

Regionale Qualität erleben und genießen

Liebe Kunden,

angesichts der derzeit herrschenden Angst vor EHEC sollten wir uns fragen, wie wir mit unseren Lebensmitteln und damit letztendlich mit unserer Gesundheit eigentlich umgehen.

Es ist noch gar nicht so lange her, da wurde vor dioxinbelasteten Eiern gewarnt und der Gedanke an Gammelfleisch, das umetikettiert und weiterverkauft worden war, hat uns Ekel und Übelkeit beschert.

Jetzt haben wir wieder einen Skandal. Der EHEC-Erreger breitet sich weiter aus und noch immer ist die Quelle und die Ursache des Erregers nicht klar bewiesen.

Angst und Unsicherheit machen sich breit, die von verschiedenen Verschwörungstheorien noch unterstützt werden.

Für den Verbraucher stellt sich dabei die Frage, was er noch bedenkenlos essen kann und was nicht. Gerade weil die Herkunft des Erregers noch nicht sicher ist, spielt Vertrauen eine immer wichtigere Rolle. Wie gut kenne ich den Anbieter, welche Erfahrungen habe ich bislang mit ihm gemacht, woher bezieht er seine Produkte, oder stellt er sie gar selbst her?

Auch wenn es keine 100%-ige Garantie gibt, so kann man sein Risiko an EHEC zu erkranken erheblich verringern, wenn man Produkte aus der Region kauft. Gerade, weil die Quelle des EHEC-Erregers in Norddeutschland ist, liegt die Vermutung nahe, dass hier angebaute Produkte nicht belastet sind.

Wie aber kommt es, dass wir nahezu jedes Jahr

einen neuen Lebensmittelskandal haben?

Die Antwort ist eigentlich ganz einfach.

Wir sind nicht bereit, die Arbeit des Bauern, des Gärtners, des Bäckers, Metzgers oder Winzers zu honorieren und fordern immer billigere Produkte. Dabei vergessen wir, dass Preissenkungen meist mit Qualitätseinbußen einhergehen. Eine Tomate, die nie das Sonnenlicht gesehen hat, schmeckt einfach nur wässrig, egal wie groß und rot sie von außen aussieht. Das Fleisch von einem Tier, das in wenigen Wochen zur Schlachtung hochgemästet wird, schmeckt fade und verliert beim Braten einen Großteil seines Gewichts und auch ein Brot aus Fertigteig, das keine Zeit zum Gehen hatte, schmeckt längst nicht so gut, wie ein frisch gebackenes Brot vom Bäcker.

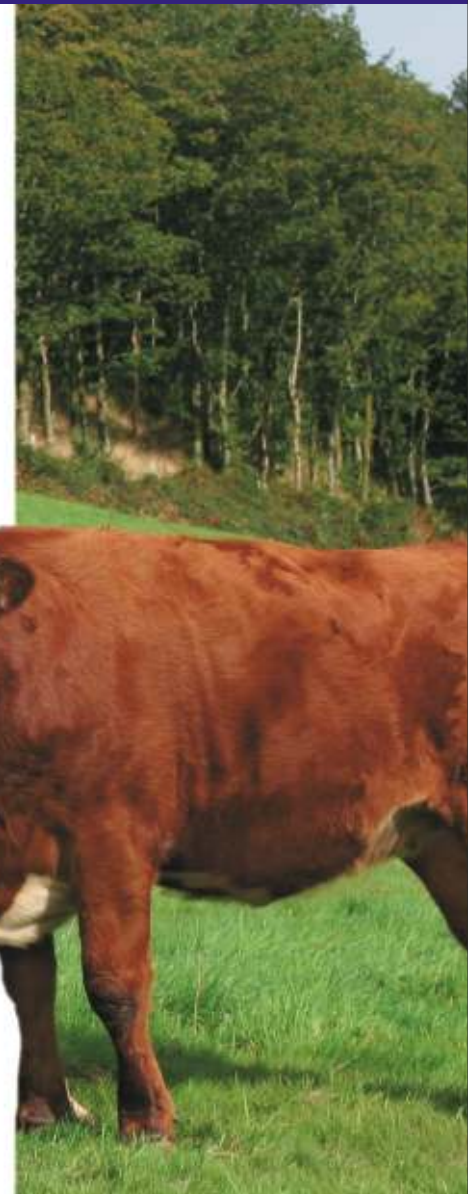
Die Herstellung von Nahrungsmitteln erfordert Zeit. Zeit zum Wachsen und Zeit zum Reifen. Geben wir den Lebensmitteln wieder mehr Zeit und nehmen auch wir uns wieder mehr Zeit beim Zubereiten und beim Genießen der Speisen.

