



plärrer

Bio Spezial

2 | 10

Nie wieder
Abfall:
Interview mit
Michael
Braungart

BioFach
Nummer 21

15 Jahre
Slowfood
Nürnberg

Mode von
Gudrun
Sjöden

Bio-Kalender

Bio-Adressen

Hopfisterei

seit 1331



Pfister Öko-Bauernbrote

GENUSS & NATÜRLICHKEIT

Zutaten aus Ökologischer Landwirtschaft • aus reinem Natursauerteig
ohne Zusatzstoffe • extra lange und schonend gebacken
mit kräftig herzhafter Kruste

Nürnberg:

Hauptmarkt 10

City Point, UNTERGESCHOSS

Kirchenweg 4

Mögeldorf Hauptstr. 40

Franken-Center, MITTLERE EBENE

Erlangen:

Hauptstr. 49



Hopfisterei
GENUSS & NATÜRLICHKEIT

www.hopfisterei.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vor einem Jahr schrieben wir: »die Erfolgs-story des Bio-Booms geht weiter. Sie erreicht mittlerweile sogar Länder wie Indien und China«. Eine Gefahr für das Wachstum der Biomärkte sahen wir vom Gesetzgeber ausgehen, der damals noch Bundesverbraucherminister Horst Seehofer (CSU) hieß. Er ließ einen Gesetzentwurf durchwinken, der Lebensmittel selbst dann als »gentechnik-frei« deklarierte, wenn darin gentechnisch manipulierte Stoffe verwandt wurden. Ein Jahr später und eine (Welt-)Wirtschaftskrise weiter lassen sich erste Bremsspurten bei »bio« sehen: So sprach die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im Sommer von einem Umsatzrückgang in diesem Segment von etwa vier Prozent. Erwähnte dabei aber nicht, dass gut zwei Prozent alleine auf den Preisrückgang bei Lebensmittel zu verbuchen sind. Als Beispiel lässt sich hierfür der um 3,5 Prozent gesunkene Umsatz bei Bio-Gemüse anführen. Mengenmäßig wurde aber fünf Prozent mehr Biogemüse verkauft. Viele Beobachter bezweifelten deshalb die Zahlen der GfK, weil die Ökofachgeschäfte im zurückliegenden Jahr ein Umsatzplus von 1,5 Prozent meldeten. Auch die Verkaufsfläche im Biosegment stieg etwa um fünf Prozent.

Aber »bio« wäre nicht »bio«, wenn sich nicht wieder auch viel auf diesem Markt bewegen würde. Auf dem Markt der Ideen hat zum Beispiel Professor Michael Braungart sein so genanntes »cradle-to-cradle-Konzept« vorgestellt, das von der Idee her ohne jeden Abfall auskommen soll. Das Interview mit ihm können Sie auf Seite 5 nachlesen. Und wir erinnern an eine Bewegung, die im beim Essen großen Einfluss hat: Slow Food ist 20 Jahre alt geworden. Aus diesem Anlass stellen wir die Arbeit des Nürnberger Conviviums vor.

Außerdem gibt es in diesem BioSpezial wieder viele wertvolle Tipps und Informationen über Bioprodukte und wo Sie diese erhalten. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen

Die Redaktion

Vom 17. bis 20. Februar 2010 finden die BioFach und die Naturkosmetik-Messe Vivaness in den Hallen der NürnbergMesse statt.

Zur 21. BioFach werden trotz der weltweiten Krise wieder jede Menge Aussteller und Besucher kommen. Im Jahr 2009 waren es 2.733 Aussteller, davon etwa 66 Prozent aus dem internationalen Bereich, die ihre Produkte und Dienstleistungen 46.771 Fachbesucher vorstellten. Ein wichtiges Thema auf den Messen wird dieses Jahr »Fairer Handel« sein. Nach Angaben des international tätigen deutschen gemeinnützigen Vereins Transfair lag der Umsatz 2008 beim weltweiten Handel mit Fair-Trade-Produkten bei ca. 2,9 Mrd. Euro. Dies ist – im Vergleich zum Vorjahr – eine Zunahme um 25 Prozent.

Die Entwicklung in der Gesamtwirtschaft geht aber auch nicht ganz spurlos an BioFach und Vivaness vorbei. So räumt Claus Rättich, Mitglied der Geschäftsleitung der NürnbergMesse, in einem Interview auf der Homepage der BioFach ein, dass 2010 »mit einer Verkleinerung des Messe-Duos BioFach und Vivaness um etwa zehn Prozent« zu rechnen ist. Er schiebt zwar nach, dass man sich dies als Veranstalter nicht gewünscht habe, er dies aber angesichts der Krise für »ein gutes Ergebnis« halte. Vor allem die Kosmetikmesse Vivaness schwächelt etwas. Die Zahl der Aussteller bei dieser sei von 205 im letzten Jahr auf etwa 180 zurückgegangen. Rättich erklärt sich dies mit dem Wegfall von staatlichen Fördergeldern und der Umstrukturierung bei Vertriebswegen. Die NürnbergMesse reagiert darauf, indem sie zwei Hallen schließt und den deutschen Fachhandel konzentriert präsentiert. Die Ausstellungsfläche wird sich nach Angaben der Messe deshalb brutto um etwas mehr als zehn Prozent auf immer noch stattliche etwa 90.000 Quadratmeter verkleinern. rb

Hinweis. BioFach und Vivaness und alle Vor-träge sind nur dem Fachpublikum vorbehalten.

Inhalt

Wegwerfen – und Spaß dabei Michael Braungart und sein Cradle-To-Cradle-Konzept	38
Gutes aus München	
Die Hopffisterei	39
Gutes im Zeichen der Schnecke	
12 Jahre Slow Food e.V. in Nürnberg	40
Saiblingsfilet mit Zwiebel-konfitüre? Neu: Bio-Gerichte im »Café-Restaurant Literaturhaus«	40
Bunte Revolution im Kleiderschrank Gudrun Sjödéns Mode	41
Schleckmäuler aufgemerkt! Bio-Trockenfrüchte von Waltraud Weber	41
Der Bio-Kalender	
Wichtige Daten & Ereignisse	42
Jede Menge Bio-Adressen	43
Gastro-Adressen	46

Impressum

Das Bio-Spezial des plärrer für den Großraum Nürnberg, Fürth, Erlangen

Telefon: 0911/42478-0

Telefax: 0911/42478-26

Internet: www.plaerrerr.de

E-Mail: info@plaerrerr.de

Adresse: plärrer-Verlags GmbH, Singerstr. 26, 90443 Nürnberg

Bankverbindung: Commerzbank Nürnberg (BLZ 760 400 61), Konto 516 554 300

Geschäftsführung: Mathias Trzcinski

Anzeigen: Silvia Höllerer (verantwort.), Claudia Kauer, Kristin Schmid, Christiane Thomae

Redaktion: Rainer Büschel (verantwort.)

Redaktionelle Mitarbeit: Mile Cindrić (Fotos)

Titelfoto: Mile Cindrić

Grafik: Eva Meyer

Das Bio-Spezial ist eine Beilage der Februar-Ausgabe 2010 des plärrer. Darüber hinaus werden 9.000 Exemplare des Bio-Spezials kostenlos verteilt. Die Urheberrechte für Anzeigenentwürfe, Fotos, Vorlagen und für die Namen bleiben beim Verlag. Der Nachdruck von Artikeln, Fotos und dergleichen bedarf der ausdrücklichen Zustimmung des Verlags. Für eingesandte Fotos, Artikel etc. kann keine Haftung übernommen werden.



Herzlich willkommen bei unseren kulinarischen Sonntagsveranstaltungen im Februar!

- 07.02., 11–15 Uhr: Brunch mit Spezialitäten aus Skandinavien
- 14.02., 11–15 Uhr: Brunch mit Köstlichkeiten aus Österreich
- 14.02., ab 18 Uhr: Rosarote Dreigangmenüs zum Valentinstag à 25,- €
- 21.02., 11–15 Uhr: Brunch mit Gaumenfreuden aus dem Elsass
- 28.02., 11–15 Uhr: Brunch mit Genüssen aus der Schweiz

Brunchpreise:

Erw.: 13,- €, Kinder von 6 – 12 J.: 6,50 €, Kinder unter 6 J.: gratis

Wir freuen uns auf ihre Reservierung.



Café-Restaurant
Literaturhaus Nürnberg

Auf der Kulturmeile in der Altstadt
Luitpoldstraße 6 • 90402 Nürnberg

Lesungen und Café-Restaurant

Mo – Sa 9 – 24 Uhr | So u. Feiertage 9 – 22 Uhr

Tel.: 0911 / 2 34 26 58 | restaurant-literaturhaus@web.de



Foto: privat



Wohl bekomm's: Dieser Sitzbezug für den Airbus ist theoretisch essbar und gibt dem Boden wertvolle Stoffe zurück, wenn er verrottet.

