Vermarktungsführer

Einkaufen auf dem Bauernhof

in Ismaning

1200 JAHRE Ismaning 809-2009

Inhalt

Herausgeber:
Gemeinde Ismaning
Schloßstraße 2, 85737 Ismaning
Telefon 96 09 00 - 0, Telefax 96 34 68
Email: rathaus@ismaning.de
Internet: www.ismaning.de

Fotos: Privat, Gemeindearchiv, Alfred Krappel, MEV-Projekt, fotolia

Auflage: 3.000 Stück

Stand: Mai 2009

Liebe Ismaningerinnen und Ismaninger, verehrte Gäste,

Ismaning feiert 2009 nicht nur das 1200-jährige Bestehen – auch der Krautanbau lässt sich für unseren Ort seit genau 500 Jahren nachweisen. Dieses Jubiläum zum Anlass nehmend, präsentieren wir den Vermarktungsführer „Einkaufen auf dem Bauernhof in Ismaning“ in neuer Form.

Das „Ismaninger Kraut“ wird 1509 erstmals urkundlich erwähnt, als Bischof Philipp von Freising den Ismaninger Bauern die Gemeindegründe als Eigentum übergibt, sie dafür aber verpflichtet, jährlich 2.500 Krautköpfe an den Freisinger Bischofshof zu liefern. Der Vertrag erlischt erst mit der Säkularisation.

Seit Jahrhunderten ist Ismaning als Krautanbaugebiet weit über die Region hinaus bekannt. Bis ins 20. Jahrhundert hinein bleibt der Ort ein typisches Bauerndorf, dessen Haupteinnahmequelle der Krautanbau war. Doch der in den 1950er Jahren insbesondere durch die Mechanisierung einsetzende Strukturwandel ist auch an Ismaning nicht spurlos vorübergegangen.
Die Ismaninger Landwirte haben ihre Betriebe umstrukturiert und sind mittlerweile meist auf bestimmte Produkte spezialisiert. Neue Vermarktungsformen, wie der Direktverkauf ab Hof, haben sich bewährt.

In Ismaning gibt es heute noch etwa 80 landwirtschaftliche Betriebe. Und nach wie vor wird der Ortskern geprägt von den stattlichen Bauernhäusern, deren großartiger sommerlicher Blumenschmuck zu den Ismaninger Besonderheiten zählt.

In Zusammenarbeit mit der Ortsbauernschaft hat die Gemeinde Ismaning diesen Vermarktungsführer „Einkaufen auf dem Bauernhof“ neu aufgelegt. In dieser Broschüre sind zahlreiche örtliche Betriebe enthalten und natürlich auch Angaben dazu, was und wann Sie dort einkaufen können.

„Einkaufen auf dem Bauernhof in Ismaning“ – nutzen Sie dieses örtliche Angebot!

Michael Sedlmair
Erster Bürgermeister

Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

Ismaning hat mit 80 landwirtschaftlichen Haupt- und Nebenerwerbshöfen und rund 2.400 Hektar landwirtschaftlicher Nutzfläche einen sehr hohen Anteil am Primärsektor Landwirtschaft.

Die Landwirtschaft ist für unseren Ort trotz High-Tech-Betrieben nach wie vor prägend, zum einen durch die schönen großen Bauernhöfe, zum anderen durch die vielen angebauten Kulturen. Aufgrund der guten Bodenverhältnisse, insbesondere der typischen Almböden, die den Großteil der landwirtschaftlichen Nutzfläche ausmachen, aber auch der Lösslehmzunge im südlichen Ortsbereich, werden qualitativ hochwertige Feldfrüchte erzeugt. Auch in schlechten und trockenen Jahren ist der Ernteertrag und die Qualität der Ismaninger Feldfrüchte hervorragend.

Der traditionelle Weißkrautanbau geht auf Jahrhunderte lange Erfahrung zurück. Die alte Kultursorte, das „Ismaninger Kraut“, wird neben den modernen ertragreichen Züchtungen von einigen Betrieben traditionsgemäß weiterhin arbeitsintensiv vermehrt und angebaut. In dieser Broschüre wurde daher Rezepte und Hinweise speziell zum Kraut aufgenommen. Tradition hat in Ismaning aber auch anderes Gemüse und Getreide – nicht zuletzt natürlich die Kartoffel.

Der Einkauf am Ort hat viele Vorteile – so wird bei kurzen Transportwegen auch viel weniger Energie verbraucht. In Deutschland werden rund 20 Prozent des Energieverbrauchs für die Lebensmittelerzeugung von Anbau, Verarbeitung, Verpackung bis hin zum Transport an die Ladentheke benötigt – in Ismaning produzierte Lebensmittel am Bauernhof vor Ort zu kaufen, spart Energie und von den Landwirten erfahren Sie auch mehr über den örtlichen Anbau, Sie erhalten Einblick und Tipps.

Gesunde Ernährung steht immer mehr im Mittelpunkt. Dazu tragen auch Ismaninger Gemüse und Feldfrüchte bei, die einen natürlich hohen Vitamin-, Mineral- und Ballaststoffgehalt haben.

Der Einkaufsführer wurde auf freiwilliger Basis erstellt; es gibt daneben auch noch weitere Betriebe in Ismaning, die ihre Produkte direkt vermarkten.

