemähre.« Da verwundert es auch nicht mehr, dass die Papierfiltertüte 1908 von einer Sächsin erfunden wurde – von Melitta Bentz aus Dresden.

Während man Kaffee in einer schlanken hohen Kanne aufbrühen sollte, verlangt der Tee nach einer dickbauchigen, in der sich die Blätter freischwimmend entfalten können. Wenngleich heutzutage auch Kamille oder Hagebutte als Tee bezeichnet wird, hat das damit nicht das Geringste zu tun. Bei Tee



Genuss vom Feinsten, nämlich von Meissener Porzellan Fotos:nd/Heidi Diehl

handelt es sich ausschließlich um die Blätter des Teestrauchs, der zur Gruppe der Kameliengewächse gehört. Wie beim Kaffee unterscheidet man auch hier ganz verschiedene Qualitäten. Doch, wenn man ihn schon wie bei Hofe genießt, dann sollte es auch ein ganz besonderer sein. Der überaus seltene Weiße Tee wird den Gästen in der Porzellanmanufaktur in hauchdünnen Teetassen serviert, denen ein zarter floraler Duft entsteigt. Für diesen Tee werden ausschließlich die noch ungeöffneten Blattknospen des Teestrauchs verwendet. Rund 30 000 davon müssen für ein Kilogramm Tee per Hand gepflückt werden. Seinen milden

Geschmack erhält der Weiße Tee durch die schonende Licht- und Lufttrocknung.

Zuletzt wird es üppig – die Schokolade, die nun den Gästen serviert wird, hat so rein gar nichts mit dem zu tun, was man landläufig unter heißem Kakao versteht. Sie ist dick, sämig und würzig, so wie man es einst auch am Hofe bevorzugte. Heiße Schokolade galt – mehr noch als Kaffee und Tee – als aphrodisierend. Ob es allerdings das Getränk oder doch eher das schöne Dienstmädchen war, das 1745 August III. – den Sohn Augusts des Starken – so begeisterte, dass er für das Pastell von Jean-Etienne Liotard ein Vermögen hinlegte und ihm einen Ehrenplatz in seiner Pastellsammlung gab, ist nicht gewiss. Doch welches Glück für Dresden, denn das »Schokoladenmädchen« gehört zu den be-

kanntesten Gemälden der Welt und zieht alljährlich unzählige Menschen in die Galerie Alte Meister, wo es heute seinen Stamplatz hat.

Auf dem Bild kann man auch sehen, wie einst die Schokolade serviert wurde – in einer hohen Porzellantasse, die in einem goldenen Ring steht, »Zittertasse« genannt. Deshalb, weil die Dienstmädchen, die das überaus kostbare Getränk servierten, unter genauer Beobachtung der Herrschaften standen, so dass durch die Aufregung die Tasse schon mal ins Wackeln kommen konnte. Das goldene Zäunchen drum herum verhinderte, dass sie umfiel. Da der Name »Zittertasse« in den Katalogen der Meissener Manufaktur allerdings nicht so verkaufsfördernd war, griff man in die sprachliche Trickkiste und benannte sie nach dem französischen Wort »trembler« (zittern) als »Trembleuse«. Klingt doch gleich viel vornehmer, oder?

Majestät, können Sie sich noch an den Geschmack der heißen Schokolade erinnern, die Ihnen Ihr persönliches »Schokoladenmädchen« einst zum Frühstück servierte? Wenn nicht, dann lassen Sie sich die Zutaten doch einfach noch mal auf der Zunge zergehen: Man nehme vier Esslöffel des besten Kakao, verquirlt ihn mit einer Tasse Wasser und erhitze alles samt einer Tafel Bitterschokolade unter ständigem Rühren in einem Topf. Dann einen Liter Milch hinzufügen, einen Teelöffel Zimt, eine Messerspitze Kardamom, je eine Löffelspitze gemahlene Anis und zerriebene Nelken. Aufkochen lassen, und zuletzt abschmecken mit einem Esslöffel Vanillezucker, sowie einer Prise Chili oder Pfeffer.

Voilà, bon Appetit!

