

demeter

Journal

BEGEISTERUNG WIRKT – VON DER KUNST, GUTE LEBENSMITTEL ZU MACHEN

ZUM MITNEHMEN 03 | 2019

**EINE IDEE,
DIE TRÄGT**

ZU BESUCH AUF DEM
BAUCKHOF

**SÜSS, SALZIG,
HERBSTLICH!**

RUSTIKALE TARTES

TSCHÜSS PLASTIK!

SO GEHT DAS

demeter – biodynamisch seit 1924

INHALT



TITEL: REZEPTE

SÜSS, SALZIG, HERBSTLICH!

Die „tartes rustiques“ von Émilie Franzo und Émilie Guelpa sind lecker . . . und schön! Ganz ungekünstelt kommen sie in freien runden Formen daher. **30**

VERSTEHEN

14 Alt & neu

26 Politik: Gegen die Plastikflut!

28 Tipps: So vermeiden Sie Plastik beim Einkauf

VOR ORT

EINE IDEE, DIE TRÄGT

Zu Besuch auf dem Bauckhof in der Lüneburger Heide: Über Ideale, Impulse und eine große Gemeinschaft **04**

12 Kulturpflanzen mit Geschichte: Zwei biodynamische Pflanzenzüchter am Dottenfelderhof erzählen von ihrer Leidenschaft

IM GESPRÄCH

16 Kuhflüsterin mit Idealen: Demeter-Bäuerin und Autorin Anja Hradetzky, die „ohne Geld und Land zur Biobäuerin wurde“, im Gespräch mit Demeter-Vorstand Alexander Gerber

GENIESSEN

24 Herbstliche Genießer-Tipps

30 Süße und salzige Tartes

DIE KLASSIKER

02 Editorial

03 Denkraum: alt & neu

22 Demeter-Mythos: Immer im Kreis

38 Impressum

SELBST GEMACHT

36 Wildblumensamen sammeln und ein Samentütchen basteln!

BITTE MITMACHEN!

39 Leserbefragung mit tollen Preisen



EDITORIAL



Liebe Leserin, lieber Leser,

wie kommt das Neue in die Welt? Wie ist Wandel möglich?

Am Anfang steht oftmals ein Traum – so auch bei Anja Hradetzky, einer Demeter-Bäuerin und Autorin, die sich mit ihrem Mann Janusz ohne Geld und Land ihren gemeinsamen Traum vom eigenen Hof

erarbeitet hat. Damit die „Stolze Kuh“, wie ihr Betrieb im Naturschutzgebiet „Unteres Odertal“ heißt, so gut wurde, wie er heute ist, haben Anja und Janusz Hradetzky erst einmal alles Althergebrachte infrage gestellt.

Andere, wie Carsten Bauck vom „Bauckhof“ in der Lüneburger Heide, treibt die Diskrepanz zwischen der ökonomischen Realität und dem eigenen ethischen Anspruch um. Der Demeter-Landwirt steht für viele Menschen auf dem „Bauckhof“, die sich seit 1931 um eine bessere Art der Landwirtschaft bemühen. Um einen anderen Umgang mit männlichen Küken beispielsweise, aber auch um einen anderen Umgang untereinander. Die revolutionäre Idee, dass Hof und Land nicht vererbt werden können, sondern der Gemeinschaft erhalten bleiben, ist inzwischen 50 Jahre alt. Womit sich einmal mehr zeigt, dass nicht nur die neuesten Ideen die besten sind.

Die Menschen, die wir in dieser Ausgabe des „Demeter Journals“ vorstellen, machen allesamt Mut dafür, dass gesellschaftlicher Wandel stattfinden kann! Auch wenn der Widerspruch, zwischen unseren Ansprüchen und unserer Art zu leben, oftmals noch groß ist. Damit die Transformation zu einer gerechteren, nachhaltigeren Wirtschaftsweise gelingt, müssen wir vielleicht noch genauer hinschauen, noch genau hinhorchen, auch in uns selbst: Was möchten wir bewahren, und wo möchten wir neue Wege gehen?

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Herzlich Ihre

Susanne Kiebler
info@demeter.de

Schön, dass sie leben durften: neugierige Bruderhähne auf dem Bauckhof in Klein Süstedt.



DENKRAUM

alt & neu

MAN SCHAFFT NIEMALS
VERÄNDERUNG, INDEM MAN
DAS BESTEHENDE BEKÄMPFT.

UM ETWAS ZU
VERÄNDERN,

baut man Modelle,
die das Alte
überflüssig machen.

Richard Buckminster Fuller (1895–1983), US-amerikanischer Architekt, Konstrukteur, Visionär, Designer, Philosoph und Schriftsteller

Der „Bauckhof“ ist etwas Größeres als seine vier Standorte und ihre Gemeinschaften. Er ist vielmehr eine Idee, die die vielfältigen Betriebe und all die verschiedenen Menschen, die dort leben und arbeiten, vereint. Eine Bewegung, die weit über die Betriebe und das Land, über Landwirtschaft und Lebensmittel hinausreicht.

In der Lüneburger Heide fragen die Menschen sogleich „Auf welchem?“, wenn man erzählt, dass man gerade vom Bauckhof kommt. Im Gegensatz zu den meisten, die das Bauckhof-Logo nur von den vielfältigen Demeter- und Bioprodukten kennen, die inzwischen im ganzen Land und darüber hinaus im Naturkostfachhandel in den Regalen stehen, kennen sie sich aus. Die Bauckhöfe gehören zur Region, sind lebendige Orte der Gemeinschaft, die weit über die jeweiligen Höfe hinauswirken. Seit Jahrzehnten sorgt der Bauckhof mit neuen Ideen für Denkansätze – für die Demeter-Gemeinschaft, die Biobranche und die Gesellschaft.



Bauckhof Klein Süstedt: „Unsere drei Höfe und das dazugehörige Land haben wir 1969 aus Privateigentum der Familie Bauck in das Eigentum der gemeinnützigen Landbauforschungsgesellschaft überführt. So können sie nicht vererbt und nicht verkauft werden – und sie gehören keiner Bank. Damit ist für die Zukunft gesichert, dass auf den Bauckhöfen biologisch-dynamisch gearbeitet wird und neben den Familienmitgliedern viele Menschen verantwortlich tätig sein können. Das ist eine große Chance – für die Bauckhöfe, aber auch für diejenigen, die zu uns kommen und hier gute Landwirtschaft betreiben wollen. Sie müssen keinen neuen Betrieb gründen, mit all den hohen Investitionen und Risiken, die damit verbunden sind, sondern können loslegen – und haben die Freiheit, Ideen auszuprobieren“, erklärt Carsten Bauck.

Der 43-jährige Demeter-Landwirt lebt und arbeitet auf dem Ursprungshof in Klein Süstedt in der Nähe von Uelzen. Hier begann 1931 die Geschichte des Bauckhofs mit echten Pionieren: Wilhelmine und Eduard Bauck stellten damals – lange, bevor der Begriff „bio“ geprägt wurde – als eine der ersten ihren Bauernhof auf die Biodynamische Wirtschaftsweise um. So visionär Urgroßvater und -mutter die Demeter-Landwirtschaft der einsetzenden industriellen Herangehensweise mit dem aufkommenden Kunstdünger und Tiefpflug entgegengesetzte, so visionär ist auch die heutige Generation in diesem modernen Betrieb. Genau an diesem Ort begann vor zehn Jahren eine zweite Revolution, die

bis heute weite Kreise zieht: Carsten Bauck und Yanic Arndt – die beiden Geschäftsführer des Bauckhofs Klein Süstedt – rückten die Brüder der Legehennen in die Aufmerksamkeit, die ganz selbstverständlich von den Brütereien aussortiert und vergast wurden (bis heute werden übrigens jährlich noch 45 Millionen männliche Küken nach dem Schlupf getötet). Unvereinbar mit ihren eigenen ethischen Ansprüchen! So sieht Carsten Bauck es auch heute: „Der Umgang mit diesen Bruderhähnen, die aus rein wirtschaftlichen Gründen getötet werden, und als Abfall einer Geflügelhaltungsindustrie gelten, ist ein Armutszeugnis für die Gesellschaft.“ Zusammen mit Vertreter*innen aus dem Naturkostfachhandel gründete er und Yanic Arndt 2013 die Bruderhahn Initiative (BID), die es geschafft hat, das Thema der getöteten Bruderküken in der Gesellschaft sichtbar zu machen.

Hähne in der Pubertät

Die Idee: Mit vier Cent pro Ei subventioniert die Henne die Aufzucht eines Bruderhahns, der leben darf und 22 Wochen aufgezogen wird. Dann wird er geschlachtet. Nach einem guten Leben im sogenannten „Männerwohnheim“, einem luftigen Hühnerstall mit Wintergarten, viel Platz und Auslauf unter zahlreichen Pappeln. Wenn man die munteren, neugierigen und stolzen Hähne sieht, will man sich nicht vorstellen, dass sie nicht



Viel frische Luft und Platz für die Bruderhähne, die aufgezogen werden, anstatt aussortiert.

ZU BESUCH AUF DEM BAUCKHOF

EINE IDEE, DIE TRÄGT

hätten leben dürfen. Sie – laut Carsten Bauck „alles Jungs in der Pubertät und so verhalten sie sich auch!“ – sitzen auf verschiedenen Höhen auf Stangen im Stall oder erkunden in Grüppchen draußen das weitläufige Gelände, scharren, picken Futter auf. Sie schütteln ihr Gefieder, flattern und krähen mit Hingabe. Einer lauter als der andere. „Testosteron“, kommentiert Carsten Bauck. Für ihn ist die Bruderhahnaufzucht so lange eine Brücke, bis die Zucht der Zweinutzungshühner der Ökotierzucht (ÖTZ, siehe Seite 15) so weit gediehen ist, dass es den Bruderhahn nicht mehr geben muss. Nicht weil er etwa vor dem Schlupf aussortiert wird, wie bei der Geschlechtsbestimmung im Ei, sondern weil die Hähne eines solchen Zweinutzungshuhns als Fleischtiere ökologisch und zugleich wirtschaftlich aufgezogen werden können und nicht von den eierlegenden Schwestern querfinanziert werden müssen. Eine Herde ÖTZ-Hühner gibt es bereits auf dem Bauckhof. Carsten Bauck und Yanic Arndt waren 2015 Mitinitiatoren der ÖTZ, eine gemeinsame Initiative von Demeter und Bioland, die das Ziel hat, ein echtes Zweinutzungshuhn für den Ökolandbau zu züchten: „Ein Huhn, das noch genügend Eier legt für einen Biobetrieb und ein Hahn, der Fleisch ansetzt – damit sind die Brüder nicht mehr ökonomisch ‚wertlos‘ und müssen auch nicht mehr von der Henne querfinanziert werden.“

Das Ende mitdenken

Carsten Bauck denkt alles bis zum Ende. Auch das Leben der Tiere, die er hält. Ihm ist es ein echtes Anliegen, auch über das Sterben seiner Tiere zu sprechen – und damit auch über das Töten. „Heute ist das Töten ein Tabuthema! Früher, noch vor 40 Jahren, wurde ganz selbstverständlich darüber gesprochen, wie die Tiere getötet werden, zum Beispiel Hühner, die die Menschen zum Eierlegen hielten und die irgendwann als Suppenhuhn im Kochtopf landeten. Dafür waren jedoch andere Themen wie die Sexualität tabu. Heute ist es umgekehrt.“



„Die Bauckhof-Idee wurde vor 50 Jahren geboren. Damals wurde Eigentum in Gemeingut umgewandelt und Landwirtschaft neu gedacht: Sie dient dem Gemeinwohl und nicht dem Landwirt.“

Jan-Peter Bauck, Bauck GmbH

Über das Töten der Tiere spricht keiner und niemand will davon hören, während Sexualität allgegenwärtig ist. Dabei ist es wichtig, über das Töten zu sprechen. Denn nur dann diskutieren wir: Was ist der bestmögliche und respektvollste Weg, ein Tier zu töten? Ich möchte das Thema in den Fokus rücken und es hier auf unserem Betrieb so gut wie möglich tun.“ Das fängt schon an, wenn die Tiere gefangen werden – das geschieht durch die Mitarbeiter*innen, die auch für ihre Aufzucht verantwortlich sind. Und das nachts, wenn sie gerade ihre Ruhephase haben, was zu bedeutend weniger Stress führt. In der Schlachtereie, die nur 100 Meter von den Aufzuchtställen entfernt liegt, zeigt Carsten Bauck den „Warteraum“, in dem für Ruhe gesorgt wird. Ihm ist es wichtig, dass diejenigen, die die Schlachtung vornehmen, nicht abgestumpft sind, sondern jedem Tier Respekt entgegenbringen.

DIE BAUCKHÖFE

LÜNEBURGER HEIDE



Demeter-Pionier Eduard Bauck stellte bereits 1932 seinen Betrieb in Klein Süstedt auf die Biologisch-Dynamische Wirtschaftsweise um – somit ist der Bauckhof einer der ersten Demeter-Höfe überhaupt. Heute gibt es drei Bauckhöfe in der Lüneburger Heide. Der **Bauckhof in Klein Süstedt** ist dabei der Ursprungsbetrieb, die Bauck GmbH, ein Leuchtturmunternehmen für ökologische Tierhaltung, Forschung und (Weiter-)Entwicklung der biologisch-dynamischen Landwirtschaft. Der **Bauckhof in Amelinghausen** (seit 1959 biodynamisch) ist ein Mischbetrieb mit Kühen, Schweinen, Kartoffeln, Gemüse und pädagogischen Angeboten. Außerdem gibt es dort eine Käserei, Hofladen und Kräutergarten. Auf dem **Bauckhof Stütensen** (seit 1966 biodynamisch) wohnen und arbeiten, getragen und geleitet vom anthroposophischen Menschenbild, heute mehr als 40 Menschen mit Assistenzbedarf gemeinsam mit ebenso vielen Mitarbeitenden samt Familien.

www.bauckhof.de



Michaela und Ralf Weber am Bauckhof Amelinghausen.

