NEWSLETTER 3/2014

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Wir freuen uns, Ihnen den Newsletter 3/14 unseres Projektes „Natur genéissen – Mir iesse regional, bio a fair" präsentieren zu dürfen! Mit unserem Newsletter informieren wir Sie regelmäßig über aktuelle Fortschritte, Neuigkeiten und Veranstaltungen im „Natur genéissen"-Projekt.

Meet the producers

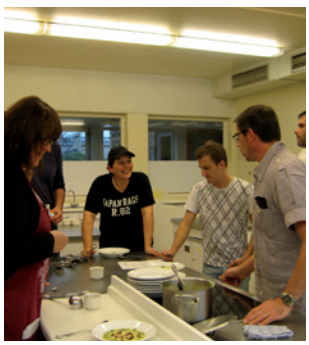
Unter dem Motto „Meet the producers" fand am 23. Oktober 2014 das Austauschforum der regionalen Qualitätsproduzenten und der Verantwortlichen der Kindertagesstätten statt. Nach einer Vorstellungsrunde der 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden die Betriebe der Landwirte und Gemüseproduzenten sowie die Organisation in den Kindertagesstätten präsentiert. In einer dynamischen Runde konnten sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der „Maisons Relais" direkt mit den Produzenten austauschen und sich über die Produkte und Lieferbedingungen informieren. Die Veranstaltung war für alle Beteiligten ein schöner Erfolg, an den wir gerne anknüpfen wollen.

In den folgenden Newslettern stellen wir Ihnen die Betriebe der regionalen Qualitätsproduzenten und ihre Produktpalette vor. Seien Sie gespannt!

Koch-Workshops

18 interessierte Köchinnen und Köche haben am 8. und 16. Oktober 2014 an den Koch-Workshops für das Küchenpersonal der „Maisons Relais" teilgenommen. Sie konnten acht unterschiedliche Gerichte mit regionalen, biologischen, saisonalen

und vegetarischen Produkten kochen. Verwendet wurde natürlich Gemüse von unseren regionalen Qualitätsproduzenten. Geleitet wurden die Kurse auch in diesem Jahr wieder von Liz Mersch (Ernährungsberaterin) und Lydie Muller-Philippy (Autorin vegetarischer Kochbücher). Sie haben die Gerichte auf die Bedürfnisse der gesunden Kinderernährung abgestimmt. Die Köchinnen und Köche erhielten wertvolle Tipps für die Verwendung regionaler, saisonaler und biologischer Lebensmittel. Auch wurden die regionalen Qualitätsproduzenten des „Natur genéissen"-Projektes und deren Produkte als Bezugsquelle für regionale Produkte vorgestellt, was besonders gut ankam.



Ausarbeiten von Muster-Lastenheften

Ein weiterer Arbeitsbereich des Projekts ist die Ausarbeitung von Textbausteinen für die Lastenhefte der Gemeinden. Diese sollen sowohl den Gemeinden, die mit Personal eines Subunternehmers in eigenen Küchen arbeiten, als auch den Gemeinden, die von Großküchen direkt beliefert werden, als Richtlinien zur Verfügung stehen. Dazu werden derzeit entsprechende Textvorschläge zu den Themen „regionale, biologisch und fair gehandelte Produkte“ ausgearbeitet.

Verleihung des „BIO-Agrar-Präis 2014“ an einen unserer regionalen Qualitätsproduzenten

Der Bio-Hof von Marc Emering, einer unserer regionalen Qualitätsproduzenten, bekam für seine Nudel- und Geflügelproduktion den „BIO-Agrar-Präis 2014“ verliehen. In Rahmen der Hofbesichtigung von Umweltministerin Carole Dieschbourg und Landwirtschaftsminister Fernand Etgen, wurde auch auf das „Natur genéissen“-Projekt hingewiesen. Die „Maisons Relais“ Mamer bezieht bereits Produkte vom „Bio-Haff an Dudel“.

