

Bauemaden

1. Jahrgang No. 18

Freitag, 9. August 2019

Aktuelles für Freunde des regionalen Genusses



www.bauernladen.at

Beauty statt Biomüll

Effektive und frische Hautpflege aus Tomatenresten.

Der Paradiesapfel, wie die Toamte auch genannt wird, kann für unsere Haut das Paradies bedeuten. Sie enthält unter anderem Vitamin A, B, C und K sowie Natrium, Kalium, Magnesium. Für die Haut ist sie ein wahrer Segen. Die Mineralien regulieren den Feuchtigkeitshaushalt der Haut, das Vitamin A regt die Zellteilung an, reguliert die Keratin- und Kollagenbildung, Vitamin B sorgt für eine effektive Hautregeneration und Vitamin C beugt vorzeitige Hautalterung vor. Aber ihre absolute Geheimwaffe heißt: Lycopin. Hierbei handelt es

sich um ein Carotinoid, das für die rote Farbe der Tomate verantwortlich ist und die Frucht vor zu starker UV-Strahlung schützt. Diesen Schutz können wir ganz einfach auch auf uns Menschen ausdehnen.

Bei Falten und Hautunreinheiten ist die Tomate auch unschlagbar

Man nimmt den weggeschnittenen rohen Rest oder die schrumpeligen für den Müll bestimmten Tomaten, schneidet sie in Scheiben und legt diese auf die betroffenen Haut-





Folgen Sie uns auf Facebook und Instagram unter @bauernladen.at

stellen auf. Akne und Mittesser bilden sich bei regelmäßiger Anwendung zurück und die Poren verkleinern sich. Die Haut wirkt ebenmäßiger und straffer. Wie wir sehen, ist die Tomate keineswegs treulos. Ganz im Gegenteil. Sie dient uns mit ihrem ganzen Wesen und bietet nicht nur eine genüssliche und gesunde Nahrung sondern auch eine paradiesischen Hautpflege. Geben wir ihr nicht den Rest sondern verwenden wir sie so wie sie es verdient.

www.bydavidson.at

Freitag, 9. August 2019 www.bauernladen.at



Produkte der Woche



Tomaten Salsa

Rohstoffe und Rezeptur entstammen einer gärtnerisch-kulinarischen Kooperation mit Partnern in Vorarlberg. Dietrich Vorarlberger



Cocktailparadeiser

heute nimmt sie im Verbrauch den Spitzenplatz unter den Gemüsesorten mit 460.000t ein.



Hamburgerspeck

Die Würzung mit Pfeffer, Wachholder, Senfkörner, Piment und zur Abrundung eine Spur von Knoblauch geben dem Speck Charakter.
Pechtigam
300g 6,00 €

Alle Produkte unserer Gut-Schein-Partner auf www.bauernladen.at



auf www.bauernladen.at

Leben auf Pump

Die Ressourcen der Erde für dieses Jahr sind aufgebraucht. www.bauernladen.at Darüber sollen wir uns Gedanken machen.



· · · Von Alexandra Binder

Rien ne vas plus. Nichts geht mehr. Rein rechnerisch gibt die Erde seit 29. Juli diesen Jahres nichts mehr her. Aber eben nur rein rechnerisch. Von daher verbrauchen die Menschen munter weiter. Und deshalb spricht die Organisation Global Footprint Network auch davon, dass wir auf Pump leben. Um die von der Menschheit pro Jahr so verbrauchten ökologischen Ressourcen wie Wasser, Land, Holz und saubere Luft zu liefern, wären derzeit nämlich exakt 1,75 Erden notwendig. Die richtig schlechte Nachricht daran: Das mit dem Pump beginnt immer früher. Voriges Jahr fiel der sogenannte Erdüberlastungstag noch auf den 1. August und vor 20 Jahren lag er Ende September. Damit aber nicht genug der schlechten News. Würden alle Menschen so leben, wie wir hier in Österreich, dann wären die Ressourcen, die alle Ökosysteme im gesamten Jahr erneuern können, sogar bereits am 15. April verbraucht gewesen. Die Kosten dafür? Werden immer sichtbarer, etwa durch Abholzung, Bodenerosion, den Verlust der Artenvielfalt oder den Anstieg von CO2 in der Erdatmosphäre

Woran liegt's im Allgemeinen und woran hapert es im Besonderen hierzulande? Die Übernutzung der natürlichen Ressourcen geht zu etwa 60 Prozent auf das Konto der überschüssigen

