

demeter

Gildo Rachelli

# Aus Liebe zum Produkt

mit Demeter-Heumilch



Rachelli hebt sein köstlich italienisches Eis auf ein neues Qualitätsniveau: Natürlich frische Demeter-Heumilch wird für die klassischen Sorten Vanille, Schokolade und Straciatella verwendet. Die Demeter-Landwirte füttern ihre Milchkühe ausschließlich mit Heu und Almwiesengras. Das verleiht der Milch ihren einzigartig aromatischen Geschmack und macht sie auch für sensible Menschen so bekömmlich.

Himmlisch gut – zum Neuerlieben

www.bio-eis.de

ANZEIGE

GENIEßEN

# ÖKO-KORREKT GRILLEN? GEHT!

Von Nadja Hillgruber

Kochen am Feuer weckt Leidenschaft und ist archaisch. So bringt das Sinneserlebnis auch ein gutes Gewissen.

## Ökologischer Grill

Nach dem Prinzip der Pyrolyse (Holzvergasung) gibt es einen speziellen Grill, die „Carbon Queen“ vom Bodenwissenschaftler Lukas Bühler. Damit lässt sich grillen, Crêpes backen oder mit einem Wok kochen. Als Brennstoff wird Restholz aus dem Garten (z. B. Strauchsnitt) verwendet. Das Holz wird nicht verbrannt, es wird verkohlt. Die schadstofffreie Pflanzenkohle kann nach dem Grillen gemahlen und kompostiert werden.

www.carbonqueen.ch

## Die richtige Holzkohle

Grillkohle aus heimischem Laubholz verwenden und auf das FSC-Siegel achten, sollte fast schon selbstverständlich sein. Klimaschutzende Alternativen sind Olio Bric Briketts aus Rückständen der Olivenölpressung.

Geeignet ist auch Rebenglut, ein Recycling-Produkt des jährlichen Rebenschnitts.

## Grill-Anzünder selber machen

In leere Eierkartons Sägespäne und Holzwolle füllen, andrücken. Geschmolzene Wachreste von Kerzen darüber gießen, bis alles gut umhüllt ist. Etwa eine Stunde auskühlen lassen. Oder die papier-

ANZEIGE

demeter

Weil wir einfach ganz anders sind.



MARTINA GEBHARDT  
NATURKOSMETIK



HAPPY AGING  
Die Schönheit der Reife entfalten

Mit gelbem Ginseng-Extrakt

OHNE Alkohol, Glycerin, Mit reinen Pflanzen-Auszügen, Opalglas statt Kunststoff



ALLE unsere Produkte sind Demeter-zertifiziert

Martina Gebhardt Naturkosmetik GmbH, Klosterhof 4, D-82495 Wessobrunn  
www.martina-gebhardt-naturkosmetik.de  
Infos & Probenset 5,00 €. Haben Sie Fragen? Tel. 0049 (0) 8809-82899-17

dünne Außenrinde von Birken sowie Harztropfen an Nadelbäumen sammeln und mit Naturgarnfaden kleine Päckchen schnüren.

## Anders kochen

Statt Aluschalen kleine Gusspfannen oder Auflaufformen für Glut und Rost verwenden. Urig sind dünne Steinplatten aus Schiefer, Speckstein oder ein sauberes Spatenblatt. Statt in Alufolie kann Fleisch und Gemüse in frischen Blättern von Klette, Huflattich oder Pestwurz, Kohl oder Rhabarber gegart werden. Oder mal Glut- und Aschekochen ausprobieren: Kartoffeln, Paprika, Auberginen, Artischocken, gut umhüllt von der eigenen Schale, direkt in die Glut legen.



## Aufgespießt

Spieße aus Esche, Hasel, Weide und Ahorn schnitzen.

## BUCHTIPPS

Susanne Fischer-Rizzi: „Wilde Küche. Das große Buch vom Kochen am offenen Feuer“, AT Verlag

Katharina Bodenstein: „Wildes Brot. Archaisch backen im Freien – am Feuer, über der Glut, auf dem Grill und im Ofen“, AT Verlag