



April 2011

The logo features a large, stylized orange letter 'B' on the left. To its right, the word "Birkenhof" is written in a rounded, orange, sans-serif font. A thin, wavy orange line runs horizontally behind the 'B' and the word. In the background, there are several stalks of grain, including wheat and barley, rendered in a light grey, sketch-like style. To the right of the word "Birkenhof" is a dark grey silhouette of a cow standing and facing right. Below the word "Birkenhof" and the cow, the words "Hofladen Zeitung" are written in a large, bold, orange, sans-serif font.

Birkenhof Hofladen Zeitung

Hofladen Birkenhof

57234 WILNSDORF

02739/47698

Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 10.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 18.00 Uhr

Freitag 10.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 18.00 Uhr

Samstag 09.00 - 12.00 Uhr

Hofladen Sohlbach

Gutenbergstr. 87

57078 Siegen-Sohlbach

Freitag 15.00 - 18.00 Uhr

Hofcafé Birkenhof

Mittwoch 14.30 - 17.30 Uhr

Liebe Kundinnen und Kunden!

„Wir freuen uns, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen...“ so stand es wieder einmal in der letzten Ladenzeitung.

Das ist dann auch passiert, nachdem ich (nach dem Dioxinskandal) etwas über die Fütterung von Schweinen mit Fett berichtet hatte.

Ich bekam ein Buch geschenkt mit dem Titel MehrFett, in dem es um die Fette in unserer Ernährung geht und muss gestehen, dass mich dieses Buch so sehr fasziniert, dass ich die Autorin Ulrike Gonder zu einem Vortrag auf den Birkenhof eingeladen habe (Seite 6).

In den letzten Wochen haben wir uns auf dem Birkenhof viel mit der Weiterentwicklung und der Wirtschaftlichkeit des Birkenhofes, und zwar dem landwirtschaftlichen Teil des Birkenhofes befasst. Dazu haben wir auch einige Berechnungen angestellt, um zu entscheiden, in welchen Bereichen wir investieren können. Dabei war ein wichtiger Bereich die Milchviehhaltung und die besondere Milchqualität. (Mehr dazu auf Seite 4)

Bei der Schrot und Korn- Leserumfrage vom Herbst 2010 ist es uns leider nicht gelungen unter die besten Betrieb zu kommen und eine Urkunde zu erhalten. Viele unserer Kunden haben sich an der Umfrage beteiligt und viele haben die Möglichkeit genutzt, „Lobenswertes“ oder „Verbesserungswürdiges“ zu benennen.

Wir bedanken uns bei allen, die mitgemacht haben und auch über die geäußerten „Komplimente“ sowie für die Ratschläge, die wir (anonymisiert) bekommen haben.

Einiges konnten wir schon verbessern, an anderen Punkten arbeiten wir noch.

Viele Kunden haben die besondere Gestaltung des Ladens, die Frische, die persönliche Atmosphäre und die direkte Beziehung zum Hof lobend hervorgehoben.

Im Mai und Juni bieten wir Hof- und Feldführungen an für alle, die Interesse haben, mal „hinter die Kulissen“ zu schauen.

Außerdem laden wir ein, mit uns den Obstbetrieb Krämer in Meckenheim zu besuchen, von dem wir im Winterhalbjahr unsere Äpfel bekommen (Seite 7).

Wir wünschen viel Freude beim Lesen der Ladenzeitung und heißen Sie und Euch herzlich willkommen auf dem Birkenhof und im Hofladen in Siegen Sohlbach.

Ihr/Euer

Eckard Jungclaussen

Berichtenswertes vom Birkenhof

Neue Mitarbeiter

Nachdem drei Lehrlinge Anfang des Jahres turnusmäßig unseren Betrieb verlassen haben, sind nun neue Gesichter auf dem Hof zu sehen: Brigitta und Katrin unterstützen uns ab sofort im Gemüsebau und in der Vermarktung, während sich Lisa im Stall engagiert. Nanya und Lucas, die als einzige feste Mitarbeiter im März auf dem Hof waren freuen sich wie die Betriebsgemeinschaft über die Verstärkung.

