

Das Weingut des Jahres 2024

Doppellandessieg und Titel
„Weingut des Jahres“
für Familie Weber
in St. Stefan
ob Stainz.
Seiten 6/7



ULRICH SCHNEEBAUER,
GRAZ TOURISMUS/TOM LAMM



ERWIN SCHERIAU

GRILLEN MIT SCHULTER

Spezielle Schnitte aus der Schweinschulter sorgen für ganz neue Genuss-erlebnisse beim Grillen. **Seiten 2/3**



KATHRIN HÜTTER

REGENBOGEN AM TELLER

Wie es uns der Körper dankt, wenn er täglich eine bunte Vielfalt von regionalem Gemüse bekommt. **Seite 9**



ALEXANDER DANNER

PROST MIT MOST

Steirische Moste sind das In-Getränk in diesem Sommer - leichter Trinkgenuss in verschiedenen Spielarten. **Seite 11**

EDITORIAL



Franz Titschenbacher,
Präsident der steirischen
Landwirtschaftskammer
BERGMANN

Natur lässt sich nicht nachbauen

Denken wir an unser geliebtes Sonntagsschnitzel, an ein steirisches Backhendl oder an Gegrilltes, in geselliger Runde genossen – Hand auf's Herz, wer will da in künstlich hergestelltes Fleisch beißen? Fleisch ist eines der natürlichsten und wertvollsten Lebensmittel. Kunstfleisch aus dem Reaktor kann und darf da keine Alternative sein. Tatsache ist aber, dass daran weltweit intensivst experimentiert wird – oftmals hinter dem vorgeschobenen Argument von Tierwohl und Klimaschutz. In den USA und in Ostasien ist Laborfleisch sogar schon auf dem Markt. Globale Monopolisten wittern dahinter das große Geschäft. Ein völliger Widerspruch zu unserer kleinstrukturierten Familienlandwirtschaft. Abgesehen davon gibt es rund um dieses Kunstfleisch noch viele Unklarheiten. So fehlen Informationen darüber, wie der menschliche Körper auf Laborfleisch reagiert. Auch Tierwohl und Klimaschutz sind wohl eher eine Mär. Fakt ist vielmehr, dass die Laborfleisch-Herstellung mindestens zwanzig Mal mehr CO₂ erzeugt, als jene von Fleisch aus natürlicher Tierhaltung. Daher: Nein zu Laborfleisch! Lassen wir uns weiterhin unser natürliches Schnitzel schmecken! Mahlzeit!

Es darf auch mal die Schulter sein

Der Grillgenuss soll wieder einmal neu befeuert werden? Dann herzhaft Stücke von der Schweinsschulter – rauf auf den Rost.

Die Schulter kann einfach weitaus mehr, als man landläufig glaubt“, schwärmt Fleischermeister, Fleischsommelier und Grilltrainer Robert Buchberger von diesem speziellen Teil vom Schwein. Und empfiehlt: „Es lohnt sich absolut, Schulterfleisch abseits der traditionellen Verwendung für Geschnetzeltes oder Gulasch, auch einmal zum kulinarischen Höhepunkt eines Grillfestes zu machen.

Damit das gelingt, sind zwei grundlegende Faktoren ausschlaggebend – hochwertige Fleischqualität und spezielle Schnitte; so erhält man aus dem interessanten, etwas bissfesteren, Schulterfleisch ganz individuell schmeckende Teile.“

In Sachen Fleischqualität sind die steirischen Schweinebauern natürlich eine absolut verlässliche Quelle. „Unsere Bäuerinnen und



Bauern halten und füttern die Schweine nach höchsten Standards – damit landet absolut hochwertiges und frisches Fleisch beim Konsumenten“, macht Styriabrid-Chef Kurt Tauschmann Gusto auf den Griff zu steirischem Qualitätsschwein. Und ergänzt: „Bei heimischer Qualität hat man zudem die volle Gewissheit über die Herkunft – im Idealfall kennt man den Betrieb sogar selbst. Und auch die tägliche Verfügbar-

Auch Starkoch Christof Widakovich sagt Nein zu Laborfleisch DANNER



Fleisch aus dem Labor ist nicht ehrlich

In der Herstellung von Laborfleisch wittern internationale Firmen ein riesiges Geschäft – oft hinter vorgeschobenen Argumenten wie Tierwohl und Klimaschutz. In der Steiermark wird gegen die Zulassung für derartiges „Kunstfleisch“ mobil gemacht. Die

Petition der Landwirtschaftskammer Steiermark wird dabei auch von Persönlichkeiten wie Starkoch Christof Widakovich unterstützt: „Fleisch ist eines der wertvollsten und natürlichsten Lebensmittel. Filet aus dem Labor ist nicht natürlich – und nicht ehrlich.“

UNTERSCHREIBEN AUCH SIE DIE PETITION – NEIN ZU LABORFLEISCH WEIL:

