

# Bio-Verbraucher e.V. – *Info-Brief* 24 / Oktober 2010

Liebe Leserinnen und Leser,

immer wieder behaupten Zeitgenossen, man müsse reich sein, um Bio-Lebensmittel kaufen zu können. Diese Ansicht hat Rosa Wolff jetzt im Selbstversuch eindrücklich widerlegt. Sie hat es geschafft mit dem Hartz-IV-Regelsatz, der für's Essen gerade mal 132,71 Euro pro Monat und Person vorsieht, auszukommen und trotzdem nur Bio-Lebensmittel zu kaufen. Natürlich muss man dazu eventuell seine Ernährungsgewohnheiten ändern und preisbewusst einkaufen. Es gibt anfängliche Schwierigkeiten, wenn man mit so wenig Geld auskommen muss und Spontaneinkäufe sind nicht drin. Die Ernährung tritt plötzlich in den Mittelpunkt: man muss die Mahlzeiten und Einkäufe sorgfältig planen. Die gesammelten Erfahrungen hat Rosa Wolff in ihrem Buch „Arm aber Bio!“ veröffentlicht (Edition Butterbrot, München 2010). Das Buch der Food-Journalistin, Kochbuchautorin und Restaurant-Testerin enthält außerdem 50 Rezepte und Seiten mit Informationen und Tipps, z.B. „Die besten günstigen Lebensmittel“, „Verbände und Siegel – die Bio-Klassengesellschaft“, „Das Nötigste für Ihre Küche“ und „Bloß nichts verkommen lassen“. Ihre Ernährungstipps kann man auch durchaus beherzigen, wenn man nicht arm ist!

Veranstaltungen im Rudolf Steiner Haus, Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg  
So, 14. Nov., 10-16.00 Uhr, Demeter-Tagung für Landwirte, Gärtner und Verbraucher  
Drei Vorträge und Aussprache, Bio-Imbiss und Bio-Kuchen, künstlerischer Abschluss  
Mo, 25. Okt., 20.00 Uhr, „Die Kernpunkte der sozialen Frage“  
Wolfgang Ritter, Nürnberg, Vortrag und Gespräch  
Di, 30. Nov., 20.00 Uhr, Nach der Wirtschaftskrise – Bausteine für die Zukunft  
Wolfgang Ritter, Nürnberg, Vortrag und Gespräch

## Veranstaltungen unserer Mitglieder

So, 28. Nov., 14.00-18.00 Uhr Bienenwachskerzenmarkt mit Bienenwachskerzen ziehen  
Demeter-Imkerei Jacob u. Hofmann, 91620 Reichardsroth-Ohrenbach 9a, T. 09865-941630

## Angebote und Gesuche

*Kostenfrei für unsere Mitglieder. Hier führen wir auch alle neuen Firmenmitglieder auf.*

### Metropolregion Nürnberg

Genussvolles – Chutneys, Gewürze, Honig, Marmeladen, Öle, Säfte, Senf, Tee, Weine ...  
delikatessen, Weinmarkt 14, 90403 Nürnberg, T. 0911 – 2029132, [www.delikatessen.de](http://www.delikatessen.de)

Neu: Demeter-Gemüse aus dem Knoblauchsland am Hauptmarkt in Nürnberg  
Fr 8-18.00 Uhr, Gartenbau Kratzer, Wetzendorfer Str. 269, 90427 Nürnberg, T. 0911-333152

Neu: Demeter-Brot und –Backwaren direkt vom Bäcker auf verschiedenen Märkten  
Bäckerei Wehr, 92348 Stöckelsberg,, Tel: 09189 - 40255, Markttelefon 0172.8346.225

- 90403 Nürnberg, Hauptmarkt, Di und Do 8.00-18.00 Uhr, Sa 8.00-17.00 Uhr
- 90408 Nürnberg, Wochenmarkt am Kobergerplatz, Fr 8.00-17.30 Uhr
- 90518 Altdorf, BioMarkt, Do 8.00-13.00 Uhr
- 90571 Schwaig Bauernmarkt, Sa 8.00-12.30 Uhr
- 91207 Lauf, Wochenmarkt, Mi 8.00-13.00 Uhr
- 91217 Hersbruck, Wochenmarkt, Fr 8.00-13.00 Uhr

Restposten Bio-Acocado-Speiseöl, nativ, aus Chile in 250 ml-Flaschen, MHD 02/11  
H. Körner, 90461 Nürnberg, Allersberger Str. 185 f, T. 0911–4397651, [www.green-sun.de](http://www.green-sun.de)

Microkredite-Fonds, nachhaltige Geldanlagen mit Verzinsung über dem Marktzins  
Fonds-Zentrum GmbH, 90403 Ng., Theresienstr. 26, T.0911–5988860, [www.fonds-zentrum.de](http://www.fonds-zentrum.de)

Naturnahe Gartenplanung, geomantische Beratung: Landschaftsarchitekt & Geomant  
Wolfgang Körner, 90425 Nürnberg, Husumer Str. 24, T. 0911–346838, [www.norisgeo.de](http://www.norisgeo.de)