Michael Braungart, Professor an der Uni Rotterdam, strebt mit seinem Öko-Konzept eine industrielle Revolution an.

Wegwerfen – und Spaß dabei

Michael Braungart propagiert mit seinem »Von-der-Wiege-zur-Wiege-Konzept« die Lust am Wegwerfen.

Der Gang zur Toilette kann gefährlich sein – nicht unbedingt für und durch Sie, verehrte/r Leser/in. Wohl aber für das Wasser, in dem das Klopapier landet. Denn, so Michael Braungart, ein Kilogramm recyceltes Toilettenpapier verschmutze etwa fünf Millionen Liter Wasser, weil die darin (immer noch) enthaltenen Druckfarben hochgiftig seien – trotz der Reduktion durch die Druckereien. Für den Professor ist dies ein Beispiel für die heutige, lineare Produktionsweise, die der Logik »von der Wiege bis zur Bahre folgt. Rohstoffe werden gewonnen, zur Produktion verarbeitet, verkauft und schließlich in eine Art Grab geschafft, gewöhnlich auf eine Mülldeponie oder in eine Müllverbrennungsanlage.

Recycling, dass er »downcycling« (die Wiederverwertung schafft weniger wertvolle Produkte, weil zu viel giftige Zusatzstoffe verwendet werden) nennt, und Einsparen von Rohstoffen und Energie bilden zusammen die so genannte »Ökoeffizienz« (mehr mit weniger erreichen). Sie kommt bei ihm nicht gut weg. Weil »die Öko-Effizienz das alte System lediglich ein bisschen langsamer zerstörerisch (macht). In manchen Fällen sogar schädlicher sein kann, weil ihre Wirkung subtiler und langfristiger ist«.

Dem setzt Michael Braungart ein Konzept entgegen, das »null Abfall, null Emissionen, dafür aber einen großen, ökologischen Fußabdruck« nach sich zieht. Von der »Wiege bis zur Wiege« nennt er das Konzept (siehe Kasten), das auf der »Öko-Effektivität«

und nicht auf der »Öko-Effizienz« beruht. Konkret heißt dies, das Design der Produkte muss so gestaltet sein, dass sie nach der Benutzung kein Abfall mehr sind, sondern »in die Von-der-Wiege-zur-Wiege-Zyklen der Natur zurückkehren. Das heißt auch, weg von der alten Sicht über die Natur, die man kontrollieren muss, hin zu einem miteinander; weg vom Menschenbild, in der der Mensch ein Störfaktor in der Natur ist und nur durch Verzicht die »Welt retten« kann. Die Menschen müssen wieder »Eingeborene auf diesem Planeten werden«.

Vorbild für das neue Design ist unter anderem der Kirschbaum: Er produziert Blüten, Blätter und Früchte im Überfluss – und alles dient der Natur. Egal, ob die Früchte von Tieren oder Menschen gegessen werden oder die Blätter und Blüten (im Herbst) zu Boden fallen. Sie produzieren Nährstoffe für Tiere, Pflanzen und den Boden. Die Anforderung an das neue Design und damit an eine neue industrielle Revolution heißt also: Gebäude bauen, die mehr Energie produzieren als sie verbrauchen, Fabriken, die Abwässer in Trinkqualität freisetzen, Produkte herstellen, die Nährstoffe für den Boden liefern. Wem das alles zu abstrakt klingt, der sollte sich zum Beispiel das kompostierbare T-Shirt (für Trigema), den kompostierbaren Sportschuh (für Nike) oder die abfallfreien Sitzbezüge für den Airbus A 380 ansehen. Alle von Michael Braungart und seinen Mitstreitern entwickelte Produkte. Und wir sind uns sicher: Für das giftfreie Klopapier fällt ihm auch noch eine Lösung ein...

Das »Von-der-Wiege-zur-Wiege-Konzept« (cradle-to-cradle-Konzept)

- hat eine abfallfreie Wirtschaft zum Ziel
 - verwendet denselben Stoff (oder Energie) für die Produktion immer wieder und sieht darin die effizienteste Art der Produktion
 - schlägt vor, Produkte nach ihrer Beschaffenheit in biologischen (z. B. Waschmittel) und technischen (z. B. Fernseher) Kreisläufen so zu gestalten, dass sie komplett wieder verwendbar und schadstofffrei sind und so wieder als neue Rohstoffe genutzt werden können
 - will mit der Öko-Effizienz die bisher herrschende Öko-Effektivität ablösen
 - sieht den Menschen nicht als Verbraucher, sondern als Gebraucher
 - möchte, dass der Mensch sich und der Umwelt mit öko-effizientem großzügigen Konsumverhalten nützt
 - wird unter anderem von dem Regisseur Steven Spielberg, dem kalifornischen Gouverneur Arnold Schwarzenegger und von der holländischen Umweltministerin Jacqueline Cramer (sie will 40 Mrd. Euro bis 2012 für das Konzept locker machen) unterstützt
 - wird von Firmen wie Ford, BASF oder Volkswagen angewandt
 - wurde von Michael Braungart, Professor an der Uni Rotterdam und Geschäftsführer der Epea Internationale Umweltforschung GmbH in Hamburg, und von William McDonough, Architekt und Designer, entwickelt.
- Michael Braungart, William McDonough, »Einfach und intelligent produzieren«, Berlin 2005*
Dies., »Die nächste industrielle Revolution: Die Cradle-to-Cradle-Community«, Hamburg 2008.

Intelligente Verschwendung ist das Ziel Interview mit Michael Braungart

plärer: Sie kritisieren das Recycling von Produkten als Scheinlösungen. Warum?

Braungart: Nehmen Sie Fensterrahmen aus PCV: Werden diese für neue Rahmen wieder verwendet, dann werden das darin enthaltene Cadmium und andere Schwermetalle in die neuen Rahmen verteilt. Diese Produkte gelangen dann wieder in die Häuser der Menschen.

plärer: Sollen die Länder, die Recycling perfektionieren, wie etwa Deutschland, Recycling einstellen?

Braungart: Wenn man das Falsche perfekt macht, dann macht man es perfekt falsch.

plärer: Was heißt das?

Braungart: Bei der Rückgewinnung von Papier werden inzwischen nur die Fasern recycelt. Das heißt, man erhält beim Recycling von zwei Tonnen Altpapier etwa 1,2 Tonnen Abfall. Außerdem sind die im Papier enthaltenen Bleichmittel, Druckfarben und anderen Stoffe nicht für die Wiedergewinnung gemacht, weshalb zum Beispiel ein 100 Prozent recyceltes Klopapier das Wasser enorm verschmutzt. Das muss wieder gereinigt werden. Das Papierrecycling ist Downcycling, das man stoppen sollte, weil man damit Illusionen schafft.

plärer: Ist eine Produktion, die ihre Stoffkreisläufe ohne Abfall und Energieverluste in die Natur integriert denkbar oder muss die (heute existierende) verbrauchende Produktion komplementär dazu gedacht werden?

Braungart: Wer in den Kategorien der Abfallvermeidung denkt, denkt immer noch in den Kategorien von Abfall. Wir müssen dazu kommen, dass wir Produkte so denken und produzieren, dass sie kein Abfall sind.

plärer: Wie soll das funktionieren?

Braungart: Produkte müssen so gestaltet werden, dass sie ohne Rückstände in den biologischen Kreislauf wieder zurückkehren. Wir müssen von der Natur lernen, die keinen Abfall kennt. Das gilt für die Dinge, die wir konsumieren – Schuhe, Waschmittel etc. –, die nach dem Gebrauch wieder zu Nährstoffen für den Boden werden müssen. Technische Güter müssen vollständig wieder verwertet werden.

plärer: Sie haben für den Airbus A 380 Sitzbezüge entwickelt, die komplett in den Stoffkreislauf wieder eingespeist werden können. In welchen Zeiträumen denken Sie bei der Umsetzung des »cradle-to-cradle-Konzepts« beim restlichen A 380?

Braungart: Grundsätzlich sind diese Bezüge auch für andere Stühle nutzbar. Wir haben sie aber für Flugzeuge entwickelt, weil die Innenluft in Flugzeugen für die Passagiere von großer Bedeutung ist. Der Abrieb der

Stoffe, die in den meisten Flugzeugen benutzt werden, werden von den Passagieren eingeatmet. Danach werden die Bezüge als Sondermüll entsorgt. Deswegen haben wir Stoffe ausgesucht, die zu 100 Prozent in den Stoffkreislauf zurückführbar sind und die Innenraumluft im Flugzeug nicht belasten, ja sogar verbessern.

plärer: Und könnten wir den Bezug am Schluss essen?