Franz Hartl
Ortsobmann

Maria Anna Wagner
Ortsbäuerin

2500 Krautköpfe und ein halbes Jahrtausend Geschichte

Ingrid Scharl

Der Zufall will, dass parallel zur 1200-Jahr-Feier 2009 noch ein Ortsjubiläum stattfindet – ein kleines, aber doch bemerkenswertes, das uns mit Freising verbindet. Sein Gegenstand war lange Zeit ein elementarer Teil hiesigen Selbstverständnisses: Ein halbes Jahrtausend ist es her, dass das Ismaninger Kraut erstmals in einer Urkunde Erwähnung fand. Im Gegenzug für die Überlassung von Gemeindegründen nämlich sicherten die Ismaninger 1509 ihrem Bischof und Landesherrn urkundlich zu, über den Zehent hinaus „jährlich zu der Hofhaltung zu Freising 2500 zeitige Krautköpf zu liefern“. Bis zur Säkularisation fuhren von da an die Bauern jedes Jahr mit dem „schenst und sauberst ausklaubten“ Kraut über die holprige Straße in die Domstadt. Hier wurden sie auf bischöfliche Rechnung verköstigt und luden auf dem Rückweg Bier für die Ismaninger „Tafern“. In der Freisinger Hofküche aber wurde das abgelieferte Gemüse alsbald zu Sauerkraut verarbeitet – Grundnahrungsmittel der einfachen wie der herrschaftlichen Küche.

Vorratshaltung war damals lebensnotwendig. Nur wenige Techniken der Nahrungsmittelkonservierung standen vor der Industrialisierung zur Verfügung: Fleisch musste für die Vorratshaltung eingesalzen oder geräuchert, Kräuter und Obst getrocknet, Gemüse in Erdmieten gelagert werden. Kraut wurde eingesalzen und durch Milchsäuregärung zu Sauerkraut. In allen Haushalten stand es so in Fässern in der Vorratskammer und sicherte neben Milch- und Getreideprodukten die Ernährung und Vitaminversorgung der Bevölkerung. Wie Speisezettel aus dieser Zeit belegen, wurde Sauerkraut nicht nur im Winter, sondern ganzjährig nahezu täglich gegessen.

Auszug aus dem Revers von 1509 über die Nutzung von Krautgärten in Ismaning.

Krautanbau in Ismaning

Kleine Krautgärten gab es in allen Städten und Dörfern, doch auf Ismaninger Flur wuchs das in Nährstoff- und Wasserversorgung anspruchsvolle Gemüse wegen des idealen Bodens in größerer Menge und bester Qualität. Im Lauf der Zeit entstand durch Auslese eine lokale Sorte, das „Ismaninger“: große, oft flache Köpfe von heller Farbe und besonders gutem, mildem Geschmack.

Krautverladung am Ismaninger Bahnhof, um 1910.
Mit der Eröffnung der Bahnlinie wurde der Krautversand zum Ereignis.

Die Lage der Ismaninger Bauern wandelte sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts rasant: Mit dem Abschluss der Bauernbefreiung 1848 wurden die einstigen Untertanen ihre eigenen „Grundherren“. Die Aussicht auf Wohlstand und gesellschaftlichen Aufstieg weckte Ehrgeiz und Unternehmergeist. Durch die staatlich betriebene Kultivierung des umliegenden Moores und die Verteilung von Grundstücken entstand neue Anbaufläche, die auch Kleinbauern zugute kam. Wissenschaftler entwickelten verbesserte Anbau- und Düngemethoden. Die früher auf die Weide getriebenen Rinder wanderten in vergrößerte Stallungen, damit standen zusätzliche Ackerflächen und vor allem wertvoller Dünger für die Felder zur Verfügung. Die Erträge stiegen an – beim Kraut, aber auch bei Getreide und den seit dem 18. Jahrhundert eingeführten Kartoffeln, die Überschüsse wurden in die nahe, expandierende Großstadt München geliefert.

Langsam löste die Konsumwirtschaft das Prinzip der Selbstversorgung ab. Ihr Sauerkraut kauften viele Bürger, vor allem die Städter, nun bequem beim Kaufmann um die Ecke. 1898 erkannten einige Ismaninger Bauern die günstigen Voraussetzungen und gründeten eine Sauerkrautfabrik, die „Erste Bayerische Krautverwertungsgenossenschaft mbH“. Schon zwei Jahre später gewannen sie mit ihrem Produkt auf der Pariser Weltaus-

stellung die Goldmedaille – ein international begehrtes Gütesiegel. Mit der fabrikmäßigen Verarbeitung von Sauerkraut wurde unser Ort in den folgenden Jahrzehnten zum überregional bekannten „Krautdorf“, von Niederbayern bis ins Berchtesgadener Land warben Krämer mit der Bezeichnung „Ismaninger Kraut“. Im Herbst waren die akkurat steil aufgeschichteten Fuder auf dem Weg in die Stadt und zu den Krautfabriken stolzes Zeichen reicher und guter Ernten.

