



# ERNT

Die Ernte von Juli bis September ist der Höhepunkt des landwirtschaftlichen Jahres. Dann werden die Mühen von vielen Monaten Arbeit entlohnt. Doch dieses Jahr war vieles schwierig und unsere Erzeuger schauen mit gemischten Gefühlen auf die Situation.



# UNSERE ERZEUGER HABEN DAS WORT

Liebe Kundinnen und Kunden,

übers Wetter reden ist ja eine unproblematische Sache – aber wer als Landwirt, als Gärtnerin oder Obstbauer direkt von Niederschlägen, Sonnenschein und Temperaturen abhängig ist, hat täglich mit Herausforderungen zu kämpfen, die für die meisten Menschen kaum nachvollziehbar sind.

Aus diesem Grund haben wir einige unserer Erzeuger für diese Kistenpost um eine kurze Einschätzung zur diesjährigen Ernte gebeten. Die Rückmeldungen reichen von großer Zufriedenheit (unser Apfelerzeuger, der Obsthof Münch), über verhaltenen Zweckoptimismus (Christine Raffenberg vom gleichnamigen Bioland-Hof in Unna) bis zu tiefer Besorgnis. Die steckt in der Schilderung von Dirk Liedmann von Ruhrtal-Gold.

Ihn hatten wir im Mai im Rahmen unserer Erzeugerfahrt mit einigen von Ihnen besucht. Damals war es noch viel zu trocken und Dirk erklärte, dass es in den kommenden zwei Wochen dringend regnen müsse, damit die Ernte halbwegs gut wird.

8 Wochen Dauerregen später ist zwar das Getreide bei Dirk geerntet, – hat aber bis auf ganz wenige Ausnahmen aufgrund der Witterung keine Backqualität mehr. Das hat mit Enzymen im Korn zu tun.

Trocknet das ausgereifte Korn nicht ab sondern wird durch Regen immer wieder feucht, so fängt es direkt wieder an zu keimen – in der Ähre.

Dabei werden Eiweiße ab- und umgebaut und damit verliert das Getreide die Fähigkeit, die fürs Brotbacken benötigt wird. Übrig bleibt Viehfutter, der finanzielle Verlust ist enorm.

In einer Mail an seine Kundinnen und Kunden schreibt Dirk: „Sicher, es gab schon immer verregnete Ernten, aber das ist eine neue Dimension. Und so paradox, wie sich das jetzt anhört: DAS IST KLIMAWANDEL. Die Großwetterlagen ändern sich nicht mehr wie früher, sondern bleiben über lange Zeiträume stabil.“

Ich fürchte, Dirk hat recht. Im Kern geht es nicht ums Wetter, es geht ums Klima. Es geht nicht um ein besseres oder schlechteres Jahr, es geht um dauerhafte und sich verstärkende Veränderungen.

Herzlichst Ihr

Betriebsleiter der AboKiste

# DIE SCHROZBERGER MOLKEREI

DIE SCHROZBERGER MILCHBAUERN SIND EINE UNABHÄNGIGE GENOSSENSCHAFT, IN DER SICH 105 DEMETER-HÖFE IN DER REGION HOHENLOHE-FRANKEN ZUSAMMENGESCHLOSSEN HABEN.



Die Schrozberger Molkerei war 1974 eine der ersten Molkeereien, die mit der Verarbeitung von Demeter-Milch anfangen. Inzwischen ist es die größte Demeter-Molkerei Deutschlands. Das heißt, dass das Futter zu einem großen Teil selbst erzeugt wird, die Kühe ihre Hörner behalten und eine ganzheitliche Kreislauf-Landwirtschaft betrieben wird.

Den Milchbauern liegt nicht nur die artgerechte Haltung und Fütterung ihrer Tiere am Herzen, um damit eine gute Milchqualität als Grundlage für geschmackvolle und gesunde Produkte zu schaffen. Sie engagieren sich auch für Artenvielfalt und Naturschutz, z. B. durch den Erhalt von Streuobstwiesen und die Anlage von Hecken.

Die Höfe halten zudem stets nur so viele Tiere, wie sie Futter produzieren können und Mist für ihre Flächen brauchen. Dadurch benötigen sie auch keine chemisch-synthetischen Stickstoffdünger, die z. B. Lachgas freisetzen. Im Gegenteil tragen sie durch ihre Form der Landwirtschaft sogar zur Bildung von wertvollem Humus bei. Durch diese Kreislaufwirtschaft wird die Landwirtschaft Teil einer nachhaltigen Versorgung der Menschen.

