



Upländer Bio-Milch-
bauer hilft Klein-
bauern in Bolivien

Sortiment

Upländer Schmand

Landwirte

Hof Heckseifen
Familie Ohrndorf

Rezepte

Upländer
Zucchini-Tomaten-Quiche
Upländer Schmandcreme
mit Kompott

Events

100 Jahre Edersee



Liebe
Leserinnen
und Leser,

nun ist es wissenschaftlich untermauert: Bio-Produkte sind gesünder! Dies bestätigt eine Metastudie, die kürzlich veröffentlicht wurde. Dort wurden weltweit 343 Untersuchungen zur Qualität von Bio-Produkten ausgewertet. Als Hersteller von Bio-Milchprodukten freuen wir uns natürlich über dieses signifikante Ergebnis: Bio-Lebensmittel enthalten mehr wertvolle Antioxidantien und gleichzeitig deutlich weniger schädliche Stoffe wie z.B. das Schwermetall Cadmium im Vergleich zu konventionell angebauten Lebensmitteln. Darüber hinaus wurden bei ökologisch erzeugten Lebensmitteln weniger Pestizidrückstände nachgewiesen.

Die Wissenschaftler konnten so belegen, dass die Produktionsmethoden des Ökolandbaus gesündere Lebensmittel hervorbringen. Dies ist ein weiteres Argument für Bio-Produkte neben den vielen positiven Auswirkungen des Bio-Anbaus auf Natur und Umwelt.

Herzliche Grüße
aus der Upländer Bauernmolkerei

Karin Artzt-Steinbrink
Karin Artzt-Steinbrink, Geschäftsführerin

Molkerei-Magazin

Bestnoten für Upländer Milchprodukte

Stolz und erfreut dürfen wir berichten:

Unsere Upländer Süßrahmbutter zählt zu den sechs ausgewählten Produkten, die als Favoriten im Gourmet-Magazin DER FEINSCHMECKER (07/2014) vorgestellt wurden. Eine ausgewählte Jury ließ insgesamt 20 verschiedene Süßrahmbuttersorten gegeneinander antreten. Getestet wurde neben Geschmack, Farbe, Duft, Aroma und Konsistenz auch die Streichfähigkeit. Die Juroren lobten unsere Butter: eine geschmeidige, schmelzige Butter mit rundem Sahnegeschmack. Das Aroma liege lange auf der Zunge und die gute Streichfähigkeit überzeuge ebenfalls.



„sehr gut!“

Des Weiteren wurde im Juli unsere frische Vollmilch von der Fachzeitschrift ÖKO-TEST mit dem Gesamturteil „sehr gut“ bewertet. Unsere frische Vollmilch wurde in der Alnatura-Verpackung (Handelsmarke) getestet und bewertet.



Aufgefrischt!
Neuer Look
- Bewährtes drin!

Ab Herbst auf unseren Milchpackungen:
Upländer Bio-Bäuerinnen vom Hof Heckseifen,
Portrait auf Seite 4.



Schulbeginn - aber bitte mit Frühstück!

Bio-Brotbox-Aktion 2014

Die Upländer Bauernmolkerei initiiert zum fünften Mal die Bio-Brotbox-Aktion im Landkreis Waldeck-Frankenberg sowie im Hochsauerlandkreis.

Zum Schulanfang nach den Sommerferien bekommen 630 ABC-Schützen in Teilen der Regionen Sauerland und Nordhessen eine wiederverwendbare Bio-Brotbox geschenkt. Sie ist mit hochwertigen Bio-Produkten wie Vollkornbrot, Müsli, Tomaten, Mettende und Upländer Schulmilch gefüllt. Die Bio-Brotbox-Aktion wird deutschlandweit von ehrenamtlichen Initiativen organisiert, die Städte, Landkreise, Regionen und auch ganze Bundesländer mit Bio-Brotboxen ausstatten. In diesem Jahr versorgen 75 Initiativen in Deutschland rund 180.000 Erstklässler mit Bio-Brotboxen – das sind ca. 25 % aller Erstklässler in Deutschland.