Dass es Raum für solche Gedanken und Initiativen gibt, dafür steht seiner Meinung nach der Bauckhof – und das hat wieder mit der Gemeinnützigkeit zu tun. „Bauckhof, das ist ein Zusammenschluss von Menschen, die unter diesem Namen arbeiten – und das tun sie richtig gut, mit hohen Idealen und Anspruch. Sie alle kommen aber natürlich nicht nur von hier. Ich bin mir sicher: Würden nicht neue Menschen auf dem Bauckhof in Verantwortung arbeiten, sondern nur Bauck-Nachfahren, wären wir heute ganz bestimmt nicht da, wo wir jetzt sind.“

Eine Bewegung

Ideale pflegen, Ideen verwirklichen – diese Freiheit bietet der Bauckhof all jenen, die sich hier einbringen. Alle Geschäftsführer*innen, die die drei landwirtschaftlichen Betriebe jeweils in Betriebsgemeinschaften führen, sind Pächter*innen der Höfe und des Landes. Die Konstruktion mit der gemeinnützigen Landbauforschung wurde vor 50 Jahren durch den Vorläufer der GLS-Bank ermöglicht. Das anthroposophische Weltbild reicht nicht nur bis in die Geldströme hinein, sondern auch in die Organisation. Die Gesellschafter*innen der Landbauforschung, die regelmäßig über die Geschehnisse des Bauckhofs mitentscheiden

und beraten, speisen sich aus anderen Demeter-Bäuer*innen, Waldorfpädagog*innen oder Vertreter*innen anthroposophischer Wirtschaftsunternehmen. „Die Idee ist nun 50 Jahre alt, doch moderner denn je! Der Bauckhof begründet sich nicht auf Landesbesitz und Erbfolge, sondern ist eine Bewegung!“, sagt Carsten Bauck.



Bauckhof Amelinghausen: „Kooooom, kooooomm, Kleopatra, hierher, kooooomm!“ Ralf Weber schüttet eine Schaufel Kartoffeln dort-

hin, wo die Kuh sich neben ihren Kolleginnen zum Fressen einreihen soll. Doch Kleopatra will nicht recht, der Stall ist neu und alles ist anders – und Kleopatra ist, so wie Goldi, Gisela und ihre anderen Kolleginnen, ein Gewohnheitstier. In Grüppchen werden die 45 Kühe von helfenden Hofbewohner*innen in das neue Zuhause getrieben. Dass es anfangs noch etwas dauert, bis jede ihren Platz gefunden hat, damit war zu rechnen. Dabei steht der luftige neue Laufstall am schönsten Ort des Hofes – mit wunderschönem Blick auf die nahen Weiden und Wald, hinab in ein kleines Tal. Hinter

dem Stall: eine Baustelle. In Zukunft, erklärt der Landwirt, soll hier der neue Melkstand entstehen und die neue Schaukäserei. Dazu ein Hofcafé samt Laden und ein Kälberauslauf. Die Idee dahinter: Besucher*innen des Bauckhofs Amelinghausen haben durch den offenen Stall sowie durch die Fenster im neuen Gebäude Einblicke in die gesamte Verarbeitungskette der Milch: von der Kuh bis zum Milchprodukt.

Ralf und Michaela Weber leben und arbeiten seit 25 Jahren hier als eine der drei Pächterfamilien aus der Betriebsgemeinschaft und haben auf dem Hof drei Kinder großgezogen. Michaela ist die Enkelin von Eduard Bauck und selbst auf dem Bauckhof aufgewachsen. Ralf kommt aus Oberschwaben und ist nicht wie Michaela auf einem Bauernhof groß geworden, sondern auf dem Fußballplatz. Michaela Weber lacht, wenn sie von ihrem ersten Treffen in einem SOS-Kinderdorf erzählt, wo sie beide gearbeitet haben: sie „Hippie“, er „Popper“. „Ich finde es gut, dass mein Mann nicht aus der Landwirtschaft stammt, sondern sich bewusst dafür entschieden hat!“, sagt sie. „Menschen wie er, die mit Leib und Seele diesen Hof mit Ideen und Leben füllen, sind ein großes Geschenk.“ Bevor die beiden einstiegen, hatte der Standort eine ganz andere Ausrichtung. Er war ein berühmter Forschungsbetrieb unter Dr. Nicolaus Remer. „Doch der Bauckhof ist immer im Wandel“, erklärt Ralf, „ich liebe die Landwirtschaft, wollte unbedingt Landwirt sein und kein Forscher. Hier konnte ich gestalten. So haben wir die Fruchtfolge intensiviert und jedes Jahr etwa einen Hektar mehr Gemüse angebaut als im Vorjahr, wir halten heute zudem deutlich mehr Tiere – und diese auch anders. Dadurch entwickeln wir uns stetig weiter. So haben wir vor fünf Jahren etwa die muttergebundene Kälberhaltung eingeführt.“ Auch werden die hofeigenen Produkte in viel höherem Maß als früher vor Ort auf dem Hof verarbeitet. Die Käserei, die Michaela



HILFT BEI TROCKENEN UND GEREIZTEN AUGEN. VISIODORON MALVA®

ZUR BEFEUCHTUNG, BERUHIGUNG UND ERFRISCHUNG VON TROCKENEN, GEREIZTEN AUGEN

- ✓ Gentechnikfreies Natriumhyaluronat befeuchtet und stabilisiert den Tränenfilm
- ✓ Extrakt aus der Blüte biologisch angebauter Malva sylvestris wirkt beruhigend
- ✓ Befeuchtet lang anhaltend



Jakob Scherertz vom Bauchof Stütensen und Jan-Peter Bauck von der Bauck GmbH untersuchen den Kompost und freuen sich über den Kreislauf.

Weber 15 Jahre lang geleitet hat, liegt seit zehn Jahren in den Händen von Mitpächterin Nora Mannhardt, die hier köstliche Käsekreationen herstellt, die unter anderem im eigenen Hofladen verkauft werden.

Am nächsten Morgen, um Viertel vor sechs, scheint es, als hätten die Kühe schon immer die Nacht hier verbracht. Das Morgenlicht, das durch die letzten Nebelschwaden über dem Wäldchen im Osten dringt, zeichnet scharfe Konturen von ihren Körpern gegen die Sonne: feine Haare um die Mäuler, die Hörner nach vorn, manche ganz spitz und gerade, manche gebogen, manche krumm. Kleine Wölkchen steigen aus ihren Flotzmäulern in die noch kühle und feuchte Luft. Ein paar Tiere, die Frühaufsteher unter ihnen, haben die Köpfe am Boden, fischen bereits geschickt einige Maulvoll Heu aus den jetzt kleinen Häufchen, die Ralf der Länge des Laufstalls entlang für sie am Vorabend verteilt hat. Manche Kühe liegen noch in der Mitte des Laufstalls im Stroh, gemütlich und noch müde, eine einzige macht Morgengymnastik an der Schubberbürste. Und alle kauen. Atmen. Kauen. Ein jedes Tier noch ver-

sunken in seinem Tun; die Zeit vergeht und steht zugleich still. Doch als sie Ralfs Rufe hören, kommen sie in Gang: Jetzt geht es zum Melken!

Ein Hof wird zum Dorf

Viertel vor Acht gibt es wochentags im lichtdurchfluteten Pavillon Frühstück für die Menschen, die hier leben und arbeiten. Aus allen Richtungen sind heute zehn Mitarbeiter*innen gekommen, manchmal sind es doppelt so viele: aus dem Melkstand, vom Kuhstall, aus der Küche, aus der Käserei, aus dem Hofladen... Michaela und Ralf sitzen immer nebeneinander. Beim Essen wird gelacht und der Tag geplant, über den reißenden Absatz des neuen Heide-Halloumi gesprochen, den Nora gemeinsam mit einem syrischen Mitarbeiter nach dessen Rezeptur hergestellt hat. Dann müssen alle wieder los, an ihren nächsten Einsatzort.

Michaela bleibt zurück; in ihrer Rolle als Hauswirtschafterin für das gesamte Hofgelände bespricht sie mit ihren beiden Mitarbeiterinnen die Aufgaben für den Tag. Sie ist die Seele des Hofes und kümmert

sich um alle, die Orientierung brauchen: Praktikanten, Lehrlinge, Bufdis und die Schüler*innen der 7. Klassen, die je zwei Wochen auf dem Bauchof verbringen. Zentral dabei: „Unser gutes und gemeinsames Essen – das strukturiert den Tag.“ So wirbelt sie zwischen drei Küchen – der Hofküche, der Küche im Pavillon und der eigenen privaten. Neben der Versorgung von rund 40 Menschen, die auf dem Hof leben, kümmert sie sich darum, dass die Gemeinschaftsräume, die Häuser und das Gelände in Ordnung gehalten werden. Auch organisiert sie Veranstaltungen vom Kaffeekränzchen für die Landfrauen bis hin zu Beerdigungen oder großen Feiern. Für die Dorfbewohner*innen aus Amelinghausen ist der Bauchof längst ein lebendiger kultureller Ort der Gemeinschaft geworden. Dazu passt der Leitspruch des Bauchofs Amelinghausen: „Hof wird Dorf“. Unter diesem Gedanken wurde auch in den letzten Jahren ein gemischtes Wohnprojekt in unmittelbarer Hofnähe umgesetzt, dessen ältere Bewohner sich am Leben und Treiben des Bauchofs beteiligen, etwa bei der Pflege des Kräutergartens.

Auch sie will mit ihrem Mann eines Tages hier auf dem Hof alt werden. Werden ihre Kinder einmal, wie sie, an diesen besonderen Ort zurückkehren und hier leben und arbeiten? „Wir würden lügen, wenn wir sagten, dass uns das nicht freuen würde“, antwortet sie, „doch ich finde es richtig und gut, dass unsere Kinder völlig frei in ihrer Entscheidung sind. Da wir den Hof nicht ‚vererben‘, fühlen sie sich auch nicht verpflichtet, zurückzukommen. Wenn sie eine Idee haben und hier wirken wollen, sollen sie es tun. Wenn sie ihre Bestimmung woanders finden, freue ich mich auch für sie.“



Bauchof Stütensen: Jakob Scherertz hat Ideen. Im Herbst 2019 übernimmt er die Geschäftsführung von Reiner von Kamen, der seit über 40 Jahren den Bauchof Stütensen in Rosche geprägt hat. Jetzt steht der 33-Jährige mit Jan-Peter Bauck, Geschäftsführer der Bauck GmbH, der zu Besuch ist, vor dem Kompost.

Der liegt auf mehrere lange Mieten verteilt auf einer hofnahen Wiese. Jakob Scherertz greift mit beiden Händen in einen Komposthaufen hinein. Beide Köpfe neigen sich über seine Hände und untersuchen die braune krümelige Masse. Da! Der Dinkelspelz ist ganz einfach zu erkennen, weil er noch nicht vollständig verrottet ist. Er stammt aus der Mühle der Bauck GmbH und diente den Tieren auf Stütensen als Einstreu. Hier wird er – ganz im Sinne des Kreislaufgedankens – wieder zurück in die Erde gebracht. Sonst noch zu erkennen sind Laub, Rinde. „Und hier“, ruft Jakob Scherertz und zeigt auf schwarze Scheibchen, „Gemüseputzabfälle vom Hof.“ Er selbst bezeichnet sich als „bekennender Kompostliebhaber“ – für ihn gibt es keinen Biomüll, sondern nur „Biogut“. Er sieht es als Herausforderung, Organisches wie Mist oder Gemüsereste mit möglichst wenig Verlusten in Humus um-

BAUCK GMBH – IN 50 JAHREN ZUM GROSSEN MÜHLENBETRIEB

Mehle, Müslis, Flocken, Backmischungen, Porridges und mehr!

Aus den Bauchofen hervorgegangen ist 1969 ein Naturkosthersteller und Mühlenbetrieb mit dem Ziel, die Rohstoffe der Demeter-Landwirt*innen aus der Region zu vermarkten. Firmensitz war anfangs der Bauchof Klein Süstedt, dann der Bauchof Stütensen, bevor es im Jahr 2000 schließlich nach Rosche ging. Das Sortiment bestand in der Anfangszeit nur aus den Rohstoffen der umliegenden Demeter-Höfe, dann startete die eigene Produktion von Getreideprodukten mit der eigenen Mühle in Rosche. Auch heute noch sieht es die Bauck GmbH als ihre wichtigste Aufgabe an, mit Bauchof-Produkten aus der Mühle die biologische und vor allem die biodynamische Landwirtschaft zu fördern. Das Unternehmen pflegt langjährige, faire und stabile Beziehungen zu den Demeter-Betrieben in Norddeutschland, deren heimisches Getreide verarbeitet wird. „Das führt zu Planungssicherheit auf beiden Seiten“, sagt Geschäftsführer Jan-Peter Bauck. Da es nicht für alle Produkte Rohstoffe in ausreichender Menge in Demeter-Qualität gibt, ist sein Leitsatz: „**Bio wenn nötig, Demeter wo möglich.**“ Dabei unterstützt die Bauck GmbH auch Umstellungsprojekte auf Demeter.

Die Bauck GmbH ist heute noch familiengeführt und hat auch Mitarbeiter*innen als Gesellschafter. **Rund 180 Beschäftigte** produzieren für den deutschen und internationalen Naturkosthandel Bio- und Demeter-Produkte wie Mehl, Müslis und Backmischungen. Außerdem beliefert die Bauck GmbH bundesweit Bäckereien und andere Großkunden mit Rohstoffen.

Die Bauck GmbH bietet neben Mehlen, Müslis und Flocken bis zu Burgern, Kuchen- und Brotbackmischungen auch kontrolliert glutenfreie Haferprodukte wie etwa die Demeter-zertifizierten „Hot Hafer“-Porridges an. Möglich macht das ein gemeinsam mit Landwirt*innen entwickeltes Programm für den Anbau und die Verarbeitung von glutenfreiem Hafer. Am Firmensitz in Rosche baut die Bauck GmbH derzeit eine zweite Mühle, um noch mehr glutenfreies Getreide selbst verarbeiten zu können. Bei der Finanzierung ist die Bauck GmbH neue Wege gegangen und hat einen Teil der Investitionssumme erfolgreich über Crowdfunder generiert.

www.bauckhof.de



zuwandeln, der auch wirklich lebendig ist. „Humusaufbau kann einer der Hebel für uns Landwirte sein, das Klima zu schützen. Denn lebendiger und guter Humus voller Kleinstlebewesen bringt nicht nur beste Lebensmittel hervor, sondern bindet CO₂ aus der Atmosphäre. Das tut er – im Gegensatz zur umstrittenen CO₂-Verpressung – in einer vollkommen ungefährlichen Art und Weise“, erklärt er.



Farmers for Future

Jakob Scherertz hat nicht nur Ideen, sondern auch Energie. Im Frühjahr 2019 hat er die Initiative „Farmers for Future“ für Biobäuerinnen und -bauern ins Leben gerufen, um sich mit den Schülerinnen und Schülern zu solidarisieren, die mit der „Fridays for Future“-Bewegung einen wirkungsvollen Klimaschutz von der Politik einfordern. Mit ihren Unterschriften rufen Jakob Scherertz und die anderen Bäuer*innen die Bundesregierung dazu auf, für eine konsequente Klimapolitik in der Landwirtschaft einzutreten.

