

# Bio-Verbraucher e.V. – *Info-Brief*32/ Oktober 2012

Liebe Leserinnen und Leser,

ein großer Publikumsmagnet beim jährlichen *Bio erleben* auf dem Hauptmarkt in Nürnberg sind die Öko-Modeschauen. Auch der *Sonntagsblitz* vom 22.07.2012 interessierte sich dafür und berichtete darüber unter dem Titel „Peppige Mode ganz natur – Schlabberlook passé: „Bio erleben“ präsentiert Modelle mit Blickfanggarantie“. Unabhängig davon, dass Öko-Mode heute auch schön aussieht, sollten wir unseren Blick auch aus anderen Gründen auf sie richten. Das Umweltinstitut München e. V. stellt in seinem Newsletter vom 20.07.2012 seinen Lesern die folgenden Fragen, die ich hier gerne zitiere:

Wussten Sie, dass

- ♣ der Baumwollanbau für ein einziges T-Shirt bis zu 2000 Liter Wasser – also über 10 Badewannen voll – verschlingt?
- ♣ bei keinem anderen landwirtschaftlichen Anbauprodukt so viele Pflanzengifte eingesetzt werden wie bei der Baumwolle?
- ♣ mittlerweile etwa 75 Prozent der weltweit erzeugten konventionellen Baumwolle von genmanipulierten Pflanzen stammt?
- ♣ der Naturfaseranteil eines vermeintlichen "100-Prozent"-Baumwoll-Shirts in der Regel bei nur 75 Prozent liegt? Die restlichen 25 Prozent der Textilie bestehen aus Farbstoffen, Weichmachern und anderen Chemikalien.
- ♣ eine Näherin in Bangladesch bis zu 14 Stunden täglich an sechs bis sieben Tagen die Woche arbeitet und dafür nur einen Monatslohn von 15 bis 30 Euro erhält?

Wie die Bekleidungsindustrie Menschen und Umwelt ausbeutet und was für öko-faire Alternativen Sie haben, erfahren Sie in der aktuellen Ausgabe der Münchner Stadtgespräche "[Im Namen der Mode](#)" und in unseren [neuen FAQs Bekleidung](#).

Im Bio-Verbraucher e. V. haben wir einige Mitglieder, die Öko-Mode vertreiben (z. B. [www.glore.de](http://www.glore.de), [www.alpaka-run.de](http://www.alpaka-run.de), [www.lebensart-naturtextilien.de](http://www.lebensart-naturtextilien.de), [www.wegbekleider.de](http://www.wegbekleider.de)) und auch eine Firma, die öko-faire Kleidungsstücke ökologisch bedruckt oder bestickt ([www.rktextil.de](http://www.rktextil.de)). Die letzte Adresse ist besonders für Vereine, Einrichtungen und Unternehmen interessant, die z. B. mehrere T-Shirts mit ihrem Logo ordern wollen.

Umfrage: Warum Bio?

Aus aktuellem Anlass muss ich zu den Ergebnissen einer aktuellen Studie kommen, über die viele Medien berichteten. Amerikanische Forscher der Stanford Universität haben herausgefunden, dass es keinen deutlichen Nachweis dafür gibt, dass Bio-Lebensmittel nährstoffreicher, gesünder, besser seien (siehe z. B. Nürnberger Nachrichten vom 05.09.2012). Wir können das so nicht stehen lassen: Kein Verbraucher kauft Bio-Lebensmittel, weil er mehr Nährstoffe in ihnen erwartet. Seine Motive sind ganz andere. Ich starte hiermit eine Rundfrage unter unseren Mitgliedern und Interessenten. Warum kaufen Sie Bio-Produkte? (Siehe dazu auch die sieben Bioland-Prinzipien in Rubrik 2 und das Ergebnis einer Untersuchung von Getreide-Produkten in Rubrik 4 dieses Info-Briefes). Bitte geben Sie beigefügten Antwortbogen ausgefüllt an mich zurück. Das Ergebnis der Umfrage werde ich zusammenfassen und im nächsten Info-Brief unter „Verbrauchermeinung“ veröffentlichen.

Mit vielem Dank für Ihre Antwort und herzlichen Grüßen  
Ihr Wolfgang Ritter

## Termine

Mi., 03.Okt., ab 10.00 Uhr Hoffest beim Kräuterbauern: Führungen, Essen+Trinken, Musik Verkostungen, Verkauf, P.Stoiber, Hofreith 3, 94149 Kößlarn, T. 08536-91091, [www.kraeuterbauer.de](http://www.kraeuterbauer.de)  
5. u. 26. Okt., jeweils 18-22.00 Uhr: Kochkurse in Nürnberg, u. a. ayurvedische Küche  
Anmeldung bei: Katja Schilling, T. 0911-6603832 und 0176.7551.6235  
So., 13. Okt., 15.00 Uhr, „Zukunft säen!“: Säen Sie mit uns den Winterweizen  
Hofgemeinschaft Vorderhaslach, 91230 Happurg, Vorderhaslach 1, T. 09158-95110  
So., 28. Okt., 10-16.00 Uhr, Demeter-Herbsttagung für Landwirte, Gärtner, Verbraucher  
Vorträge, Gespräche, Bio-Essen; Rudolf Steiner Haus, Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg; Eintritt 10 €