In diesem Jahr übernimmt Bundesumweltministerin Dr. Barbara Hendricks die Schirmherrschaft für die gesamte Bio-Brotbox-Aktion in Deutschland.

Ziel der Bio-Brotbox-Aktion ist es, sowohl bei Kindern als auch bei Eltern, ein Bewusstsein für ein gesundes und tägliches Schulfrühstück zu schaffen. Kinder, die ein



Erstklässler der Grundschule in Medebach-Oberschledorn

gesundes Frühstück zu sich nehmen, sind konzentrierter und leistungsfähiger - Grundvoraussetzung für einen erfolgreichen Schultag. Die Bio-Brotbox-Aktion erreicht Eltern in der sensiblen Phase des Schuleintritts und will so frühzeitig Weichen für eine gesunde Ernährung stellen. Die Bio-Brotbox-Aktion wird von sozial engagierten Unternehmen der Naturkostbranche finanziert. Dazu gehören bei dieser Initiative: Upländer Bauernmolkerei, Bäckerei von der Heide, Bohlsener Mühle, Lebensbaum, Sonnentor, Bio-Garten Flechtdorf, Hofgut Rocklinghausen, Kleeblatt Regionalwarenladen in Korbach.

Weitere Informationen unter:
www.bio-brotbox.de



UPLÄNDER MILCH MUHSEUM

Öffnungszeiten im Molkereiladen

Mo - Sa: 08.30 - 13.00 Uhr
Di - Fr: 14.00 - 18.00 Uhr

Öffnungszeiten im Museum & Café

Di - Fr: 10.00 - 17.00 Uhr
Sa, So und Feiertage: 11.00 - 17.00 Uhr
Montag Ruhetag

Führungen inkl. Butterherstellung

Mittwoch und Freitag 11.00 Uhr
Preis pro Person: 3,00 €
Dauer: ca. 1 Stunde
Führungen für Gruppen zwischen 10 und 30 Personen werden nach Terminvereinbarung durchgeführt.

Anmeldungen unter:
Tel. 05632 - 92 22 22
www.muhseum.de, info@muhseum.de

Winterpause im Museum & Café

Vom 03.11. - 19.12.2014 bleiben Museum und Café geschlossen. In dieser Zeit finden Käse & Wein-Abende wie gewohnt statt und auch als Gruppe (ab 6 Personen) können Sie gerne eine Führung durch das Museum bei uns buchen.



Käse & Wein Abende

September - Dezember 2014

Freitag, 26. September, 19:00 Uhr
Freitag, 31. Oktober, 19:00 Uhr
Freitag, 28. November, 19:00 Uhr
Freitag, 19. Dezember, 19:00 Uhr

Die literarisch-kulinarische Verkostung umfasst etwa 12 regionale Bio-Käsesorten, 7 Bio-Weinsorten, eine interessante Bio-Brotauswahl sowie Geschichten und Gedichte rund um Milch, Käse & Wein.

Dauer: 3,5 - 4 Stunden
Preis pro Person: 22,00 €

Für Gruppen zwischen 15 und 30 Personen können individuelle Termine vereinbart werden.

Anmeldungen unter:
Tel.: 05632 - 92 22 22
www.muhseum.de
info@muhseum.de

Upländer Bio-Milchbauer hilft Kleinbauern in Bolivien

Gyso von Bonin reiste vom westfälischen Rütten nach Bolivien, um den dortigen Kleinbauern bei der Umstellung von konventioneller auf ökologische Landwirtschaft zu helfen. Dies tat er im Auftrag des „Senior Experten Service“ (SES), einer Stiftung der deutschen Wirtschaft mit Sitz in Bonn. Diese Organisation bietet rund 8000 Menschen im Ruhestand die Möglichkeit, ihr Können und Wissen kostenlos weiterzugeben.