Kooperation mit Fairtrade Lëtzebuerg

Bereits im Newsletter 01/14 haben wir über das Sozial-Siegel Fairtrade berichtet. Da ein Ziel des „Natur genéissen“-Projektes die Förderung von Fairtrade-Produkten in den Kindertagesstätten ist, ist uns die Zusammenarbeit mit Fairtrade Lëtzebuerg sehr wichtig. In einem kürzlich stattgefundenen Gespräch zwischen Fairtrade Lëtzebuerg und SICONA-Ouest wurden erste gemeinsame Vorhaben wie Schulungen zum fairen Handel in den „Maisons Relais“ für das kommende Jahr festgehalten.

Allgemeine Informationen und Ansprechpartner

Newsletter abonnieren

Sie können unseren Newsletter kostenfrei abonnieren, indem Sie uns einfach eine kurze E-Mail mit „Newsletter-Natur genéissen bestellen“ an administration@sicona.lu schicken oder ihn unter der Telefonnummer 26 30 36 - 25 bestellen. Möchten Sie den Newsletter abbestellen, genügt eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter-Natur genéissen abbestellen“.

Ansprechpartner

SICONA-Ouest und SICONA-Centre
Dr. Simone Schneider
Tel.: 26 30 36 - 33
simone.schneider@sicona.lu
www.sicona.lu

Oekozenter Pafendall
Katrin Huesken (Umweltberaterin)
katrin.huesken@oeko.lu
Tel.: 43 90 30 - 44
www.oekozenter.lu

Rezeptserie „Hmhm - ist das lecker!“

Unter diesem Motto präsentieren wir Ihnen wieder ein Rezept für ein leckeres Gericht. Mal etwas Saisonales oder Vegetarisches, mal ein Gericht mit biologischen, regionalen oder fair gehandelten Produkten, immer wieder gute Ideen zum Nachkochen oder Nachbacken. Guten Appetit!

Rezept von Lydie Muller-Philippy
(Autorin vegetarischer Kochbücher)

Grünkern-Burger

begleitet von Kräuterquark (ovo-lacto-vegetarisch)

Zutaten für etwa 8 Burger:

- 150 g feiner Grünkernschrot
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- etwa 0,2 l Wasser
- ½ Esslöffel gekörnte Gemüsebrühe
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 70 g feine Haferflocken
- 40 g Weizenvollkornmehl
- 2 Eier
- Kräutersalz
- Muskatnuss
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 Esslöffel Shoyu

Tipp

Um vegane Burger herzustellen, ersetzt man die Eier und das Weizenvollkornmehl durch 50 g Sojamehl und 2 Esslöffel Wasser.

Für die Soße:

- 125 g Magerquark
- 1 Esslöffel Sahne
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 2 Esslöffel gemischte, frische Kräuter, wie Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Oregano, Thymian
- Kräutersalz
- frisch gemahlener weisser Pfeffer
- 1 Teelöffel Shoyu

Außerdem:

- ein Brötchen oder 2 Scheiben Brot für jeden Burger
- zum Belegen, je nach Wunsch: Tomate, Gewürzgurke, Zwiebel, Blattsalat ...

Zubereitung:

1. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen. Vom Knoblauch den Keim entfernen, dann die Zwiebel mit dem Knoblauch feinhacken.
2. Das Wasser zum Kochen bringen und die gekörnte Gemüsebrühe hineingeben.
3. Das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch darin andünsten. Den Grünkernschrot dazugeben, kurz mitrösten und mit der heißen Gemüsebrühe angießen. Das Ganze drei Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen, dann auf der ausgeschalteten Herdplatte ausquellen lassen.
4. Die Haferflocken, das Vollkornmehl und die Eier unter den etwas ausgekühlten Grünkernschrot geben.
5. Alles gut vermengen und mit Kräutersalz, Muskat, frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und Shoyu kräftig würzen.
6. Für die Soße den Magerquark mit der Sahne, dem Zitronensaft und den frisch gehackten Kräutern vermischen. Das Ganze mit Kräutersalz, frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und Shoyu abschmecken.
7. Die Grünkern-Burger in heißem Olivenöl von beiden Seiten braun braten.
8. Ein Brötchen in der Mitte durchschneiden. Beide Seiten dick mit dem Kräuterquark bestreichen. Auf die untere Hälfte einen Grünkern-Burger geben und je nach Wunsch mit z.B. Tomate, Gewürzgurke, Zwiebel, Blattsalat ... belegen und mit der anderen Brötchenhälfte zudecken sofort servieren.