

Marktlese

für regionale Wertschätzer &
kulinarische Weltenbummler

Divestment.
Spätsommergarten.
BURRATA.
Weißmehlpioniere.

14 | August 2015



Italien am Neckar

Liebe Kundinnen und Kunden,

die erste große Reisewelle am Anfang der Sommerferien liegt schon hinter uns und in den nächsten sechs Wochen ist es ein ständiges Kommen und Gehen. Die einen verabschieden sich und die Rückkehrer tröpfeln nach und nach und braungebrannt wieder ein. Für alle Garten-und Balkonbesitzer haben wir in dieser Ausgabe Gartentipps für die Urlaubstage daheim. Und wenn's Ihnen bei der Arbeit zu warm wird und Sie lieber einen leckeren Kuchen unterm Walnussbaum essen wollen, dann kommt der vielleicht vom Bioland-Bäcker Berger aus Reutlingen. Welche Rolle Weißmehl in der jetzt schon 22-jährigen Zusammenarbeit mit der Familie Berger spielt, können Sie in dieser Ausgabe lesen. Allen, bei denen Anfang August mit dem Wort „Grillabend“ nicht mehr nur positive Assoziationen ausgelöst werden, empfehlen wir, unseren vegetarischen Rezeptvorschlag auszuprobieren. Und wer an den Gestaden des Neckars von Bella Apulien träumt, dem könnte unsere Burrata-Begeisterung weiterhelfen, eine auch im Mitarbeiterkreis des Marktladens äußerst beliebte apulische Spezialität. Kombiniert mit den schmackhaftesten Tomaten des Jahres von unseren regionalen Bioland-Gärtnern.

Viel Spaß beim Probieren und viel Spaß beim Lesen. Und natürlich erholsame Urlaubswochen!

Wir bleiben offen für Sie – den ganzen Sommer!

*Christina Schneider
Nikola Schneider*

Termine

30.07. – 08.08. IM PFLEGHOF

SOMMERNACHTSKINO

Tolle Gelegenheit, verpasste Filme doch noch zu sehen (oder gemochte Filme noch mal):

Zehn Tage (Arthaus-)Kino, Komödien und europäische Filme unter freiem Himmel. „Hin und weg“, „Still Alice“, „Birdman“, „Victoria“ u.a. Dazu jeden Abend Kurzfilme. Ciné-Bar mit Blick auf die Mühlstraße. Filmbeginn ca. 21:30 Uhr.

 www.sommernachtskino.de/Programm.html

01.08. – 10.08. TÜBINGEN

VIELKLANGSOMMER 2015

Zum dritten Mal veranstalten der Tübinger Felix Thiedemann und sein Team Anfang August klassische Konzerte und Meisterkurse. „Klassische Musik entsteht in dem Augenblick, in dem sie passiert. Das ist ein einziger großer Gefühlsbogen, den die Zuhörer aktiv mitempfinden können.“ Neben den Meisterkursen, die sich an Musikstudenten und Alumni richten, gibt es dieses Jahr wieder ein Chorprojekt für Laien.

 www.vielklang.org/index.php/15vks-start.html

21.08. 20:00 UHR, SUDHAUS

SUDHAUS OPEN AIR: SEA + AIR - „EVROPI“

Album-Release-Konzert des „Stuttgarter Herzensduos“ (DIE ZEIT). Sea + Air, das sind: eine griechische Folkloretänzerin, die als Kind heimlich singen musste, und ein deutscher Komponist, der keine Noten lesen kann. Jeder spielt bis zu fünf Instrumente gleichzeitig, wodurch der orchestrale Klang des Albums auf erstaunliche Weise reproduziert wird.

