

GENUSS *auf steirisch*



Ostern isst gut!

Direktvermarktung
und Catering - die
Konrads stehen
für Top-Qualität.
geselchtes.at



IM EI STECKT PURE LEBENSKRAFT

Die Steiermark ist das Eierland Nr. 1. Eier stehen als hochwertiges Lebensmittel ganz hoch im Kurs. **Seiten 2/3**

ALLES FÜR DEN OSTERTISCH

Im 24-Stunden-Genussshop der Familie Konrad in Lieboch kann man sich rund um die Uhr mit Köstlichkeiten eindecken - die regionale Palette reicht von Fleisch, Würstel über Eier, Käse und Kren bis zu köstlichem Brot.



QUALITÄT AUF WELTKLASSE-NIVEAU

Steirische Edelbrenner spielen in der internationalen Topliga mit. Und Steirersäfte sind pure Natur! **Seiten 6/7**

EDITORIAL



Franz Titschenbacher,
Präsident der steirischen
Landwirtschaftskammer

BERGMANN

Eier im Korb, statt Steine im Weg

Die Fastenzeit neigt sich dem Ende zu und der Gaumen freut sich bereits auf jene kulinarischen Spezialitäten, die untrennbar mit dem Osterfest verbunden sind. Die traditionelle Osterjause ist ja ein Paradebeispiel für regionale steirische Köstlichkeiten: Fleisch, Würstel, Eier, Kren, Brot – alles, was in einen klassischen Osterkorb gehört, liefern unsere Bäuerinnen und Bauern in höchster Qualität. Dafür arbeiten sie mit vollem Einsatz, großer Leidenschaft und viel Know-how. Darauf ist Verlass. Und darauf wollen wir natürlich auch in Zukunft nicht verzichten. Sollen unsere Osterkörbe jedoch auch weiterhin mit jener regionalen Vielfalt gefüllt werden, wie sie von unseren bäuerlichen Familienbetrieben hergestellt wird, darf man den landwirtschaftlichen Betrieben nicht weiterhin Steine in den Weg legen und die Produktionsvoraussetzungen erschweren. Denn das hätte Folgen, die wohl keinem schmecken würden! Oder könnten Sie sich einen Osterschmaus mit Fleisch und Würsteln aus Südamerika und Eiern aus Asien vorstellen? Da vergeht einem sprichwörtlich der Appetit. Ich wünsche Ihnen aber genau das Gegenteil: Guten Appetit mit guten steirischen Spezialitäten!

DAS STECKT IM POWER-PAKET EI

1. Hochwertiges Eiweiß. Ein mittelgroßes Ei besteht zu rund 12,8 Prozent aus Eiweiß – damit sind Eier der wichtigste Eiweißlieferant für den Körper überhaupt.

2. Reich an Vitaminen. Der Eidotter ist reich an fettlöslichen Vitaminen – A, D, E, K – sowie an B Vitaminen; insbesondere Folsäure, Biotin, B12, Eisen, Selen, Zink usw.

3. Viele Mineralstoffe. Vor allem im Eiweiß stecken wichtige Mineralstoffe wie Kalzium. Eier enthalten zudem bioaktive Substanzen, die entzündungshemmend wirken.

*O, 1, 2 –
so läuft das mit
dem Ei!*

2-AT-

2 steht für Bodenhaltung.
Bei der Bodenhaltung verbringen die Tiere ihr Leben in einem großen Stall. Dort haben sie jedoch Sitzstangen, Nester, Futteranlagen und Volieren auf vier bis fünf Ebenen.

1-AT-

1 steht für Freilandhaltung.
Die Hennen halten sich im Stall, mit Einstreu, und im Freiland auf. Die Auslauffläche muss pro Tier im AMA-Gütesiegel mindestens acht Quadratmeter groß sein. Viel zum Picken und Scharren.

0-AT-

0 steht für Biohaltung.
Biohennen haben im Stall und beim Auslauf mehr Platz. Mindestens ein Drittel ihrer Lebenszeit müssen die Legehennen Zugang zu Auslauf haben.

1-AT-4416538

Steirische Eier sind eine Erfolgsgeschichte – und Powerpakete für den Körper.

Die Steiermark ist ein Eierland! Knapp 720 Millionen Stück werden jährlich von rund 2,6 Millionen weiß-grünen Hennen gelegt. Damit leben in der Steiermark fast 35 Prozent aller österreichischen Legehennen – so viele wie noch nie. Und das sorgt auch dafür, dass der Selbstversorgungsgrad mit 92 Prozent eine Rekordhöhe erreicht hat. Beste Voraussetzungen also, um seinen Eierbedarf mit höchster heimischer Qualität zu decken. „Denn die Eierproduktion läuft in der Steiermark nach dem strengsten Bundestierschutzgesetz weltweit – unter den hohen Standards, die das AMA Gütesiegel vorschreibt“, betont Anton Koller, Fachberater der

Orientierungshilfe:
1 steht für die Art der Haltung, AT für das Herkunftsland Österreich und die Nummer führt zum Legehennen-Betrieb.

STEIERMARKE IST EIERLAND NUMMER EINS

Rekord bei Legehennen.
Fast 35 Prozent aller österreichischen Legehennen leben in der Steiermark. Mehr als jede zehnte auf einem Biobetrieb und mehr als 36 Prozent in Freilandhaltung. Insgesamt gibt es 784 steirische Legehennen-Betriebe.