Nach dem Zweiten Weltkrieg kam es erneut zu einem tiefgreifenden Wandel bei der Erzeugung und Verwertung bäuerlicher Produkte. Seit den fünfziger Jahren halten Kühlschränke in jedem Haushalt die Lebensmittel frisch. Die Nahrungsindustrie entwickelte eine unüberschaubare Vielfalt von Konserven und Fertigprodukten – einfach zu lagern und schnell zubereitet. Vorratshaltung war nun nicht mehr lebenswichtig. Die Märkte weiteten sich aus: Lange Transportwege stellten kein Hindernis mehr dar; im Supermarkt gibt es heute Waren aus der ganzen Welt. Die beiden Ismaninger Sauerkrautfabriken (eine Niederlassung der Firma Durach war 1937 dazugekommen) konnten ihre Dosen nicht mehr ausreichend absetzen und mussten schließen oder andere Standorte suchen – Kraut war kein Grundnahrungsmittel mehr. Auf den Bauernhöfen lösten Traktoren und Maschinen in weiten Teilen die mühevolle Handarbeit ab. Nur bei der Krauternte hat sich wenig geändert: Auch heute noch werden die Köpfe einzeln von Hand geerntet und auf dem Fuhrwerk verstaut. Neue Sorten und Produkte kamen ins Anbausortiment: Zwiebeln, Gelbe Rüben, Kürbisse und vieles mehr. Natürlich gibt es nach wie vor Kraut. Das „Ismaninger“ ist, weil weniger ertragreich und arbeitsintensiver als moderne Sorten, kaum noch konkurrenzfähig. Doch bei einigen traditionsbewussten Landwirten wird es noch gepflegt und verkauft – als wertvolle regionale Sorte, in der jahrhundertelange züchterische Sorgfalt steckt, und eben ein Stück Ismaninger Geschichte.

Die Ismaninger Krautfabrik (am oberen Bildrand) und die Firma Durach. Luftbild 1956

Krautanbau in Ismaning

Erst im Hofraum wurden damals die äußeren Blätter abgeschlagen (Anfang 20. Jh.)

Einweihung der Ismaninger Krautfabrik 1899

Krautverladung um 1930.

Postkarte um 1950

Krautanbau in Ismaning

Wahl der Ismaninger Krautkönigin, 1954

Festwagen für das Oktoberfest

Krauternte und Anlieferung beim Durach um 1970

Die Kartoffel in Ismaning – eine Karriere

Ingrid Scharl

Bekannt war Ismaning als „Krautdorf“, aber Kartoffeln spielen eine ebenso große Rolle. Schließlich waren nicht alle Böden für den Krautanbau geeignet und für die Bodenfruchtbarkeit ist auch der jährliche Fruchtwechsel wichtig: Kraut, Getreide, Kartoffeln (oder Rüben), eventuell auch Grünfutter oder anderes folgen aufeinander. So wird verhindert, dass die Böden einseitig belastet und ausgelaugt werden.

Die Kartoffel – oder wie es bayrisch heißt: der Kartoffel – ist in Bayern, wie in ganz Europa, erst seit gut zweihundert Jahren heimisch. Wahrscheinlich wuchs die allererste Ismaninger Kartoffel nicht auf einem Acker, sondern im eleganten Rokoko-Garten des Freisinger Fürstbischofs Johann Theodor; die hübschen Kartoffelblüten waren damals nämlich als Exoten in Mode. Die Knolle dagegen interessierte zunächst niemand. Im Zuge der Aufklärung aber änderten sich die Anbau- und Essgewohnheiten: Graf Rumford propagierte auch in Bayern den Kartoffelanbau. Die drastisch gewachsene Bevölkerung musste ernährt werden, das verlangte nach Intensivierung der Landwirtschaft. Den „Erdäpfeln“ kam dabei eine wichtige Rolle zu. So berichtet ein Münchner Chronist 1819: „Nun hat sich die Konsumtion des Gemüses sehr vermehrt, es wird auch jetzt hier mehr als je erzeugt ... selbst die ehemals sehr verschrieenen Kartoffeln sind nicht mehr die Speise der Armen, sie erscheinen täglich, und in verschiedenen Gestalten auf den Tafeln der Reichen.“ Gemeinsam mit der Zuckerrübe ermöglichte die Kartoffel, aus dem Boden ein Vielfaches an Nahrung herauszuholen.

Die Kartoffel war zum Grundnahrungsmittel geworden: billig, nahrhaft und vitaminreich, gut lagerfähig über den ganzen Winter, vielfältig in den Zubereitungsmöglichkeiten – eine wunderbare Knolle. Gerade in Kriegs- und Krisenzeiten war man fürderhin auf sie angewiesen, auch während und nach dem Zweiten Weltkrieg. An der wirtschaftswunderlichen „Fresswelle“

und denn wachsenden Wohlstandsbäuchen hatte die Kartoffel erheblichen Anteil – weshalb sie zu Unrecht als „Dickmacher“ verschrieen wurde. Gröstl, Püree oder Kartoffelsalat aber sind bis heute für viele Lieblingsessen und wohliges Stück Kindheitserinnerung.

Einen wesentlichen Einfluss auf den Ismaninger Kartoffelanbau hatte die 1949 gegründete und rasch expandierende Firma Pfanni. In den Herbst- und Wintermonaten fuhren die Bauern mit schweren Fudern in die Fabrik am Ostbahnhof, wo aus den Kartoffeln Pulver für Instantpüree und Knödel wurde. Ein weiterer wichtiger Abnehmer waren die ab 1962 von den Ismaninger Bauern selbst gegründeten vier genossenschaftlichen Brennereien, die die stärkehaltigen Kartoffeln zu Industriealkohol vergoren; über das staatliche Monopol waren Abnahme und Preis festgelegt.