- bei der Laborfleisch-Produktion mindestens **20-mal mehr CO₂** entsteht als bei natürlichem Fleisch
- die Produktion von Laborfleisch zu **100 Prozent in der Hand von Konzernen** liegt
- Laborfleisch heimische Bauernhöfe bedroht und unsere schöne **Kulturlandschaft gefährdet**
- niemand weiß, wie sich Laborfleisch langfristig auf unsere **Gesundheit** auswirkt
- **Natur nicht nachgebaut** werden kann

QR-Code scannen und online unterzeichnen (**E-Mail-Bestätigung nicht vergessen!**)
Online unterzeichnen auf www.stmk.lko.at/laborfleisch-petition
Unterschriftenliste herunterladen unter stmk.lko.at/unterschriftenliste





Styriabrid-Vorsitzender Kurt Tauschmann, Landesrätin Simone Schmiedtbauer und Fleischermeister Robert Buchberger (v.l.) haben die besten Stücke der Schweinsschulter gegrillt

SCHERIAU (7)

keit ist garantiert, was gerade beim Grillen, wo es oft um einzelne spezielle Stücke geht, besonders wichtig ist.“

Agrarlandesrätin Simone Schmiedtbauer, eine bekennende Grillfreundin, bricht deshalb ebenfalls eine Lanze für die heimischen Schweinefleisch-Produzenten und den Mut zu Neuem beim Grillen: „Ein Steak geht natürlich immer –, ich selber bin aber ein großer Fan von Schweinebauch und Käsekrainer. Aber man darf beim Grillen durchaus auch etwas Mut beweisen und einmal ein anderes Fleischstück – wie eben die Schulter, aus der sich ja ganz besondere Stücke zubereiten lassen –, probieren.“

Damit die hohe Fleischqualität dann aber auch tatsächlich am Teller landet, gilt es beim Grillen einiges zu beachten. „Denn“, so Tauschmann: „man kann bei zehn Minuten Zubereitung mehr kaputt machen, als bei einem Jahr füttern.“

Grillprofi Buchberger hat daher speziell in Bezug auf die Schweinsschulter einige Tipps parat: „Der erste und wichtigste Schritt ist einmal, beim regionalen Fleischer oder Direktvermarkter ein hochwertiges Stück Schulterfleisch zu besorgen. Wer spezielle Schnitte haben möchte, bestellt diese am besten beim Fleischer vor. Diese braucht man dann nur mehr etwas

salzen, nach Lust und Laune mit Kräutern würzen, medium grillen und – ganz wichtig – nachrasten lassen (*Tipps siehe rechts oben*).

Pulled Pork ist übrigens die wohl berühmteste Zubereitungsart von Schulterfleisch. Buchberger: „Dafür ein Stück im Ganzen bei 120 bis 130 Grad in den Kugelgriller oder Smoker geben und 12 Stunden grillen – die Kerntemperatur sollte bei 95 Grad liegen.“ Also: hoch die Schulter und ran an den Grill!

Robert Buchberger nimmt nichts auf die leichte Schulter, wenn es ums Grillen geht



GRILLEN MIT SCHULTER

Heimisches Schweinefleisch kaufen – es ist frisch, immer verfügbar, die Tiere werden nach höchsten Standards gehalten und gefüttert.

Mehr Temperatur. Für die etwas bissfesteren Schulterstücke den Griller auf 250 bis 280 Grad vorheizen, das ergibt ein schönes Branding, dann bis zu einer Kerntemperatur von 58 bis 60 Grad grillen. Rasten lassen.

Was die Schulter alles hergibt

Flaches Schulterstück.

Landläufig als „Schulterwudl“ bekannt, ideal zum kurz braten. Wichtig: ausgiebig rasten lassen.



Falsches Filet.

Gut marmoriertes Fleisch, das unterhalb des Schulterblattes liegt. Wird in der Grillsprache Chingolo genannt.



Dicker Bug.

Dieses schmackhafte große Stück eignet sich ideal zum Braten und Smoken im Ganzen.



Kette.

In der Grillsprache „Chain“ genannt – ein schönes längliches Stück, bestens geeignet zum kurz Anbraten.



Kleines Teilstück.

Wird vom Schulterblattdeckel geschnitten und von Grillprofis Cuscino genannt. Das perfekte Teil für den so genannten Lady's Cut – also das portionsmäßige weniger große Stück



DIE STARKEN STEIRISCHEN SCHWEINEFLEISCHMARKEN

styriabrid.at

100 Prozent steirisch, gentechnikfrei, Auslauf ins Freie, nachhaltige Wirtschaftsweise u. v. m.



absolut-steirisch.at

Top-Qualität, Mast vorwiegend mit heimischem Mais, kurze Transportwege u. v. m.



vulkanland-schwein.at

Geboren in der Steiermark, gemästet, geschlachtet, verarbeitet im Vulkanland.



steirerglück.at

100 Prozent Steiermark – keine langen Transportwege, AMA-Gütesiegel-Qualität.



AMA-Grilltrainer
und Fleischermeister Josef
Mosshammer

MOSSHAMMER,
SCHERIAU,
AMA

Grillen kann jeder – wenn die Fleischqualität passt

Sommer, Sonne, Grillspaß! AMA-Grilltrainer Josef Mosshammer erklärt, worauf es ankommt



1 Was heißt grillen eigentlich?

Allen voran Geselligkeit, Spaß und Genuss. Konkret versteht man unter dem Begriff Grillgut die Zubereitung von Fleisch am Rost oder Gitter – die ursprünglichste und natürlichste Form des Bratens.