Infos

Die Veranstaltung »Tee, Café, Schokolade« findet einmal im Monat, sonntags, 15 Uhr, statt. Kosten incl. Eintritt ins Museum und Schauwerkstatt 29 Euro. www.erlebniswelt-meissen.de

Porzellanmanufaktur: www.meissen.com

Allgemeine Infos zum Tourismus in Sachsen: www.sachsen-tourismus.de

Und das können Sie gewinnen

1. Preis: 5 Übernachtungen inkl. Frühstück für 2 Pers. im DZ der Pension »Jägerhaus« in Putbus auf Rügen mit einer rügentypischen Überraschung und einer Fahrt mit dem »Rasenden Roland« (buchbar vom 15.10.2019 bis 15.4.2020, außer Feiertage)

2. Preis: Ein Tagesticket für den Filmpark Babelsberg in Potsdam, gültig für 2 Erwachsene und bis zu drei Kindern, gültig bis zum 31.10.2019

3. Preis: eine LED-Taschenlampe (gesponsert von Fielmann)

Schreiben Sie das Lösungswort auf eine Postkarte und schicken sie an: neues deutschland Anzeigen Geschäftskunden Franz-Mehring-Platz 1, 10243 Berlin

Einsendeschluss: 31. Mai 2019

Die Gewinner werden im nächsten Extra bekanntgegeben.

Lösungswort des letzten Rätsels: Erlebnishunger

Die Gewinner:
1. Preis: Christine Radig, Halle
2. Preis: Monika Kauf, Berlin
3. Preis: Doris Markurt, Angermünde

Das Extra Rätsel

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------|------------------------|---------------------|---------------------------|--------------------|------------------------|---------------|----------------------------|
| Wurfschlinge | furchtsamer Mensch | Gedenkstätte | deutsche Vorsilbe: schnell | sibir. Eichhörnchenfell | Gemeinde, Dorf | französisch, span.: in | Maß der Aerodynamik | zum Verzehr geeignet | französisch: König | Spielfläche im Theater | knapp, schmal | chem. Zeichen für Neodym |
| | | | 3 | | kaufen | | | | | | | |
| Kraftwagenutensil | Erlös, Ausbeute | Kurs, Trend, Tendenz | | 2 | | | 12 | Klangwirkung (engl.) | | | | |
| süd-deutsch: Brötchen | | | 7 | | | | | Wettkampfgewinn | | 5 | | Luftreifen |
| | | | | | | | | Gerbstoff | Vorname Gogols | | | Pferd von Winnetou |
| feine Hautöffnung | Unterwelt der griech. Sage | Kurort an der Lahn (Bad...) | | | | | | | | | | |
| flüchtiger Brennstoff | | | 9 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Prophezeiung | deutsche TV-Anstalt (Abk.) | Wortteil: global | | 8 | | | | Wasserriemen im Watt | Mutter des Hermes | | | eine Hochschule (Abk.) |
| | | | | | | | | Waldbodengewächs | | | | Kose-name e. span. Königin |
| Umgangssprache | Dekor | | 14 | | | | | Gestalt ... im Wunderland | | | | 4 |
| | | | | | | | | | | | | |
| Gattin des Gottes Thor | Apfelsorte | | | 13 | | | | Insel der Zauberin Circe | | | | |

Mit uns lernen Sie die Insel Rügen kennen!



Pension »Jägerhaus«
Familie Brückner - OT Lonvitz Nr. 15
18581 Putbus auf Rügen
☎ 038301/87046 ☎ 038301/87047
www.ruegen-zimmer.com

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Slow Food Genussführer

Gut, sauber, fair und regional

Auch in ihrer neuen Ausgabe des Slow Food Genussführers 2019/2020 bleibt Slow Food seinem Grundkonzept treu geblieben. Nicht die Sternelokale und die teure Spitzengastronomie stehen im Fokus, sondern einfachere Gasthäuser und Restaurants – vom gemütlichen Dorfwirtshaus bis zum kleinen Fischlokal, von der Weinstube nebenan bis zum Ausflugslokal mit schöner Aussicht. Gemeinsam ist allen 548 vorgestellten Lokalen die Verankerung in der Region. Denn dort wachsen die Zutaten. So transportiert auch die neue Ausgabe wieder ein Stück kulinarische Heimatkunde.

