

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Oktober steht bei uns in der Region ganz im Zeichen kulinarischer Entdeckungstouren. Eine davon führt nach Mauerham in Taching am See, wo unser Vereinsmitglied Franz Gramminger am 11. Oktober zu sich auf den Hof einlädt und durch seinen Streuobstgarten und die hofeigene Brennerei führt. Die Veranstaltung hat die Ökomodellregion Waginger See – Rupertiwinkel organisiert. Am 19. Oktober darf man sich im Landhotel Gut Edermann bei Teisendorf nicht nur auf ein regionales Biogenussmenü freuen, sondern auch auf die Möglichkeit, mit heimischen Biobauern ins Gespräch zu kommen. Auch bei dieser Veranstaltung, die im Rahmen der Waginger See-Genusswochen stattfindet, werden einige Mitglieder unseres Vereins „Ökogenuss Waginger See/Inn-Salzach“ vor Ort sein. Die Infos zu diesen Veranstaltungen und zu weiteren interessanten Terminen finden Sie hier im Rundbrief. Ebenso bekommen Sie ein paar aktuelle Angebote von unserer Bestell- und Lieferplattform www.oeko-genuss.de.

Und jetzt viel Freude beim Lesen unseres Newsletters.

Der Vorstand des Vereins Ökogenuss Waginger See/Inn-Salzach
Sebastian Kettenberger, Stephan Scholz und Yvonne Liebl

Diesmal geht es um:

- Schnelle Küche mit Bio-Fleisch
- Proteinreiche Bio-Mehle
- Bio-Brände aus regionalem Streuobst

Aktuelle Termine:

- Im Rahmen der Waginger See-Genusswochen werden am 4., 11. und 19. Oktober bioregionale Genussmenüs angeboten
- Kochkurs mit Christine Lecker am 10. Oktober in der Freilassinger Mittelschule
- Obstgarten- und Brennereiführung am 11. Oktober auf dem Sailerhof in Mauerham
- Apfelmarkt in Traunstein am 13. Oktober

Schnelle Küche mit Bio-Fleisch

Wenn es schnell gehen muss, heißt das nicht, dass man auf Bio-Qualität verzichten muss. Auch in puncto Fleisch bietet die Plattform ein vielfältiges Angebot. Unsere Landwirte und Verarbeiter sorgen dafür, dass auch die Gerichte aus der Abteilung „Schnelle Küche“ gesund und abwechslungsreich sind. Es gibt Fertiggerichte mit Gockel- oder Rindfleisch, darunter auch echte Hausmannskost. Die Gockelprodukte stammen vom Biohof Lecker aus Niederheining, die Gerichte mit Rindfleisch vom Pinzgauer Rind liefert der Waginger Metzgermeister Gottfried Heilmaier.

Auszug aus unserem Angebot:

[Sauerbraten, 240 g --> 13,29 €/St.](#)

Bio Sauerbraten mit Sauce

[Rinderroulade 1 St., 410 ml --> 14,69 €/St.](#)

Bio Rinderroulade, klassisch gefüllt mit Speck, Senf und Essig-Gurke mit Sauce

[Gockel-Bolognese, 400 ml --> 6,99 €/St.](#)

Bayerns bestes Bio-Produkt - Grüne Woche 2016

[Gockel-Geschnetzeltes, 400 ml --> 9,29 €/St.](#)

Harmonisch mit reinem Gockel-Brustfilet

Proteinreiche Bio-Mehle

Mehle aus Saaten wie Hanf oder aus Hülsenfrüchten wie Erbsen und Belugalinsen sind reich an pflanzlichem Eiweiß und können für viele schmackhafte Gerichte verwendet werden. Sie sind zudem eine glutenfreie Alternative zu Weizenmehl. Wer leckeres Hummus zubereiten will, kann als regionale Alternative anstelle von Kichererbsen Ackerbohnen verwenden.

Auszug aus unserem vielfältigen Angebot:

[Erbsen-Mehl, 500 g --> 4,39 €/St.](#)

Das feine Erbsen-Mehl eignet sich sehr gut zum Backen (Stichwort "Eiweißbrot"), für Pancakes, Pfannkuchen, Bratlinge, zum Binden von Soßen und vielem mehr.

[Ackerbohnen, geschälte Hälften --> 5,39 €/St.](#)

Über Nacht eingeweicht sind die geschälten Hälften blitzschnell fertig für den Einsatz in klassischen Eintöpfen, als Beilage, Salat, für Hummus, Bratlinge etc.

[Buchweizenmehl, 500 g --> 4,19 €/St.](#)

Wunderbar in Gebäck, Kuchen, Brot, Pizza, zum Binden von Soßen etc.

[Hanfmehl, 500 g --> 5,99 €/St.](#)

Hanf hat einen fein-nussigen Geschmack. Es findet Verwendung z.B. in Smoothies und Sportler-Proteinsakes, im Müsli, Joghurt oder Saft.

Bio-Brände aus regionalem Streuobst

Franz Gramminger brennt auf dem Sailerhof im Tachingener Ortsteil Mauerham aus biozertifiziertem Obst, das vom hofeigenen Steuobstanger stammt, ohne Zucker und Zusätze viele Sorten an Schnäpsen, Edelbränden, Geisten und Likören. Am 11. Oktober lädt er Interessierte zu einer Obstgarten- und Brennereiführung ein. Die weiteren Infos dazu finden Sie bei „Aktuelle Termine“.

