

Olivengeflüster

- Neues aus dem Olivenhain -



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 bitte Bescheid!

Info Nr. 25

31.03.2007

Alle bisherigen Olivengeflüster sind hier zu finden: http://www.olivenoel-oliven.ch/newsletter_liste.htm

Yassas - Grüezi mitenand

Ein Hobby zum Job machen? Toll! Seit Kurzem gehöre ich zu den Glücklichen, die dies in die Tat umsetzen können. Seit längerer Zeit schon spüre ich, dass ich gerne mehr wandern würde. Es jedoch auch in die Tat umzusetzen ist immer mit Zeitaufwand verbunden. Und immer wieder gibt es Dinge die "wichtiger" erscheinen als einem Hobby nachzugehen. Nun habe ich eine(n) Nebenberuf(ung) gefunden und zwar als Reiseleiter für Wanderungen in Griechenland...nicht selber organisierte Touren, sondern als Angestellter bei Imbach-Reisen. Meine erste Einführungswoche wird im Mai stattfinden und ich freue mich riesig darauf! Doch nicht nur bei mir ist mehr Bewegung angesagt, sondern auch bei Sonja. Sie bietet in Zusammenarbeit mit anderen Kursleitern mehrere äusserst interessante und kreative Wochen am Meer an. Interessiert an *bewegendem Singen*, an *Steinbildhauen in Bewegung*, an *Bewegen im Sein* und mehr? - schaut es euch hier an: <http://www.olivenoel-oliven.ch/wohlfinden.htm> Es gibt zum Teil nur noch wenige freie Plätze und einer davon könnte bei euch genau ins Schwarze treffen für einen krea(k)tiven Urlaub unter der Sonne Griechenlands! Ins Schwarze zu treffen versuche ich auch mit den folgenden Beiträgen:

1. Bio - neu definiert

2. Fastenzeit

3. Frühling - was kochen?

4. Ein Aperitif für das Osterbuffet

5. Der Olivenhain meint...noch einmal "Frappelia"

1. Bio - neu definiert

Kurz vor Weihnachten hat die EU die Vorschriften für Öko-Lebensmittel um ein weiteres Mal gelockert. Die Folge ist, dass Anbieter im wirklichen Biobereich es noch schwerer haben werden als bis anhin. Schwerer wenn die Vorschriften gelockert werden? Ja! Denn die Lockerung hat einzig den Zweck Grossanbietern den Weg in die Biowelt zu öffnen, welche bis anhin die Geschäftslücke von Kleinbetrieben war. Gelockert musste werden, denn das Bioangebot ist nicht so gross, als dass es die geforderte Menge von Grossverteilern abdecken könnte. Diese haben jedoch den Markt entdeckt und wollen die Konsumenten, die bisher im "Tante-Emma-Bioladen" eingekauft haben, den Einkaufswagen mit Produkten ihrer Bioecke füllen sehen. Der Preis darf natürlich nicht zu hoch sein, also wird wieder einmal an der Qualität herumgeschummelt. So darf zum Beispiel ein Bio-Produkt nach der neuen Regelung bis zu 0,9% gentechnisch veränderte Inhalte aufweisen.



Meiner Meinung nach der absolute Hammer ist, dass diese Verunreinigung sogar von der Deklarationspflicht befreit ist! Sorry, aber was hat gentechnisch veränderte Ware, und sei deren Anteil noch so gering, mit Bio zu tun??!!

Da möchte ich den Verantwortlichen die diese Unverantwortlichkeit auch

noch als Gesetz verankern wieder einmal ins Gedächtnis rufen, was das Wort Bio bedeutet: Es kommt aus dem Altgriechischen "Bios" und heisst schlicht "Leben". Und Leben heisst für mich nicht nur leben, sondern auch leben lassen. Diesen Lebensgrundsatz interessiert die Verantwortlichen jedoch wenig. Für sie stehen marktwirtschaftliche Fakten im Vordergrund und diese umfassen vor allem das Abdecken der steigenden Nachfrage nach Bio-Produkten.