Mit besten Produkten aus der Umgebung lässt sich allerdings mehr auf den Teller zaubern als Schnitzel und Schweinsbraten.



Da darf es auch mal ein Sashimi von der Schwarzwaldforelle sein. »Es ist spannend, über den Tellerrand der rein traditionellen Regionalküche hinauszublicken«, sagt Wieland Schnürch, Leiter des Herausgeberteams von Slow Food, »und deshalb wollen wir uns neuen Entwicklungen in der Gastronomie nicht verschließen.« Dazu gehört, dass Ausflüge in die internationale Küche das regionale Angebot durchaus bereichern können.

Zum eisernen Slow Food-Prinzip »gut, sauber, fair« zählt weiterhin der Verzicht auf Geschmacksverstärker und Convenience. Wenn die Küche dann noch bei gutem Geschmack saisonal und frisch ist, wenn Nachhaltigkeit mehr ist als ein Lippenbekenntnis, wenn die Preise vernünftig sind, das Ambiente und der Service einladend, dann sind die Kriterien von Slow Food erfüllt.

Slow Food Genussführer 2019/2020, oekom verlag, 752 Seiten, 28 EUR

Hobbygärtner beleben das Saatgutgeschäft

Selber Gemüse züchten macht glücklich

Von Anna Ringle

Mit den Händen in der Erde wühlen, eine Samentüte öffnen, das eigene Gemüse ernten: Viele Menschen macht das glücklich.

Verglichen mit der professionellen Landwirtschaft sind Hobbygärtner für die Saatgutbranche wirtschaftlich eine kleine Größe. Nach der Wende brach die Nachfrage nach Saatguttüten ein, doch der Markt entwickelt sich nach Brancheneinschätzung wieder. Händler sprechen von steigender Nachfrage. Und die Biene sorgt für einen Trend.

Das Bild des deutschen Kleingärtners ist nicht mehr so starr wie früher. In Städten schließen sich junge Leute zusammen und bewirtschaften Flächen. In sozialen Netzwerken wie Facebook gibt es Gartengruppen. Auf der Videoplattform Youtube schauen Tausende Nutzer zu, wie Hobbygärtner Pflanzen pikieren, mit Unkraut kämpfen oder Kompost mit der Schubkarre durch den Garten schieben.

In einem Gewächshaus im Berliner Stadtteil Dahlem riecht es nach Erde. Aus dem Boden wachsen Salate. Gärtner Markus Heiermann ist umringt von Anzuchttopfen. Einige der Tomatensorten vermehrt das Landgut Domäne Dahlem selbst, wie er sagt. Das eigene Saatgut wird nicht verkauft – wohl aber das anderer Firmen.

In dem kleinen Hofladen hängen viele Samentüten an Ständern. »Die Nachfrage steigt«, sagt Ladenleiterin Sieglinde Hohmann. Viele Kunden interessieren sich für Sorten abseits von Klassikern. Kleine Firmen haben sich darauf spezialisiert. Ein Ziel: die breite Sortenvielfalt zu erhalten. Noch vor zehn Jahren habe sich kaum jemand dafür interessiert, sagt Hohmann.

Auch anderswo macht sich die Kundengruppe Hobbygärt-



Wer selber Gemüse züchtet, hat nicht nur Freude am Erfolg sondern auch eine lange Vorfreude aufs Essen.

Foto: picture alliance/Patrick Pleul

ner verstärkt bemerkbar. Vom großen Agrarhändler Baywa in München, dessen Kernzielgruppe eigentlich Landwirte sind, heißt es: »Die Zahl der Privatkunden ist in den letzten Jahren gewachsen.« Der Verkauf von Saatgut laufe über einen Online-Shop und über regionale Standorte. Besonders nachgefragt: Rasensaatgut, Blümmischungen und Bienenweiden.

Baumärkte stellen ebenfalls mehr Nachfrage bei Hobbygärtnern nach Jungpflanzen und Samentüten fest. Auch hier spielen Produkte eine Rolle, die Bienen anziehen, aber auch Bio-Qualität.