Das Gemüselager ist leer

Früher als in den letzten Jahren haben wir die Kühlung des Gemüselagers ausgestellt. Die letzten Möhren sind verkauft, Rote Bete und Co waren schon länger alle. So lange wie möglich bzw. so lange wie entsprechende Qualitäten zu haben sind, werden wir deutsche demeter-Möhren zukaufen, bevor wir auf Frühmöhren aus Südeuropa ausweichen.

Die Saison hat begonnen

Das Gemüsefeld ist gepflügt und die ersten Möhren sind gesät. Auch Zwiebeln, Dicke Bohnen, Kohl und Mangold sind in der Erde. Weitere Aussaaten sind für die nächsten Tage geplant.

Saatgut aus Bingenheim

Wie jedes Jahr gibt es wieder Saatgut im Hofladen zu kaufen.

Nicht nur die ökologische Vermehrung, sondern auch die Züchtung von Saatgut, das den Bedürfnissen des Ökolanbaus entspricht, ist das Anliegen der Mitglieder der Bingenheimer Saatgut AG.

Mit dem Kauf von Bingenheimer Saatgut bekommen wir nicht nur gutes Ökosaatgut sondern unterstützen gleichzeitig die wichtige Arbeit der Züchter, die sich seit vielen Jahren intensiv bemühen und eine echte Alternative zur konventionellen Züchtung bieten, die von der chemischen Industrie dominiert wird und sich damit zunehmend in der Gentechnik engagiert.

Neue Einfahrt zum Birkenhof

Um eine sichere und einfachere Zufahrt zum Birkenhof zu errichten soll die Zufahrt zum Hof komplett verlegt werden. Ca. 200m weiter Richtung Rudersdorf ist bereits zu erkennen, dass der Weg befestigt und teilweise verbreitert wurde. Er kann auch schon genutzt werden, wenngleich die Asphaltdecke erst nach der Fertigstellung des Alter(s)gartens aufgetragen wird.

Alter(s)garten

Gegenüber des neuen Hofladens ist die Baustelle bereits zu erkennen. Sobald die letzten Details zur Baugenehmigung und Finanzierung geklärt sind, wird es losgehen. Mit dem Baubeginn rechnen wir schon bald...

Brunnen

Vielen Dank für viele kleine und größere Spenden sowie Darlehen für den hofeigenen Brunnen. Dieses Projekt werden wir noch in diesem Jahr realisieren, auch wenn das Geld noch nicht ganz reicht. (Die Spendendosen im Café und in den Läden sind also weiterhin für diesen Zweck bestimmt.)

Was die Birkenhofmilch so besonders macht

Ca. 24 Milchkühe leben auf dem Birkenhof und sind das Herz des landwirtschaftlichen Betriebes, denn sie liefern nicht nur die Milch sondern vor allem verwandeln sie jede Menge Futter, das Jahr für Jahr in mühevoller Arbeit geerntet wird in hochwertigen Dünger, mit dessen Hilfe wir unsere Böden lebendig und fruchtbar zu machen bestrebt sind.