CO2-Emissionen, die nicht mehr in natürliche Kreisläufe zurückgeführt werden. Immerhin werden diese höchst alarmierenden Folgen zumindest von der internationalen Politik bereits als Gefahr erkannt - sichtbar an Zielvorgaben wie den SDGs (Sustainable Development Goals) und den Pariser Klimazielen. Konkrete Maßnahmen und Umsetzungen fehlen allerdings nach wie vor. Österreich findet sich in Sachen Reduktion der Treibgasemissionen leider unter ferner liefen. Statt zu fallen, sind sie seit 1990 bei uns um 4,6 Prozent gestiegen. EU-weit sind sie im selben Zeitrum um etwa ein Fünftel gefallen. Der Biodiversität tut das hier wie da nicht gut.WWF Klimasprecherin Lisa Plattner bringt es beinhart so auf den Punkt: "Weltweit sind bis zu einer Million Tier- und Pflanzenarten vom Aussterben bedroht. Schrumpfende Lebensräume, hoher Bodenverbrauch und die intensivere Nutzung durch industrielle Land- und Forstwirtschaft verursachen das Artensterben, die Klimakrise beschleunigt den Niedergang." Die Politik? Die drücke sich vor den großen, wirksamen Maßnahmen beim Verkehr, den Gebäuden und der Industrie - sowohl weltweit als auch in Österreich. Also muss der Naturschutz es richten: "Angesichts der Klimakrise zählen intakte Ökosysteme zu den besten Versicherungen für Mensch und Natur", sagt Plattner.

Diese Woche auf www.baueruladen.at

Ziegenkäse Tomate Salbei

Ein überraschendes Gaumenspiel aus sauer und süß, denn auch Essig und Honig mischen mit. Schmeckt warm, lauwarm oder kalt. Aber immer intensiv und gut.



Essen mit Biographie

Im Marchfeld gedeihen am Biohof Adamah auf rund 100 Hektar Acker-fläche wertvolles Gemüse und Obst. Es wird gemeinsam mit Bioprodukten aus allen Warengruppen auf Bestellung per Boten im "BioKistl" an Haushalte oder in Büros geliefert. Frei Haus! Was vor vielen Jahren klein anfing, hat nachhaltig Erfolg.



Hecken checken

Diverse Hecken am Feldrand können Insekten Lebensraum und Bauern eine Finanzspritze verschaffen. Wie das geht? Mit der heimischen App Micro-Macro.





Der Bauernladen-Ausflugstipp

WEINORT FALKENSTEIN

www.torzursonne.at

Der Falkenstein »tut gut«-Wanderweg ist richtig familienfreundlich! Auf den Spuren der Venus: Kellergasse "Oagossn" – Weingartenlabyrinth – Panoramablick auf Falkenstein – Galgenberg (425 m) – zurück zum Rathaus. Und dann zum Weingut "Tor zur Sonne", eingebettet in dieser reizvollen Hügellandschaft des östlichen Weinviertels.

Weitere Tipps und events auf www.bauernladen.at

Freitag, 9. August 2019 www.bauernladen.at

Come on Ketchup

Ein Ketchup aus reifen Paradeisern aus der Region ohne künstliche Geschmacksverstärker: 20 steirische Gemüsebauern wagen das Experiment.

ern sich Hochkaräter an Bord geholt:

die FH Joanneum koordiniert von

Stertz, das Steirische Ernährungs-

und Technologiezentrum, und die

Landwirtschaftskammer Steiermark.

Damit, sagt er, bleibe ein wesentlicher

· · · Von Alexandra Binder

Ketchup ist die süßeste Versuchung, seit es Schokolade gibt. Doch, wirklich. Jeder Esslöffel Ketchup bringt es im Schnitt auf ein ganzes Stück Würfelzucker. In anderen Worten: Wer einen Liter Ketchup konsumiert, könnte sich auch 90 Stück Würfelzucker einverleiben. Was dann im Übrigen fast dem dreifachen von einem Liter Cola entspricht, der bekanntlich auch nicht gerade unterdimensioniert in Sachen Zucker ist. Und dann findet sich der ganze Zucker-Paradeiser-Mix auch noch bevorzugt in Plastikflaschen und wird gern mit Geschmacksverstärkern versehen. Verkauft wird er sowieso nur im Supermarkt. Muss alles nicht sein, dachten sich die "Jungen Wilden Gemüsebauern" aus der Steiermark jetzt zu Recht und wagen den Gegenangriff.

