



## Liebe Kundin, lieber Kunde,

noch bis Ende der Woche läuft offiziell die Faire Woche, die auf einen gerechten Handel mit dem Globalen Süden aufmerksam machen möchte. Deshalb möchten wir auch in dieser Woche vor allem Produkte aus dem Fairen Handel vorstellen.

Parallel startet die Federweißer-Zeit! Neben leckerem Federweißer haben wir passend dazu Zwiebelkuchen als Rezeptkiste geplant sowie alle Zutaten für einen leckeren Flammkuchen. Einfach im Online-Shop stöbern!

Herzlichst, Ihre Martina Kögl und  
das Team der Ökokiste Kößnach

**Federweißer weiß, 1l** 4,49 €/Fl.

**Federweißer rot, 1l** 4,49 €/Fl.

## Noch bis 30.09. unterschreiben:



**Kernforderungen:** Schrittweiser Ausstieg aus synthetischen Pestiziden, Maßnahme zur Erholung der Bio-Diversität, Unterstützung von Bäuerinnen und Bauern. Die Aktion wurde vom Bündnis für eine enkeltaugliche Landwirtschaft initiiert, dem wir mit dem Ökokiste e.V. ebenfalls angehören! Weitere Infos unter [www.savebeesandfarmers.eu/deu](http://www.savebeesandfarmers.eu/deu)

## Aus dem Monatsangebot September

**Olivenöl natix extra, MANI Bläuel Griechenland, 1l** 16,99 €

MANI ist der Pionier für Bio-Olivenöl aus Griechenland. 1991 erhielt das Familienunternehmen für sein Olivenöl die allererste Bio-Zertifizierung Griechenlands. Die wichtigste Grundlage für qualitativ hochwertiges Olivenöl ist das Anbaugelände und die Olivensorte. Für beides bietet der Süden Griechenlands ideale Voraussetzungen.

**Schwarze Kalamata-Oliven** 2,79 €/100g

ohne Stein mit frischen Kräutern in Öl, aus Griechenland (Wunschgewicht bestellbar)



## FAIR FOR FUTURE

### Ein gerechter Handel ist möglich!

Wir haben uns auf eine Tasse Kaffee mit der Journalistin Katharina Nickoleit getroffen, die zusammen mit ihrem Vater Gerd Nickoleit (Mitbegründer des Fairhandelsunternehmens GEPA) das Buch „Fair for future: ein gerechter Handel ist möglich“ geschrieben hat und uns über das Buch unterhalten.



**Fairer Handel wird bei einer oberflächlichen Betrachtungsweise oft auf die Zahlung eines höheren Preises reduziert. Welchen Mehrwert bietet Fairer Handel? Wieso brauchen wir Fairen Handel?**

Der höhere Preis ist schon ein ganz wichtiger Bestandteil, denn er garantiert, dass ein existenzsicherndes Einkommen gezahlt werden kann, dass die Menschen menschenwürdig arbeiten und davon leben können. Dabei geht es nicht nur darum, gerade so zu überleben, sondern auch Rücklagen bilden zu können für die Gesundheitsversorgung und Ausbildung der Kinder, vernünftige Wohnverhältnisse finanzieren und sich weiterentwickeln zu können. Die Handelspartner\*innen sollen nicht nur einfach Zulieferer sein, sondern auch selbst gestalten können. Beispielsweise gibt es in Bolivien eine Kakaokooperative, die inzwischen ihre eigene Schokolade herstellt. Vor 40 Jahren waren das einfache Bauern, die nur ihre Kakaobohnen nicht zu Dumpingpreisen verkaufen wollten. Das ist ein gewaltiger Sprung, denn inzwischen gilt ihre Schokolade nicht nur in Bolivien als Spitzenprodukt. Diese Schokoladenfabrik würde es wahrscheinlich nicht geben, wenn die Bauern in der Kooperative nicht diese Entwicklungschancen durch den Fairen Handel bekommen hätten. Beim Fairen Handel stecken auch viele ökologische Kriterien mit drin: Verbot zum Fällen von Primärregenwald, vernünftige Entsorgung von Müll und Abwässern, ... Die Einhaltung dieser Kriterien wird natürlich auch von unabhängigen Auditoren geprüft.

**Was sind drei einfache Tipps für Verbraucher\*innen, beim eigenen Einkaufsverhalten künftig den gerechten Handel zu unterstützen?**

Am wichtigsten ist der Klassiker: beim Kauf auf die Herkunft achten, also wo kommt das Produkt her und wie wurde es hergestellt. Das ist inzwischen auch nicht mehr so schwierig, Siegel sind dabei ein wichtiger Hinweis. Im zweiten Schritt dann mit den Siegeln beschäftigen, denn da gibt es Unterschiede. Das sind eigentlich schon die wichtigsten zwei Hinweise, denn so findet man Hersteller, die beides miteinander vereinen. Und vielleicht noch: wenn Sachen extrem günstig sind, auch einmal hinterfragen, wieso das so ist und wie das sein kann. Da müssen Alarmglocken angehen: warum kann das so billig sein? Das zu hinterfragen wäre vielleicht sogar der erste, beste Schritt...