Der Trend hin zu Saatgut, das Bienen anlockt, ist wirt-

schaftlich relevant und spürbar geworden, wie der Industrieverband Garten (IVG) bestätigt. In Deutschland bestehen schon länger Initiativen und Verbände, die das Artensterben von Insekten anprangern. In Bayern zum Beispiel gab es sogar ein Volksbegehren zum Schutz der Artenvielfalt.

»Bienenfreundlich ist ein Verkaufsargument«, teilt die Bingenheimer Saatgut AG mit, die sich auf ökologisches Saatgut spezialisiert hat. Auch von diesem Unternehmen ist insgesamt zu hören: Steigende Nachfrage bei Hobbygärtnern, Online-Verkauf beliebt. Blickt man Jahrzehnte zurück, so ist der Absatz von Portionssaatgut für

Hobbygärtner nach IVG-Angaben im Verlauf stark zurückgegangen. Er sank demnach seit der Wende von rund 210 Millionen Tüten auf derzeit etwa 85 bis 90 Millionen. Der Verband führt das vor allem auf nachlassende Nachfrage in Ostdeutschland nach der Wende zurück.

In den vergangenen drei, vier Jahren habe sich der Markt aber wieder stabilisiert, heißt es. Es gab demnach Wachstum. Warum? Der IVG-Referent für den Bereich Gartenbau und Umwelt, Arne Hückstädt, erläutert: »Dies liegt an einem deutlich anderen Kaufverhalten gerade der jüngeren Klientel, die weniger Tüten kaufen, aber für attraktive Sorten mehr Geld ausgeben

als die damalige Selbstversorgergeneration.«

Hückstädt betont: »Der Trend ist heute nicht das Selbstversorgen, sondern eher das Selbstmachen und Selbstgenießen. Es gebe kein Revival der Kleingärten bundesweit, sondern eher regionale Trends.

Angebaut werde auch viel auf der Terrasse und auf dem Balkon. Der Bundesverband Deutscher Gartenfreunde bestätigt, dass nicht in allen Regionen Deutschlands die Nachfrage nach Schrebergärten gleich groß sei. Während es in Großstädten wie Berlin und Hamburg Wartelisten gebe, finde man in ländlichen Regionen im Osten auch Leerstand vor. (dpa)

Alarmierende Studie: Jährlich sterben weltweit elf Millionen Menschen durch falsche Ernährung

Zu viel Salz, zu viel Zucker, zu viel Fleisch

Von Patrick Galej

Weltweit sterben jedes Jahr elf Millionen Menschen durch falsche Ernährung: Laut einer im Fachmagazin »The Lancet« veröffentlichten Studie lässt sich jeder fünfte Todesfall weltweit auf ungesunde Ernährung zurückführen. Die Wissenschaftler kommen zu dem Schluss, dass viele Menschen zu viel Zucker, Salz und Fleisch zu sich nehmen und zu wenig gesunde Lebensmittel wie Obst,

Vollkornprodukte oder Nüsse essen.

»Die Studie bestätigt, was viele schon seit Jahren vermuten – dass schlechte Ernährung für mehr Todesfälle verantwortlich ist als jeder andere Risikofaktor auf der Welt«, erklärte Hauptautor Christopher Murray von der Universität von Washington. »Nach unserer Einschätzung sind zu viel Salz und zu wenig gesunde Nahrung die größten Risikofaktoren.« Im Schnitt nehmen die

Menschen demnach zehn Mal so viele zuckerhaltige Getränke und 86 Prozent mehr Salz zu sich als empfohlen.

Für die Studie wurden die Essgewohnheiten in 195 Ländern zwischen 1990 und 2017 untersucht. In fast jedem Land ernährten sich die Menschen demnach falsch, doch sind die Unterschiede in den verschiedenen Regionen enorm. So lag die Todesrate durch falsches Essen beim erstplatzierten Land Usbekistan zehn Mal höher als

in Israel, dem am wenigsten gefährdeten Staat. Häufigste Todesursache waren demnach Herz-Kreislauf-Erkrankungen, oftmals ausgelöst oder verschärft durch Fettsucht.