Braungart (lacht): Sie wären auch essbar, aber es ist besser sie nach dem Gebrauch zum Beispiel in Treibhäusern zur Bodenverbesserung zu benutzen.

plärer: Und wann kommen die restlichen Flugzeugteile dran?

Braungart: Wir wollten damit beweisen, dass man in einem Hightech-Produkt solche Produkte einsetzen kann, ohne dass ein Qualitätsverlust zu erwarten ist. Das hat nichts damit zu tun, ob ein Flugzeug ein sinnvolles Transportmittel ist oder nicht.

plärer: In Ihrem Konzept fordern Sie Konsumenten auf, keine Verbraucher mehr zu sein, sondern »Gebraucher«. Was bedeutet das für einen Konsumenten heute?

Braungart: Es ist schon heute möglich, sich Fenster beim Hersteller fürs »Durchschauen« zu leihen. Sagen wir fürs Durchschauen für 20 Jahre. Danach geben Sie es dem Hersteller zur vollständigen Wiederverwertung wieder zurück. Das macht zum Beispiel die Firma Schüco.

plärer: Wird das Fenster dadurch nicht teurer?

Braungart: Der Kunde kauft nur die Nutzung des Fensters, das Produkt bleibt im Eigentum des Herstellers. Der Hersteller wird zur »Rohstoff-Bank« und kann die besten Materialien verwenden. Das gilt auch für Fernseher, Autos oder Waschmaschinen, die wir ja nur nutzen und nicht verbrauchen.

plärer: Sie fordern den Konsumenten ohne schlechtes Gewissen. Behindert das nicht zum Beispiel die Bemühungen, die Klimaerwärmung zu reduzieren?

Braungart: Man muss begreifen, das etwas weniger schädlich noch lange nicht nützlich ist. Wir verstehen unter Klimaschutz, dass wir ein bisschen weniger CO² in die Luft blasen. Deshalb müssen wir dazu kommen, dass die Unternehmen nicht nur weniger Energie verbrauchen oder gar CO²-neutral sein wollen. Aus den Fabriken muss zum Beispiel nicht nur geklärtes Wasser in unsere Flüsse fließen, es muss sauberer sein, als es entnommen wurde. Intelligente Verschwendung ist das Ziel. Es geht also nicht darum, den menschlichen Fußabdruck zu minimieren, sondern einen großen Fußabdruck zu hinterlassen. Dadurch wären Menschen keine Bürde mehr für die Erde, sondern wir schaffen wiederum Lebensmöglichkeiten für Tiere und die Umwelt.

Interview: Rainer Büschel

Gutes aus München Die Hopffisterei bietet den Vollkorn-Gewürzlaib an.



Gut Ding will Weile haben. Das gilt für die Hopffisterei, das 1313 gegründete Traditionsunternehmen, das sich bereits 1978, freiwillig und ohne gesetzlichen Zwang, Richtlinien bei der Herstellung ihres Brotes unterwarf, die den heuti-

gen Biorichtlinien sehr nahe kamen. 1984 stellten die Inhaber, die Familie Stocker, ihre Produktion dann fast vollständig auf ökologische Herstellung um. War es anfangs noch schwierig, Bauern zu finden, die Getreide nach den Richtlinien des ökologischen Landbaus an die Hopffisterei liefern konnten, so wird das Unternehmen heute von 600 Öko-Landwirten beliefert. Diese bearbeiten eine Fläche von etwa 3.035 Hektar ohne chemisch-synthetische Spritz- und Düngemittel. Die ökologische Orientierung drückt sich auch in der Partnerschaft mit »Naturland«, dem Verband für ökologischen Landbau e.V., aus. Das bedeutet die Einhaltung hoher Standards. So erhalten Produkte die Öko-Kennzeichnung der EG-Öko-Verordnung bereits, wenn 70 Prozent der Zutaten aus Ökolandbau kommen. Die Kennzeichnung nach Naturland Richtlinien hingegen setzt 95 Prozent Zutaten landwirtschaftlichen Ursprungs in Ökoqualität voraus.

Aber nicht nur ökologische Grundstoffe spielen eine Rolle. Die Bäcker der Hopffisterei gehen

sorgfältig mit den Rohstoffen um. Sie lassen dem Sauerteig viel Zeit, sich zu entwickeln und sie verzichten auf künstliche oder chemische Zusätze. Der Dreistufen-Sauerteig wird nach alten handwerklichen Regeln hergestellt, und es dauert 24 Stunden bis der Teig fertig ist. Mittlerweile gibt es über 20 Biobrot-Sorten bei der Hopffisterei. Meist sind es traditionelle Bauernbrote – Roggenbrote, Sorten mit feinen Gewürzen und Ölsaaten – und hellere Sorten.

Der neue Öko-Vollkorn-Laib entspricht voll und ganz den Qualitätsanforderungen, die an alle Brote aus der Hopffisterei gestellt werden. Er besteht aus 64 Prozent Roggen und 36 Prozent Dinkel und ist aus reinem Natursauerteig. Im Gegensatz zu anderen Broten der Hopffisterei enthält es keinen Weizen, dafür aber Fenchel, Koriander und Kümmel. Mit dieser Zusammensetzung eignet sich der kräftige Gewürzlaib vor allem für den Belag mit Käse oder Wurst.

Gutes im Zeichen der Schnecke 12 Jahre Slow Food e.V. in Nürnberg



Foto: Mille Grazie

Gerhard Tremel, Leiter des Nürnberger Convivum, ist ein Gourmet, der über den Tag hinaus denkt.

Schlechte Essen macht nicht nur schlechte Laune, es kann auch neue politische Ideen auf den Weg bringen. So geschehen in Italien, als Genosse Carlo Petrini 1982 in einem so genannten Volkshaus in Montalcino (Toskana) bei einer Veranstaltung ein Essen vorgesetzt bekam, das seiner Ansicht nach »jeder Beschreibung spottete«. Petrini und andere gründeten als Reaktion darauf eine Gruppe in der Acri (einer Vereinigung für Kultur und Freizeit innerhalb der Linken Italiens), die sich fortan mit den Themen Essen, Wein und Gesellschaft beschäftigte. Aus dieser Gruppe heraus wurde 1986 der berühmt gewordene Protest gegen McDonalds in Rom organisiert und 1989 in Paris das »Slow Food Manifest« veröffentlicht. Unterschrieben von der »Internationalen Bewegung zur Wahrung des Rechts auf Genuss«. Mit der Folge, dass die italienischen Slow Foodler

zwar als Gourmets begannen, aber rasch auch die Bedeutung regionaler Produkte und lokale Gerichte entdeckte, die durch Nahrungsindustrie und das »Schnelle Leben« bedroht schienen.

20 Jahre später kämpft der Linke Petrini immer noch für »das Geruhliche, Sinnliche und gegen die universelle Bedrohung durch das Fast Life«. Mit dem Unterschied, dass der selbstbewusst vorgetragene Anspruch von damals heute Realität ist: »Slow Food« – mit der Schnecke als Erkennungszeichen – ist eine internationale Bewegung mit weltweit vielen Tausenden Anhänger und Organisationen. Vor 12 Jahren haben sich dann auch in Nürnberg vor allem Menschen aus der Weinszene aufgemacht und einen gleichnamigen Verein gegründet. »Wir haben heute 325 Mitglieder«, sagt Gerhard Tremel (67), seit fünf Jahren Leiter des Convivums in Nürnberg. Und fügt nicht ohne Stolz hinzu: »Nürnberg konnte in den letzten Jahren seine Mitgliederzahlen deutlich steigern und liegt damit jetzt auf Platz acht in Deutschland«. Darüber hinaus gebe es noch 300 Slow-Freunde, die die Nürnberger Mitgliederzeitung »Schneckenpost« abonniert haben.

Um die Idee des Slow Foods in Franken zu verbreiten, organisieren die aktiven Vereinsmitglieder zum Beispiel alle zwei Monate so genannte (öffentliche) Tafelrunden. Tremel findet es nicht ehrenrührig wenn man sie »Stammtische« nennt. Dort wird aber nicht nur gut gefaltet, sondern es gibt auch Nahrung fürs Gehirn: Letztes Jahr zum Beispiel einen Vortrag über die Geschichte des Meerrettichs oder über die Bekämpfung von Tierseuchen. In diesem Jahr eine Veranstaltung über die Gewinnung von Salz. Darüber hinaus existiert in der Nürnberger Slow Food-Gruppe der Arbeitskreis »Genussführer«. In Anlehnung an den in Italien zuerst publizierten »Osteria D'Italia«, der in den 90er Jahren vielen guten Gasthäusern ein Denkmal setzte, soll auch in Deutschland, Region für Region, ein solcher Führer entstehen.

