

AUSGABE-NR. 171 • SEPT. / OKT. 2024

die stulle 

ALLE ANGEBOTE

für September
& Oktober

auf der Rückseite



Ein Blick auf
die Erzeuger

AKTION

siebenkorn
„Schafskäse“-Wochen

AUS DER BACKSTUBE

Unser neues Ringel-
blumen-Blütenbrot

KAKAOMANGEL

Weltmarktpreise
explodieren

Unser neues Ringelblumen- Blütenbrot

siebenkorn Gewinnspiel

Preisfrage: Wie lautet der lateinische Name der Ringelblume?

1. bis 20. Preis: 200g ganze getrocknete Demeter-Ringelblumen von Karl Messing

Und so geht's:

- QR-Code mit dem Smartphone scannen
- Preisfrage richtig beantworten
- Formular ausfüllen – und fertig



Der Demeter-Getreidebauer Karl Messing baut unter anderem Blüten für die pflanzliche Kosmetik- und Medikamentenherstellung an. Sein Krebsbachhof in Lohra-Seelbach ist seit mehr als 17 Jahren Teil der Erzeugergemeinschaft siebenkorn und wir waren schon lange daran interessiert, mit **frischen, essbaren Blüten** ein Brot herzustellen.

Unsere Wahl fiel auf die Ringelblume (*Calendula officinalis*). Karl pflückt nun zweimal in der Woche für uns die frischen Blütenköpfe. Aus ihnen brühen wir einen Tee, der nach dem Abgießen dem Teig anstelle von Wasser zugegeben wird. Die abgeseibten Blüten aus der Teebrüfung kommen am Ende des Knetvorgangs in den Teig, wenn dieser bereits zweimal kräftig aufgegangen ist. Dann werden sie ganz vorsichtig untergehoben. So finden Sie im Brot noch ganze Blüten und in der Krume **orangefarbene, intensive Aroma-Nester**.

Das Ringelblumenaroma unterstreicht eine bedacht kleine Menge unseres milden Sauerteigs aus Roggen, ohne dieses zu überdecken. Es ist zart, blumig, farbig, ein wenig grün und erinnert am ehesten an grünen Tee mit einer **Kräuternote** und ein wenig Schärfe. Ein helles Mehl lässt diesem feinen Aroma Raum. Ein unvergleichliches Brot: saftig, frei geformt und mild auf dem Stein gebacken.



Ihre Meinung ist gefragt!

Im Oktober ist siebenkorn-Aktionsmonat „Schafkäse“:

Alle unsere Produkte mit Schafkäse werden mit dem regionalen Schafskäse-Feta der Klein-Eichener Hofkäse-rei von Birgit Aue und Udo Senczkowski in Grünberg hergestellt: unsere Hirten-taschen, das belegte Panini italiano und der siebenkorn Bauernsalat.

Uns interessiert Ihre Mei-nung! Schreiben Sie uns:

Schmecken Ihnen unsere Produkte mit dem regionalen Schafskäse-Feta besser als mit dem original griechischen Feta?

Wenn ja, würden wir diesen Schafskäse-Feta dauerhaft in unseren Rezepten aufnehmen.



Die Aktion

findet im Verbund mit dem Hauslieferservice Ökokiste Bosshammersch Hof aus Kirchhain-Großseeheim statt: Kürbisse, Schafskäse-Feta und siebenkorn Brote können Sie dort direkt bestellen und nach Hause liefern lassen!



Calendula officinalis



RINGELBLUMEN-BLÜTEN- BUTTER À LA SIEBENKORN

Hier finden Sie unser
streichartes Rezept –
frisch aus der siebenkorn
Gerichteküche ...



Die wissenschaftliche Speziesbezeichnung „*officinalis*“ verweist bereits auf ihre Heilwirkung – lateinisch: „*officina*“ für Werkstatt, der Raum, in dem Arzneien hergestellt wurden. Der Ursprung des Gattungsnamens „*Calendula*“ ist dagegen nicht ganz eindeutig: Er könnte sich von „*calthula*“ = gelbgeblühtes Frauenkleid oder auch „*calathus*“ = geflochtener Korb herleiten. Die Ringelblume gehört zur Familie der Korbblütler (korbchenförmige Blütenstände).

Erste schriftliche Nachweise zur Verwendung der **Ringelblume als Heilpflanze** stammen aus dem 12. Jahrhundert, so von Hildegard von Bingen, die sie zur Behandlung von Verdauungsstörungen und Ekzemen empfahl. Wissenschaftlich belegt ist die **positive Wirkung** der *Calendula officinalis* bei schlecht heilenden Wunden, Verbrennungen oder Ekzemen. Nachgewiesen wurden ebenfalls blutfettsenkende, gallenflussanregende und abwehrsteigernde Eigenschaften. Traditionell wird die angenehm duftende Ringelblume neben äußerlichen Anwendungen auch innerlich eingesetzt, beispielsweise als Tee bei Magen-Darm-Störungen, Galle- oder Leberbeschwerden und Menstruationsproblemen. Für Heilzwecke werden die voll entfalteten Blüten gesammelt und die Blütenblätter zur weiteren Verarbei-

tung abgezipft. Wässrige Aufgüsse wirken schmerzstillend und bakterienhemmend. Entzündungshemmende Stoffe werden durch einen Alkoholaufguss gelöst. Für die Anwendung auf der Haut sind Ringelblumenöl oder -salbe angenehm.