Gyso von Bonin reiste Anfang dieses Jahres bereits zum zweiten Mal ans andere Ende der Welt, um die bolivianischen Bauern in einem Dorf bei Cochabamba, 3880 Meter über dem Meeresspiegel zu unterstützen. Denn die Organisation „Fundación Cristo Vive Bolivia“ hatte die SES um die Entsendung eines Experten gebeten, weil die industrialisierte Landwirtschaft in dem südamerikanischen Land nicht mehr funktioniert. Bekanntermaßen sind dort namenhafte Agrarchemie-Konzerne präsent und versuchen vor allen Dingen ihre Pestizide zu verkaufen. Ein Teufelskreis, da viele Bauern Analphabeten sind und die Gebrauchsanweisungen gar nicht lesen können - mit fatalen Folgen für die Erträge und die eigene Gesundheit.

Aufgrunddessen erscheint die ökologische Landwirtschaft geeigneter. Doch lassen sich Methoden, die seit über 30 Jahren in Deutschland funktionieren, einfach so nach Bolivien verpflanzen? Im Prinzip schon. „Die Erzeugung von geeignetem Saatgut, die Fruchtfolge, eine Strategie gegen Unkraut und die Herstellung von Kompost lautet die Zauberformel gegen den Einsatz von Chemikalien in der Landwirtschaft. Die Grundidee ist, den Kreislauf Boden, Pflanze, Tier, Boden richtig zu regeln“, so erklärt von Bonin. In Bolivien kommt jedoch der Kampf gegen die Erosion noch erschwerend hinzu.

Von Bonin's Einsatzgebiet war die landwirtschaftliche Berufsschule Bella Vista. Dort hatte er bereits 2012 ein Versuchsfeld von 2500 Quadratmetern angelegt. Doch als er es jetzt wiedersah, „habe ich die Hände über dem Kopf zusammengeschlagen“. Der Wille sei zwar da, aber die Praxis und eine Strategie fehlen. Darum kaufte er beispielsweise Werkzeug, um gemeinsam mit den Lehrlingen aus Pflanzenrückständen, Mähgut, Hausabfällen und vor allem Meerschweinchenmist Kompost herzustellen.



Beim Unterricht in der Schule (seine Tochter Luzia, die dort ein freiwilliges soziales Jahr absolviert, übersetzte ins Spanische) ging es dann um die Agrarwende. 50 junge Menschen von kleinen Höfen hatten vor Ort Gelegenheit, eine Unmenge Fragen zu formulieren. Ziel ist, das gesamte



Dorf auf ökologische Landwirtschaft umzustellen und vor allem zu zertifizieren, so dass die Produkte wie Mais, Kartoffeln oder Quinoa zu guten Preisen besser vermarktet werden können.

Von Bonin sah bei den Exkursionen Bergbauernhöfe in 3500 Metern Höhe, auf denen die Menschen in unglaublicher Armut aber dennoch mit großer Fröhlichkeit leben. Aus den gesammelten Eindrücken ergaben sich die Themen für die Arbeit mit den Lehrern und Lehrlingen fast von selbst: Fruchtfolge, Bewässerung, Terrassierung und Erosionsschutz, aber auch Methoden der mechanischen Unkrautbeseitigung.

Damit Bonin's Saat in übertragenem Sinn aufgeht, kümmert sich seit seiner Abreise ein Berufsschullehrer um die Bauern des Dorfes und betreut die Umstellung der Betriebe. Dafür bekommt er 60 Euro im Monat, die Umstellung eines Betriebs kostet 100 Euro. Geld, das von Bonin aus einem eigens gegründeten Fond beigesteuert wird („Umstellungsfonds Gyso“). Und die „Fundación Cristo Vive Bolivia“ unterstützt die Berufsschule, die sogar noch erweitert wird und organisiert die Vermarktung.

„Mein Lohn war Dankbarkeit, Liebe und Herzlichkeit!“ Zum Abschied gab es für Gyso von Bonin nicht nur ein Fest und ein Abschiedsgeschenk, sondern auch die Frage: Wann kannst Du wieder kommen?“ Wann und ob er sich ein drittes Mal für einige Wochen auf die 32-stündige Reise in den Andenstaat begeben wird steht noch nicht fest.