 www.sudhaus-tuebingen.de/aktuell/15442.php

Anfang August steht mein Garten immer in voller Pracht: Üppiger Sommerflor, das kräftige Grün der Sträucher und der abendliche mediterrane Sehnsuchtsduft der blühenden Kräuter lassen mich in unserer kleinen Oase hinter dem Haus schwelgen. Dazu beginnt die Ernte unserer Fruchtgemüse, wie Tomaten, Auberginen und grüne Paprika. Eigentlich sollte alles eine ganze Weile so bleiben. Oder zumindest so lange, bis wir aus unserem Sommerurlaub zurückkehren. Doch der Wandel vom Sommergarten zum Herbstgarten kann einen manchmal schnell und hart treffen: Große Hitze lässt die Blütenpracht verbrennen und die Kräuter tragen mit ihren abgestorbenen Blütenständen nicht zum Flair für einen verlängerten Spätsommer bei. Man muss schon fast ein geschulter Staudengärtner sein, damit sich die entstandenen Löcher im Garten automatisch mit Herbststauden füllen. Also was tun? Und vor allem: Was tun, damit der Garten möglichst wenig unter meiner Urlaubsabwesenheit leidet?

Als eingefleischter Bio-Gärtner denke ich immer vom Boden her: Ist der Boden in der Lage, noch bis in den Herbst hinein den Pflanzenwurzeln und dem Bodenleben ausreichend Nahrung, Feuchte, Sauerstoff zur Verfügung zu stellen? Deshalb beuge ich vor: Ich hacke alle freien Stellen in den Beeten durch und mulche sie mit Rasenschnitt. Dann wird nochmals gedüngt: Mit flüssigen oder festen organischen Düngern. Am besten mit solchen, die nicht nur die nötigen Nährstoffe in den Boden oder auf die Pflanze bringen, sondern auch gleichzeitig das Bodenleben aktivieren. Pflanzen mit einem gesunden Wurzelraum sind ungemein widerstandsfähiger gegen Krankheiten und Schädlinge. Und jetzt noch der Rückschnitt einiger Kräuterstauden: Zum Beispiel Rucola, Melisse, Salbei, Schnittlauch, Sauerampfer, Oregano und Thymian. So wird ein erneuter Austrieb angeregt, der mir im Herbst frisches Grün und die eine oder andere zusätzliche Kräuterernte in Aussicht stellt.

– ANDREAS MÜLLER



PRODUKTIPP:
AMN Powerdünger
7-2-3



Andreas' Gartentipps: **PÄT- OMMER- ARTEN**

Divestment

„Eine der wenigen guten Antworten auf die Erderwärmung“

Nach der IT-Blase (New Economy) und der Immobilienblase kommt jetzt also die Carbon Bubble, die Kohlenstoff-Blase. Sie entsteht aus der Unvereinbarkeit des auf dem Kopenhagener Klimagipfel 2009 vereinbarten und im jüngsten G7-Gipfel bestätigten 2°C-Klimazieles sowie der Ausbeutung der momentanen weltweiten Reserven von Erdöl, Erdgas und Kohle.

Warum uns das interessieren sollte?

Der Sachverhalt in Kürze:

Der Wert der momentan bekannten fossilen Energiereserven wird auf ca. 27 Billionen US-Dollar geschätzt. Diese Reserven enthalten die unvorstellbare Menge von 2.795 Gt CO₂. (1 Gt = 1.000.000.000 t). Um das Klimaziel 2°C zu erreichen, wird davon ausgegangen, dass eine Gesamtfreisetzung an CO₂ von 565 Mrd. Tonnen durch uns Menschen nicht



überschritten werden darf. Daraus folgt, dass 80 % der bekannten Rohstoffreserven weder gefördert noch verbrannt werden dürfen. Dies würde aber den Wert von Unternehmen und Volkswirtschaften, die von der Ausbeutung dieser Reserven profitieren, drastisch reduzieren.