Werbeplakat 1954

Lange Zeit war die Ernte der Kartoffeln mühsam: Die Grabgabel, später der mechanische Roder holten die Knollen an die Oberfläche, wo sie von Hand aufgelesen werden mussten. Ende der 1950er sah man dann die ersten Kartoffelvollernter auf den Ismaninger Feldern: Eine Schar holt die Knollen aus der Erde, über ein Förderrad gelangen sie in den oberen Teil der Maschine, wo am laufenden Band von Hand nachgelesen wird und sich schließlich die Kartoffeln im „Bunker“ sammeln. Zuhause auf dem Hof – oft bis in die Nachtstunden – laufen die Knollen über den Sortierer, zu kleine werden über Rüttelsiebe ausgelesen, schlechte von Hand entfernt.

Ismaning, Kartoffelernte in den 1950er Jahren

Kartoffelanbau in Ismaning

Erst diese Mechanisierung erlaubte die massive Ausweitung des Anbaus in Ismaning, da nun nicht mehr soviel Personal gebraucht wurde. Die Arbeitsspitzen im Herbst wurden trotzdem größer, schließlich überschneidet sich die Kartoffelernte mit der noch arbeitsintensiveren Krauternte. Wichtig war deshalb eine ausgewogene Kombination früher, mittelfrüher und später Sorten beider Gemüse.

Moderner Vollernter im Einsatz

In den letzten Jahrzehnten hat die Kartoffel an Bedeutung verloren – auf den Tellern der Verbraucher und auf den Feldern der Ismaninger Bauern. Mit der Abwanderung von Pfanni nach Mecklenburg Anfang der 1990er entfiel der Hauptabnehmer. Viele Landwirte mussten den Anbau reduzieren und experimentierten stattdessen – mit wechselndem Erfolg – mit neuen Feldfrüchten. Andere setzten auf die eigene Weiterverarbeitung der Knollen und verkaufen heute ein veredeltes Produkt: täglich frisch, fix und fertig geschälte Kartoffeln nämlich, die in den regionalen Gastronomiebetrieben guten Absatz finden. Deutlich zugenommen hat die Direktvermarktung der Kartoffeln, die früher nur ein Nebenverdienst war. Heute hängt an zahlreichen Hofeinfahrten ein Schild „Kartoffeln zu verkaufen“.

Einkaufen auf dem Bauernhof

Diese Betriebe sind vertraglich berechtigt, mit dem Gemeinschaftszeichen der Direktvermarkter zu werben. Sie finden das Zeichen auf Hoftafeln und Werbemitteln der Landwirte wieder. Das Zeichen sagt Ihnen, dass der Betrieb hauptsächlich selbsterzeugte Waren anbietet, wie übrigens alle Direktvermarkter der Lebensmittelkontrolle unterliegt und der Betriebsleiter die Berufsausbildung bzw. die Sachkunde bei der Anwendung von Pflanzenbehandlungsmitteln amtlich nachgewiesen hat. Zeichenführende Betriebe haben meist die Direktvermarktung zu einem betrieblichen Schwerpunkt ausgebaut. Sie sind darauf spezialisiert, die Wünsche der Kunden bestmöglich zu erfüllen.

Saisonkalender für Gemüse

Saisonkalender für Gemüse

Salat/Gemüse im heimischen (Freiland-) Anbau	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Blaukraut (Rotkohl)	Hohe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison
Blumenkohl	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison
Bohnen	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Keine Saison	Keine Saison
Broccoli	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison
Chinakohl	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Eichblattsalat	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison
Eisbergsalat	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison
Endiviensalat	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison
Erbsen	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison
Feldsalat	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Frühlingszwiebeln	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison
Gelbe Rüben	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison
Grünkohl	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison
Gurken	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison
Kartoffeln	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Knollensellerie	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison
Kohlrabi	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison
Kopfsalat	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison
Kürbis	Mittlere Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Lauch	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison
Lollo Rosso	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison
Paprika	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison
Pastinaken	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison
Radicchio	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison
Radieschen	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison
Rettich	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison
Rosenkohl	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Rote Rüben	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Sellerie	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Spargel	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison
Spitzkohl	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Stangensellerie	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison
Tomaten	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison
Weißkraut	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Wirsing	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison
Zucchini	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Keine Saison
Zuckermais	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Keine Saison	Keine Saison	Keine Saison
Zwiebeln	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Geringe Saison	Keine Saison	Geringe Saison	Mittlere Saison	Mittlere Saison	Hohe Saison	Mittlere Saison	Geringe Saison	Geringe Saison

Hohe Saison | Mittlere Saison | Geringe Saison | Keine Saison

Erstellt in Zusammenarbeit mit der Bayerischen Futtersaatbau GmbH, Ismaning

Kartoffeln und Gemüse richtig lagern

Der Lagerraum für **Kartoffeln** soll trocken, kühl (bis 4 Grad) und dunkel sein; er muss belüftet werden können. Kartoffeln sollen – nach Sorten getrennt – im Jute- oder Papiersack, lose in Kisten (nicht höher als 40 cm) gelagert werden. Das gemeinsame Lagern mit Obst und Gemüse sollte dabei vermieden werden, da diese nicht so trocken lagern und Fremdgeschmack entstehen kann.

Frischgemüse sollte vor allem erntefrisch gekauft, kühl und feucht gelagert sowie innerhalb kurzer Zeit verzehrt werden. **Lagergemüse** für den Wintervorrat wie Zwiebeln, Gelbe Rüben, Sellerie, Rote Beete, Weiß- und Blaukraut lassen sich über längere Zeit ohne Vitaminverlust aufbewahren. Die meisten Gemüsearten – außer Rettich, Tomate und Blattsalat – eignen sich zum Einfrieren.