Die Hauptfrage betrifft die Temperatur. Und: Wie lange braucht Fleisch, bis es genussfertig ist? Für Bratenstücke gibt es da eine einfache Regel: pro Kilo eine Stunde. Generell geht man aber mit einem Stichthermometer auf Nummer sicher – da kann auf den individuell gewünschten Punkt hingegrillt werden. Ein Schweinsteak, medium und rosa, liegt etwa bei 64 Grad, ein „well done“

2 Mit welchen Fragen sind Sie als AMA-Grilltrainer am häufigsten konfrontiert?

GEWUSST, DASS ...

... der richtige Zeitpunkt zum Wenden des Grillguts dann gekommen ist, wenn sich auf der Oberseite des Fleisches Tröpfchen bilden?

... man ein schönes Gittermuster bekommt, wenn man das Fleisch nach einiger Zeit – auf der gleichen Seite – um etwa 60 Grad dreht?
Info unter: **AMA GRILLCLUB.at**

Steirisches Kürbiskernöl g.g.A – der ultimative Genuss beim Grillen

Beim Grillen: am Schluss ein Schuss steirisches Kürbiskernöl

Auf dem Salat ist Steirisches Kürbiskernöl g.g.A ja nicht mehr wegzudenken.

Mittlerweile nützt die kreative Küche das „Grüne Gold“ jedoch immer öfter auch für die Verfeinerung von Suppen, für süßes und pikantes Gebäck oder Desserts. Aber: Gewusst, dass Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. auch beim Grillen das Tüpfchen am „i“ sein kann?

Kurzes Erhitzen ist nämlich entgegen landläufiger Meinungen überhaupt kein Problem – also nicht schädlich. Was man allerdings nicht sollte, ist mit steirischem Kürbiskernöl braten oder

frittieren. Beim Grillen kommt Kürbiskernöl aber ohnehin vorrangig als abschließende, genussvolle Würze zum Einsatz. Also: Steak oder Fisch zart auf die gewünschte Kerntemperatur hin grillen und vor dem Servieren mit Kürbiskernöl würzen – für ein besonderes Geschmackserlebnis!

Wichtig: Kürbiskernöl beim Grillen nicht in der Sonne stehen lassen! UV-Strahlen beschleunigen nämlich den Fettverderb und lassen das Öl bitter schmecken. Kürbiskernöl grundsätzlich immer stehend, gut verschlossen, bei Raumtemperatur – also nicht im Kühlschrank – lagern.



Viele weitere köstliche und kreative Grillrezepte mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. gibt es auf: steirisches-kuerbiskernoel.eu



IM AMA-GRILLCLUB DAS EINMALEINS DES GRILLENS LERNEN

Mit Jenny und Patrick vom Kenner zum Köhner werden.

Grillen will gelernt sein! Und dafür ist der AMA-Grillclub mit den Grillprofis Jenny Gruber und Patrick Bayer perfekt. Kein Wunder, dass mittlerweile mehr als 10.000 Mitglieder die Vorteile des AMA-Grillclubs nützen. Es gibt Rezepte, Tipps, Videos und Produkttests, man erfährt neueste Trends und kann sich an Grillkursen beteiligen. Jedes Mitglied erhält auch eine digitale Ausgabe des Magazins „Grillzeit“.

Anmeldung unter amagrillclub.at/abo kostenfrei und unverbindlich



bei 70 Grad plus. Rindfleisch auf den Punkt gegrillt hat eine Kerntemperatur von maximal 60 Grad.

3 Was sind beim Grillen die häufigsten Anfängerfehler?

Zu viel Hitze! Wenn der Griller auf 250 bis 350 Grad vorgeheizt wird, darf man sich kein saftiges Steak mehr erwarten. Grundregel: Steaks oder Koteletts auf beiden Seiten scharf angrillen, dann bei mäßiger Hitze auf die gewünschte Garstufe bringen. Etwas rasten lassen, damit sich der Fleischsaft gleichmäßig verteilt.

4 Das Um und Auf beim Fleischkauf?

Fleischkauf ist eine absolute Vertrauenssache. Da lohnt es sich wirklich, einen Fleischer seines Vertrauens zu haben. Und: Das Fleisch muss einen natürlich auch ansprechen. Schweineschinken muss zart rosa sein, eine feine Marmorierung haben. Beim Rind ist ein schönes dunkles Rot ideal. Aber auch Huhn, Lamm und Wild eignen sich ideal zum Grillen. Wir in der Steiermark sind in der



glücklichen Lage, dahingehend auf die hervorragende Qualität unserer Bäuerinnen und Bauern zurückgreifen zu können.