Die Schrozberger Milchprodukte bekommen zwischen 16 und 18 Stunden Zeit zur Langzeitsäuerung, damit sie ihr eigenes Aroma und ihre charakteristische Konsistenz entwickeln können. Dazu werden nur Biogarde-Markenkulturen verwendet, die aus einem ausgewogenen Verhältnis von Lactobacillus Acidophilus und Lactobacillus Bifidum bestehen und zu 95 % rechtsdrehende Milchsäurebakterien produzieren. Diese sind besonders bekömmlich für den menschlichen Organismus und tragen zu einem gut funktionierenden Immunsystem bei.



## SCHROZBERGER

### JOGHURT HONIG-WALNUSS

### JOGHURT MARZIPAN-MOHN

### JOGHURT MANDEL-VANILLE

Die drei neuen Herbst/Winter Sorten der Schrozberger Molkerei sind besonders cremig durch die Langzeitfermentierung und ohne Zusatz von Aromen hergestellt. 3,5 % Fett

Honig-Walnuss Artikel-Nr. 361, Deutschland  
Joghurt Marzipan-Mohn Artikel-Nr. 362, Deutschland  
Joghurt Mandel-Vanille Artikel-Nr. 363, Deutschland

## SCHROZBERGER

### VOLLMILCHJOGHURT

Natürlicher milder Joghurt aus frischer Demeter-Vollmilch. 3,5 %  
Artikel-Nr. 325, Deutschland

### VANILLE FRESH SAUERMILCH

Erfrischende Sauermilch mit Vanilleextrakt.  
Artikel-Nr. 121, Deutschland

### SKYR NATUR IM GLAS

Schmeckt lecker cremig und überzeugt mit hohem Proteingehalt und geringem Fettanteil.  
Artikel-Nr. 319, Deutschland



# SONNENTOR

SINN STATT GEWINN



GRINDPRINZIP DES  
KREISLAUFS DES LEBENS

Sonnentor ist ein Bio-Pionier aus dem Waldviertel in Niederösterreich und begeistert seit 1988 mit biologischen Tees, Kräutern und Gewürzen.

Für Sonnentor ist die biologische Landwirtschaft die einzige Alternative zu den Folgen von Monokultur und Überproduktion. Der Kreislauf, das immer Wiederkehrende, das sich ständig erneuernde Leben ist das Grundprinzip.

Das Motto von Sonnentor ist "Sinnmaximierung statt Gewinnmaximierung". Die Gewinne zahlt Sonnentor wieder ins Unternehmen, die Region und ein sinnvolles Miteinander ein – und das zahlt sich für alle aus. So hat Sonnentor in den letzten Jahren in eine Photovoltaikanlage und eine betriebliche Kinderbetreuung investiert. Es entstehen sinnvolle Arbeitsplätze in einer eher strukturschwachen Region.

Ein Arbeiten auf Augenhöhe mit den Geschäftspartnern und Partnerinnen ist Sonnentor sehr wichtig. Entlang der Wertschöpfungskette soll es allen gut gehen. Das beginnt bei den Bio-Bäuerinnen und Bio-Bauern und geht weiter bei den Mitarbeitenden in der Produktion bis hin zu den Geschäften und dem Bio-Fachhandel.

## SONNENTOR

- DAS BESTE FÜR RESTE ✓
- ADIOS SALZ MEDITERRAN ✓
- 3 MINZE TEE TB ✓
- ORANGEN FRÜCHTETEE ✓
- APFELZAUBER PUNSCH SIRUP ✓

Vielseitig einsetzbare Gewürzzubereitung, die fast zu allem passt.

**Das Beste für Reste** Artikel-Nr. 20391, Österreich

Die mediterran-lauchige Gemüseemischung harmoniert hervorragend zu Pasta, Salaten, Aufläufen oder sonstigen Klassikern.

**Adios Salz mediterran** Artikel-Nr. 20392, Österreich

Anregend ätherische Kräuterteemischung mit Pfeffer-, Schoko- und Krauseminze. Ein krautig-würziger Tee mit feinem Mentholgeschmack.

**3 Minze Tee TB** Artikel-Nr. 41070, Österreich

Früchteteemischung mit fruchtig-säuerlichem Orangen-Geschmack.

**Orangen Früchtetees TB** Artikel-Nr. 41084, Österreich

Apfelsirup zum Verdünnen mit leckeren Gewürzen für die kalte Jahreszeit. Gesüßt einzig mit der Süße aus Äpfeln.