Umzug: Praxis für ganzheitliche Heilweisen, Heilpraktiker C. und B. Güdelhöfer jetzt  
90419 Nürnberg, Bucher Straße 43, T. 0911–3658713, [www.praxis-guedelhoef.de](http://www.praxis-guedelhoef.de)

Betriebsschließung und Neueröffnung: Café Sagenhaft gibt es nicht mehr. Die Inhaber  
haben in Lauf/Pegnitz ein Geschäft für besondere Dinge und mit Bio-Produkten eröffnet:

"Anders&Mehr", E. Schneider-Menzel, Hermannstr. 3, Tel. 09123–980 9 888

Frische Bio-Enten und -Gänse zu Martini und Weihnachten bitte jetzt bestellen

Harald Schneider, 91734 Mitteleschenbach, T. 09871-7064186, [schneider@emu-shop.de](mailto:schneider@emu-shop.de)  
Haus in Nbg.-Brunn, Wfl. 321 m<sup>2</sup>, Bio-Pension m. 3 DZ, 2 EZ u. FeWo zu verkaufen  
Fam. Pölzl, Brunner Hauptstr. 80, 90475 Nbg., T. 0911-8325320, [pensiongpoelzl@t-online.de](mailto:pensiongpoelzl@t-online.de)  
Gesucht: abwechslungsreicher Arbeitsplatz auf Biohof mit Verarbeitung/ Verkauf

Ina Wilczek, Tel. 0151.5104.5536, [iwilczek@web.de](mailto:iwilczek@web.de)

Wer gerbt meine Schaffelle günstig, wer zeigt mir das Gerben?

Ina Wilczek, Tel. 0151.5104.5536, [iwilczek@web.de](mailto:iwilczek@web.de)

Honige (Biokreis-Zertifizierung) von versch. Standorten, Verkauf an Verbraucher  
Imkerei M. Schüller u. Dr. L. Barz, 90491 Nbg., Clausewitzstr. 40, T. 0911-591407 u. 264431

Candierte Nüsse, Kräuter, Tees, Gewürze, Lieferung an Händler und Verbraucher

B. Schwarz, Saarlandstr. 4, 97318 Kitzingen, T. 09321-382219, [www.heimerls.de](http://www.heimerls.de)

Bauen Sie sich Ihre eigene Existenz auf mit Personal-Franchise-System

Petra u. Ralf Schmidtke, Teampartner der Ryzoom Vertriebs GmbH, [www.ryzoom.net/Petra-Schmidtke](http://www.ryzoom.net/Petra-Schmidtke), T. 09175-794994, [www.ryzoom.net/Petra-Schmidtke](http://www.ryzoom.net/Petra-Schmidtke), [www.katzenlandschaft.de](http://www.katzenlandschaft.de)

Wir liefern an Händler und Verbraucher

- Artgerechte, natürl. Tiernahrung, Katzenlandschaften, Katzenklappen, Sicherheitsnetze
- Green Coffee mit Ling Zhi, RyBeauty-Gesichts- und Körperpflege aus Naturprodukten

Naturkosmetikprodukte und -behandlungen, Wellnessmassagen und -produkte

Biokosmetik + Wellness „CiARA“, 90409 Nbg, Berckhauserstr. 28, T. 0911-24036929,

Zu Advent und Weihnachten: Intarsien aus Naturholz, Wurzeln als Kerzenständer

Dieter Winge, Schreinermeister, 90489 Nürnberg, Lautensackstr. 11, T. 0911-552585

## Metropolregion München

Holistische Ernährungs- und Lebensberatung, Probleme an der Basis auflösen

Christian Jung, Ernährungsspezialist, München, Hausbesuche, Tel. 0176.5355.0986, 10-20 Uhr

Ernährungsberatung durch Rosa Wolff, Autorin von „Arm aber Bio!“ (München 2010)

Rosa Wolff, 80803 München, Clemensstr. 26, Tel. 089 – 343467, [www.armaberbio.de](http://www.armaberbio.de)

Planung, Beratung und Umsetzung von naturnaher Gartengestaltung

Landschaftsgärtner Wolfgang Grötzner, 80995 München, T. 089-12035433 u. 0176.2007.9754

Mit herzlichen Grüßen

Ihr Wolfgang Ritter

## 1 Assoziative Zusammenarbeit

Wie Anbau-Verbände die weltweite Zusammenarbeit voranbringen

Bericht von Naturland e.V. vom 29.03.2010 (Ausschnitt), [www.naturland.de](http://www.naturland.de)

Agro-Gentechnik gefährdet Biodiversität

2321 unterschiedliche Kartoffelvarietäten und 55 Maisvarietäten sind heute noch in Peru zuhause. Diese Vielfalt ist angepasst an unterschiedlichste agrarökologische Standort- und Klimabedingungen. „Der Reichtum Perus liegt in seiner enormen Biodiversität. Die Agro-Gentechnik ist eine Bedrohung für diesen unermesslichen Genpool“, so Der peruanische Umweltminister Dr. Antonio Brack. Die Genehmigung der Freisetzung von gentechnisch manipuliertem Mais – wie MON810 – oder die Zulassung der Amflora Kartoffel in Europa haben Konsequenzen auf die politische Diskussion und Entscheidungen in anderen Ländern – wie Peru. Naturland Geschäftsführer Reese: „Wir tragen eine große gesellschaftliche Verantwortung. Das scheint aber noch immer nicht im Bewusstsein der politischen Entscheidungsträger in Berlin und Brüssel angekommen zu sein“.