5 Was sind aktuell die Trends beim Grillen?

Es lässt sich gerade eine interessante Rückbewegung zum sehr Einfachen beobachten. Also: weniger mehrgängige Zeremonien, sondern einfach ein paar Würstel oder ein Steak grillen – hauptsächlich von bester Qualität.

Ganz groß im Trend liegen Feuer-schalen – das Magische des Feuers, die Gemeinsamkeit und Geselligkeit gewinnen an Bedeutung.

6 Ihr Tipp für alle, die etwas Neues probieren möchten?

Da kann ich ein Burger-Buffer empfehlen! Buffet mit unterschiedlichsten Zutaten – Fleisch, Gemüse, Soßen, Buns – herrichten. Die Gäste grillen selber und stellen ihren Burger nach eigenem Geschmack zusammen. Macht großen Spaß und der Gastgeber ist entlastet.



Mit dem Kauf regionaler Lebensmittel sichern Sie 500.000 Arbeitsplätze und schützen das Klima!





Weinhof Tomaschitz,
Klöch, Kategorie Traminer/
Gewürz-
traminer:
Gelber
Traminer
Klöch DAC



Familienweingut Trabos,
Gamitz, Kategorie Sekt:
Gelber
Muskateller Sekt



**Weinhof Riegelnegg
Stammhaus,** Gamitz,
Kategorie
Blauer
Zweigelt:
Zweigelt
Klassik



Weingut Adam Amandus,
Leutschach, Kategorie
Rotwein
Vielfalt:
Blauer
Wildbacher
Barrique



WEINGUT DES JAHRES

Doppelländessieger: Weingut Weber,
St. Stefan ob Stainz, Kategorie Muskateller:
Gelber Muskateller,
Kategorie Schilcher:
Schilcher Klassik
DAC



**Viel Frucht und
ausgeprägte
Fülle – der 2023er
spielt in der
obersten Weinliga.**

Ausgezeichnete Weine der Steiermark



BROSCHÜRE

Viele Infos und alle Adressen.
„Die besten Weine der Steiermark 2024“ nennt sich die Begleitbroschüre zur Landesweinbewertung. Mit Informationen zur Veranstaltung und allen Namen und Adressen der Semifinalisten und Finalisten. Bestellt werden kann die Broschüre – maximal drei Stück pro Person – unter: wein@lk-stmk.at.

QR-Code
scannen und
Broschüre
runterladen



Die 77. Landesweinbewertung ist geschlagen – und die Weinfreunde haben allen Grund zum Jubeln: Unter den Semifinalisten, Finalisten und Siegern ist die Qualitätsdichte heuer nämlich besonders groß.

„Und das, obwohl 2023 ein sehr herausforderndes Jahr für die Winzer war und ein sehr strenges Auswahlverfahren es überaus schwierig gemacht hat, mit seinem Wein das Semifinale, Finale oder gar einen Landessieg zu erreichen“, verweist Weinbaudirektor Werner Luttenberger auf das hohe Niveau und freut sich, dass ganze 332 der eingereichten Weine das Semifinale erreicht haben: „Das spricht natürlich für die herausragende Qualität der steirischen Weine.“

Zur Freude Luttenbergers kristallisierten sich da vor allem die sogenannten ortstypischen Weine besonders heraus: „Diese zukunftsweisenden Ortsweine stellen bei der diesjährigen Landes-

weinbewertung ja erstmals eine eigene Kategorie dar – mit den Sorten ‚Burgunder‘ und ‚Sauvignon‘, die trocken ausgebaut sein müssen. Gleich 226 Weine wurden da auf Anhieb eingereicht.“

„Ein Jahrgang mit viel Frucht und Fülle am Gaumen.“

Werner Luttenberger
Weinbaudirektor

Ganz besonders beliebt ist die Landesweinprämierung allerdings seit jeher für Riedenweine; in dieser Kategorie gingen gleich 277 Tröpferl ins Rennen.

Fruchtigkeit und Fülle zeichnen den Jahrgang 2023 aus: „Zur Frucht kommt jetzt vermehrt Dichte und Struktur hinzu. Das schafft eine schöne Harmonie und sorgt für anhaltenden Genuss am Gaumen“, gibt Luttenberger Einblick in aktuelle Trends und Ent-



wicklungen. Dazu gehören auch die Alternativ- und PIWI-Weine, denen bei der Landesweinbewertung wieder eigener Raum gegeben wurde. Insgesamt wurden 18 Landessieger gekürt – da-



Weingut Schmölzer,
St. Andrä-Höch, Kategorie
Riesling:
Riesling
Ried
Gaisriegel
DAC



**Weinhof-Winzerhaus
Oswald,** Großklein,
Kategorie
Scheu-
rebe:
Sämling
88



Weingut Pfeifer Annaberg,
St. Anna/Aigen, Kategorie
Burgunder
Ortstypisch:
Chardonnay
DAC



Weingut Strauss, Gamitz,
Kategorie Prädikatswein:
Trocken-
beeren-
auslese



t: Die besten eiermark



runter zwei Doppellandessiege und ein „Weingut des Jahres“. (siehe Fotos!) Wer jetzt Gusto auf die Tröpferl bekommen hat: Alle Siegerweine können in der „Vinothek Steiermark“ in St. Anna ver-

kostet werden. „Ein besonderes Erlebnis ist es aber sicher, den erfolgreichen Betrieben einen persönlichen Besuch abzustatten und die Tropfen vor Ort zu verkosten“, empfiehlt Luttenberger.

