

Ausgabe 2026/27



Biolife

- Bio wirkt • Ökologische Ökonomie •
- Bio-Rezepte • Bio-Urlaub •



×




Dein Urlaub am Biobauernhof wartet.

©Liebentritt



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich


Kofinanziert von der
Europäischen Union

Liebe Leserin,
Lieber Leser,

manchmal braucht es nicht viel, um zu verstehen, warum biologische Landwirtschaft so wichtig ist: Tiere, die Platz haben. Böden, die leben. Lebensmittel, bei denen man weiß, wie und wo sie gewachsen sind. In dieser Ausgabe der „BioLife“ möchten wir Ihnen genau das näherbringen. Wir stellen Menschen vor, die täglich mit Überzeugung arbeiten, damit gutes Essen auf Ihrem Tisch landet.

Biologische Landwirtschaft bedeutet für mich vor allem Verantwortung: für den Boden, für die Tiere und für die Menschen, die nach uns kommen. Was das im Alltag heißt, erlebe ich auf meinem eigenen Hof. Es bedeutet, auf chemisch-synthetische Pestizide und Kunstdünger zu verzichten, natürliche Kreisläufe zu stärken und Landschaften zu pflegen, die reich an Artenvielfalt sind.

Die Richtlinien von BIO AUSTRIA gehen dabei deutlich über die gesetzlichen EU-Bio-Standards hinaus. Tiere haben mehr Platz und Auslauf, das Futter ist zu hundert Prozent biologisch und kommt möglichst vom eigenen Hof. Eine nachhaltige Kreislaufwirtschaft stärkt Bodenfruchtbarkeit und Artenvielfalt gleichermaßen. Alle Produkte stammen aus Österreich und werden regelmäßig streng kontrolliert. Das schafft Transparenz, und Transparenz schafft Vertrauen.

In dieser Ausgabe erwartet Sie außerdem: ein Porträt eines Schafhofes, der zeigt, wie gelebte Überzeugung aussieht, Bio-Rezepte, bei denen Genuss und Verantwortung Hand in Hand gehen, und Kinderseiten, die schon den Jüngsten Freude an Natur und Vielfalt mitgeben. Ich wünsche Ihnen eine schöne Lektüre!

Barbara Riegler

Barbara Riegler



Vorwort

3

Foto: © Julia Mühberger





Inhalt

Foto: © BIO AUSTRIA/Valerie Chorherr

Vorwort	3
Was ist Bio?	5
Streuobst	6
Portrait	8
Biodiversität leben	10
Ökologische Ökonomie	14
Bio-Käse	17
Bio-Gebäck	20
Bio-Urlaub	22
Kinderseiten	24
Gütesiegel	26
Bio-Rezepte	28
Bio-Gastronomie	31
Vielfalt am Teller	32
Tierhaltung	34
Schaubauernhof	36
Bio-Hülsenfrüchte	38
Frauen in der Landwirtschaft	42
Bio-Schulesen	44
Gastkommentar	46



Foto: © Lukas Breuer



Foto: © BIO AUSTRIA/Julia Mühlberger

Impressum

BioLife – Die BIO AUSTRIA Konsument:innenzeitschrift, Ausgabe 2026. Medieninhaber und Herausgeber: BIO AUSTRIA – Verein zur Förderung des biologischen Landbaus, Büro Wien, Theresianumgasse 11/1040 Wien, +43 1 403 70 50, sekretariat@bio-austria.at, www.bio-austria.at; Redaktionsleitung: Mag. Nadia El Daly; Redaktion: DI Annette Braun, Hannah Bruckner, Mag. Nadia El Daly, Sebastian Fröhlich, DI Veronika Gschöpf-Prochazka, Mag. Peter Hecht, Mag. Andrea Klampfer, Dr. Andreas Kleewein, DI Stefan Kopeinig, DI Stefanie Moser, Dr. Priv.-Doz. Erich Tasser, Michaela Toth, Bernhard Worresch BSc; Grafik: cchristof; Fotos: wenn nicht anders deklariert BIO AUSTRIA/Liebetritt, Coverfoto: istock; Druck: Walstead Leykamdruck GmbH, Bickfordstraße 21, 7201 Neudörfel. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Sämtliche Quellenangaben finden Sie unter bio-austria.at/quellen.