**Apfelzauber Punsch Sirup** Artikel-Nr. 50432, Österreich

statt 9,99  
**9,49**  
500 ml

statt 3,99

**3,69**  
50 g



statt 4,19

**3,99**  
18 TB



statt 4,49

**4,19**  
18 TB



# KNUSPRIGE KNOBLAUCHKARTOFFELN



Wer liebt sie nicht? Kartoffeln, die außen richtig knusprig und innen herrlich fluffig sind. Unser Kollege Daniel ist im Hofladen und Marketing. Er hat viele Kartoffel-Rezepte ausprobiert, war aber mit den Ergebnissen nie so richtig zufrieden. Nun hat er ein gutes Rezept für leckere, krosse Kartoffeln aus dem Backofen gefunden und variiert. Die Zutaten lassen sich beliebig anpassen. Allerdings gilt es zu beachten, dass das kurze Vorkochen der Kartoffeln sie außen weich und rau werden lässt, dadurch erhöht sich die Oberfläche und ergibt einen tollen Crunch. Das Ausdampfen nach dem Kochen dient dazu, ebenso wie das zwischenzeitliche Öffnen der Ofentür, dass möglichst viel Feuchtigkeit entweichen kann, – denn ist die Feuchtigkeit im Ofen zu hoch, werden die Kartoffeln nicht knusprig.



## Zutaten für 1 Person

500 g Kartoffeln  
Olivenöl  
2 TL Paprikapulver scharf  
oder Harissa-Gewürz  
2 TL Sambal Oelek  
2 TL Salz  
20 g Hartweizengrieß  
2 große Knoblauchzehen,  
fein gehackt oder gepresst  
Schnittlauch,  
in feine Ringe geschnitten  
2 EL Sesam



## Zubereitung

Kartoffeln schälen und in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Für 5-10 Minuten in reichlich Salzwasser kochen, bis die Kartoffeln außen weich, aber innen noch hart sind.

Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Kartoffeln in ein Sieb geben und für 5-10 Minuten ausdampfen lassen, dabei vorsichtig durchschütteln. Die Kartoffeln sollten außen rau und weich sind.

Kartoffeln in einer Schüssel mit Harissa-Gewürz oder Paprikapulver, Salz, Hartweizengrieß, Sambal Oelek und 2 EL Olivenöl vorsichtig vermengen, bis sich alle Zutaten gleichmäßig verteilt haben.

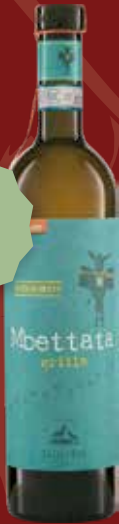
Kartoffeln auf ein Backblech mit Backpapier geben und für ca. 30-40 Minuten im Ofen garen, bis sie schön gebräunt und knusprig sind. In der Zeit die Backofentür immer mal wieder kurz öffnen, um die Luftfeuchtigkeit entweichen zu lassen.

Knoblauch fein hacken oder pressen und mit 2 EL Olivenöl mischen. Wenn die Kartoffeln gut gebräunt sind, diese dann mit dem Knoblauch-Öl einpinseln und für weitere 5-10 Minuten im Backofen fertig garen.

Kartoffeln anrichten und mit Sesam und Schnittlauch bestreuen. Zu den Kartoffeln passt hervorragend ein frischer Salat und als Dip eine Tahin-Sauce oder eine Kräuter-Creme.



# HERBSTWEINE



statt 8,50  
**7,50**  
0,75 l

## WEISSWEIN

### MBETTATA GRILLO SICILIA DOP LUNARIA ✓

Durch Spontangärung erhält der Grillo Wein ein authentisches Aromenprofil mit herrlichen Anklängen von Zitrusfrüchten, Wildblumen und Orangenblüten. Am Gaumen gut strukturiert mit würzigen und floralen Noten. Passt gut zu Kurkumalinsen und Fenchel, Ofen-Risotto mit süß-saurem Gemüse.

Artikel-Nr. 54466, Italien



statt 8,50  
**7,50**  
0,75 l

## WEISSWEIN

### PINOT GRIGIO DELLE VENEZIE DOC ✓

Ausgeprägtes Bukett von Pflirsich, Zitrusfrüchten und weißen Blüten. Am Gaumen lebendig und gut ausgewogen mit einer anhaltenden Mineralität. Passt zu leichten Vorspeisen oder zu Risotto.