Wirtschaftliche Ungleichheit sei in vielen Ländern ein wichtiger Faktor für die ungesunde Ernährung, erklärten die Autoren der Studie. Während der von Ärzten empfohlene Genuss von fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag in reichen Ländern gerade mal zwei Pro-

zent des Einkommens eines Haushalts ausmacht, verschlingt er in ärmeren Ländern mehr als die Hälfte des Budgets.

Nicht untersucht wurden Todesfälle, die auf Mangelernährung zurückzuführen sind. Die Vereinten Nationen schätzen, dass fast eine Milliarde Menschen weltweit unterernährt ist, während zwei Milliarden Menschen deutlich mehr Kalorien zu sich nehmen als sie benötigen. AFP

Ausstellung zu Esskultur

Was die Römer und Kelten aßen

Die Römer brachten nicht nur den Anbau von Obstsorten wie Äpfel, Birnen und Kirschen vor rund 2000 Jahren ins alte Keltland. »Auch die Walnuss ist erst mit den Römern hier hergekommen«, sagte die Leiterin des Archäologieparks und Museums Belginum, Rosemarie Cordie, im Hunsrückort Morbach-Wederath. Importierte Lebensmittel wie Datteln und Feigen sowie exotische Gewürze kamen ebenfalls auf die Teller der Römer, wie Grabungen in der römischen Straßensiedlung Belginum belegen.

»Was aßen Kelten und Römer?« zeigt eine neue Sonderausstellung im Archäologiepark, die bis zum 3. November zu sehen ist. »Wir haben durch Grabungen nachgewiesen, dass schon im zweiten Jahrhundert Kulturobst hier war«, sagte Cordie. Bei Bodenproben unter anderem aus Zisternen habe man auch kuriose Dinge entdeckt wie Spuren von Salzwasserfisch Sprotte. Untersuchungen ergaben, dass er in der bei den Römern beliebten importierten Würzsoße Garum enthalten war.

Die Entwicklung der Tisch- und Esskultur ist in der Ausstellung auch Thema. »Das Geschirr wird bei den Römern mit neuen Essgewohnheiten immer vielfältiger«, sagte Cordie. Außer Teller gab es Schalen, auch zum Reiben von Kräutern und Käse, sowie Glasgefäße. Neben Honigwein wurde auch Bier getrunken.

Im Straßennort »Vicus Belginum« an der Hunsrückhöhenstraße, der im ersten Jahrhundert nach Christus errichtet wurde, konnten Reisende zwischen Mainz und Trier Pferde wechseln, Wagen reparieren lassen, essen und übernachten. In der Blütezeit der Siedlung im zweiten und dritten Jahrhundert lebten dort bis zu 1000 Menschen plus viele Durchreisende. Bereits ab dem dritten Jahrhundert vor Christus war das Areal eine Kultstätte.

Seit gut 60 Jahren forschen Wissenschaftler auf dem Gelände. Die Anlage, zu der neben der Siedlung ein Gräberfeld, mehrere Tempelbezirke und ein Militärlager zählen, ist nach Angaben von Wissenschaftlern in Mitteleuropa einzigartig.

Nach Angaben von Cordie gibt die Ausstellung einen Überblick über Landwirtschaft und Ernährung in jener Zeit für das linksrheinische Gebiet bis nach Lothringen. Auch Fundstücke von anderen Orten sind zu sehen: Zum Beispiel Schalen von Austern, die in der römischen Villa Borg im Saarland gefunden worden waren. dpa/nd

www.belginum.de

ANZEIGE

Weine aus dem »Osten« finden immer mehr Freunde

Saale-Unstrut-Wein wird erwachsen

Im neunundzwanzigsten Jahr nach dem »Beitritt« der Weinregion um den 51. Breitengrad zum deutschen Weingesetz, hat sich viel im Weinbau von Saale-Unstrut verändert. In den letzten zwanzig Jahren ist deutlich geworden, dass die Weine des »Ostens« mehr und mehr Liebhaber finden.