Übrigens: Alle Finalistenweine gibt es auch im Onlineshop, Sortenpakete können unter folgender Adresse bestellt werden:

shop.buschenschank.at

INTERVIEW

Qualität ohne Kompromisse



Werner Luttenberger
Weinbaudirektor
Landwirtschaftskammer
ANNA STÖCHER

Ihr Resümee zur Landesweinbewertung 2024?

WERNER LUTTENBERGER:

Perfekte Qualität, tolle Betriebe, enorme Vielfalt – mehr als würdige Landessieger. Besonders erfreulich ist, dass sich das System mit den DAC-Weinen so gut bewährt – diese Ortsweine haben Zukunft.

Wohin geht die Reise für den steirischen Wein?

Kompromisslos in Richtung Qualität – mit dem Ziel, den typisch steirischen Wein, geprägt von Frucht, aber vermehrt auch von Struktur, Fülle und Harmonie, in die Flasche zu bringen.

Wie steht es um den Weinmarkt?

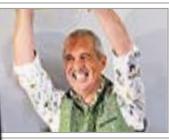
Der ist glücklicherweise stabil. Bei den Kunden punktet vor allem der typische fruchtig-leichte „Steirer“, Rotweine stagnieren etwa – das ist eine internationale Entwicklung – Rosé liegt im Trend. Eine Flächen-Aufstockung, derzeit liegen wir in der Steiermark bei 5100 Hektar, ist kein Thema.



Weingut Teltcher,
Leutschach, Kategorie

Welschriesling:
Welschriesling
DAC

Weingut Rudolf und Petra Schuster, Klöch, Kategorie



Morillon:
Chardonnay
Klassik
DAC



Weingut Adam-Lieleg,
Leutschach, Kategorie



Sauvignon
blanc:
Sauvignon
blanc

DOPPELLANDESSIEGER



Weingut Grabin, Labuttendorf,
Kategorie Weißburgunder: Weißburgunder DAC,
Kategorie Riedenwein
Burgunder: Chardonnay Ried Stermetzberg DAC



Große Bühne für die steirischen Landessieger!

In der Grazer Seifenfabrik wurden die besten Weine der Steiermark ausgezeichnet – eine Gala für den steirischen Wein und seine Produzenten.

SCHNEEBAUER,
ADOBE STOCK



posch. Wein gut zum Lesen,
Pischelsdorf, Kategorie Sauvignon
blanc
Ortstypisch:
Sauvignon
blanc Oststeiermark DAC



Weingut Jauk-Wieser,
Deutschlandsberg, Kategorie
Schilcher
Orts- und
Riedenwein:
Schilcher Ried
Burgegg DAC



**Weingut Riegelnegg
Olwitschhof**, Gamlitz, Kategorie
Riedenwein
Sauvignon blanc:
Sauvignon blanc
Ried Sernauberg
DAC



Den Sommer auf den Gaumen holen - mit Köstlichkeiten von steirischen Bäuerinnen und Bauern.

Die Steiermark ist ein kulinarisches Schlaraffenland - nicht zuletzt dank der vielen Bäuerinnen und Bauern, die mit Liebe, Leidenschaft und fachlichem Know-how Lebensmittel in höchster Qualität herstellen. Gerade jetzt im Sommer ist das weiß-grüne Angebot phänomenal - frisches Obst und Gemüse direkt vom Garten auf den Teller. Fruchtige Weine und Säfte - für den sommerlichen Trinkgenuss; am besten gleich mit einer Jause in einer gemütlichen Buschenschank kombiniert. Da kann man nur sagen: Das Leben ist schön, bei uns in der Steiermark!



URIG UND KÖSTLICH

Urige Gemütlichkeit im 360 Jahre alten Winzerhaus am Weingut Hack-Gebell. Wirtin Brigitte legt größten Wert auf regionale Lieferanten und veredelt alle Fleischspezialitäten vom Tierwohl-Kräuterschwein für die traditionelle Brettjause selbst! Eine große Käseauswahl, vegetarische und vegane Gerichte, ein „Picknick im Weingarten“ sowie die hervorragenden Weine von Winzer Philipp Hack machen einen Besuch am Familienbetrieb zu einem Rundum-Erlebnis!
hack-gebell.at



Lass dir den **Sommer** schmecken!



