



Nr. 51-52

München, 28. Dezember 2017

## Unsere Themen

**„Für eine lebenswerte Zukunft“**  
Neuer BBV-Generalsekretär Georg Wimmer über seine Ziele und Herausforderungen

2

**Raclette und Fondue**  
Silvesterklassiker mit Zutaten aus Bayern genießen

3

**Mit bayerischem Superfood ins neue Jahr**  
Essen und Trinken

6

**Presse-Terminhinweis**  
Neujahrs-Pressegespräch am 16. Januar 2018

8

## „Für eine lebenswerte Zukunft“

### Neuer BBV-Generalsekretär Georg Wimmer über seine Ziele und Herausforderungen

**München (bbv) – Das neue Jahr steht vor der Türe und damit auch ein Wechsel an der Spitze des Bayerischen Bauernverbandes. Georg Wimmer (59) übernimmt die Geschäftsführung, nachdem sich Hans Müller nach 19 Jahren als Generalsekretär in den Ruhestand verabschiedet hat. Das Bayerische Landwirtschaftliche Wochenblatt hat mit dem neuen Generalsekretär des Bayerischen Bauernverbandes über seine Ziele und die Herausforderungen für die Land- und Forstwirtschaft gesprochen.**

„Wir stehen vor riesigen gesellschaftlichen Herausforderungen“, sagte Wimmer mit Blick auf die politische Situation, Diskussionen über die Landwirtschaft und schwankende Preise auf dem Weltmarkt. Der Bauernverband wolle sich in dieser Situation konsequent an den Interessen seiner Mitglieder ausrichten und zeigen, was im Sinne einer Weiterentwicklung machbar ist. „Aber auch Kritiker der Landwirtschaft müssen verstehen, was geht und was nicht“, sagte Wimmer in Gespräch mit dem Bayerischen Landwirtschaftlichen Wochenblatt.

Das Ziel des Bayerischen Bauernverbandes und Wimmers Ziel als dessen Generalsekretär sei der Erhalt der bäuerlichen Land- und Forstwirtschaft in Bayern. „Es ist völliger Unsinn, dass der Bauernverband für ‚Wachsen oder Weichen‘ steht“, sagte Wimmer. Vielmehr gehe es um eine Weiterentwicklung der Betriebe, um nachhaltigen wirtschaftlichen Erfolg und Zufriedenheit in den Familien. „Entscheidend dafür ist Bodenständigkeit, Tradition, Familie, Innovation und Unternehmertum – nicht nur ein paar Euro mehr Einkommen.“



Es seien Erzeugerorganisationen nötig, die aufeinander zugehen, zusammenarbeiten und an einem Strang ziehen. Um dieses Ziel zu erreichen, ruft Wimmer zur Geschlossenheit innerhalb der Branche auf. „Die bäuerlichen Organisationen müssen zusammenrücken und mit einer Stimme sprechen“, sagte Wimmer. Nur so könne politisch etwas erreicht und der Marktmacht der Handelskonzerne etwas entgegengesetzt werden. „Wir alle haben das Ziel, die bäuerliche Land- und Forstwirtschaft in Bayern zu erhalten und dieses Ziel dürfen wir nicht aus dem Blick verlieren“, mahnte Wimmer.

Ein erfolgreiches Beispiel für diese gemeinsame Arbeit sei der Verein „Unsere bayrischen Bauern“ ([www.unsere-bauern.de](http://www.unsere-bauern.de)), in dem sich viele Verbände und Organisationen zusammengeschlossen haben und so Werbung und Öffentlichkeitsarbeit organisieren. „Das hätte keiner alleine geschafft, auch nicht der Bauernverband. Wir brauchen hier Solidarität – auch in der Finanzierung“, sagte Wimmer.

Das komplette Interview finden Sie in der Ausgabe 51-52/2017 des Bayerischen Landwirtschaftlichen Wochenblattes.

Mehr Infos unter [www.agrarheute.de/wochenblatt](http://www.agrarheute.de/wochenblatt)

## Raclette und Fondue

### Silvesterklassiker mit Zutaten aus Bayern genießen

**München (bbv) – Wer an Silvester Familie und Freunde gerne um seinen Tisch versammelt, aber langes Vorbereiten in der Küche vermeiden will, liegt mit den geselligen Klassikern Raclette oder Fondue genau richtig. Die Landfrauen im Bayerischen Bauernverband empfehlen dabei auf heimische Zutaten zurückzugreifen.**

#### Raclette – erlaubt ist, was schmeckt

Raclette lebt von der Vielfalt der Zutaten. Die klassischen Beilagen sind Kartoffeln, Blattsalate und Baguette. Fleisch, Fisch und Gemüse kann entweder in den Pfännchen gegart oder auf der oberen Platte kross und aromatisch angebraten und anschließend in den Pfännchen mit Käse überbacken werden. Typisches Raclette-Fleisch gibt es nicht. Hier gilt genauso wie beim Fisch und bei Gemüse: Erlaubt ist, was schmeckt.