2. u. 23. Nov., jeweils 18-22.00 Uhr: Kochkurse in Nürnberg, u. a. veg. Weihnachtsmenü  
Anmeldung bei: Katja Schilling, T. 0911-6603832 und 0176.7551.6235

## Angebote und Gesuche

Gesucht: Hand-Gartenfräse, stärkeres Modell (3,5 KW, mind. 70 Kg), Raum Nürnberg  
Angebote an: Alfred Härtl, Bioland-Gärtner im Knoblauchsland Nürnberg, T. 0171.6883.136  
Massivholzmöbel aus heimischem Holz, Öko-Schlafsysteme bei Schreinerei Schränkla  
91462 Dachsbach, Neustädter Str. 15, [www.schraenkla.de](http://www.schraenkla.de), T. 09163-995657  
Artgerechte Tierhaltung und -nahrung für Hund und Katze: Beratung vor Ort  
Ralf Schmidtke, 91174 Spalt, [www.katzenlandschaft.de](http://www.katzenlandschaft.de), T. 09175-794994, Lieferung ins Haus

## Neu im Bio-Verbraucher e. V.

Ernährungsberatung, Kochkurse, Vorträge - staatlich geprüfte Diätassistentin  
Barbara Zandering, 90592 Schwarzenbruck, Marienstr. 4, T. 09128-727894, [bazand@online.de](mailto:bazand@online.de)  
Bioprälinen – auch glutenfrei; Produktion und Vertrieb an Wiederverkäufer  
Hildegard Leibwächter GmbH & Co KG, T. 09826-65838900, [www.hildegard-leibwaechter.de](http://www.hildegard-leibwaechter.de),  
Lebens- u. Heilmittel nach Hildegard v. Bingen, Hanfbekleidung; Seminare, Vorträge  
Hildegard-Laden, C. Schilhabel, 91522 Ansbach, Turnitzstr. 40, T. 0981-97233737 (ab 12 Uhr)  
Shea-Seifen, Shea-Badesprudeltörtchen, handgemacht aus 100% reiner Shea-Butter  
Versand an Verbraucher, Ulrike Ries, Tel. 0174.6847.917, [ulrike.ries@web.de](mailto:ulrike.ries@web.de)  
Effektive Mikroorganismen, alle Artikel, Hilfe u. Beratung z. Aufbau von "Terra Preta"  
Hans Hanke, 91126 Rednitzhembach, Finkenstr. 25, T. 09122-6301771, [hankehans@web.de](mailto:hankehans@web.de)  
Gemüse, 40 Sorten Tomaten u. 10 So. Paprika, Lieferung an Bioläden, ab Hofverkauf  
R. Werner, 96170 Priesendorf, Weißbergstr. 8, T. 09549-7567, [www.biogaertnerei-werner.de](http://www.biogaertnerei-werner.de),  
Verkaufsstand am Bamberg Bauernmarkt auf der nördlichen Promenade, Sa 8.00 – 13.00 Uhr  
Honigeis aus Schafsmilch, Sorbet von alten Fruchtarten, Fruchtaufstriche, Honige  
W. Kreß, T. 07191-22574, [www.honig-eis-manufaktur.de](http://www.honig-eis-manufaktur.de), Lieferung an Wiederverkäufer im  
Raum München, Nürnberg, Stuttgart; Versand auch an Verbraucher – auch Eis ab 2013  
Demeter-Milch und -Getreide ab Hofverkauf nach telefonischer Vereinbarung  
Harrerhof, P. Stadler, 91161 Hilpoltstein, Patersholz 12 a, T. 09174-491530 u. 0160.3665.790  
Heilpraktikerin Kerstin Stadler - verschiedene Methoden und Massagen  
91161 Hilpoltstein, Patersholz 12 a, T. 09174-491530, Behandlung nach telef. Vereinbarung  
Himmlische Crêpes für jeden Anlass - wir kommen zu Ihren Festen in der Region  
C. Göbel, 90574 Roßtal, T. 09127-595473 u. 0176.5010.0200, [www.crepes-concept.de](http://www.crepes-concept.de)  
Erste Schlosserei Europas mit Öko-Zertifizierung (EMAS) - Garagen- u. Hoftore  
Heidrich GmbH, 90411 Nürnberg, T. 0911-524005, [www.torprofi.de](http://www.torprofi.de), Onlineshop für Ersatzteile  
Rosegardens England in seiner schönsten Form: Körperpflegeprodukte Naturkosmetik  
90402 Nürnberg, Vordere Sterngasse 24, Tel. 0911 - 227510, [www.rosegardens.de](http://www.rosegardens.de)  
Brotgarten - das erste Vollkornbäckerei-Kollektiv Berlins: Bäckerei, Konditorei, Bistro  
14059 Berlin-Charlottenburg, Seelingstr. 30, Tel. 030-322 88 80, [www.brotgarten.de](http://www.brotgarten.de),  
Marktstände am Kollwitzplatz (Sa), Karl-August-Platz (Mi+Sa), Preußenallee (Di+Fr)