Foto: © BIO AUSTRIA/Veronika Edler

Bio-Landwirtschaft ist eine Form der Landwirtschaft, die im Einklang mit der Natur arbeitet. Ziel ist es, Lebensmittel nachhaltig zu produzieren und gleichzeitig Umwelt, Tiere und Böden zu schützen. Dabei wird auf natürliche Kreisläufe gesetzt und möglichst schonend mit Ressourcen umgegangen. Ein wichtiger Grundsatz der Bio-Landwirtschaft ist der Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel, leicht lösliche Mineraldünger und Gentechnik. Stattdessen werden natürliche Methoden genutzt, um Pflanzen gesund zu halten und den Boden fruchtbar zu machen.

Was ist Bio?

Natürliche Düngung und gesunde Böden

In der Bio-Landwirtschaft spielen gesunde Böden eine zentrale Rolle. Statt künstlicher Dünger werden natürliche Dünger wie Kompost, Stallmist oder Gülle verwendet. Diese verbessern die Bodenstruktur und versorgen Pflanzen langfristig mit Nährstoffen. Auch abwechslungsreiche Fruchtfolgen sind wichtig. Dabei werden verschiedene Pflanzenarten nacheinander auf einem Feld angebaut. Das schützt den Boden, verhindert Krankheiten und sorgt dafür, dass die Bodenfruchtbarkeit erhalten bleibt.

Tiergerechte Haltung

Auch die Tierhaltung unterscheidet sich in der Bio-Landwirtschaft deutlich von der konventionellen Landwirtschaft. Tiere auf Bio-Betrieben haben mehr Platz und bessere Haltungsbedingungen. Sie erhalten artgerechtes Futter in

Bio-Qualität und können sich häufig im Freien bewegen. Gesunde Tiere führen zu hochwertigen Lebensmitteln, da die Qualität der Tierhaltung sich direkt auf die Qualität der Produkte auswirkt.

Gentechnikfreiheit

Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Bio-Landwirtschaft ist der vollständige Verzicht auf Gentechnik. Bio-Produkte werden garantiert ohne Einsatz von Gentechnik hergestellt. Das gilt nicht nur für den Anbau der Pflanzen, sondern auch für Futtermittel und Verarbeitungsschritte. Dadurch wird außerdem die Vielfalt verschiedener Pflanzen- und Tierrassen erhalten.

Strenge Kontrollen

Damit Bio-Produkte tatsächlich den Bio-Richtlinien entsprechen, werden Bio-Betriebe regelmäßig kontrolliert. Mindestens einmal im Jahr überprüfen unabhängige Kontrollstellen die Ein-

haltung der EU-Bio-Verordnung. Zusätzlich gelten für viele Bio-Verbände noch strengere Richtlinien. Diese Kontrollen sorgen dafür, dass Verbraucher:innen Bio-Produkten vertrauen können.

Schutz der Biodiversität

Bio-Landwirtschaft trägt auch stark zum Schutz der Biodiversität bei. Durch den Verzicht auf chemische Pestizide und den Einsatz vielfältiger Kulturen entstehen Lebensräume für viele Tier- und Pflanzenarten. Wiesen, Hecken und Feuchtgebiete bleiben erhalten und dienen als Rückzugsorte für Wildtiere. Besonders Insekten wie Bienen, Schmetterlinge und Marienkäfer profitieren von diesen naturnahen Lebensräumen.

Im Gegensatz zu großen Monokulturen sorgt die Bio-Landwirtschaft durch abwechslungsreiche Landschaftsstrukturen dafür, dass die Artenvielfalt erhalten bleibt.

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ein Rückblick auf ein Projektjahrzehnt – Zwei Vereine, ein Ziel – das war der Ansatz für das seit 2014 durchgeführte Kooperationsprojekt von BirdLife Kärnten und BIO AUSTRIA Kärnten, mit dem Ziel, das Bewusstsein für die Biodiversität in Bio-Streuobstwiesen zu fördern, den Streuobst-Wiesenprodukten einen neuen Stellenwert zu geben und damit den Artenschutz nachhaltig zu fördern.

Von Andreas Kleewein
und Stefan Kopeinig



Foto: © Roland Rauter, BIO AUSTRIA Kärnten

So erkennen
Sie die Produkte



Insektenparadies

Ein alter Obstbaum ist ein wahres Paradies für Insekten! Die genaue Anzahl hängt von vielen Faktoren ab, wie der Baumart, dem Standort und der Jahreszeit. Aber grundsätzlich kann ein einziger Baum tausende von Insekten beherbergen – von winzigen Blattläusen über Ameisen bis hin zu Käfern und Schmetterlingen. Besonders alte Bäume mit Rissen und Hohlräumen bieten Lebensraum für zahlreiche Arten, darunter auch nützliche Bestäuber wie Wildbienen. Insekten sind wiederum Nahrungsgrundlage für Vögel, die als erstes beim Betreten einer Streuobstwiese ins Auge und Ohr stechen. Da es lange dauert, bis Bruthöhlen im Baum entstehen, wurden Vogelnistkästen in Streuobstbeständen aufgestellt, um