Öko-Kaffeeanbau ist Umweltschutz

Naturland zertifizierter Kaffee wächst im Schatten von Bäumen - in so genannten Agroforstsystemen. Dieses nachhaltige Anbausystem schützt Boden, Klima und Wasser und zeichnet sich durch eine große Artenvielfalt aus. „Je mehr Öko-Kaffee in Europa getrunken wird, umso besser für Mensch und Umwelt in Peru“, so Minister Brack. Eine nachhaltige Nutzung der natürlichen Ressourcen sowie der Schutz der Amazonas-Regenwälder stehen mit großer Priorität auf der Agenda von Minister Brack, dessen Ministerium erst 22 Monate jung ist. Durch die Verabschiedung des neuen Forstgesetzes sollen die 55 Millionen Hektar Primärwald (Vergleich: Gesamtfläche der Bundesrepublik Deutschland: 37 Millionen Hektar)

konsequent geschützt werden. Geplant ist bis zum Jahr 2021 die jährlichen Rodungen von 150000 Hektar Primärwald vollständig zu unterbinden.

Öko-Kaffee aus Peru ist zumeist Naturland Kaffee

16.700 Tonnen Naturland zertifizierter Kaffee mit einem Wert von über 55 Millionen US-Dollar wurden 2009 aus Peru exportiert. Peru ist der weltweit größte Exporteur von Öko-Kaffee, insgesamt wurden 34.500 Tonnen Öko-Kaffee in 2009 exportiert. Mit 190.000 Bäuerinnen und Bauern, die nach Naturland Richtlinien arbeiten, stellt Peru einen Schwerpunkt von Naturland International dar. Neben Kaffee werden in Peru auch Kakao, Bananen, Mangos und weitere tropische Früchte nach Naturland Richtlinien angebaut.

## 2 Landwirtschaft und Handel

### Biologisch-dynamische Weinbergpflege

Bericht ( Auszug) vom DEMETER-Weingut im Zwölberich, Schützenstr. 14, 55450 Langenlonsheim, Tel.: 06704/92028, [www.zwoelberich.de](http://www.zwoelberich.de), [info@zwoelberich.de](mailto:info@zwoelberich.de)

Was heißt das eigentlich genau – biologisch-dynamische Weinbergspflege?

Die biologisch-dynamische Landwirtschaft beruht auf den Grundsätzen der Anthroposophie und auf Rudolf Steiners (1861–1925) Abhandlung „Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft“. Der Grundgedanke ist ein ganzheitliches Konzept der Landwirtschaft: das Leben und Arbeiten im Einklang mit der Natur und mit gesunden Pflanzen. Das bedeutet, auf den Weinbau bezogen: Der lebendige Weinberg mit seiner biologischen Balance ist das Ziel. Denn die Qualität des Weins beginnt im Weinberg, mit einem gesunden Boden und vitalen Reben. Was es im biologisch-dynamischen Weinbau nicht gibt: chemischen Mineraldünger, chemisch-synthetische Spritzmittel und gentechnisch hergestellte Produkte. Stattdessen gibt es die Artenvielfalt von Pflanzen und Tieren im Weinberg, Hornmist für den Boden, Hornkiesel für die Pflanzenpflege, biologisch-dynamischen Kompost, biologisch-dynamische Pflanzenpräparate.

Hornmist belebt den Boden

Im April entwickelt sich im Weinberg das Leben der Pflanzen. Es ist Zeit für die Bodenbearbeitung: Der Boden wird gelockert, um das natürliche Bodenleben anzuregen. Außerdem wird das Feldpräparat Hornmist ausgebracht. Der Hornmist ist Kuhmist, in Hörner gefüllt und über Winter in die Erde gegraben. Die braunen Kugeln werden jetzt in angewärmtem Wasser aufgelöst und eine Stunde lang kräftig mit wechselnder Drehrichtung gerührt. So entfaltet sich die angesammelte kosmische Energie und belebt das Wasser. Dynamisieren nennt man diesen Vorgang, ein Kennzeichen des biologisch-dynamischen Anbaus. Das Präparat wird dann als feiner Sprühregen im ganzen Weinberg verteilt.

Hornkiesel und andere Präparate lassen die Pflanzen gedeihen

Weinreben wurzeln rund 6 Meter tief. So können sie auch in heißen, trockenen Zeiten genügend Wasser aus dem Boden ziehen. Die Bodenbegrünung aus Wicken und Roggen wird im Juni umgelegt. Sie deckt den Boden nun schützend ab. Die Spatenprobe zeigt: Der Boden bleibt locker, humusreich und hat noch genügend Feuchtigkeit.

