



Unsere Themen

Ei, Ei, Ei

Alle Informationen rund ums Ei und das Osterfest

2

**Bedeutung von Berufen:
Bauern rücken auf Platz 2 vor**
Neue Emnid-Studie bestätigt
Anerkennung der Bauernfamilien
in der Bevölkerung

4

Habemus Bauer

Das sind die neuen
Bezirksbäuerinnen und
Präsidenten des Bayerischen
Bauernverbandes

5

**Berufswettbewerb:
„Grüner“ Berufsnachwuchs
in den Startlöchern**

7

Bayernfinale beim Landesentscheid
am 19. und 20. April 2017

Hauswirtschaft als Leidenschaft

Eine Teilnehmerin des Landesent-
scheids im Gespräch

8

Endlich wieder herzlich lachen

Weltgesundheitsstag am 7. April:
Landfrauen brechen mit Tabuthema
Harninkontinenz

9

Giersch: Des einen Freud, des anderen Leid

Pesto des Wildkrautes ist schnell
und einfach selbst gemacht

10

Online historische Bücher finden

Agrarhistorische Bibliothek
Herrsching ist im Netz

12

Ei, Ei, Ei

Alle Informationen rund ums Ei und das Osterfest

München (bbv) – Osterzeit ist Eierzeit. Nicht allein als kulinarische Köstlichkeit steht das Ei zu Ostern im Blickpunkt, auch das Färben, Verstecken und Suchen von Ostereiern am Ostersonntag ist in vielen Familien noch heute liebevoll gepflegter Brauch.

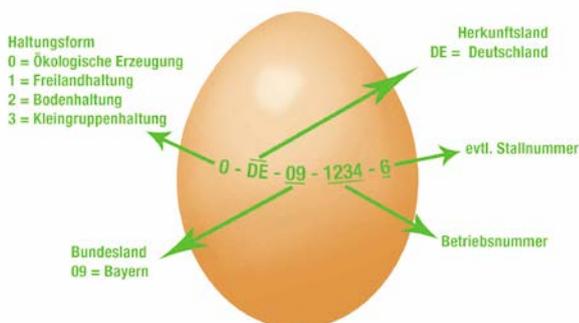
Wichtiger Bestandteil der Ostertraditionen

Wie kommt es, dass das Ei gerade zu Ostern so geschätzt wird? Im Christentum galten Ostereier lange Zeit als Symbol für neues Leben und Fruchtbarkeit. Das Essen von Eiern war den Gläubigen in der Fastenzeit vor Ostern nicht erlaubt. Die Eier, die während dieser Zeit gelegt wurden, wurden meist hartgekocht und dadurch haltbar gemacht. Nach vierzig Tagen konnten am Ostersonntag dann erstmals wieder Eier gegessen werden – was liegt da näher, als das Ei zu etwas ganz Besonderem an diesem Tag zu machen

Ei hat immer Saison

Eigentlich aber hat das Ei immer Saison: Der Pro-Kopf-Verbrauch liegt in Deutschland bei 233 Eiern im Jahr (Angabe von 2015). Ob als Spiegelei, als Rührei oder als gekochtes Ei auf dem Frühstückstisch – die Verwendungsmöglichkeiten sind vielfältig wie bei kaum einem anderen Lebensmittel. Eier sind zudem unverzichtbare Küchenhelfer: Kochen und backen ohne Eier? Da würde etwas fehlen!

Jedes Ei verrät seine Herkunft



Die gut sichtbare Kennzeichnung auf jedem Ei gibt auf einen Blick Aufschluss darüber, woher das Ei kommt. Die erste Ziffer verrät das Haltungssystem, aus dem das Ei stammt.

- 0 = ökologische Erzeugung
- 1 = Freilandhaltung
- 2 = Bodenhaltung
- 3 = Kleingruppenhaltung

Das darauf folgende Länderkürzel steht für das Herkunftsland des Eies, z. B. DE = Deutschland, BE = Belgien, AT = Österreich, NL = Niederlande. Die Ziffern nach dem Länderkürzel kennzeichnen das Bundesland, dabei steht die „09“ für Eier aus Bayern. Die Zahlenfolge am Ende steht für die Nummer des Legebetriebs. Wer genau wissen möchte, woher das Ei kommt, kann die Nummer auf der Webseite „Was steht auf dem Ei?“ (www.was-steht-auf-dem-ei.de) eingeben und erhält dann Auskunft.