Neu: Urlaubsadressen am weltbekannten Festspielort Oberammergau

- Bio-Ferienhof Köpf, 82487 Oberammergau, T. 08822-7024, [www.ferienhof-koepf.de](http://www.ferienhof-koepf.de)

- Ferienwohnungen Rita Gerhauser, 82442 Saulgrub, T. 08845-8750, [www.gerhauser.de](http://www.gerhauser.de)

- Heidi Naturkost und mehr! 82487 Oberammergau, T. 08822-7118, vollst. Naturkostsortiment

## 1 Assoziative Zusammenarbeit

Wirtschaftskrieg, Weltgewissen und Bio-Verbraucher e. V.  
Wolfgang Ritter, Nürnberg

Kriegskunst für Manager

Den großen Industrie- und Handelsbetrieben geht es gar nicht mehr in erster Linie um die Versorgung der Bevölkerung mit Gütern und Dienstleistungen. Es geht um Macht und Vorherrschaft. Es tobt ein ständiger Krieg um die Gewinnung von Marktanteilen und Standortvorteilen. Strategien dazu sind z. B. Industriespionage und ruinöser Wettbewerb, um Konkurrenten in die Knie zu zwingen, sie zu übernehmen, auszuschlachten und auszuschalten. Es gilt das Recht des Stärkeren.

Das Kriegshandwerk kann man lernen. In den USA gibt es sogenannte *Boot Camps* für Manager, wo sie sich das taktische Rüstzeug für die Beutezüge in der Geschäftswelt aneignen können. *The Art of war for executives* (Die Kriegskunst für Manager), *The Art of war and the art of marketing* oder *The art of war for managers* sind gängige Titel auf dem Büchermarkt der USA. Auch in Frankreich gibt es jetzt eine *École de Guerre Économique* (Schule für Wirtschaftskrieg) (vgl. Bernhard Steiner, Geld und Karma, Dornach/ Schweiz 2010, S. 108).

In der Lebensmittelwirtschaft sind auf diese Weise etwa zehn Monopoliten entstanden (Coca Cola, Pepsico, Kellogg's, Mars, Unilever, Johnson & Johnson, Procter & Gamble, Nestlé, Kraft), die Hunderte von Unternehmen beherrschen (vgl. info3, Juli/ August 2012, S. 17, [www.info3.de](http://www.info3.de)). Die auf Krieg angelegte Weltwirtschaft hat verheerende Auswirkungen für Mensch und Umwelt:

- ⤴ Trotz Überproduktion und Überangebot an Nahrungsmitteln in den Industrieländern der nördlichen Hemisphäre leidet eine Milliarde Menschen Hunger - vorwiegend in den Entwicklungsländern des Südens, obwohl genügend Nahrungsmittel für die gesamte Weltbevölkerung vorhanden wären. Das kriegerische Wirtschaftssystem enthält kein Regulativ für einen Ausgleich. Im Gegenteil, es fördert die zunehmende Verarmung.
- ⤴ Um Anbauflächen und Rohstoffe für die Agrarindustrie zu gewinnen, werden Regenwälder und kleinbäuerliche Betriebe zerstört, das Anwachsen der Elendsviertel in den Großstädten gefördert, das Klima und die menschliche Gesundheit gefährdet und Boden, Luft und Grundwasser verseucht.

Soweit der Blick auf die Monopoliten – von Verantwortung und Gewissen keine Spur. Und wie verhält sich der Konsument, der Abnehmer der Produkte der Monopoliten. Man muss es klar aussprechen: Er folgt mehrheitlich den Verlockungen, der im (ruinösen) Wettbewerb stehenden Unternehmen. Er sucht das günstigste Schnäppchen („Ich bin doch nicht blöd.“) - nicht an die Folgen denkend, die seine Gier nach „Beute“ bewirkt. Auch er verhält sich kriegerisch, bedenkt aber nicht, dass er den Kampf gegen die Monopoliten nicht gewinnen kann. Nach Ausschaltung genügend vieler Konkurrenten wird der Monopolist ihm die Auswahl einschränken, die Qualität vermindern, die Preise diktieren.

#### Das Gewissen der Welt

War da nicht noch was? Zum Ende des letzten Jahrtausends war neben Wirtschaft und Politik ein dritter Machtfaktor entstanden: die Zivilgesellschaft. Hunderttausenden zivilgesellschaftlicher Organisationen mit Millionen von Mitgliedern geht es nicht mehr nur um das eigene Wohl, sondern um das Gemeinwohl. Wirtschaft und Politik, ständig im Krieg, haben das Gemeinwohl aus den Augen verloren; die Zivilgesellschaft ist heute das Gewissen der Welt. Sie wendet sich gegen die Ausbeutung der Dritten Welt durch die Monopoliten der Industrienationen und Ihrer politischen Organisationen, sie setzt sich ein für die Erhaltung oder Wiederherstellung einer intakten Umwelt, sie fördert eine nachhaltige Wirtschaftsweise mit Preisen, die dem nachhaltig arbeitenden Erzeuger und Händler auch morgen noch eine Existenzgrundlage bietet. Sie achtet eher auf Fairness und Qualität als auf viel und billig.