Käse spielt die Hauptrolle beim Raclette. Pro Person rechnet man je nach Beilagen mit 200 bis 250 Gramm Käse. Das Besondere am klassischen Raclette-Käse ist, dass er gut schmilzt, würzig im Geschmack ist und meist einen großen Anteil an Rohmilch enthält. Wenn Sie beim Essen für Abwechslung sorgen möchten, bieten Sie mehrere Käsesorten an. Wem der Raclette-Käse zu kräftig ist, der kann auf mildere Alternativen wie Gouda, Butterkäse oder Mozzarella zurückgreifen. Auch Bergkäse, Tilsiter, Emmentaler, Camembert und bayerischer Blauschimmelkäse werden gerne für Raclette eingekauft.

Wichtig ist, dass die Käsesorten mindestens 45 % Fettgehalt in der Trockenmasse aufweisen, damit sie gut schmelzen. Übrigens: Wenn Sie ausschließlich milden Käse bereitstellen und die obere Grillplatte nicht zum Braten verwenden, riecht die Wohnung am nächsten Tag nicht so streng. Ansonsten heißt es nach dem Genuss: gut lüften!

### **Fondue – Fleisch, Käse oder Schokolade für jeden Geschmack ist was dabei**

Auch Fondue lässt sich wunderbar vorbereiten und der Vielfalt sind keine Grenzen gesetzt: Fleischfondue mit Fett oder Brühe, Käsefondue oder aber Schokofondue.

Als Fondue-Fleisch eignen sich aufgrund der relativ kurzen Garzeit besonders Schweinefilet, Rinderfilet, Hähnchenbrust und Lammfilet. Kaufen Sie das Fleisch (circa 200 g pro Person) am besten am Stück und schneiden Sie es zu Hause in gleichgroße, mundgerechte Stücke. Je kleiner die Stücke, desto kürzer ist die Garzeit. Nach Belieben kann das Fleisch vorher mariniert werden. Beim Garen in Fett empfiehlt es sich darauf zu achten, dass das Fleisch vor dem Garen trocken getupft wird, damit es beim Eintauchen in das heiße Fett nicht so stark spritzt. Als Fett eignen sich hoch erhitzbare, geschmacksneutrale Öle wie zum Beispiel heimisches Raps- oder Sonnenblumenöl. Die Variante mit Brühe ist wesentlich



kalorien- und geruchsärmer. Hier eignet sich eine kräftig gewürzte Brühe. Nach Belieben kann der Fonds auch mit Wein und Kräutern verfeinert werden.

Für das Käsefondue eignen sich Hartkäse oder Schnittkäse, die sich gut reiben lassen – je nach Geschmack können auch mehrere Käsesorten gemischt werden. Auch für Fondue sollte der Käse mindestens 45 % Fett i. Tr. haben, damit er gut schmilzt. Unter den geschmolzenen Käse werden typischerweise Weißwein, etwas Kirschwasser und ein wenig Stärke gerührt bis eine sämige Masse entsteht. Es können nach Belieben auch Gewürze, Kräuter oder Knoblauch zugegeben werden. Auch hier rechnet man mit etwa 200 g Käse pro Person.

## **Süßes Fondue**

Fondue ist auch in der süßen Variante beliebt. Je nach Geschmack schmelzen Sie Vollmilchschokolade, Zartbitterschokolade, eine Mischung aus beidem oder auch weiße Schokolade. Wer mag, verfeinert die flüssige Schokolade mit einem Schuss Likör oder weihnachtlichen Gewürzen. Zum Dippen eignen sich Obststücke wie Beeren, Bananen, Trauben, aber auch Trockenobst, Nüsse oder Kekse. Besonders bei Kindern beliebt sind kleine Zuckerperlen, die auf die mit Schokolade umhüllten Obststücke gestreut werden.

## **Dips und Saucen geben den Gerichten eine persönliche Note**

Fleischgerichte lassen sich durch Dips, Saucen und auch würzige, häufig süßsaure Chutneys pfiffig aufwerten. Auch hier gilt: Erlaubt ist, was schmeckt.