233 Eier pro Kopf und Jahr.
Die steirischen Hennen legen pro Jahr knapp 720 Millionen Eier. Damit liegt der Versorgungsgrad in der Steiermark bei 244 Prozent! Jeder Steirer, jede Steirerin konsumiert pro Jahr rund 233 Eier.

45 Millionen Ostereier.
Österreichweit braucht der „Osterhase“ rund 45,5 Millionen Ostereier; 6,3 Millionen davon allein für die Steiermark. Der Stempel macht jedes Ei vom Ladentisch bis zum Bauern rückverfolgbar. Siehe oben!

EIER TUN DEM KÖRPER GUT

- 1. Starker Muskelaufbau.** Das äußerst wertvolle Eiweiß unterstützt den Aufbau der Muskulatur und sorgt dafür, dass die Muskelkraft auch möglichst erhalten bleibt.
- 2. Leichte Verdaulichkeit.** Eier sind ein sehr leicht verdauliches Lebensmittel, deshalb eignen sie sich ideal als Schon- und Krankenkost. Sowie zum Aufbau nach Krankheit.
- 3. Gute Sattmacher.** Der hohe Proteingehalt sorgt dafür, dass Eier gut sättigen. In Kombination mit wenig Kohlehydraten unterstützt das auch den Fettabbau im Körper.

Im Ei steckt volle Lebenspower



Landwirtschaftskammer Steiermark. Österreich war auch das erste Land innerhalb der EU, das aus der Käfighaltung ausgestiegen ist. Für den Kunden wird die hohe Ei-Qualität übrigens durch den Stempel sichtbar. Koller: „Es gibt kein steirisches Ei im Verkauf, das nicht gestempelt ist.“ (Siehe Erklärung links!) Auch die Eierdatenbank trägt zur Qualitätssicherung bei. „Rund 95 Prozent der AMA-Gütesiegel-Bauern sind in dieser Datenbank vertreten“, erklärt Koller. (Siehe rechts!)



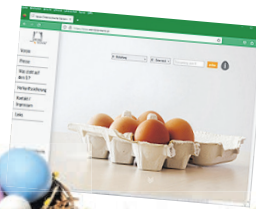
Eier bricht auch Sandra Holasek, Ernährungswissenschaftlerin und Pathophysiologin an der MedUni Graz, eine Lanze: „Hochwertige Eier sind mit einer ganzen Reihe von Gesundheitsvorteilen verbunden. Das Ei ist nämlich ein kompaktes Nährstoffpaket und neben Fisch der wichtigste Eiweißlieferant. Zudem punktet es durch einen sehr hohen Mineralienanteil

wie Zink und Selen sowie durch seine bioaktiven Substanzen. Eier sind entzündungshemmend und leicht verdaulich. Und was besonders vorteilhaft ist: Die Nährstoffe bleiben beim Kochen größtenteils erhalten.“

Wie den Cholesterin-Mythos angeht, der sich lange um das Ei rankte, kann Holasek übrigens grünes Licht geben (siehe Interview rechts!) Ebenso für den Eiergenuss zu Ostern: „Eier gehören einfach zu diesem Fest. Wenn also gesunde Menschen rund um Ostern das eine oder andere Ei mehr essen, ist das kein Problem. Man gleicht es ja in der Zeit danach wieder aus.“

HERKUNFTSSICHERHEIT DURCH DIE EIERDATENBANK

Die Österreichische Eierdatenbank ermöglicht die Rückverfolgbarkeit von der Stempelung am Ei zum Legebetrieb. Vor Ostern: Abbildung von rund 60 Millionen gekochter und gefärbter Eier und bis zu 425.000 Zugriffe. www.eierdatenbank.at



Nur derart hochwertige Eier stellen dann auch wirklich jenes Powerpaket dar, das in diesem Lebensmittel steckt. Und für diese

EIERKAUF- UND KÜCHENTIPPS

- Österreichische Qualität.** Damit man auch tatsächlich in den Genuss aller gesundheitlichen Vorzüge eines Eis kommt, gilt es auf hochwertige heimische Qualität zu achten. Der Stempel auf dem Ei ist daher eine wichtige Qualitätsgarantie.
- Im Kühlschrank lagern.** Werden Eier im Kühlschrank gelagert, sind sie bis zu drei Wochen haltbar. Gekochte Eier bleiben dort sogar bis zu sechs Wochen problemlos genießbar. Aber natürlich nur, wenn gute frische Qualität gekauft wurde.
- Auf Küchen-Hygiene achten.** Bereits durch kleine Mikrorisse in der Schale können nämlich Bakterien eindringen. Frischetest: 1 Esslöffel Salz in ein Glas Leitungswasser geben; sinkt das Ei ab, ist es genießbar, steigt es auf, nicht mehr.

INTERVIEW



Sandra Holasek, Ernährungswissenschaftlerin und Pathophysiologin, MedUni Graz

HARRY SCHIFFER PHOTODESIGN

Keine Angst vor Ei-Cholesterin

Was ist Cholesterin?

HOLASEK: Ein Fettbegleitstoff, der unter anderem in den Zellwänden vorkommt. Er wird über die körpereigene Synthese gewonnen und auch über die Nahrung zugeführt.

Wozu braucht der Mensch das Cholesterin?

Für die Funktion der Zellen; damit diese untereinander Informationen weiterleiten können. Es ist auch die Vorstufe von Gallensäuren.

Was hat Cholesterin so in Verruf gebracht?