NATÜRLICH UND SÜFFIG

Most ist das ursprüngliche Getränk der Oststeirer! Perfekt gekühlt bietet ein Holzermost-Spritzer einen erfrischenden und natürlichen Genuss an heißen Tagen. Holzermost gibt's übrigens in acht verschiedenen Streuobst-Sorten, von fein herb bis leicht süß!
holzermost.com



GEMÜTLICH UND VIELSEITIG

Wein und Unterhaltung. Der Familienbetrieb Resch liegt idyllisch in die Landschaft von Leutschach eingebettet - der größten Weinbaugemeinde der Weinstraße. Dort dreht sich fast alles rund um den Wein, aber: es gibt auch feine Säfte, Schnäpse und Produkte aus der eigenen Landwirtschaft. Außerdem ein Gästehaus, eine originale Loambudelkegelbahn und viele schöne Wander- und Radwege, von denen man gerne wieder auf einen erfrischenden Schluck zum Resch zurückkommt. weingutresch.at



ÖKOLOGISCH UND NACHHALTIG

Fruchtige Erfrischung. Natürliche regionale Säfte, eine Geschmacksexplosion! Gespritzt oder mit Leitungswasser sind die Säfte und Nektare vom Obsthof Singer die idealen Durstlöcher. Ein Schuss Fruchtnektar wertet jeden Cocktail auf - auch in den Sekt passt er hervorragend.
singer-obsthof.at



EHRlich UND ECHT

Steirisches Kürbiskernöl für Salat und Seele. Weil es jeden Salat dunkelgrün färbt und ihm einen steirischen Herzstempel aufdrückt. Weil es den cremigen Geschmack von Vanilleeis hervorragend unterstreicht und jeder Eierspeis' den Ritterschlag verleiht...
hamlitsch.at





Warum wir jeden Tag einen farnefrohen Regenbogen in unseren Speiseplan einbauen sollen.

Hol den Regenbogen auf den Teller

Steirisches Gemüse ist eine absolute Bereicherung für den Speiseplan und ein kreativer Tausendsassa in der Küche. Ob als Aufwertung für das Jausenbrot, als knackiger Snack, cremige Suppe oder leichte Hauptmahlzeit - Gemüse ist vielfältig einsetzbar und hat immer Saison! Zudem steckt in heimischem Gemüse enorme Kraft für unsere Gesundheit.

Bunt heißt dahingehend das Zauberwort! Wer also die gesamte gesundheitliche Palette von Salat, Paradeisern, Roten und Gelben Rüben, Kraut und Co. nützen will, holt sich am besten jeden Tag den Regenbogen auf den Teller. In dieser farnefrohen Vielfalt steckt nämlich enormes Gesundheitspotenzial. „Ausschlaggebend dafür sind die so genannten sekundären Pflanzenstoffe, von denen mittlerweile rund 100.000 bekannt sind. Die wichtigsten, häufigsten und für die Gesundheit relevantesten sind die Carotinoide und Polyphenole“, gibt Sandra Holasek, Ernährungswissenschaftlerin an der MedUni



„Die bunte, heimische Gemüsevielfalt ist voller Kraft für unsere Gesundheit.“

Sandra Holasek
Ernährungswissenschaftlerin MedUni Graz

Graz, Einblick in die gesunde Kraft von Gemüse. Sie weist dabei vor allem auf die Bedeutung für den Zellstoffwechsel hin: „Diese Pflanzenstoffe schützen unsere Zellen, halten sie jung. Sie helfen, Bakterien zu bekämpfen, reduzieren Entzündungen im Körper und stärken das Immunsystem.“ Holasek betont zudem die günstige Wirkung bei der Fettablagerung: „Je mehr buntes Gemüse, um so weniger Fett wird gespeichert.“

In unserer Nahrung - also in Paradeisern, Karotten, Brokkoli, Salat, Kraut, Paprika etc. - kommen übrigens rund 50 verschiedene Carotinoide vor, die

von der Stärkung der Abwehrkraft über die Augengesundheit bis zur Senkung des Arteriosklerose-Risikos eine Fülle an gesunden Wirkungen entfalten. Das übrigens auch dann, wenn das Gemüse erhitzt oder tiefgefroren wird. Ein weiterer Vorteil: Durch den hohen Ballaststoffanteil sorgt Gemüse für eine gute Sättigung und für eine gute Verdauung - und versorgt ideal mit Vitaminen und Mineralstoffen.

Wichtig, um vom gesundheitlichen Wert voll zu profitieren: zu hochwertigem, heimischem und saisonal verfügbarem Gemüse greifen - am besten fünf Mal am Tag.

