

# Slow Food Osnabrück Newsletter April 2024



Liebe Mitglieder des Conviviums, Unterstützer und Interessierte,

wir wünschen Ihnen allen eine frohes Osterfest und sonnige erholsame Frühlingstage!

- 
- (1) Termine
  - (2) Saisontipp Gemüse & Obst, Fleisch & Fisch
  - (3) Schnittlauch
  - (4) Rezept des Monats
  - (5) Filmtipp

---

## (1) Termine

### Save the Date 2024

21.04.2024 **Kirschblütenmarkt** in Hagen a.T.W. von 11 - 18.00 Uhr. Neben kulinarischen Angeboten gibt es viele Informationsstände.

23.05.2024 **Besichtigung des Weingutes Brinkmann** in Bad Iburg. Treffpunkt Amtsweg 18 in 49186 Bad Iburg um 15.00 Uhr. Ca. 2 Stunden Hofführung (Weinberg und Hanfanbau), anschließend ca. 1 Stunde auf dem Hof mit Besichtigung der Ölmühle. Während der Tour gibt es 4 verschiedene Weine zu kosten (wahlweise auch Saft oder Wasser) und zum Schluss einen Snack. Kosten (incl. Getränke Snack): 20 € für Slow Food Mitglieder, 22 € für Nicht-Mitglieder. Anmeldung unter [jacklaus@gmail.com](mailto:jacklaus@gmail.com) oder 05402-7398.

28.05.2024 **Genussabend „Essbare Blüten“** im Rahmen der Ausstellung „Sweets & Roses“ im Schafstall Bad Essen um 19.00 Uhr. Es erwartet Sie eine Vorstellung von essbaren Blüten, kulinarische Blütengenüsse und Klavierbegleitung - ein Abend mit allen Sinnen. Kostenbeitrag 15 € für Mitglieder, 18 € für Nichtmitglieder. Anmeldung unter: [osnabrueck@slowfood.de](mailto:osnabrueck@slowfood.de) oder 05401-3390081(AB).

16.06.2024 **Schaftag** am Tuchmachermuseum Bramsche

20.06.2024 **Stammtisch im neu eröffneten Heimathof Melle** um 18.30 Uhr. Bei schönem Wetter im Biergarten. Adresse: Heimathof Melle, Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 10, 49324 Melle (Parkplätze auch vor dem Sportplatz). Anmeldung unter [mgs@mail.de](mailto:mgs@mail.de) oder 05429-2959533.

15.09.2024 **Cittaslow Landmarkt** in Bad Essen

oder [https://www.slowfood.de/slow\\_food\\_vor\\_ort/osnabrueck/termine](https://www.slowfood.de/slow_food_vor_ort/osnabrueck/termine)

---

## (2) **Saisonal is(s)t besser- das gibt es im April:**

Gemüse: Bärlauch, Blattspinat, Chicorée, Feldsalat, Frühlingszwiebeln, Löwenzahn, Kopfsalat, Möhren, Lollo Rosso, Petersilienwurzel, erster Rhabarber, Rote Bete, Rotkohl, Rucola, Sauerkraut, Sellerie, Spargel, Spinat, Steckrübe, Weißkohl, Wirsing, Zwiebeln plus die Vielzahl an Hülsenfrüchten

Obst: Äpfel, Birnen (Lagerware)

Pilze: Champignons, Kräuterseitlinge, Austernpilze, Speisemorchel

Nüsse: Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse

Fleisch & Fisch: Rind, Kalb, Schwein, Geflügel, Lamm, Wild, Fisch (Forelle, Flussbarsch, Karpfen, Flunder, Scholle) Muscheln, Austern

---

## (3) **Schnittlauch** - Allium schoenoprasum

Schnittlauch hat öfters ein langweiliges Image, dabei hat das beliebte Küchenkraut eine angenehme Würze und milde Schärfe. Es macht sich gut auf dem Frischkäsebrot, im Salat, in Dips, Rührei, Eintopf und vieles mehr. Das Kraut ist Teil der französischen Kräutermischung „Fines Herbes“ und verfeinert Kräutersoßen wie die „Frankfurter Sauce“. Die leicht süßlich schmeckenden Blüten sind eine essbare Dekoration für Käseplatten, Butter, Suppen und Salate oder können in Essig eingelegt werden. Schnittlauch gehört wie die Zwiebel und Knoblauch zur Familie der Lauchgewächse, bildet im Boden aber nur kleine Zwiebeln. Es wird in Deutschland ganzjährig entweder auf dem Feld oder im Gewächshaus angebaut, wächst aber auch wild. Die langen Blätter können mehrmals geerntet werden und sind reich an ätherischen Ölen, Mineralstoffen und Vitamin C. Wer die frischen Blätter nicht gleich verbrauchen kann, friert die geschnittenen Röllchen in kleine Behälter oder Eiswürfelbehälter ein. Ähnlich wie Schnittlauch lassen sich auch der ausdauernde Lauch (Staudenporree), Schnittknoblauch (mehr Knoblauchgeschmack), Altai-Lauch (ausdauernd) und Zimmerknoblauch (im Winter) verwenden. (mgs)

---

## (4) **Lammfrikadellen**

Rezept für 4 Personen:

400g Lammhackfleisch  
200g Schweinehackfleisch  
50g Schinkenspeck in Scheiben  
2 Knoblauchzehen  
1 Zwiebel  
2 Eier  
60g Semmelbrösel  
2 El Schnittlauch, geschnitten  
2 Prisen Salz  
2 Prisen Pfeffer  
Butterschmalz zum Braten

Knoblauch und Zwiebeln abziehen und fein hacken. Schinkenspeck klein schneiden. Alles zusammen in einer Schüssel mit sauberen Händen vermengen und aus der Masse kleine Frikadellen formen. In heißem Butterschmalz von beiden Seiten 10-12 Minuten gut durchbraten. Fertige Frikadellen im Backofen warm halten. Dazu passt Kartoffelbrei mit angebratenen Zwiebeln und ein frischer Frühlingsalat. (mgs)

---

(5) Tipp

ARD Mediathek Dokumentarfilm „**Bittere Früchte**“

Der Dokumentarfilm verfolgt die Spuren von Obst und Gemüse aus dem Einkaufswagen zurück zu verschiedenen Anbauflächen in ganz Europa. Die gesamte Lieferkette über ein System, das die menschenverachtende Ausbeutung von Erntehelfern aber auch von Agrarbetrieben beinhaltet, wird offengelegt.

---

Impressum:

Slow Food Osnabrück  
Maria Gröne-Stremmel  
Dissener Str. 66  
49326 Melle  
email: [mgs@mail.de](mailto:mgs@mail.de)

„Gut, sauber, fair im  
Osnabrücker Land