Die Kompostleidenschaft des 33-jährigen wie auch sein



Oliver Weser (links), Bewohner des Baukhofs Stütensen, lädt mit Julius Knippers reifen Kompost in die Schubkarre ...

Engagement als „Farmer for Future“ ist nur möglich, weil er dafür am Baukhof den Freiraum hat. So kann er andere Menschen mit seiner Begeisterung anstecken, die sie wiederum weitertragen, auch als Gemeinschaft. Und die Sozialtherapeutische Gemeinschaft Baukhof Stütensen e. V. ist groß. Längst passen die

Bewohner*innen nicht mehr in das alte Bauernhaus wie vor 50 Jahren. Heute arbeiten und leben fast 100 Menschen in fünf Anwesen und Nebengebäuden. Auch die Sozialtherapeutische Gemeinschaft entwickle sich ständig weiter, erklärt Jakob Scherertz. Heute leben keine Hausmutter und Hausvater mehr mit den rund 40 Betreuten. Diese leben vielmehr so selbstständig wie möglich und können frei darüber entscheiden, worauf sie in ihrer Freizeit Lust haben und bestimmen die Regeln und die Gemeinschaft mit. Für die Mitarbeiter*innen sind die Bereiche Arbeit und Privatleben getrennter als früher. Alleine ist hier aber kaum einer mal. „Ja, man muss schon bewusst in einer Gemeinschaft leben und sich auch einbringen wollen“, sagt Jakob Scherertz, der hier mit seiner Partnerin und seinen zwei Kindern lebt. Das Zusammenleben und -arbeiten ist schön und erfüllend, aber natürlich nicht immer einfach. Wie das eben so sein kann, wenn viele Menschen mit Idealen und Ideen aufeinandertreffen. „Da muss man oft und wiederholt Überzeugungsarbeit leisten, wenn man seine Idee verfolgen will.“

Auf dem Fahrrad fährt Jakob Scherertz auf sandigen Wegen durch den Baukhof-Wald, an den zum Hof gehörenden Äckern vorbei – Hafer, Gerste, Kartoffeln, Roggen, Futterbau, Gründüngung. Deren karge, sandige Böden profitieren von seinem

hochwertigen Kompost, von dem er dieses Jahr zum ersten Mal so viel produzieren konnte, wie gebraucht wird. Das ist sein Beitrag für den Boden, der hier seit 50 Jahren nach Demeter-Richtlinien bewirtschaftet wird. Irgendwann, weiß Jakob, wird jemand anderes mit vielleicht ganz neuen Ansätzen genau diese Äcker weiter bewirtschaften und für lebendige Erde sorgen. Erde, die – so viel ist sicher – nie wieder konventionell bewirtschaftet werden wird. Ein schöner Gedanke.



... und bringt ihn in das Gewächshaus, damit der Boden für die Paprikapflanzen gut vorbereitet ist.

ANZEIGE

100 %
Bio-Fleisch aus artgerechter Tierhaltung

100 %
Rohstoffe aus biologischem Anbau

100 %
gentechnikfrei

0 %
Farbstoffe und künstliche Aromen

Getreidefreie Rezeptur

Unsere Produkte finden Sie im ausgewählten Tier- und Naturkostfachhandel oder unter www.defu.de
Wir beraten Sie gerne auch persönlich unter 06257-9340-15.*
*Mo. bis Fr. von 8.00 bis 17.00 Uhr

ANZEIGE

neu

Voelkel Rote Bete Ingwer

Fein würzig & leicht scharf
Direktsaft aus samenfester Rote Bete verfeinert mit Ingwer

Der würzige, leicht erdige Geschmack von erntefrisch gepresster Rote Bete und das feine Aroma scharfer Ingwerwurzeln passen überraschend gut zusammen und kitzeln die Sinne. Für diesen besonderen Gemüse-Genuss in Demeter-Qualität kombinieren wir samenfeste Rote Bete aus Deutschland und Demeter-Ingwer aus Peru und schlagen so eine Brücke für eine zukunftsfähige Landwirtschaft auf der ganzen Welt.

www.gemuese-erleben.de

Voelkel GmbH | Fährstraße 1 | 29478 Hönbeck/OT Pevestorf | www.voelkeljuice.de
Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-007

LEIDENSCHAFTLICHE ZÜCHTER*INNEN

KULTURPFLANZEN MIT GESCHICHTE

Am Dottenfelderhof nahe Frankfurt am Main entwickeln und erhalten biodynamische Pflanzenzüchter*innen Kultursorten und kämpfen für Unabhängigkeit von der globalen Saatgutindustrie. Ein Besuch bei der Gemüsezüchterin Johanna Fellner und dem Mais- und Getreidezüchter Carl Vollenweider.

Von Nicolas Weisensel



Seltener Anblick: blühende Kohlpflanzen.



Carl Vollenweider und Johanna Fellner auf dem Acker.

Es ist ein sonniger Tag, Schwalben zwitschern und fliegen im frischgrünen Hausgarten des Dottenfelderhofs bei Bad Vilbel zwischen den alten Klostermauern umher. Schon immer wurde hier Gemüse angebaut, bis heute. Gemüsezüchterin Johanna Fellner zieht eine Möhre mit herabhängendem Laub aus dem Boden. „Oh nein!“ ruft sie, die Wühlmaus war wieder aktiv. Neben einer alten violetten Möhrensorte züchtet und erhält die 31-Jährige hier in Zusammenarbeit mit Kultursaat e. V. auch orange Möhren, Romanesco, Buschbohnen sowie Weiß- und Rotkohl biodyna-

misch. Rotkohl ist ihre große Leidenschaft, das merkt man an dem Leuchten in ihren Augen, wenn sie davon spricht.

Faszination Kohl

Die ausgewachsenen Kohlpflanzen sind ein ungewöhnlicher Anblick, sie spreizen sich, ganz langgezogen, der Sonne entgegen, ihre Blüten leuchten knallgelb. Nur so bilden die Pflanzen ihre Samen aus. „Es hat mich schon immer beeindruckt, den Kohl blühen zu sehen“, sagt Johanna Fellner. „Ich verstehe unsere Kulturpflanzen besser, wenn ich mich mit

den wilden Urformen beschäftige.“ Sie fasziniert, wie die Pflanzen über Jahrhunderte eine enge Gemeinschaft mit dem Menschen eingingen und beide bis heute gemeinsam wachsen – wenn man sie denn lässt.

„Ich will Pflanzen, die wirklich Pflanzen sein können.“ Soll heißen: Sie entwickeln sich und wachsen selbstständig. Sie möchte die Integrität lebendiger Wesen ernst nehmen, diese achten und wertschätzen. „Pflanzen haben eine Geschichte, jedes Jahr prägt sich in sie ein.“ Beim Kohl ist ihr das besonders wichtig, denn hier gibt es fast nur noch CMS-Hybridsaatgut. Daraus entstehen

Pflanzen, die selbst unfruchtbar sind, was zu einer genetischen Verarmung und Abhängigkeit von Saatgutkonzernen führt. Diese Entwicklung möchte Johanna Fellner mit ihren ökologisch gezüchteten, vielfältigen, nachbaufähigen Sorten durchbrechen. „Samenfest heißt, dass man Pflanzen aussät, erntet und die Samen wieder aussähen kann. Dadurch ist man unabhängig.“

Samenfeste Sorten

Gentechnik und Hybridzüchtung sind für Johanna Fellner hingegen ein „Vergehen an der Pflanzenwelt“. Genau deshalb kämpft und arbeitet die Züchterin für den Erhalt und die Verbesserung der alten, samenfesten Kultursorten. „Die Pflanzenzüchtung muss ein gesamtgesellschaftliches Thema werden“, sagt sie. Denn aktuell unterstützt fast jeder Kauf von Lebensmitteln konventionelle, industrielle Saatgutriesen.

Ortswechsel: Ein beschaulicher Acker, knapp einen Kilometer entfernt. Carl Vollenweider, 32, zieht mit prüfendem Blick ein rotes Maiskorn aus der Erde. Es sollte etwa fünf Zentimeter tief im Boden stecken. Die intensive Farbe hat das Korn durch den hohen Anteil an Anthocyanen, den rot-violetten Pflanzenfarbstoffen.

Mais ist Carl Vollenweiders große Passion: „Ich verstehe gar nicht, warum die Deutschen so wenig Maisprodukte essen. In der Schweiz lieben wir Polenta.“ Wie der studierte Mathematiker und promovierte Physiker zur ökologischen Pflanzenzüchtung kam, ist eine ganz besondere Geschichte. „Mich hat Vandana Shiva sehr beeindruckt und ihre Botschaft, dass viele unserer Probleme damit zu tun haben, wie wir Landwirtschaft betreiben und welches Saatgut wir verwenden.“ Nur zwei Wochen nach seiner Doktorprüfung ist er auf dem Weg zu ihr nach Nordindien. Die indische Quantenphysikerin und Ökoaktivistin betreibt dort einen Hof, wo sie alte Kultursorten bewahrt, vermehrt und wieder in Umlauf bringt. Ihr Ziel: lokale Kleinbauern stärken und unabhängiger machen. „Dort habe ich begriffen, dass ökologische Pflanzenzüchtung

eine Hilfe zur Lösung unserer globalen Probleme ist“, so der Züchter.

Ein Forschungsschwerpunkt von Carl Vollenweider ist die Populationszüchtung bei Mais und Weizen: „Populationen sind heterogene, vielfältig zusammengesetzte Pflanzenbestände.“ Dabei werden nicht mehr nur gleiche Sorten angebaut, sondern eine ganze Vielfalt an verschiedenen Pflanzen. Der Vorteil: Das erhöht die Biodiversität auf dem Acker, die Pflanzen können sich an Standort- und Klimabedingungen anpassen und eine höhere Widerstandsfähigkeit gegen bestimmte Krankheiten entwickeln. „Mit Populationen kann eine breite Vielfalt erzeugt und erhalten werden, auf die wir für die kommenden Herausforderungen dringend angewiesen sind.“

Mehr Geld für die Ökozüchtung

„Die Ökozüchtung braucht ein eigenes Finanzierungsmodell, der ganze Sektor muss sich an der Züchtung beteiligen“, sagt Carl Vollenweider. „Nur so kann die Ökozüchtung eine breite Sortenvielfalt erhalten und bereitstellen. Das hilft nicht nur der Ökolandwirtschaft, sondern der gesamten Gesellschaft und dem Planeten.“

Demeter
Fakt
#03

Wir entwickeln Gemüsesorten, die schmecken. Als erster Bioverband hat Demeter Richtlinien für Pflanzenzüchtung entwickelt und zertifiziert biodynamisch gezüchtete Gemüse- und Getreidesorten. Bis jedoch alles Demeter-Gemüse aus biodynamischem Saatgut von Sorten aus biodynamischer Züchtung stammt, ist es noch ein weiter Weg.

www.demeter.de/pflanzuzuechtung

NATURATA
> mehr als bio



DEMETER-
QUALITÄT

MEHR ALS PASTA

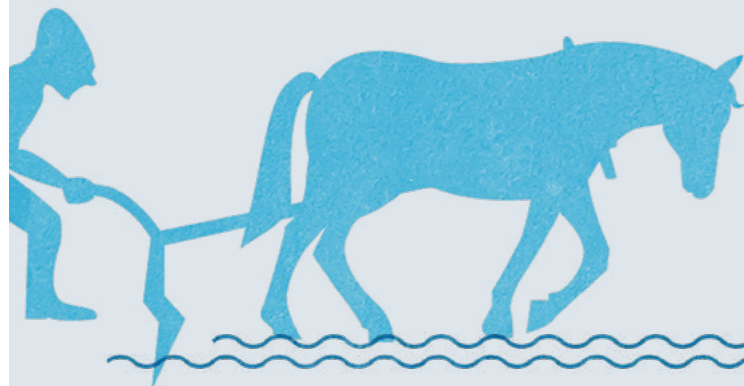
Naturata Nudeln aus traditionellen Dinkelsorten. Seit über 30 Jahren von der gleichen Erzeugergemeinschaft. Klimaneutrale, schonende Herstellung in Deutschland.

ALT & NEU

STARKE PFERDE

Pferde wurden früher und werden heute noch als Arbeitstiere verwendet. In der Vergangenheit zum Beispiel das Rheinisch-Deutsche Kaltblut, damals die meist genutzte Rasse in Deutschland. Jetzt ist es auf der Roten Liste. Auch heute nutzen Demeter-Höfe Arbeitspferde als eine besonders nachhaltige Form der Bewirtschaftung, etwa der Waldpferde Hof in Müncheberg im Naturpark Märkische Schweiz mit fünf Rheinisch-Deutschen Kaltblutpferden.

www.waldpferdehof.de



... UND ALTE KLASSIKER

Auf vielen Demeter-Betrieben werden alte Sorten angebaut und bewahrt, zum Beispiel in der Keimzelle, circa 70 Kilometer nordwestlich von Berlin. Dort erhalten und vermehren Eve Bubenik und Winni Brand alte und seltene Kulturpflanzen. Ihr Angebot an Ökosaatgut besteht aus Gemüse, Blumen und Kräutersamen.

www.keimzellevichell.culturebase.org



DER ÄLTESTE

Der Hof Marienhöhe in Bad Saarow wird **SEIT 1928** biologisch-dynamisch bewirtschaftet und ist damit der älteste

Demeter-Betrieb. **RUND 40 MENSCHEN**

ALLER GENERATIONEN leben hier zusammen in einer lebendigen Gemeinschaft. Auf dem Hof werden vom Aussterben bedrohte Tierarten gehalten, etwa Rinder der Rasse Deutsches Rotvieh und Sattelschweine.

www.hofmarienhoehe.de



NEUE SORTEN ...