Zeit für Genuss ist das, was ich Ihnen besonders in diesem Monat wünsche.

Einen sonnigen Sommeranfang wünscht Ihnen herzlichst Ihr



Andreas Mannsbarth
(Geschäftsführer Markthalle Kassel)



Inhalt Kundenbrief:

- Für Gesundheit und Naturschutz: Produkte aus der Region
- Der Wochenmarkt: Schauplatz regionaler Produkte
- Kirschen – sinnliche Leckereien
- Rezeptidee: Käsekuchen mit Kirschen und Nektarinen
- Lesergedicht



Öffnungszeiten

Markthalle:

Do. - Fr.: 7:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 7:00 - 14:00 Uhr

Freifläche:

Do.: 7:00 - 13:00 Uhr
Sa.: 7:00 - 14:00 Uhr

Die Markthalle und die Freifläche sind vor Fronleichnam am Mittwoch, dem 22.6.2011 von 7:00 - 14:00 Uhr geöffnet!



Impressum

Herausgeber:

Markthalle Kassel GmbH
Wildemannsgasse 1
34117 Kassel
Tel.: 0561/780395
Fax: 0561/14626
mail@markthallekassel.de
www.markthallekassel.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Andreas Mannsbarth

Gestaltung und Satz:
horst & wicke DESIGN, Kassel

Druck:
Grafische Werkstatt, Kassel

Für Gesundheit und Naturschutz: Produkte aus der Region

Es vergeht kaum ein Jahr, in dem wir nicht von einem neuen Lebensmittelskandal erschüttert werden. Auch wenn wir selbst nichts dafür können, tragen wir doch ein hohes Maß an Verantwortung und können schon bei unseren Einkäufen dafür sorgen, wie mit den Lebensmitteln umgegangen wird, die auf unseren Tisch kommen.

Mehr für weniger

Als Verbraucher möchten wir in der Regel möglichst viel Ware für wenig Geld haben. Dies führt zu erbitterten Preiskämpfen bei den Handelsketten und Supermärkten. Leidtragende sind als erstes die Produzenten, die immer weniger für ihre Arbeit bekommen. Der Preis, den z. B. der Milchbauer für seine Milch oder der Landwirt für seine Hühner oder Schweine bekommt ist so niedrig, dass sich die Haltung von wenigen Tieren schon gar nicht mehr lohnt. Gewinne kann er nur dann machen, wenn er expandiert und Hunderte, oder besser mehrere Tausend Tiere hält. Je größer die Anzahl der Tiere, desto eher lohnt sich der Einsatz von großen Maschinen. Die Erzeugung bzw. Gewinnung von Lebensmitteln wird somit immer mehr zum Industrieprodukt.



Zwanghaft billig

Nicht anders sieht es bei Obst und Gemüse aus. Wir erwarten, dass jegliches Obst und Gemüse zu jeder Jahreszeit auf dem Tisch steht. Wir importieren Lebensmittel vom anderen

Ende der Welt, nur weil wir genau jetzt diese Produkte essen wollen. Wie selbstverständlich ist es für uns geworden, dass es auch im Winter Erdbeeren und Kopfsalat und im Sommer Äpfel und Feldsalat zu kaufen gibt. Wir haben gar keinen Überblick mehr darüber, welche Produkte zu welcher Jahreszeit wachsen.

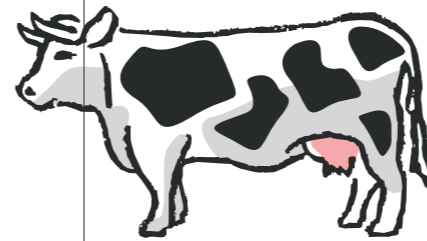


Auch hier geht der Trend hin zu immer größerer und billigerer Produktion. So weit das Auge reicht, reihen sich die Plastikfolien-Gewächshäuser an der Küste von Almeria (Spanien) auf. Von hier beziehen wir einen Großteil des von uns in Deutschland im Winter verzehrten Gemüses, wie z. B. Paprika, Tomaten, Gurken oder Blattsalate.

Es wird nicht lange dauern, bis der nächste Lebensmittelskandal vermeldet wird. Unser Wunsch nach billigen, zu jeder Jahreszeit verfügbaren Lebensmitteln lässt sich nur durch industrielle Landwirtschaft im großen Stil erfüllen. Der Zwang für den Erzeuger, immer kostengünstiger zu produzieren, geht letztendlich immer zu Lasten unserer Gesundheit.