Deshalb wird im Arbeitskreis immer wieder ausgiebig über die Kriterien diskutiert, die eine Gastronomie oder einen Betrieb berechtigen, in diesen Führer aufgenommen zu werden. »Bio kann zwar slow sein«, aber slow muss nicht unbedingt bio sein«, berichtet Gerhard Tremel von den Diskussionen. Das Bio-Label schliesse viele, kleine, handwerklich sauber arbeitende Betriebe aus, weil die sich oft die Zertifizierung nicht leisten könnten.

In Anlehnung an den italienischen Gastroführer kommt es den Slow Foodlern aber auch darauf an, lokal und regional, (bedrohte) Produkte zu entdecken und mit der Veröffentlichung vieler leicht auch zu retten. Letztlich besteht Tremel immer wieder darauf, dass es auf handwerklich gut gemachte Produkte ankomme. Man sieht, der Weg zu eigenen, hieb- und stichfesten Kriterien, die eine Empfehlung durch Slow Food Nürnberg wert sind, ist lang und steinig. Werben darf kein Gastwirt mit der Slow-Food-Schnecke. »Wir empfehlen deshalb selten Spitzengastronomie«, betont der 67-Jährige. Den Testern vom Slow Food komme es eher darauf an, ob der Gastronom keine Geschmacksverstärker oder Aromastoffe verwendet, das Ambiente stimmt und ob er typisch regionale Produkte anbietet.

Ob die Nürnberger Slow Foodler damit die Ebene des klassischen Gourmets verlassen haben, wie Slow Food-Gründer Carlo Petrini die deutschen Sektionen in einem kürzlich veröffentlichten Interview kritisierte oder nicht, das mag dann jeder für sich selbst entscheiden – eventuell mit einer Mitgliedschaft! *Rainer Büschel*

Aktuelle Termine:

13.2.2010 *Tafelrunde: Salz - Salz - Salz und mehr, Nürnberg, Goldenes Posthorn*
22.2.2010 *Slow Food-Kochkurs bei Wittenstein*

Saiblingsfilet mit Zwiebelkonfitüre?

Neu: Bio-Gerichte im »Café-Restaurant Literaturhaus«

Die Bio-Vielfalt in der Metropolregion zählt zu den positiven Überraschungen für Bernd Rings, seit Spätsommer 2009 Küchenchef im Café-Restaurant Literaturhaus. Der Kochkünstler und Konditor bringt langjährige Erfahrung mit Bio-Erzeugnissen aus seinem Berliner Restaurant mit. Nun nimmt er die »BioFach 2010« zum Anlass, für die Februar-Abendkarte Gerichte ausschließlich aus Bio-Produkten zusammenzustellen. Aus den verwendeten Lebensmitteln macht Rings kein Geheimnis, sondern er bietet seinen Gästen Einblicke, z.B. durch eine Präsentation der haltbaren Produkte. Beim Einkaufen nimmt er alles selbst in Augenschein – für ihn »die reine Freude«: Weil er so sicher sein kann, »dass nur 1A-Ware auf den Tisch kommt!«, und weil die Angebotsvielfalt inspirierend wirkt. Entsprechend fantasievoll wird im Februar aufgetischt: Da lockt zum Auftakt Carpaccio von Roter Bete in Senf-Vinaigrette mit Streifen von rohem Schinken oder Mangosüppchen mit Chilifäden. Bei den Hauptgerichten reicht die Auswahl von Saiblingsfilet mit Zwiebelkonfitüre auf Orangen-Buttersoße mit kleinen Kartoffeln und Salat bis zu Damwild-Rückensteak auf Aprikosenjus mit gebutterten Schwarzwurzeln und Haselnuss-Spätzle. Als

krönenden Abschluss gibt es etwa Ananas-Carpaccio mit Campari-Zabaglione und Sorbet von der Passionsfrucht. Ebenso einfallsreich sind die – stilecht rosaroten – Menüvarianten inklusive »herzlichem Überraschungsdessert« zum Valentinstag am 14. Februar. Rings Maxime lautet: »beste Bio-Qualität für besondere Geschmackserlebnisse«.

»Café-Restaurant Literaturhaus«, Luitpoldstraße 6, Nürnberg, Tel.: 0911/234 26 58, Mo-Sa 9-24 Uhr, So & Feiertage 9-22Uhr



Bunte Revolution im Kleiderschrank

Gudrun Sjödéns Mode in Nürnberg

Vor einem Jahr waren die Aussteller von Naturtextilien und Ökocode in Nürnberg mit großem Erfolg auf der BioFach vertreten. Damit hat die Bio-Fach auf den weltweit steigenden Umsatz mit Kleidung und Heimtextilien aus Bio-Baumwolle reagiert. Dieser stieg 2008 auf 3,2 Mrd. US-Dollar, so der aktuelle Organic Cotton Market Report der amerikanischen Lobbygruppe für Bio-Baumwolle, Organic Exchange. Für Gudrun Sjödéns ist dies praktisch »ein alter Hut«, denn bei ihr sind Öko-Modelle bereits seit Beginn der 1990er Jahre fester Bestandteil ihrer Kollektion. Ökologisch meint dabei, dass die verarbeitete Baumwolle ausschließlich im ökologischen Landbau erfolgt, genmanipulierte Ware ausgeschlossen ist und die natürliche Fruchtfolge eingehalten wird. Auch beim Spinnen und Färben wird auf international gültige Standards geachtet. Öko-Mode entsteht aber zunehmend auch unter ethisch korrekten Produktionsbedingungen. Es wird darauf geachtet, dass sie ohne Kinderarbeit entsteht und Sozialstandards, wie limitierte Arbeitszeiten oder Mindestlöhne, eingehalten werden.



Der Anteil der Öko-Mode bei Gudrun Sjödéns-Läden ist im Jahr 2008 auf 40 Prozent angewachsen. Gudrun Sjödéns Mode kann man jetzt im Outletstore Zirndorf und in Nürnberg in den hellen Räumen am Josephsplatz kaufen. Auf zwei Ebenen wird in dem Konzeptladen die Sjödéns-Kollektion präsentiert. Die Mode-Designerin hat sich, wie in allen Jahren ihres Schaffens, bei ihrer Kollektion für den Frühling von den Farben der Natur inspirieren lassen. Egal, ob es sich um Kartoffeläcker, Sonnenblumen, oder die knalligen Farben der Provence handelt. *Gudrun Sjödéns Laden, Nürnberg, Josephsplatz 1/Kaiserstr. 43, Tel.: 0911-24 37 17, www.gudrunsjoden.de*

Schleckmäuler aufgemerkt!

Waltraud Weber versorgt seit 20 Jahren die Franken mit biologischen Trockenfrüchten vom Feinsten

Wer rastet, der rostet, unter diese Überschrift lässt sich Waltraud Webers Weg von der Vollwert-Kauf-Frau zur Vollwert-Verkaufs-Frau beschreiben. 1983 gründete sie in Mögeldorf das »Schneckenhaus« – ein Bioladen mit einem kleinen Bio-Restaurant. Aber nomen ist in diesem Fall nicht omen, denn nach Rückzug war ihr nicht zumute: Mittlerweile importiert die umtriebige Geschäftsfrau Früchte und Nusskerne aus aller Welt. Zum Beispiel wilde Ananas, Jackfrucht, Papaya, Tamarinden, getrocknete Mangos aus Mexiko, Cranberries und ungeölte Sultaninen und Rosinen (da Öl den Geschmack verfälscht und leicht ranzig wird). Damit beliefert sie nun den Naturkost-Einzelhandel. Ihr neues Domizil befindet sich seit 2003 in Diepersdorf am Fuß des Moritzbergs, ihrer Arbeitsstätte. Dort können Kunden direkt vom Lager aus all die köstlichen Leckereien erwerben. *Industriestr. 41, Diepersdorf, Lkrs. Nürnberger-Land, Montag bis Freitag von 10 bis 13 Uhr. www.waltraud-weber.de*