Jedes Jahr bringt Kultursaat e. V. viele neue nachbaufähige biologisch-dynamische Neuzüchtungen über Saatgutvertriebspartner auf den Markt, etwa Vigna-Bohne Canetti (2018), Gurke Cleopha (2017), Brokkoli Rasmus (2018), Weißkohl Berns (2017), Tomate Philamina (2018), Kohlrabi Enrico und Fridolin (2019), Blumenkohl Amabile und Daniel (2019) oder Lauchzwiebel Ischikrona (2019).

www.kultursaat.org

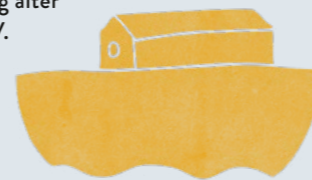


ALT & BEDROHT

EINE ARCHE. MITTEN IN DER HOLSTEINISCHEN SCHWEIZ

Volker Kwade baut in Bosau hält und züchtet der Demeter-Bauer auf Hof Hörsten vom Aussterben bedrohte Nutztierarten, etwa Limpurger Rinder, Schwarzwälder Pferde, Bayerische Landgänse und Goldbrakelhühner. **Kontakt:** arche-hoersten@posteo.net, Tel.: 04527-972881. Ausführliche Informationen zu alten und gefährdeten Nutztierarten bietet die Gesellschaft zur Erhaltung alter und gefährdeter Haustierrassen e. V.

www.g-e-h.de



IMMER NOCH LEBENDIG

Die Fachzeitschrift „Lebendige Erde“ ist ein alter Hase und doch aktueller denn je. Dieses Jahr feiert sie **70-JÄHRIGES JUBILÄUM.**

Seit 1950 erscheint die Fachzeitschrift für biodynamische Agrarkultur des Forschungsrings e. V. alle zwei Monate. Zugleich ist sie auch Mitgliederzeitschrift für alle Demeter-Vertragspartner, etwa Landwirt*innen, Verarbeiter*innen, Händler*innen.

www.lebendigeerde.de



VORGESTELLT

ALT



Das **SCHWÄBISCH-HÄLLISCHE LANDSCHWEIN** – vorgestellt von Demeter-Bauer Rudolf Bühler (BESH)

TIERART: Älteste Hausschweinerasse Deutschlands.

AUSSEHEN: Schwarzer Kopf mit schwarzem Hals, schwarzes Hinterteil, Beine und Rumpf sind weiß, faltige Stirn, Schlappohren.

SEIT: Seit 1840 sind sie urkundlich als Schwäbisch-Hällisches Landschwein erwähnt.

SCHWER: Bis 350 Kilogramm, bei einer Größe von 90 Zentimetern (Eber), bis 275 Kilogramm bei einer Größe von 80 Zentimetern (Sau).

BESONDERHEITEN: Sehr robuste, vitale, fruchtbare und genügsame Schweinerasse, bestens geeignet für den ökologischen Landbau. Gut für Weidehaltung, verwertet auch Klee, Gras und Restfuttermittel. Hervorragende Fleischqualität, beliebt auch in Sterneküchen und bei Gourmets.

www.besh.de

NEU



ÖTZ-ZWEINUTZUNGSHÜHNER „Coffee“ und „Cream“ – vorgestellt von Inga Günther, Geschäftsführerin der Ökologischen Tierzucht gGmbH

TIERART: „Ökohuhn der Zukunft“ – ein klassisches Zweinutzungstier: Die Henne legt Eier, der Hahn wird gemästet.

AUSSEHEN: Die Rasse „Cream“ ist eine weiße Henne mit weißem Hahn. Die „Coffee“ ist eine bunte Truppe mit braunen, weißen und zum Teil auch schwarz-gemusterten Tieren.

SEIT: Die Tiere sind seit 2018 verfügbar.

SCHWER: Das Lebendgewicht der Hähne beträgt 2,3–2,7 Kilo (16. LW), Hennen wiegen 2,2 Kilo (18. LW) bei 100 % Bioaufzucht.

BESONDERHEITEN: Die Henne legt bis zu 230 Eier im Jahr, überwiegend in der Größe M. Zweinutzung bedeutet, dass Hahn und Hennen wirtschaftlich eigenständige Tiere sind – der Hahn wird nicht über die Eier der Henne subventioniert.

www.oekotierzucht.de



Auch Sie können den Kindern helfen!



KAMPF DEM KREBS BEI KINDERN

Jedes Jahr erkranken in Deutschland ca. 2.000 Kinder und Jugendliche an Krebs. Die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen leistet einen nachhaltigen Beitrag zur Krebsbekämpfung im Kindes- u. Jugendalter. Wir unterstützen die Krebsforschung vor allem im Tumorzentrum an der Universitäts-Kinderklinik Tübingen und verbessern dort auch die personelle und sachliche Ausstattung.

Ihr Testament für krebskranke Kinder

Ein guter Teil des Stiftungskapitals, dessen Erträge wir für die Förderung der Krebsbekämpfung einsetzen, stammt schon heute aus Testamenten von Menschen, die sich mit Ihrem Nachlass sozial engagieren und nachhaltig helfen wollen.

Wenn Sie weitere Informationen über die „Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen“ und ihre Arbeit haben wollen, rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns eine Nachricht.

www.stiftung-krebskranke-kinder.de
info@stiftung-krebskranke-kinder.de

Geschäftsstelle:
Fronsbbergstraße 51 · 72070 Tübingen
Telefon 07071/946820 · Fax 07071/946813
Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl
Im Beirat: Prof. Dr. Michael Bamberg
Prof. Dr. Rupert Handgretinger · Universitätsklinik Tübingen

Spendenkonto: Volksbank Herrenberg
IBAN DE83603913100415900000
BIC GENODES1VBH



ANJA HRADETZKY UND ALEXANDER GERBER

KUHFLÜSTERIN MIT IDEALEN

Anja Hradetzky und ihr Mann Janusz haben es geschafft: Ohne Geld und Land haben sie ihren Traum vom eigenen Hof verwirklicht. Mit Demeter-Vorstand Alexander Gerber spricht die junge Bäuerin und Schriftstellerin über neue Ansätze – von der Herdenführung bis hin zu Finanzierungsmodellen. Und macht jenen Mut, deren Leidenschaft im Ökolandbau liegt.

Moderation: Susanne Kiebler

„Das Wesen der Kuh achten“ ist der Leitgedanke eures Betriebs „Stolze Kuh“. Was macht das Wesen der Kuh aus?

Anja Hradetzky: Es nährt meine Seele, Kühe auf der Weide fressen zu sehen. Sie bringen mich zu mir selbst, sie erden mich.

Alexander Gerber: Da habe ich sofort dieses Bild aus meiner landwirtschaftlichen Lehre vor Augen: Ich füttere im Stall. Im Osten hinter den Alpen geht die Sonne auf und scheint durch den ganzen Stall. In großer Ruhe fressen die Kühe das frische Gras, ich höre das friedliche Malmen und sehe im Gegenlicht ihren Atem. Wenn ich mich ganz auf sie konzentriere, bringen die Kühe auch mich mit ihrer nach innen gerichteten Aufmerksamkeit zur Ruhe.

Anja Hradetzky: Wir wollten Demeter-Bauern werden, weil Demeter der einzige Verband ist, der „pro Horn“ ist und auf diesem Gebiet keine Kompromisse macht. Das passt zu uns, denn wir wollten von Beginn an „Milchprodukte ohne Kompromisse“ herstellen – und unseren Idealen folgen. Das war in erster Linie unser Antrieb, einen eigenen Hof zu gründen. Ich bin von meinem Hintergrund her keine Anthroposophin, doch ich finde es wichtig, meine Flächen und meinen Hof zu durchdringen und biodynamisch zu wirtschaften. Wir haben drei Mentoren, erfahrene Demeter-Bauern, die uns dabei begleiten und unterstützen.

Alexander Gerber: Die Philosophie hinter der Biodynamischen Wirtschaftsweise ist essenziell, aber gerechtfertigt ist sie nur, wenn sie zu einem praktischen Nutzen führt. Diesen ganz praktischen Zugang zur biodynamischen Landwirtschaft erleben wir bei vielen der jüngeren neuen Generation. Das individuelle Herantasten an die biodynamische Landwirtschaft, das Be- und Ergreifen dessen, was da ist und dann das Richtige auf den Feldern und Äckern tun, ist genau richtig.

Anja Hradetzky: Die philosophischen Impulse empfinde ich als sehr bereichernd und natürlich spüre ich das „Biodynamische“,

wenn man so will. Biodynamisch wirtschaften heißt für mich jedoch auch, dass ich mich von den Marktbewegungen ein Stück unabhängig mache.

Die biodynamische wesensgemäße Tierhaltung ist bei der „Stolzen Kuh“ zentral. Das fängt schon bei den Kuhrassen an ...

Anja Hradetzky: Ja, wir halten ausschließlich alte, gefährdete Rassen, die Milch geben und zugleich Fleisch ansetzen: Original Braunvieh, Angler Rotvieh alter Zuchtrichtung – Janusz' Lieblingsrasse –, Tiroler Grauvieh und Deutsches Schwarzbuntes Niederungsgrind, eine lokale Rasse. Zum einen tragen wir damit dazu bei, dass diese alten Rassen erhalten werden. Zum anderen haben wir eine sehr natürliche Futtergrundlage, mit der Hochleistungszüchtungen nicht zurechtkommen würden. Unsere Kühe leben alle auf verschiedenen Naturschutzflächen des Nationalparkvereins „Unteres Odertal“ und fressen das Futter, das sie dort vorfinden. Wie man sich vorstellen kann, ist das nicht nur sattes Klee gras, sondern auch Schilf und was eben sonst so in der Natur wächst. Im Sommer fressen unsere Kühe das Gras von der Weide, im Winter bekommen sie Heu.

... und ihr zieht auch Bullenkälber auf, was auf Bio- und selbst auf Demeter-Höfen nicht die Regel ist.

Anja Hradetzky: Das funktioniert gut! Es gehört zu unserer Philosophie – auch wenn es uns vor Herausforderungen stellt: Dieses Jahr sind 26 unserer 36 Kälber männlich. Es wird in zwei Jahren also viel Fleisch geben. Hoffentlich gibt es genügend Konsumentinnen und Konsumenten, damit wir sie alle direkt vermarkten können.

Alexander Gerber: Das ist eines der wichtigsten Themen, die uns im Verband gerade beschäftigen: Wie schaffen wir es, dass alle männlichen Kälber im Demeter-Kontext aufgezogen und anschließend als Demeter-Fleisch vermarktet werden kön-

nen? Die Nachfrage nach Demeter-Milch und Milchprodukten ist sehr groß und eigentlich auch die nach Demeter-Rindfleisch. Nur haben wir noch keine ausreichenden Strukturen für die Aufzucht, die sich oft wirtschaftlich noch nicht rechnet, und die Vermarktung. Deswegen unterstützen wir den Aufbau von alternativen Netzwerken und überlegen uns, wie wir die Vermarktung von Demeter-Bullenfleisch stärken können. Zudem werben wir bei unseren Landwirten für Zweinutzungsrasse, die sowohl Milch als auch Fleisch geben.

Anja, du praktizierst und unterrichtest „Low Stress Stockmanship“. Wie funktioniert das?

Anja Hradetzky: Low Stress Stockmanship steht für eine Methode der „stressarmen Herdenführung“. Das heißt, ich leite und kommuniziere mit meiner Herde durch Körpersprache, also durch Bewegung und Positionierung. Unter anderem kommen da Grundlagen der Kuhpsychologie zum Tragen, etwa wenn ich mit meinem Körper die Tiere treibe und lenke. Das heißt, ich trete resolut auf und gebe der Kuh einen direkten Impuls, indem ich auf sie zugehe. Sie versteht dann, in welche Richtung sie sich bewegen oder ob sie stoppen soll.

Wo hast du das „Kuhflüstern“ gelernt?

Anja Hradetzky: Das hat mir in Kanada eine Rancherin beigebracht – mit einer Herde von 500 Tieren. Es war für mich eine Erweckung, wie wir zu zweit eine solche Herde allein durch unsere Körpersprache in den Korral treiben konnten. Wenn ich heute eine Kuh zum Schlachten bringe, sage ich ihr: Geh in den Anhänger – und das tut sie dann, ganz ohne Stress. Ich begleite sie übrigens auch bis zu ihrem Ende, also bis zum Bolzenschuss. Bei meiner Körpersprache orientiere ich mich am natürlichen Herdenverhalten. Ich bin dann quasi die ranghöchste Kuh. Inzwischen bringe

QUALITÄT VON ANFANG AN: DAS ÖKO-HUHN DER ZUKUNFT ZÜCHTEN



DIE ÖKOTIERZUCHT IN 5 PUNKTEN:

- ohne Kükentöten
- ohne In-Ovo-Selektion
- ohne Konzerne
- ohne Käfighaltung
- mit Bruderhahn

Eier und Fleisch von Tieren der ökologischen Tierzucht erkennen Sie am Siegel. Mit 1 Cent pro Ei sind Sie dabei – für die ökologische Tierzucht.



Alexander Gerber und Anja Hradetzky im Gespräch auf der Weide im Nationalpark „Unteres Odertal“. Dort werden die Kühe auch gemolken – mit einem Weidemelkstand.

ich interessierten Bäuerinnen und Bauern bei, wie das geht. Speziell für Bäuerinnen biete ich auch Seminare an, wie sie sich durch diese Methode zutrauen, Bullen in der Herde zu halten. Unsere eigenen Bullen hinterfragen uns nicht als Herdenchefs und bleiben immer auf Abstand zu uns. Eine Rolle spielt sicher, dass sie mit der Kuh aufwachsen – und nicht mit der Flasche großgezogen werden. Sie haben dadurch nicht diese Nähe zu uns Menschen, die dann gefährlich werden kann, wenn sie uns herausfordern.

Alexander Gerber: Es zeichnet euch aus, dass ihr ganz neu an Dinge herangeht und nicht einfach alten Traditionen folgt. Das zeigt mir, wie wir uns an bestimmte Bilder gewöhnt haben, die eine gute Mensch-Tier-Beziehung zeigen, wie etwa, dass wir Kühe und Bullen kralen wollen. Euer Ansatz der wesensgemäßen Tierhaltung hingegen ist der bewusste Verzicht auf Körperkontakt mit dem Bullen.

Ungewöhnlich ist auch, dass ihr eure Kühe auf der Weide melkt und nicht im Stall...

Anja Hradetzky: Ja, das geht bei uns auch nicht anders. Die Kühe auf den Weiden im

Naturschutzgebiet zu melken, wo sie leben und fressen, hat große Vorteile: Wir müssen sie nicht in einen Stall und wieder zurück auf die Weide treiben, keinen Mist fahren und die Kälber bleiben immer in ihrer Nähe. Seit Kurzem haben wir einen neuen Weidemelkstand aus Litauen und haben ganz tolle Erfahrungen damit gemacht.

Alexander Gerber: Warum glaubst du, dass nicht mehr Landwirtinnen und Landwirte auf der Weide melken?