Gegen Peronospora, den so genannten „Falschen Mehltau“, hat der biologisch-dynamische Weinbau seine besonderen Präparate: zum einen ein Tonerdeprodukt, ein feines Pulver, das in Wasser angeteigt und ausgespritzt wird, zum anderen Ackerschachtelhalm, ein Präparat, das stark verdünnt auf die Rebe gespritzt wird. Doch wenn der Pilzdruck sehr stark wird, ist der Einsatz von Kupfer unentbehrlich. Wir versuchen mit so wenig wie möglich auszukommen. Das sind 1,5 kg pro Hektar, die erlaubte Obergrenze liegt bei 3 kg pro Hektar. Beim Pilzbefall durch Oidium, dem so genannten Echten Mehltau, setzen wir als ökologisches Mittel Kaliumbikarbonat (auch bekannt als Backpulver) ein. Und wenn der Pilzbefall zu heftig wird, müssen wir Netzschwefel als Spritzbrühe ausbringen.

Schützen und stärken – nach diesem Prinzip setzen wir auch das biologisch-dynamische Lichtpräparat Hornkiesel ein. Es verbindet die Lichtintensität der Sonne mit dem Wachstum der Pflanzen. Hornkiesel wird vor Sonnenaufgang fein über der Rebanlage verstäubt. Es wird zu

Beginn der Reblüte eingesetzt und bei der Fruchtbildung. An kühlen Tagen soll es die Reben wärmen, an heißen Tagen den Stress nehmen.

Wir liefern unsere Demeter-Weine an Händler und Verbraucher!

### 3 Wissenschaft/ Forschung

#### Rund ums Brot

aus Kinderleicht Foodletter Nr. 55, Juli 2010, [www.kinderleichtmuenchen.de](http://www.kinderleichtmuenchen.de)

Mehr als 300 verschiedene Brotsorten werden in Deutschland angeboten. Nirgendwo sonst ist das Angebot so vielfältig. Brotgetreide, wie Weizen und Roggen, leisten einen wichtigen Beitrag zur täglichen Ballaststoffzufuhr und haben dadurch einen positiven Einfluss auf den Stoffwechsel und die Darmgesundheit. Typische Brotgetreidearten sind Weizen, Roggen, Dinkel und Emmer (Weizenart). Zu den Backtriebmitteln gehören Backpulver, Backhefen und Natron, die allesamt für ein höheres Backvolumen sorgen. Man unterscheidet sieben Brotsorten:

1. Weizenbrote, auch „Weißbrote“ genannt. Sie gehören zu den beliebtesten Brotsorten. Sie bestehen zu 90 % aus Weißmehl, Wasser und Backhefe, Milch, Fett und Zucker. Die restlichen 10 % können Roggenmehl oder andere Mehle beinhalten. Weizenbrote haben einen milden Geschmack und sind leicht bekömmlich.
2. Weizenmischbrote bestehen zu 51 bis 89 % aus Weizenmehl, das meist mit Roggenmehl gemischt wird. Letzteres macht das Brot herzhafter und haltbarer. Je höher der Weizenanteil ist, desto größer ist das Brotvolumen und desto milder schmeckt das Brot.
3. Weizenvollkornbrote bestehen zu 90 % aus Weizenvollkornmehl und/oder Weizenschrot. Darin sind die ballaststoffreichen Schalenanteile des Korns mit enthalten, die sich positiv auf unsere Darmtätigkeit und Darmgesundheit auswirken. Die Brote schmecken aromatisch und saftig.
4. Roggenbrote bestehen zu mindestens 90 % aus Roggen, schmecken kräftig, aromatisch und leicht säuerlich.
5. Roggenmischbrote haben einen Roggenanteil zwischen 51 und 89 %. Je höher dieser Roggenanteil ist, desto aromatischer und säuerlicher schmecken sie.
6. Roggenvollkornbrote haben einen Vollkornanteil von 90 %. Dazu wird Roggenvollkornmehl, sowie Roggenschrot verwendet. Die enthaltenen Schalenanteile der Körner sorgen für einen hohen Ballaststoffgehalt.
7. Unter Spezialbrot werden typischerweise Brotsorten wie Mehrkornbrot, Knäckebrötchen, Ciabatta, Sonnenblumenkernbrot, Pumpernickel, Bierbrot, Fladenbrot, sowie Kürbis-, Kartoffel- und Möhrenbrot verstanden.

#### Unsere Tipps:

- Kaufen Sie nur die Menge Brot, die Sie auch wirklich essen.
- Bewahren Sie Ihr Brot stets luftig und trocken, aber nicht zu warm auf, am besten in einem Brotkasten. Bei feuchtwarmem Wetter kann die Aufbewahrung im Kühlschrank hilfreich sein. So lässt sich Schimmelbildung durch Brotkrümel und Feuchtigkeit verhindern.
- Belassen Sie Schnittbrot in der Verpackung und entnehmen Sie lediglich einzelne Scheiben.
- Gefrieren Sie Brot portionsweise ein und tauen Sie es nur nach Bedarf auf. So können Sie ein bis drei Monate jederzeit auf ein frisches Brot zurückgreifen.
- Wer grünweiße, pelzige Stellen auf dem Brot findet, sollte es wegwerfen. Verschimmeltes Brot enthält Ochratoxin, das zu Krebsbildung und allergischen Reaktionen, sowie Nierenschädigungen führen kann, wenn es in größeren Mengen aufgenommen wird.