Was gibt es wo?

Der Einkaufsführer wurde auf freiwilliger Basis erstellt; neben den nachstehend enthaltenen Betrieben gibt es noch weitere, die Produkte direkt vermarkten. Am Ende dieser Broschüre finden Sie einen Ortsplan von Ismaning, damit Ihnen die Suche nach den Direktvermarktungsbetrieben leichter fällt. Denken Sie bei Ihrem Einkauf voraus und nehmen Sie immer Tasche, Stoffbeutel, Korb oder Einkaufsnetz mit.

1 Thomas Bachinger

Dorfstraße 8, 85737 Ismaning, Telefon: 96 80 13

Verkaufszeiten: Mo. – Sa. 8.00 – 18.00 Uhr

Angebot: Kartoffeln, Kraut, Zwiebeln

Besonderheit: kontrollierter Anbau, Betriebszertifizierung

2 Albert Brandmair (Brandmair-Hof)

Naturland

Freisinger Straße 114, 85737 Ismaning
Telefon: 96 20 14 40, Telefax: 96 20 14 41,
Email: postmaster@brandmair-hof.de
Internet: www.brandmair-hof.de

Verkaufszeiten: zu den üblichen Geschäftszeiten

Angebot: Freilandeier, Kartoffeln, Karotten und Gemüse (je nach Saison)

Besonderheit: Naturland zertifizierter Biobetrieb

3 Josef Deller

Mayerbacherstraße 126, 85737 Ismaning
Telefon: 96 80 34, Mobil: 01 71 - 44 30 501, Telefax: 96 99 84 54

Verkaufszeiten: nach Vereinbarung

Angebot: Kopfsalat, Eissalat, Lollo rot und grün, Radi, Radieschen, Karotten, Kohlrabi, Blumenkohl, Sellerie, Porree, Erdbeeren, Feldsalat, Tomaten, Gurken, Rosenkohl

Besonderheit: nur erntefrische Ware, ab Juli Tomaten und Gurken

4 Gut Karlshof

Freisinger Straße 64, 85737 Ismaning
Telefon: 96 52 51, Telefax: 96 08 77 74
Email: gut-karlshof@lb-lhm.de

Verkaufszeiten: Mi. 13.00 – 17.00 Uhr, Fr. 8.00 – 12.00 Uhr

Angebot: Ochsenfleisch

Besonderheit: aus der Region

5 Lorenz Haller

Mayerbacherstraße 78, 85737 Ismaning
Telefon: 96 52 40, Mobil: 01 75 - 34 46 828

Verkaufszeiten: Sa. 9.00 – 14.00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung

Angebot: Speisekartoffeln, Orig. „Ismaninger Weißkraut", Spitz- und Blaukraut, Wirsing, Rosenkohl, Gelbe Rüben, Rote Beete

Besonderheit: Speisekartoffeln von September bis April, „Ismaninger Weißkraut" erzeugt nach alter Tradition

6 Franz Hartl

Schloßstraße 18, 85737 Ismaning
Telefon: 96 20 92 46, Telefax: 92 98 98 63

Verkaufszeiten: Mo. – Sa. und nach Vereinbarung

Angebot: Speisekartoffeln, Heu und Stroh (für Kleintiere, Pferde etc.), Sonderwünsche auf Vorbestellung

7 Josef Kraus

Schloßstraße 8, 85737 Ismaning, Telefon: 96 85 21

Verkaufszeiten: Mo. – Sa. ganzjährig

Angebot: Kartoffeln (ganzjährig), Kraut, verschiedene Gemüsesorten je nach Saison, Eier, Kürbisse

8 Max Kraus

Einkaufen auf dem Bauernhof

Bahnhofstraße 21, 85737 Ismaning
Telefon: 96 88 73, Telefax: 9 61 22 23
Email: maxjun.kraus@t-online.de

Verkaufszeiten: Mo. – Sa. 9.00 – 18.00 Uhr

Angebot: ganzjähriger Verkauf verschiedener Sorten von Speisekartoffeln, saisonaler Verkauf von Weiß- und Blaukraut, Wirsing, Spitzkraut, Rosenkohl, Lauch, Sellerie, Zwiebeln, Kürbisse

Besonderheit: neutral kontrollierter integrierter Anbau, Spezialität: Original „Ismaninger Kraut"

9 Nikolaus Kraus

Einkaufen auf dem Bauernhof

Freisinger Straße 22, 85737 Ismaning,
Telefon: 96 75 49, Telefax: 96 20 84 61

Verkaufszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 18.00 Uhr und
Sa. 8.00 – 13.00 Uhr

Angebot: Ganzjährig: Kartoffeln, Kraut, Zwiebeln, Eier, Nudeln, Rapsöl, Dinkelmehl,
Saisonal: Tomaten, Gurken, Salate, Zucchini, Porree, Sellerie, Zuckermais, Kürbisse, Heu und Stroh für Kleintiere

Besonderheit: Dinkelmehl aus eigenem Anbau

10 Josef Matthias Mayr

Einkaufen auf dem Bauernhof

Mayerbacherstraße 102, 85737 Ismaning
Telefon: 96 92 42, Telefax: 99 63 79 82

Verkaufszeiten: Fr. und Sa. 9.00 – 13.00 Uhr sowie
nach telefonischer Vereinbarung

