Olivengeflüster

- Neues aus dem Olivenhain -

Info Nr. 63

29.10.2012

Dies ist ein persönliches Informationsmail rund um Oliven, Olivenöl und mehr von Rolf und Sonja.
Es wird nur an Leute verschickt die es möchten.
Sollten Sie es nicht mehr wünschen, geben Sie uns Bescheid: Unsubscribe

Alle bisherigen Olivengeflüster sind hier zu finden.

Yassas - Grüezi mitenand

Die positiven Reaktionen auf das letzte Olivengeflüster zur Umsetzung unseres geplanten neuen Events freuen uns sehr. Sie sind Motivation um das Beste aus uns rauszuholen und wir bleiben dran :-)
Hier in Griechenland herrscht für uns zurzeit eine turbulente und gleichzeitig sehr schöne Zeit. Der anhaltend verlängerte Sommer lädt immer noch zum Baden im Meer ein...turbulent, weil viele verschiedene Dinge aufs Mal laufen...unter anderem auch die Themen dieser Nummer:

---

1. Mit wandern auf dem E4

2. Mediterrane Lebensart

3. Weihnachtsangebot

4. Rezept: Spanakòpitta (Spinatkuchen)

5. Der Olivenhaini meint...kalì efdomàda

---

1. Mit wandern auf dem E4

Ein neues, altes Steckenpferd von mir kommt diesen Herbst wieder zum Zuge: den Teilabschnitt quer durch den Peloponnes des Fernwanderwegs E4 vollständig zu markieren. Auf Hilfe von Staat oder Bezirken müssen wir definitiv verzichten: "Kein Geld für so was", ist die einheitliche Antwort. Doch Geld hat uns noch selten an der Umsetzung einer Idee gehindert...irgendwie hat es immer geklappt. Und so auch hier, mit Improvisation und Enthusiasmus.
Zusammen mit einem Freund des Wandervereins Sparta ziehen wir los mit dem Ziel die ganze Strecke so zu markieren, dass sie auch ohne GPS-Gerät gefunden werden kann.

Ich bin nach wie vor überzeugt, dass Griechenland ein wunderbares Urlaubsland ist und dass es gilt dieses Potential auszubauen. Nicht zu versuchen anderen Ländern und deren Wirtschatfszweigen nachzurennen, die man selber gar nicht beherrscht, sondern das auszubauen was vorhanden ist. Und Wanderwege gehören definitiv dazu. Jeder der schon in Griechenland auf eigene Faust gewandert ist kennt folgendes Szenario:

Du suchst dir anhand von Reiseführern eine schöne, vielleicht auch mehrtägige Wanderung aus. Du stehst an einer Hauptstrasse wo die Wanderung beginnt und freust dich über den gut sichtbaren Wegweiser. Alles ist auf dem Wegweiser; Richtung, verschiedene Möglichkeiten, sogar die zu erwartende Wanderzeit. Dann gehst du los über die schmale Gasse die durch ein kleines, malerisches Dorf führt. Am Ende des Dorfes wieder ein Wegweiser. Diesmal führt er dich weg von der Strasse auf einen gut sichtbaren Pfad in die Pampa. Du folgst dem Trampelpfad einen, vielleicht zwei Kilometer. Es ist der einzige Pfad, du kannst ihn nicht verfehlen, auch ohne Markierungen. Dann werden es plötzlich ganz viele Trampelpfade. Von Ziegen und Schafen benutzt. Diese wissen wohin - du nicht mehr, denn ab hier fehlen sämtliche Wegmarkierungen. Du schlägst dich anhand einer unvollständigen Karte durch die Büsche, GPS-Empfang gibt es hier nicht. Du verläufst dich drei, vier Mal und schaffst es gerade noch vor Dunkelheit im Zieldorf anzukommen. Auf der Hauptstrasse siehst du dann wieder eine Markierungstafel - "vielen Dank für den Hinweis!" Von der überwältigenden Landschaft hast du nicht viel mitgekriegt, denn all deine Sinne waren auf das Finden des Weges gerichtet.

Es mag ein kleiner Tropfen auf den heissen Stein sein, doch wenn der ganze Peloponnes auf dem E4 (immerhin ein internationaler Fernwanderweg) problemlos gefunden werden kann wird er auch vermehrt begangen werden. Und Wandertouristen sind bestimmt nicht die schlechtesten Touristen - let's just do it!

Und wer im Frühling 2013 (27. April - 12. Mai) mit wandern möchte - es gibt noch freie Plätze - hier mehr darüber.

–

2. Mediterrane Lebensart

"Je ungesünder die Leute leben, desto lieber lesen sie Artikel über Gesundheit"
Diesen Satz hatte ich letzthin gelesen und meiner Meinung nach trifft er voll ins Schwarze. Er gab mir auch Anlass ihn ein wenig auszuweiten. Auszuweiten auf die mediterrane (Ernährungs- und) Lebensart.