Artikel-Nr. 54467, Italien



statt 10,50  
**9,25**  
0,75 l

## ROTWEIN

### SYRAH TERRE SICILIANE IGP 2022 ✓

Intensives Rubinrot, in der Nase reichhaltig und komplex, rote Beerenfrüchte, schwarzer Pfeffer und Süßholz ergänzen sich zu einem dichten, aber eleganten Dufterlebnis. Im Mund ausgewogen mit feinkörnigen Tanninen. Passt zu Fisch-Couscous oder auch zu Wild.

Artikel-Nr. 54465, Italien



statt 7,50  
**6,75**  
0,75 l

## ROTWEIN

### SPÄTBURGUNDER QW PFALZ WEINGUT MOHR GUTTING ✓

In dieser im kleinen Holzfass gereiften Exklusivfüllung zeigt sich die Rebsorte von ihrer eleganten Seite. Duft nach Roten Johannisbeeren, am Gaumen saftige Frucht, gepaart mit einer ansprechenden Würze, elegant und komplex. Gut zu Gratins und deftigen Speisen.

Artikel-Nr. 54468, Deutschland



statt 7,50  
**6,75**  
0,75 l

## ROTWEIN

### DORNFELDER GUTSWEIN QW RHEINHESSEN KNOBLOCH ✓

Ein richtig guter Dornfelder! Ganz viel Sauerkirsche, erdige Noten, abgerundete Tannine, die den Wein leicht zugänglich machen. Dabei Spannungsreich und Komplex. Passt hervorragend zu deftigen Gerichten, Käse, Gratins. Lassen Sie sich überraschen.

Artikel-Nr. 54347, Deutschland



statt 10,50  
**9,25**  
0,75 l

## ROSÉ

### BIRNAUER ROSÉ QW BODENSEE ✓

Der Birnauer Rosé von der Rebsorte Spätburgunder strahlt in einem ganz zarten Lachsrosa. Saftig-fruchtige Aromen von roten Beeren und gelbem Weinbergpflirsich sowie die bodenseetypische spritzige Säure verleihen dem Wein seinen Charme. Passt zu leichten Gerichten und feiner Pasta.

Artikel-Nr. 54378, Deutschland

WEINPAKET HERBSTWEINE

Artikel-Nr. 54590

**44,95**

WEINPAKET ITALIEN HERBST

Artikel-Nr. 54591

**23,50**

WEINPAKET DEUTSCHLAND HERBST

Artikel-Nr. 54592

**21,95**

# STIMMEN UNSERER ERZEUGER

## RUHRTALGOLD

(GETREIDE, FLOCKEN, KARTOFFELN, ÖLE)

„Das habe ich in meinen 36 Jahren als Landwirt noch nicht erlebt, im Juli/August so ein mieses Herbstwetter am Stück zu haben. Sicher, es gab schon immer verregnete Ernten, aber das ist eine neue Dimension. Da das Getreide überreif war, als endlich geerntet werden konnte, war die Qualität so schlecht, dass vieles nicht mehr backfähig ist. So haben wir nicht ein Korn (backfähigen) Weizen, nur einen Teil Dinkel und etwas Roggen und Hafer mit Backqualität ernten können.“ Dirk Liedmann

## WERKHOFGÄRTNEREI

(DEMETER-GEMÜSE)

„Dieses Jahr war ein extrem schwieriges. Die Kulturen im Gewächshaus (Tomaten, Paprika, Auberginen) stehen noch halbwegs gut da, im Freiland sind viele Kulturen einfach im Unkraut untergegangen. Trotz des häufigen Hackens und Jätens war das Unkraut durch den ständigen Regen einfach schneller. Gleichzeitig macht der verschlammte Boden es für viele Pflanzen z. B. den Mangold schwer, genügend Nährstoffe zu erhalten. Dadurch ist das Wachstum deutlich gehemmt. Nur wenige Kulturen wie der Porree profitieren von der Nässe und stehen sehr gut da.“ Rita Breker-Kremer

## OBSTHOF MÜNCH

(ALTES LAND BEI HAMBURG)



„Die Sonne strahlt und wir konnten planmäßig mit unserer Ernte starten. Unsere Frühsorten, wie zum Beispiel Deljonca und Delbar, konnten wir schon pflücken. Weiter geht es mit Santana und es folgt Elstar und die Birne Conference.