#### Warum ein Bio-Verbraucher e. V.?

Eine solche zivilgesellschaftliche Organisation ist der Bio-Verbraucher e. V.

- ⤴ Wir schätzen die Arbeit der ökologisch arbeitenden Landwirte an der Erde. Sie erhalten uns eine gesunde Umwelt bzw. reparieren Schäden, die durch früheren Einsatz von Mineraldüngern und Pestiziden an Boden, Grundwasser und Luft bewirkt wurden. Wir schätzen auch den artgerechten Umgang der Bio-Bauern mit ihrem Vieh.
- ⤴ Wir zeigen nachhaltig arbeitenden Bio-Unternehmern (Erzeugern, Händlern, Dienstleistern) unsere Wertschätzung, indem wir ihnen anbieten, mit uns zusammenzuarbeiten. Diese Zusammenarbeit ist ein wirksames Mittel gegen den ruinösen Wettbewerb. Rudolf Steiner empfahl zu Beginn des letzten Jahrhunderts zur Überwindung der negativen Auswüchse der Marktwirtschaft die Zusammenarbeit aller am Wirtschaftsprozess Beteiligten in Assoziationen. Eine Zusammenarbeit mit den Verbänden der Bio-Erzeuger und -Händler in regionalen Bio-Assoziationen und einer Bundes-Bio-Assoziation ist unser Ziel. Hier könnten wir die Arbeitsbedingungen, Nöte, aber auch Erfolge der Bio-Erzeuger und -Händler kennenlernen und den Verbrauchern

kommunizieren. Umgekehrt könnten Erzeuger- und Händlerverbände die Wünsche der Verbraucher erfahren und an ihre Mitglieder weitergeben.

- ♣ Wir motivieren Verbraucher, kleine und mittelständische Bio-Betriebe – vornehmlich in ihrer Region - durch ihren Einkauf zu unterstützen. Jeder Einkauf ist eine Abstimmung für oder gegen ein Produkt/ für oder gegen ein Unternehmen. Diese Tatsache wurde schon oft als die Macht des Verbrauchers bezeichnet.
- ♣ Wir sind die Interessenvertretung der Bio-Verbraucher. Ständig ist Lobby-Arbeit zu leisten, damit die Politiker nicht nur den Interessen der Monopoliten folgen.

## 2 Landwirtschaft und Handel

Verbraucher nehmen den Handel mit Bio-Lebensmitteln selbst in die Hand  
Auszug aus der Betriebsbeschreibung BioundNah e.G. i.G./ Nachbarschaftsladen, 90429 Nürnberg, Rosenaustraße 16, [www.bioundnah.de](http://www.bioundnah.de), [info@bioundnah.de](mailto:info@bioundnah.de)

### Entstehung des Projektes

Im Frühjahr 2011 machte im Stadtteil Kleinweidenmühle in Nürnberg der letzte Bäcker mit kleinem Zusatzangebot an Lebensmitteln zu. Bereits vorher musste der letzte Lebensmittelladen in diesem Stadtteil schließen, weil das Gebäude abgerissen wurde und dort der Erweiterungsbau der benachbarten Klinik entsteht. Dies führte zu großem Unmut bei der Bevölkerung und den Betreibern von Cafés und anderen Dienstleistern in dieser Gegend. Eine Gruppe von Bürgern/innen aus dem Stadtteil tat sich mit dem Hausbesitzer eines leer stehenden Ladens zusammen und beschloss einen Bio-Regionalwaren-Laden zu eröffnen. Bei einem Straßenfest im Mai machten sie eine Umfrage und fanden so große Resonanz, dass dies zur Gründungssitzung für die Genossenschaft BioundNah im Juni führte. Eine weitere Aktion auf einem Markt für regionale Lebensmittel und handwerkliche Produkte im nahe gelegenen Park brachte bereits die ersten Beitritte in die angehende Genossenschaft. In den folgenden Monaten traten kontinuierlich weitere Interessenten/innen der Genossenschaft bei.

### Renovierung des Ladens durch Muskelhypothesen

Ab Juni 2011 wurde der Laden in ehrenamtlicher Arbeit von einer kleinen Gruppe renoviert, insgesamt waren es über 2.000 Arbeitsstunden. Weitere Mitglieder der Genossenschaft erbrachten einzelne Unterstützungsleistungen in Form von Mitarbeit, Sachmitteln und Vermitteln von Kontakten zu Fachleuten jeglicher Art. Dadurch ergab sich eine äußerst kostengünstige Renovierung und Ausstattung des Ladens.