Karin Seubert, Ernährungsfachfrau aus Oberfranken, hat für die Grillsaison Rezepte herausgesucht, die auch gut zu Fondue oder Raclette passen:

### **Schafskäsedip**

1 Bund Frühlingszwiebeln oder Lauch, 1 rote Paprika, 2 EL Öl, Salz, Pfeffer, 125 ml trockenen Weißwein, 300 g Schafskäse (oder Feta), Oregano, Paprikapulver, Cayennepfeffer

Frühlingszwiebeln (Lauch) in schmale Ringe, die Paprika in feine Streifen schneiden und in heißem Öl circa 5 Min. dünsten. Mit Weißwein ablöschen und aufkochen. Zerkleinerten Käse dazugeben und kurz mitkochen lassen. Alles pürieren und mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Cayennepfeffer und Oregano nach Bedarf abschmecken.

### **Tomaten-Pfeffer-Sauce**

200 ml Crème fraîche, 200 ml Sauerrahm, 12 EL Tomatenketchup, Pfeffer, Salz, Tabasco, Paprika, Cayennepfeffer

Alle Zutaten miteinander verrühren und kräftig abschmecken.

### **Zitronen-Knoblauch-Sauce**

300 g Naturjoghurt, eine unbehandelte Zitrone, 2 EL Öl, zwei Knoblauchzehen, Cayennepfeffer, 2 TL Paprika edelsüß 2 EL Zucker, Salz, Pfeffer, 20 Blätter Zitronenmelisse

Zitronenschale abreiben und Zitrone auspressen. Zum Joghurt die Zitronenschale, Saft, Öl und gepressten Knoblauch hinzugeben und gut verrühren. Mit Paprika, Zucker, Salz und Pfeffer sowie Cayennepfeffer kräftig abschmecken. Die in feine Streifen geschnittene Zitronenmelisse untermengen.

Vor allem Chutneys passen auch gut zu herzhaftem Käse und sind ein schönes Geschenk für die Gastgeber.

## Apfelchutney

Chutneys werden wie Konfitüren hergestellt. Durch das Kochen und die Zugabe von Zucker wird die Sauce konserviert und fest. Man würfelt für ein pikantes Apfelchutney geschälte Äpfel und kocht diese je nach Geschmack mit anderem Gemüse, wie z.B. Zwiebeln und Zucker ein. Somit erhält man einen süßen und würzigen Geschmack. Durch Essig kommt Säure in das Chutney, hierbei eignet sich ein heller Weinessig. Die pikante Schärfe erhält man durch Zugabe von Chili oder Ingwer. Aromatisch wird die Sauce auch durch mediterrane Gewürze wie Thymian. Alles bei mittlerer Hitze, unter gelegentlichem Rühren, circa 45 Minuten kochen bis die Konsistenz püreeartig wird. Dann das heiße Chutney sofort in saubere, gut verschließbare Gläser einfüllen, verschließen, umdrehen und auf dem Deckel abkühlen lassen.

## Einkaufstipps

Regionale Ware für Ihre Gerichte finden Sie auf Bauernmärkten und bei Direktvermarktern:

**[www.bauernmaerkte-in-bayern.com](http://www.bauernmaerkte-in-bayern.com)** und  
**[www.einkaufenaufdembauernhof.de](http://www.einkaufenaufdembauernhof.de)**.

Darüber hinaus findet man regionale Ware im Handel. Man erkennt sie am Zeichen „Geprüfte Qualität Bayern“. Dahinter steckt ein staatliches Qualitäts- und Herkunftssicherungsprogramm, das stufenübergreifende Kontrollen zur Einhaltung spezifischer Qualitätskriterien und der bayerischen Herkunft in der gesamten Lebensmittelkette bietet. GQ-Bayern schreibt für jeden GQ-Bayern Produktbereich zusätzliche Anforderungen an die Produktqualität sowie klare Auflagen an Produktion und Verarbeitung vor, deren Einhaltung von zugelassenen, privatwirtschaftlichen Zertifizierungsstellen und unter staatlicher Aufsicht kontrolliert wird. Mehr Informationen finden Interessierte unter [www.gq-bayern.de](http://www.gq-bayern.de)



# Mit bayerischem Superfood ins neue Jahr

## Essen und Trinken

**München (bbv) – Drei, zwei, eins – Prosit Neujahr! Bei vielen Silvesterpartys geht es nach Mitternacht erst richtig los. Mit bösen Folgen, denn so mancher Partygänger wacht am Neujahrsmorgen mit einem Kater auf – doch das muss nicht sein, wenn man einige Tipps beherzigt.**