Die Gründe dafür sind vielschichtig. Vor allem bei den kleinen Erzeugern, hat sich die Weinqualität seit 1990 stetig verbessert. Der Anschluss an deutsche Spitzenweine wurde durch mehrere Weingüter vollzo-

gen. Junge, önologisch hoch gebildete Winzer, moderne Kellertechnik und die Muschelkalkböden des Trias, bilden die wichtigsten Voraussetzungen für qualitativ hochwertige Weine. In der Breite ist auch Besserung in Sicht. Die jüngsten ökonomischen und personellen Entwicklungen im Landesweingut Kloster Pforta, stimmen optimistisch. Bemerkenswert: Acht Winzer »firmieren« unter der Bezeichnung »Breitengrad 51«, und produzieren sehr ambitionierte und hochwertige deutsche Spitzenweine.

GENUSS SPEZIAL
6 SAALE-UNSTRUT-WEINE
IM "ND" PAKET

65,00 EURO FREI HAUS
PREIS INKL. 19% UST.

BESTELLUNG / INFORMATION
WWW.VINAMUNDI.DE
ODER TELEFONISCH
03445 6592819

Preise für Streuobstwiese

Paradies zum Schlemmen

Eine Streuobstwiese in Chemnitz ist als bundesweit zweites sogenanntes Nabu-Obstsortenparadies ausgezeichnet worden. »Die Chemnitzer Streuobstwiese leistet einen vorbildlichen Beitrag zum Erhalt der regionalen Sortenvielfalt und zur Förderung charakteristischer Arten dieses Lebensraums«, erklärte Christian Unselt von der Nabu-Stiftung. Wie der Naturschutzbund mitteilte, wachsen auf der Chemnitzer Streuobstwiese 71 verschiedene Apfelsorten.

Seit 2018 verleiht der Nabu die Auszeichnung. Um »Obstsortenparadies« zu werden, müsse die Anlage öffentlich zugänglich und die Bäume mit Sortenschildern versehen sein. Wichtig sei auch, dass die Pflege der Bäume naturverträglich und ohne synthetische Pestizide betrieben werde. Die erste ausgezeichnete Anlage dieser Art liegt im nordrhein-westfälischen Wassenberg. *dpa/nd*

Brot-Vielfalt wächst, Bäcker sprechen vom Revival – das Massengeschäft aber sieht anders aus

Der Kampf um die Kruste

Von Burkhard Fraune

Siieek, siieek, siieek – im Discounter kreischt es wie die Streicher zur Duschszene in »Psycho«. Doch da kommt nicht der Messermörder aus dem Hitchcock-Film. Es sind die Klängen der Brotschneidemaschine, die so kreischen. Kunden zerlegen selbst ihr Brot – eine Selbstverständlichkeit, nicht die Spur eines Verbrechens. Dennoch: Manchen Bäcker lässt die Szene bangen.

Discounter und Supermärkte sind für sie die größte Konkurrenz geworden. Es geht um Existenzfragen – und um die einzigartige deutsche Brotvielfalt, die die UNESCO in Deutschland sogar als immaterielles Kulturerbe führt. Die Branche hat den 7. Mai zum »Tag des Brotes« erklärt, um das zu feiern.

Die Bäcker geben sich zuversichtlich: »Die Brotkultur erfährt sein Revival, und die Anzahl der Brotliebhaber wächst«, heißt es in der Branche. Bei vielen Kunden aber kommt die Vielfalt nicht an.

Rund 42 Kilogramm Brot tischte jeder deutsche Haushalt 2018 auf, diesen Durchschnitt hat die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) ermittelt. Die Menge sinkt seit Jahrzehnten. Das liegt daran, dass die Haushalte kleiner werden, aber auch an geänderten Gewohnheiten, wie der Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks erklärt. Müsli zum Frühstück und abends was Warmes – das geht auch ohne Brot.

Gleichzeitig wächst die Vielfalt. »In Deutschland gibt es über 3200 Brotspezialitäten und es werden kontinuierlich mehr – eine Vielfalt, die kein anderes Land toppen kann«, werben die Bäcker. Wie geht das zusammen?

Die Käufergruppen fallen auseinander. »Die eine Zielgruppe setzt meist auf das klassische Brot oder auch belegte Brote, die andere sucht gezielt nach Brotspezialitäten mit ausgewählten oder ausgefallenen Zutaten«, erklärt der Verband.