Unser Angebot:

[Apfelbrand, 350 ml --> 15,99 €/St.](#)

Obstler, 350 ml --> 15,99 €/St.

Zwetschgenwasser, 350 ml --> 17,69 €/St.

Termine und Informationen:

Im Rahmen der Waginger See-Genusswochen werden am 4., 11., 12. und 19. Oktober bioregionale Genussmenüs angeboten

Am 4., 11. und 12. Oktober bereiten Franz Tanner und das Küchenteam vom Landhaus Tanner, Aglassing 1, in Waging zwischen 17.30 und 20 Uhr mehrgängige Menüs. Am 4. 10. lautet das Motto „Schmankerlmenü mit Weintasting“ (110 € pro Person) am 11. und 12. 10. wird eine viergängige vegetarische Speisenfolge serviert (62 € pro Person). Tischreservierung unter 08681 / 69750 oder unter office@landhaustanner.de.

Am 19. Oktober kann man auf Hotel Gut Edermann in Holzhausen bei Teisendorf ab 18 Uhr ein regionales Bio-Genussmenü genießen und die Bio-Erzeuger kennenlernen, darunter einige Mitglieder des Ökogenuss-Vereins. Küchenchef Christian Martin zaubert das siebengängige aus heimischen Zutaten (68 € pro Person). Tischreservierung unter 08666 / 92730 oder unter info@gutedermann.de.

Kochkurs mit Christine Lecker am 10. Oktober in der Mittelschule in Freilassing

Am Donnerstag, 10. Oktober, lädt Christine Lecker vom gleichnamigen Biohof in Niederheining zusammen mit der Biosphärenregion Berchtesgadener Land zu einem Kochkurs zum Thema „Getreide“ ein. Von 17 bis 20.30 Uhr bereiten die Kursteilnehmer in der Schulküche der Mittelschule Freilassing unter anderem Gemüsehirse, Polenta und Buchweizenockerl zu.

Eine Anmeldung ist bis 8. Oktober unter veranstaltung-brbgl@reg-ob.bayern.de möglich. Für die Lebensmittel wird ein Unkostenbeitrag in Höhe von 15 € erhoben

Obstgarten- und Brennereiführung am 11. Oktober am Sailerhof in Mauerham

Streuobstanger sind ein vielfältiger und wertvoller Lebensraum für Tiere „auf zwei Stockwerken“, und als jahrhundertlang gelebte „Agroforstkultur“ sind sie im Rupertiwinkel nicht nur eine gute Tradition, sondern im besten Sinn auch zukunftsfähig. Um die Fülle an Ertrag zu verwerten und haltbar zu machen, braucht es mehr Nutzungsmöglichkeiten als nur Tafelobst.

Franz Gramminger brennt aus seinem biozertifizierten Obst ohne Zucker und Zusätze den „Waginger See Schnaps“ in mehreren Sorten. Was macht einen Bioobstanger aus? Wie läuft der Brennvorgang ab, damit ein edler Brand entsteht? Das wird uns Franz erläutern. Am Ende verkosten wir den Bioschnaps, im schönen neuen Verkostungsraum mit Gewölbe am Sailerhof.

Der Unkostenbeitrag beträgt 16,-€ pro Person, die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt. Anmeldungen bitte unter oekomodellregion@waging.de oder unter franz@sailerhof.de.

Veranstaltungsort ist der Sailerhof Gramminger
Mauerham 3, 83373 Taching am See.

Apfelmarkt in Traunstein am Sonntag, 13. Oktober

Der Landschaftspflegeverband Traunstein, die Stadt Traunstein und der Bund Naturschutz laden von 10 bis 16 Uhr zum Traunsteiner Apfelmarkt auf dem Stadtplatz ein. Der Markt findet heuer zum 23. Mal statt. Er bietet vielfältige Informationen zum Thema Streuobst und eine breit gefächerte Palette an Streuobstprodukten aus dem Chiemgau und dem Rupertiwinkel. Zudem wird über Fördermöglichkeiten für bestehende Streuobstwiesen, für Neupflanzungen und den Schnitt von Obstbäumen sowie über Möglichkeiten der Biozertifizierung für Streuobstwiesen informiert. Es gibt ein umfangreiches Rahmenprogramm für die ganze Familie.

Beiträge zu interessanten Veranstaltungen finden Sie auf den Seiten der Ökomodellregionen Waginger See – Rupertiwinkel und Inn-Salzach: <https://www.oekomodellregionen.bayern/waginger-see-rupertiwinkel> und <https://www.oekomodellregionen.bayern/inn-salzach>

Verein Ökogenuss Waginger See
Niederheining 1
83410 Laufen

Vertreten durch: 1. Vorstand: Sebastian Kettenberger
Logistiker: Biohof Lecker e.K., Dr. Johann Lecker

Tel.: +0049-8682 953224
Fax: +0049-8682 9532716
<https://oeko-genuss.de>
Mail: info@oeko-genuss.de