Quelle: LEL Schwäbisch Gmünd

### 4 Qualitäts- und Preisrecherchen

#### Reis enthält Arsen

ÖKO-TEST hat 20 Reissorten getestet und fand in allen Proben Arsen-Rückstände – auch bei den fünf Bio-Produkten. Anorganisches Arsen in „leicht erhöhten“ Mengen enthalten der

Alnatura Langkornreis, parboiled, der Basic Parboiled Langkornreis und der Neuform Bio Langkorn Reis, parboiled. Diese drei Bio-Reissorten erhielten die Note „gut“. Davert Parboiled Reis Langkorn Spitzenqualität und Rapunzel Parboiled Spitzenreis, Langkorn, weiß, enthielten „erhöhte“ Arsenmengen und wurden mit „befriedigend“ bewertet.

Für die konventionellen Reissorten gibt es folgende Bewertungen: drei „gut“, vier „befriedigend“, drei „ausreichend“, vier „mangelhaft“ und eine „ungenügend“ (El Puente Langkornreis Parboiled, Guayana, Fair Trade). Alle diese Produkte enthalten Spuren von Pestiziden und neun von ihnen auch Mineralölpuren. Die Bio-Produkte sind frei davon.

ÖKO-TEST schreibt dazu, Reispflanzen nähmen natürliches Arsen aus dem Boden auf und reichern es in den Körnern an – und zwar mehr als andere Pflanzen. Komme arsenverseuchtes Grundwasser hinzu, potenziere sich der Gehalt. Das gelte auch, wenn arsenhaltige Pestizide ausgebracht würden oder metallverarbeitende Betriebe in der Nähe seien. Arsen sei als krebserzeugender Stoff der Kategorie 1 eingestuft mit hinreichenden Zusammenhängen zwischen der Aufnahme des Halbmetalls und dem Auftreten von Krebserkrankungen. Mit den üblichen Herstellungsmethoden lasse sich der Arsengehalt im Reis nicht verringern, deshalb arbeiteten Forscher an neuen Reissorten, die weniger Arsen anreichern.

ÖKO-TEST-Empfehlung: Durch Kochen in viel Wasser verflüchtigt sich ein Teil des Mineralöls und Arsens. Das Wasser soll anschließend weg gegossen werden!

Quelle: ÖKO-TEST 9/2010

## 5 Grüne Gentechnik

GVO-Schwellenwerte beim Saatgut = heimliche Einführung der Gentechnik  
Dr. Peter Hamel , Landwirt und Agrarwissenschaftler, Stordorf/Hessen, Juni 2009

Gentechnik-Konzerne planen nächste Stufe der Abhängigkeit

Auf Betreiben einiger weniger weltweit tätiger Gentechnik-Konzerne befassen sich EU und nationale Regierungen mit der gesetzlichen Regelung für die Einführung von Schwellenwerten gentechnisch manipulierter Samen in unserem Saatgut. Sie beabsichtigen einen tolerierten Schwellenwert von 0,3 oder 0,5 % gentechnisch manipulierter Samen (GVO), egal ob in der EU zugelassen oder nicht, im Saatgut einzuführen und damit gentechnisch verfälschte Saaten zu legalisieren.

Schwellenwerte oder Koexistenz nur eins davon ist möglich

Wenn große international agierende Saatgutkonzerne nun Schwellenwerte verlangen ist etwas im System falsch. Bekamen Politiker und Verbraucher von den Verantwortlichen der Gentechnik-Konzerne immer wieder erklärt, dass eine Koexistenz von genmanipulierter Landwirtschaft, gentechnikfreier Landwirtschaft und Bio-Landwirtschaft möglich ist, scheint diese Versicherung der Konzerne nunmehr eine leere Worthülse gewesen zu sein. Irgendetwas muss passiert sein, denn plötzlich sind angeblich GVO-Schwellenwerte in Saatgut erforderlich, weil es unmöglich ist Anbau und Saatgut absolut sauber zu halten. Doch dann ist klar: Das wäre der Beweis dafür, dass Koexistenz nicht möglich ist. Die Konsequenz: Jeglicher Anbau von gentechnisch veränderten Pflanzen in der gesamten EU muss komplett verboten werden! Ist jedoch eine Koexistenz doch möglich, so ist es natürlich auch möglich, Saatgut sauber zu halten und es ergibt sich daraus nur eine logische Schlussfolgerung: die Beibehaltung der Nulltoleranz von gentechnisch veränderten Bestandteilen im Saatgut!

Was steckt hinter der Kampagne der Konzerne

Hinter der Kampagne zur Einführung von Schwellenwerten im Saatgut sind zwei gravierende Punkte zu erkennen, die eklatante Nachteile für Verbraucher und Landwirte bringen:

1. Aus Verbrauchersicht ist die Zulassung von GVO-Schwellenwerten im Saatgut die heimliche Einführung der Gentechnik durch die „Hintertür“. Verbraucher könnten dann nicht mehr frei entscheiden, ob sie gentechnisch verfälschte Nahrung zu sich nehmen oder nicht. Die Wahlfreiheit wäre nicht mehr gegeben. Gentechnisch verfälschte Nahrung steht dann täglich auf dem Speiseplan.

