

Das Markthallenfest erleben

Liebe Kunden,

wenn wir in ein Geschäft hineinkommen und eine Wurst, einen Kopf Salat oder ein Brot kaufen, machen wir uns gar nicht klar, wie viel Zeit und welche Mühen mit der Herstellung unserer Lebensmittel verbunden sind. Wir erwarten das ganze Jahr, möglichst rund um die Uhr, an sieben Tagen der Woche genau das zu bekommen, auf das wir gerade Lust haben.

Supermärkte und Discounter haben das erkannt und machen für ihre Kunden vieles möglich. Erdbeeren im Winter – kein Problem. Einkaufen bis 24.00 Uhr – kein Problem. Abends frische Brötchen – kein Problem. Der Preis, den die Verbraucher dafür zahlen müssen, ist der Geschmack.

Viele dieser Produkte schmecken fad und geschmacklos. Eine Freiland-Tomate aus dem eigenen Garten oder Feld schmeckt viel aromatischer und süßer als eine Tomate, die in riesigen Gewächshäusern gezüchtet wird. Ein Stück Fleisch von einem Tier, das Platz zum Auslaufen hatte, schmeckt unvergleichlich besser als ein Stück Fleisch von einem Tier aus Massentierhaltung.

Wie viel ist uns unsere Ernährung und unser Geschmack Wert? Ziehen wir ein industriell hergestelltes, wabbeliges und geschmackloses Brot wirklich einem per Hand mit echtem Sauerteig hergestellten Brot vor?

Die meisten Lebensmittel, die wir essen, sind Naturprodukte oder werden aus solchen hergestellt. Diese Produkte sind aber nicht das ganze Jahr über verfügbar. Um sie dennoch zu verkaufen, müssen sie aus anderen Ländern importiert werden.

Bei den meisten Produkten, die in der Markthalle angeboten werden, entfallen lange Transportwege. Die Lebensmittel, die sie hier einkaufen, wachsen in der Region und werden in der Region hergestellt. Vitamine, Mineralstoffe und Aromen können sich dadurch viel besser entwickeln. Hier entstehen Lebensmittel, die gesund sind und schmecken.

September ist Zwetschgen- oder Pflaumenzeit. Was der Unterschied zwischen den beiden ist, können Sie auf der Innenseite lesen.

Hinweisen möchten wir Sie auch auf den 22. September. An diesem Tag bereiten die Köche vom Koch-Club-Kassel in unserer Markthallen Erlebnis-Küche süße und deftige Knödelvariationen vor. Schauen Sie zu und probieren Sie die leckeren Kreationen. Rezepte liegen zum Mitnehmen für Sie bereit.

Ende des Monats feiern wir wieder unser großes **Markthallenfest**. Nähere Informationen finden Sie ebenfalls auf der Innenseite dieses Kundenbriefs.

Einen sonnigen und genussreichen Spätsommer

wünscht Ihnen herzlichst



Andreas Mannsbarth
(Geschäftsführer Markthalle Kassel)



Inhalt Kundenbrief:

- „Du Pflaume“
- Erntezeit in der Markthalle
- Ankündigung Markthallenfest
- 100 Jahre Backhaus Schwarz
- Kochaktion in der Markthallen-Erlebnisküche
- Lesergedicht



Öffnungszeiten

Die Markthalle Kassel hat zu den gewohnten Zeiten für Sie geöffnet:

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



Impressum

Herausgeber:
Markthalle Kassel GmbH
Wildemannsgasse 1
34117 Kassel
Tel.: 0561/78 03 95
Fax: 0561/146 26
mail@markthallekassel.de
www.markthallekassel.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Andreas Mannsbarth

Gestaltung und Satz:
horst & wicke DESIGN, Kassel

Druck:
Grafische Werkstatt, Kassel

„Du Pflaume“



...ist umgangssprachlich eine nicht allzu schwere Beleidigung. Mit dem Ausspruch „Du Pflaume“ bezeichnet man einen einfältigen Menschen. Wie es dazu kam, dass die Pflaume als einzige Obstart als Schimpfwort erhalten muss, ist nicht bekannt.