in erster Linie höhlenbrütende Vogelarten und in zweiter Linie eine Vielzahl weiterer Tierarten zu unterstützen, denn Vogelnistkästen können ganzjährig von unterschiedlichen Tierarten genutzt werden. Über die Ausbringung der Nistkästen und der Schaffung neuer Brutplätze konnte der Lebensraum Streuobstwiese an vielen Standorten Kärntens erhalten werden, indem 5.455 Bäume als Lebensraum der Tierwelt zur Verfügung stehen.

Monitoring zeigt Erfolg

Das Projekt begann 2014 mit 13 Bio-Betrieben im Großraum Kappel am Krappfeld und wuchs bis 2024 auf 124 Bio-Betriebe mit 377 Nistkästen, verteilt in ganz Kärnten, an. Der Erfolg zeigt sich im Erhalt des Lebensraums

und der Artenvielfalt, darunter zehn Vogelarten – zudem hervorstechende und teils gefährdete Arten wie Wiedehopf, Gartenrotschwanz, Zwergohreule und Wendehals. Auch fünf gefährdete Säugetierarten, darunter in Kärnten seltene wie die Bechsteinfledermaus und der Baumschläfer nutzen die Nistkästen. Zahlreiche Insektengruppen wie z. B. Echte Bienen, Faltenwespen und Schmetterlinge profitieren ebenfalls von den Nistkästen. Seit Anbeginn des Projekts wird ein Monitoring betrieben und die Daten in einer Datenbank festgehalten, um Langzeittrends zu analysieren.

Sichtbarmachen und Sensibilisieren

Ein zweiter Fokus lag auf der Förderung der Wertigkeit der Produkte aus den

Bio-Streuobstwiesen. Interessierten Bio-Landwirt:innen, auf deren Flächen Nistkästen ausgebracht wurden, wurde ein eigenes Verpackungsmaterial wie Flaschenanhänger, Tischaufsteller, Plakate und Aufkleber zur Verfügung gestellt. Das für die Vermarktung entwickelte Logo, das für Bio-Produkte wie Fruchtsäfte, Edelbrände, Marmeladen usw. verwendet werden kann, informiert Konsument:innen darüber, dass sie mit dem Kauf dieser Produkte einen Beitrag zur Erhaltung der Artenvielfalt leisten. Die besondere Kennzeichnung stärkt die Wert-

schätzung dieser Produkte und hilft beim Erhalt der Streuobstwiesen. Die begleitende Öffentlichkeitsarbeit zum Projekt umfasst Exkursionen, Vorträge und Schulungen, Publikationen und einen Streuobstwiesen-Lehrpfad sowie generationenübergreifende Nistkastennachbauten. Die Landwirt:innen wurden durch Beratung und Gespräche für das Thema sensibilisiert, was zu Eigeninitiativen im Vogelschutz und der Biodiversitätsförderung führte. Das Projekt darf als Vorreiter aber auch Inspirationsquelle und „Geburtsheifer“ für Initiativen in Kärnten, die sich dem

Erhalt von Streuobstwiesen verschrieben haben, bezeichnet werden. Vielfach wurde Unterstützung und Input durch fachliches Know-How für die weiteren Projekte geleistet.

Abschließend lässt sich sagen, dass viele Streuobstwiesen aufgewertet, die Bewusstseinsbildung für die Biodiversitätsförderung in Streuobstwiesen gefördert und besondere Tierarten unterstützt wurden – zudem erhielten die Produkte aus den Flächen eine neue Wertigkeit und stärkten so den Erhalt der Lebensräume.

Mehr Infos zum
EU-Bio-Logo:
bio-austria.at/
eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Bio als Lebens- einstellung

Oberdrosen ist eine Ortschaft im südlichsten Zipfel des Burgenlandes. Eine ruhige und wunderschöne Landschaft mit einigen sanften Hügeln und entspannten Bewohner:innen. Genau in diese kleine Ortschaft südlich von Jennersdorf verschlug es die beiden Salzburger:innen Monika und Robert Weilharter. Die Lungauer:innen kauften sich hier 2021 einen Bauernhof und bewirtschaften diesen von Beginn an biologisch.