Mehr Informationen erhalten Sie unter:
www.ses-bonn.de; www.fcv-bo.org



Gyso von Bonin

geb. 1947 an der Schlei (Ostsee). Aufgewachsen mit fünf Geschwistern auf dem Demeter-Hof der Eltern in Ostholstein. Landwirtschaftliche Lehre in Düren, staatl. gepr. Landwirt in Rendsburg.

Studium der Landwirtschaft und Mathematik in Berlin.

Verheiratet und Vater von fünf Kindern. 1975-1980 Betriebs- und Umstellungshelfer auf verschiedenen Höfen.

Seit 1980 Umstellung und Bewirtschaftung des Gut Körtlinghausen im westfälischen Rütten, Kreis Soest

(www.koertlinghausen.de).

Seit 1987 ehrenamtlich aktiv im Demeter-Nord-Vorstand und weiteren Gremien.

Seit 2010 Seniorexperte für Umstellung auf Öko-Landbau (www.ses-bonn.de).

Seit 2011 Bio-Milchlieferant der Upländer Bauernmolkerei.

2011: Einsatz in Bolivien am Rand der Anden: Einrichtung eines Versuchsfeldes an der Berufsschule für Kleinbauern in Cochabamba

zur Person



Rinderpass / Stammdatenblatt

Die zuständigen Behörden der Länder stellen für jedes neu geborene oder aus einem Drittland eingeführte Tier ein Stammdatenblatt (früher: Rinderpass) aus, das die Tiere wie ein Personalausweis bis zur Schlachtung begleitet.

Der Landwirt muss der Behörde unter anderem

- Name, Anschrift, Registriernummer des Betriebes,
 - Lebensohrmarkennummer,
 - Geburtsdatum,
 - Geschlecht,
 - Rasse
 - und Ohrmarkennummer der Mutter
- mitteilen. Das Kalb erhält daraufhin das Stammdatenblatt, den „Personalausweis“ des Rindes.

Der Rinderpass war vom 01. Juli 1998 an der Ausweis eines jeden Rindes in Deutschland und löste das im Zeitraum 28. Oktober 1995 bis 30. Juni 1998 gültige Begleitpapier ab. Mit dem in Kraft treten der neuen Viehverkehrsverordnung (ViehVerkV) am 14. Juli 2007 wurde der Rinderpass durch das weitestgehend identische Stammdatenblatt ersetzt.

Bestandsregister

Alle Rinderhalter in der EU müssen ein Bestandsregister führen, in dem alle Daten eines jeden Rindes eingetragen werden und das auch nach Aufgabe der Tierhaltung noch drei Jahre aufbewahrt werden muss. Dazu gehören Geburt, Ohrmarkennummer, Rasse, Geschlecht, die Ohrmarkennummer der Mutter, Tod, Ver- und Zukauf. Jederzeit können diese Bücher unangemeldet kontrolliert werden; bei Unstimmigkeiten können die Behörden veranlassen, dass die Tiere den Hof nicht mehr verlassen dürfen.

Ausgebende Stelle: Hessischer Verband für Leistungs- und Qualitätsprüfungen in der Tierzucht e.V. An der Hessenstraße 1 36304 Alsfeld Datum der Ausgabe: 25.07.2014		Rinderpass nach § 30 Stammdatenblatt nach § 31 der Viehverkehrsverordnung 15101420603634 Ohrmarkennummer DE 06 665 93486 Registriernr. nach § 26 Viehverkehrsverordnung 06 635 022 0146	
Tierhalter (Name, Vorname, Anschrift) DV 07 00 Deutsche Post MPC/214072510062437/664 Markus Mustermann Musterstraße 1 12345 Musterstadt		1. Tierdaten Geburtsdatum: 14.07.2014 Geschlecht: männlich Rasse: Fleckvieh Fleisch (66) Ohrmarkennummer des Muttertieres: DE 06 660 80606	
2. Herkunft des Tieres, sofern nicht aus dem Ursprungsbetrieb: aus folgendem Mitgliedstaat der EU: aus folgendem Drittland eingeführt: vom Drittland vergebene Ohrmarkennummer:			