Birkenhofkühe

- haben Hörner (in Deutschland werden fast alle, auch Biokühe (außer demeter) enthornt.)
- bekommen kein Krafffutter, d.h. kein Getreide, was zu Säuerungsprozessen in der Verdauung führt (dennoch ist das auch im Biobereich die Ausnahme, denn Krafffutter „bringt Milch“)
- haben im Sommer täglichen Weidegang und dürfen sich auch im Winter frei im Stall bewegen.
- bekommen Heu aus Klee gras, das in der Heuscheune unter Dach getrocknet wird und mehr Blattmasse enthält als bodengetrocknetes Heu und sehr viel arbeitsintensiver als Silage ist.
- fressen Wiesenheu, das viele verschiedene Gräser und Kräuter enthält. Im Sommer gilt dasselbe für die Weide.
Mit dem Heu werden die Qualitäten von Luft und Licht in den Winter mitgenommen (Silage wird in Dunkelheit und Feuchtigkeit konserviert und in der dunklen Jahreszeit verfüttert).
- bekommen im Winter Rüben, die viele Stunden Zuwendung brauchen bis sie im Kuhl trog landen.
- sind alle „entstanden“ aus natürlicher Paarung von Bulle und Kuh (und nicht aus künstlicher Besamung) – dem zugrunde liegt eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema Rinderzucht im biologisch-dynamischen Betrieb.
- sind alle (bis auf Ausnahmen) auf dem Birkenhof geboren und aufgewachsen.
- sind älter als die meisten ihrer Genossinnen, wenn sie das erste Kalb bekommen, werden aber in der Regel deutlich älter als die meisten Kühe in Mitteleuropa.
- haben Namen.

Birkenhofkühe geben zwischen 4500 und 5000 Liter Milch pro Kuh und Jahr.

Das ist im Vergleich mengenmäßig relativ wenig (Biodurchschnitt 6.000l, Durchschnitt insgesamt: über 7.000l)

Um die Milchviehhaltung wirtschaftlich zu betreiben, müssen wir entweder auf einiges verzichten, was unsere Milchkuhhaltung so arbeitsintensiv und unsere Milch so besonders macht oder wir müssen den größten Teil unserer Milch selbst vermarkten, zu einem Preis, der diese vielen Besonderheiten berücksichtigt und damit der Qualität unserer Milch entspricht.

Da wir keine Einschränkungen in der Tierhaltung und Fütterung vornehmen möchten werden wir ab Mai 2011 die Preise für Milch von 1,10€ pro Liter auf 1,30€ und bei Quark von 2,30€ auf 2,60€ bzw. von 1,10€ auf 1,30€ erhöhen.

Wir sind sicher, dass Sie als Kunden, Freunde und Unterstützer des Birkenhofes diese Entscheidung mittragen und bereit sind diese besondere Qualität der Birkenhofmilch zu honorieren.

Ihre Betriebsgemeinschaft Birkenhof

Osterhasen aus Hefeteig

500g Mehl
50g Zucker
50g Honig
80g Butter
40g Hefe
1 Prise Salz

und ca. 150ml warmes Wasser zu einem Teig zubereiten und ruhen lassen.

Von ca. 80g Teig eine Kugel, dann eine Schlange kneten und zu einer Schnecke zusammenrollen:

(in der gedruckten Fassung, die in den Läden ausliegt finden Sie hier eine Skizze, online-Leser brauchen hier etwas mehr Vorstellungskräfte oder kaufen die Hasen fertig im Hofladen)

Danach von ca. 40g Teig eine Kugel formen und an einer Seite lang rollen, diese dicht an die Schnecke setzen und mit einer Schere ca. 1 cm tief einschneiden und eine Rosine eindrücken.

Ein kleines Stück Teig als Schwanz ankleben, gehen lassen und bei ca. 200°C 10-15 min. backen.

Für mehr Glanz die Hasen nach dem Backen dünn mit Ei bestreichen.

Frohes Osterfest!

Buchempfehlung und Einladung zum Vortrag:

MehrFett

Warum wir mehr Fett brauchen, um gesund und schlank zu sein Liebeserklärung an einen zu Unrecht verteufelten Nährstoff

Kaum ein Nahrungsmittel hat in der Ernährungsdiskussion so sehr sein Fett abbekommen wie – das Fett. Für viele war es eine Tatsache: Fett ist schuld an dicken Bäuchen, Diabetes, Krebs, Herzproblemen und sogar an Alzheimer.