Man hat sich immer nur den Cholesteringehalt einzelner Nahrungsmittel angeschaut. Neueste Daten belegen aber, dass das einzelne Lebensmittel bezüglich Cholesteringehalt im Blut nicht so relevant ist. Cholesterinhaltige Lebensmittel wie das Ei sind wichtig für den Körper. Jedoch reagieren Menschen unterschiedlich auf die Cholesterinaufnahme.

Das Ei ist damit sein Cholesterinbombenimage los?

Auf alle Fälle! Das Ei ist ein kompaktes Paket an wichtigen Mikro- und Makro-Nährstoffen und der hochwertigste Eiweißlieferant. Es hat einen hohen Mineralienanteil und bioaktive Substanzen, die entzündungswirksam sind. Zu Ostern dürfen es also durchaus ein paar mehr sein.

Der Osterhase ist ein Feinspitz!



Köstlichkeiten von steirischen Bäuerinnen und Bauern sind der große Renner im Osternest. Aber auch für die eigene Jause punkten weiß-grüne Spezialitäten!

Der Osterhase ist ein Feinspitz! Und daher kommen auf den Ostertisch und in die Osternester nur Spezialitäten in höchster Qualität - von steirischen Bäuerinnen und Bauern. Die sind für das Fest natürlich auch heuer wieder bereits bestens gerüstet. Ob köstliche Schinken-Spezialitäten, bunt gefärbte Eier, ob Brot nach traditionellen Rezepten, heimischer Kren oder spritziger Most - heimische regionale Qualität liegt beim Osterhasen ganz groß im Trend.

Regional kaufen hat übrigens nicht nur den Vorteil, dass man weiß, woher's kommt, man stärkt

damit auch die heimische Landwirtschaft, schafft Arbeitsplätze und trägt zum Klimaschutz bei.



STADTBAUERNLADEN - IDEAL FÜR DEN OSTEREINKAUF



Bäuerliche Spezialitäten mitten in Graz. Die gesamte Vielfalt regionaler Produkte findet sich im Stadtbauernladen in der Grazer Hamerlinggasse - ideal also für den Ostereinkauf! Ob Köstlichkeiten wie diverse Fleisch- und Brotsorten, Würstel, Eier Käse und Kren, Mathias Schweiger setzt auf ein hochwertiges und breites Angebot. Und das auch, wenn es um nette Überraschungen für das Osternest geht - Süßigkeiten wie Schokoladen, Eierlikör, bunt bemalte Dekoeier oder Getränke von Wein über Sekt bis Most - Regionalität und Qualität sind dem „Osterhasen“ garantiert. Praktisch: die Geschenkkörbe“. stadtbauernladen.at



Ostereier. Freiland Eier aus eigener Produktion in vielen bunten Farben, gibt's bei Herk in Kobenz. Und dazu viele andere Köstlichkeiten fürs Osterfest im eigenen Hofladen. herk-eier.at



Der perfekte Begleiter. Keine Osterjause ohne Kren! Er schmeckt köstlich, fördert die Verdauung, enthält eine große Menge Vitamin C und sorgt für den besonderen Schärfekick. www.steirerkren.at



Herzhaft. Herzhaftes für die Osterjause gibt es bei Familie Scherr am Kaiser-Josef-Platz und am Bauernmarkt in Liebenau. Und da stammt vom Schinken über das Lendbrat'l bis zur Osterkraier alles aus eigener Produktion. Dafür ist zu Ostern die gesamte Familie mit Leib und Seele im Einsatz. hofladen-scherr.at



MIT PFLANZEN VON STEIRISCHEN GÄRTNERN WIRD DER ANBAU ZUM ERFOLG



Pflanzen nachhaltig produziert
Heimische Gärtner liefern Gemüsepflanzen und Kräuter von bester Qualität. Sie arbeiten naturnah, umweltschonend und setzen stark auf nachhaltige Kultivierung - etwa durch den Einsatz von Nützlingen.



Gärtner sind gerüstet
Blumen, Gemüse, Kräuter - die steirischen Gärtner sind für die Anpflanzzeit bereit. Sie raten: Gemüsepflanzen jetzt noch vor Frost schützen - mit Flies oder in ein Frühbeet setzen.

Most – passt bestens zur Osterjause.

Wie wäre es mit köstlichem steirischem Apfelwein als Begleiter zur Osterjause? Familie Mausser in Hitzendorf macht da übrigens das Beste aus alten und neuen Apfelsorten. Durch den leichten Alkoholgehalt und die Fruchtigkeit ist der Most angenehm zu trinken!

maussermost.at



Köstlich. Saftiger Osterschinken, feiner Rohschinken und weitere Produkte, die zu hundert Prozent aus der Steiermark stammen. Nach Hause bestellen oder abholen – in der Vulcano Schinkenwelt bzw. in Graz.

vulcano.at/osterjause



VULCANO



BETINA STIX

Kren ist das köstliche Tüpfchen auf dem „j“. Die Tappaufs sind Kren-Pioniere und produzieren die Wunderwurze in höchster Qualität. Der „Bauernhof des Jahres 2022“ baut auch Knoblauch an und hat im Hofladen neben eigenen auch viele Produkte anderer Landwirte.

kren-tappauf.at



Steirer-Spezialitäten für das Osterfest

Der große Trend fürs Osternest: Weiß-grüne Köstlichkeiten von heimischen Bäuerinnen und Bauern. Da weiß man, wo es herkommt und dass es hervorragend schmeckt!