Besuchen Sie uns auf der „BioFach“, Halle 9, Stand 200

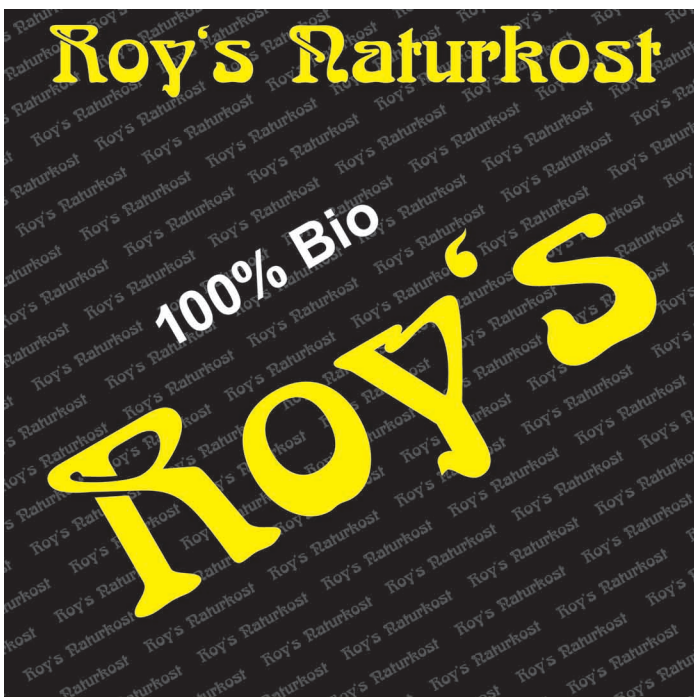
Deutschlands grüne Bank

Ökologie und Rentabilität gehen bei der UmweltBank Hand in Hand. Nutzen Sie die Erfahrung und Kompetenz der grünen Experten. Vom attraktiv verzinsten Tagesgeldkonto bis zum Kredit für Ihre Photovoltaikanlage – unsere Spezialisten haben einen umfassenden Marktüberblick und beraten Sie gerne.

Besuchen Sie uns auf der „BioFach“ oder rufen Sie uns an. **Tel. 09 11 / 53 08 - 123**

Kostenloses Infopaket: www.umweltbank.de/kontakt

 **UmweltBank**
Sicher. Rentabel. Direkt.



Einzelhandel für Obst und Gemüse:

Wallensteinstraße 29,
90439 Nürnberg
Telefon: 0911 / 94 50 778
Mo. – Fr.: 8:30 – 18:00 Uhr
Sa.: 7:30 – 12:30 Uhr

Großhandel für Obst und Gemüse:

Leyherstraße 107,
90431 Nbg.-Großmarkt
Telefon: 0911 / 76 58 220
Mo. – Fr.: 5:00 – 11:00 Uhr

www.roys-naturkost.de



Überall im Buch- und Zeitschriften-Handel oder online bestellen: www.plaerrer.de

Wir sind auf der Biofach, Halle 6, Stand 200

Ich bin dann 'mal im LOTOS!

Essen zum Mitnehmen | Catering-Service
 Gesund einkaufen | Vegetarisch essen
 Sich treffen bei Cappuccino, Tee und Kuchen

LOTOS

Hessestr. 4 und Unschlittplatz 1 in Nürnberg | www.naturkostladen-lotos.de

spezial Bio-Veranstaltungen

So. 7.2., 15–17 Uhr Tee-Seminar mit Teeverkostung: Tee und Honig – einfach lecker, Demeter-Imkerei Jacob und Hofmann, 91620 Reichardsroth 9a, Gemeinde Ohrenbach, ☎ 09865/941630, jacob@jacob-hofmann.de, Anmeldung bitte bis 30.1.10 *Rudolf Steiner Haus, Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg*

12.2., 20 Uhr Ansätze zur Überwindung der Wirtschafts-, Öko- und Kulturkrise, Vortrag von Dr. Michael Rist, Johannes-Kreyenbühl-Akademie, Russikon/Schweiz *Rudolf Steiner Haus, Rieterstr. 20, Nürnberg*

19.2., 20–21.30 Uhr Ernährung ist Geschmackssache – Vom Sinn der zwölf Sinne – Vortrag Dr. Petra Kühne, Arbeitskreis für Ernährungsforschung, Bad Vilbel *Rudolf Steiner Haus, Rieterstr. 20, Nürnberg*

2.3., 10.30 Uhr Bio-Vortrag mit Kostproben DHB Nürnberg e.V.; **»Senioren essen anders«,** trotzdem schmackhaft mit Gartengemüse, Ackersalat, Fleisch, Fisch aus der Region biologisch gekocht *Pfarrhof der Frauenkirche, Winklerstraße 31/Ecke Schustergasse, Nürnberg*

20.3., 20 Uhr Hüttengaudi im Brauereihof der Neumarkter Lammsbräu mit der Stimmungsband **»Erwin und die Heckflossen«** *Neumarkter Lammsbräu, Amberger Str. 1, Neumarkt*

21.3. Neumarkter Lammsbräu-Weißbier-Tour: Vormittag: Weißbier-Frühschoppen beim *Gasthaus Wittmann, Bahnhofstr., Neumarkt*; Mittags: Weißbier-Menü beim *Gasthof Sammüller, Schafhof/www.sammuell.de*; Später Nachmittag: Bay. Wirtshauskultur beim *Gasthof Meier, Hilzhofen/www.landgasthof-meier.de* Die Weißbier-Tour wird von **»Brösl-Schmarrn«** musikalisch begleitet

10.4. + 5.6., jeweils 21 Uhr Jazz! *Im Biohotel zum Bären*; Rothenburger Jazzmusiker treffen sich im Biohotel zum Bären im Foyer und machen **»Jazz for fun«**. Die Rezeption wird zur Cocktailbar und das Ganze wird ein Riesenspaß. Ohne Eintritt. www.biohotel-zum-baeren.de

15.4., 19–22.30 Uhr südpunkt, Foyer und Saal, Pillenreuther Straße 147, Nürnberg Große Strom-wechselparty Anlässlich der drohenden Laufzeitverlängerungen der Atomkraftwerke durch die schwarze Bundesregierung wird es im April bundesweit Aktionen gegen Atomkraft und für den Ausbau der Erneuerbaren Energien geben (Veranstaltungen, Menschenketten, Demos, Störfallmobs u.ä.). KünstlerInnen wie Hilde Pohl, Klaus Brandl, Chris Schmitt, Rudi Madsius, Oliver Tissot, und die Indie-Ska-Kombo **»La Boum«** sorgen für Stimmung.

17./18.4. Frühjahrslust Anwenden bei Zirndorf, www.gruenelust.de

20.4., 10.30 Uhr Bio-Vortrag mit Kostproben DHB Nürnberg e.V.; **»Köstliche Kleinigkeiten«,** aromatische Kräuter, frische Salate und junges Gemüse stillen den kleinen Hunger *Pfarrhof der Frauenkirche, Winklerstr. 31/Ecke Schustergasse, Nürnberg*

25.4. Lammsbräu Schöffler-Jubiläum und Tag des Bieres Feierlicher Gottesdienst in der Stadtpfarrkirche St. Johannes; danach Schöffler-Jubiläums-Fest im Brauereihof der Neumarkter Lammsbräu. Für musikalische Unterhaltung sorgt **»Brösl-Schmarrn«**. *Neumarkter Lammsbräu, Amberger Str. 1, Neumarkt*

30.4., 19 Uhr Gewürzseminar mit Ingo Holland delikatEssen lädt ein zum Gewürzseminar mit Ingo Holland. Einführung in die Welt der Gewürze und Aromen. Tipps und Anwendungsmöglichkeiten. Anmeldung direkt bei *delikatEssen, Weinmarkt 4, Nürnberg www.delikatessen-nuernberg.de*

11.–13.6. Altstadtfest Neumarkt mit Lammsbräu Bierdorf, www.lammsbraeu.de

25.6. Nachhaltigkeitspreisverleihung der Neumarkter Lammsbräu www.lammsbraeu.de

6./7.8. Bio-Erleben am Nürnberger Hauptmarkt www.bioerlebennuernberg.de

zeit für natürlichkeit

»naturfrisör & naturkosmetik«
 schätze aus der natur für haut und haar

königstraße 38 · 90762 fürth
 telefon 0911-393 83 11

termine nach vereinbarung
www.naturfriseur-fuerth.de

**Naturkost
NÜRNBERG (0911)**

Basic Bio-Supermarkt Färberstr. 11, PLZ 90402, ☎ 2 35 52 00, Fax: 2 35 52 39, www.basicbio.de, Mo-Fr 9-20 h, Sa 8-20 h

Bio in Zabo Aussiger Platz 2, PLZ 90480, ☎ 2 12 36 70, Fax: 2 12 36 69, www.bioinzabo.de, Mo-Fr 9-19, Sa 9-16 h

Bio Käseladen Hallerstr. 31/Ecke Kirchenweg, PLZ 90419, ☎ 3 74 76 68, Fax: 6 32 94 73, info@biokaesebote.de, Di-Fr 10-18 h Sa 9-13 h

Biomarkt Gaismannshof Lehrberger Str. 72, PLZ 90431, ☎ 32 17 91 79, Fax: 32 17 91 78, www.biomarkt-gaismannshof.de, Mo-Fr 8-18.30 h Sa 8-13 h