Reife Paradeiser, wenig Zucker und

Zwecks Umsetzung des Steirer-Ket-



Teil der Wertschöpfung auch in Bauernhand. Und apropos Herkunftsgarantie: Die fehlt bei den industriell hergestellten Varianten meistens. Bestätigt hat das zuletzt erst ein von der Landwirtschaftskammer im Mai durchgeführte Store-Check: Von den 14 gängigen, im Lebensmittelhandel erhältlichen Ketchup-Varianten enthielten 13 überhaupt keine Angabe über die Herkunft der Früchte. Auf vier Produkten wehen Österreich-Fahnen, die die heimische Herkunft suggerieren sollen. Allerdings: Bei drei davon ist die tatsächliche Herkunft des Rohstoffes selbst im Kleingedruckten

auf den Plastik-Flaschen nicht vor-

handen. Bei einer Probe findet sich

schließlich Italien als Herkunftsland.

Und weil das alles noch nicht genug

Argumente sind, trachtet man auch

noch, dem enkeltauglichen Lebensstil

entgegenzukommen. Verwendet wer-

den nämlich nur Paradeiser, die den Handelsnormen nicht entsprechen. Erhältlich ist das Steirer-Ketchup beispielsweise Ab Hof. Und in Kürze auch bei uns!

Die jungen wilden Gemüsebauern

sind 20 junge Bäuerinnen und Bauern aus der Steiermark, die die elterlichen Gemüsebaubetriebe weiterführen wollen. Der Name spricht für sich. denn sie sind wild auf neue Ideen und wild auf gute Zusammenarbeit untereinander, sagen sie selbst. Sie wollen mit innovativen Produkten die Konsumenten überraschen und ihnen die Freude an der Arbeit mit Gemüse näher bringen. Ihr jüngstes Produkt ist das Steirer-Ketchup.

https://www.vulkanland.at/betriebe/ die-jungen-wilden-gemuesebauern/

keine Geschmacksverstärker Dass man gerade in der grünen Mark

Am Ende kam ein Ketchup in der wiederverwertbaren Glasflasche mit Herkunftsgarantie raus, das hauptsächlich aus Paradeisersaft und Paradeiseressig diese Idee hatte, liegt auf der Hand: besteht. Auf Geschmacksverstärker Werden dort doch jährlich satte wird verzichtet und weniger Salz und 7.000 Tonnen Paradeiser in über 70 Zucker beigegeben, als bei den indus-Betrieben auf rund 39 Hektar geerntriell hergestellten Varianten. Genau tet. Damit ist man viertgrößter heimisind das 12,28 Gramm Zucker und scher Produzent. Und da der gelernte 1,84 Gramm Salz pro 100 Gramm. Ab-Österreich Paradeiser liebt – rund 29 gefüllt wird in 215 Milliliter-Flaschen. Kilo davon verspeisten wir laut Statis-Haltbar ist das Ketchup zwei Jahre. tik Austria zuletzt jährlich pro Kopf, Gemüsebauer Armin Lenz ist eines könnte so ein Produkt tatsächlich gut zum Thema noch besonders wichtig: "Dass wir unsere Paradeiser produzieankommen. ren, veredeln und selbst vermarkten."

IMPRESSUM:

Medieninhaber und Herausgeber:

"bauernladen.at" B2B GmbH Anschrift: Brehmstraße 10, 1110 Wien **Telefon:** +43 1 91920 2111 E-Mail: office@bauernladen.at Homepage: www.bauernladen.at Geschäftsführer:

Germanos Athanasiadis, Markus Bauer Redaktion:

Andrea Knura (Chefredakteurin), office@bauernladen.at, Brehmstraße 10, 1110 Wien

Druck:

Herold Druck und Verlag AG, 1030 Wien Offenlegung gem. §25 Mediengesetz: https://bauernladen.at/seite/impressum

Der Bauernladen Gut-Schein





Gutes zum Schenken für Kunden, Mitarbeiter und jeden Anlass.

Freitag, 9. August 2019 www.bauernladen.at



Täglich neue Storys
zur landwirtschaftlichen
Direktvermarktung in Österreich
auf bauernladen.at!

bauernladen.at ist ein Unternehmen der **media**net
Group