Die bis anhin biologisch produzierenden, in der Regel Kleinbetriebe, können da nicht mithalten. Weder finanziell noch produktionstechnisch. Für sie gelten sehr strenge Produktionsvorschriften die von Organen wie der Knospe, Demeter, Kagfreiland u.a. herausgegeben und auch kontrolliert werden. So ist es doch ein-

facher Grossproduzenten ein wenig unter die Arme zu greifen in dem man die Gesetze so verändert, dass diese ebenfalls als Bioproduzenten gelten. Nach den neuen Eu-Richtlinien darf jeder konventionell arbeitende Betrieb "nebenher" auch biologisch produzieren. Dies ist normalerweise streng verboten wegen Vermischungs- Kontaminations- oder Verwechslungsgefahr und ich möchte nicht wissen wie viele für den "Bio-Anbau" den konventionellen Dünger verwenden weil dieser halt grad da ist und der Biodünger halt grad ausgegangen ist. Auch ist es erlaubt im Stall ökologisch und auf dem Feld konventionell zu arbeiten. Es lebe die Vermischung!

Zudem ist eine rund um die Uhr herrschende Verfügbarkeit der Produkte gefordert. Unabhängig der eigentlichen Saison der Produkte und in rauen Mengen. Leere Regale darf es infolge von Nachschubschwierigkeiten nicht geben. Wie soll das möglich sein bei naturgerechter Produktion? Nur durch Verwischen im grossen Stil der Begriffe Konventionell und Bio. Transportwege erhalten dabei keinen Stellenwert. Den Konsumenten jedoch möchte man absichtlich in dem Glauben lassen, dass sozusagen alles "in Bio" ist und Deklarationsvorschriften entfallen zum Teil ganz oder werden einfach wieder aus dem Gesetzeslaut gestrichen.

Im gleichen Zeitraum forderte die EU-Kommission im Bereich Olivenöl die wenige Monate zuvor obligatorisch gewordene Herkunftsdeklaration wieder aus dem Gesetzbuch zu streichen. Die Begründung? Für mich ein Hund der sich in den eigenen Schwanz beisst: "Durch die Herkunftsangabe werden die Verbraucher widerrechtlich dazu verleitet, einheimische Produkte zu bevorzugen."

Würde ich ähnliche Formulierungen gebrauchen um Olivenöl zu verkaufen, müsste ich mit einer Anzeige rechnen.

Wenn das Gesetz wirklich aufgehoben wird, heisst dies in der Praxis, dass Fans von Toskana-Olivenöl wieder im Glauben gelassen werden, dass die Oliven für ihr Lieblingsöl auch in der Toskana gereift sind. Wahrheit wird sein, dass wie vor dem Gesetz, der grösste Anteil aus spanischer und griechischer Produktion stammt, mit toskanischem vermischt und als toskanisches deklariert (!) auf den Markt kommen wird.

Für mich wirft sich für einmal mehr die Gretchenfrage auf: "Warum werden Bio-betriebe und nicht konventionell arbeitende Betrieb gezwungen sich zu erklären?" Sich zu erklären mit Deklarationen wie: Achtung, kann krebserregende Fungizide oder Pestizide enthalten, oder: Achtung, für dieses Produkt wurde die Gesundheit vieler Menschen geopfert.

Eigentlich weiss ich ja warum...aber es hat für mich nichts mit "Bios", Leben, zu tun. Und vielleicht geht es ja auch darum, Leuten wie mir den Garaus zu machen, bis sie sich zu Einstellungen hinreissen lassen wie: "Was soll das alles?! Man weiss ja sowieso nicht mehr was man is(s)t. Es ist ja eh alles versaut und kaputt, warum sich da einen Kopf darüber machen?" Aber noch ist es nicht so weit, dass ich mich in diesen Strudel hoffnungslosen Denkens ziehen lasse und das wünsche ich euch allen auch!

