

GUTEN
APPETITRotkrautsalat
mit Apfel
und Steirischem
Kren g.g.A.

Von Gabriela Radl

Zutaten:

- 250 g Rotkraut
- 1 Apfel
- 1 kl. Zwiebel
- 2 EL Kren, frisch gerieben
- Apfelnessig, Sonnenblumenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung: Rotkraut fein hobeln, Zwiebel in feine Würfel schneiden, Apfel grob raspeln, Kren reiben, alles vermischen mit Marinade verrühren. Durchziehen lassen und anrichten.



Foto: fotolia.com/Printemps

Vitaminbombe

Als typisches Wintergemüse ist das Rotkraut zurzeit besonders beliebt – und vor allem auch sehr gesund. Es ist reich an Eisen, Vitamin E, Folsäure und Vitaminen der B-Gruppe, enthält Mineralstoffe wie Kalzium und Magnesium und stärkt somit nicht nur das Immunsystem, sondern ist auch ein hervorragender Entzündungshemmer. Der hohe Gehalt an Ascorbinsäure (Vitamin C) im Rotkraut trägt ebenso zur Stärkung der Abwehrkräfte bei, durch zu langes Kochen werden die enthaltenen Vitamine jedoch teilweise zerstört. Deshalb ist es vor allem im Winter gut, Rotkraut auch ab und zu als Rohkost zuzubereiten.

„Wir sind in einem

Toni Hafellner, Obmann des Steirischen Almwirtschaftsvereines.

Foto: kk



Toni Hafellner, Obmann des Steirischen Almwirtschaftsvereines, über Chancen, Risiken, Bürokratie und gerissene Herdentiere.

NEUES LAND: Beim jüngsten Almbauerntag in der Höheren Bundeslehr- und Forschungsanstalt Raumberg-Gumpenstein wurde viel über die Zukunft geredet. Wie sehen Sie diese?

Toni Hafellner: Ich bin optimistisch, weil wir mit der Almwirtschaft im internationalen Wettbewerb auf jeden Fall ein starkes Alleinstellungsmerkmal für die heimische Rinderzucht haben. Wir können uns mit mehr Vitalität, Gesundheit, Fruchtbarkeit und Lebensleistung deutlich abheben. Was in diesem Zusammenhang aber ganz besonders wichtig ist: All das macht sich auch im Geldbörstel bemerkbar. Darüber hinaus haben wir mit der Almwirtschaft ganz wesentliche Botschaften an die Konsumenten – beim Tierwohl und beim Thema Regionalität sind wir ganz vorne dabei!

NEUES LAND

Eichkögl

Ried Oberfladnitzberg

Im Buschenschank Grabner in Reith kam es zu einer ganz besonderen Weinverkostung. Es wurde der erste Qualitätswein auf dem Gemeindegebiet von Eichkögl verkostet. Auf circa 1,7 Hektar gedeihen hier Welschriesling, Weißburgunder und Grauburgunder. Vom Weißburgunder und Grauburgunder gab es die ersten Fassproben



Foto: privat

und sie mundeten ausgezeichnet. So war neben Bürgermeister Johann Einsinger sowie dem Vizebürgermeister Bauernbundobmann Ernst Donnerer auch Bauernbund-Direktor Franz Tonner zugegen, der zufällig zur Runde stieß. Im Rahmen dieser Verkostung wurde auch über eine Namensgebung dieses besonderen Rebensaftes beraten. Die Bauernbund-Ortsgruppe Eichkögl wünscht dem Winzer Robert Grabner viel Erfolg mit seinem Wein am „Ried Oberfladnitzberg“!

Fehring

Informationsabend

Die Bauernbundortsgruppen Region Fehring, Hatzendorf und Stang luden gemeinsam zu einem Informationsabend zu den Themen „Sicherheit im Straßenverkehr rund um und mit dem Traktor“



Foto: privat