2. Aus Sicht der Landwirte ist die Einführung von GVO-Schwellenwerten im Saatgut der „Tod des Nachbaus“. Kein Landwirt kann genau wissen, wie viel GVO-Anteile in seinem gekauften Saatgut sind. Blüht z.B. die GVO-Gerste im Saatgut nur eine Stunde früher als die normale Gerste, können aus z.B. 0,3 % GVO plötzlich 3 oder 5 % werden. Die Gefahr besteht bereits bei mehr oder minder strengen Selbstbestäubern wie Weizen, Hafer, Gerste und Dinkel. Verheerend sind die Auskreuzungsraten bei Fremdbestäubern wie Triticale, Roggen und Mais. Da können aus einem Schwellenwert von z.B. 0,3 % während der Blütezeit ganz schnell 30% GVO-Anteil im Erntegut werden. Das kann kein Landwirt voraussehen und abschätzen. Die Folge wären entweder teure Analysen von über 300 Euro je Probe, oder jedes Jahr komplett neues Saatgut kaufen. Die Agromultis, die bereits wesentliche Teile des Saatguthandels in Händen halten, setzen auf diesen Schwachpunkt und reiben sich schon jetzt die Hände.

#### Zusammenfassung und Schlussfolgerung

Entweder ist Koexistenz von GVO-Anbau, Biolandwirtschaft und gentechnikfreier Landwirtschaft möglich, dann brauchen wir keine Schwellenwerte im Saatgut. Oder ist Saatgut für die Saatguthersteller nicht mehr von GVO freizuhalten, dann ist dies der Beweis, dass eine Koexistenz nicht möglich ist. Folgerichtig muss dann der gesamte GVO-Anbau in der EU verboten werden.

Mehr Info: [www.feilmeier.info](http://www.feilmeier.info), [josef.feilmeier@feilmeier.info](mailto:josef.feilmeier@feilmeier.info)

## 6 Biometropole Nürnberg

### Nürnberg ist „Fairtrade-Town“

Nachrichten aus dem Rathaus vom 26.07.2010 von Andreas Leitgeber (Ausschnitt)

Nürnberg hat sich erfolgreich um den Titel „Fairtrade-Town“ der gleichnamigen Kampagne von TransFair beworben. Die Kampagne Fairtrade-Towns wird von TransFair getragen und bringt unterschiedliche Akteure aus Handel, Politik und Zivilgesellschaft zusammen. Die ökonomischen, sozialen und ökologischen Standards im fairen Handel ermöglichen es, gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten, mehr Ehrlichkeit und Glaubwürdigkeit in das eigene Handeln zu integrieren. Über 100 Geschäfte und 79 gastronomische Betriebe in Nürnberg bieten fair gehandelte Produkte an. Heinz Fuchs, Vorstandsvorsitzender von TransFair e.V., überreicht(e) Oberbürgermeister Dr. Ulrich Maly den Titel am Samstag, 7. August 2010, auf der Bühne am Hauptmarkt während der Veranstaltung „Bio erleben“.

### „Bio erleben“ - Markt für den bewussten Genuss

Nürnberger Zeitung vom 21.07.2010

Es wird gekocht, geschlemmt, Lehm geknetet, musiziert und informiert: Unter dem Motto „Bio erleben“ dreht(e) sich am Freitag, 6. und Samstag, 7. August auf dem Hauptmarkt alles um ökologische Landwirtschaft, um Bio-Lebensmittel, um Öko-Mode, um Nachhaltigkeit und einen sanften Umgang mit der Natur.

„Wir sind nicht mehr Biomodellstadt“, sagt Nürnbergs Umweltreferent Peter Pluschke. „Wir bewegen uns von der Pilotphase weg und sind jetzt Biometropole. Mit einem neuen Logo (ein orangefarbener Kreis mit weißem Schriftzug) und ehrgeizigen Zielen: Bis zum Jahr 2014 soll unter anderem der Anteil von Biolebensmitteln in Schulen und Kitas, bei Empfängen des Oberbürgermeisters und bei Wochenmärkten bei 50 Prozent liegen.“ Das sei machbar, sagt Pluschke. Man sei auf einem guten Weg. Dass dieser Weg richtig ist, zeigt der große Zuspruch, auf den die Veranstaltung „Bio erleben“ stößt. Diesmal sind rund 100 Unternehmen dabei, die sich und ihre Produkte vorstellen, zwei Drittel davon kommen aus der Region. Auch als Standort der Weltleitmesse Biofach fühlt sich Nürnberg freilich in der Pflicht, anderen Städten ein Vorbild zu sein.