Angebot: verschiedene Salate und Gemüse der Saison, Kraut, Karotten und Kartoffeln, Futterkarotten

Besonderheit: Die Produkte sind aus eigener Erzeugung

11 Georg Sedlmair (Metzgerei Dellerhof)

Einkaufen auf dem Bauernhof

DELLER HOF

Osterfeldstraße 27, 85737 Ismaning
Telefon: 96 82 50, Telefax: 99 62 96 88
Email: georgsedlmair@gmx.de
Internet: www.dellerhof.de

Verkaufszeiten: Di. 14.00 – 18.00 Uhr, Do. und Fr. 8.00 – 12.00 und 14.00 –18.00 Uhr, Sa. 8.00 – 12.00 Uhr

Angebot: Bullenfleisch (gereift), Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lammfleisch, großes Wurst- und Schinkensortiment, Brathendl, Suppenhühner

Besonderheit: Partyservice

12 Adolf Sieber (Holzerhof)

Münchener Straße 70, 85737 Ismaning
Telefon: 96 64 02, Telefax: 96 20 09 62
Internet: www.holzerhof.eu

Verkaufszeiten: Mo. – Fr. 8.30 – 12.30 u. 14.00 – 18.30 Uhr,
Sa. 8.00 – 13.00 Uhr,
vom 1.10. – 24.12. mittags durchgehend

Angebot: Obst: 14 verschiedene Sorten Äpfel, 7 verschiedene Sorten Birnen, Zwetschgen, Mirabellen, Kirschen
Gemüse: 25 verschiedene Sorten, 6 verschiedene Sorten Kartoffeln, Sauerkraut frisch vom Faß, eingelegtes Kopfkraut, verschiedene Marmeladen hausgemacht
Christbäume: Tannen, Fichten, Kiefern, Topfpflanzen, Dekozweige.
Ab September 2009 Obstbrände und Liköre aus eigener Hofbrennerei

Besonderheit: Anbau von Original „Ismaninger Weißkraut", Obstbrände, Liköre, Christbäume (Mitglied im Erzeugerverband „Bayer. Christbaum e.V.")

13 Max Sigl

Einkaufen auf dem Bauernhof

Dorfstraße 68, 85737 Ismaning, Telefon: 961 38 98

Verkaufszeiten: Do. und Fr. 9.00 – 12.00 und 14.00 – 18.00 Uhr,
Sa. 9.00 – 12.00 Uhr

Angebot: Kartoffeln, Kraut, Sauerkraut, Spargel

Besonderheit: Hoffest immer am ersten Sonntag im September

14 Martin Soller (Sollerhof)

Mayerbacherstraße 54, 85737 Ismaning
Telefon: 94 00 32 56, Telefax: 94 00 32 57
Mobil: 0160 - 585 26 91, Mobil: 0170 - 931 65 93

Verkaufszeiten: nach Vorbestellung bzw. telefonischer Absprache

Angebot: Fleisch von Charolais- und Wildrindern (Zwergzebus) aus Mutterkuhhaltung sowie freilaufenden schwäbisch-hällischen Schweinen, Kalbfleisch (Milchkälber), Heu und Stroh sowie Futter für Kleintiere

Hinweis: Streichelzoo

15 Max Spitzweck

Einkaufen auf dem Bauernhof

Dorfstraße 19, 85737 Ismaning
Telefon: 96 90 78, Mobil: 0171 - 81 55 957, Telefax: 961 23 57
Email: max.spitzweck@arcor.de

Verkaufszeiten: Mo. – Sa. ganzjährig

Angebot: Speisekartoffeln mehrere Sorten
rund ums Jahr Zwiebeln

16 Magdalena Stangl

Erdinger Straße 27, 85737 Ismaning, Telefon: 96 73 65

Verkaufszeiten: 8.00 – 18.00 Uhr nach telefonischer Vereinbarung

Angebot: Speisekartoffeln und Zwiebeln von September bis Mai, Weiß- und Blaukraut, Wirsing und Rosenkohl im Herbst und Winter, Eier aus Freilandhaltung

17 Familie Widmann (Heisshof)

Einkaufen auf dem Bauernhof

Hauptstraße 32, 85737 Ismaning
Telefon: 96 80 71, Telefax: 9 61 35 43, Email: heisshof@t-online.de

Verkaufszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 12.00 und 14.00 – 18.00 Uhr, Sa. 8.00 – 12.00 Uhr

Angebot: Kartoffeln und Zwiebeln ab 5 kg, Schälkartoffeln nach Bestellung

Hinweis: zertifizierter Betrieb nach Global G.A.P.

18 Alois Wiesböck

Kirchenstraße 14, 85737 Ismaning
Telefon: 96 77 03, Email: alois.wiesboeck@web.de

Verkaufszeiten: nach Vereinbarung

Angebot: Honig aus Wiesböck's Bienengarten, drei verschiedene Blütezeitpunkte

Leckeres mit Kraut

Sauerkraut „a la Rosi“

Magdalena Stangl

Zutaten:

250 g Sauerkraut
2 Äpfel
1 kleine Dose Ananas
1 rote und 1 grüne Paprika
etwas Kümmel
1 EL Kräuter
etwas Öl

Zubereitung:

Sauerkraut auseinander zupfen und eventuell klein schneiden. Äpfel schälen und raspeln. Ananas in Stücke schneiden, den Saft auffangen. Paprika ebenfalls in Stücke schneiden. Alle Zutaten vermischen, mit Kümmel, Kräutern und einem Schuss Öl abschmecken. Salz und Essig sind nicht nötig.