Um von der Größe der möglichen Kohlenstoff-Blase einen Eindruck zu bekommen, hier noch zwei Zahlen: 7 der 10 weltweit größten Unternehmen sind im Bereich Öl und Gas tätig. Insgesamt sind Vorkommen mit einem potentiellen CO₂-Aufkommen von 745 Gt bereits im Besitz der 100 führenden Firmen der Branche. Dies bedeutet, dass schon viele Milliarden Dollar in den Kauf und die Erschließung von fossilen Brennstoffen von Firmen investiert wurden und immer noch werden.

Deren Firmenwert ist substanziell abhängig von der Erschließung und dem Verkauf eben dieser Rohstoffvorkommen. Wenn aber ein erheblicher Teil dieser Vorkommen aus Klimaschutzgründen nie verbrannt werden darf, haben die Firmen ein Problem, und ganz besonders diejenigen, die ihr Geld bei ihnen angelegt haben. Und genau hier setzt die Divestment-Kampagne an.





Es geht um den gezielten Abzug von Kapital aus Firmen, die zu den Mitverursachern des Klimawandels gehören. Mittlerweile wird diese Kampagne „eine der wenigen guten Antworten auf die Erderwärmung“ genannt (SZ vom 29. Mai 2015). Andernorts heißt es, „die Divestment-Bewegung [mache sich] die kapitalistische Logik der Gegner zunutze“ (Die Zeit vom 13. Mai 2015). Schätzungen zufolge werden in den kommenden 15 Jahren weltweit 70 Billionen Euro in Infrastrukturmaßnahmen fließen. Die Kampagne hat zum Ziel, diese Investments auf einen grünen Weg zu lenken. Angestoßen hat diese Bewegung der amerikanische Autor Bill McKibben, der für seine Arbeit 2014 den Alternativen Nobelpreis bekommen hat. Der bisher größte Coup gelang den Aktivisten Ende Mai diesen Jahres: Der größte Staatsfonds der Welt, der norwegische Pensionsfonds (über 800 Mrd. Euro Kapital), hat sich zum Ziel gesetzt, keine Investments mehr in Firmen zu tätigen, die im Kohlegeschäft sind.

Dass ausgerechnet ein norwegischer Konzern sein finanzielles Engagement im Ölgeschäft hinterfragt, klingt unwahrscheinlich. Ist allerdings auch nicht ausgeschlossen. Denn selbst das erdöltrunkene Norwegen wird die zunehmenden Warnungen aus der Finanzbranche hören. Einer der größten Wertpapierbroker für institutionelle Investoren in Europa, prognostiziert Verluste für die Energiebranche in Höhe von 28 Billionen Dollar. Auch Großbritanniens größte Bank, die HSBC, warnt in einer Studie vor einem möglichen Wertverlust von Firmen in der Energiebranche von bis zu 60 %. Solche Meldungen alarmieren natürlich die Anleger – und das ist ganz im Sinne der Divestment-Kampagne. – *MICHAEL SCHNEIDER*

Link zum Artikel in der ZEIT:
 <http://goo.gl/mPZSJU>

Link zum Artikel in der Süddeutschen:
 <http://goo.gl/lf1jh0>

SPINAT-BLÄTTERTEIG-TASCHEN

Fürs Picknick oder zum Salat

- 550 g frischer **Spinat**
 - 600 g **Blätterteig** (2x6 Stück)
 - 250 g **Feta**
 - 5 Zehen **Knoblauch**
 - 1 große **Zwiebel**
 - 2 – 3 EL **Tomatenmark**
 - etwas (je nach Gusto): Öl, Gemüsebrühe, Mehl, Bratöl, Pfeffer, Chili
-

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen und etwas Öl im Topf erhitzen, darin die fein gewürfelten Zwiebeln glasig werden lassen, den Knoblauch (gehackt oder in Scheiben) dazugeben und kurz anbraten.

Spinat waschen, von den Stielen befreien, hinzugeben und einkochen lassen. Mit Gemüsebrühe, Pfeffer, Chili und Tomatenmark würzen und etwas Mehl zum Abbinden hinzugeben.