So kann es vorkommen, dass in angesagten Quartieren der



Ein gutes Brot braucht seine Zeit und kostet etwas mehr als vom Discounter. Aber Handwerk bleibt Handwerk.

Foto: Getty Images

Großstädte wie Berlin-Prenzlauer Berg oder Köln-Ehrenfeld Leute bis auf die Straße Schlange stehen für Brot. Vor jungen Bäckereien, die traditionell arbeiten. Wo der Teig noch stundenlang gehen darf. Ohne Chemie und natürlich bio. Dort erlebt das Brot eine Renaissance. Das Bäckerhandwerk bildet inzwischen sogar Brot-Sommeliers aus, als Botschafter für deutsche Brot-Kultur.

Doch auf dem Land geben immer mehr Bäcker auf. In der Handwerksrolle stehen noch rund 11 000 Bäckereien, gut 4000 weniger als 2008. Immer mehr Kunden bedienen sich an den ein, zwei Handvoll Brot-

sorten in den Drahtkäfigen der Discounter. »Der größte Konkurrent ist heute, vor allem aufgrund seiner extremen Preispolitik, der Lebensmitteleinzelhandel mit unterschiedlichen Konzepten von Aufbackstationen«, betont der Zentralverband. Jedes dritte Brot kaufen die Bürger laut GfK im Discounter oder Supermarkt.

Dazu trägt bei, dass immer mehr Menschen arbeiten gehen und weniger Zeit haben, nach dem Supermarkt noch zum Bäcker zu laufen. Das nutzt den Großbäckereien, die die Märkte beliefern. Ein Drittel der Backfirmen macht schon mehr als 90 Prozent des Branchenumsatzes.

Die Gewerkschaft Nahrung, Genuss, Gaststätten beobachtet schon eine Weile »ein zunehmend hybrides Kaufverhalten«. Will sagen: Wer heute beim Spezialitätenbäcker 100 Gramm Vollkornbrot für 1,30 Euro kauft, holt sich vielleicht morgen für das gleiche Geld beim Discounter ein ganzes Kilo Weizenmischbrot. Der Verband der Großbäckereien spricht vom »homo difusus«.

Auf der einen Seite achten Käufer auf mehr Geschmack und Gesundheit, Frische und Bio. »Handwerksbäcker fokussieren sich immer öfter auf ein ausgewähltes, persönliches Kernsortiment«, heißt es beim Bran-

chenverband. »Durch neue beziehungsweise wiederentdeckte Getreidesorten wie Emmer, Einkorn oder auch Dinkel und Zugabe von Früchten oder Gewürzen haben sich viele weitere Variationen gebildet.« Auch Chia und Quinoa sind im Brotregal keine Exoten mehr.

Doch rund 40 Prozent der Kunden interessieren sich weder für Gesundheit noch neue Trends, wie eine Umfrage der Uni Göttingen und der Marketingberatung Zühlsdorf ergab. Darunter sind vor allem Männer sowie Menschen, denen mitunter das Kleingeld fehlt, sich den besonderen Geschmack zu leisten. *dpa/nd*

Impressum

Extra
Verlagsbeilage der Tageszeitung
neues deutschland

Redaktion und Gestaltung:
Heidi Diehl (030) 2978-1724
E-Mail: h.diehl@nd-online.de

Anzeigenverkauf
Sabine Weigelt (030) 2978-1842
Telefax: (030) 2978-1840
E-Mail: s.weigelt@nd-online.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste
Nr. 29 vom 20. Oktober 2018.
www.neues-deutschland.de

Deutsche lieben Schokolade

Spitzenreiter!

Deutschland ist eine Schokoladennation. Rund ein Drittel der EU-weit hergestellten Schokolade kommt aus der Bundesrepublik. 2017 wurden in Deutschland 1,3 Millionen Tonnen Schokolade hergestellt, wie die EU-Statistikagentur Eurostat mitteilte. Das entspricht einem EU-Anteil von 32 Prozent. Damit ist Deutschland, das zugleich auch der einwohnerstärkste Staat der EU ist, im Ländervergleich mit großem Abstand Spitzenreiter.