Pflaumen gehören mit zu den ältesten Kulturpflanzen. Weltweit gibt es mehr als 2000 verschiedene Sorten. Ursprünglich kommen sie vermutlich aus dem nördlichen Kaukasus. Alexander der Große war es, der die Pflaume von seinen Kriegszügen in seine Heimat brachte. Die Römer waren es schließlich, die die Pflaumen später nach Deutschland und Frankreich brachten, um sie zu kultivieren.



Pflaumen haben eine runde Form und eine glatte, bläulich-violette oder gelbe Haut mit einer markanten Bauchnaht. Ihr Fruchtfleisch ist je nach Sorte grünlich bis rötlich. Zur Familie der Pflaumen gehören auch Mirabellen, Renekloden und Zwetschgen.

Mirabellen sind goldgelb und ungefähr so groß wie Kirschen. Sie schmecken süß und aromatisch. Man kann sie roh verzehren, einmachen oder zu Kompott verarbeiten.

Renekloden findet man nur selten im Handel zu kaufen, da ihre Haut sehr empfindlich ist und sie schnell verderben. Sie sind kugelförmig, haben ein helles Fruchtfleisch und eine gelbgrüne bis violette Schale.

Zwetschgen sind im Gegensatz zu Pflaumen kleiner und haben eine länglich-ovale Form mit spitzen Enden. Ihr Fruchtfleisch ist

weißlich bis grünlich gelb, saftig und in der Regel angenehm süß-säuerlich. Zwetschgen werden gerne zum Backen verwendet, da sich ihr Stein gut lösen lässt und sie beim Backen Form und Biss behalten.

Zwetschgen und Pflaumen sind vielseitig verwendbar. Ob als Belag für einen saftigen Obstkuchen, im Knödel, als Kompott oder Mus, getrocknet oder frisch vom Baum. Sie schmecken einfach gut und sind darüber hinaus noch sehr gesund.

Zwetschgen und Pflaumen enthalten viele Ballaststoffe, weshalb man sie vor allem in getrockneten Zustand bei Verstopfungen einsetzt. Sie fördern unseren Stoffwechsel und stärken das Immunsystem und die Nerven. Sie sind wirksam bei Verstimmungen, Depressionen und bei Stress.

Süß mit wenig Zucker

Viele wichtige Mineralien und Spurenelemente wie z.B. Calcium, Eisen, Kalium, Zink und Phosphor sind ebenso enthalten wie die Vitamine A, B1, B2, C und E. In der dunklen Schale sind viele sekundäre Pflanzenstoffe enthalten, wie z. B. Flavonoide, Polyphenole und Antioxidantien. Pflaumen enthalten viel Wasser und sind deshalb hervorragende Durstlöcher. Obwohl sie reif sehr süß sind, enthalten sie wenig Zucker.

Beim Einkauf sollte darauf geachtet werden, dass die Früchte sich noch fest anfühlen und einen angenehmen Geruch und eine frische Farbe aufweisen. Frische Früchte haben eine glatte Haut und eine gleichmäßige Reifbildung. Dieser Belag, auch als Duffilm bezeichnet, besteht aus natürlichen Wachs, mit dem sich die Früchte vor dem Austrocknen schützen. Das Vorhandensein dieses Reiffilms ist somit ein Indiz für Qualität.

Im Kühlschrank lassen sich frische und ungewaschene Pflaumen 3-4 Tage aufbewahren.

Erntezeit in der Markthalle

Auf den Feldern herrscht zur Zeit reges Treiben. Bis in die späten Abendstunden hinein arbeiten die Bauern auf ihren Feldern, um Weizen, Roggen, Hafer oder Mais zu ernten. Solange es nicht regnet, nutzen sie jede freie Minute, um die diesjährige Ernte trocken einzufahren.



Auch die Obst- und Gemüsebauern haben in diesen Tagen und Wochen viel zu tun. Äpfel, Birnen, Pflaumen oder Zwetschgen sind reif und müssen geerntet werden. Kartoffeln, Kürbisse, Tomaten, Zucchini und viele andere Gemüsesorten kann man jetzt frisch geerntet vom Feld an den Ständen in und vor der Markthalle kaufen.