Wertvolle Inhaltsstoffe

Eier sind für unsere Ernährung wertvoll. Sie sind reich an Nährstoffen und können in der Küche vielseitig verwendet werden. Eier liefern hochwertiges Eiweiß, das der Körper fast vollständig in körpereigenes Eiweiß umbauen kann. Zudem enthalten Eier viele Vitamine und Mineralstoffe, wie Vitamin A, B1 und B2 sowie Calcium, Phosphor und Eisen, die unsere Körperfunktionen unterstützen.

Eier sind Fitmacher: Unter der 0,3 mm dünnen Schale verbirgt sich eine wertvolle Proteinquelle, die z. B. notwendig für einen schnellen Wiederaufbau von Muskeln ist. Haut, Gehirnzellen, Stoffwechsel und Nerven ziehen sich Energie aus dem ovalen Wunder.

Handhabung und Lagerung

Eier sollten am besten kühl gelagert werden. Dabei sollten nur so viele Eier aus dem Kühlschrank entnommen werden, wie sofort verbraucht werden. Denn durch Temperaturschwankungen kann sich Kondenswasser auf dem Ei bilden, das dazu führen kann, dass Keime ins Innere des Eies dringen.

Eier sind 28 Tage haltbar. Das Legedatum des Eies errechnet sich aus dem Mindesthaltbarkeitsdatum minus 28 Tage. Eier am besten nicht abwaschen oder abreiben. Das würde die Eioberhaut zerstören, die das Ei vor dem Eindringen von Keimen schützt.

Wer Eier zum Bemalen oder Basteln ausbläst, sollte dies nicht mit dem Mund machen, sondern einen abgeschnittenen dicken Strohalm verwenden. Stechen Sie mit einer Nadel oben und unten jeweils ein Loch ins Ei. Vergrößern Sie das untere Loch so, dass Sie mit dem Strohalm das flüssige Ei in eine Schüssel pusten können.

Selbst gefärbte, hartgekochte Eier halten 2 bis 3 Wochen. Beim längeren Kochen entsteht durch eine chemische Reaktion manchmal ein grüner Rand am Eigelb. Dies ist unbedenklich.

Wie gut ein Ei sich pellen lässt, ist aber abhängig von der Frische. Je frischer das Ei, desto schlechter löst sich die Schale.

Und so geht der Frischetest: Frische Eier bleiben in einem Glas Wasser am Boden. Ältere Eier steigen aufgrund der zunehmenden Luftkammern im Inneren des Eies nach oben.

Viele Menschen vermuten, dass die Eierfarbe immer der Gefiederfarbe entspricht: Legen also weiße Hühner weiße Eier und braune Hühner braune Eier? Nein! Die Farbe der Eierschale ist genetisch festgelegt. Verantwortlich für die Farbe ist eine Drüse im Legedarm. Sie bildet verschiedene Farbpigmente, die braune Eier ergeben. Hühner, die weiße Eier legen, bilden keinen Farbstoff.

Haltung von Legehennen in Bayern

Die überwiegende Haltungsförm für Legehennen ist in Bayern heute die Bodenhaltung, in der sich die Tiere frei im Stall bewegen können. Es dürfen bis zu neun Hühner pro Quadratmeter Stallfläche auf dem Boden gehalten werden. Werden

in der Bodenhaltung mehrere Ebenen genutzt, spricht man von Volierenhaltung. Hier dürfen höchstens 18 Hennen pro Quadratmeter gehalten werden. Bei diesem System leben kleinere Gruppen, die sich untereinander kennen, auf jeder Etage. In der Freilandhaltung haben die Hennen außerhalb des Stalls auch Zugang zu begrüntem Freiland. Der Mindestfreilauf beträgt vier Quadratmeter pro Huhn. Für den Stall gelten dieselben Vorschriften wie bei der Bodenhaltung. Die ökologische Haltung bietet mehr Freilandfläche pro Tier und ökologisch erzeugtes Futter, überwiegend vom eigenen Betrieb. Herkömmliche Käfighaltung (Legebatterien) ist in Deutschland bereits seit Anfang 2010 verboten; EU-weit erst seit Anfang 2012. In der Kleingruppenhaltung leben die Hennen heute in ausgestatteten Käfigen mit Sitzstangen, Nestern für die Eiablage, Futterrinnen, Tränken und Einstreubereich. Für jede Legehenne müssen mindestens 800 cm² uneingeschränkt nutzbare Fläche bereitgestellt werden.