Insgesamt blicken wir sehr positiv in die Erntesaison. Nach aktueller Einschätzung erwarten wir alle Sorten in sehr guter Qualität. Frostschäden im Frühjahr konnten wir durch unsere Beregnungsanlagen verhindern. Ebenfalls konnten wir die lange Trockenphase im Sommer mit unserer Bewässerungsanlage überstehen. Die Fruchtgrößen und die Farben der unterschiedlichen Sorten passen zur aktuellen Reifephase und sollte sich bei den aktuellen Bedingungen weiterhin gut entwickeln. Wir sind sehr zufrieden und freuen uns auf die Ernte!“ Claus-Peter Münch

BLÜHT DIE ESCHEN VOR DER EICHE,  
HÄLT DER SOMMER GROBE BLEICHE.  
BLÜHT DIE EICHE VOR DER ESCHEN,  
HÄLT DER SOMMER GROBE WÄSCHE.

## RAFFENBERG

(FLEISCH, WURST UND ÖLE)

„Diese Bauernregel sollte mal recht behalten. Zu Beginn der Saison 2023 dachten wir noch, ein weiteres, so trockenes Jahr wie in den letzten Jahren brauchen wir tatsächlich nicht. Der Verlauf des Jahres hat uns aber gezeigt, das wir uns auf Dauerregenperioden noch schwieriger einstellen können.

Im Ökolandbau ist der Zeitpunkt für Bodenbearbeitung, Saattermin und Pflegemaßnahmen mit Striegel und Hacke oftmals der entscheidende Faktor für eine gute Ernte. Aber genau dieser richtige Zeitpunkt war uns oftmals nicht möglich, – wir konnten einfach zu lange nicht auf den Acker. Im Frühjahr war der Boden lange nass und kalt, was den Jungpflanzen die Entwicklung erschwerte. Reifes Getreide und vor allem unsere wertvollen Körnerleguminosen, die wir als Eiweißfutter für unsere Tiere anbauen, konnten nicht zum optimalen Zeitpunkt gedroschen werden. Die so eingelagerte Futter- und Strohmenge wird nur knapp bis zur nächsten Ernte reichen.

Die Frühkartoffeln im Juli aus der matschigen Erde zu bekommen, war eine große Herausforderung. Von der Wasserverfügbarkeit profitierten aber die späteren Kulturen wie Lagerkartoffeln, Mais und Möhren. Die Vielfalt in unserem Betrieb fordert uns im Arbeitsalltag oft heraus. Aber bei einigen Schwierigkeiten, die uns in diesem Jahr begegnen, sind wir sicher, dass auch einiges sehr gut werden wird!“ Christine Raffenberg





# RÜCKBLICK GENIESSERABEND



Am 2. September fand der traditionelle Genießerabend auf dem Gelände unserer Demeter-Gärtnerei statt. Zusammen mit unseren regionalen Erzeuger:innen, Lieferant:innen und rund 300 Gästen durften wir einen wundervollen Abend verbringen. Den Erlös des Abends werden wir an Oxfam spenden, damit dieser Abend auch bei Menschen, denen es nicht so gut geht, noch lange positiv nachwirkt.

Für kulinarischen Genuss und das leibliche Wohl sorgte Claudia Lütke vom Hofcafé aus dem Unionsviertel, die aus dem Gemüse unserer Gärtnerei leckere kulinarische Kreationen zauberte.

Ob Fleisch und Wurst vom Biohof Raffenberg, leckere Backwaren der Bäckereien Woeste und Backdat, Schokolade von fairafic, Apfel-Spezialitäten, Antipasti, Salate, Burger, Kaffee und Kuchen, verschiedenes Gemüse und vor allem Tomaten aus unserer Gärtnerei, ausgesuchte Weine und Käsesorten - es gab viel zu entdecken und zu probieren. Untermalt wurde der Abend durch stimmungsvolle Klänge vom „Musikverein Schmidt“ aus Dortmund.



Bei zwei Führungen durch unsere Gärtnerei erläuterte Rita Breker-Kremer den Anbau von Paprika, Auberginen und besonders der historischen Tomaten-Sorten.

Rundum war es ein gelungener Abend, der uns viel Freude bereitet hat. Die vielen schönen und interessanten Gespräche haben uns wieder bewusst gemacht, wie wertvoll der persönliche Kontakt mit unseren Kund:innen, Erzeuger:innen und Lieferant:innen ist. Die familiäre Atmosphäre und das gemeinsame Zusammensein werden uns noch lange in Erinnerung bleiben.