Es geht auch anders

Eine Alternative hierzu sind Produkte aus der Region. Regionale Produkte sind seit einigen Jahren wieder im Kommen. Immer mehr Verbraucher achten darauf, woher die Produkte kommen, die sie verzehren und wie sie hergestellt werden. Wir wollen nicht mehr nur billig, sondern vor allem gut essen. Quantität und der Preis ist nicht mehr ganz so wichtig, stattdessen legen immer mehr Verbraucher Wert auf Qualität und regionale Herkunft.



Regional ist nicht egal

Die Produktion, die Vermarktung und der Konsum von regionalen Lebensmitteln haben viele Vorteile. Davon profitieren die Verbraucher, die heimischen Produzenten, die Umwelt und die Menschen in der Region.

Regionale Produkte

- haben einen intensiveren Geschmack. Heimisches Obst oder Gemüse wird erst dann geerntet, wenn es reif ist und sich die Aromen und Geschmacksstoffe gebildet haben.
- sind meistens frischer, da die Waren kurz nach dem Ernten bereits verkauft werden. Lange Transportwege fallen so weg.
- ermöglichen den direkten Kontakt zwischen Erzeuger und Verbraucher. Dadurch erhöht sich das Vertrauen des Verbrauchers in die Qualität und Sicherheit der produzierten Lebensmittel.

Der Wochenmarkt: Schauplatz regionaler Produkte

Regionale Produkte kauft man am besten auf dem Wochenmarkt. Hier stehen Menschen, die in der Region arbeiten und leben, die sich mit der Region identifizieren und die anderen Menschen aus der Region einen Arbeitsplatz geben.



- tragen zum Erhalt der Artenvielfalt bei. Viele alte Obst- und Gemüsesorten verschwinden vom Markt, weil sie sich für den industriellen Anbau nicht eignen.
- erhöhen die regionale Wertschöpfungskette und tragen somit zum Erhalt von Arbeitsplätzen in der Region bei.
- leisten einen Beitrag zum Natur- und Landschaftsschutz. Streuobstwiesen z. B. beherbergen eine Vielzahl verschiedener Tiere und Pflanzen.
- schaffen Transparenz. Durch die Nähe zum Erzeuger wird deren Anonymität aufgehoben. Der Verbraucher kann sich bei einem Mangel direkt an den Erzeuger wenden.
- begünstigen die Identifikation mit der Region. Dies ist Voraussetzung für eine positive Entwicklung der Region auch auf anderen Gebieten.



Rezeptideen



Käsekuchen mit Kirschen und Nektarinen

150 g Butterkekse
160 g zerlassene Butter
500 g Magerquark
120 g Zucker
3 Eier
2½ El Speisestärke
200 g Süßkirschen
1-2 reife Nektarinen
½ Pck. Tortengusspulver

Zubereitung:

Die Kekse in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz fein zerstoßen. Die Hälfte der zerlassenen Butter mit den Bröseln verkneten und in eine gefettete Springform (Ø 24 cm) drücken, dabei einen ca. 1 cm hohen Rand formen. Den Teig 20 Min. kalt stellen.

Den Backofen auf 160 °C (Heißluft 150 °C) vorheizen. Den Quark, 100 g Zucker, Eier, Stärke und die restliche Butter verrühren. Die Quarkmasse in die Kuchenform füllen und auf der mittleren Schiene 40-45 Min. backen. In der Form abkühlen lassen.

Die Kirschen und die Nektarinen waschen und entsteinen. Die Nektarinen in schmale Spalten schneiden, die Kirschen halbieren. Die Früchte auf dem ausgekühlten Kuchen verteilen.

Das Tortengusspulver mit 20 g Zucker und 200 ml kaltem Wasser in einem Topf verrühren und nach Packungsanweisung aufkochen. Mit einem Esslöffel über den Früchten verteilen. Dazu passt Schlagsahne.



Markthalle Kassel

Erleben und genießen

Ein Lesergedicht



Erdbeeren – der „essbare Duft“

Man hat es schon lange
heraus gefunden,
in der Markthalle,
da kaufen kluge Kunden!
Ein alter Kunde,
der sagte mir ganz ehrlich,
der Einkauf in der Markthalle
ist für mich unentbehrlich!

Ab Ende März läuft der
Erdbeerverkauf wie geschmiert,
die Früchte werden
aus Südeuropa importiert!
Mitte Juni ist es
in jedem Jahr so weit,
da beginnt immer bei uns
die Erdbeerzeit.

Viele können diese schöne Zeit
kaum erwarten,
und ernten das Obst
auch im eigenen Garten.
Es werden dort die Beeren
mit Stängel gepflückt,
und in keinem Fall
von der Pflanze gerupft!