G'schmackige Osterkörbe. Das ideale Ostergeschenk: bereits fertig zusammengestellte Osterkörbe mit köstlichen typisch steirischen Produkten aus dem Hause Franz Krainer.

krainer.co.at/shop



Reiswaffeln und Osterschoko. Ewald Fröhlich erweitert seine Produkt-Palette am laufenden Band. Neben verschiedenen Reisvarianten gibt's jetzt etwa auch So-Fröhlich Osterchokolade und köstliche So-Fröhlich Reiswaffeln – mit und ohne Schoko. Alles auch im Online-Shop! so-froehlich.at

Regionales Hühnerfleisch boomt. Hühnerfleisch ist köstlich und gesund – und landet deshalb jetzt im Sommer auch vermehrt auf dem Grill. Vorausgesetzt natürlich, die Tiere sind von höchster regionaler Qualität wie bei Posch in Heimschuh. Dort macht Junggeflügelzüchter Matthias Posch Gusto darauf, alle Teile des Huhns zu verwenden. Posch-Hühner gibt es direkt ab Hof, in Hofläden in Leibnitz, Deutschlandsberg und Graz-Umgebung sowie in der südsteirischen Gastronomie.

posch-hendl.at



Top-Qualität. Familie Hatzl in Feldkirchen produziert jede Woche frisch gekochtes Geselchtes, knusprig Gebratenes und luftig Getrocknetes. Kunden schätzen die Qualität, die Transparenz und die Liebe zum Detail. Die Produkte gibt es im Hofladen direkt ab Hof, auf Bauernmärkten – Freitag Nachmittag in Feldkirchen und Samstag Vormittag in Judendorf Straßengel sowie beim Genussbauernhof Hillebrand und im Lagerhaus Kalsdorf.

familie-hatzl.at



STEIRISCHER KREN DARF AM OSTERTISCH NICHT FEHLEN - BEIM EINKAUF AUF DAS GÜTESIEGEL ACHTEN

Heimische Gütesiegel-Qualität.

Kren ist die köstliche und gesunde Krönung einer traditionellen Osterjause. Wichtig beim Kauf: auf die Herkunftskennzeichnung achten, denn nur Steirischer Kren g.g.A. (EU-Gütesiegel) garantiert beste steirische Qualität und lückenlose Rückverfolgbarkeit.

Gesunde Wunder-Wurze.

Steirischer Kren g.g.A., auch „Penicillin des Gartens“ genannt, ist ein Gesundheitspaket. Er fördert das Immunsystem, ist reich an Vitamin C und Mineralstoffen, wirkt blutreinigend und verdauungsfördernd. Und er ist ein Tausendsassa in der Küche. Rezepte: www.steirergemuese.at



RAGGAM

Absolut edel, diese

Die steirischen Brenner liefern schon seit Jahren Qualität auf Weltklasse-Niveau. Doch sie schaffen es Jahr für Jahr, diese hohe Latte noch zu toppen!



Hochwertige Früchte sind das Um und Auf für einen perfekten Brand – das macht auch den großen Unterschied zu Schnäpsen und Spirituosen aus

FOTOS: ADOBESTOCK

Steirische Obstbrände spielen in der internationalen Top-Liga mit. Was sie so edel macht? „Die perfekte Mischung aus gutem Grundprodukt – in einem Edelbrand steckt 100 Prozent Frucht – sowie dem Können und Fingerspitzengefühl des Brenners“, lässt LK-Obstberater Georg Thünauer hinter das Geheimnis der hohen steirischen Qualität blicken. Den Beweis lieferte einmal mehr die Landesprämierung.

„Destillieren“, erklärt Thünauer, „ist ein Aufkonzentrieren aller Aromen“. Werden also schlechte Früchte verwendet, ist auch das Ergebnis minderwertig. Umgekehrt ergibt saubere Frucht einen entsprechend hochwertigen Brand. Was letztlich auch den Preis rechtfertigt, den ein Edelbrand haben muss. Thünauer verdeutlicht: „Aus 100 Kilo Himbeeren, die um die 800 Euro kosten, gewinnt der Brenner rund fünf Liter trinkfertigen Himbeerbrand. Aus 100 Kilo Getreide, 35 bis 40 Euro, lassen sich hingegen 30 Liter Reinalkohol zur Herstellung von Gin oder Whisky gewinnen.“

Edelbrände darf man daher auch keinesfalls in einen Topf mit Schnäpsen oder Spirituosen werfen. „Schnäpse bestehen nur zu einem Drittel aus Frucht, der Rest ist einfacher Neutralalkohol. Und bei Spirituosen darf dem einfachen Grundalkohol Aroma, Zucker oder auch Farbe zugesetzt werden – da braucht keine einzige Frucht drinnen zu sein“, klärt Thünauer auf. Höchste Qualität steckt also nur im Edelbrand. Nomen ist eben Omen!



