

Ab ins Glas mit dem Grünzeug

Das Haltbarmachen von Obst und Gemüse liegt im Trend. Es wird eingemacht, eingekocht und eingelegt. Warum? Weil wir Lebensmittel erleben wollen.

Einmachen – das klingt sehr lange nach anno dazumal, nach Krisenzeiten. Es war altmodisch und nicht zeitgemäß. Wozu sich die ganze Arbeit antun? Genuss kann man sich schließlich ganz einfach und schnell kaufen.

Meine liebe Nachbarin Melitta konserviert „die Früchte ihres Gartens“ seit jeher für sich und ihre Familie. Das tut sie nicht nur aus praktischen Gründen, um des Überflusses im Garten „Herr zu werden“ und den Geschmack des Sommers bis in die kalten Wintertage hinein zu retten. „Es macht mir Spaß“,

sagt sie „der ganze Prozess, vom Aussäen, der Arbeit im Garten bis hin zum Einmachen und Abfüllen, hat für mich etwas Meditatives.“

Do it yourself

Sie praktiziert somit das, was die bekannte Ernährungswissenschaftlerin und Food-Zukunftsforscherin Hanni Rützler in ihrem Food-Report 2021 als aktuellen Trend bestätigt, nämlich dass wir die „Lebensmittel erleben und nicht nur verbrauchen wollen“. Warum auf einmal diese Rückkehr zur alten Tra-

dition und Werten? Warum erobern gerade sogenannte DIY-Trends wie das Einmachen unseren Alltag?

„Foodtrends sind Antworten auf aktuelle Bedürfnisse und Probleme und spiegeln wandelnde Werte“, sagt Rützler. Die Coronakrise ist für sie eine kollektive Erfahrung, die unser Bewusstsein im Hinblick auf die Wahrnehmung von Lebensmitteln und Speisen erweitert hat. Wir kochen wieder mehr und gehen achtsamer mit Lebensmitteln um. Essen hat einen neuen Stellenwert bekommen. Wir setzen verstärkt auf



Regionalität und Herkunft, nicht nur aus solidarischen Gründen. Früchte zu Marmelade zu verarbeiten, ist ein Akt der Nachhaltigkeit. Wir setzen damit ein kleines Zeichen gegen unsere Wegwerfgesellschaft.

GEMÜSEZEIT

„Es ist besser, zu genießen und zu bereuen, als zu bereuen, dass man nicht genossen hat.“

Giovanni Boccaccio

BioRote Rübe Kren Pesto

Adamah BioHof

Passt ausgezeichnet zu Pasta, Salaten und gegrilltem Gemüse. Und es ist kein Käse drin. Ein perfektes Genusspesto auch für Veganer. 120 g 5,50 €



Karotten Ingwer Suppe

Die Markenmacher

Vegane Suppe aus Karotten und Ingwer in geschmacklicher Harmonie, abgerundet durch eine feine, angenehme Schärfe. Eine schnelle Mahlzeit, für die sich nicht nur Suppenliebhaber erwärmen. 330 g 3,39 €

Bio Sellerie-Karotte

Biohof Bubenicek Meiberg

Salat aus feinen Sellerie – und Karottenstreifen, liebevoll abwechselnd ins Glas geschichtet. 500 g 4,50 €



Alle Produkte unserer Gut-Schein-Partner auf www.bauernladen.at

PRODUZENTEN

1.099

PRODUKTE

17.167

auf www.bauernladen.at

REZEPT: Schafskäseravioli, Birne und Nuss

... auf bauernladen.at



Schaffrischkäse, gereift in Holzjasche

Nuart vulgo Hafner Spezialitäten aus Schafmilch 250 g 10,- €

Flower Power Bio

liebe isst 40 g 6,99 €