*Ergänzung durch die Redaktion: „Bio erleben“ konnte man auch am 11. und 12. September in der Innenstadt von München; der Bio-Verbraucher e.V. war mit einem Info-Stand dabei. Der Termin für „Bio erleben“ 2011 auf dem Hauptmarkt in Nürnberg steht schon fest: 22. und 23. Juli. Mehr Infos unter: [www.bioerlebennuernberg.de](http://www.bioerlebennuernberg.de)*

## 7 Verbrauchermeinung

Wann ist ein Lebensmittel „gut“?

Prof. Dr. Thomas Mohrs in BioNACHRICHTEN Nr. 15, April 2010, (Auszug), [www.bionachrichten.de](http://www.bionachrichten.de)

Ernährung beeinflusst Verstand und Gesundheit

„Der Mensch ist, was er isst“, schrieb bereits 1850 der Aufklärungsphilosoph Ludwig Feuerbach, und er meinte damit: Was wir uns einverleiben, *werden* wir. Und das in durchaus wörtlichem Sinne, denn Ernährungsmedizin ebenso wie moderne Gehirnforschung bestätigen Feuerbach eindeutig. Es ist alles andere als egal, was wir essen.

Der Genuss gehört wesentlich dazu

Aber zur Gesundheit gehört auch die Lebensqualität und zur Lebensqualität der Genuss. Also sollte ich auch aus Gründen der Genussverantwortung hochwertige, frische, naturbelassene Lebensmittel bevorzugen. Weil aber diese hohen Qualitätsstandards am ehesten von regional und saisonal produzierten Lebensmitteln erreicht werden, sollte ich zudem auf die Bewahrung bzw. Rückgewinnung der regionalen Ernährungssicherheit und Ernährungssouveränität achten. Ich trage demnach eine Mitverantwortung an der Infrastruktur der Umgebung, in der ich lebe.

Der geprägte Geschmack – eben keine Geschmackssache

Die Geschmacksbildung fängt nachweislich bereits im Mutterleib an. Und aus der Gehirnforschung wissen wir, dass frühkindlich ausgebildete Muster wie der Geschmack später nur noch sehr schwer zu ändern sind. Also ist es überaus wichtig, dass Schwangere sich gesund ernähren und ihre Kinder nicht bereits vor ihrer Geburt auf den Geschmack von Industrie-Food mit hohem Zuckeranteil und Geschmacksverstärkern prägen. Und auch nach der Geburt, in Elternhaus ebenso wie in Kindergarten oder Schule, gilt unerbittlich: Wir tragen Verantwortung dafür, ob unsere Kinder „gute“ Esser werden oder nicht. Und es ist ein Skandal, dass dieser enormen Verantwortung zumal in Kindergärten und Schulen noch immer derart wenig Beachtung geschenkt wird.

Ernährung und staatsbürgerliche Verantwortung

Die auf Mangel- und Fehlernährung zurückzuführenden Kosten im Gesundheitswesen explodieren. Die rasante Zunahme von ernährungsbedingten Krankheiten wie Fettleibigkeit, Diabetes Mellitus 2, Allergien, Arteriosklerose, Gicht, Osteoporose, Reizdarm usw. (und wahrscheinlich auch zerebrale Erkrankungen wie Alzheimer und Parkinson) trägt erheblich dazu bei, dass das bestehende Gesundheitssystem in absehbarer Zeit nicht mehr finanzierbar ist. Demnach impliziert *mein* Interesse an einem dauerhaft leistungsstarken Gesundheitssystem auch *meine* Mitverantwortung an der Reduzierung derartiger Folgekosten einer ungesunden Ernährungsweise.

Globale Zusammenhänge unserer Ernährung

Es ist ein Faktum, dass das Ernährungsverhalten der Menschen in den industrialisierten Staaten der Welt, also vornehmlich im „Westen“, unmittelbar zusammenhängt mit der Vernichtung (klein-) bäuerlicher Strukturen und in deren Folge mit Hunger und Verelendung in anderen Teilen der Welt. *Unser* Ernährungsverhalten – vor allem im Hinblick auf den Fleischkonsum – hängt zusammen mit der Vernichtung des tropischen Regenwaldes, etwa im Norden Brasiliens. Dort muss der Wald riesigen Plantagen von Gensoja weichen, das an die Turbomast-Tiere verfüttert wird, die an uns verfüttert werden. *Unser* Ernährungsverhalten hängt zusammen mit der Degradation fruchtbarer Böden, mit Desertifizierung, hemmungsloser Überfischung der Meere und Zerstörung der Meeresfauna. *Unser* Ernährungsverhalten „bedient“ die energieaufwändige industrielle Landwirtschaft und trägt damit in hohem Maße zum globalen Klimawandel bei.

Jede Mahlzeit ist ein Statement

Alle diese Dimensionen einer Ethik der Ernährung hängen unmittelbar und in komplexer Weise zusammen. Und wir können es drehen und wenden wie wir wollen: Mit *jedem* Einkauf entscheiden wir als Konsumentinnen und Konsumenten mit über den Zustand der Welt, in der

wir leben (wollen). Und mit *jeder* Mahlzeit dokumentieren wir unsere konsumentenethische Verantwortung – oder unsere Gleichgültigkeit und Ignoranz.