Die Hälfte des Blätterteig auf's Backblech (Backpapier nicht vergessen) geben, Spinat verteilen und die Fetastücke darauf platzieren. Die Taschen mit den verbleibenden Blätterteig-Platten verschließen und die Ränder mit einer Gabel zusammenpressen.

15-20 Minuten im Ofen backen.

Dazu passt sehr gut ein gemischter grüner Salat. – *YASEMIN STRAUB*

Rezept des Monats





BURRATA

Foto: ©iStock.com/savvmsakov

BURRATA – allein der Name, klangvoll ausgesprochen, ist reine Verheißung und lässt bereits erahnen, welch genussvolle Momente auf einen warten. Diese kleine weiße Kugel erscheint zunächst harmlos und unschuldig. Man könnte meinen, es handele sich um einen gewöhnlichen Mozzarella. Doch ihr Geheimnis offenbart sie erst beim Aufschneiden, wenn einem aus ihrem Inneren die Liaison aus Rahm und feinen Mozzarella-Fäden entgegenfließt, um jedes Gericht zu einer Delikatesse zu verfeinern. Diese merkwürdige Eigenschaft teilt Burrata mit den meisten anderen Mozzarellas: er schmeckt eigentlich nach fast nichts – und ist doch so mild, köstlich rahmig, fließend leicht, dass er jedes Gericht verzaubert und damit als idealer Geschmacksträger und Veredler dient. Unser Burrata kommt direkt von der Hacke Italiens, ca. 35 km südlich von Bari, von der „Azienza Querceta“. Als klassische Variante werden geschnittene Tomaten auf einem Teller mit Basilikum, Balsamico-Essig und Olivenöl angerichtet und gewürzt. In die Mitte wird ein Burrata gesetzt und idealerweise über Kreuz aufgeschnitten. Oder, in heißen Pesto-Spaghetti, gerne mit kleingeschnittenen frischen und halbgetrockneten Tomaten, wird in der Mitte ein „Nest“ gedreht, ein Burrata aufgesetzt und ebenso über Kreuz geöffnet – köstlich!

– OLIVER GAND

Es gibt Kundinnen und Kunden, die von Beginn an im Marktladen einkaufen. In diesen ersten Tagen (tatsächlich waren es fünf Jahre) verkauften wir in der damaligen Markthalle Kelter Naturkost auf 15 qm Fläche. Unserer Größe entsprechend hatten wir auch ein äußerst überschaubares Backwaren-Sortiment. Zwei Tübinger Bäckereien beliefern uns – natürlich ausschließlich in Vollkornqualität. Sogenannte Kuchen konnte man, abgesehen von der Form, von Brot kaum unterscheiden. Weißmehlbackwaren waren zur damaligen Bio-Zeit schlicht des Teufels. Im zweiten Jahr, also ab Frühjahr 1993, ist ein Freund als Kompagnon in den Marktladen mit eingestiegen und die Verkaufsfläche verdoppelte sich auf sagenhafte 30 qm. Dieser Freund war Reutlinger – und ist uns nach einiger Zeit damit auf die Nerven gegangen, dass es in Reutlingen eine „viel bessere Bio-Bäckerei“ gäbe, die Bäckerei Berger. Schließlich kam er, um dem Ganzen den entsprechenden Nachdruck zu verleihen, eines Tages mit einem großen Korb verschiedenster Backwaren an. Dies war die Geburtsstunde der Zusammenarbeit über Stadtgrenzen hinweg.