Das komplette Interview lesen Sie online in unserem Blog.

**Fair for Future:**  
Ein gerechter Handel ist möglich,  
März 2021, 224 Seiten broschürt,  
Ch.Links Verlag 18,00 €





## OBST DER WOCHE

### WEISSE TRAUBEN von Don Luigi aus Sizilien

Der 55 Hektar große landwirtschaftliche Betrieb der Familie Brucculeri liegt im Herzen Siziliens. Dario und sein Vater Luigi Brucculeri sind hier Pioniere im Bio-Traubenanbau. Luigi war bereits 1960 fasziniert vom biologischen Anbau und hat 1990 damit begonnen, seinen Familienbetrieb komplett auf Bio umzustellen. Bekannte bezeichnen die Familie als „die mit den Feldern voller Unkraut“ und die „Verrückten“, was auf die Experimentierfreudigkeit ihrer Anbaumethoden bezogen ist. Seit 1994 sind ihr Betrieb und ihre Produkte Demeter zertifiziert. Die Traubenernte folgt einer besonderen Methodik: Die Trauben werden im Juni mit Pergamentsäckchen umhüllt, zum Schutz vor Insekten. So werden sie bis zur Ernte nicht berührt und sind sauber und geschützt.

2016 konnten wir uns bei einem Besuch vor Ort von der großartigen Philosophie überzeugen!



demeter



## ZUCCHINI-ANTIPASTI

**Zutaten:** ½ Knoblauchzehe geschält, 2 EL Distelöl, 1 Prise Salz, 200 g Zucchini heiß gewaschen und von den Stielansätzen befreit, ½ EL Minze gewaschen, von den Stielansätzen befreit und gehackt.

**Zubereitung:** Eine Schüssel mit der Knoblauchzehe ausreiben. Distelöl und Salz darin verrühren. Zucchini in ca. 1 cm dicke, schräge Scheiben schneiden. Mit dem Ölgemisch einreiben. Auf ein Backblech setzen. Bei 175 C 12-15 Minuten backen. Mit Minze bestreuen.

*Diese Woche die letzten regionalen Zucchini vom Bioland-Hof Wiethaler!*



## GRIECHISCHER BAUERNSATLAT

**Zutaten:** 2 Paprika, 8 Strauchtomaten, 250g Gurke, 1 rote Zwiebel, 1 Peperoni, 250g Schafskäse, 2EL Weißweinessig, Salz, Pfeffer, 8EL Olivenöl, 50g Oliven, 1 Handvoll Dill

**Zubereitung:** Paprika in Streifen schneiden (Kerne entfernen). Tomaten halbieren, Strunk entfernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Gurke der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren und in hauchdünne Streifen schneiden. Peperoni in feine Streifen, Schafskäse in Würfel schneiden. Weißweinessig mit Salz und Pfeffer verrühren, Olivenöl unterziehen. Das vorbereitete Gemüse, Schafskäse und die abgetropften Oliven mit dem Dressing anmachen. Alles 15 Minuten ziehen lassen. Dillspitzen grob hacken und über den Salat streuen.

**Tip:** Den griechischen Salat mit geröstetem Fladenbrot servieren.

*Die Spiralpeperoni erhalten wir diese Woche vom Bioland-Hof Laurer, DE-ÖKO-006. Sie sind besonders mild.*



## ANGEBOT

### Fair gehandelter Tee und Kaffee

Heldenkaffee Guatemala, ganze Bohne, 250g 6,99 € /St.

Heldenkaffee Kolumbien, ganze Bohne, 250g 6,99 € /St.

Heldenkaffee Laos, ganze Bohne, 250g 6,99 € /St.

Heldenkaffee Mexiko, ganze Bohne, 250g 6,99 € /St.

Schwarztee Assam Blend, malzig, 250g  
aus bio-zertifizierter Wildsammlung in Nord-Vietnam  
und herb-kraftigen Assam Tees 7,79 € /St.

Schwarztee Congou Rose, mit Rosenblütenblättern,  
mild & blumig, 75g 5,99 € /St.

Schwarztee Darjeeling, 20 Beutel 2,19 € /St.

Schwarztee Earl Grey, 20 Beutel 2,19 € /St.

Schwarztee englische Mischung, 100g 4,49 € /St.

Grüntee Sencha, 20 Beutel 2,19 € /St.

Grüntee Gunpowder, 100g  
Gunpowder, eigentlich Zhou Cha (Kugel Tee), ist ein traditionelles Verfahren zur Herstellung von Grüntee bei dem die gerollten Blätter stundenlang in einem Wok geschaufelt werden bis Sie diese Form angenommen haben. 5,29 € /St.

Grüntee Suoi Bu Vietnam, 200g  
H'mong und Dao Stämme sammeln die Blätter von wildwachsenden Teebäumen in den Regenwäldern, die in kleinen Manufakturen zu Grüntee verarbeitet werden 7,79 € /St.

Grüntee China Jasmine, 200g

Klassischer Grüntee mit dem Duft von Jasminblüten.  
Ohne Aromen. 7,79 € /St.

Grüntee Darjeeling, 200g 7,69 € /St.