Anja Hradetzky: Wenn die Flächen am Stall arrondiert sind, sieht es anders aus. Auf vielen Höfen steht schon ein Kuhstall, die Bauern haben dort schon immer im Stall gemolken und wollen das dann auch so beibehalten. Wir hingegen haben hier einen toten DDR-Stall vorgefunden und geschaut, wie wir unsere Vorstellungen und Ideale mit möglichst wenig Geld und Aufwand umsetzen können. Es wenden sich auch immer wieder Nachfolger*innen von Höfen an uns, die sich für den Weidemelkstand interessieren. Und auch sie fragen sich: Warum 150.000 Euro in einen Kuhstall stecken, wenn ein Weidemelkstand für ein Zehntel des Betrags auch funktioniert? Aber auch andere Dinge werden infrage gestellt, etwa wenn sie den elterlichen Hof übernehmen. So beraten wir

auch immer mehr zur mutter- und ammengebundenen Kälberaufzucht. Wir erleben es allerdings immer wieder, dass Alt-Bäuerinnen und -Bauern Schwierigkeiten haben, ihr Lebenswerk in jüngere Hände zu geben. Das kann ich aber auch nachvollziehen.

Alexander Gerber: Das sehe ich auch so. Wir haben viele Höfe, die Nachfolger suchen, aber gleichzeitig erleben wir, wie schwierig es für die Inhaber ist, auch wirklich abzugeben. Ich habe Übergabeprozesse begleitet und gemerkt, welch enormer Schritt es – verständlicherweise! – ist, das eigene Lebenswerk loszulassen. Auf der anderen Seite erlebe ich viele talentierte, idealistische junge Menschen, die sehr gut ausgebildet sind und die Lust auf biodynamische oder Biolandwirtschaft haben, doch letzten Endes fehlt vielen von ihnen dann auch der Mut, es zu wagen.

Was ist der Grund, warum nur wenige, die vom eigenen Hof träumen, einen gründen?

Anja Hradetzky: Das liegt meistens daran: kein Geld, kein Land, kein Markt. Janusz und ich haben beide aus Hartz IV gegründet. Unsere Grundlage war Janusz' Masterarbeit, in der er unseren Traum vom eigenen Hof nach unseren Idealen mit Zahlen hinterlegt hat. Aber wir hatten kein Geld und kein Land. Nur diese große Idee und den absoluten Wunsch, sie umzusetzen. Und am Ende auch den Mut, dies zu tun.

Alexander Gerber: Um jungen Leuten Mut zu machen und das Handwerkszeug für die Gründung eines eigenen Betriebs mit an die Hand zu geben, haben wir in der Demeter Akademie den „Existenzgründer“-Kurs ins Leben gerufen – mit toller Resonanz. Da werden Fragen gestellt wie: Welche Rechtsform passt zu mir? Welche Produkte? Wie kann ich vermarkten? Wie plane ich meine Altersvorsorge und vor allem auch: Wie finanziere ich mein Unternehmen?

Anja Hradetzky: Wir selbst haben mit „Kuh-Genussscheinen“ gestartet. Wir haben Freunde und Bekannte überzeugt und für unsere Idee im Internet geworben. Am

Ende haben 70 Unterstützer in diese „Kuh-Genussscheine“ mit je 500 Euro investiert und wir konnten damit die Kühe für unsere Herde zusammenkaufen. Dann hat uns auch eine lokale Bank unterstützt, auch wenn wir Land und Gebäude nur gepachtet haben. Der zweite Schritt war, dass wir einen kleinen lokalen Bauernmarkt ins Leben gerufen haben, wo wir unsere Hofprodukte verkaufen. Das hat uns einen tollen Schub gegeben und uns noch mehr mit dem Dorf vernetzt.

Alexander Gerber: Ein Hof wie eurer – und generell Ökolandbau – belebt die Dörfer und macht das Leben auf dem Land lebenswert: durch Arbeitsplätze, aber auch dadurch, dass sie oft zu kulturellen Zentren werden, zu einem Ort, an dem man sich trifft und austauscht. Und wo man einen Bezug zu dem bekommt, was wir essen.

Anja Hradetzky: Ja, Biohöfe bringen wieder eine gewisse Lebendigkeit in ein Dorf, nicht zuletzt mit den Tieren. Zu uns kommen viele Dorfbewohner, die unsere Produkte mögen, weil sie „schmecken wie früher“. Sie schätzen die Milch, das Fleisch, die Wurst und unseren Käse. Unsere neue Käserei haben wir übrigens auch durch Crowdfunding realisiert. Das war ein schönes Erlebnis, weil uns dabei auch ganz viele Menschen unterstützt haben, die uns nicht persönlich kennen, aber die Art und Weise, wie wir arbeiten und Tiere halten, gut finden. Die Käserei brauchen wir, um die Wertschöpfung für unsere Heumilch zu erhöhen – und um dieses hochwertige Lebensmittel auch länger haltbar zu machen.

Alexander Gerber: Die Art, wie ihr euren Hof aufgebaut habt und wirtschaftet, steht für ein neues Selbstverständnis der Betriebsleiter im biodynamischen und Ökolandbau. Demeter-Höfe setzen seit vielen Jahrzehnten Akzente in der ökologischen Pflanzenzüchtung, der Tierhaltung, der Bodenentwicklung – aber eben auch bei alternativen Wirtschafts- und Lebensformen. Hofübergaben außerhalb der Familie, Neugründung von Höfen und Betriebsgemeinschaften, vor allem aber auch Wirtschaftsmodelle wie bei euch, in denen bis

STOLZENHAGEN



HOF STOLZE KUH:

Anja und Janusz Hradetzky halten 40 Milchkühe alter Zweinutzungsrassen, drei Zuchtbulln, 44 Jungtiere und 36 Kälber. Janusz engagiert sich im Bündnis Junge Landwirtschaft e. V. und setzt sich gegen Landgrabbing in Ostdeutschland ein. Anja ist „Kuhflüsterin und Trainerin für wesensgemäße Tierhaltung“ und gibt Seminare im stressarmen Umgang mit Rindern.

PRODUKTE VOM HOF:

Auf dem Betrieb „Stolze Kuh“ wird Demeter-Heumilch direkt in der neuen Käserei verarbeitet – zu leckeren Käsesorten, Frischkäse, Joghurt, Quark und Butter. Auch verkaufen die Hradetzky's eigenes Rindfleisch und -Wurst. Im Hofladen oder per Paket. www.stolzekuh.de

LESETIPP

„Wie ich als Cowgirl die Welt bereiste und ohne Land und Geld zur Bio-Bäuerin wurde“ ist ein sehr persönlicher Erlebnisbericht von Anja Hradetzky. Am Ende der langen Reise baut sie gemeinsam mit ihrem Mann Janusz den Hof „Stolze Kuh“ auf – ohne Geld und ohne eigenes Land.

Anja Hradetzky, *Wie ich als Cowgirl die Welt bereiste und ohne Land und Geld zur Bio-Bäuerin wurde*, Dumont Verlag





Anja Hradetzky

1987 geboren, studierte Ökolandbau an der Hochschule für nachhaltige Entwicklung in Eberswalde. Anschließend arbeitete sie auf einer Beef Cattle Ranch in Kanada und als Herdenmanagerin auf einer Bioranch in Brandenburg. Seit 2013 baut sie mit ihrem Mann Janusz den Betrieb „Stolze Kuh“ in Stolzenhagen auf.

Alexander Gerber

1966 geboren, hat nach einer Ausbildung zum Landwirt auf einem Demeter-Betrieb Agrarwissenschaften in Hohenheim studiert und dort promoviert. Heute ist er Demeter-Vorstand, Vizepräsident von Demeter International und Vorstand des Bundes Ökologische Landwirtschaft (BÖLW).

hin zu den Verbraucher*innen die gesamte Wertschöpfungskette in die Unternehmensverantwortung mit einsteigt, sind meiner Meinung nach ein Weg für die Zukunft. So wie ihr einen frischen Blick habt und Althergebrachtes infrage stellt, so müssen wir alle umdenken, damit die bäuerlichen Strukturen bestehen bleiben und die Bauern am Ende der Kette nicht den gesamten Druck unseres Wirtschaftssystems tragen. Dafür ist mehr direkter Bezug zwischen Erzeuger und Verbraucher notwendig – etwa durch die Solidarische Landwirtschaft, Crowdfunding oder Genussscheine wie bei euch.

Wie wichtig ist dabei eine gute Kommunikation, um diese Ideale sichtbar zu machen?

Anja Hradetzky: Sehr wichtig. Wir merken auch, dass viele durch unsere Hofprodukte ein anderes Bewusstsein für weitere Lebens-

bereiche entwickeln. Die Milch, der Käse, die Salami, bei denen die Menschen ja auch unsere Ideale „mitessen“, sind ansteckend.

Alexander Gerber: Die Qualität, diese auch zu kommunizieren, gehört mit zu den Aufgaben der neuen Betriebsleiter. Es reicht nicht, nur gute Landwirtschaft zu betreiben, sondern eben auch die Produkte erfolgreich zu vermarkten, Öffentlichkeitsarbeit zu machen und sich mit anderen auszutauschen und zu vernetzen. Das sind große Herausforderungen.

Anja Hradetzky: Unsere Öffentlichkeitsarbeit – ob online über Blogbeiträge oder YouTube-Videos, aber auch im Fernsehen, Magazinen, Zeitungen und im Radio – möchte ich nicht nur nutzen, um von der „Stolzen Kuh“ zu erzählen. Ich möchte sie auch als Chance ergreifen, um anderen den Impuls zu geben, sich zu fragen: „Was ist mein innerster Wunsch?“

Alexander Gerber: Ja, an dieser Frage hängt alles! Am Ende geht es darum: „Was

will ich eigentlich vom Leben?“ Erst wenn diese Frage geklärt ist, werden die Energien frei, dann kommt der Mut, den eigenen Weg zu gehen.

Anja Hradetzky: Und dann findet man den Weg. Auch wenn es mühsam ist. Wir haben hier selbst Netzwerke mitaufgebaut – etwa das Bündnis Junge Landwirtschaft. Außerdem bin ich inzwischen Mentorin und beantworte viele Fragen: Junge Hofgründerinnen und -gründer brauchen Erfahrungen aus erster Hand. Das ist – neben der „Stolzen Kuh“ – unser Herzensanliegen: Wir wollen anderen jungen Menschen Mut machen, in die Landwirtschaft einzusteigen. In ein kapitalintensives Geschäft! Es ist hart, das möchte ich nicht verschweigen, ohne Geld und Land, doch mit dem „Low-Input“-Prinzip kann es funktionieren. Ich sage immer: Wenn es eure wirkliche Leidenschaft ist: Traut euch! Ihr könnt nicht mehr verlieren als ein nicht gelebtes Leben.



UNTERSTÜTZUNG FÜR JUNGE & ANGEHENDE BIOBÄUER*INNEN:

Bündnis Junge Landwirtschaft:

www.stopp-landgrabbing.de

www.buendnisjungelandwirtschaft.org

Öko-Junglandwirte-Netzwerk:

www.oeko-junglandwirte-netzwerk.de

Kurs Existenzgründung & Unternehmensentwicklung für Bäuer*innen und Gründer*innen im Ökolandbau der Demeter Akademie:

www.demeter.de/existenzgruendung

ANZEIGE

demeter

Wir lassen die Sau raus
Schwäbisch-Hällische Schweine leben artgerecht auf der Weide oder in großen, luftigen Ställen auf Stroh.

BÄUERLICHE ERZEUGERGEMEINSCHAFT SCHWÄBISCH HALL

ANZEIGE

FARMERS FOR FUTURE

Mitmachen – für eine klimafreundliche Landwirtschaft

www.farmers-for-future.de/unterzeichnen

ANZEIGE

BEUTELSBACHER

SAMENFESTES SAATGUT
bedeutet die Zukunft unserer Bio-Landwirtschaft!

ALLE unsere Demeter Gemüsesäfte und Frucht- sowie Gemüse-Mischsäfte sind aus samenfestem Saatgut und **nicht** aus Hybrid-Saatgut!

Unterstützen Sie Anbau und Züchtung samenfester Sorten mit Ihrem Kauf!

BEUTELSBACHER Fruchtsaftkellerei GmbH · Postfach 2166 · D-71370 Weinstadt

www.beutelsbacher.de

DEMETER-MYTHEN AUF DER SPUR

ALLES
UND IMMER
IM KREIS

„Cradle to cradle“ ist das Ideal aller Produktkreisläufe und heißt übersetzt „von der Wiege in die Wiege“. So manchem, wie der Berliner es ausdrücken würde, wird beim ständigen Kreisen ganz schön „blümerang“.

Illustration: Julia Friese

Das Wartezimmer war schon gut besucht, als Kilian eintrat, aber nicht überfüllt. Einige der Patienten, Männer wie Frauen, Alte wie Junge, saßen zur Seite gesackt auf ihren Stühlen, andere hielten sich an den Wänden fest, während manche bereits zu Boden gesunken waren und ihre Köpfe zwischen den Händen hielten, als wollten sie den Schwindel darin auspressen.

Kilian schwankte herein und hielt sich an dem Tischchen fest, auf dem die ganzen Magazine auslagen, die den Schwindel erst verursacht hatten. Schrot & Korn. Das Demeter Journal. Das Greenpeace Magazin. Alle forderten sie seit Jahren dazu auf, sich im Kreis zu bewegen, im Kreislauf zu wirtschaften, in Kreisen zu denken, und auch bei Kilian hatte diese Verkreisung der Welt bereits zu massivem Schwindel geführt.

Beim morgendlichen Grundschwindel, wenn er etwa ein Brötchen erstand, dessen Körner regional angebaut, lokal gedroschen, im Untergeschoss gebacken, von ihm selbst nur zeitlich in Anspruch genommen wurden, bevor er sie der Feldwirtschaft wieder zur Verfügung stellte, bei diesem morgendlichen Grundschwindel also nahm er nicht einmal mehr eine Tablette ein. (Die Blisterpackung fand im Kreislauf ohnehin keinen Platz.)

Seit Michael Braungarts neueste Publikation auf dem Markt war, Greta Thunberg das Klima rettete und das Automobil in deutschen Innenstädten dem wohlverdienten Ende entgegenröchelte, seit im Himmelbeet und in den Prinzessinnengärten Karotten wuchsen und Tomaten auf dem eigenen Flachdach, hatte sich Kilians Grundschwindel jedoch zu einer klinischen Schwindelattacke entwickelt, die ihn erstmals zum Arzt geführt hatte.

Eben wurde eine neue Patientin aufgenommen, eine ältere, gepflegte Dame, die es besonders schwer erwischt hatte; sie lief nicht zur Tür, sie bewegte sich in Kreisen dorthin, einem Derwisch nicht unähnlich, sie umtanzte die Ärztin in Kreisen und kam erst nach Gabe von hochpotenzierten Beruhigungskügelchen wieder zum Stehen.