Ismaninger Herbstsalat

Magdalena Stangl

Zutaten:

1/2 kleines Weißkraut
3 Gelbe Rüben
1/2 Staude Endivien
Kräuter
Etwas Essig und Öl

Zubereitung:

Das Kraut hobeln und etwas weich drücken. Die Rüben schälen und raspeln, den Endivien aufschneiden und waschen. Dann alle Zutaten mischen und mit Essig-Öl-Marinade anmachen.

Bunter Sauerkrautsalat

Josef Kienast

Zutaten:

400 g Sauerkraut roh,
2 mittelgroße Delikatessgurken,
2 Tomaten, 1 Zwiebel

Für die Marinade
2 EL Weinessig,
5–6 EL Öl, Salz
Zucker nach Geschmack

Zum Garnieren
3 hartgekochte Eier
je 1 Bund Petersilie
und Dill

Dieser Salat sieht nicht nur dekorativ aus, er schmeckt auch pikant und erfrischend.

Zubereitung:

Sauerkraut auseinander zupfen und klein schneiden. Tomaten häuten und achteln. Gurken in kleine Würfel, Zwiebeln in Ringe schneiden.
Aus Essig, Öl, Salz und Zucker eine Marinade rühren. Kraut, Gurken, Tomaten und Zwiebeln mischen, die Marinade unterheben. Eier schälen und grob würfeln. Den Salat mit den fein gehackten Kräutern und den Eierwürfelchen dekorieren.
Dazu schmeckt Bauernbrot mit Butter oder pikantem Käse.

Sauerkraut mit Rindfleisch und Nudeln

Josef Kienast

Zutaten:

50 g durchwachsener Räucherspeck
350 g Rindfleisch z. B. Rose oder Schwanzrolle
2 Zwiebeln
100 g Brotrinde
2 EL Tomatenmark,
1/4 l Fleischbrühe
1 Lorbeerblatt
Salz, frischgemahlener schwarzer Pfeffer
400 g Sauerkraut roh
300 g Bandnudeln

Kartoffeln und Schweinefleisch sind nicht jedermanns Sache. Wem die Zusammenstellung zu bäuerlich ist, wird an der Kombination von Nudeln und Rindfleisch sicherlich seine Freude haben.

Zubereitung:

Den Speck in feine Würfel schneiden. Das Rindfleisch wie für Gulasch in möglichst gleich große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Die Brotrinde in Streifen schneiden. Den Speck in einem Schmortopf glasig anbraten, die Zwiebel- und die Fleischwürfel dazugeben und unter Umrühren kräftig andünsten. Das Tomatenmark und die Brotrinde mitrösten. Die Fleischbrühe oder die gleiche Menge Wasser angießen. Die Gewürze dazugeben und das Ganze etwa 1 Stunde schmoren lassen. Das Sauerkraut auseinander zupfen, etwas klein schneiden und nach 1 Stunde dazugeben. Das Gericht bei geringer Hitze in weiteren 30 Minuten gar schmoren. Inzwischen Salzwasser zum Kochen aufsetzen. Die Bandnudeln in das sprudelnd kochende Wasser geben und halbgar kochen. An das Sauerkraut geben und in dem Eintopf ausquellen lassen.

Sauerkrautküchlein

Josef Kienast

Zutaten:

4 Eier, 1/8 l Milch,
Salz, 150 g Mehl

Für den Teig:
400 g Sauerkraut tafelfertig,
50 g durchwachsener Räucherspeck

Zum Ausbraten:
Bratfett nach Geschmack

Ein gehaltvolles Zwischengericht für kalte Wintertage.

Zubereitung:

Eier in eine Schüssel schlagen, mit Milch verquirlen und salzen. Das gesiebte Mehl portionsweise unterrühren. Eventuell noch etwas Flüssigkeit nachgießen. Den Teig zwanzig Minuten ruhen lassen.
Inzwischen das gut abgetropfte Sauerkraut klein schneiden oder pürieren. Speck in kleine Würfel schneiden. Etwas Bratfett in einer Pfanne erhitzen, Sauerkraut portionsweise in den Backteig tauchen und etwa handtellergroße Kücherl ausbacken. Sofort servieren.

Sauerkrautsuppe mit Bohnen und Kartoffeln

Josef Kienast

Zutaten:

250 g weiße Bohnenkerne
250 g mehlige Kartoffeln
500 g Sauerkraut roh
2 Lorbeerblätter
5 schwarze Pfefferkörner
2 Knoblauchzehen,
2 EL Butter
150 g Crème fraîche
Salz

Ein kräftiger Eintopf für Herbst und Winter.

Zubereitung:

Bohnen mindestens zwölf Stunden in kalten Wasser einweichen. Kartoffeln schälen und grob würfeln. Sauerkraut auseinander zupfen und mit den Kartoffelstücken zu den Bohnen ins Einweichwasser geben. Lorbeerblätter, Pfeffer und zerdrückten Knoblauch zugeben.

Das Gemüse soll knapp bedeckt sein, überschüssiges Wasser abgießen. Bei mittlerer Hitze etwa 45 Minuten gar kochen.
Vor dem Anrichten den Eintopf mit Butter und Crème fraîche verfeinern und mit Salz abschmecken.