Um ihre Erdbeeren
vor dem Vogelfraß zu nützen,
müssen sie die Pflanzen
mit Vogelnetzen schützen!
und sollte das Vorhaben
noch besser gelingen,
dann sichern sie die Ränder
mit Zeltheringen!

Sie sollten dann am Abend
und nicht am Morgen,
durch Wässern
für gute Erträge sorgen.
Wenn sie alles sehr gut
für die Beeren gestalten,
bleibt ihnen der unbeschreibliche
Duft erhalten!

Alle Kunden der Markthalle
sind sich im Klaren,
hier wird man bedient
mit erstklassigen Waren!
Sie garantieren für folgendes
auf alle Fälle,
Gemüse und Obst
stehen hier an erster Stelle.

Gerhard Zeumer, Lohfelden



Kirschen – sinnliche Leckereien

Wenn die Erdbeeren langsam zu Neige
gehen, beginnt in der Markthalle die
Zeit der Kirschen.

Kirschen galten im Mittelalter als
„Himmelsfrucht“ und symbolisierten
den ewigen, paradiesischen Frühling.

Für die Kirche gehörte die Kirsche,
ebenso wie der Apfel, zu den
geächteten Früchten, da sie Reichtum
und Wohlstand symbolisierten. Reife
und saftige Kirschen, so glaubte man
damals, sollten zu Sinneslust und
Leidenschaft verführen.

Auch heute noch steht die Kirsche als
Symbol für die roten, vollen Lippen
einer Frau und für den Kuss. Die
Aussage, dass die Kirschen in
Nachbars Garten dicker sind, egal wie
prachtvoll die eigenen Kirschen sind,
ist ebenfalls symbolisch zu verstehen
und bezieht sich darauf, dass man sich
immer nach dem sehnt, was man
gerade nicht hat.

Eine besondere Bedeutung kommt der
Kirsche in Japan zu. Dort steht sie für
Schönheit, Aufbruch und
Vergänglichkeit. Die Zeit der
Kirschblüte markiert einen Höhepunkt
im japanischen Kalender und den
Anfang des Frühlings.

Zu verdanken haben wir die Kirsche
dem römischen Feldherrn Lucullus,
der ca. 70 v. Chr. die Kirsche von
seinen Feldzügen ans Schwarze Meer
mit nach Europa brachte.

Vielfältige Verwendungsmöglichkeiten

Kirschen sind vielseitig verwendbar.
Egal, ob man Marmelade oder
Kompott aus ihnen kocht, einen
fruchtig-saftigen Kirschkuchen backt,
mit Kirschen gefüllte Knödel aus ihnen
formt, oder sie zu Eis, Kirschwein oder
Kirschlikör verarbeitet, Kirschen sind
immer ein Hoch-
genuss.

Am besten
schmecken
sie jedoch,

wenn man sie frisch gepflückt vom
Baum verzehrt.

Dann sind sie auch am gesündesten,
denn ihre Vitamine und Mineralstoffe
bleiben so vollständig erhalten.

Überhaupt sind Kirschen sehr gesund.
Sie sind reich an Vitamin C und
enthalten neben Vitaminen der B-
Gruppe und dem Vitamin E auch das
für die Augen wichtige Provitamin A.
Des Weiteren enthalten sie sehr viel
Folsäure und Niacin, sowie Kalium,
Magnesium, Kalzium, Eisen,
Phosphor, Kieselerde, Pektin und Zink.

Wegen dieser vielen Inhaltsstoffe
werden den Kirschen auch vielfältige
Heilkräfte nachgesagt. So soll sich der
Verzehr von Kirschen positiv auf den
Blutzuckerspiegel auswirken und
Gichtanfällen vorbeugen.



Sicher ist auf jeden Fall, dass Kirschen
für Kinder sehr gesund sind, da ihre
Inhaltsstoffe den Knochen- und
Zahnaufbau unterstützen.

Darüber hinaus sind sie wahre
Schlankmacher. Aufgrund ihres
geringen Kaloriengehalts von 60
Kilokalorien pro 100g eignen sie sich
hervorragend zum Abnehmen.

Kirschkerne gegen Verspannungen

Auch die Kirschkerne haben eine
gesundheitsfördernde Wirkung. Füllen
Sie die gewaschenen und getrock-
neten Kerne in ein kleines Kissen und
legen Sie es zum Erwärmen auf einen
Ofen. Das warme Kissen wirkt wie
eine Wärmflasche und hilft bei
Verspannungen und Bauchschmerzen.



Markthalle Kassel