2. Fastenzeit

Die orthodoxe Kirche richtet sich nach dem Julianischen Kalender, im Gegensatz zu der westlichen Kirche, die dem Rhythmus des Gregorianischen Kalenders folgt. Dies bringt auch mit sich, dass das Datum für Ostern von anderen Gesichtspunkten ausgehend berechnet wird. Die Daten können je nach Jahr bis zu vier Wochen auseinander liegen. Dieses Jahr fällt es auf den gleichen Tag.

Die Fastenzeit beginnt 40 Tage vor Ostern mit dem "Tirini", was frei übersetzt Käsetag heisst. Wer die Fastenzeit traditionell angeht, bei dem kommen an diesem Tag vor allem Milchprodukte auf den Tisch. Ein erster Höhepunkt der 40-tägigen Fastenzeit ist der "kathara deftera", was soviel wie "reiner Montag" heisst. Fleisch- und Milchprodukte sind ab diesem Tag verboten. Es ist ein arbeitsfreier Feiertag, nicht jedoch für Tavernenbesitzer. Man geht auswärts essen und die Tafel ist besonders lecker. Meeresfrüchte, Fisch, Oktapuss, Kalamares und mehr werden zu kulinarischen Höhenflügen verarbeitet. Wenn das Wetter einigermaßen will, und das bedeutet im Falle des "kathara deftera" Wind, kann man allerorten Drachen in der Luft sehen. Früher wurden diese zusammen mit Papa in der Woche zuvor gebastelt und verziert, heute verkauft sie jeder Supermarkt oder Kiosk ab Stange. Nach dem Essen füllen sich die geeigneten Plätze wie zum Beispiel ein Strand, um die Drachen fliegen zu lassen.

Mit dem "reinen Montag" beginnt auch die "reine Woche". In einer vorbestimmten Reihenfolge werden immer mehr Nahrungsmittel von der Ernährungsliste gestrichen, bis hin zum Olivenöl. Auf Olivenöl wird nur während weniger Tage verzichtet, denn ohne ist es wahrlich schwierig zu leben. Oliven hingegen gehören zu den Produkten die bedenkenlos über die ganze Fastenzeit verzehrt werden dürfen. Weitere Ernährungsgrundlage bilden Hülsenfrüchte, Brot, Gemüse, Halva (eine von den Türken übernommene Süßspeise aus Sesam und Honig) und wenig mehr.

Familienfeste wie Heirat und Taufe fallen niemals in die Fastenzeit, denn fasten hätte ja nichts mit feiern zu tun und ausserdem gehört auch Wein zur Liste der Entbehrungen.

Am Gründonnerstag werden die Osterlämmer geschlachtet, das Ende der "Leidenszeit" naht. Die traditionelle Linsensuppe am Gründonnerstag ist eine der letzten fleischlosen Speisen, bevor dem Magen am Karsamstag um Mitternacht mit der "Magiritsa", einer aus Innereien des Lamms gekochten Suppe, langsam angekündigt wird, dass er wieder auf alle Freuden des Essens umstellen darf. Dies gipfelt in den am Ostersonntag am Spiess gebratenen Lämmern.

Überlieferungen zufolge wollte der römische Kaiser Julianus Apostata während seiner Amtszeit von 361 - 363 das Heidentum wieder beleben. Um dies zu erreichen brachte er das Fleisch von Opfertieren in Umlauf. Damit wollte er die in der "reinen Woche" fastenden Christen verführen. Er schaffte es nicht und noch heute halten sich viele Leute an die Fastenzeit. Wenn auch in der Strenge der Einhaltung oft ein Auge zugedrückt wird, denn in den Tavernen gibt es Fleisch und Fisch auch während der Fastenzeit im Angebot.

Viele Leute nehmen diese Tage auch zum Anlass sich etwas Gutes zu tun und "ein wenig" zu fasten. Nicht aus religiösen Gründen, sondern um dem Winterspeck für die nahende Badesaison zu Leibe zu rücken.
Kali "Sarakosti" - schöne Fastenzeit!