### Angebot für die Kundschaft im Stadtteil

Auf einer Verkaufsfläche von ca. 75 m<sup>2</sup> werden zur Nahversorgung Güter des täglichen Bedarfs, besonders Lebensmittel verkauft. Dabei werden, wo immer möglich, regionale und bevorzugt Bioprodukte verwendet. Besonderes Augenmerk wird auf die Präsentation möglichst umfangreicher Informationen zu den Produkten für den Verbraucher gelegt. Dies und die genossenschaftliche Organisation des Ladens sollen nicht nur zur Kundenbindung sondern zur möglichst aktiven Beteiligung des Käufers am gesamten Versorgungskreislauf führen. Die Kunden sollen dazu beitragen können, wie die Selbstversorgung mit Nahrungsmitteln abläuft und was sie in ihren Einkaufskorb bekommen.

### Vorteile für die Mitglieder der Genossenschaft

Für die Mitglieder der Genossenschaft wird es regelmäßig besondere Einkaufsaktionen bei den Produzenten direkt geben - zu einem günstigeren Preis. Wir besuchen mit den Mitgliedern unsere Erzeuger vor Ort, damit zurückverfolgt werden kann, woher unsere Lebensmittel kommen. Im Laden wird es immer eine kleine Auswahl von Produkten geben, welche die Mitglieder zu einem Vorzugspreis bekommen. Unsere Aktion "von Genossen für Genossen" sind Lebensmittel, welche von Genossen ausschließlich für Genossen produziert werden. Natürlich ist jedes Mitglied - je nach Anteil - an den Gewinnausschüttungen beteiligt, wie es in unserer Satzung festgelegt ist.

Der Laden ist montags bis freitags von 9 – 19.00 Uhr und samstags von 9 - 14.00 Uhr geöffnet. Die Genossenschaftsmitglieder sind - auch als Verkäufer - ehrenamtlich tätig.

## Die sieben Bioland Prinzipien für die Landwirtschaft der Zukunft Aus einer Pressemitteilung des Bioland e. V. vom 03.08.2012

Die „Sieben Bioland Prinzipien“ sind: im Kreislauf wirtschaften, Bodenfruchtbarkeit fördern, Tiere artgerecht halten, wertvolle Lebensmittel erzeugen, biologische Vielfalt steigern, natürliche Lebensgrundlagen bewahren, Menschen in ihrer Region eine lebenswerte Zukunft sichern

Mehr Info: [www.bioland-prinzipien.de](http://www.bioland-prinzipien.de)

### 3 Wissenschaft/ Forschung

#### Ist scharfes Essen gesund?

Aus: KinderLeicht-Foodletter Nr.74, April 2012, [www.kinderleichtmuenchen.de](http://www.kinderleichtmuenchen.de)

Es gibt zahlreiche Gewürze, die durch verschiedene Stoffe ihre Schärfe erhalten, wie Capsaicin in Chili, Piperin in Pfeffer, Senföle in Meerrettich und Senf, Allicin in Knoblauch, Gingerol in Ingwer. Besonders Chilis werden in deutschen Küchen immer häufiger zum Würzen von Speisen eingesetzt. Je kleiner und roter Chilifrüchte sind, desto schärfer sind sie. Capsaicin erregt die Nerven in der Mundschleimhaut, die für die Wahrnehmung von Wärme- und Schmerzreizen verantwortlich sind. Schärfe ist auch eine Geschmacksart, wie salzig, süß, bitter oder sauer, wird aber bei übertriebenem Würzen eine Schmerzreaktion auslösen.

Die Schärfe von Chilis oder Chilierzugnissen kann mittels der Scoville-Einheit (Scoville Heat Units, SHU) bestimmt werden. Dabei gibt die Scoville-Einheit an, wie viel Milliliter Wasser man benötigt, um die Konzentration so zu verdünnen, dass sie gerade noch scharf schmeckt. Durch die Bestimmung des Capsaicin Gehaltes ist die Schärfe heute auch analytisch messbar. Beispiel: Um 1 ml Tabasco-Sauce (4.500 SHU) zu neutralisieren, benötigt man 4,5 l Wasser.

Durch den Schmerzreiz werden Endorphine ausgeschüttet. Deshalb sagt man Chili und anderen scharfen Gewürzen nach, dass sie glücklich machen. Gleichzeitig führt das Capsaicin zu Hitzewallungen und Schweißbildung. Man geht davon aus, dass sich Menschen in warmen Regionen diesen Effekt bewusst zu Nutze machen. Durch das Schwitzen wird die Körpertemperatur gesenkt und der Körper kühlt ab. In Mexiko und Thailand werden täglich zwischen 25-200 mg Capsaicinoide durch den Verzehr von Chilis aufgenommen. Die antibakterielle Wirkung von Capsaicin hat einen weiteren positiven Effekt für die Aufbewahrung von Speisen in warmen Ländern. Außerdem regt Capsaicin die Magenmotorik an und steigert die Magensaftsekretion. So kurbelt es die Verdauung an. Fettreiche Speisen können durch die erhöhte Magensaftproduktion besser verdaut werden. Auch der Speichelfluss wird durch scharfes Essen angeregt, was sich positiv auf die Zahngesundheit auswirken kann. Die gefäßerweiternde Wirkung des Capsaicin führt zu einer verbesserten Durchblutung, unter anderem der Schleimhäute, wodurch auch das Geschmacksempfinden sensibilisiert wird.