BioPlus Frisch & Feinkost GmbH Flachsländer Str. 20, PLZ 90431, ☎ 6 16 05 77, Fax: 6 16 00 588, www.bioplus.cc

BioPlus im Südwestpark Südwestpark 62/66, PLZ 90449, ☎ 2 52 77 23, www.bioplus.cc Mo-Fr 10-17 h

Die Wurzel Zerzabelshofer Hauptstr. 53, PLZ 90480, ☎ 40 27 30, Fax: 40 89 116, www.die-wurzel.de

ebl - Naturkost

Klingenhofstr. 50, PLZ 90441, ☎ 95 17 40

Sulzbacher Str. 81, PLZ 90489, ☎ 55 73 57

Wilhelmshavener Str. 15, PLZ 90425, ☎ 3 84 99 22

Dombühler Str. 9, PLZ 90449, ☎ 6 72 28 51

Laufamholzstr. 40, PLZ 90482, ☎ 5 44 19 84

Katzwanger Hauptstr. 58-60, PLZ 90453, ☎ 8 01 93 37

Brettergartenstr. 95, PLZ 90427, ☎ 2 39 52 25

Kaulbachstr. 5, PLZ 90408, ☎ 8 15 16 00

Harsdörfferstr. 32-34, PLZ 90478, ☎ 3 76 96 90

Grüner Laden Kaulbachstr. 28, PLZ 90408, ☎ 35 22 99, Fax: 3 66 70 98, Mo-Fr 9-18.30 h Sa 9-14 h

Lotos GmbH Unschlittplatz 1, PLZ 90403, ☎ 24 35 98, Fax: 2 41 93 48, Mo-Fr 9.30-18 h Sa 9.30-16 h

Hessestr. 4, PLZ 90443, ☎ 26 61 80, Fax: 2 77 97 77, Mo-Fr 9.30-18 h Sa 9.30-16 h

Naturkost Gareis Bismarckstr. 107, PLZ 90491, ☎ 59 93 12, Fax: 5 97 59 88, naturkost-gareis@t-online.de

Reformhaus am Hauptmarkt Hauptmarkt 6-8, PLZ 90403, ☎ 22 40 78, Mo-Fr 9-19 h, Sa 9-16 h

Reformhaus Reiber Bucher Str. 69, PLZ 90419, ☎ 59 49 90, Fax: 5 98 03 58, Mo-Fr 9-19 h, Sa 9-14 h

Reformhaus Riebeling Pillenreuther Str. 41, PLZ 90459, ☎ 44 13 21, Mo-Fr 9-18.30, Sa 9-14 h

Roy's Naturkost - Einzelhandel Obst und Gemüse Wallensteinstraße 29, PLZ 90439, ☎ 9 45 07 78, www.roys-naturkost.de, Mo-Fr 8.30-18.30, Sa 8.30-13 h

Naturkost-Bio-Marktstand Aufseßplatz, PLZ 90459, ☎ 4 39 89 54, Mo-Fr 8-19 h, Sa 9-15 h

Wurzelsepp Am Hauptmarkt 1, PLZ 90403, ☎ 22 66 12, Fax: 21 48 08 0, www.wurzelsepp-nuernberg.de, Mo-Fr 9.30-19 h Sa 9.30-18 h

Ziegenhof Schober Marktstand Kobergerplatz, freitags, PLZ 90408

ERLANGEN (09131)

Bio Markt Buckenhof Gräfenberger Str. 30, PLZ 91054, ☎ 50 26 26

Bioland-Hofladen Mayer Kolpingweg 3, PLZ 91056, Tel./Fax: 99 17 45

Bioland-Hofladen Weller Alter Markt 1, PLZ 91056, ☎ 99 27 48, Fax: 99 42 32, Di-Fr 16.30-17.30 h, Sa 8.30-12.30 h

Calendula - Naturkost und viel mehr Heuweg 9 a, PLZ 91058, ☎ 77 19 71, Fax: 77 19 41

denn's bio Karl-Zucker-Str. 12, PLZ 91052, ☎ 9 31 21 56, Fax: 93 12 57, info@denns.de

ebl - Naturkost Hilpertstr. 23, PLZ 91052, ☎ 6 30 26 03, Fax: 6 30 26 04

Eva's Apfel Luitpoldstr. 18, PLZ 91052, Tel./Fax: 20 45 42, Mo-Fr 9-18.30, Sa 9-14 h

Käse & Co Naturkostmarkt Möhrendorfer Str. 1c, PLZ 91056, ☎ 48 12 49, Fax: 48 12 50, kaese-u-co@arcor.de

Mönau Apotheke u. Reformhaus Büchenbacher Anlage 15, PLZ 91056, ☎ 4 85 58, Fax: 4 89 48, moenau-apotheke@t-online.de

Reform Diäthaus Kolbe Marktplatz 5, PLZ 91054, ☎ 8 79 00, www.reformhaus-kolbe.de

Vier Jahreszeiten Hauptstr. 40, PLZ 91054, ☎ 97 97 16, Fax: 97 97 17, naturkost-vier-jahreszeiten@t-online.de, Mo-Fr 9-19, Sa 9-16 h

FÜRTH (0911)

ebl - Naturkost Schwabacher Str. 137, PLZ 90766, ☎ 73 00 82

SCHWABACH (09122)

Die Ähre Zöllnertorstr. 8, PLZ 91126, ☎ 1 55 20, Fax: 5354

ERLANGEN, NÜRNBERG/LAND

BioMarkt - Naturkost Forchheimer Str. 19, Baiersdorf, PLZ 91083, ☎ 09133/99 01, 6 06 98 10

Bio-Markt Lauf GmbH Simonshofer Str. 5, Lauf, PLZ 91207, ☎ 09123/8 49 05

ebl - Naturkost Am Festplatz 1, Heroldsberg, PLZ 90562, ☎ 0911/6 60 80 22

ebl - Naturkost Röthenbach a. d. Pegnitz, PLZ 90552

Frohnhofer Mühlen-Lädla Frohnhofmühle, Eckental, PLZ 90542, ☎ 09126/54 75, Fax: 09126/28 80 14, www.frohnhof-muehle.de

Mühlenladen der Minderleinsmühle Minderleinsmühle 1, Neunkirchen a. Br., PLZ 91077, Tel./Fax: 09126/2 96 10, www.minderleinsmuehle.de

Peter Rosenthal Handel mit Bioprodukten, Hertingsbergstr. 11, Oberasbach, PLZ 90522, Tel.: 0911/69 82 30, www.onlinehandel-bayern.de

ANSBACH/LAND

Bio Witt Unterrottmannsdorf 28, Lichtenau, PLZ 91586, Tel./Fax: 09827/92 34 99

FÜRTH/LAND

ebl - Naturkost Nürnberger Str. 29 a, Zirndorf, PLZ 90513, ☎ 0911/6 00 29 65

Reformhaus am Rathaus Am Rathaus 1, Oberasbach, PLZ 90522, ☎ 0911/69 73 67, Fax: 6 99 47 60, reformhaus-oberasbach@gmx.de

Walter's Landmarkt Nürnberger Str. 41, Cadolzburg, PLZ 90556, Tel./Fax: 09103/79 65 87, walters-landmarkt@t-online.de

ROTH/LAND

Bio-Markt im Wendencenter Richtwiese 4, Wendelstein, PLZ 90530, ☎ 09129/90 61 20, Fax: 90 61 40, webmaster@biomarkt-wendelstein.de

Lieferservice

Baumanns-Hof Öko-Lieferservice Egenhausen 54, Oberzenn, PLZ 91619, ☎ 09844/9 70 18 00, Fax: 9 68 97, www.baumannshof.de, Fr 9-18 h

Die Abokiste Landgut Schloss Hemhofen, PLZ 91334, ☎ 09195/83 81, Fax: 5 01 68, www.abokiste.de

GENIEßEN SIE!

FRISCHE SALATE,
FEINE SUPPEN
ERLESENE GERICHTE
SELBSTGEBACKENE KUCHEN,
EXCELLENTES ITALIENISCHES
EIS
IN BESTER
BIO-QUALITÄT

bei uns im


Muskat
RESTAURANT CAFÉ CATERING

ZERTIFIZIERTE
BIO-GASTRONOMIE

www.das-muskat.de

ERLANGEN HAUPTSTRAßE 4
TELEFON 974343

...natürlich genießen
...natürlich biologisch

polidori
phantastisch vegetarisch kochen

Katja Schilling
Kochkurse und Catering
in Bio- Qualität

www.phantastisch-vegetarisch.de

Aktuell Kochkurse zum Buch:



in der der Sadd & Dsufriedn-Reihe:
„Fränkisch Vegetarisch!
Was kammern denn da
überhabsd essn?“

Dieses Buch gibt die Antwort. Jede
Menge Rezepte, Bilder, Cartoons.
19,90 Euro ISBN 978-3-938374-13-9
Koberger & Kompany Verlag


Yechet Mad
Südstadt Crêperie

*echt bretonisch · biologisch
lecker*



Öffnungszeiten: Di – So 18.00–24.00 Uhr · Bio-Zertifizierung für alle Speisen und viele Getränke.