LANDESSIEGER EDELBRAND

Vierfach-Landessieger: **1** Edelbrennerei Robert und Günter **Peer**, Leitring, „Mispelbrand“, „Quittenbrand“, „Himbeerbrand“, „Kriecherbrand“ | **Dreifach-Landessieger:** **2** Martin, Gerlinde und Gerald **Hochstrasser**, Mooskirchen, „Kürbiskerncocktail“, „Kirschfruchtsaftlikör“, „Kirsche Zigarrenbrand“ **3** Franz, Gertrude und Marcel **Semlitsch**, Klöch, „Birnenbrand“, „Williamsbrand“, „Hauszweitschenbrand“ **4** Peter Bäuchel und Christina Mode sowie Stefanie Bäuchel (I.), Mooskirchen, „Marillenbrand“, „Vogelbeerbrand“, „DA FINZ Gin“ **Doppel-Landessieger:** **5** Josef und Margarethe Jauk, Barbara **Hainzi-Jauk** und Gottfried **Hainzi** (v. I.), Frauental, „Schilchertresterbrand“, „Schilcherlikör“ **Landessieger:** **6** Anna, Alexander, Harald und Karin **Ertl**, Hartberg, „Hirschbirnenbrand“ **7** Markus und Daniela **Holzer**, Vorau, „Wechselbrand“ **8** Hannes **Kollmann**, LFS Stainz, „**Erzherzog-Johann-Schule**“, „Edelbrand Isabella“ **9** Bernhard **Berger**, Anger, „Marille holzfassgereift“ **10** Karl-Heinz **Schlagbauer**, Pöllau, „Maschanzker Apfelbrand“ **11** Elmar, Josef und Roswitha **Krenn**, Felzbach, „Zweitschke im Eichenfass“ **12** David **Prugger**, Anja **Ruhri**, Patricia und Josef **Pugl**, Großklein, „Weinbrand“ **13** Mario **Angerer**, Kalwang, „Apfel-Zirben-Brand“ **14** Franz, Nina und Gabi **Pichler**, Bad Waltersdorf, „Alter Apfel holzfassgereift“ **15** Helmut **Reisinger** mit Enkerl Felix und Hannes Zernig, Großsteinbach, „Roter Boskop Apfelbrand“

steirischen Brände!



Guter Saft ist hundert Prozent Frucht – und sonst gar nichts. So machen es die bauerlichen steirischen Saffhersteller. Aber es gibt auch andere Methoden.

„Bei der Saffherstellung gibt es ganz enorme Qualitätsentwicklungen“, freut sich LK-Obstbaureferent Georg Thünauer. Und nennt auch gleich den Hauptgrund dafür: „Es wird nur hochwertiges Obst verwendet. Da kommt keine minderwertige, beschädigte Ware in die Flasche. Deshalb spricht man auch von Obstveredelung und nicht mehr von Obstverwertung.“ In einem ausgezeichneten steirischen Saft steckt nur bestes Obst – kein Zucker, kein Wasser! Diese Direktsäfte werden nur durch schonende Erhitzung haltbar gemacht. Somit ist ihre Haltbarkeit nach dem Öffnen auch begrenzt. Ganz zum Unterschied zu Säften aus Fruchtkonzentraten, wie man sie etwa im Tetrapack erhält.



Georg Thünauer, LK-Obstbaureferent: Auszeichnungen wie die Landesbewertung sind für den Konsumenten eine Qualitätsgarantie

FOTOS: FISCHER

Diese Konzentrate stammen meist aus dem Ausland, wie China. Früchte werden durch Erhitzen eingedickt, das Wasser verdampft und viel vom Aroma geht verloren. Übrig bleibt eine zähflüssige, karamellartige Masse, die rund 60 Prozent Zucker enthält. Dieses Konzentrat wird nach langen Transportwegen in Österreich mit Wasser wieder rückverdünnt, mit Aromen versehen und als Saft abgefüllt.

Steirischer Nektar. Die steirischen Saffhersteller produzieren auch Nektar und Limonade. Nektar entsteht vorwiegend aus Früchten, die sich als Saft nicht gut trinken lassen, weil sie etwa zu sauer sind, wie beispielsweise die schwarze Johannisbeere. Durch Auszeichnungen wie die Landesbewertung hat der Konsument bei Säften und Nektaren ein garantiertes Qualitätsmerkmal.

LANDESSIEGER SAFT

Doppel-Landessieger:

1 Tanja und Bernd **Schneeflock**, Weiz, „Apfelsaft Jonagold“, „Apfel-Himbeere“ **2** Jennifer und Gottfried **Trummer**, Gnas, „Pfirsich trinkfertig“, „Marillenektar“

Landessieger: **3** Gertrude mit Stefan sen. und Stefan jun. **Pöschl**, St. Marein bei Graz, „Apfelsaft“ **4** Elisabeth und Werner **Schneeflock**, Puch bei Weiz, „Pfirsichnektar“ **5** Daniel **Muhr**, Pöllau bei Hartberg, „Hirschiernensaft“ **6** Julia und Michael **Kuchlbauer**, Voralpe, „Apfelsaft naturtrüb“

7 Martin **Händler**, Bad Waltersdorf, „Pinova naturtrüb“ **8** Michael **Pieber**, Bad Waltersdorf, „Muskateller Traubensaft“ **9** Franz und Linde **Reindl**, Fehring, „Williamsnektar“ **10** Monika **Narrath**, Kitzlack im Sausal, „Traubensaft Isabella“

EHRLICHER SAFT

100 Prozent Frucht – und sonst gar nichts! Das steckt in heimischen bauerlichen Säften. Dafür geben unsere Produzenten auch ihre Namen auf den Etiketten her.

Achtung: Findet sich auf einer Saftflasche in der Zutatenliste die Bezeichnung Fruchtsaft-Konzentrat, ist das ein Hinweis, dass das Produkt lediglich in Österreich aufbereitet wurde, das Herkunftsland bleibt unbekannt.