Kontakt: [thomas.mohrs@gmail.com](mailto:thomas.mohrs@gmail.com)

## 8 Rezept des Monats

Mit wenig Geld gesund, ökologisch und genussvoll speisen

Rosa Wolff, Autorin von „Arm aber Bio!“, zeigte bei „Bio erleben“ in Nürnberg und München 2010 wie's geht: Sie kochte öffentlich ein Menu für 1,72 € pro Person!

Gazpacho andaluz - Gesamtkosten: ca. 4 € / pro Person: ca. 1 €

4 Portionen: 1 kleine grüne Paprikaschote, 2 große Tomaten, 1 Salatgurke, 1 Knoblauchzehe, 75 ml Olivenöl, Saft von 1 Zitrone, 400 ml Wasser, 1 gestrichener TL Salz, 3 EL Semmelbrösel

Gemüse waschen und trockenreiben. Von der Gurke eine dicke Scheibe zur Seite legen. Restliche Gurke, Paprika und Tomaten grob zerkleinern und zusammen mit Knoblauch, Öl, Zitronensaft, Wasser, Salz und Semmelbrösel im Mixer pürieren. In Suppenschalen verteilen. Übrige Gurke in feinste Würfelchen schneiden und über die Suppe streuen. Wer's scharf mag, kann ein Stück frische Chilischote mitpürieren (ist aber nicht typisch spanisch).

Orientalisches Fladenbrot - Gesamtkosten: ca. 0,50 € / pro Person: ca. 0,12 €

250 g Weizenmehl (Type 550) + Mehl zum Weiterverarbeiten, 1/2 TL Salz, einige Krümel Trockenhefe, 150 ml lauwarmes Wasser (evtl. etwas mehr), wenn gewünscht: 2 EL Knoblauchbutter (2 EL Butter mit 1/2 TL feinstgehacktem Knoblauch und einer Messerspitze Salz verrühren)

Mehl, Salz und Trockenhefe mischen, das Wasser dazugießen, alles zu einem geschmeidigen Teig vermengen, kurz stehen lassen. Eine große Pfanne erhitzen. Etwas Mehl auf die Hände nehmen, ein kleines Stück Teig (eine halbe Handvoll) nehmen, zu einem flachen Fladen formen, in die Pfanne legen, mit einem Holzspatel noch mal flachdrücken. Wenn die Unterseite leicht gebräunt ist, wenden. Jetzt, wenn gewünscht, etwas Knoblauchbutter auf der bereits gebackenen Seite verteilen. Zu Ende backen. Der erste Fladen wird vielleicht noch nicht so schön, der zweite unter Garantie besser. Wenn die Pfanne groß genug ist, können mehrere Fladen gleichzeitig gebacken werden.

Aprikosen-Crumble - Gesamtkosten: ca. 4,80 € / pro Person: ca. 0,60 €

4-8 Portionen, 12 Aprikosen, 100 g Butter + etwas Butter zum Fetten der Form, 100 g Zucker, 150 g Mehl, 2 EL geröstete, gemahlene Haselnüsse

Eine flache ofenfeste Form buttern, den Backofen auf 200 Grad C vorheizen, die sauberen Aprikosen halbieren, entsteinen und mit der offenen Seite nach unten in die Form legen. Butter, Zucker, Mehl und Haselnüsse mit den Fingern locker zu Streuseln vermengen und über die Aprikosen geben. Backen, bis die Streusel appetitlich hell-goldbraun sind. Gut dazu: Schlagsahne, die mit etwas Vanillezucker aromatisiert ist.

Impressum: Bio-Verbraucher (gemeinnütziger) e.V., Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg, Vorstand: Wolfgang Ritter, Hermann Willanzheimer, Brigitte Pukke, Helmut Ritter, VR 3878, StNr. 241/107/21060, Tel 0911 – 30 73 58 90, Fax 0911 - 39 75 38, [www.bio-verbraucher.de](http://www.bio-verbraucher.de), [info@bio-verbraucher.de](mailto:info@bio-verbraucher.de), Bürostunden: Di und Mi 10.00–16.00 Uhr, Do 15.00–17.00 Uhr; Beiträge und Spenden erbitten wir auf unser Konto bei der GLS Gemeinschaftsbank e.G., Filiale Frankfurt, Konto 600 4051 400, BLZ 430 609 67

Der *Info-Brief* erscheint zurzeit vierteljährlich mit Bildern unter [www.bio-verbraucher.de](http://www.bio-verbraucher.de) und wird auf Wunsch zugeschickt (ohne Bilder). Artikel zur Veröffentlichung, Lesermeinungen sowie Rezepte nehmen wir gerne entgegen. Zusendungen bitte an [ritter@bio-verbraucher.de](mailto:ritter@bio-verbraucher.de) oder per Fax oder Post an obige Adresse.

Beiträge und Spenden an den gemeinnützigen Bio-Verbraucher e.V. sind als Sonderausgaben steuerlich abzugsfähig. Als Beleg genügt bis 200 € der Kontoauszug mit Ihrer Beitragszahlung, den Sie einfach um unsere Steuer-Nummer (241/107/21060) ergänzen.