Zeit für Federweißen

Am Rhein, der Mosel, dem Main und in anderen Weinanbaugebieten hat die Weinlese begonnen. In vielen Geschäften gibt es daher Federweißen und bald schon gibt es die ersten Weine des Jahrgangs 2012.



Der Verbraucher kann sich über das Arbeitspensum der Landwirte nur freuen, denn jetzt bekommt er erntefrische Produkte aus der Region zu besonders günstigen Preisen. Eine besonders große Auswahl an

vitaminreichen und mineralstoffhaltigen, selbst erzeugten Produkten aus der Region findet man an den Ständen der Markthalle und an den Ständen auf der Freifläche.

Kurze Transportwege

Regionale Produkte haben den Vorteil, dass sie erst geerntet werden, wenn sie reif sind. Der Geschmack kann sich somit viel besser entfalten. Ein Nachreifen in Reifekammern entfällt ebenso wie lange und teure Transportwege.

Ein „Problem“ gibt es allerdings. Die Auswahl an selbsterzeugtem Gemüse aus der Region ist zur Zeit so groß, dass man gar nicht weiß, was man zuerst genießen soll. Da hilft nur eins: Abwechslung.

Probieren Sie doch mal etwas Neues aus und überraschen Sie Ihre Familie mit einer neuen Variante. Unsere Marktbesucher sind Ihnen bei der Auswahl behilflich und geben Ihnen gute Tipps zur Zubereitung.



Markthallenfest



Am **Samstag, 29.9.2012 ab 18.30 Uhr** findet wieder unser stimmungsvolles Markthallenfest in der Kasseler Markthalle statt.

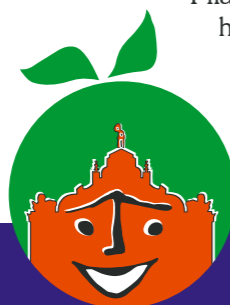
An rund 60 Marktständen auf zwei Etagen bieten Ihnen unsere Marktbesucher kulinarische Leckereien aus der Region und internationale Spezialitäten an.

Tanzen, Feiern, Genießen – bei stimmungsvoller Beleuchtung und gemütlicher Atmosphäre bis spät in die Nacht – das zeichnet unser Markthallenfest seit Jahren aus. Kein Wunder, dass sich jedes Jahr mehr als 2000 Gäste und Fans des Markthallenfestes diesen Event nicht entgehen lassen.

Für musikalische Unterhaltung sorgen in diesem Jahr die Bands „Flashback to the sixties“ aus Kassel und „The Mercy Beats“ aus Melsungen. Beide Bands sind in der Region und darüber hinaus sehr bekannt und haben bereits mehrfach bewiesen, dass sie ihr Publikum in Begeisterung versetzen und für tolle Stimmung sorgen können.

Der Eintritt kostet wie im letzten Jahr 4,- € im Vorverkauf und 5,- € an der Abendkasse. Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre haben freien Eintritt. Karten gibt es an diversen Marktständen und im Marktbüro

Weitere Informationen auch unter www.markthallekassel.de



Markthalle Kassel

Erleben und genießen

Stimmungsvolles
Markthallenfest
Sa. 29. Sept. 2012 · 18.30 Uhr

Livemusik: • Flashback
Regionale • The Mercy Beats
& Internationale Spezialitäten

Markthalle Kassel
www.markthallekassel.de · Tel.: 78 03 95
Vorverkauf Markthalle: 4,00 € · Abendkasse: 5,00 €

Ein Lesergedicht



Pflaumen und Zwetschgen

Beim Kuchenbacken gibt es viele Sachen, die der Familie sehr große Freude machen!

Nach vielen Jahren sind wieder Pflaumen auf dem Baum, für Pflaumenkuchen, der ist und bleibt unser Traum.