Südstadt Crêperie Yechet Mad · Anna Meyer · Tel.: 0911 443947 · Brosamerstr. 12 · 90459 Nürnberg

Waltraud Weber
**Ökologisch
gut**

Waltraud Weber's Wonne sind Früchte aus der Same



Lagerverkauf Diepersdorf
Mo-Fr. 10-13 Uhr oder tel.
anmelden

Waltraud Weber
Ökologisch gut GmbH
Industriestr. 41 91227 Diepersdorf
Tel 09120 183660
www.oekologisch-gut.de
trockenfruechte@waltraud-weber.de

Trockenfrüchte, Nusskerne,
Oliven, Öle, Knabberereien und
Spezialitäten aus Kontr.
ökof. Anbau

spezial



DIE GEMÜSEKISTE

Fam. Fischer
Langenloh 2 • 91580 Petersaurach
Tel. 09827-91123 • Fax -91124
www.die-gemuesekiste.de
die.gemuesekiste@t-online.de

Die Gemüsekiste Fischer Langenloh
2, Petersaurach, PLZ 91580, ☎ 09827/9
11 23, Fax: 9 11 24, [www.die-gemue-
sekiste.de](http://www.die-gemue-
sekiste.de), [die.gemuesekiste@t-onli-
ne.de](mailto:die.gemuesekiste@t-onli-
ne.de)

Hutzelhof, Die Ökokiste Weißenberg
55, Edelsfeld, PLZ 92265, ☎ 09665/9 50
15, Fax: 9 50 16, www.hutzelhof.de

Bjo Catering NÜRNBERG (0911)

**Bio-Catering Weiß f. Schulen &
KiTas** Gartenstr. 17, PLZ 90443,
☎ 9 77 29 42, Fax: 9 77 29 41,
www.biocatering-weiss.de

Bio Willi, Catering + Lieferservice
Felseckerstr. 8, PLZ 90489, ☎ 0700/
84 66 69 26, www.greencooking.de

Naturkostladen LOTOS Cateringservi-
ce für jeden Anlass, Hessestr. 4,
PLZ 90443, ☎ 26 61 80,
www.naturkostladen-lotos.de

Suppenlöffel, für Schulen und KiTas,
Helmstr. 22, PLZ 90419, ☎ 3 77 59 44,
www.suppen-loeffel.de

FÜRTH (0911)

phantastisch-vegetarisch Katja Schil-
ling, Kirchenweg 30, PLZ 90768,
☎ 6 60 38 32, [info@phantastisch-
vegetarisch.de](mailto:info@phantastisch-
vegetarisch.de)

Bäckereien NÜRNBERG (0911)

Hopffisterei GmbH
Pfannenschmiedgasse 22, PLZ 90402,
☎ 2 00 97 01,

Zentrale: 089/5 20 22 56
Hauptmarkt 10, PLZ 90403, ☎ 22 12 22
Kirchenweg 4, PLZ 90419, ☎ 39 79 14
Glogauer Str. 30-38, PLZ 90473,
☎ 8 17 78 65

Mögeldorf Hauptstr. 40, PLZ 90482,
☎ 54 67 52

Vollkornbackstube Imhof Dürrenhof-
str. 29, PLZ 90478, ☎ 46 45 95, Fax: 4
72 09 44, www.baekerei-imhof.de,
Mo-Fr 6.30-18 h, Sa 7-12.30 h

ERLANGEN (09131)

Schneider Bäcker GmbH Fürther Str.
46, PLZ 91058, ☎ 6 31 74

Isarstr. 17, PLZ 91052, ☎ 16 03 95

Langfeldstr. 29, PLZ 91058, ☎ 30 20 67

NÜRNBERG/LAND

Bio Vollwert Bäckerei Wehr Postweg
2 a, Stöckelsberg, PLZ 92348, ☎
09189/4 02 55, [www.habe-die-
aehre.de](http://www.habe-die-
aehre.de), Di, Do, Sa 8-18.30 h

ANSBACH/LAND

Biobäckerei Zandtmühle Zandtmühle
1, Lichtenau, PLZ 91586, ☎ 09827/64
19, Fax: 09827/92 58 58, [www.bio-
fischer.de](http://www.bio-
fischer.de)

Feinkost NÜRNBERG (0911)

chocolat Josephsplatz 26/28, PLZ
90403, ☎ 2 42 78 88, [www.chocolat-
nuernberg.de](http://www.chocolat-
nuernberg.de)

Il Nuraghe

Theresienplatz 7, PLZ 90403, ☎ 24 35
53, Fax: 2 02 93 03,
www.ilnuraghe.com, Mo-Fr 10-18 h,
Sa 10-16 h

delikatEssen Weinmarkt 14, PLZ
90403, ☎ 20 29 132, [www.delikatessen-
nuernberg.de](http://www.delikatessen-
nuernberg.de), Di-Fr 10-18.30 h,
Sa 10-17 h

Naturkosmetik NÜRNBERG (0911)

Aphrodite Naturkosmetik Lindengas-
se 42, PLZ 90419, ☎ 26 63 76, Fax: 26
63 76, [www.aphrodite-
naturkosmetik.de](http://www.aphrodite-
naturkosmetik.de), Mo-Fr 10-18.30 h,
Sa 10-14 h

CIARA Berckhauser Str. 28, PLZ 90409,
☎ 24 03 69 29

FÜRTH (0911)

Naturfrisör Fürth, Naturfrisör und
Naturkosmetik, Königstraße 38, PLZ
90762, ☎ 393 83 11, [www.naturfrisour-
fuerth.de](http://www.naturfrisour-
fuerth.de)

Kleidung

Edith Brendl, Dinkelschule, Wolle &
Textiles, Geißbachstr. 13, Kammerstein,
PLZ 91126, ☎ 09122/80 95 33, Fax: 80
95 32

GEA Nürnberg Burgstr. 7, PLZ 90403,
☎ 0911/2 02 93 15, Fax: 0911/2 02 93
21, winfried@gea-nuernberg.de

glore Karl-Grillenberger-Str. 24, PLZ
90402, ☎ 0911/8 91 59 55, [www.
glore.de](http://www.
glore.de), Mo-Sa 11-19.30 h

Natural Outfitters, Claudia Meyer
(Verkauf auf Anfrage) Talstr. 2,
Wendelstein, PLZ 90530, ☎ 09129/22
37, Mobil: 0160/5 31 55 54, Fax:
09129/10 42, www.naturaloutfitters.de

Schuhmanufaktur Schmidt Gewerbe-
ring 34, Roßtal, PLZ 90574, ☎ 09127/
57 92 26, [www.Schuhmanufaktur-
Schmidt.de](http://www.Schuhmanufaktur-
Schmidt.de)

**Gudrun Sjöden GmbH, Gudrun
Sjödens Konzeptladen Nürnberg**
Josephplatz 1/Ecke Kaiserstraße, PLZ
90403, www.gudrunsjoden.de, Mo-Fr
10-19 h, Sa 10-18 h

**Gudrun Sjöden GmbH, Gudrun
Sjödens Outlet Zirndorf** Fürther
Straße 33, Zirndorf, PLZ 90513,
www.gudrunsjoden.de

Brauereien

Brauerei Enzensteiner Enzenreuth 8,
Schneittach, PLZ 91220, ☎ 09153/46
37, Fax: 92 47 34, www.enzensteiner.de

Klosterbrauerei Weißenhohe Kloster-
str. 20, PLZ 91367, ☎ 09192/5 91, Fax:
80 52

Neumarkter Lammsbräu Amberg
Str. 1, Neumarkt, PLZ 92318, ☎
09181/4 04-0, Fax: 09181/4 04-49,
www.lammsbraeu.de

Riedenburg Brauhaus Hamerweg 5,
Riedenburg, PLZ 93339, ☎ 09442/9 91
60, Fax: 9 91 61 00, [www.riedenbur-
ger.de](http://www.riedenbur-
ger.de)

Wein NÜRNBERG (0911)

Polidori-Weine Denisstr. 40, PLZ
90429, ☎ 26 29 46

Weinhandlung Behringer Denisstr.
54, PLZ 90429, ☎ 3 65 93 40, [wein-
handlung.behringer@t-online.de](mailto:wein-
handlung.behringer@t-online.de)

NÜRNBERG/LAND

Öko Wein Kontor e.K. Pyras 27,
Thalmassing, PLZ 91177, ☎ 09174/
7 31, www.oekoweinkontor.de

Versand- + Großhändler

Grüner Tiger Pfarrackerstr. 13, Obe-
rasbach, PLZ 90522, ☎ 0911/69 84 30,
info@gruenertiger.de

Roy's Naturkost Großmarkt Leyher-
str. 107, PLZ 90431, ☎ 0911/7 65 82
20, Fax: 9 97 61 04, [www.roys-natur-
kost.de](http://www.roys-natur-
kost.de)

Zaich & Woar GmbH Lübener Str. 13,
PLZ 90471, ☎ 0911/98 99 60, Fax: 9 89
96 99, zaich@t-online.de

Waltraud Weber, ökologisch gut GmbH Industriestr. 41, Diepersdorf, PLZ 91227, ☎ 09120/18 36 60, Fax: 18 39 960, www.oekologisch-gut.de

Reisen NÜRNBERG (0911)

ReNatour Brunner Hauptstr. 2 a, PLZ 90475, ☎ 89 07 04, Fax: 89 07 79, www.renatour.de

oeko plus reisen

besser reisen. besser leben.