In den 60er Jahren wurden zahlreiche Studien über mediterrane Ernährungsweisen gemacht die zeigten warum die Lebenserwartung in südlichen Ländern höher ist als im Norden. Mittlerweile haben sich die Ernährungsgewohnheiten geändert. Werbekampagnen und Globalisierung haben dazu beigetragen, dass mediterrane Ernährungsweisen heute auch im Süden nicht mehr Alltag sind, sondern bewusst umgesetzt werden müssen. Gross ist die Verlockung von Fertig- oder Halbfertigfabrikaten der globalen Lebensmittelindustrie.

Und wie sieht es aus mit der einst viel gepriesenen mediterranen Lebensart? Vor der Eurokrise wurde sie hoch gelobt. Ferienprospekte lockten mit dem "laisser faire" die Leute nach Südfrankreich, dem "dolce va niente" nach Italien, dem "mañana" nach Spanien und dem "siga, siga" nach Griechenland. Und, sie hatten Erfolg damit. Gross war die Freude wenigstens während ein paar Wochen im Jahr dieses Lebensgefühl zu haben und ein wenig davon in den Alltag hinüber zu retten. Gerne sagte man nach der Rückkehr zu seinen Mitarbeitern oder Nachbarn Dinge wie: "Warum rennen wir hier nur so rum? Es geht doch auch anders.", oder: "Das Meer ist so schön und beruhigend und die Leute dort können ihr Leben einfach geniessen."

Und jetzt, mitten in der Eurokrise? Die mediterrane Lebensart scheint keine Lebensberechtigung mehr zu haben. Das derzeitige Thema des Südens sind Schulden. Sie wurden schuldig gesprochen. Schuldig gesprochen für eine Lebensart die noch bis vor kurzer Zeit hoch gelobt wurde.
Könnte es vielleicht sein, dass etwas übersehen wurde bei dem Versuch mit verschieden(st)en Ländern eine (Währungs)Einheit zu bilden? Ich glaube, dass nicht etwas übersehen, sondern ganz einfach übergangen wurde - die verschiedenen Mentalitäten. Denn das in Nord- und Südeuropa verschiedene Mentalitäten vorherrschen wurde ja eben mit "laisser faire", "dolce va niente", mañana, und "siga, siga" erfolgreich vermarktet. Da war es sogar bewusst eingesetzt worden.
Kann es das Ziel sein eine Einheit ohne Verschiedenheiten zu wollen? Bei manchen Artikeln zu diesem Thema könnte man das Gefühl bekommen... wenige wissen vermeintlich was besser wäre für alle. Oder den einleitenden Satz von mir etwas umformuliert auf das Thema:
"Je mehr die Leute auseinander leben, desto lieber schreiben sie Artikel über (Währungs)Einheit.

---

3. Weihnachtsangebot

Noch ein bisschen früh für ein Weihnachtsangebot?...ich weiss...das nächste Olivengeflüster kommt jedoch am 15. Dezember und dann, na dann ist es ein bisschen zu spät...

Kundenaussagen

Vielleicht habt ihr ja jetzt schon spontan eine Idee wem ihr damit eine Freude machen könnt. Eine gute Geschenkidee ist es allemal - Sonjas Pflegebalsam. Er erfüllt alle Kriterien einer natürlichen Kosmetik, ohne Alkohol, Chemie oder Konservierungsmittel. Das finden nicht nur wir selber, nein, auch bio-inspecta Schweiz findet das. Seit einem Jahr ist dieser Balsam zertifiziert für Bio-Kosmetik, der höchst möglichen Klassifizierung für Kosmetik.

Ich selber brauche ihn schon seit vielen Jahren anstelle von After Shake; also auch bestens geeignet für Männer. Da wir selber sehr Freude haben an diesem Produkt belassen wir auch den als ursprünglich geplanten Einführungspreis von CHF 14.70/50ml-Tiegel. Und bei Abnahme von 5 und mehr Tiegeln schenken wir euch das Porto. Bestellungen die wir bis zum 25. November erhalten, treffen auch bestimmt vor Weihnachten ein. Bestellen könnt ihr direkt hier.

---

4. Rezept: Spanakòpitta (Spinatkuchen)

Ein griechischer "fast-food", wie er in jeder Bäckerei, oft auf Vorspeiseplatten, und eben in vielen Schnellimbissen angeboten wird. Zusammen mit einem Salat auch eine vollständige Mahlzeit und es schmeckt auch kalt, oder zwischendrin wenn es schnell gehen muss, vorzüglich ;-). Vor allem wenn man den Teig selber macht.

Aus Sonjas vergriffenem Buch *Backen mit Olivenöl*
(P.S. Wir kriegen immer wieder Anfragen ob wir von diesem Bestseller noch ein Exemplar hätten...wir haben nur noch das was wir selber in unserer Küche gebrauchen, doch hier gibt es noch ein paar Exemplare zu finden.

für 4 Personen als Hauptmahlzeit für ein Kuchenblech von 28-30 cm Durchmesser

Zutaten Quarketeig

300 g Weizenmehl
1 TL Salz
60 g natives Olivenöl extra
200 g Rahmquark

Zubereitung Quarkteig

Mehl und Salz mischen, Olivenöl und Quark beifügen, zu einem weichen Teig kneten. ! Auch wenn der Teig am Anfang etwas trocken ist, nicht zusätzliche Flüssigkeit zufügen. ! Quarkteig in Klarsichtfolie einwickeln und 2 Std. im Kühlschrank ruhen lassen. Ausgeschiedenes Olivenöl vor der Weiterverarbeitung wieder einkneten.

