KUNDENBRIEF **KW12**

22.03.- 26.03.2021

bio mitter ...bringt's

Ei, Ei, Ei, ... was hoppelt da im Gras ? Es ist der Osterhas .....

Ostern bei der Biomitter-Kiste

OSTERFLEISCH-VORBESTELLUNG min. 6 Werktage vor Liefertag

Erhältlich nur solange der Vorrat reicht!

In unserem Onlineshop finden Sie noch einige Produkte für ein gelundenes Osterfest oder rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Haben Sie schon einmal von GREENWASHING gehört?

Ich muss ehrlich gestehen, ich nicht, habe das nur gelesen und mich nun schlau gemacht, was das bedeutet und siehe da, einige meiner Fragen, die ich mir immer schon gestellt habe, wurden nun mit einem schlag beantwortet.

Greenwashing oder Greenwash ist eine kritische Bezeichnung für PR-Methoden, die darauf zielen, einem Unternehmen in der Öffentlichkeit ein umweltfreundliches und verantwortungsbewusstes Image zu verleihen, ohne dass es dafür eine hinreichende Grundlage gibt (Wikipedia).

Große Konzerne versuchen mittels Werbekampagnen und PR-Aktionen ihre Produkte oder sich selbst besonders umweltfreundlich und verantwortungsvoll erscheinen zu lassen, obwohl sie nicht oder kaum nach entsprechenden ökologischen und sozialen Standards handeln. Oft versuchen diese Großunternehmen konventionellen Produkten ein BIO-Image zu verleihen oder verkaufen des lieben Geldes Willen industriell produzierte Bio-Produkte zu Dumpingpreisen. Produziert ein Bauer nicht billig genug, wird er ersetzt. „Wachse oder weiche“ ist hier oft das Motto.

All das hat mit dem Bio-Gedanken nicht viel zu tun. Es gibt so viele bäuerliche Betriebe die ehrlich und mit viel Mühe und Handarbeit ihre Bio-Produkte erzeugen und versuchen, diese Produkte zu einem fairen Preis zu verkaufen. In diesen Produkten steckt so viel persönliche überzeugung, Engagement und Hingabe. Diese Bio-Bauern sorgen nicht nur für beste Bio-Qualität, sondern schauen auch aufs Tierwohl, sorgen für die Erhaltung kleiner bäuerlicher Strukturen, für ehrliche heimische Wertschöpfung und Überschaubarkeit.

Wenn ich unseren Nachbarbauern von seinen Apfelbäumen schwärmen höre, dass sie heuer wieder besonders schöne und wohlschmeckende Äpfel tragen oder der Eierbauer über den riesigen Wintergarten als Auslauf für seine Hühner im Winter erzählt, das freut mich und da kann man auch die Freude über sein Tun beim Erzeuger erkennen.

Wenn ich dann im Radio höre, zu welchen Preisen die großen Konzerne die Bioprodukte anbieten frage ich mich als Einkäuferin „wie machen die das“ und wovon lebt der Bauer? Und nun habe ich die Antwort - Greenwashing ! Vielleicht lässt auch Sie das aufhorchen.

Danke fürs „zuhören und lesen“
Ihre Sabine Mitter

In eigener Sache ....

Wir suchen Verstärkung im Büro.

Für die kompetente und freundliche Betreuung unserer Kunden und allgemeine Bürobeiten suchen wir eine nette Teilzeit-Mitarbeiterin für ca. 25 Wochenstunden. Sind Sie interessiert oder kennen Sie jemanden, der gerne bei uns arbeiten würde, dann los ..... Wir freuen uns über jede Bewerbung die bei uns per Mail oder Post eingeht.

2384 Breitenfurt | Tel.: 02239 34 281 | Fax: 02239 34 281 4 | office@biomitter.at | onlineshop: **biomitter.at**

Sauerkrautgratin mit Nudeln

Zutaten für 5 Personen: 500 g Bandnudeln gekocht, 1 Zwiebel gewürfelt, 1 Knoblauchzehe, 1 EL Butter, 100 g geräucheter Schinken in Würfeln, 200 g Kochschinken, 500 g Sauerkraut, 200 g Parmesan, gerieben, 1 Be. Sahne
ZUBEREITUNG: Nudeln al dente kochen und abgießen. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein würfeln und zusammen mit dem gewürfelten Schinken in Butter anbraten, den gewürfelten Kochschinken dazugeben, das Sauerkraut ebenfalls und kurz dünsten. Den Parmesankäse reiben. Das Sauerkraut, Nudeln und Käse schichtweise in eine Auflaufform geben und die Sahne darüber gießen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 30 Min. überbacken.