Reisebüro am Maxfeld
Bayreuther Strasse 26
90489 Nürnberg

Tel. (0911) 539 85 90
www.oekoplusreisen.de

oekoplusreisen – besser reisen
Bayreuther Str. 26, PLZ 90489,
☎ 539 85 90, Fax: 598 40 33,
www.oekoplusreisen.de

NÜRNBERG/LAND

BUND Naturschutz Service GmbH
Eckertstr. 2, Lauf a.d. P., PLZ 91207,
☎ 09123/99 95 70, Fax: 9 99 57 99,
www.service.bund-naturschutz.de

Naturschutzjugend im LBV Eisvogel-
weg 1, Hilpoltstein, PLZ 91161,
☎ 09174/47 75-81, Fax: 47 75 75,
www.naju-bayern.de, Mo-Fr 9-16 h

Restaurants NÜRNBERG (0911)

A Tavola! Theresienplatz 7, PLZ 90403,
☎ 33 76 87, Mo-Sa 11-22 h

Crêperie Yechet Mad Brosamerstr.
12, PLZ 90459, ☎ 44 39 47, Di-So 18-
24 h

Gasthaus + Romantikhôtel Rottner
Winterstr. 15, PLZ 90431, ☎ 61 20 32,
Fax: 61 37 59, www.rottnher-hotel.de,
Mo-Fr 12-22 h, Sa 18-22 h, So 12-14 h

Lotos – Café/Restaurant Hessestr. 4,
PLZ 90443, ☎ 26 61 80, Fax: 2 77 97 77

Lotos – Vegetarischer Imbiss Un-
schlittplatz 1, PLZ 90403, ☎ 24 35 98,
Fax: 2 41 93 48

Restaurant Lorenz Lorenzer Platz 23,
PLZ 90402, ☎ 2 05 93 90, www.restau-
rant-lorenz.de, lorenz@hattenbach-
gastronomie.de, Mo-Sa 8.30-1 h, So
10-19 h, Feiertage 10-24 h

Restaurant Wonka Johannisstr. 38,
PLZ 90419, ☎ 39 62 15, Di-Fr 12-13.30
h u. Di-Sa 18.30-22 h

Wirtshaus Frankenstube Pilotstr. 73,
PLZ 90408, ☎ 35 11 07, Fax: 3 66 99 57,
www.frankenstube.de, tägl. 11.30-1 h

Zeitlos Burgstr. 1-3, PLZ 90403, ☎ 2
14 25 91, www.zeitlos-im-eckstein.de,
10-14.30 h Bio-Brunch am Sonntag

Cafe-Restaurant Literaturhaus
Luitpoldstr. 6, PLZ 90402, ☎ 2 34 26
58, www.literaturhaus-nuernberg.de,
Mo-Sa 9-24 h So 9-22 h

FÜRTH (0911)

Holmbecks Schwabacher Str. 262, PLZ
90763, ☎ 9 71 28 88, www.holmbecks-
restaurant.de, Mo-Fr 11-14.30, 17-23
h, Sa 17-23 Uhr, So Ruhetag

ERLANGEN (09131)

Café-Restaurant Muskat Hauptstr.
41, PLZ 91054, Tel. 97 43 43, Fax: 97 43
35, Mo/Di 9-20 h, Mi-Sa 9-24 h, So 10-
24 h

NÜRNBERG/LAND

Gasthaus Roter Ochse Hauptstr. 57,
Rückersdorf, PLZ 90607, ☎ 0911/5 75
57 50, Fax: 5 75 57 51, www.rotter-
ochse.de, Do-Mo 11-14.30 h u. 17-1 h
(w. Küche 11.30-14 h u. 17.30-22.30 h)

Biohotel



Biohotel zum Bären Fr. Prümen, Hr.
Paweletz, Hofbronnengasse 9 + 7,
Rothenburg o.d.T., PLZ 91541,
☎ 09861/93 80 10, www.biohotel-
zum-baeren.de, info@biohotel-zum-
baeren.de

Bauen & Wohnen

GEA Nürnberg Burgstr. 7, PLZ 90403,
☎ 0911/2 02 93 15, Fax: 2 02 93 21,
winfried@gea-nuernberg.de

Kompetenz in Stuck Eberied 20 b,
Allersberg, PLZ 90584, ☎ 09179/9 06
90, mobil 015112627840, Fax: 09179/9
06 91, www.kompetenz-in-stuck.de

Natürlich-Baubio-Logisch GmbH
Feuchter Straße 19, Wendelstein, PLZ
90530, ☎ 09129/29 44 63, Fax: 29 44
62, www.natuerlich-baubiologisch.de

Möbel und Schreinereien

**Chandon Naturholz-Möbel-Schrei-
nerei** Sportplatzstr. 10, Petersau-
rach/Großhaslach, PLZ 91580, ☎
09872/79 51, Fax: 14 60, www.felix-
chandon.de, chandon@t-online.de

**Die Möbelmacher GmbH – Möbel
aus heimischem Holz** Unterkrumbach
39, Kirchensittenbach, PLZ 91241, ☎
09151/86 29 99, www.die-moebelma-
cher.de

Finanzen

Umweltbank Laufertorgraben 6, PLZ
90489, ☎ 53 08-123, Fax: 53 08 129,
www.umweltbank.de

Energie

Naturstrom AG Äußere Nürnberger
Str. 1, Forchheim, PLZ 91301, ☎
09191/62 56 50, Fax: 6 25 65 55,
www.naturstrom.de

Vereine NÜRNBERG (0911)

BIO Verbraucher e.V.
Rieterstraße 20
90419 Nürnberg
Tel: 0911 - 30 73 58 90
Fax: 0911 - 39 75 38
info@bio-verbraucher.de
www.bio-verbraucher.de

Bio-Verbraucher e.V. Rieterstr. 20,
PLZ 90419, ☎ 30 73 58 90, Fax: 39 75
38, www.bio-verbraucher.de

NÜRNBERG/LAND

**DHB Nürnberg e.V. Netzwerk Haus-
halt und Bildung** Bogenstr. 12, Burgt-
hann, PLZ 90559, ☎ 09183/95155, Fax:
95156, doris.niemeyer@t-online.de

Demeter Verbraucher Nürnberg e.V.
Fasanenring 6, Rückersdorf, PLZ 90607,
☎ 0911/57 55 778

NATURAL OUTFITTERS
Gute Mode aus Natur
für Frauen mit Anspruch
modisch · ökologisch · fair
Termine nach Vereinbarung

*schlicht · elegant · zeitgemäß · weiblich · lässig · trendig · exquisit ·
anspruchsvoll · ökologisch · zeitlos · schön · fair gehandelt ·
poetisch · verleiht · geistreich · modern · lebendig · angenehm*

Claudia Meyer
Talstraße 2a · 90530 Wendelstein-Sorg
Tel.: 09129 - 22 37 · Mobil: 0160 - 531 55 54
www.naturalouffitters.de
kontakt@naturalouffitters.de

Imhof
die Vollkorn
Bäckerei

Bioland
VOLLKORNBÄCKEREI

www.baeckerei-imhof.de

Dürrenhofstr. 29 • 90478 Nürnberg • 0911 / 46 45 95

GENUSSVOLLES
von Avocadoöl bis Zwiebelkonfitüre

delikatEssen
feine Delikatessen und erlesene Gewürze

Weinmarkt 14 • 90403 Nürnberg • www.delikatessen-nuernberg.de