3. Frühling - was kochen?

Jedes Jahr im Frühling gibt es eine Zeit in der ich weder richtig Lust zum Essen habe noch weiss, was ich überhaupt kochen soll. Kommt euch dies bekannt vor? Wenn ich über den Wochenmarkt schlendernd die Verkaufstische anschau und dabei auf Anregung hoffe, werde ich enttäuscht. In erster Linie sehe ich rote Tomaten und Peperoni, glänzende Auberginen gross und hart und die grünen Zucchini verwirren meine Nase mit Geruchlosigkeit. Erdbeeren bei deren Rot ich eine Gänsehaut kriege weil es so lippenstiftrot leuchtet. Birnen welche genau einen Tag Zeit haben um in der Fruchtschale zu liegen, danach sind sie komplett faul, Geschmack haben sie aber keinen. Was erwarte ich denn auch anderes? Im Frühjahr gibt es eine Zeit in welcher die Wintergemüse aufgeschossen und kraftlos wirken. Die Geschmacksknospen der Zunge haben genug von deren Geschmack und Lust auf was Neues, Frischeres. Es ist so die Zeit dazwischen. Trotz des diesjährigen warmen Winters kann das Sommergemüse nicht schon im März ungedüngt und ohne Gewächshäuser gewachsen sein.

Die Auseinandersetzung damit wirkt etwas schwer...aber Leichtigkeit ist mein Lebensgrundsatz...Ich gehe bei Manolis dem 76-jährigen Bauern vorbei und schaue was er anzubieten hat. Bei ihm weiss ich, dass er nur das hat was in der jeweiligen Jahreszeit wächst. Wie immer, Wildgemüse, Wildkräuter und Lattichsalat. Was gibt's bei der 77-jährigen Chrissa, der Wildkräutersammlerin, zu kaufen? Dasselbe ohne Lattichsalat. So sieht es also aus...



Tja, wenn ich an den weiter oben geschriebenen Artikel über Bio denke, kann ich mich sofort für Leichtigkeit auch beim Einkaufen entscheiden. Denn wenn wir uns quasi Schuldgefühle für einseitiges Kochen einreden lassen, fühlt es sich nicht leicht an. Und geschmacklich sind solch verfrühte Kostbarkeiten sowieso meist eine Beleidigung. Ihr kennt sicher alle die Situation wo ihr einer x-beliebigen Frucht, welche zwar supertoll im Regal präsentiert ist und mit ihrem ganzen Form- und Farbcharme lockt, so dass ihr unmöglich widerstehen könnt. Ihr müsst sie kaufen! Gekocht oder roh gegessen aber entpuppt sie sich als geschmacklichen Reinfall.

Angenommen mein Körper reguliert sich selbst indem er in der Übergangszeit von Winter auf Frühling seiner Unlust Ausdruck verleiht in dem er eben gar nicht so hungrig und eher lustlos ist? Könnte das heissen, dass wir automatisch nicht so viel Essen oder Variationen brauchen bis es wieder richtig losgeht im Garten? Damit würde sich auch von selbst regeln wie der Winterspeck wieder von den Hüften verschwindet.

Gedanken wirken immer in irgendeiner Weise. Gedacht, getan. Ich entscheide mich nun mit Leichtigkeit für ein paar vorjährige Äpfel, Kartoffeln, Karotten und den letzten Salatblättern aus meinem Garten sowie für eine Tasche voll Wildgemüse von Manolis. Wenn ich noch an die verschiedenen frischen Kräuter denke die mir aus dem Garten zur Verfügung stehen, dann weiss ich schon jetzt, dass wieder eine Woche voller Kreativität auf unserem Esstisch auf uns zukommt. Linsen und andere Hülsenfrüchte, sowie täglich frisch gepressten Orangensaft und eine Handvoll Nüsse füge ich auf meiner imaginären Speisekarte noch dazu. Und noch leichteren Schrittes und mit zufriedennem Gefühl gehe ich wieder nach Hause.

Die Frühlingszeit bietet so viele Düfte für die Nase, warme Sonnenstrahlen für die Haut und erst recht eine bunte Vielfalt für unsere Augen. Dies trägt ja auch zur Gesundheit bei.....