Bedeutung von Berufen: Bauern rücken auf Platz 2 vor

Studie zeigt Anerkennung der Bauernfamilien in Bevölkerung

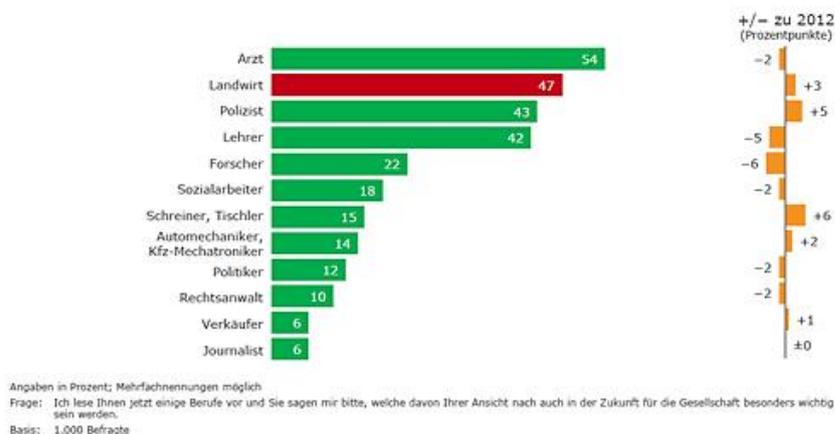
München (bbv) – Die Bevölkerung schätzt die Bedeutung der Landwirtschaft für Gesellschaft und Wirtschaft als sehr hoch ein. Die Verbraucher sind zudem der Meinung, dass der landwirtschaftliche Beruf einer der wichtigsten und zukunftssträchigsten Berufe ist. Dies geht aus der repräsentativen Emnid-Untersuchung zum Image der Landwirtschaft 2017 hervor, die der Verein i.m.a – information.medien.agrar beim Meinungsforschungsinstitut Emnid in Auftrag gegeben und mit dem Deutschen Bauernverband (DBV) in Berlin am 4. April 2017 in Berlin vorgestellt hat.

Für 87 Prozent der Bundesbürger ist demnach eine leistungsfähige Landwirtschaft ein wesentlicher Bestandteil der Lebensqualität und -fähigkeit des Landes. Bei der Bedeutung einzelner Berufe ist der Landwirt auf Platz 2 vorgerückt, hinter dem Arzt und vor dem Polizisten. In der Umfrage 2012 nahm der Beruf „Landwirt“ noch Platz 3 ein.

Das Ansehen der Bäuerinnen und Bauern fällt in der Bevölkerung in allen Bundesländern mit 79 Prozent durchweg positiv aus. Die „moderne Landwirtschaft“ wird von 61 Prozent der Bundesbürger anerkannt. Fast jeder zweite Befragte hat Interesse an landwirtschaftlichen Themen – Frauen deutlich mehr als Männer. Für die Verbraucher sind Lebensmittelqualität (94 Prozent), der Umgang mit Nutztieren (89 Prozent) und die Transparenz in der Lebensmittelproduktion (85 Prozent) die wichtigsten Themen.

Zukünftige gesellschaftliche Bedeutung von Berufen

Der Beruf des Landwirts ist auf Rang 2 vorgerückt



„Diese Ergebnisse spornen uns an, den direkten Kontakt zu den Verbrauchern zu pflegen und ihnen Einblick zu geben in unsere Arbeit auf dem Feld und im Stall. Das ist für die Bäuerinnen und Bauern die beste Möglichkeit, Vorbehalten gegenüber zeitgemäßer Landwirtschaft zu begegnen“, sagt Bauernpräsident Walter Heidl.