Tipps und Infos:
steirergemuese.at

SO SCHMECKT SOMMER



Sommersalat aus Steirischen Käferbohnen, Paradeisern und Pfirsichen

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 rote Zwiebel, fein gehackt
- 2 EL Weißweinessig
- 1 Handvoll Basilikum
- 5 mittelgroße Sommerparadeiser
- 250 g Steirische Käferbohnen g.U.
- 2 reife Pfirsiche
- 3 EL Olivenöl
- 125 g Burrata
- 1 kleine Handvoll Basilikumblätter
- Salz, Pfeffer

1. Zwiebel klein hacken, ca. zehn Minuten im Essig ziehen lassen.
2. In der Zwischenzeit das Basilikum fein schneiden, zu den Zwiebeln und dem Essig geben und gut vermengen.
3. Danach die Paradeiser grob und unregelmäßig schneiden. Die geschnittenen Paradeiser, die abgetropften Steirischen Käferbohnen sowie die in Spalten geschnittenen Pfirsiche zu den anderen Zutaten geben und alles mit dem Olivenöl vermengen.
4. Salat auf einer Servierplatte anrichten. Burrata mit den Händen zerreißen und auf dem Salat verteilen. Basilikumblätter darüberstreuen und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.
5. Dazu passt frisches Weißbrot.

WARUM FARBE DEM KÖRPER SO GUT TUT



Lycopin lässt Gemüse rot werden. Rotes Gemüse ist nicht nur ein Knaller für das Auge - auch für die Gesundheit steckt viel Gutes drinnen. Das ist dem sekundären Pflanzenstoff Lycopin geschuldet, der antioxidativ wirkt, das Immunsystem stärkt und die Gefäße schützt. Beim Erhitzen verstärkt sich die Wirkung sogar.

Carotinoide - die gelbe Kraft. Carotinoide sind sekundäre Pflanzenstoffe, die auch in rotem und grünem Gemüse stecken. Es gibt rund 600 verschiedene; sie haben eine Reihe gesundheitsfördernder Wirkungen - halten Zellen jung, sorgen für gesunde Magenschleimhaut und beugen Arteriosklerose vor.

Chlorophyll - der grüne Wunderstoff. Chlorophyll verleiht Gemüse das lebendige Grün und spielt eine Schlüsselrolle für die Gesundheit. Es schützt vor oxidativem Stress und freien Radikalen, hilft somit das Risiko für chronische Erkrankungen zu senken. Es unterstützt bei der Energieproduktion und der Entgiftung.



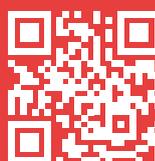
AMA

GRILLCLUB.at

■ ■ VOM KENNER ZUM

KONNER

- ✓ PRAKTISCHE INFOS & TIPPS
- ✓ ANLEITUNGSVIDEOS & REZEPTE
- ✓ AMA-GRILLTRAINER-VERZEICHNIS
- ✓ GRILLKURSE & WEBINARE
- ✓ ONLINE-ABO GRILLZEIT-MAGAZIN



Machen Sie mit und nutzen Sie die Vorteile des AMA-Grillclubs.



/AMAGRILLCLUB.AT



Besonders bei der jungen Generation gilt es als hip, ein Glaserl steirischen Most zu genießen – ganz stilvoll im edlen Glas.

DANNER

MOST IST HIP

In-Getränk. Das steirische Traditionsgetränk ist wieder voll angesagt – hohe Qualität, moderater Alkohol und damit leichter Trinkgenuss machen Most zum neuen Lifestyle-Getränk.

Viele Spielarten. Zum Renner entwickeln sich vor allem die diversen Mostvarianten wie Cider oder prickelnder Mostfrizzante.

STAATLICH GEPRÜFT

Qualitäts-Siegel. Die staatliche Prüfnummer garantiert, dass hundertprozentig steirische Spitzenqualität in der Mostflasche ist.



Most – Trendgetränk der jungen Generation

Ob edler reinsortiger Speisenbegleiter, spritziger Durstlöcher beim Grillen oder prickelnde Erfrischung bei der Sommerparty – steirischer Most hat sich zum Lifestylegetränk der jungen Generation entwickelt. Das hat allem voran mit der hochwertigen Qualität zu tun, die steirische Mostproduzenten mittlerweile in die Flasche bringen. „Wir sind da in einer Liga angelangt, die dem Wein um nichts mehr nachsteht“, freut sich Georg Thünauer, Obstbaureferent der Landwirtschaftskammer Steiermark, über die erfolgreiche Entwicklung des steirischen Traditionsgetränks. Warum dieses gerade bei der jungen Generation so punk-



„Der hohe Qualitätslevel macht Most bei Insidern zum absoluten In-Getränk.“

Georg Thünauer,
LK-Obstbaureferent

tet? „Weil ältere Menschen mit Most noch häufig eine Qualität verbinden, die weit entfernt von dem war, was die steirischen Mostproduzenten heute herstellen – reinsortige Moste aus hochwertigstem Obst. Die Entwicklung geht da übrigens gerade zwei interessante Wege. Zum einen wird auf alte Apfelsorten wie Maschankzer gesetzt, der sehr säure- und gerbstoffbetonten Most ergibt, die andere Linie verfolgt neue Apfelsorten wie Braeburn – mit einzigartiger Sortenaromatik“, gibt Thünauer Einblick.

sich einiges. Thünauer: „Auch bei Most wird auf Edelstahltanks gesetzt – die Zeit der Holzfässer ist vorbei, was durchaus mit Vorteilen verbunden ist; speziell was Reinigung, Temperatursteuerung oder reduktives Arbeiten, das sehr fruchtige Aromen bedingt, angeht.“

Bei der Landesprämierung der Landwirtschaftskammer Steiermark wurde die hohe Qualität der steirischen Moste einmal mehr sichtbar. Aus den 99 eingereichten Produkten gingen der „Mostproduzent des Jahres“ und sechs Landessieger hervor. Dazu wurde 40 Mal Gold und 40 Mal Silber verliehen.