Auch auf das Nervensystem wirkt Ringelblumentee beruhigend. Die filzig-behaarten Blätter sind auch **eine kulinarische Bereicherung**.

Sie geben Blatt- oder Wildkräutersalaten eine interessante geschmackliche Note. Sie eignen sich für herzhafte Brotaufstriche, Blütenbutter, in Suppen oder auch im Kuchen.



AUS DER KONDITOREI

KUCHEN DES
MONATS OKTOBER

**Marburger
Elisen**

Stück

3,95 €



Elise ist wieder da!

Warnung! Kein Mensch braucht unsere Elisen für die Ernährung, aber jeder, der sie einmal probiert hat, ist ihrer ätherischen Leichtigkeit willenlos verfallen und muss fortan als süchtig gelten. Dabei ist diese Legende einer Elise doch nur Ergebnis handwerklicher Hingabe.

siebenkorn Elisen-Lebkuchen sind eine eigene **Komposition aus dem Jahr 1998**. Erfahrung und Präzision sind die Werkzeuge zur Schaffung dieser Einzigartigkeit. Übrigens: Statt Zucker verwenden wir Agavendicksaft – das lässt die Elise hintergründig süß. und saftig werden. Geröstete Nüsse und Mandeln sind wichtigster und größter Anteil dieser wunderbaren, **gluten-freien Kreation**. Der reine Genuss – sinnlich und einmalig.



Kakaomangel: Weltmarktpreise explodieren

Die Preise für konventionellen und Bio-Kakao explodieren in diesem Jahr. Sie haben sich bereits mehr als verdoppelt und werden pünktlich zum Weihnachtsgeschäft noch **weiter steigen**. Offenbar ist die Mehrzahl der Plantagen abgewirtschaftet. Es wurde auch aus wirtschaftlichen Gründen versäumt, junge die Bäume nachzupflanzen. So rächen sich die vormals niedrigen Weltmarktpreise. Wenn dann noch, wie in diesem Frühjahr, eine Missernte hinzukommt, ist die tatsächliche Katastrophe plötzlich auch für uns spürbar. Die Spekulanten des börsengehandelten Kakao tun das Restliche. Im November folgt die zweite Ernte in diesem Jahr. Wir dürfen gespannt sein. Richtig wäre ein Mittelpreis, wenn davon **die Erzeuger** selbst zumindest **mitprofitieren** würden.

AUS DER KÜCHE

Kürbisquiche mit Rohmilch-Feta

Oktober ist Kürbiszeit. Auch bei siebenkorn. Unseren bekannten Spezialitäten, wie Hokkaido und Kürbis-Sprossenbrot fügen wir in diesem Jahr eine neue hinzu: Kürbisquiche **mit regionalem Schafskäse-Feta** aus Grünberg/Hessen.

Die Käseherstellung erfolgt aus Rohmilch, und zwar absolut **bäuerlich, handwerklich** und in nächster Nähe. Die Schafe werden nicht nur nach den strengen Bioland-Richtlinien, sondern ausgesprochen extensiv und liebevoll gehalten. Der aus **leicht verdaulicher** Schafsmilch gewonnene Feta ist das aromatische i-Tüpfelchen auf unserer Kürbisquiche, ohne unangenehm vorzuschmecken.



REGIO-AKTION DES
MONATS OKTOBER

**Feta-
Kürbisquiche**
Stk.

4,95 €

UNSERE AKTIONSBROTE IM SEPTEMBER

1. bis 14. SEPTEMBER

Dinkel-Kornbrot

kernig und mild
750 g

6,70 €

15. bis 30. SEPTEMBER

Dorfbrot

Traditions-Familienbrot
1.000 g

4,95 €

1. bis 14. OKTOBER

Kürbis-Sprossenbrot

750 g

6,70 €

15. bis 31. OKTOBER

Bayrisches Gewürzbrot

500 g

4,95 €



UNSERE ANGEBOTE GÜLTIG VOM 1. BIS 30. SEPTEMBER

SNACK DES
MONATS SEPTEMBER

Zwiebelkuchen

typisch hessisch

Stk. 4,85 €

BRÖTCHENAKTION DES
MONATS SEPTEMBER

Früchte- brötchen

vollmundig extravagant

3 Stk. 8,75 €

BROT DES
MONATS OKTOBER

Hokkaido-Brot

saftige Krume

400 g

4,85 €

REGIO-AKTION DES
MONATS OKTOBER

Feta- Kürbisquiche

unsere neue Spezialität

4,95 €



demeter

Neue Kasseler Str. 23a
35039 Marburg

www.siebenkorn.de

siebenkorn 
DER REINE GENUSS