Zutaten Füllung

1 kg Blattspinat, gesäubert und gewaschen
1 mittelgrosse Zwiebel, fein gehackt
3-4 Knoblauchzehen, fein gehackt
150 g Frischrahmkäse (z.B. Philadelphia)
1 Ei
3 EL natives Olivenöl extra
1 Bund Dill, fein gehackt
2 Prisen Salz
200 g Fetakäse, fein gehackt
1 EL natives Olivenöl extra zum Bestreichen

Zubereitung

- Spinat im Dampf zusammenfallen lassen, zum Abkühlen in ein Sieb geben, gut ausdrücken und grob schneiden.
- Spinat, Zwiebeln, Knoblauch, Frischrahmkäse, Ei und Olivenöl vermengen, Dill unterrühren. Würzen. Feta zugeben und vermengen.
- Backofen auf 180 °C vorheizen. Kuchenblech einölen.
- Quarkteig in 2 Portionen teilen, für den Boden ca. 350 g, den Rest für den Deckel verwenden. Für den Boden eine Rondelle von 32-34 cm Durchmesser ausrollen, in die Form legen und den Rand etwas andrücken. Mit der Gabel einige Male einstechen und mit Olivenöl bepinseln. Füllung darauf verteilen.
- Für den Deckel restlichen Teig ausrollen und auf die Füllung legen. Rand darüber legen, gut andrücken.
- Deckel in regelmässigen Abständen mit einem scharfen Messer anschneiden, so wie der Kuchen später portioniert wird.
- Spanakòpitta auf der untersten Rille einschieben, bei 180 °C 50-60 Minuten backen.

en Guete!

---

5. Der Olivenhaini meint...kalì efdomàda

"Kalì efdomàda" euch allen. Keine Angst, ich mache hier keinen Griechischkurs. Oder vielleicht doch ein bisschen. "Kalì efdomàda" heisst ganz einfach "eine schöne Woche" - und das wünsche ich euch allen.
Das ist etwas das man hier in Griechenland jeden Montag hundert- und tausendfach auf Strassen, in Läden, in Büros, einfach überall dort wo Menschen am Montag aufeinander treffen, hört. Kein schlechter Anfang für eine Woche, finde ich. Man fragt nicht nur nach wie es dem anderen geht, ergangen ist oder ergehen wird. Nein, man wünscht ihm als allererstes etwas. Und wenn ein Montag auf den 1. eines Monats fällt, dann wird gleich doppelt gewünscht. Nicht nur "eine schöne Woche" sondern auch einen "kalò mìna" - "einen schönen Monat".

Bei uns Olivenhains ist das auch so. Wir wünschen uns immer ganz viel. Nicht nur für uns selber, nein, auch für die anderen. Klar dürfen wir auch etwas für uns selber wünschen, so ist das nicht. Wünschen ist schön. Und wenn wir uns etwas ganz fest wünschen, dann kommt's irgendwann auch mal. Meistens jedenfalls. Ich zum Beispiel hab mir die letzten paar Wochen Regen gewünscht. Nicht für mich selber. Für meine Kumpels - die Oliven. Ich als Olivenhaini kann mich ja selber versorgen. Die Oliven sind da aber schon etwas weniger selbständig. Sie müssen versorgt werden. Und etwas Durst haben sie zurzeit. In meinem Olivenhain hat es nämlich seit Ende Mai erst etwa fünf Stunden geregnet... Zum Teil sehen sie auch ziemlich schrumpelig aus. Haben nicht so eine wunderschöne samtene Haut wie ich. Ok, ich geb's ja zu...in meinem Badezimmer steht Sonjas Pflegebalsam.
Doch wie es scheint muss ich noch ein bisschen üben mit dem Wünschen. Mit den Wünschen für andere. Denn es will einfach nicht so richtig regnen. Dabei ist es schon Ende Oktober. Und die Griechen wünschen sich ja ab dem 15. August "kalò chimòna", was so viel heisst wie "schönen Winter". Und im Winter regnet es doch. Normalerweise.

Doch ich höre nicht auf zu wünschen. Ich glaube weiterhin an Wünsche und euch allen wünsche ich nicht nur "kalì efdomàda", sondern auch, dass alle eure Wünsche in Erfüllung gehen.

Ja, und was wünschen WIR euch? - Dass ihr eure erfüllten Wünschen sehen, erfahren und geniessen könnt!

Mit herzlichen Grüssen
Rolf und Sonja

Dieser Newsletter wurde an [email address] versandt aufgrund einer Anfrage
Verantwortlich für den Inhalt, wobei ich auf keinen Inhalt Allgemeinrechte geltend mache und oftmals lediglich meine persönliche Meinung abgebe: Rolf Roost, Email-Adresse siehe Absender