Auch was die Ausbau-techniken angeht, tut

DIE BESTEN MOSTMACHER DES LANDES

Mostproduzent des Jahres und Landessieger:

- 1 Markus und Daniela **Holzer**, Vorau, „Eisperle“
- Landessieger:** 2 Sonja und Günter **Brunner**, Ilz, „Apfellini“ | 3 Hanna und Martin **Mausser**, Hitzendorf, „Apfelmost Jonagold“ | 4 Cornelia **Jansel**, Breitenfeld, „Schafnase STM“ | 5 Julia und Michael **Kuchlbauer**, Vorau, „Apfelmost Braeburn“ | 6 Daniela und Stefan **Weissenbacher**, Allerheiligen im Mürztal, „Cider RED“





Unvergessliches Erlebnis für Kinder: Im Holzzirkus der Hauptdarsteller sein und mit Holz werken.

Hereinspaziert! Der Holzzirkus ist da

Das war der schönste Tag in meinem Leben“, sagt Simon, 6, und strahlt vor Stolz und Freude. In den Händen hält er sein Holz-Flugzeug – er hat es gerade selbst hergestellt. Ganz alleine!

Diese Freude teilt Simon mit vielen Kindern, die den Holzzirkus besuchen. Dass es dieses österreichweit einzigartige Angebot gibt, ist dem Weststeirer Sigmund Reitbauer zu verdanken. „Ich hatte beim Fensterbauen immer sehr viel hochwertigen Holzabfall. Da ist mir eines Tages die Idee gekommen, etwas mit Kindern zu machen, um ihn sinnvoll zu verwerten.“ Dieses Etwas hat rasch Form angenommen und sorgt heute als Holzzirkus bei Kindern quer durch die Steiermark und mittlerweile sogar darüber hinaus für Begeisterung.

Dafür hat Reitbauer in den vergangenen Jahren aber einiges an Entwicklungsarbeit geleistet. Denn: „Es hat sich



Edmund Reitbauer (o.) bietet mit dem Holzzirkus eine österreichweit einzigartige Möglichkeit, den Werkstoff Holz kennenzulernen, zu begreifen und seine Vielfalt zu nutzen – für Kinder aber auch für Erwachsene.

HOLZZIRKUS

rasch gezeigt, dass es eigenes Werkzeug und einen eigenen pädagogischen Ansatz braucht, um die Kinder für die Arbeit mit Holz zu begeistern. So wurden intelligente Maschinen und ein motivierendes Vermittlungssystem entwickelt“, erzählt der Holzzirkus-Erfinder. Heißt: Es gibt kindgerechte Sägen, Bohrer und Co., um Fehlerquellen auszumerzen und Verletzungen zu verhindern. Das nimmt Angst, die Kinder können völlig eigenständig arbeiten und aus einem Holzrohling selbstständig ihr ausgewähltes Stück – Auto, Flugzeug, Schatztruhe – herstellen. Nach nur zwei Stunden hat jedes Kind sein fertiges Werkstück und damit ein Erfolgserlebnis in Händen, das es mit nach Hause nehmen kann.

Der Holzzirkus kommt im Rahmen des Pro Holz-Projektes „Holz macht Schule“ in Schulen, kann aber auch für Kindergärten und Kindergeburtstage gebucht werden. Im Center West in Graz gibt es zudem eine fix installierte Holzwerkstatt (links unten!)

Weitere Infos: holz-zirkus.at

HOLZZIRKUS IM CENTER WEST

Handwerken mit Holz – Spaß und Erfolgsgarantie

Jedes Kind ist im Holzzirkus willkommen – Gruppen ab zehn Kindern bitte vorher anmelden! Workshops für Kindergärten und Schulen dauern zwei Stunden. Die Betreuung ist kostenlos, es fällt nur ein kleiner Materialkostenbeitrag an. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 9 bis 19 Uhr, Samstag, 9 bis 18 Uhr. Auch in den Sommerferien! Info: holz-zirkus.at



Qualitätssiegel.

Nachhaltigkeit ist bei Holz- und Papierprodukten ein Gebot der Stunde. Deshalb auf das PEFC-Siegel schauen! Es garantiert, dass der Rohstoff aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern stammt und ökologische sowie soziale Anforderungen eingehalten wurden.