Aber wissenschaftlich erwiesen war davon letztlich nichts.

Trotzdem nahm die Fettvermeidung fast hysterische Züge an. Von der Magermilchkuh zum Low-Fat-Hundefutter wurde alles möglich. Und dennoch: Seit die Menschheit dem Fett in der Nahrung den Kampf angesagt hat, steigen Übergewicht, Typ -2- Diabetes und Altersdemenz scheinbar unaufhaltsam an.

Fast wie in einem Krimi räumen Ulrike Gonder und Dr. Nicolai Worm den Fall „Fett“ auf. Stück für Stück fallen nach ihren sorgfältigen Recherchen alte Vorurteile auch gegen tierisches Fett zusammen. Unvoreingenommen werteten die Autoren aktuelle wissenschaftliche Daten aus – viele der üblichen Ernährungshypothesen sind schlicht nicht mehr haltbar.

Soviel sei verraten: Zu Unrecht stehen Fette auf der roten Verbotsliste der Ernährungswissenschaft – mehr Fett bekommt dem Körper deutlich besser als Stärke und Zucker.

MehrFett verrät Ihnen informativ und auch unterhaltsam, wofür wir Fette brauchen. Wie Fette uns helfen, gesund, fit und schlank zu bleiben.

Und nicht zuletzt: Der herrliche und lebensnotwendige Nährstoff Fett vermittelt unseren Speisen Geschmack und Aromen. Freuen wir uns auch kulinarisch auf bessere Zeiten.

(Text auf der Rückseite des Buches)

Vortrag der Autorin Ulrike Gonder auf dem Birkenhof

Mittwoch, 15.06.2011, 20.00 Uhr



**Landwirtschaftliche
Gemeinschaft
Siegerland e.V.**

sozial- und umweltkulturelle Initiative

<p>Samstag 07.05.2011</p> <p>Abfahrt 9.00 Uhr vom Birkenhof mit Fahrgemeinschaften (Rückkehr ist für den frühen Nachmittag vorgesehen)</p>	<p>Exkursion in der Obstblütezeit zum Demeter-Obsthof Krämer, 53340 Meckenheim</p> <p>→ Verbindliche Anmeldungen erbeten <u>bis 30.04.2011</u> in beiden Hofläden oder bei Fam. Ulber Tel. 0271/65928</p> <p>Infos zum Obsthof unter www.biokraemer.de</p>
<p>Sonntag 22.05.2011 6.00 Uhr Birkenhof</p>	<p>Vogelstimmenexkursion mit Markus Ising, Siegen (ohne anschließendes Frühstück)</p>
<p>Mittwoch 25.05.2011 20.00 Uhr Birkenhof</p>	<p>„Die Kuh ist kein Klimakiller“ Vortrag von Anita Idel (Autorin des gleichnamigen Buches)</p>
<p>Samstag 28.5.2011 10.00 Uhr Birkenhof</p>	<p>Feldrundgang im Frühsommer mit Stefan Roth</p>
<p>Mittwoch 15.06.2011 20.00 Uhr Birkenhof</p>	<p>Mehr Fett - Warum wir mehr Fett brauchen, um gesund und schlank zu sein. Vortrag von Ulrike Gonder (Autorin des gleichnamigen Buches)</p>
<p>Samstag 18. 6.2011 10.00 Uhr Birkenhof</p>	<p>Hofbesichtigung und Besuch des Gemüsefeldes mit Eckard Jungclaussen</p>
<p>Dienstag, 21.06.2011 (Sommeranfang) 17 Uhr ab Birkenhof oder 17.15 ab Abenteuerspielplatz Rudersdorf</p>	<p>Waldhyazinthe und Knabenkraut Naturkundliche Wanderung zur Langenbachstruth (Ochideenvorkommen) mit Eva Lisges</p>

Diese und weitere Termine finden Sie auch im Internet unter www.birkenhof-siegerland.de/Aktuelles