Sauerkraut mit Blutwurst und Äpfeln

Josef Kienast

Zutaten:

2 große säuerliche Äpfel
1 Zwiebel
4 EL Butter
600 g Sauerkraut roh
250 g geräucherte Blutwurst
Weinessig
1–2 EL Salz
1 Prise Zucker

Ein klassisches, einfaches Gericht für alle Tage.

Zubereitung:

Einen Apfel schälen und würfeln, die Zwiebel ebenfalls schälen und in Ringe schneiden. Sauerkraut auseinander zupfen. Die Hälfte der Butter in einem Schmortopf schmelzen. Sauerkraut mit dem Saft, Apfel- und Zwiebelstücke dazu geben und bei geringer Hitze – möglichst ohne weitere Zugabe von Flüssigkeit – bei kleiner Hitze in etwa 30 Minuten garen.

Inzwischen den zweiten Apfel schälen, entkernen und in Ringe, Blutwurst in Scheiben schneiden. Beides in der restlichen Butter ausbraten. Zum Schluss das Kraut mit Essig, Salz und Zucker abschmecken, auf einer Platte anrichten und die Apfel- und Blutwurstscheiben darauf anrichten.
Dazu schmeckt Kartoffelpüree und ein kühles Bier.

Feldkreuz an der Remisstraße

Deftige Sauerkrautpfanne

Josef Kienast

Zutaten:

4 mittlere Kartoffeln
2 TL getrocknete Steinpilze,
2 dicke Scheiben durchwachsener Räucherspeck
300 g Sauerkraut roh,
2 EL Crème fraîche
1 kleine Zwiebel
1/2 Bund Petersilie
3 Stängel Majoran
Salz
Pfeffer aus derMühle
geriebene Muskatnuss
2 EL Butter oder Bratfett

Ein Schnellgericht für jeden Tag und doch nicht alltäglich.

Zubereitung:

Kartoffeln in der Schale weichkochen. Steinpilze in warmem Wasser einweichen. Räucherspeck würfeln und in einer Kasserolle glasig braten. Sauerkraut und etwas Wasser dazugeben und das Ganze etwa zehn Minuten dünsten. Crème fraîche und Steinpilze zugeben; unter ständigem Rühren nochmals zehn Minuten weiterdünsten. Kasserolle vom Herd nehmen und warm stellen.

Inzwischen die Kartoffeln schälen und durch die Presse drücken. Zwiebel schälen, raspeln und unter den Kartoffelschnee rühren. Fein gehackte Kräuter zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Butter oder Bratfett in einer Pfanne zerlassen, die Kartoffelmasse darin wie ein Omelette beidseitig knusprig braten. Mit der Sauerkraut-Pilz-Mischung füllen und sofort servieren.

Russische Krautsuppe (Borschtsch)

Martin Soller

Zutaten:

375 g Rindfleisch (ohne Knochen), 30 g Fett, 2 Zwiebeln

<u>insgesamt 1 kg Gemüse:</u>
1 kleiner Kopf Weißkraut
2 Rote Rüben, 1 Gelbe Rübe,
1/2 Sellerie ,1 Petersilienwurzel,
2 Stangen Lauch, etwas Tomatenmark, 3 Kartoffeln,
2 Liter Brühe, Salz, Kümmel,
Pfeffer, 2 Lorbeerblätter,
125 ml Sauerrahm,
Roter Rübensaft,
Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

Kartoffeln würfeln, Zwiebeln fein hacken, Gemüse in feine Streifen schneiden. Fleisch grob würfeln und in heißem Fett kräftig anbraten. Zwiebeln zufügen und glasig dünsten. Dann die Kartoffeln, übriges Gemüse und die Gewürze zufügen und ebenfalls kurz andünsten. Mit der Brühe ablöschen. Bei mäßiger Hitze etwa eine Stunde köcheln lassen.
Vor dem Anrichten den Rote Rübensaft einrühren, mit Sauerrahm und Pfeffer abschmecken.

Sauerkraut-Kartoffel-Gratin

Magdalena Stangl

Zutaten für 4 Personen:

500 g gegarte Kartoffeln
1–2 EL Butter oder Margarine
1 Gemüsezwiebel
500 g Sauerkraut
1/4 l Sahne
1 Becher Crème fraîche
4 Eier
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Prise Muskat, einige Tropfen Zitronensaft und Worcestersauce,
1 Hand voll gemischte, gehackte Kräuter

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.

Die Butter oder Margarine in einer Auflaufform erhitzen und die geschälte und fein gehackte Zwiebel darin glasig schwitzen.

Das Sauerkraut zerpflücken, dazugeben und kurz mitschwitzen lassen.

Zum Schluss die Kartoffelscheiben unterheben und ebenfalls kurz mitschwitzen.

Die Sahne mit der Crème fraîche und den Eiern verschlagen, mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronensaft und Worcestersauce kräftig abschmecken und gleichmäßig auf der Sauerkrautmischung verteilen.

Das Ganze in dem auf 180-200°C vorgeheizten Backofen in 20-25 Minuten backen, herausnehmen, dekorativ anrichten, mit den gehackten Kräutern bestreuen, ausgarnieren und sofort servieren.

Weitere Rezepte findet man im Kochbuch: „Sauerkraut – köstlich und gesund.“ Zu beziehen bei: Unipart Media GmbH, 63069 Offenbach, ISBN Nr. 3 89755 497 6

So finden Sie die Direktvermarkter

An der Mayerbacherstraße liegen:

3 5 10 14