Etwas verblüht, etwas vergeht, bevor es neu erblüht. Von der Wiege nicht zur Bahre, sondern von der Wiege zur Wiege. Schön und gut. Nur wie sollte Kilian in diesem fortwährenden Kreislauf jemals zum Stillstand kommen? Er bahnte sich einen Weg durch die schwankenden Patienten und trat ans Fenster. Öffnete es. Sommerlich warmer Restmüllgeruch stieg auf. Sogleich ging es ihm etwas besser, sein Schwindel beruhigte sich.

Denn unten in der Straße sammelte gerade ein Lkw die gelben Säcke ein, Bioplastikverpackungen und Recyclingstyropor wurden müde mampfend weggeschluckt. Kilians Stand festigte sich. Und er hatte Glück: Als nächstes fuhr ein Lkw vor, der die Grün-, Weiß- und Braunglascontainer krachend und klirrend in einem Großbehälter zusammenschüttete. Kilian sah zur Zimmerdecke auf. War das nicht Kohlestrom, der das Wartezimmer erhellte? Wunderbar. Er nahm die Hände vom Fensterbrett. Fiel nicht um! Stand wie eine Eins! Kreislauf – ist das vielleicht einfach eine Illusion, nur ein Traum? Schon brauchte er gar keine Behandlung mehr, doch da stand die Ärztin schon vor ihm und diagnostizierte: Eindeutig Transformationsschmerzen! Da müssen wir durch.

Hoforganismus und
Kreislaufwirtschaft

Demeter ist der einzige ökologische Anbauverband mit obligatorischer Tierhaltung auf den Bauernhöfen. Tiere, vor allem die Kühe, spielen eine zentrale Rolle in der betrieblichen Individualität des Hoforganismus. Demeter-Bäuerinnen und -Bauern betrachten ihren Hof als einen lebendigen, einzigartigen Organismus, bei dem ein Organ das andere braucht. Das Ideal der Biodynamischen Wirtschaftsweise ist die Kreislaufwirtschaft: Der Landwirt hält so viele Tiere wie er mit seinem Land ernähren kann. Deren Mist sorgt für eine hohe Bodenfruchtbarkeit, die beste Lebensmittel für den Menschen hervorbringt. Tiere prägen den Hof und das Leben der Menschen dort. Ohne ihren Mist gäbe es den wertvollen Kompost nicht, der Grundlage für die Zunahme der Bodenfruchtbarkeit im Biodynamischen ist. In Ausnahmesituationen werden Futter-Mist-Kooperationen mit benachbarten Demeter-Betrieben erlaubt.

Aufgrund der lebendigen Kreislaufwirtschaft gilt die Demeter-Landwirtschaft als nachhaltigste Form der Landwirtschaft und geht weit über die Vorgaben der EU-Öko-Verordnung hinaus.

Mehr unter:

www.demeter.de/biodynamisches

Demeter
Fakt
#11

Jeder Hof ist ein lebendiger Organismus: Mensch, Pflanze, Tier und Boden wirken zusammen.

Alle 20 Fakten unter

www.demeter.de/fakten

KIEZBETT

Natur pur für ruhigen und gesunden Schlaf.

Solides Massivholzbett

Zeitloses Design

Handgefertigt in Berlin

Aus einer Förderwerkstatt

Regionales Holz

Schnell aufgebaut

Ohne Verpackungsmüll

Unterstützt Umweltbildung

Fördert Naturschutz

Pflanzt Bäume nach

99% metallfrei

100% ohne Schadstoffe

Kiezbett schwebend
160 x 200 inkl. Lattenrost
1.479 € *



Kiezbett Stauraum
160 x 200 inkl. Lattenrost
2.175 € *



Kiezbett: 5,0 ★★★★★
65 Bewertungen auf
Google & Facebook

Kiezbett **Showroom Berlin**
Do. 15 - 19 Uhr / Fr. 15 - 18 Uhr
Proskauer Str. 24, 10247 Berlin

Kiezbett ist eine Marke der Steve Döschner & Jörg Schaaf GbR
Proskauer Straße 24, 10247 Berlin. +49 (0) 30 240 322 64
mail@kiezbett.com - www.kiezbett.com

*In unterschiedlichen Größen, auch Übergrößen und Sonderanfertigungen erhältlich. Preise inkl. gesetzl. MwSt. zzgl. Versand. Preise ohne Matratze und Bettwäsche.

ANZEIGE

GENIESSEN

TIPPS FÜR DEN HERBST



ALTE VIELFALT ...

„Gemischter Satz“ steht für ein altes Weinanbausystem, bei dem verschiedene Rebsorten in Mischkultur im selben Weingarten angebaut, gemeinsam gekeltert und vergoren werden. Diese Vielfalt schmeckt man auch – der Wein zeichnet sich durch eine große Vielschichtigkeit aus! Zum Beispiel baut das Demeter-Weingut Trautwein am Kaiserstuhl auch Gemischten Satz an.

👉 www.trautweingut.de

... UND NEUE ZÜCHTUNG

PiWis sind neu gezüchtete, pilzwiderstandsfähige Sorten, die etwa gegen den gefürchteten Mehltau geschützt sind. Sie kommen deshalb mit minimalstem Pflanzenschutz-Einsatz aus – und schmecken toll! Winzer Bernd Sacherer vom Demeter-Umstellerbetrieb „Weingut Rabenhof“ setzt etwa auf die vom Staatlichen Weinbauinstitut Freiburg gezüchteten PiWis „Souvignier gris“, „Muscaris“ oder „Helios“.

👉 www.rabenhof.de

LIEBESERKLÄRUNG AN EINEN WEINBERG

Die neue Kampagne „Liebeserklärung an einen Weinberg“ zeigt, mit welcher Hingabe sich Demeter-Winzer*innen um ihren Weinberg kümmern und welche Verantwortung sie dabei übernehmen. Ein Weinberg ist ein lebendiger Organismus und braucht viel Wertschätzung, Liebe und Hingabe. Dabei helfen auch die Biodynamischen Präparate. Mehr Infos:

👉 demeter.de/liebeserklaerung
#LiebeZumWeinberg



GENIESSEN



CURRY TRIFFT KÜRBIS

Kokos und Curry sind ein Traum-paar der asiatischen Küche. In der feinen neuen Demeter-Gewürzmischung Kokos-Curry von Lebensbaum sorgen zudem Orange und Kürbis für eine fruchtige Süße. Für leckere Currys, Suppen oder Aufstriche!

👉 www.lebensbaum.de

TEA TIME

Verregneten Herbstnachmittag? Perfekt! Die neuen Demeter-Shortbread Bites von Sommer Biscuits sind ein Buttergebäck nach traditionell schottischem Rezept. Mit Dudelsackmusik und viel Liebe werden sie in bester biodynamischer Qualität gebacken. Dazu noch einen heißen Earl Grey und der Tag ist gerettet.

👉 www.sommer-biscuits.de



HERBSTLICHE KÜCHE

Wie wäre es mit einer herzhaften Stärkung? Beim Demeter-Delikatess Rotkohl von Schweizer Naturkost wird erntefrischer Rotkohl mit Apfelsaft, Rotweinessig, Zwiebeln und hochwertigen Gewürzen verfeinert. Ab Herbst 2019 gibt es neben der klassischen Variante im 720 ml Glas auch eine 370 ml Packung für den kleinen Hunger zwischendurch.

👉 www.schweizernaturkost.de



LEBENDIGES BROT

Das außergewöhnliche „GerstenBrot“ von Bettinas Keimbackstube besteht zu 100 % aus gekeimter Demeter-Nacktgerste und enthält besonders viele Mineralstoffe und essenzielle Fettsäuren. In einem speziellen Verfahren wird das Korn angekeimt, zerkleinert und zu einem Brotteig verarbeitet. Während des Keimvorgangs steigt der Vitamingehalt im Korn sprunghaft an. Gleichzeitig werden Kohlenhydrate ab- und umgebaut, darunter auch diejenigen, die für Blähungen verantwortlich gemacht werden.

👉 www.lebenskeimbrot.de

demeter

Linstädt
ESSENTIALS



Natürlich Wohlfühlen

Natürlich Schlafen

Demeter Bettwäsche von
Linstädt ESSENTIALS

In Ägypten angebaut und gefertigt
für Ihre Wohlfühloase

Jetzt Online bestellen auf
www.linstaedt-essentials.com

10% Rabatt-Gutschein: DEMETER193

Gutschein gültig bis 30.11.2019



BALDINI
BY TAOASIS

Neu



1€ pro Set
geht ins BeeWild
Wildbienen
Projekt

BeeWild

Wir geben den Bienen
die Wildblumen
zurück

www.taoasis.com

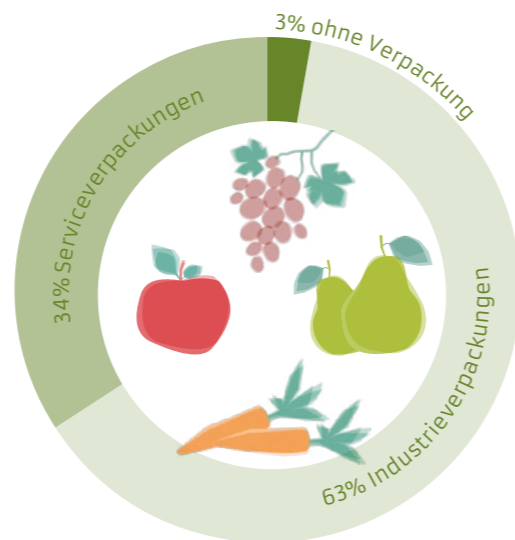
VERSTEHEN

TSCHÜSS PLASTIK!

Verbraucher*innen wollen ihr Demeter-Obst und -Gemüse ohne eine Plastikverpackung kaufen.

Die neue Demeter-Richtlinie, die ab 2020 in Kraft tritt, verpflichtet Erzeuger*innen und Händler*innen mit einer zweijährigen Übergangsfrist, bei der Verpackung von Obst und Gemüse zukünftig auf Plastik zu verzichten.

Wir kennen die Bilder und Nachrichten von Tieren, die qualvoll durch Plastik verenden. Etwa den gestrandeten, schwangeren Wal an der sardischen Küste, in dessen Magen 22 Kilogramm Plastikmüll – Plastikteller, Einkaufstüten, Wattestäbchen und Verpackungen – gefunden wurden. Wir wissen längst, dass wir in Deutschland und auf der Welt zu viel Plastikmüll produzieren, der die Umwelt und unser aller Lebensgrundlage bedroht. Das Hauptproblem: Plastik verrottet nicht einfach, sondern zersetzt



IN PLASTIK VERPACKTES OBST UND GEMÜSE

63% des Obstes und Gemüses wurden im Jahr 2016 vorverpackt in Industrieverpackungen (z. B. Plastikschaalen) verkauft, rund ein Drittel landet in Serviceverpackungen wie Knotenbeuteln auf dem Kassensband. Besonders viel Plastikmüll gibt es im Supermarkt zum Beispiel bei Tomaten und Möhren. Die Menge des Kunststoffmülls für Gemüse ist von 2000 – 2016 um 186% gestiegen, für Obst im gleichen Zeitraum um 94% (Quellen: Nabu).

VERSTEHEN

„Plastik ist nicht unersetzlich, sondern in erster Linie unersetzlich. Es macht überall auf der Welt sichtbar, was wir aus unserem Planeten machen: eine Mülldeponie!“

Alexander Gerber, Demeter-Vorstand

sich über Hunderte von Jahren in immer kleinere Teilchen. Forscher schätzen, dass eine PET-Flasche erst in 450 Jahren komplett zerfallen ist.

Aus diesen Gründen haben Demeter-Brokkoli oder -Gurken in Plastikhülle viele Verbraucherinnen und Verbraucher auf den Plan gerufen, die sich über die Plastikverpackungsflut Sorgen. „Zurecht“, findet Demeter-Vorstand Alexander Gerber, „denn sie fühlen sich Demeter verbunden und schätzen die Lebensmittel und die Art und Weise, wie sie produziert werden. Dazu passt die Plastikverpackung von Obst und Gemüse nicht.“

„Demeter steht für eine ganzheitliche Wirtschaftsweise. Wir haben als ältester Bioverband die gesamte Wertschöpfungskette im Blick – vom Acker bis auf den Teller. Die Widersprüchlichkeit von überflüssigen Plastikverpackungen war nicht mehr zumutbar. Damit ist ein Ausstieg aus der Plastikflut nur konsequent“, so Alexander Gerber. „Die beste Verpackung ist keine Verpackung“, findet er – und das lässt sich vor allem in der Warengruppe von Obst und Gemüse am besten umsetzen. Alexander Gerber im Video unter

www.demeter.de/beschluss-plastikfrei

Mehr unter: www.demeter.de/plastikfrei

DEMETER REDUZIERT PLASTIKVERPACKUNGEN

Das Verbot von Plastikverpackungen für die sogenannte „Grüne Frische“ ist nur der erste Schritt einer Verpackungsrichtlinie, die Demeter Stück für Stück erarbeiten wird, um auch bei den Verpackungen von Demeter-Produkten den hohen Anforderungen an einen schonenden Umgang mit der Umwelt besser gerecht zu werden.

Einige Demeter-Hersteller haben sich auf den Weg gemacht, ihre Produkte vollständig ohne Rohstoffe auf Mineralölbasis oder aus gentechnisch manipulierten Pflanzen zu verpacken. Etwa die Spielberger Mühle: Sie hatte bereits das gesamte Basissortiment mit Getreide, Mehlen, Flocken, Reis und Müsli und nun auch das glutenfreie Sortiment und die Saaten auf eine Verpackung aus Papier mit einem Sichtfenster aus Pergaminpapier umgestellt.

www.spielberger-muehle.de

Zeit für gute Energie



Wechseln Sie jetzt zu echtem Ökostrom und nachhaltigem Biogas und erhalten Sie ein Startguthaben von 25 Euro je Vertrag:
www.naturstrom.de/demeter

- 100% echter Ökostrom aus deutscher Wasserkraft und Windkraft
- klimaneutrales Biogas ausschließlich aus Rest- und Abfallstoffen
- unabhängig von Kohle-, Öl- und Atomindustrie
- Bau und Förderung neuer Öko-Kraftwerke
- fairer Preis, keine Mindestvertragslaufzeit, ausgezeichnete Kundenservice



naturstrom
ENERGIE MIT ZUKUNFT

PLASTIKFREIE ALTERNATIVEN – VON FRÜHER UND HEUTE

Plastik reduzieren beim Lebensmitteleinkauf ist die Devise. Natürlich: Die beste Verpackung ist keine Verpackung! Auch heute funktionieren traditionelle Verpackungsalternativen noch sehr gut und können oft Plastik ersetzen. Unsere Tipps:

LEITUNGSWASSER STATT PLASTIKFLASCHEN:

Das Leitungswasser in Deutschland ist von hervorragender Qualität, es ist der ideale Durstlöcher und 100x preiswerter als Mineralwasser in Flaschen. Die Klimabelastung ist sogar 600x geringer. Das Leitungswasser vor dem Trinken immer so lange laufen lassen, bis es kühl aus dem Hahn kommt, dann ist es frisch. Na dann: Wasser marsch und ab in die wiederverwendbare Trinkflasche.