Die Meinungsumfrage zum „Image der deutschen Landwirtschaft 2017“ hat Emnid vom 13. bis 24. Februar 2017 erhoben. Mit 1000 Interviews bei der deutschsprachigen Bevölkerung in Privathaushalten ab 14 Jahren ist die Untersuchung repräsentativ. Emnid führt diese Untersuchung seit 1966 alle fünf Jahre im Auftrag vom gemeinnützigen Verein i.m.a – information.medien.agrar e. V. durch. Eine Reihe unveränderter Fragen erlaubt einen Langzeitvergleich.

Weitere Infos und die Studie „Das Image der deutschen Landwirtschaft“ finden Sie unter www.bayerischerbauernverband.de/imagestudie-2017

Habemus Bauer

Das sind die neuen Bezirksbäuerinnen und Präsidenten des Bayerischen Bauernverbandes

München (bbv) – Seit vergangenem November waren die rund 150.000 Mitglieder des Bayerischen Bauernverbandes aufgerufen, ihre ehrenamtlichen Vertreter neu zu wählen. So wurde bereits in allen 6285 Ortsverbänden und in den 72 Kreisverbänden gewählt. Mit den Wahlen in der Oberpfalz wurden am Dienstag die Wahlen auf Bezirksebene abgeschlossen. Die neue Landesspitze wird am 28. April (Wahl der Landesbäuerin) und am 19. Mai (Wahl des bayerischen Bauernpräsidenten) gewählt.

Hier finden Sie eine Übersicht über die frisch gewählten Bezirksbäuerinnen und Präsidenten des Bayerischen Bauernverbandes für die Amtsperiode von 2017 bis 2022:

Bezirksbäuerinnen und Stellvertreterinnen 2017-2022

| Bezirksbäuerin | Kreisverband | Stellvertreterin | Kreisverband |
|------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------------------|
| Oberbayern | | | |
| Christine Singer | Garmisch-Partenkirchen | Elisabeth Mayerhofer | Freising |
| Niederbayern | | | |
| Irene Waas | Dingolfing-Landau | Renate Stöckl | Passau |
| Oberpfalz | | | |
| Rita Blümel | Regensburg | Irmgard Zintl | Tirschenreuth |
| Oberfranken | | | |
| Anneliese Göller | Bamberg | Beate Opel | Kulmbach |
| Mittelfranken | | | |
| Christine Reitelshöfer | Ansbach | Renate Ixmeier | Neustadt an der Aisch-Bad Windsheim |
| Unterfranken | | | |
| Maria Hoßmann | Main-Spessart | Annette vom Berg-Erbar | Kitzingen |
| Schwaben | | | |
| Christiane Ade | Neu-Ulm | Marianne Stelzle | Günzburg |

Bezirkspräsidenten und Stellvertreter

| Bezirkspräsident | Kreisverband | Stellvertreter | Kreisverband |
|-------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|
| Oberbayern | | | |
| Anton Kreitmair | Dachau | Wolfgang Scholz | Weilheim-Schongau |
| Niederbayern | | | |
| Gerhard Stadler | Straubing | Alois Bauer | Landshut |
| Oberpfalz | | | |
| Josef Wutz | Cham | Ely Eibisch | Tirschenreuth |
| Oberfranken | | | |
| Hermann Greif | Forchheim | Erwin Schwarz | Kronach |
| Unterfranken | | | |
| Stefan Köhler | Aschaffenburg | Alois Kraus | Kitzingen |
| Mittelfranken | | | |
| Günther Felßner | Nürnberg-Land | Ernst Kettemann | Feuchtwangen |
| Schwaben | | | |
| Alfred Enderle | Oberallgäu | Reinhard Herb | Aichach-Friedberg |

Weitere Informationen zu den Wahlen im Bayerischen Bauernverband und den neu gewählten Ehrenamtlichen auf Bezirks- und Kreisebene finden Sie unter: www.BayerischerBauernVerband.de/Verbandswahlen

Berufswettbewerb: „Grüner“ Berufsnachwuchs in den Startlöchern

Bayernfinale beim Landesentscheid am 19. und 20. April 2017

München (bbv) – Sind es Oberbayern, Oberpfälzer, Niederbayern, Schwaben oder Franken, die sich beim Landesentscheid des Berufswettbewerbs der Deutschen Landjugend an die Spitze setzen werden? Unter dem Motto „Grüne Berufe sind voller Leben – Wachstum, Stärke, Leidenschaft“ werden die besten Nachwuchskräfte der bayerischen Bezirke in den Sparten Land- und Forstwirtschaft sowie Hauswirtschaft am 19. und 20. April 2017 in Kempten zum „Bayernchampion“ gekürt. Die Siegerinnen und Sieger werden Bayern dann beim Bundesentscheid im Juni in Mecklenburg-Vorpommern vertreten.