Die Bäckerei Berger ist mittlerweile seit über 20 Jahren ein verlässlicher Partner für uns. Aber wie kam es dazu, dass in Reutlingens Wilhelmstraße auf ein ausgesprochen großes Vollkornsortiment gesetzt und schon früh damit angefangen wurde, mit Bio-Getreide zu backen? Mitte der 1960er Jahre war der Trend zu Weißmehlbackwaren in Deutschland ungebrochen. Vollkornbrot verschwand zunehmend aus den Verkaufsregalen. Durch Anregungen von außen wurden Elisabeth und Hugo Berger, die Seniorchefs, darin bestärkt, entgegen dem Trend an Vollkorn-Backwaren festzuhalten und diese mit eigenem Sauerteig zu backen. Obwohl im Sortiment auch reichlich Auszugsmehlprodukte angeboten wurden, gehörte die Bäckerei Berger bis Anfang der 1980er Jahre zu den absoluten Pionieren in diesem Bereich. Seit Mitte der 1970er Jahre wuchs das zarte Pflänzchen Naturkost. Damit bekamen Herr und Frau Berger Senior

Mit der Bäck

Berger habe

Unterstützung und gleichzeitig auch Kunden durch die neuen Bio-Läden. Schon damals wurde komplett auf Bioland-Getreide umgestellt. Anfang der 1990er Jahren wurde auch das Auszugsmehl-Sortiment auf Bioland-Qualität umgestellt. Es bot sich nun für den Marktladen an, auch helle Backwaren ins Sortiment zu nehmen. Als erster und lange Zeit als einziger Bio-Laden in Tübingen. Während die Bio-Szene noch heftig über helle Backwaren diskutierte, machten wir die Erfahrung, dass sich viele unserer Kunden dafür interessierten. Bio war nicht mehr nur Vollkorn. Wir hatten den Eindruck, dass die helle Laugenbrezel und die Schneckennudel zu einer Art Lustobjekt im Bio-Laden wurde. Es sollte nicht nur politisch korrekt und natürlich gesund sein, sondern es sollte auch schön aussehen und gut schmecken. Dabei gab und gibt es ganz hervorragende Vollkornbackwaren, und über deren ernährungsphysiologischen Mehrwert brauchen wir nun wirklich nicht streiten.

Aber so eine helle Butterbrezel ist halt schon sehr lecker. Ein echter Quantensprung, was den Genussfaktor betrifft, war die komplette Bio-Umstellung der Konditorei bei Bergers. Obwohl die Vollkorn-Rüblitorte und der Vollkorn-Kirschkuchen nach über 20 Jahren immer noch im Programm sind, haben die wöchentlich wechselnden unwiderstehlichen Sahnedesserts und die Buttercremetorten ihren selbstverständlichen Platz im Sortiment. So haben wir das Glück, Ihnen eine vollständige Auswahl an hundertprozentigen Bio-Backwaren aus der Region bieten zu können.

– MICHAEL SCHNEIDER

den Verkauf Weißmehl-B angefangen.

*Familienbäckerei mit
Tradition aus Reutlingen:*

Bäckerei Berger



erei

n wir

IT WIR

von

ackwaren



Echtes Bäckerhandwerk: Handgeschlungene Brezeln

Noch mehr Neuigkeiten, Fotos & Hinweise auf Veranstaltungen:

 facebook.com/dermarktladen



IMPRESSUM

Die **Marktlese** erscheint monatlich und wird herausgegeben von
Der Marktladen, *Michael Schneider*, Vogelbeerweg 4, 72076, Tübingen,
07071 56 555 0, redaktion@dermarktladen.de, www.dermarktladen.de.
Für den Inhalt verantwortlich: *Michael Schneider*
Alle Rechte vorbehalten. Druckfehler vorbehalten.

Chefredakteur: *Michael Schneider*

Stellv. Chefredakteurin: *Jessica Sabasch*

Konzept: *Jessica Sabasch*

Artdirection & Layout: *Jonas Schneider*

Fotoredaktion: *Jonas Schneider*

Lektorat: *Franziska List*

Druck: dieUmweltDruckerei GmbH, Lohweg 1, 30559 Hannover
klimaneutral gedruckt auf 100 % Recyclingpapier, chlorfrei gebleicht