UMWELTFREUNDLICHE TO-GO-BECHER:

Statt sich unterwegs einen problematischen „Coffee to go“ in einem Einweg-Wegwerfbecher aus Plastik zu kaufen, kann man mittlerweile fast überall sein mehrfach verwendbares eigenes Gefäß, z. B. aus Keramik oder Edelstahl, auffüllen lassen. Das kostet meist sogar weniger! Aber Vorsicht: Darauf achten, dass die mehrfach benutzbaren Kaffeebecher Bisphenol-A-frei (BPA-frei) sind, ein hormonähnlicher Stoff, der sich bei hohen Temperaturen aus dem Plastik lösen kann. Auch Becher aus Bambus sind problematisch, weil diese oft Melaminharz enthalten und sich daraus bei hohen Temperaturen Giftstoffe lösen können.

FLECHKÖRBE, STOFFTASCHEN, NETZE:

Als es noch keine Plastiktüten gab, ging man mit soliden Flechkörben aus Weide oder Stofftaschen aus Baumwolle zum Einkaufen, die man immer wieder verwendete und bei Bedarf flickte. Das funktioniert auch heute. Dabei gilt: So oft es geht, wiederverwenden, dann wird die Ökobilanz besser!

WACHSPAPIER, BUTTERBROTPAPIER, PERGAMENTPAPIER:

Früher waren Wachspapier oder Butterbrotpapier zum Verpacken von Lebensmitteln üblich, zum Beispiel beim lokalen Dorfmetzger. Heute sind sie eher eine Seltenheit geworden und wurden durch Alufolie und Frischhaltefolie ersetzt. Schade! Man bekommt sie aber noch heute, sie sind nach wie vor eine bessere Alternative für die Brotzeit zum Mitnehmen. Auch toll: eine wiederverwendbare, am besten plastikfreie Brotbox. Eine tolle Alternative ist das Bienenwachstuch, siehe extra Punkt.

Selbstgemachtes Bienenwachstuch: Tschüss Alufolie, hallo Bienenwachstuch! In der Vergangenheit ganz üblich, leisten diese auch heute in unserer Küche großartige Dienste: ob als Einschlaghülle für Hartkäse und Vesperbrot, Abdeckung für angebrochene Lebensmittel oder Haube für Mahlzeitenreste. Und sie sehen wunderschön aus und fühlen sich gut an. Das Beste ist: Sie sind ganz einfach selbst herzustellen.

Anleitung zum Beispiel hier:

www.demeter.de/journal/39/bienenwachstuecher-nachhaltigkeit

WO PLASTIKFREI EINKAUFEN?

Im Bioladen: Hier gibt es viele lose Waren im Gemüse- und Obstregal. Einige Läden bieten neben Abfüllstationen für Trockenprodukte auch verpackungsfreie Frischetheken an. Hier platzieren Mitarbeiter*innen Wurst- und Käsewaren direkt in selbst mitgebrachte Behältnisse, die man dann selbst verschließt.

Unverpackt-Läden: Mittlerweile gibt es in vielen Städten Unverpackt-Läden, in denen man vom Apfel bis zur Zahnbürste viele unverpackte Produkte findet. Eine Übersicht gibt es auf der „Zero Waste Map“ online. Dort findet man zudem „Fairteiler“-Standorte, Repair-Cafés und Umsonstläden.

www.zerowastemap.org/de

Lokaler Markt, Demeter-Hof, Ökokiste: Bioobst und -gemüse bekommen Sie am Marktstand des Vertrauens plastikfrei, unverpackt und regional. Eine weitere Option ist der Direktverkauf auf dem Demeter-Hof oder eine Ökokiste, die man an vielen Orten in Deutschland abonnieren kann. Den nächstgelegenen Demeter-Hof finden Sie hier:

www.demeter.de/einkaufen

KONSERVEN UND EINMACHGLÄSER:

Der Klassiker! Wer erinnert sich nicht gerne an die leckere Himbeermarmelade, die eingemachten Pflaumen, Kirschen oder Gewürzgurken von Oma? Die lange Haltbarmachung des eigenen Obsts und Gemüses in wiederverwendbaren Einmachgläsern funktioniert auch heute noch perfekt und ist zudem preisgünstig und nachhaltig.

Geheimtipp: Früher üblich, heute unter umweltbewussten Outdoor-Fans bekannt: wiederverwendbare sogenannte Dauerdosen mit Gummiband und Spanning.



BAOBAB hält die Füße auf Trab



MARTINA GEBHARDT
NATURKOSMETIK

Mit gutem Gewissen kaufen:

OHNE Alkohol.
Glycerin.
Mit reinen Pflanzen-Auszügen.
Opalglas statt Kunststoff.



ALLE unsere Produkte sind Demeter-zertifiziert.

IHTN Betriebsnr. H 501 099

Martina Gebhardt Naturkosmetik GmbH, Klosterhof 4, D-82405 Wessobrunn
www.martina-gebhardt-naturkosmetik.de
Infos & Proben set 5,00 €. Haben Sie Fragen? Tel. 0049 (0) 8809-82899-17

RUSTIKALE TARTES

SÜSS, SALZIG, HERBSTLICH!

Die süßen und salzigen „Tartes rustiques“ von Émilie Franzo und Émilie Guelpa sind der neueste Backtrend aus Frankreich und werden ganz ohne Kuchenform auf dem Blech gebacken. Zum Anbeißen!

Alle Rezepte sind für 6–8 Personen

Pflaume mit roten Johannisbeeren

Zutaten:

4 rote und 3 gelbe Pflaumen
40 g Zucker
2 EL Speisestärke
2 EL Zitronensaft
1 Prise Salz
1 Portion süßer Mürbeteig
40 g gemahlene Mandeln
1 Eigelb zum Bestreichen
etwas Rohrzucker zum Bestreuen
2 kleine Trauben Rote Johannisbeeren

Die Pflaumen waschen, entkernen und vierteln. Anschließend mit dem Zucker, der Speisestärke, dem Zitronensaft und dem Salz mischen. 20 Minuten ziehen lassen. Den Mürbeteig auf Backpapier rund ausrollen. Die gemahlene Mandeln darauf verteilen. Dabei einen Rand von 4 cm frei lassen. Mit den Pflaumen belegen und den Teigrand rundherum über den Belag klappen. Mit einem Backpinsel den Teigrand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Mit etwas Rohrzucker bestreuen. Die Tarte mit dem Backpapier auf ein Backblech gleiten lassen und 30 Minuten bei 180 °C im Ofen backen. Vor dem Servieren mit Johannisbeeren garnieren.



TIPP:
AB BESTEN
SCHMECKT DIESE
TARTE WARM ODER
LAUWARM –
WER'S MAG MIT
EINER KUGEL
VANILLEEIS!

Apfel-Quitte mit Zimt

Zutaten:

1 Quitte | 3 Bioäpfel | 40 g Rohrzucker | 2 EL Speisestärke | 1 EL Zimt
2 EL Zitronensaft | 1 Prise Salz | 1 Portion süßer Mürbeteig
40 g gemahlene Mandeln | 1 Eigelb zum Bestreichen | etwas Rohrzucker zum Bestreuen

Quitte schälen, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch würfeln. Äpfel halbieren, Kerngehäuse herauschneiden, grob würfeln. Das Obst mit dem Zucker, der Speisestärke, dem Zimt, dem Zitronensaft und dem Salz mischen. 20 Minuten ziehen lassen. Den Mürbeteig auf Backpapier rund ausrollen. Mit gemahlene Mandeln bestreuen, dabei einen Rand von 4 cm frei lassen. Die Apfel- und Quittenwürfel auf dem Teig verteilen. Anschließend den Teigrand über den Belag klappen. Mit einem Backpinsel den Teigrand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Mit etwas Rohrzucker bestreuen. Die Tarte mit dem Backpapier auf ein Backblech gleiten lassen und 30 Minuten im vorgeheizten Backofen auf 180 °C backen.

Karotte mit Ricotta und Kurkuma

Zutaten:

Je 2 orangerote, violette, gelbe und weiße Karotten | 1 Zwiebel | Olivenöl
180 g Ricotta | 100 ml flüssige Sahne
Salz | Pfeffer | 1 Portion Mürbeteig, in den 2 EL Kurkuma untergemischt wurden
1 Eigelb zum Bestreichen

Die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben in etwas Olivenöl in einer Pfanne glasig dünsten. Die Karottenscheiben dazugeben und 15 Minuten unter ständigem Rühren weiterdünsten. Den Ricotta mit der flüssigen Sahne glatrühren. Salzen und pfeffern. Den Teig auf Backpapier rund ausrollen. Die Ricotta-Mischung auf dem Teigboden verteilen. Dabei einen 4 cm breiten Rand frei lassen. Mit den Karottenscheiben belegen und den Teigrand rundherum über den Belag klappen. Mit einem Backpinsel den Teigrand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Die Tarte mit dem Backpapier auf ein Backblech gleiten lassen und 30 Minuten im vorgeheizten Ofen auf 180 °C backen. Vor dem Servieren leicht salzen und pfeffern.

BESTE DEMETER-ZUTATEN FINDEN SIE IN IHREM BIOLADEN!



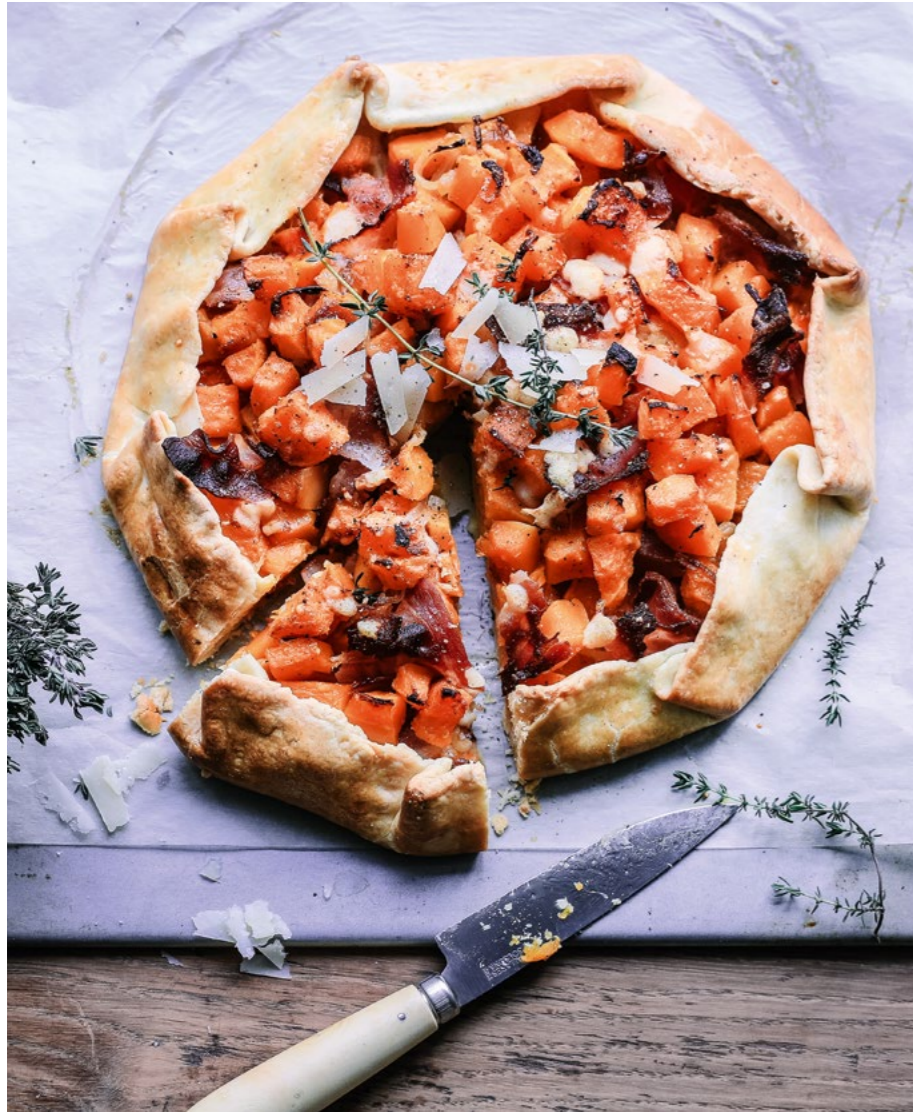
Rote Bete mit Feta und Thymian

Zutaten:

600 g rohe Rote Bete | 2 rote Zwiebeln | Olivenöl | Fleur de Sel
Pfeffer | 1 Portion salziger Mürbeteig, in den die Blättchen von 2 Stängeln Thymian eingearbeitet wurden | 1 Eigelb zum Bestreichen | 150 g Feta | 2 Thymianzweige

Die Rote Bete schälen und vierteln. Die roten Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Rote Bete auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Mit Olivenöl beträufeln und mit Fleur de Sel bestreuen. 30 Minuten im auf

180 °C vorgeheizten Ofen backen. Den Mürbeteig auf Backpapier rund ausrollen. Die Rote-Bete-Viertel und die roten Zwiebeln darauf verteilen. Dabei einen 4 cm breiten Rand frei lassen. Anschließend den Rand rundherum über den Belag klappen. Mit einem Backpinsel den Teigrand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Die Tarte mit dem Backpapier auf ein Backblech gleiten lassen und 30 Minuten im Ofen backen. Vor dem Servieren die Tarte mit Feta-Stückchen bestreuen, pfeffern und mit Thymian garnieren.