Am 7. Februar sind in Bayern insgesamt 2.000 Auszubildende an den Start gegangen. Für die 51 besten jungen Frauen und Männer aus den einzelnen Bezirken wird es nun ernst: Beim Landesentscheid am Spitalhof und am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Kempten geht es um das Ticket nach Mecklenburg-Vorpommern.

Gute Ausbildung für Berufe mit vielen Perspektiven

„Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Berufswettbewerb überzeugen mit ihrem Wissen und ihren Leistungen in den Grünen Berufen. Sie werden mit Leidenschaft in den Wettbewerb gehen und dabei zeigen, wie ernst sie ihren Beruf nehmen“, sagt Bauernpräsident Walter Heidl. Für das Image der Grünen Berufe in der Gesellschaft wie für den eigenen Berufserfolg habe eine fundierte Aus- und Weiterbildung einen hohen Stellenwert. „Denn die Herausforderungen in der grünen Branche sind anspruchsvoll: Von den jungen Leuten werden fundiertes Fachwissen, ein breit gefächertes Allgemeinwissen sowie Kommunikationsfähigkeit und Bereitschaft zur Weiterbildung gefordert.“ Dazu gäbe es für unternehmerisch orientierte junge Menschen mit Interesse an Natur, Technik und Umwelt über Qualifizierungen, zum Beispiel der Meisterausbildung, dem Besuch der Technikerschule, der Höheren Landbauschule oder einem Studium im Agrarbereich eine Vielzahl an beruflichen Perspektiven.

Fit in Theorie und Praxis

Die jungen Frauen und Männer stellen beim Landesentscheid noch einmal ihr Wissen in Naturwissenschaften, Geographie, Politik und Gesellschaft unter Beweis. In der Berufstheorie müssen angehende Landwirte zum Beispiel über Ackergeräte Bescheid wissen. Hofbesuchern betriebliche Entwicklungen und Entscheidungen deutlich zu vermitteln, ist Thema der mündlichen Präsentation. Im praktischen Teil wird der gekonnte Umgang mit modernster Agrartechnik gefordert, Pflanzen müssen bestimmt und Tiere mit sicherem Blick beurteilt werden.

Die angehenden Hauswirtschafterinnen setzen sich in ihrer Präsentation mit dem

Umgang mit Lebensmitteln auseinander. Um eine Nahrungszubereitung im Rahmen des Berufsschulalltages sowie die Zusammenstellung eines Geschenkes für eine Festveranstaltung geht es bei der praktischen Aufgabe. Die Auszubildenden im Bereich Forst zeigen ihr Wissen und Können u. a. beim Thema Aufforstung sowie beim richtigen Umgang mit der Motorsäge und der präzisen Ausführung verschiedener Schnitte. In der Präsentation wird von den angehenden Forstwirten erwartet, dass sie Besuchergruppen zum Beispiel die Vorteile des Rohstoffes Holz oder die Prinzipien der naturnahen Waldwirtschaft überzeugend nahe bringen können.

Wie geht es weiter?

Für die Siegerinnen und Sieger beim Landesentscheid geht es weiter zum Bundesentscheid des Berufswettbewerbs vom 12. bis 16. Juni 2017 in Güstrow in Mecklenburg-Vorpommern. Die bayerischen Finalisten im Weinbau stehen bereits fest, das große Bundesfinale im Weinbau findet ebenfalls im Juni in Rattey/Schönbeck (Mecklenburg-Vorpommern) statt.

Durchgeführt wird der Berufswettbewerb von der Deutschen Landjugend, vom Deutschen Bauernverband mit seinen Landbauernverbänden, vom Deutschen LandFrauenverband e.V. und der Schorlemer Stiftung. Der Berufswettbewerb steht unter der Schirmherrschaft des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, Schirmherr ist Bundeslandwirtschaftsminister Christian Schmidt. In Bayern wird der Berufswettbewerb vom Berufsbildungswerk des Bayerischen Bauernverbandes durchgeführt, unterstützt von der bayerischen Landwirtschaftsverwaltung und den berufsbildenden Schulen.