DAS ZEICHEN DES VERTRAUENS



Geschützte, kontrollierte Qualität.
Der Anbau und die Verarbeitung der Steirischen Käferbohne g. U. erfolgen kontrolliert und zertifiziert – kurze Transportwege, beste Qualität und Gentechnik-freiheit sind garantiert.

BOHNE MIT STARKEM INHALT



Grünes Protein
In der Steirischen Käferbohne g. U. steckt Großes in Sachen Geschmack und Wohlbefinden. Fein-nussig und zart schmelzend erobert sie die Spitzengastronomie – mit Eiweiß, Ballaststoffen und Vitaminen ist sie ein Hauptdarsteller auf dem Teller.



Ursteirisch, urgut, – die Steirische Käferbohne g. U.
FOTO: KRUG

Große Bühne für die Käferbohne

Für die regionale Vielfalt am Osterreich: Steirische Käferbohne g.U.

Ostern ist natürlich auch in Sachen Kulinarik ganz stark mit Traditionen verbunden. Kein Osterfest ohne Schinken, Ei und Co. Aber köstliche regionale Ergänzungen sind auch am Ostertisch immer stärker im Kommen. Und da hat jetzt vor allem die Steirische Käferbohne g. U. ihren ganz großen Auftritt.

Denn in den vergangenen Jahren hat sie sich mehr und mehr zu einem Hauptdarsteller in der Küche entwickelt. Zu verdanken ist das in erster Linie der vielseitigen Verwendbarkeit der Bohnen. Ob Suppe, Beilage, Hauptgericht oder auch Dessert – Steirische Käferbohnen g. U. erobern sich ihren Stammsitz auf den Speisekarten. Und das ganz besonders

auch in der Spitzengastronomie, wo sie Topköche immer wieder zu neuen Rezeptideen beflügeln. Wie Milivoj Novak vom Gourmet-Restaurant Starcke Winzerhaus am Grazer Schloßberg, der es liebt, mit Steirischen Käferbohnen g. U. verschiedenste köstliche Kreationen auf die Teller zu zaubern.

„Die Steirische Käferbohne g.U. ist für mich ein ausgezeichnetes regionales pflanzliches Lebensmittel, bei dem Genuss und Geschmack einfach rundum stimmen“, schwärmt der Spitzenkoch. **Steirische** Käferbohnen g. U. punkten neben dem unvergleich-

lichen Geschmack aber auch damit, dass sie nährstoffreich und im Rahmen einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung gesund sind. Sie sind hervorragende Eiweiß-, Ballaststoff- und Kohlenhydratspender und gleichzeitig sehr fettarm. Außerdem: In 100 Gramm gekochten Steirischen Käferbohnen g. U. finden sich rund 36 mg Kalzium, 1,5 mg Eisen, 5 mg Natrium sowie Vitamin A und C.

Der verstärkte Griff zum „grünen Protein“ hat deshalb auch dazu geführt, dass sich der Käferbohnenanbau in der Steiermark enorm entwickelt hat. Seit der Zuerkennung des EU-Herkunftsschutzes werden jährlich auf 500 bis 650 Hektar Steirische Käferbohnen angebaut.

www.steirische-kaeferbohne.at



REZEPT



FOTO: MAJCAN

Steirische Käferbohnen-Tascherl

Zutaten für 4 Personen

- 150 g Mehl Typ 700
- 150 ml Wasser
- 100 g Vollkornmehl
- 100 g Butter
- 1 TL Steinsalz
- 1 MS Weinsteinpulver

Fülle

- 150 g Steirische Käferbohnen g. U., gekocht
- 2 EL Röstzwiebel
- 1 Stück Knoblauchzehe
- 50 ml Käferbohnenkochwasser
- Salz, Cayennepfeffer

Zubereitung

1. Aus den Teigzutaten eine homogene Masse kneten, anschließend für ca. 15 Minuten zimmerwarm zugedeckt ruhen lassen.
2. Für die Fülle alle Zutaten mixen, bei zu dicker Masse etwa 50 ml Kochwasser hinzufügen.
3. Den Teig zu einer Rolle formen und ca. 10-15 Portionen herunterschneiden, zu Kugeln formen und dünn ausrollen.
4. 1/2 EL Käferbohnenfülle in die Mitte des Teiges setzen, den Teig zu einem Halbmond zusammenklappen und mit den Fingern verschließen.
5. In einer Pfanne mit heißem Fett bei ca. 160°C goldbraun herausbacken und auf dem marinierten Grazer Krauthauptelsalat servieren.

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Regionen und Wasserwirtschaft

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.



Am 1. April findet in der Kernothek der heurige Auftakt mit drei kostenlosen Erlebnistouren statt ESTYRIA

Oster-Erlebnis mit Steirerkraft

Die Steirerkraft Kernothek in Wollsdorf vereint Nachhaltigkeit und Geschmack. Eine Erlebnistour ermöglicht einen Blick hinter die Kulissen.