Es folgen Italien mit 0,7 Millionen Tonnen (18 Prozent) sowie Frankreich und die Niederlande mit jeweils 0,4 Millionen Tonnen (9 Prozent). Insgesamt wurden 2017 in der Europäischen Union rund vier Millionen Tonnen Schokolade im Wert von 18,3 Milliarden Euro produziert.

Die Länder auf den ersten acht Plätzen haben 2017 mehr als 90 Prozent der gesamten Schokolade in der EU hergestellt. *pi/nd*

In Kroatien wächst jetzt überall in der Natur der wilde Spargel – eine Delikatesse, die obendrein der Gesundheit dient

1000 Eier für »Fritata od sparuga« in XXXXL

Von Heidi Diehl

Spargel wächst auf endlosen Feldern unter einer schützenden Folie, ist für die meisten im Idealfall makellos weiß, und gut daumendick. Lange erwartet, wird er hierzulande alljährlich zwischen Ende März und dem dem Johannistag am 24. Juni tonnenweise geerntet und gern mit frischen Kartoffeln sowie ganz nach Belieben mit einem Schnitzel oder Schinken, mit brauner Butter oder einer üppigen Sauce Hollandaise gegessen.

In Kroatien hingegen sucht man solchen Spargel vergebens. Eine Einheimische danach befragt, antwortete: »Ja, den gibt es hier manchmal auch, aber kaum jemand will ihn essen.«

Dennoch ist in Kroatien jetzt absolute Spargelsaison – alle sind verrückt nach wildem Spargel. Traditionell sammeln ihn die Familien mitten in der Natur. Mit unserem »königlichen Gemüse« hat der so rein gar nichts zu tun: Wilder Spargel ist grün, dünn, sehr aromatisch mit einer ausgeprägten Bitternote.

Eine der beliebtesten Zubereitungsarten ist die die »Fritata od sparuga« (Omelett mit Spargel). In Crikvenica an der Kvarner Riviera hat man daraus ein alljährliches Spektakel gemacht. Direkt am Hafen ent-



Drei Leute braucht es, um das XXXXL-Omelett zuzubereiten.

Foto: nd/Heidi Diehl

steht einmal im Jahr Anfang Mai das größte Wildspargelomelette weit und breit. Einheimische und Touristen kommen, um sich eine Portion davon abzuholen. Initiiert wurde das Ganze von einem lokalen Gastwirt des Ortes. Rund 300 bis 350 Portionen gibt die gewaltige Pfanne her. Und das sind die Zutaten: 1000 Eier, 30 Kilogramm Wildspargel, zehn Kilogramm Speck, fünf Kilogramm Schinken, fünf

Kilogramm Frühlingszwiebeln, Salz und Pfeffer. Da es eine ganze Weile dauert, ehe das Omelette fertig ist, verkürzt eine Musikkapelle die Wartezeit mit folkloristischen Klängen.

Übrigens: Der wilde Spargel schmeckt nicht nur gut, sondern hat auch sehr positive Eigenschaften für die Gesundheit. Schon lange bekannt ist, dass er eine reinigende Wirkung durch seine harntreibende Eigenschaft

auf die Nieren hat. Außerdem ist der wilde Spargel reich an Mineralien und Vitaminen. Was die Forschung aber erst seit einiger Zeit weiß, ist, dass das junge wilde Gemüse auch beim Abnehmen helfen kann. Mal abgesehen davon, dass es nur 17 kcal pro 100 Gramm besitzt, steckt in ihm ein bisher unentdecktes Vitamin, das in Kombination mit dem ebenfalls enthaltenen Kalium diesen Effekt bewirkt.

Außerdem soll nicht unerwähnt bleiben, dass an den wilden Spargel in Kroatien auch ein Aberglauben gebunden. Der Pflücker, so empfehlen alte Volksbräuche, sollte unbedingt die rohe Spitze des ersten Spargels, den er zu Beginn der Saison pflückt, essen, weil er dadurch der Gefahr von Schlangenbissen bei allen späteren Gängen durch den Wald entgehen wird.

ANZEIGE

Weingut Bosch

Weinstraße 12
76857 Albersweilerweingut-bosch@albersweiler.de
www.weingut-bosch.de
Tel (0 63 45) 29 53