Hinweis an die Medien: Zum Landesentscheid in Kempten wird noch eine gesonderte Einladung versandt.

Nähere Informationen sowie die Liste aller Teilnehmer am Landesentscheid finden Sie im Internet unter

www.BayerischerBauernVerband.de/Berufswettbewerb-2017.

Hauswirtschaft als Leidenschaft

Eine Teilnehmerin des Landesentscheids im Gespräch

München (bbv) – Die verschiedenen Weiterbildungsmöglichkeiten und die Vielseitigkeit in ihrem Aufgabenbereich waren für die 18-jährige Regina Lindlmeier ausschlaggebend, sich für die Ausbildung in der Hauswirtschaft zu entscheiden. Sie ist gerade im zweiten Lehrjahr und geht in Kempten als Beste Oberbayerns in der Hauswirtschaft „ins Rennen“.

„Backen ist meine Leidenschaft, aber zur Hauswirtschafterin gehört viel mehr. Teamfähigkeit beim Umgang mit den Kunden und mit den Kolleginnen in der Backstube und Küche, Flexibilität, vorausplanendes und genaues, sorgfältiges Arbeiten sowie organisatorisches Geschick. Gerade am Anfang ist es auch sehr

wichtig, bei Erklärungen genau hinzuhören“, sagt Regina Lindlmeier, die zur Zeit auf dem Milchviehbetrieb Dirnecker im Hofcafé und Hofladen Erfahrungen sammelt. Auf einem Ausbildungsbetrieb im dritten Lehrjahr kämen weitere Aufgabefelder hinzu. Nach Ende der Lehrzeit und Praxisjahren will Regina Lindlmeier eine Ausbildung zur Meisterin der Hauswirtschaft anschließen: „Ich habe dann viele unterschiedliche Tätigkeiten erlernt und Arbeitsfelder kennen gelernt, so dass mir beruflich viele Möglichkeiten offenstehen. Ich kann mich später selbstständig machen, in einem Privathaushalt, auf einem landwirtschaftlichen Betrieb, in einer sozialen Einrichtung, im Hotel- oder Gaststättenbereich oder vielleicht auch in einem ganz anderen Bereich tätig werden.“ Der Berufswettbewerb habe sie in ihrer Berufsentscheidung bestärkt: „Beim Bezirksentscheid wurde mir gerade bei der Präsentationsaufgabe zum Image des Berufes Hauswirtschaft deutlich, wie schön und interessant dieser Beruf ist und, dass ich die richtige Wahl getroffen habe.“

Einen ausführlichen Beitrag finden Sie unter:

www.BayerischerBauernVerband.de/pd13-14-bwb-interview-hauswirtschaft

„Endlich wieder herzlich lachen“

Weltgesundheitstag am 7. April: Landfrauen brechen mit Tabuthema Harninkontinenz

München (bbv) - „Blasenschwäche – Endlich wieder herzlich lachen!“ – der landesweite Startschuss für die neue Gesundheitsoffensive der Landfrauen im Bayerischen Bauernverband ist gefallen. Nach den Auftaktveranstaltungen auf Bezirksebene werden die Landfrauen im kommenden Herbst und Winter bayernweit zahlreiche Veranstaltungen auf Kreis-, Gemeinde- und Ortsebene gemeinsam mit ihren Kooperationspartnern umsetzen.

„Unsere Gesundheit ist unser höchstes Gut“, erklärt Landesbäuerin Anneliese Göller anlässlich des Weltgesundheitstages am 7. April, „und uneingeschränkt herzlich lachen wollen wir doch alle. Daher widmen wir uns mit unserer sechsten Gesundheitsoffensive dem weit verbreiteten Tabuthema Harninkontinenz.“

Allein in Deutschland sind circa ein Viertel der Frauen von Harninkontinenz betroffen. Auch bei Männern kommt es nicht selten zum unwillkürlichen Harnabgang, der das Alltagsleben stark beeinträchtigen kann. Die meisten scheuen sich, über das Thema zu sprechen, und erhalten daher auch keine Hilfe. „Aber reden lohnt sich“, weiß die Landesbäuerin nach der landesweiten Eröffnung der Gesundheitsoffensive, „denn: Inkontinenz ist sehr häufig heilbar.“