Butternut-Kürbis mit Speck und Parmesan

Zutaten:

1 kleiner Butternut-Kürbis | 2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe | 10 Scheiben
durchwachsener, geräucherter Speck | Salz
Pfeffer | 40 g Parmesan + eine kleine
Menge zum Bestreuen | 1 Portion salziger
Mürbeteig | 1 Eigelb zum Bestreichen

Den Kürbis schälen, Kerne entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Zwiebeln und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Den Speck in einer Pfanne leicht anbraten, herausnehmen und in derselben Pfanne die Zwiebeln mit dem Knoblauch anrösten. Kürbiswürfel dazugeben. Salzen, pfeffern und 15 Minuten auf kleiner Flamme weiterbraten. Den Mürbeteig auf Backpapier rund ausrollen. 40 g Parmesan fein reiben und auf dem Boden verteilen. Einen 4 cm breiten Rand frei lassen. Mit den Kürbiswürfeln, den Zwiebeln, dem Knoblauch und dem in Stücke geschnittenen Speck belegen. Den Teigrand rundherum über den Belag klappen. Mit einem Backpinsel den Teigrand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Die Tarte mit dem Backpapier auf ein Backblech gleiten lassen und 30 Minuten im vorgeheizten Ofen auf 180°C backen. Kurz vor dem Servieren mit grob geriebenem Parmesan bestreuen.



UNKOMPLIZIERT & SCHNELL:

BACKEN GANZ OHNE KUCHENFORM!

Die „Tartes rustiques“ sind der neueste Backtrend aus Frankreich. Wunderbar leicht nachzubacken, kommen die Tartes ganz ohne Kuchenform auf dem Blech in den Ofen. Einfach den Mürbeteig direkt auf dem Blech in eine runde Form bringen und den Rand nach oben schlagen – so entsteht eine Tarte rustique oder Galette-

Tarte mit knusprigem Rand und herrlich bunter Füllung. Emilie Franzo / Emilie Guelpa: „Tartes rustiques – Süße und salzige Tartes ohne Backform“, Thorbecke Verlag

www.thorbecke.de

DIE AUTORIN ÉMILIE FRANZO ist seit ihrer Kindheit begeistert von allem, was mit Essen zu tun hat, hätte jedoch niemals gedacht, dass sie einen Beruf daraus machen könnte. Inzwischen ist sie freiberufliche Kochbuchautorin und Marketingberaterin für Food-Produkte. Ihr Blog „Plus une miette dans l'assiette“ (www.plusunemiettedanslassiette.fr) ist einer der bekanntesten in Frankreich.

DIE PARISER FOTOGRAFIN ÉMILIE GUELPA hat einen sehr ästhetischen Sinn für Kochen, Essen und Gastlichkeit. Auf ihrem Blog (www.griottes.fr) spielt sie mit Farben, Aromen und Materialien in immer neuen kulinarischen Kombinationen.

Teig jeweils zu einer Kugel formen, in wiederverwendbare Folie, z. B. ein Bienenwachstuch, hüllen und mindestens für 2 Stunden in den Kühlschrank legen!

Mürbeteig salzig

Zutaten:

250 g Mehl | 125 g Butter | 2 Prisen Salz | 1 Ei | 1 EL Eiswasser

Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, Butterstücke und Salz dazugeben. Mit den Fingerspitzen schnell und grob zu einer krümeligen Masse mischen. In eine Vertiefung in der Mitte das Ei und das Wasser füllen. Alle Zutaten erneut vermengen, ohne zu kneten.

Mürbeteig süß

Zutaten:

150 g weiche Butter | 45 g gemahlene Mandeln
85 g Speisestärke | 120 g Puderzucker | 1 Prise Salz
2 kleine Eier (ungefähr 80 g) | 290 g Mehl

Die Butter in der Küchenmaschine oder mit dem Handmixer und dem Rührbesenaufsatz schaumig rühren. Die gemahlene Mandeln, die Speisestärke, den Puderzucker und das Salz dazugeben. Ein Ei und die Hälfte des Mehls hinzufügen. Eine Minute lang rühren. Das übrige Ei und das übrige Mehl hinzufügen und zu einem glatten Teig verarbeiten.



ANZEIGE



1 Tüte
Hot Hafer Früchte
sichert 1,41m²
Demeter-
Ackerfläche

Seitdem Opa Eduard Bauck 1932 die biologisch-dynamische Landwirtschaft für seinen Hof entdeckte, ist für die Familie klar: Nur mit Anbau und Vermarktung von Demeter-Produkten können wir die Fruchtbarkeit der Erde für die Zukunft erhalten!



www.bauckhof.de
shop.bauckhof.de

SAMENTÜTCHEN: NÜTZLICH & SCHÖN!

Von Corina Panitz



1

Ecke auf Ecke klappen.



2

Am geschlossenen Rand beide Spitzen so zur Mitte falten, dass sie sich komplett überlappen. Spitzen ineinanderschieben.



3

Samen einfüllen.



4

Die untere Hälfte des Quadrats, in dem das Saatgut verwahrt wird, umschlagen. Danach die überstehenden Dreiecke umknicken und von unten in die Tasche stecken. Samentütchen beschriften, fertig!

Die Samenreife erkennt man, wenn sich die Blütenstände braun verfärben, sich die Körnchen von allein aus der Blüte lösen oder leicht entnehmen lassen. Aufbewahrt werden sie bis zum Ausbringen geschützt vor Licht und Feuchtigkeit in einem luftigen Umschlag.

Benötigtes Material: quadratisches Blatt Papier, Stift zum Beschriften

Praktische Aufbewahrung oder tolles Mitbringsel!

Im Herbst denken echte Gärtnerinnen und Gärtner bereits ans nächste Jahr: An Wegrändern oder Dammböschungen, Wald- und Feldrändern hält die Natur viele Wildblumensorten bereit, deren Samen – ohne gegen geltende Naturschutzbestimmungen zu verstoßen – leicht geerntet werden können. Echtes Labkraut, Geißbräute, Kornblume und Weiße Nachtkelke beispielsweise blühen von Juni bis September, ihre Samen können bis zum Herbstbeginn geerntet werden. Das auf solchen Streifzügen gesammelte Saatgut eignet sich prima, um kleine Fleckchen im eigenen Garten für Hummeln, Schmetterlinge und Bienen kulinarisch aufzuwerten: Es ist regional, samenfest und bei etwas Glück mehrjährig oder sät sich von selbst wieder aus.

Ein gut gelockerter Boden ist die Voraussetzung zum Keimen und Wachsen aller Wildpflanzen. Wildblumen sind Lichtkeimer, ihre Samen sollten nicht mehr als ein bis zwei Millimeter mit Erde bedeckt werden. Nach dem Ausbringen empfiehlt es sich, das Saatgut durch Anwalzen und Gießen mit dem ungedüngten Mutterboden in Kontakt zu bringen. Den Boden nun vier bis sechs Wochen feucht halten. Einige Samen sind auf einen Kältereiz angewiesen, daher sind der Herbst oder das zeitige Frühjahr für die Aussaat am besten geeignet.



Mein Tipp: Der Demeter-Gartenrundbrief

Insiderwissen zum biodynamischen Gärtnern gibt es in der Rubrik „Informieren“ auf der Website des Demeter-Gartenrundbriefs. Den beliebten Gartenrundbrief mit exklusiven Inhalten können Sie **für sich selbst oder zum Verschenken** auch abonnieren:

Das 16-seitige Magazin erscheint sechsmal im Jahr – gedruckt und online. Eine feste Rubrik ist der praktische Arbeitskalender, der jeweils einen 8-Wochen-Zeitraum umfasst. Wiederkehrende Themen sind Tipps zur Anwendung der Biologisch-Dynamischen Präparate, Hilfreiches zu alten Obst- und Gemüsesorten, zur Anlage von Wildstaudenbeeten und -wiesen sowie zu heimischen Nützlingen. In vielen Bundesländern gibt es übrigens Demeter-Hausgartengruppen! Melden Sie sich an über

www.gartenrundbrief.de

Corina Panitz gehört zum Team des Demeter-Gartenrundbriefs und betreut die Demeter-Hausgartengruppen in Baden-Württemberg.



ANZEIGE

Lust auf Yoga

mit dem YOGA-AKTUELL-Prämien-Abo

100 % Lesevergnügen + Gratis-Prämie:

- wahlweise 3, 6 oder 12 Ausgaben
- Gratis-Prämie deiner Wahl
- fundiertes Fachwissen am Puls der Zeit
- alle 2 Monate pünktlich im Briefkasten
- versandkostenfreie Lieferung

Ab 19,90 €



Asana-Sequenzen



Spirituelles Leben



yoga
aktuell

www.yoga-aktuell.de

Abo-Service-Tel.: +49(0)8370 - 921 750

HERAUSGEBER

Demeter e.V.
Vorstand: Dr. Alexander Gerber und
Johannes Kamps-Bender
Brandschneise 1
64295 Darmstadt
www.demeter.de
Telefon 06155-84690
Fax 06155-846911

LESERSERVICE

demeterjournal@demeter.de

REDAKTION

Chefredaktion: Susanne Kiebler
Art-Direktion: Katja Aßmann
Mitarbeit: Antje Kölling, Alexander Gerber,
Nicolas Weisensel, Karen Rose

GRAFIK

Eberle GmbH Werbeagentur GWA,
Schwäbisch Gmünd
www.eberle-werbeagentur.de

FOTOS

Titel: Fotostudio Viscom
S. 2: Emilie Guelpa, Eva Müller, Annett Melzer
S. 4-11: Annett Melzer
S. 12: Nicolas Weisensel
S. 14-15: Illustrationen: Getty Images, Lindybug,
iaRada, lineartestpilot, AlonzoDesign, Aksiniya_
Polyarnaya, CSA-Archive, Balora, VikiVector
S. 15: Bäuerliche Erzeugergemeinschaft
Schwäbisch Hall AG, Eva Müller für Ökologische
Tierzucht gGmbH
S. 16-21: Marco Baass, Illustrationen:
Getty Images, -VICTOR-
S. 22-23: Illustrationen: Julia Friese
S. 24: Melanie Winnen (Foto Weinberg oben),

Julia Müller (Foto unten)
S. 24-25: Biback Zwiebackfabrik SOMMER
GmbH & CO. KG., Frau Eschment/Herr Praum;
Lebensbaum; Schweizer Sauerkonserven GmbH
S. 26: Eberle Werbeagentur
S. 28-29: Fotostudio Viscom
S. 30-35: Emilie Guelpa; Illustrationen:
Getty Images, Hein Nouwens
S. 36-37: Panitz
S. 38: shutterstock
S. 39: Max Merget; Comandante;
Andi Tünnemann; Eva Müller

ANZEIGEN

Corinna Boje-Barow –
corinna.boje-barow@demeter.de

VERTRIEB NATURKOSTHANDEL

Vertrieb Naturkosthandel –
corinna.boje-barow@demeter.de

Vertrieb über Demeter-Hofläden,
Demeter-Aktiv-Partner-Läden (DAP),
Naturkostfachgeschäfte, Biosupermärkte,
Reformhäuser, Demeter-Partner-Bäckereien

DRUCK

Konradin Druck GmbH, Leinfelden-Echterdingen
Garantierte Mindestauflage
285 000 Exemplare

WER MEHR WISSEN WILL

Lebendige Erde
Zeitschrift für biologisch-dynamische
Landwirtschaft, Ernährung und Kultur
Kostenloses Probeexemplar:
Lebendige Erde
Brandschneise 1
64295 Darmstadt

www.LebendigeErde.de
06155-84690
Demeter-Gartenrundbrief
www.gartenrundbrief.de, 0711-902540

Aktuelle Stellenangebote in der Jobbörse
www.demeter.de/jobs
Sie möchten Demeter-Fördermitglied werden?
www.demeter.de/foerdermitgliedschaft
oder Mail an foerdermitgliedschaft@demeter.de



www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem
Blauen Engel ausgezeichnet



Das nächste Journal er- scheint im November 2019

Innen & außen – Im nächsten Demeter Journal geht es um
*Beziehungen und Resonanz, unter anderem bei der Handwerkskunst des
Backens. Mit einer Zero-Waste-Expertin erkunden wir, was oft innen
und außen trennt: die Verpackung.*

ANZEIGE

demeter

Deutschlands nachhaltigste Molkerei.



www.bio-alpenmilch.de

MITMACHEN & GEWINNEN

Liebe Leserinnen und Leser, **uns interessiert Ihre Meinung!** 10 Jahre gibt es das Demeter Journal bereits.
Für uns ein Anlass, Sie nach Ihrer Meinung zu fragen:

Was gefällt Ihnen am Demeter Journal, was fehlt Ihnen?
Welche Themen interessieren Sie?
Welche Rubriken lesen Sie besonders gerne?

Deswegen bitten wir Sie: Nehmen Sie an unserer
Online-Befragung teil:
www.demeter.de/befragung-2019



Unter allen, die mitmachen, verlosen wir attraktive Preise:

★ **1. Preis:** Ein Wochenende im Biohotel Bavaria für 2 Personen. Die zertifizierten Biohotels in Garmisch-Partenkirchen sorgen für die perfekte Auszeit im anerkannten Luftkurort mit viel bayerischer Urigkeit, atemberaubendem Panorama und ursprünglicher Natur. www.garmischhotel.de



★ **2. Preis:** Eine hochwertige Designer-Handkaffeemühle: die Comandante® C40 Nitro Blade. Die Kaffeemühle wird in München handwerklich produziert und es werden keine gesundheitlich bedenklichen Materialien verwendet. So entfaltet sich das volle Geschmackspotenzial der Kaffeebohnen! www.comandantegrinder.com
Für den ersten Einsatz gibt es eine Packung feinsten Demeter-Kaffee von Zamadi mit dazu!



★ **3. – 5. Preis:** 3 x 1-Jahres-Abonnement des Werde Magazins
Viermal im Jahr mehr als hundert großformatige Seiten voller Natur und Lebenskunst.
Hier begegnen Sie besonderen Menschen und den Geheimnissen der Natur. Mit wunderbaren Bildern, guten Rezepten sowie Tipps für den Biogarten und Ihr schönes Zuhause.
www.werde-magazin.de



★ **6. – 15. Preis:** 10 x 1 Demeter-Retro-Emailletasse



Das Gewinnspiel endet am 15.10.2019. Teilnehmen können Personen ab 18 Jahren. Ausgenommen sind Mitarbeiter der beteiligten Organisationen. Die Gewinner werden per Zufall bestimmt und per E-Mail benachrichtigt. Die persönlichen Daten der Teilnehmer*innen werden ausschließlich für die Benachrichtigung und Zustellung des Gewinns verwendet. Barauszahlung oder Umtausch der Gewinne ist nicht möglich. Gewinnspielvereinigungen und automatisierte Gewinnspieldienste sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Eine gewerbliche oder durch Dritte vermittelte Teilnahme ist ebenfalls nicht zulässig. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Serviervorschlag

*Unsere beiden Neuen
sind für den kleinen Hunger!*

Die handliche Portion Sauerkraut und Rotkohl (370 ml)