Aber auch frische Pflaumen und Zwetschgen sind ein Gedicht, auf keinen Fall dürfen sie unter zwei Stunden an's Licht! Nach den Lichtstunden können Sie die Sachen versuchen, besonders lecker schmecken diese als Belag auf Torte oder Kuchen.

Nicht rund sondern länglich oval ist die Form der Zwetschgen, so leicht unterscheiden lassen sich Pflaume und Zwetschge! Die eben genannten können Sie jetzt unterscheiden, während der Teig abkühlt, lassen sie sich aufschneiden!

Die Pflaumenpresse sagt: Masse zerstampfen, mit einer Gabel unterheben, ist der Teig viel zu matschig, dann einfach etwas Mehl zugeben! Dann den Rest mit einem Nudelholz so dünn wie möglich ausrollen, natürlich geht das schnellstens auf den Vollen!

Die Ruhe und die Zufriedenheit stehen an erster Stelle, das wird natürlich verwirklicht – auf alle Fälle!
Wir haben diesmal alles erreicht – interessantes was wir wollten und wir den schönen Herbst auf alle Fälle genießen sollten!

Wir dürfen Pflaumenmus auf keinen Fall vergessen, weil wir das doch im Winter sehr gern essen!
Wer nun keinen Garten hat, wie könnte das anders sein, der kauft die Pflaumen natürlich in der Markthalle ein.

Gerhard Zeumer, Lohfelden



Backhaus Schwarz – Hundertjährige Backtradition

Seit 120 Jahren gibt es das Backhaus Schwarz in Gudensberg und seit fast einem halben Jahr verkauft Inhaber Günter Schwarz seine leckeren und ausgezeichneten Produkte auch in der Kasseler Markthalle am Stand Nr. 42 im Obergeschoss (neben Café Markttreff).



Bäckermeister Günter Schwarz leitet sein Geschäft in der 5. Generation. Den Schlüssel zum Erfolg seines Betriebes sieht er in der hohen Kompetenz seiner Mitarbeiter, der Qualität seiner Produkte und dem freundlichen und hilfsbereiten Verkaufspersonal.

Als er hörte, dass in der Kasseler Markthalle ein Bäckereistand frei wurde, war es für ihn keine Frage, sich zu bewerben. Aufgrund seiner hochwertigen Produkte und seines guten Namens, der weit über die Region hinaus bekannt ist, war es auch nicht verwunderlich, dass er den Zuschlag bekommen hat.

Angst vor der großen Konkurrenz in der Markthalle hat er nicht. Er vertraut seinen nach traditioneller Backkunst hergestellten Backwaren und der Qualität seiner Zutaten. Die Bäckerei Schwarz verwendet für ihre Backwaren ausschließlich Getreide aus heimischem Anbau. Der für die Brote verwendete Natursauerteig wird nach hauseigenen Rezepturen hergestellt.

Das Angebot der Bäckerei Schwarz ist sehr vielfältig und reicht von verschiedenen Brot- und Brötchensorten über Gebäck-Spezialitäten bis hin zu Kuchen und Torten. Seit einigen Jahren bietet das Backhaus Schwarz auch Bio-Produkte an. Auf Wunsch fertigt Günter Schwarz und sein Team für seine Kunden auch Hochzeitstorten, Fototorten und andere backfrische Köstlichkeiten an.



Besuchen Sie das Backhaus Schwarz in der Markthalle und probieren Sie die vielen nach traditioneller Handwerkskunst hergestellten Backwaren.

Kochaktion in der Markthalle

Am **Samstag, 22.09.2012 von 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr** bereiten die Köche vom Koch-Club-Kassel süße und deftige Knödelvariationen in unserer Markthallen-Erlebnisküche zu.

Getreu unserem Motto „erleben und genießen“, können Sie

den Köchen beim Zubereiten verschiedener Knödel zuschauen und anschließend die fertig gekochten Knödel auch genießen.

Gerne beantworten Ihnen die Köche ihre Fragen und geben Ihnen den ein oder anderen Tipp mit auf den Weg.

Die Rezepte liegen zum Mitnehmen für Sie bereit.



Markthalle Kassel