Naturprodukte verkosten, Kürbiskernöl frisch vom Tank zapfen, ein Flaschenetikett gestalten, ein Geschenk für das Osterfest finden – das alles ist in der Steirerkraft Kernothek und Ölmühle in Wollsdorf möglich. In der Unverpackt-Ecke wartet eine Vielfalt an Bohnen, Kürbiskernen und mehr, denn Nachhaltigkeit wird groß geschrieben. Die regionalen Spezialitäten werden klimaneutral produziert. Wie das funktioniert? Bei Führungen taucht man in die Welt rund um den Steirischen Ölkürbis vom Saat Korn bis zur Abfüllung ein und schaut mit etwas Glück dem Ölmüller direkt über

die Schulter. Wie man sich einfach, gesund und regional ernährt, was man für den Erhalt der Artenvielfalt tun kann – auch das ist Thema der Erlebnistouren in fünf Varianten: „Der Kern wird zum grünen Gold“, „Der Bohnenspezialist“, „Nachhaltigkeit und Biodiversität“, „Landwirtschaftliche Fachführung“ und „Ernährung – genial regional“. Der heurige Auftakt findet am 1. April mit drei kostenlosen Touren (um 8, 9.30 und 11 Uhr) statt. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Jeder Gast erhält gratis Kostproben und zum Abschied ein kleines Geschenk.

steirerkraft.com/kernothek



Zero Waste Cooking mit Rezepte-Rockerin Julia Knittelfelder

STEIRISCHER REINDLING

Zutaten:

Teig: 500 g Mehl, 20 g Germ, 70 g Butter, 250 ml lauwarme Milch, 1 Ei, 2 Eigelb, 70 g Staubzucker, Prise Salz

Füllung: 60 g flüssige Butter, 3 EL Kürbiskernmus, 70 g brauner Zucker, 1 EL Zimt, 50 g Rosinen, 100 g gehackte Kürbiskerne
Mus: 200 g Kürbiskerne, 5 EL Kürbiskernöl
Zum Servieren: geriebener Kren, Selchfleisch

Zubereitung: Kürbiskerne mit Prise Salz und etwas Kernöl 5–10 Min. zu Mus mixen. Mehl in Schüssel sieben. Mit Germ, 100 ml Milch und 1 TL Zucker zum Dampf verrühren. Rest Milch, Zucker, Butter, Ei, Eidotter und Salz mischen, verkneten. Mit Tuch abdecken, ca. 45 Min. gehen lassen. Teig zusammenschlagen, auf leicht bemehlter Arbeitsfläche fingerdick ausrollen. Dünn mit flüssiger Butter bestreichen. Mus auf Teig verteilen, mit Zimtzucker, Rosinen und gehackten Kürbiskernen bestreuen. Längs nach eng einrollen. Enden leicht zusammendrücken. Teigrolle schneckenförmig in mit Butter bestrichene Form legen. 20–30 Min. gehen lassen. Oberfläche mit flüssiger Butter bestreichen. 50–60 Min. bei 150 °C Heißluft backen, sofort stürzen. Mit Selchfleisch und Kren servieren.

ZERO WASTE UND REGIONALITÄT

Steirerkraft Rezepte Rockerin Julia Knittelfelder serviert den klassischen Reindling auf steirische Art. Gefüllt mit Kürbiskernen und Kürbiskernmus wird die Spezialität zusammen mit steirischem Kren und Selchfleisch aufgetischt. Süß und pikant – so schmeckt der Frühling. Das Rezept hat Knittelfelder unter dem Leitgedanken „Zero Waste und Regionalität“ entwickelt, denn „Zero Waste Cooking“ ist ihre Vision. Mehr Inspiration und Rezepte zum Ausprobieren auf steirerkraft.com/rezepte



Video zum Nachbacken



ÜBER 20.000

unabhängige Kontrollen im letzten Jahr.



Erfahren Sie jetzt
mehr auf haltung.at



HALTUNG.AT

Gut, besser, steirisches Kürbiskernöl! Landesprämierung war ein absoluter Qualitätshöhenflug.

Bestnoten für das steirische Kürbiskernöl

Wäre es Wein, würde man wieder einmal von einem Jahrhundertjahrgang sprechen. Was die heurige Kernöl-Landesprämierung nämlich an Qualität zutage gebracht hat, ließ die Experten jubeln!

„Wir sind in einer absoluten Qualitäts-Oberliga angekommen“, schwärmt Reinhold Zötsch, Geschäftsführer Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl, angesichts des historischen Ergebnisses. Denn noch nie zuvor hat die hundertköpfige Jury, die vier Tage lang verkostete, derart viele Bestnoten vergeben wie heuer. Von den insgesamt 455 prämierten steirischen Kürbiskernölen erreichten 288 die

absolute Höchstnote. Das ist ein Plus von sensationellen 45 Prozent gegenüber dem Vorjahr.

Worin dieser enorme Qualitätssprung begründet liegt? „Das liegt sicher an den umfassenden Spezialschulungen der Produzenten, die von der Landwirtschaftskammer durchgeführt werden. Dazu kommt die Landesprämierung als Motivator und Qualitätstreiber“, betont LK-Vizepräsidentin Maria Pein. Und: „Großen Anteil am Qualitätsschub haben auch die Frauen auf den Betrieben. Mit bester Ausbildung und viel Fachkompetenz sorgen sie für enorme Entwicklungen.“ Wie Andrea Grabin und Andrea Zurk, die mit ihren Famili-

enbetrieben sogar auf der Liste der „20 Prämierungserfolge en suite“ stehen – dort haben sich mittlerweile sieben Kernölproduzenten eingetragen. Heuer wird der Anbau übrigens etwas geringer ausfallen. „Wir hatten im Vorjahr eine sehr sehr gute Ernte, deshalb sind die Kernlager noch voll“, betont Franz Labugger, Ob-



mann Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl.