Kein Datenschutz für Rinder

Die zentrale HI-Tier-Datenbank (Herkunftssicherungs- und Informationssystem) für Rinder in München speichert den Lebenslauf eines jeden Rindes in Deutschland. Jede Tierbewegung muss dorthin innerhalb von sieben Tagen gemeldet werden. Wenn das Rind seinen Geburtsort verlässt, weil es z.B. verkauft oder vorübergehend auf einer Ausstellung gezeigt wird, muss vom Landwirt bzw. Viehhändler eine Meldung an die zentrale Datenbank folgen. Da sowohl der Verkäufer als auch der Käufer melden muss, kann der Lebenslauf von der Datenbank auf Plausibilität geprüft werden.

Der Schlachthof meldet den Zugang und die Schlachtung. Auf diese Weise können Herkunfts- sowie alle Haltungs- und Schlachtbetriebe eines Tieres festgestellt werden. Die Herkunft des Fleisches ist auf dem Etikett angegeben. Bei Ausbruch einer Tierseuche lassen sich auf Grundlage dieser Daten schnelle und effiziente Maßnahmen ergreifen.



Upländer Schmand ...einfach lecker

Unsere Sauerrahmspezialität mit 24 % Fett - frisch und cremig im Geschmack.

Für die Herstellung verwenden wir nur frischen Upländer Rahm und Milchsäurekulturen. Ausgangsprodukt für den Upländer Rahm ist die frische Upländer Bio-Milch - mittels Zentrifuge erfolgt die Trennung in Rahm und Magermilch bei gleichzeitiger Einstellung des Fettgehaltes (24 %).

Im Anschluss werden Milchsäurekulturen zugesetzt und der Schmand im Brutraum bei 26 °C ca. 16-18 Stunden gelagert, bis der gewünschte Säuerungsgrad erreicht ist.

Upländer Schmand eignet sich hervorragend zum Verfeinern von Suppen, Soßen und Backwaren, zum Salat, als Dip ... oder als Brotaufstrich mit Marmelade.



Upländer Zucchini-Tomaten-Quiche *für 4 Personen*

für den Boden: 250 g Mehl, 1 Messerspitze Backpulver, 125 g Upländer Butter, 1 Prise Salz, 1 Ei, 2 EL Wasser

für den Belag: 300 g Zucchini, 200 g Tomaten, 200 g Upländer Schmand, 3 Eier, 100 g geriebener Käse, Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Aus Mehl, Backpulver, Butter, Salz, Ei und Wasser einen Mürbeteig kneten. Die Quicheform (Springform) einfetten und den Ofen auf 200°C (Umluft) vorheizen. Den Teig ausrollen und die Form damit auslegen, dabei einen kleinen Rand hochziehen. Den Boden mit einer Gabel mehrfach einstechen und im Ofen 15 min. vorbacken.

Zucchini und Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Die Gemüsescheiben abwechselnd auf dem vorgebackenen Boden verteilen. Schmand mit Eiern und Käse verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen. Die Masse über die Gemüsescheiben geben und die Quiche auf der mittleren Schiene weitere etwa 25 min. goldbraun backen.

Tipp: Zusätzlich kross gebratene Speckwürfel über die Gemüsescheiben geben.

Upländer Schmandcreme mit Kompott *für 6 Personen*

für die Creme: 300 g Upländer Schmand, 1 Pck. Vanillezucker, 30 g Rohrohrzucker, 300 ml Upländer Schlagsahne

für das Kompott: 500 g Pflaumen, 125 ml Wasser, 50 g Rohrohrzucker (evtl. mehr), 1 Zimtstange, 3 Gewürznelken

Für die Creme Schmand, Vanillezucker und Zucker verrühren. Die Sahne steif schlagen und unter die Schmandcreme heben. Anschließend für 2 Std. in den Kühlschrank stellen.

Für das Kompott die Pflaumen waschen, entsteinen und achteln.

In einem Topf Wasser und Zucker zum Kochen bringen. Die Pflaumen, Zimtstange und Gewürznelken zugeben, wieder aufkochen lassen und etwa 10 min. bei schwacher Hitze mit Deckel dünsten. Die Zimtstange und Gewürznelken entfernen und das Kompott erkalten lassen und zusammen mit der Schmandcreme servieren.