Für die neu angelaufene Gesundheitsoffensive „Blasenschwäche – Endlich wieder herzlich lachen!“ konnten die Landfrauen im Bayerischen Bauernverband zwei Kooperationspartner gewinnen: die Deutsche Kontinenz Gesellschaft e. V. und die Arbeitsgemeinschaft Gynäkologie, Geburtshilfe, Urologie, Proktologie im

Deutschen Verband für Physiotherapie e. V. Gemeinsam mit den Kooperationspartnern wollen die Landfrauen bayernweit mit Informationsveranstaltungen und der sogenannten Beckenbodenschule – einer bei der Zentralen Prüfstelle anerkannten Präventionsmaßnahme – zahlreiche Betroffene erreichen und das Tabuthema Harninkontinenz brechen.

Mit ihren landesweiten Gesundheitsoffensiven leisten die Landfrauen im Bayerischen Bauernverband schon seit 2003 einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsaufklärung und -vorsorge. Der Erfolg gibt den Landfrauen Recht: An den bisherigen Gesundheitsoffensiven zu den Themen Brustkrebs, Osteoporose, Burn-out, Gesunder Darm und Herz-Kreislaufkrankungen beteiligten sich bisher weit über 50.000 Frauen und Männer.

Der landesweite Startschuss der sechsten Gesundheitsoffensive „Blasenschwäche – Endlich wieder herzhaft lachen!“ fiel durch Landesbäuerin Anneliese Göller und die beiden Kooperationspartner, die durch Prof. Dr. med. Ursula Peschers und Christiane Rothe vertreten waren, im Rahmen des Kreisbäuerinnenseminars am 21. März 2017 im Haus der bayerischen Landwirtschaft Herrsching. Peschers, leitende Ärztin der Klinik für Gynäkologie der Isar Kliniken GmbH, gab einen Einblick aus ärztlicher Sicht und hob die Relevanz des Themas für Landfrauen aufgrund schwerer körperlicher Arbeit und Mehrfachschwangerschaften und -geburten hervor. Rothe, physiotherapeutische Lehrkraft und Therapeutin der anerkannten Präventionsmaßnahme Beckenbodenschule, zeigte auf, dass bereits kleine Verhaltensänderungen wie das Husten in aufrechter Haltung über die Schulter statt in gebückter Haltung nach vorne einigen Betroffenen helfen können.

Nach den Auftaktveranstaltungen in den bayerischen Regierungsbezirken finden ab Herbst Informationsveranstaltungen zur Harninkontinenz und sogenannte „Beckenbodenschulen“ auf Kreis-, Gemeinde- und Ortsebene statt. Termine werden unter www.bildung-beratung-bayern.de veröffentlicht.

Giersch: Des einen Freud, des anderen Leid Pesto des Wildkrautes ist schnell und einfach selbst gemacht

München (bbv) – Für die einen ist er ein lästiges Unkraut, das sich wegen seiner unterirdischen Wurzelausläufer rasend schnell vermehrt und als unverwüstlich gilt. Für die anderen ein Wildkraut, das in der Küche durch seinen milden Geschmack nach Möhre und Petersilie vielseitig einsetzbar ist: Giersch. Im Frühjahr ist er eine der ersten Pflanzen, die sich im Garten breit macht. In ihrer Serie „Selbstgemacht“ verraten die Landfrauen im Bayerischen Bauernverband, wie sich aus Giersch ein schmackhaftes Pesto zubereiten lässt.

„Giersch wächst nicht nur im Garten, sondern auch oft an Waldrändern oder Flussufern. Beim Sammeln ist jedoch Vorsicht geboten“, warnen die Landfrauen

im Bayerischen Bauernverband, denn „es gibt giftige Doldenblütler, die dem Giersch zum Verwecheln ähnlich sehen.“ Giersch erkennt man am besten an seinem dreieckigen Querschnitt des Blattstiels.