Dafür steigt das Angebot an zeitgeistigen Produkten rund um das steirische Kürbiskernöl. Vor allem das Presskuchen-Mehl entwickelt sich zum Trendsetter in der Küche. Zötsch: „Das Presskuchen-Mehl trifft den Zeitgeist in Sachen Ernährung. Es zeichnet sich durch hohen Eiweißgehalt aus und ist bei Fitnessbegeisterten das In-Produkt schlechthin – für Shakes, Smoothies und selbstgemachte Riegel.“ Auch die Fruchtgummi-Flascherl sind ein Renner. „In jedem steckt das einzigartig nussige Aroma von echtem steirischem Kürbiskernöl“, macht Zötsch Gusto.



Begeistert vom Steirer-Kernöl: Zötsch, Pein, Labugger (v. l.)

KRISTOFERITSCH



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

 Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Regionen und Wasserwirtschaft

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

 Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums; Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete.

100 % reines Kürbiskernöl aus Erstpressung in einem exakt definierten Gebiet, gepresst nach traditionellem Verfahren erkennen Sie am g.g.A.-Siegel mit der grün-weißen Banderole.

www.steirisches-kuerbiskernoel.eu



Stefan
Zwettler,
LK-Forstchef



Andreas
Steinegger,
PEFC-Forstwirt



AUF PEFC-SIEGEL ACHTEN

Darauf kann man sich bei Produkten mit dem PEFC-Siegel verlassen



- 1 Es wird nicht mehr Holz geerntet als nachwächst.
- 2 Wo Bäume gefällt wurden, wird auch wieder aufgeforstet.
- 3 Der Wald bleibt ein sicherer Lebensraum für Tiere und Pflanzen.
- 4 Die Artenvielfalt im Wald bleibt erhalten.
- 5 Ein nachhaltig bewirtschafteter Wald behält seine Funktion als natürlicher Schutz von Gewässern, Böden und Klima.
- 6 Garantie für die legale Herkunft des Rohstoffs Holz.
- 7 Bei allen Waldarbeiten werden die hohen Standards der Arbeitssicherheit eingehalten.
- 8 Die Arbeitnehmerrechte werden gewahrt.
- 9 Bei allen Arbeiten wird qualifiziertes Fachpersonal eingesetzt.
- 10 Die Rechte der Menschen, die vom Wald leben und/oder von ihm abhängen (zum Beispiel Waldbauern oder auch Naturvölker in Südamerika), werden gesichert.

FOTOS: LK (3), PIXABAY (2)

PEFC: Das große Plus für den Wald

Wer Produkte mit dem PEFC-Siegel kauft, kauft nachhaltige, aktive, klimafitte Waldbewirtschaftung und Holzverarbeitung.

Vier Buchstaben mit großer Bedeutung für den Wald! PEFC ist nämlich das führende Siegel für nachhaltige, aktive und klimafitte Waldbewirtschaftung und Holzverarbeitung in Österreich. Konkret stehen diese vier Buchstaben für „Programme for the Endorsement of Forest Certification schemes“ - mit dem primären Ziel: die Wälder - mit ihren für die Menschen wichtigen Funktionen - für die zukünftigen Generationen zu erhalten. Dieses Ziel wird weltweit umgesetzt und für die Verhältnisse im jeweiligen Land an die regionalen Gegebenheiten angepasst.



Einer der 85.956 österreichischen Waldbesitzer, die PEFC-zertifiziert sind, ist Andreas Steinegger, der in Niklasdorf rund 34 Hektar Wald bewirtschaftet. „Mein Betrieb wurde in mehreren Schritten

über Jahrzehnte immer wieder zertifiziert. Für mich ist das wichtig, weil ich damit den Menschen zeigen kann, dass ich mich um meinen Wald kümmere und ihn nach klar nachvollziehbaren Spielregeln bewirtschafte. Dass ich also beispielsweise nachhaltig, ökologisch und an den Standort angepasst arbeite, dass ich mich an die Forstgesetze halte und für Artenvielfalt Sorge. Es ist zum Beispiel für die Zertifizierung wichtig, immer auch eine gewisse Zahl an sogenannten Speckbäumen im Wald zu haben.“ Steinegger lebt damit auch voll und ganz seine Philosophie der Waldbewirtschaftung: „Standortangepasst, nachhaltig und wirtschaftlich.“ Denn PEFC-zertifiziertes Holz wird verstärkt nachgefragt; damit ist auch der Absatz gesichert. Steinegger kann Waldbesitzern also die Teil-

nahme am PEFC-Programm, die übrigens kostenlos ist, nur empfehlen.

So gut wie alle Produkte, die aus oder mit Holz hergestellt werden, gibt es bereits mit dem PEFC-Siegel - das reicht von Klopapier und Bleistiften über Taschentücher und Spielzeug bis zu Parkettböden und Fenstern“, betont Stefan Zwettler, Leiter des Forstreferates der Landwirtschaftskammer Steiermark. Alle PEFC-zertifizierten Produkte findet man unter: pefc.at/suche

PEFC-SIEGEL: GARANTIE FÜR NACHHALTIGKEIT



PEFC ist das führende Siegel für nachhaltige, aktive und klimafitte Waldbewirtschaftung und Holzverarbeitung in Österreich. Wer Produkte mit dem PEFC-Siegel kauft, hat also die Garantie, dass diese aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung und nachhaltiger Produktion stammen.