In diesem Sinne wünsche ich euch allen eine wunderbare, frühlingshafte und gesunde Zeit mit viel Leichtigkeit!

Und mir, Rolf, schmeckt ein einfaches, aber mit Herz zubereitetes Mahl allemal besser als eine mit Raffinessen versuchte Überbrückungsinszenierung einer von Natur aus kargeren Übergangszeit.

4. Ein Aperitif für das Osterbuffet für 6 - 8 Personen, aus <http://www.olivenoel-oliven.ch/nuesse.htm>

Baguette mit Oliven und Camembert

Schnell zubereitet und gross in der Wirkung, denn es verwöhnt den Gaumen mit einem Hauch von Süden.

- 1 Baguette (250 g)
- 150 g Camembert in feine Scheiben geschnitten
- 100 g Kalamataoliven, entkernt und in Scheiben geschnitten
- 3 EL Natives Olivenöl Extra
- 1 TL Oreganoblättchen, fein geschnitten
- 1 TL Rosmarinnadeln, fein geschnitten
- 3 Knoblauchzehen, gepresst
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

- 1 Baguette halbieren und der Länge nach aufschneiden.
- 2 Olivenöl, Oregano, Rosmarin, Knoblauch und Pfeffer mischen.
- 3 Oliven dazumischen.
- 4 Pro Viertel Baguette ca. 1 1/2 El der Füllung verteilen.
- 5 Camembertscheiben über die Füllung legen.
- 6 Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad/Mitte/ca. 15 Min backen.

En guete!

5. Der Olivenhaini meint...noch einmal "Frappelia"



Die Geschichte aus dem letzten Olivengeflüster über Olivenblattextrakt geht weiter. Zumindest hier in Griechenland. Der Rolf hatte schon recht, als er im Artikel schrieb "pan metron ariston" - alles mit Mass. Ich meine, mir als Olivenhaini ist das schon klar und ich weiss um die Gesundheit der Produkte meines Baumes. Auch dass ich nicht literweise "Frappelia" (ihr nennt das Olivenblattextrakt) trinken darf, sagt mir mein gesunder Hainiverstand. Aber die Menschen? Manchmal reicht ihnen nur schon eine Kleinigkeit um ein wenig schrullig zu werden.

Jetzt haben doch tatsächlich Ärzte und Gesundheitsamt sich eingeschaltet um davor zu warnen, was sie vor noch ein paar Wochen enthusiastisch verbreitet hatten. Ob die wohl eins aufs Dach gekriegt haben von der Pharmaindustrie weil diese nun zittern muss um ein paar weniger unter die Leute gebrachte Pillen? Zum Teil wurde vielleicht schon ein bisschen übertrieben mit der Menge an Frappelia. Oder es wurde aus Blättern von gespritzten Olivenbäumen hergestellt. Aber dann wussten die Leute wenigstens warum sie Bauchschmerzen oder Allergien hatten.

Ich habe sogar von einem Fall gehört, wo es einen Toten gab. Nicht direkt durch eine Überdosis Frappelia, sondern noch viel unverständlicher. In einem Zwist zwischen zwei Brüdern hat der eine den anderen erstochen, weil sie sich nicht einig waren, ob sie ihrem dritten, krebserkrankten Bruder Frappelia zur Heilung verabreichen sollen oder nicht. Ist doch verrückt, findet ihr nicht auch?

Da erinnert sich eine gute Seele wieder daran was der Olivenbaum (übrigens ein Geschenk der Götter!) gutes an sich hat um an die Menschen weiterzugeben und denen fallen vor allem Skandale und Ausbeutung dazu ein. Jammerschade!

Wir selber werden uns auf keinen Fall in die Produktion von Olivenblattextrakt vorarbeiten. Jemanden der damit umzugehen weiss, hatte ich schon im letzten Olivengeflüster erwähnt, hier deren Internetseite für alle Interessierten:
<http://www.olivenblattextrakt.ch>

Bis zum nächsten Olivengeflüster senden wir euch herzliche Grüsse aus einem immer frühlingshafteren Griechenland

Rolf und Sonja