### Eine gute Grundlage schaffen

Auch wenn man bei Silvester zuerst an Alkoholisches denkt, spielt das Essen eine große Rolle am letzten Tag des Jahres. Damit der Alkohol nicht gleich zu Kopf steigt, ist es wichtig, eine gute Grundlage zu schaffen. Denn Alkohol wirkt besonders stark auf leeren Magen. Er gelangt dann schneller in die Blutbahn. Deshalb: Greifen Sie kräftig zu. Zu empfehlen sind besonders ballaststoffreiche oder nahrhafte Speisen. Gemüse, Kartoffeln, Reis oder Nudeln verlangsamen die Aufnahme des Alkohols. Bäuerin Silvia Schlögel aus Peiting empfiehlt, auch an Silvester auf „Bayerisch Superfood“ zu setzen. „Direkt vor unserer Haustüre wächst und gedeiht alles, was man für eine gute Party braucht. Nebenbei ist unser Bayerisch Superfood mindestens ebenso gesund wie Chia-Samen oder Goji-Beeren“, sagt sie. Anregungen für gesunde heimische Snacks gibt ihr Buch „Bayerisch Superfood“ (Mehr dazu im Kasten weiter unten).

### Alkohol liebt Wasser

Alkohol entzieht dem Körper Wasser. Deshalb ist es wichtig, bei der Aufnahme von alkoholischen Getränken dem Körper gleichermaßen Wasser zurückzugeben. Das hilft, die Alkoholaufnahme zu reduzieren. Antialkoholische Getränke, insbesondere mineralstoffreiche Mineralwässer, helfen, den Flüssigkeitshaushalt auszugleichen und den Verlust von Mineralstoffen aufzufangen. Tipp: Zu jedem Glas Alkohol ein Glas Wasser oder Saftschorle trinken.

### Bei einer Sorte Alkohol bleiben

Vielfalt ist zumindest beim Genuss von Alkohol ein Risiko. Wer verschiedene Sorten Alkohol am Abend durcheinander trinkt, riskiert eher einen Kater als derjenige, der den Abend über bei einer Art alkoholischem Getränk beispielsweise bei Bier oder Wein bleibt. Jedes alkoholische Getränk hat seine eigenen Wirkstoffe. Das Mischen verschiedener Getränke fordert den Körper stärker heraus, weil er die verschiedenen Wirkstoffe verarbeiten muss.

### Den Neujahrstag mit einem herzhaften Frühstück beginnen

Das Frühstück am Morgen nach der Party soll Mineralstoff- und Wasserverluste ausgleichen und den Kreislauf in Schwung bringen. Dazu eignet sich am besten ein so genanntes Katerfrühstück aus Rollmops, sauren Gurken, Gemüse- oder Fleischbrühe. Auch hier kann das bayerische Superfood ganz groß auftrumpfen. Ein Spaziergang an der frischen Luft stärkt den Kreislauf und hilft dem Körper den Alkohol besser abzubauen.

## Superfood – in aller Munde

Silvia Schlögel und ihre Damen von der „Hauswirtschaferei“ in Peiting, Landkreis Weilheim, backen und kochen sich quer durch eine authentische Landfrauenküche – und dies am liebsten mit Produkten aus der Region. So entstand auch die Idee für ihr drittes Kochbuch, das sie „Bayerisch Superfood“ genannt haben. „Während andere bei ‚clean eating‘ von einem neuen Trend sprechen, tun wir das schon seit Jahren: einfach selbst kochen, ohne Zusatzstoffe“, sagt Schlögel, die einmal Kreisbäuerin im Bayerischen Bauernverband war. Für ihr drittes Buch haben die Frauen unzählige Rezepte mit bayerischem Superfood ausprobiert, die einfach gut schmecken und dazu gesund sind – leicht nachzukochen und ohne viel Schnick-Schnack: von feinen Frühstücksideen, herzhaften Brotzeitrezepten und „Mitnimmse!“ ins Büro über deftige Hauptmahlzeiten bis zu köstlichen Desserts.

„Bayerisch Superfood“ ist zum Preis von 12,90 Euro erhältlich unter <http://diehauswirtschaferei.de>.

Terminhinweis für die Medien

## Neujahrs-Pressegespräch am 16. Januar 2018

**München (bbv) – Bitte merken Sie sich jetzt den Termin für unser Neujahrs-Pressegespräch mit Bauernpräsident Walter Heidl vor:**

Dienstag, 16. Januar 2018, um 10:30 Uhr  
im Generalsekretariat des Bayerischen Bauernverbandes

Eine detaillierte Einladung versenden wir im Januar.



© Printemps – Fotolia.com

**Das Team der  
BBV-Kommunikation  
wünscht Ihnen und  
Ihren Familien  
einen guten Rutsch  
und ein gesundes  
neues Jahr!**