Cremige Kürbis-Gnocchi

Zutaten für 4 Personen: 1 kg Butternusskürbis, 400 g Sahne 800 g Gnocchi, 200g Zucchini, 1 Zwiebel, etwas Parmesan, 2 TL Gemüsebrühe instant, 1 Schuss Weißwein, Muskatnuss, Parmesan, Basilikum zum Garnieren, Salz und Pfeffer, 3 EL Olivenöl
ZUBEREITUNG: Den Kürbis schälen, entkernen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken. Zucchini waschen und klein schneiden. Kürbis und Zwiebel in einer großen Pfanne in Olivenöl ca. 5 Min. anbraten. Mit einem guten Schuss Weißwein ablöschen und darin dünsten. Nach 3 Min.die Zucchini dazugeben und weiter kochen lassen, bis der Weißwein eingekocht ist. Sahne dazugeben, mit 2 TL Gemüsebrühe-Pulver, Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen und noch einmal 3 - 4 Minuten köcheln lassen. Fertige Gnocchi dazugeben und 2 - 3 Min. mitkochen lassen, so dass die Sauce eindickt. Mit Parmesan und etwas Basilikum anrichten.

Sellerie mit Pecorinokruste

Zutaten für 2 Personen: 1 Sellerieknolle, Salz, Saft einer ½ Zitrone, 2 Eier, etwas Milch, Pfeffer, Muskat, 200 g geriebenen Pecorino, Rapsöl zum Braten
ZUBEREITUNG: Sellerie schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zitronensaft und etwas Salz ins Wasser geben und den Sellerie ca. 5 Min. blanchieren. Danach abschrecken und abtropfen lassen. Eigelb und Milch verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Den Sellerie in die Eimilch tauchen, in Parmesan wälzen und in reichlich Rapsöl goldgelb braten. Auf Küchentuch abtropfen lassen.

Fenchel-Zitronen-Risotto

Zutaten für 4 Portionen: 200 g Risottoreis, 500g Fenchelknolle, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 150 ml Weißwein, 0,7 l Gemüsebrühe, 2 EL Olivenöl, 1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und Saft davon, 2 EL Kapern, Basilikum frisch nach Belieben, Salz und Pfeffer, wer mag Parmesan
ZUBEREITUNG: Zwiebel und Fenchel in kleine Würfel schneiden. Dabei das Fenchelgrün für später aufheben. Beides zusammen im Olivenöl etwas anbraten, Risottoreis dazugegben, bis er glasig ist. Mit dem Weißwein ablöschen und den Wein einkochen lassen. Den gepressten oder ganz klein geschnittenen Knoblauch dazugeben. Gemüsebrühe in kleinen Portionen dazugießen und unter Rühren einkochen lassen, dann wieder Brühe und wieder rührend einkochen lassen. Wenn etwa die Hälfte Gemüsebrühe verbraucht ist, kommen die Kapern dazu. Wenn der Reis gar ist und die gesamte Brühe aufgenommen hat den Abrieb der Zitrone, Fenchelgrün und Basilikum untermengen. Abschmecken mit Pfeffer, Zitronensaft und ggf. etwas Salz und wer mag, geriebenen Parmesan untermischen. Garnieren mit Fenchelgrün.

Brokkoli frittiert

Zutaten für 2 Personen: 400g Brokkoliröschen, Frittieröl, **Für den Teig:** 100 g Weizenmehl, 3 EL Pecorino fein gerieben 1 TL, gestr. Hühnerbrühepulver, Pfeffer,1 Ei, 80 g Weißwein,2 EL Sherry, trockener
ZUBEREITUNG: Die Teig-Zutaten zu einem glatten, geschmeidigen Teig verarbeiten und ca. 30 Min. abgedeckt ruhen lassen. Den Brokkoli putzen und vom Rande her die Röschen mit 2 – 3 cm Stiel abtrennen. Die Röschen in kochendem Salzwasser ca. 2 Min,.blanchieren und kalt abschrecken und abtropfen lassen. Frittieröl in einem Wok oder einer Fritteuse auf 190 Grad erhitzen. Mit einer Gabel die Röschen durch den Teig ziehen und ins Öl gleiten lassen. Nur wenige Röschen sollten gleichzeitig im Öl sein, da sie sonst dazu neigen, zu verkleben. Die Röschen knusprig hellbraun frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen, mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen, auf die Salatblätter geben, sofort servieren und warm genießen.

Liefertagverschiebung
in der KW14 (nach Ostern)

Ostermontag, 05.04.2021 ist ein Feiertag, deshalb verschieben sich in dieser Woche ALLE LIEFERUNGEN auf den FOLGETAG!