Neben den Gierschblättern können auch die Blüten verzehrt werden. Die Stiele können bitter und zäh sein und sollten daher nicht verspeist werden. Das Wildkraut schmeckt nicht nur gut, sondern ist auch gesund aufgrund des hohen Gehaltes an Vitamin C, Kalium, Eisen und anderen Mineralstoffen. „Giersch wird nachgesagt, dass er entwässernd und entzündungshemmend ist und daher gegen Blasenentzündung, Gicht und Rheuma helfen soll“, weiß die oberfränkische Bäuerin Michaela Engelhardt.

Die zarten, hellgrünen, dreigezackten Blätter werden einen Frühlingsalat auf, eignen sich hervorragend für Smoothies, Kräuterquark, grüne Sauce oder Pesto. Im Gegensatz zu vielen anderen Wildkräutern darf Giersch erhitzt werden. Dadurch können auch die älteren, etwas härteren Blätter verzehrt werden – zum Beispiel kleingehackt und angedünstet als Gemüse ähnlich wie Spinat. Als Würzkräutchen bereichert Giersch Gemüsepfannen, Bratlinge oder Aufläufe. Die Gierschblüten eignen sich besonders gut für Salate oder in Limonaden.

Michaela Engelhardt vom Portal Qualität vom Hof (www.qualitaet-vom-hof.de) verrät uns ihr schmackhaftes Gierschpesto.

Zutaten:

50 g Gierschblätter (keine Stiele)
nach Belieben einige Petersilienblätter
150 ml Rapsöl oder Sonnenblumenöl
1/2 TL Salz
3 EL gehackte Walnüsse
50 g Hartkäse aus der Region



Zubereitung:

Blätter waschen, gut abtropfen lassen und in ein hohes Gefäß (z. B. Messbecher) geben. Öl dazu geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Dann Salz, Nüsse und Käse dazugeben und nochmal pürieren, bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist.

Das Pesto hält sich circa zwei bis drei Wochen im Kühlschrank. Für eine längere Haltbarkeit (bis zu 2 Jahre) füllen Sie das Pesto in Gläser, verschließen sie und kochen sie für 15 bis 20 Minuten bei 90 °C ein.

Für ein schnelles, kostengünstiges und nährstoffreiches Essen kochen Sie Nudeln, erwärmen das Pesto und vermischen beides. Sehr gut schmeckt dazu ein Salat. Guten Appetit!

Online historische Bücher finden

Agrarhistorische Bibliothek Herrsching ist im Netz

München (bbv) – Wer historische agrarische Fachliteratur sucht, kann ab sofort auch online in der Agrarhistorischen Bibliothek im Haus der bayerischen Landwirtschaft Herrsching stöbern. „Der Auftritt ist alles andere als verstaubt“, sagt Bibliothekarin Katharina Höninger.

Über eine Suchfunktion kann man im Online-Katalog stöbern und sich einen Eindruck über die rund 20.000 wertvollen Bestände aus dem 16. bis hin zum 20. Jahrhundert verschaffen. Die Bücher selbst liegen jedoch nicht digitalisiert vor. Wissenswertes aus den Themenbereichen Land-, Haus- und Forstwirtschaft, Naturwissenschaft, Technik, Gesetzgebung und Verwaltung gibt einen Überblick über das bäuerliche Leben einer längst vergangenen Zeit. „Manches ist auch heute noch erstaunlich aktuell. Besonders die Akten des Landwirtschaftlichen Vereins in Bayern geben mit ihren Protokollen und dem Schriftverkehr einen Einblick in die Gedankenwelt vergangener Tage“, sagt Höninger. Ein Online-Findbuch – praktisch ein detailliertes Aktenverzeichnis – erleichtert auch hier die Recherche.

Neben Informationen zum Aufbau der Bibliothek und ihrer Geschichte werden immer wieder „neue“ Bücher vorgestellt. Das zeigt, welche Kostbarkeiten und Kuriositäten sich im unscheinbaren Dachgeschoss verstecken und auf Entdeckung warten. In regelmäßigen Abständen werden in „Agrarhistorischen Foyergesprächen“ aktuelle Themen – zuletzt „Luther und die Bauern“ – aufgegriffen. Die Gespräche werden unter ‚Veranstaltungen‘ angekündigt.

Das Haus der bayerischen Landwirtschaft Herrsching freut sich auf Interessierte. Ob vor Ort oder online unter www.hdbl-herrsching.de/ahb/ – ein Besuch lohnt sich!