

MÄRZ 2023 KW 11



HOPPOST



Liebe Kundinnen und Kunden!

Wie gewohnt reißerisch erfuhren wir aus unseren Leitmedien, dass seit Ende Januar in der EU vier Insekten als Lebensmittelzutaten zugelassen sind. Der Mehlwurm, die Wanderheuschrecke, der Buffalowurm (Larven des Getreideschimmelkäfers) und die Hausgrille dürfen nun als Lebensmittel zum Verzehr gebracht werden. Dies hat auch bei einigen unserer Kundinnen und Kunden zu Fragen an uns geführt. Sind in den von uns angebotenen Produkten schon diese Insekten enthalten? Nach Rücksprache mit unserem Großhändler und Verband die klare Antwort: nein!

In Bio-Lebensmitteln oder Futtermitteln sind keine Insekten verarbeitet. „In der neuen EU-Bio-Verordnung fehlen noch die dafür notwendigen Produktionsbestimmungen“. Ein Entwurf hierfür wurde allerdings vom Naturland Verband vorgelegt, da Naturland in den Insekten eine „wichtige Proteinquelle der Zukunft, insbesondere der Tierfütterung“ sieht (Schrot und Korn 03/2023).

Je nachdem wo wir aufgewachsen sind pflegen wir ganz unterschiedliche Essgewohnheiten. Was für uns persönlich Leckerbissen sind, ruft in anderen Kulturkreisen nicht selten Ekelgefühle hervor. Dabei wird essen immer individueller, oft schon aus gesundheitlichen Gründen. Ich erlebe es mit Dankbarkeit als einen großen Reichtum, mein Essen selber auswählen zu können. So kann ich mir bewusst machen, was ich zu mir nehme. Dadurch, dass immer mehr Lebensmittel industriell verarbeitet auf den Teller landen, ist eine Transparenz der Inhaltsstoffe oberstes Gebot. Hierfür setzen wir uns in der Bio Branche seit den Anfängen ein.

Dankbar bin ich allen Kunden, die wissen möchten, was sie essen und wie es erzeugt wird. Die Fragen regen mich zu eigenen Gedanken an. Das Hofgut Rengoldshausen und all die anderen regionalen Bio- Erzeuger und Händler stehen für Transparenz.



Ein Beitrag von Hanno Willasch,
Geschäftsführer Rengoldshausen-
hof GmbH.

Eigene Produkte

Schnittlauch, Babyleaf/ Asiasalate, Feldsalat, Chicorée, Rotkohl, Eichblattsalat rot, Kopfsalat rot, Bataviasalat, Postelein Salat, Möhren Rodelika, Pastinake, Knollensellerie, Kartoffeln, Rote Bete, Apfelsaft, Wurst, Mehle, Eier, Nudeln, Milch.



NEU IM SORTIMENT

Fit in den Frühling!
(Der hoffentlich bald kommt!)

In unserem Sortiment finden Sie ab sofort verschiedene Gemüsesäfte, Ingwer Shots und Care Bitter Kräuter, zur ausreichenden Versorgung mit Bitterstoffen.



PRODUKT DER WOCHE

Spirelli Semola

Spirelli - eine der beliebtesten Sorten der Pasta-Welt in der praktischen Familiengröße. Nehmen wunderbar die Sauce auf und schmecken köstlich in Nudelaufläufen. Unser italienischer Pastificio stellt die Rapunzel Pasta nach alter Tradition aus bestem italienischem Hartweizengrieß und reinem Quellwasser her.

Eine langsame und schonende Trocknung bei niedrigen Temperaturen sorgt für den typischen Geschmack und beim Kochen für den richtigen Biss.

Herkunft landwirtschaftliche Zutaten: EU-Bio Lebensmittel

Hersteller: RAPUNZEL Naturkost GmbH



Pasta mit Chicoree und Birne

- 2 Chicorée
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Birne
- 40 g Parmesan
- einige Walnüsse
- 2 EL Olivenöl

250 g Spaghetti
Salz und Pfeffer, frisch gemahlen, etwas brauner Rohrzucker, etwas Aceto balsamico

Zubereitung:

Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen, abgießen und abtropfen lassen.

Den Chicoree halbieren und den Strunk heraus schneiden. Die Blätter in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen, die Zwiebel in dünne Spalten, den Knoblauch in Scheibchen schneiden.

Die Birne schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.

Die Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten, dann abkühlen lassen. Zwiebeln und Knoblauch in Öl glasig anschwitzen. Chicoree, Birnen und Walnüsse dazugeben und mit anbraten.

Ein wenig Rohrzucker dazugeben und alles leicht karamellisieren lassen.

Die Nudeln mit in die Pfanne geben, den Parmesan untermischen und alles mit Salz, Pfeffer und Balsamico abschmecken.

Den Sellerie in der Sauce servieren.

Guten Appetit!

Wir wünschen Ihnen ein gute Woche!
Ihr Team der Grünen Kiste!