Tipp: Die Pflaumen anstatt in Wasser in Rotwein kochen.



Bio-Sortiment

Rezepte

Molkerei-Magazin frei Haus

Abonnieren Sie das Molkerei-Magazin direkt unter magazin@bauernmolkerei.de oder füllen Sie diesen Coupon aus und senden ihn an die Upländer Bauernmolkerei, Korbacher Str. 6, 34508 Willingen-Usseln.

- Bitte senden Sie mir das Molkerei-Magazin künftig im kostenlosen Direkt-Abonnement.
- Ich möchte das Molkerei-Magazin im PDF-Format per Email erhalten.
- Ich bin bereits Molkerei-Magazin-Abonent/in und habe eine neue Adresse.

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Email
(Ihre Daten werden ausschließlich für den internen Gebrauch gespeichert.)

100 Jahre Edersee – ein Grund zum Feiern

Zahlreiche Veranstaltungen finden zum Jubiläum in der beliebten Freizeit- und Urlaubsregion in Nordhessen statt. Weitere Infos unter: www.100jahre-edersee.de

8. Juni 2014 - 100 Jahre Asel am Edersee
Am Pfingstsonntag wurden 100 Jahre Edersee und 100 Jahre Asel an der Ederseetalsperre gefeiert. An 50 Ständen gab es in dem kleinen Ort viel Spannendes für die Besucher zu entdecken.

An unserem Stand waren bei den sommerlichen Temperaturen besonders die erfrischende Fruchtbuttermilch und Schulmilch sehr gefragt und nicht nur die kleinen Besucher waren begeistert von der Mitmach-Aktion „Buttern wie in alten Zeiten“.



Foto: Thomas Andree

11. Mai 2014 - Markt am See, Edersee
Zahlreiche Besucher kamen am 11. Mai an die Ederseetalsperre um den 100. Geburtstag mitzufeiern. Beim „Markt am See“ rund um die Sperrmauer boten über 100 Direktvermarkter und Kunsthandwerker ihre Produkte an. Wir waren bei herrlichem Sonnenschein mit dabei und hatten neben unseren leckeren Bio-Milchprodukten auch unsere beliebte Melkkuh Alma mit im Gepäck.

Wir stellen uns vor: Hof Heckseifen – Familie Ohrndorf

Unser Hof liegt in einem kleinen Tal zwischen den Siegerner Ortsteilen Langenholdinghausen und Meiswinkel – dem „Heckseifen“.

Wir bewirtschaften unseren Hof seit 2001 nach den Richtlinien des Bioland-Verbandes als bäuerlichen Familienbetrieb – „wir“, das sind die Eheleute Christine und Kurt Ohrndorf mit unseren Töchtern Sandra (mit den Kindern Robin und Nora), Petra (mit Freund Kevin) und Sonja. Den Betriebsschwerpunkt unseres Hofes bildet die Milchviehhaltung mit 55 Milchkühen und deren Nachzucht, fast alle gehören der Rasse „Fleckvieh“ an.

Die Kühe sind von Frühjahr bis Herbst den ganzen Tag auf den Weiden neben dem Hof und nehmen dort ihr Futter auf. Abends werden sie im Stall mit hochwertiger Grassilage gefüttert. Um ein optimales Platzangebot zu sichern, steht dort jeder Kuh eine mit Stroh eingestreute Liegebox zur Verfügung. Unsere Milch liefern wir seit 2006 an die Upländer Bauernmolkerei.

Auf unserem vielseitigen Hof leben außerdem Ziegen, Gänse, Enten, Kaninchen, Meerschweinchen, Hühner, zahlreiche Katzen, Hütehund Ida und sieben Pferde – darunter unsere vier Arbeitspferde Nelly, Dusty, Hektor und Lukas.

80 ha Grünland dienen als Weidefläche und zur Gewinnung des Winterfutters, zusätzlich bauen wir auf 5 ha Ackerland Kartoffeln, Getreide und Gemüse an, die wir in unserem eigenen Hofladen verkaufen. Dabei wird der Kartoffel- und Gemüseanbau ausschließlich mit den Pferden bewirtschaftet.