Personen mit einem empfindlichen Magen sollten scharf gewürzte Speisen mit Vorsicht genießen. Magenschmerzen oder Durchfall können die Folge sein. Sodbrennen kann durch die anregende Wirkung der Magensaftproduktion verstärkt werden. Möglicherweise besteht ein Zusammenhang zwischen dem Verzehr von sehr scharfen Speisen und Krebs der oberen Verdauungsorgane. So wird der Verzehr von sehr scharfem Essen über einen langen Zeitraum mit Speiseröhrenkrebs in Zusammenhang gebracht. Bei brennenden Schmerzen helfen Milch oder Milcherzeugnisse oder stärkehaltige Lebensmittel in Verbindung mit Speiseöl oder -fetten.  
Quelle: LEL Schwäbisch Gmünd

### 4 Qualitäts- und Preisrecherchen

#### Pestizide in Getreide

Bericht von Wolfgang Ritter

„Pestizide in Getreide“, so titelte die Zeitschrift ÖKO-TEST im September 2012. Man hatte 20 Getreide-Produkte speziell auf Glyphosat untersuchen lassen. Dieses am meisten verwendete



Herbizid (15.000 Tonnen pro Jahr in Deutschland) darf noch bis zu einer Woche vor der Ernte auf die reifenden Kulturpflanzen gesprüht werden. Es vernichtet alle sogenannten Unkräuter. Es lag nahe anzunehmen, dass auch die Früchte der Kulturpflanzen das Pflanzengift aufnehmen würden und es über die Nahrung auch in den menschlichen Organismus gelange. Tatsächlich hatten es Wissenschaftler auch schon im menschlichen Urin nachgewiesen. So konnte man annehmen, dass es auch in Getreide-Produkten des täglichen Bedarfs zu finden sei. Und tatsächlich: Glyphosat war fast in drei Vierteln der untersuchten Mehle, Flocken und Brötchen nachweisbar. Die Behauptung, die Anwendung von glyphosathaltigen Mitteln würde nahezu ohne Folgen im Lebensmittel bleiben, sei also ein Märchen, so ÖKO-TEST. Die Zeitschrift rät daher: „Wer Pestizidbelastungen vermeiden möchte, kauft pflanzliche Lebensmittel in Bio-Qualität. Glyphosat und andere chemisch-synthetische Spritzmittel sind im Bio-Anbau nicht erlaubt.“ Quelle: ÖKO-TEST Nr. 9/ September 2012

## 5 Grüne Gentechnik

EU-Behörde EFSA beugt sich dem Druck der Wirtschafts-Lobby

Grünes Licht für die "Roundup-Ready-Sojabohne" von Monsanto in Europa

Aus: Informationsdienst Gentechnik, Newsletter vom 26.06.2012, [www.keine-gentechnik.de](http://www.keine-gentechnik.de)

Auf Europas Äckern könnte bald zum ersten Mal das gentechnisch veränderte „Roundup-Ready-Soja“ des US-Agrochemiekonzerns Monsanto angebaut werden. Bislang darf diese Sorte nur importiert werden. Jetzt hat die umstrittene Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) allerdings ihre Zustimmung zu einem künftigen Anbau erteilt. Der Gentechnik befürwortende EU-Kommissar John Dalli kann nun zusammen mit den Mitgliedsstaaten die Zulassungsgenehmigung beschließen.

Einem aktuellen Rechtsgutachten zufolge wäre die Zulassung dieser Soja jedoch gegen geltende EU-Gesetze. Grund hierfür seien Mängel bei der Risikobewertung durch die EFSA, heißt es in einer Pressemitteilung des unabhängigen Instituts Testbiotech. So seien Giftrückstände in der Pflanze und deren Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit nicht geprüft worden. Christoph Then von Testbiotech erklärt: „Ausgerechnet die Rückstände von Spritzmitteln, mit denen die gentechnisch veränderten Pflanzen regelmäßig behandelt werden, bleiben bei der Risikoabschätzung außen vor. Insbesondere EU-Kommissar John Dalli hat diese Praxis bisher vehement verteidigt. Jetzt bekommt er mit seinem industriefreundlichen Kurs ein massives rechtliches Problem.“

Die gentechnisch veränderte „Roundup-Ready-Soja“ wird im Doppelpack mit dem hochgiftigen Spritzmittel Glyphosat verkauft, gegen das sie resistent ist. Laut dem Hersteller Monsanto soll dadurch der Einsatz von Pflanzenschutzmitteln reduziert werden. In der Praxis, z. B. in den USA, zeigte sich jedoch, dass das Gegenteil der Fall ist: da Unkräuter sich ebenfalls an das Gift anpassen, müssen diese mit immer mehr Chemie bekämpft werden. Letztendlich entstehen hochresistente „Superunkräuter“ - von Schäden für Umwelt und Landwirte ganz zu schweigen. Die EFSA behauptet in ihrem Gutachten zur Gentech-Soja, im Vergleich zu konventioneller Soja seien größere Umwelt- und Gesundheitsprobleme „unwahrscheinlich.“ Doch auch sie weist im Zusammenhang mit dem Spritzmittel Glyphosat darauf hin, dass der Anbau „unter bestimmten Bedingungen“ zu Umweltschäden führen könne.