Im Sinne einer umweltverträglichen Kreislaufwirtschaft betreiben wir seit 1998 eine hofeigene Biogasanlage, in der aus Gülle und Festmist Strom und Wärme gewonnen werden. Unterm Strich machen wir so mehr Strom als der Betrieb braucht.

Außerdem werden auf dem Hof Heckseifen moderne Geräte für den Zugtiereinsatz entwickelt und gebaut. Diese Geräte sind schon in neun verschiedenen europäischen Ländern im Einsatz.

Seit 2013 haben wir eine Holzheizung für Meterholzscheide installiert und einen Pufferspeicher mit 10.000 Liter in Betrieb genommen.

*Unser Motto ist:
„Bleibt auf dem Lande und wehret euch täglich“.*

Familie Ohrndorf

*weitere Informationen unter:
www.hof-heckseifen.de*



Teller! Nicht Tonne!

Tonnen von Lebensmitteln werfen wir jedes Jahr weg. Das muss nicht sein! Hier ein paar Tipps: Einkäufe planen: Von Sonderangeboten wie „Nimm 3, zahle 2“ ist eins meist zu viel und landet in der Tonne. Besser, Sie kontrollieren regelmäßig ihre Vorräte und schreiben eine Einkaufsliste. Lebensmittel richtig lagern: Schnell verderbliche Lebensmittel gehören im Kühlschrank nach vorne, länger haltbare nach hinten. Informieren Sie sich, wie Obst und Gemüse länger frisch bleiben. Beachten Sie den Unterschied zwischen Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) und Verbrauchsdatum: Das MHD ist kein Verfallsdatum. Es sagt lediglich etwas darüber aus, wie lange ein Lebensmittel ohne wesentliche Qualitätseinbußen oder gesundheitliches Risiko zu verwerten ist – sachgerechte Lagerung und verschlossene Verpackung vorausgesetzt. Meist sind die Lebensmittel aber länger genießbar. Verlassen Sie sich einfach auf ihre Augen, ihre Nase und ihren Geschmack. Das Verbrauchsdatum steht auf leicht verderblichen Lebensmitteln wie z.B. Hackfleisch. Nach Ablauf des Verbrauchsdatums darf ein Lebensmittel nicht mehr verkauft werden – und Sie sollten es auch nicht mehr essen.

Lebensmittelabfälle, die sich nicht vermeiden lassen, sollten zudem möglichst sinnvoll weiterverwertet werden – etwa als Kompost oder zur Energieerzeugung in Biogasanlagen. Denn in Anbetracht des Hungers in der Welt und aus

Respekt vor unseren Mitmenschen sind wir geradezu verpflichtet, sorgsam mit unseren Lebensmitteln umzugehen. Außerdem trägt unser Verhalten tendenziell auch zur Verknappung und damit zur Steigerung der Preise für Lebensmittel bei.

Quellen: BioFairVerein, www.biofair-vereint.de; www.zugut fuer dietonne.de

Die Upländer Bauernmolkerei setzt sich gemeinsam mit anderen Organisationen schon lange gegen die Verschwendung von Lebensmitteln ein. Als SlowFood-Mitglied unterstützen wir nicht nur die Initiative „Teller statt Tonne“, sondern freuen uns auch über die Aktion der Bundesregierung „Zu gut für die Tonne!“

Impressum
Herausgeber: Upländer Bauernmolkerei GmbH, Korbacher Straße 6, 34508 Willingen-Usseln, Tel: 05632-9486-0, Fax: -30, info@bauernmolkerei.de, www.bauernmolkerei.de
Verantwortlich für den Inhalt: Karin Artzt-Steinbrink
Redaktion: Wilma Biederbick, Henrike Habermann, Cornelia Hellwig, Melanie Helmsen Gestaltung: Artgerecht, Lichtenfels, Copyright: Upländer Bauernmolkerei GmbH Fotos: Henrike Habermann, Cornelia Hellwig, Fotolia