## 6 Biometropole Nürnberg

BioMetropole Nürnberg startet Emmer-Kampagne

Bericht von Wolfgang Ritter, Nürnberg

Ein Schwerpunkt bei Bio erleben auf dem Hauptmarkt in Nürnberg vom 20. - 22. Juli 2012 war der Startschuss zur Emmer-Kampagne. Alte Getreidesorten, wie Emmer, die sich sinnvoll nur biologisch anbauen lassen, und die in der Region hervorragend gedeihen, sollen den Verbrauchern ins Bewusstsein gehoben und schmackhaft gemacht werden.

Einige Landwirte in Franken und der Oberpfalz hatten die fast vergessene Getreidesorte, ein Zweikorn-Urweizen, aus wenig vorhandenem Saatgut in den letzten Jahren vermehrt und

können nun größere Mengen davon liefern. In Zusammenarbeit mit der Agentur Impulse war die Kampagne über mehrere Monate entwickelt worden. Unter anderem waren Informationen vorbereitet, Backversuche gemacht, ein kleiner Film gedreht sowie Plakate und Handzettel gedruckt worden. Am Freitag wurde die Kampagne auf der Bühne vorgestellt von Andreas Walz, Demeter-Landwirt, der Emmer anbaut, Michael Krieger, Chef des Riedenburger Brauhauses, das ein köstlich schmeckendes Emmer-Bier anbietet, und Hartmut Hering von der Agentur Impulse, der die Emmer-Kampagne beratend begleitet hat.

Es gab einen Info-Stand zur Emmer-Kampagne, am Stand der Riedenburger Brauerei konnte man das Emmer-Bier probieren und die Bäckereien Imhof und Wehr („Habe die Ähre“) verkauften ihre neu entwickelten Emmer-Backwaren. Der Bio-Verbraucher e. V. hatte sich vorgenommen, die Emmer-Kampagne durch Verkostungen zu unterstützen. Dazu hatten Gabriele Ritter und die Kräuterfachfrau Gisela Kadegge Aufstriche selbst zubereitet. Wir konnten mehrere Emmerbrote und -Brötchen mit diesen Aufstrichen in Häppchen portioniert an zahlreiche Interessenten ausgeben und sie an die Verkaufsstände der Bäcker verweisen.

Die Kräuterfachfrau Gisela Kadegge – sie hat jetzt auch eine Kräuter-Akademie in Nürnberg eröffnet – hat uns das Rezept für ihren Linsenaufstrich zur Verfügung gestellt:

400 g rote oder gelbe Linsen, 1 rote Zwiebel, ½ Knoblauchzehe, 6 EL Ghee oder Süßrahmbutter, weich, 1 EL Fruchtsig, 1 TL Balsamico, 100g Ziegenkäse in Öl eingelegt, Gewürzmischung, frisch im Mörser zerrieben: 1 Pimentkugel, 1 TL Kreuzkümmel, 1 TL schwarzer Senf, 1 TL Kurkuma, 1 Hauch Chili, ½ TL Meersalz, Frische Kräuter: Rucola

Linsen in ca. 10 Minuten weich kochen, abgießen und durch ein Sieb streichen. Die Würzmischung und das/ die Ghee/Süßrahmbutter zugeben, abkühlen lassen. Zwiebeln fein hacken, Knoblauch abziehen, fein hacken. Frischkräuter sehr fein hacken. Mit den anderen Zutaten und der ausgekühlten Masse vermengen. Im Kühlschrank durchziehen lassen.

Die Emmer-Kampagne wird fortgeführt. Im September gab es eine Emmer-Schlemmer-Woche bei zwölf Emmer-Produkte-Anbietern. Auch für die kommenden Monate ist etwas geplant. Infos dazu und weitere Rezepte finden Sie bei [www.urgetreide.org](http://www.urgetreide.org).

## 7 Verbrauchermeinung

Expressgeld statt Euroaustritt - Wirtschaftsaufschwung in den Krisenstaaten durch umlaufbeschleunigtes und abflussgebremstes Regiogeld  
Zusammenfassung einer Studie von Christian Gelleri und Thomas Mayer, in: Sozialimpulse 1/12, siehe auch: [www.eurorettung.org](http://www.eurorettung.org)

Die Bewältigung der Eurokrise ist möglich. Ein sehr effektiver Weg ist das Expressgeld:

- Durch die Einführung eines zusätzlichen staatlichen Regiogeldes können die Euro-Krisenstaaten den Geldfluss in ihren Volkswirtschaften beschleunigen (Liquiditätsoptimierung), was zu Wirtschaftswachstum, neuen Arbeitsplätzen, mehr Steuereinnahmen und mehr Unabhängigkeit vom Ausland führt.
- Die Parlamente und Regierungen von Griechenland, Portugal oder Irland können das selbst beschließen und ein staatliches Regiogeld einführen, im Folgenden "Regio" genannt.
- Der Regio ist keine eigenständige unabhängige Währung, sondern ein "Nebengeld" des Euro, ist an diesen gekoppelt und wird zusätzlich zu diesem verwendet. Er ist durch hinterlegte Euro gedeckt und wird vom Staat zusammen mit der Notenbank in Umlauf gebracht.
- Der Regio hat zwei Besonderheiten: Durch den Umlaufimpuls (Nutzungsgebühr des Geldes) wird der Geldfluß beschleunigt, was die Wirtschaft antreibt. Eine Verdoppelung der Umlaufgeschwindigkeit des Geldes führt zu einer Verdoppelung des Bruttosozialproduktes!
- Durch die Abflußbremse (Umtauschgebühr bei Wechsel in Euro) bleibt das Geld im Land, stärkt die regionale Wirtschaft und reduziert das Handelsdefizit.
- Der Staat hat durch die Ausgabe des Regios sofort ca. 10% mehr Liquidität zur Verfügung und erhält durch den Umlaufimpuls und die Abflussbremse zusätzliche Einnahmen in Milliardenhöhe. Geringverdiener werden dadurch kaum belastet.
- Regiokredite sind zinsgünstiger als Eurokredite, was wirtschaftliche Investitionen erleichtert.
- Sehr schnell werden große Teile des inländischen Zahlungsverkehrs in Regio abgewickelt.

- Er bleibt in der Realwirtschaft, da es für ihn keine "Finanzprodukte" gibt.
- Die Länder erhalten die Vorteile einer regionalen Währung, können aber gleichzeitig im Euro bleiben - das ist die weitaus bessere Alternative zu einem katastrophalen Euro-Austritt. Die Frage "Euro oder Drachme oder Escudo?" ist falsch gestellt, denn es gibt einen konstruktiven Weg dazwischen.

Ein Expressgeld wird es aber nur geben, wenn diese Idee an die Verantwortlichen in Politik, Wirtschaft, Medien und Verbänden kommt und öffentlich diskutiert wird. Übersetzungen dieses Konzeptes in Deutsch, Englisch, Griechisch, Portugiesisch und Französisch liegen auf [www.eurorettung.org](http://www.eurorettung.org) bereit.

## 8 Rezept des Monats

Zwei Herbstgerichte von der Ernährungsberaterin und Kochkursleiterin Barbara Zandering [bazand@online.de](mailto:bazand@online.de), T. 09128 – 72 78 94

**Champignon-Gratin** (für eine Gratinform von ca. 18 cm Durchmesser, ausreichend für 1 Person als Vorspeise)

Ca. 150 g gekochte Kartoffeln und 6-8 große Champignons in dünne Scheiben schneiden. Den Ofen auf 200 ° C vorheizen. In einer Pfanne 1 Teelöffel Butter erhitzen, die Pilze darin ca. 5 Minuten dünsten und mit einer Prise Salz würzen. Eine flache Gratinform mit etwas Butter einfetten, Kartoffeln und Pilze einlegen. 3 Esslöffel Creme fraiche mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und über die Pilze und Kartoffeln gießen. (Anstelle von Creme fraiche kann auch Sauerrahm verwendet werden). 2-3 EL geriebenen Käse (Parmesan, Bergkäse, mittelalter Gouda oder eine andere aromatische Käsesorte) darauf verteilen. Für eine schöne Kruste etwas Semmelmehl (1-2 Esslöffel) aufstreuen.

Im Ofen etwa 15 Min. backen, bis der Gratin goldbraun ist. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen. Mit einer schönen Portion Salat zusammen ausreichend als Hauptmahlzeit.

**Österreichische Obstknödel** (für 6-10 Stück, je nach Obst)

300 g Kartoffeln mit Schale kochen, schälen, nach einigen Minuten mit einer Kartoffelpresse pressen. Die Kartoffeln mit 120 g Mehl, 30 g Grieß, 1 Prise Salz, 30 g Butter und 2 Eigelb rasch verkneten, bis ein homogener Teig entstanden ist. Eine Rolle formen, Scheiben abschneiden und das Obst darin einschlagen (dünn), dann einen Knödel formen.

Als Obst eignen sich große Erdbeeren, reife Pflaumen oder Aprikosen. (Die Pflaumen/Aprikosen entsteinen und mit 1 Stück Würfelzucker oder etwas Marzipanrohmasse füllen.)

Die Knödel in siedendem Wasser (mit etwas Salz und evtl. Süßstoff oder Zucker) ziehen lassen, bis sie nach oben gekommen sind. In der Zwischenzeit in einer Pfanne ca. 1 EL Butter zergehen lassen, 2 – 3 EL gemahlene Haselnüsse und Zimtzucker nach Geschmack zugeben. Die abgetropften Knödel darin wälzen und mit einer Vanille-oder Weinschaumsoße oder auf einem Fruchtspiegel servieren.

Impressum: Bio-Verbraucher (gemeinnütziger) e.V., Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg, Vorstand: Wolfgang Ritter, Hermann Willanzheimer, Brigitte Pukke, Helmut Ritter, Sieglinde Wolf; 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 oder Spende, den Sie einfach um unsere Steuer-Nummer (241/107/21060) ergänzen.