von Andrea Klampfer

Bio-Schafhof Weilharter

2 Vollzeitkräfte
1 Melkhilfe

100 Krainer Steinschafe (ca. 45 laktierend)
4 Rinder (Dexter)
2 Schweine
20 Hühner
ca. 22 ha Grünland
ca. 5 ha Acker/Feldfrucht
ca. 6 ha Wald
Streuobstwiesen und 10 (neugepflanzte) Olivenbäume

Öffnungszeiten Hofladen
Donnerstag 16:00-18:00
Samstag: 12:00-14:00

www.schafhof.at

Beide auf einem Bauernhof aufgewachsen, schlugen sie jedoch anfangs andere berufliche Laufbahnen ein. Monika wurde zunächst Krankenschwester und entschied sich dann für einen anderen sozialen Bereich. Robert startete mit einer Lehre als Schmied und kam dann in einen Stahlbaubetrieb. Auch er landete danach im sozialen Bereich und fungierte als Berater für Jugendliche aus schwierigen Verhältnissen.

Trifft man Monika und Robert Weilharter auf ihrem Bauernhof im be-

schaulichen Oberdrosen, so ist einem sofort klar, dass es sich hier um zwei Personen handelt, die absolut angekommen in ihrem Leben sind. Die Bio-Landwirtschaft ist für die beiden mehr als ein Beruf oder ein Arbeitsplatz. Bio-Landwirtschaft ist eine Lebenseinstellung und spiegelt sich in sämtlichen Bereichen und Gedanken wider. Die Rücksicht und Wertschätzung Mensch, Tier, Natur und Lebensmittel gegenüber ist allgegenwärtig. Eben diese Achtung vor Tier und Pflanze lässt die beiden mit Neugier und Wissensdrang an ihre tägliche Arbeit gehen. Ständig

werden neue Produkte kreiert und die verschiedensten Lebensmittel hergestellt.

Monika und Robert Weilharter produzieren auf ihrem Biohof derzeit folgende Produkte: Topfen, Joghurt, Weichkäse, Frischkäse, Weißschimmelkäse, Pecorino, Lammfleisch, Schweinefleisch, Speisekartoffeln, Brennholz, Eier und vieles mehr.

Ein typischer Tag mitten in der Hauptsaison beginnt, wie bei den meisten Bäuerinnen und Bauern, sehr früh und endet sehr spät.



Fotos: © Biohof Weilharter

Da die Schafe in der Saison (März bis August) auf der Weide gemolken werden, beginnt der Tag schon gegen fünf Uhr morgens, um der großen Hitze zu entgehen. Im Anschluss wird die Milch versorgt und Käse hergestellt. Gegen 21 Uhr abends wird dann nochmal gemolken. Die meisten Produkte werden Ab Hof verkauft.

Zusätzlich werden auch noch Bauernläden in Jennersdorf und in St. Martin beliefert. Kümmt sich Monika hauptsächlich um das Käsen, so ist Robert vermehrt für die Fleischverarbeitung zuständig. Außerdem kümmert er sich um das rechtzeitige Heuen sowie bauliche und maschinelle Verbesserungen. Da die Schafe oft von Weide zu Weide getrieben werden, nimmt der Auf- und Abbau der Weidezäune auch beträchtliche zeitliche Kapazitäten in Anspruch.

Die Lämmer werden erst nach 10 Wochen von ihren Müttern getrennt. Nach ca. 10 Monaten werden sie dann geschlachtet. Sowohl die Milchprodukte als auch das Fleisch wird von den Ortsansässigen äußerst wertgeschätzt. Robert und Monika Weilharter ist es ein Anliegen, für die Menschen vor Ort zu produ-

zieren. 80 Prozent der Waren sind für ihre Stammkund:innen vorreserviert. Dadurch lässt sich der Vermarktungsaufwand geringhalten.

Ist man auf Besuch bei den beiden, bemerkt man sofort den hohen Grad an Idealismus, mit welchem sie ihren Hof bewirtschaften. Die Bio-Landwirtschaft erfordert laut Robert „einen hohen Grad an Selbstverantwortung! Man hat die Möglichkeit vieles zu gestalten und sieht direkt, was man täglich leistet.“

Die Produktion von qualitativ hochwertigen Bio-Lebensmitteln, das Arbeiten mit Tieren, leben mit der Natur – all das sind positive Charakteristika des landwirtschaftlichen Arbeitens. Die Bio-Landwirtschaft bietet vielfältige und abwechslungsreiche Betätigungsfelder. Für beide war von Beginn an klar, ihren Hof biologisch zu bewirtschaften. „Durch die Zertifizierung und die jährliche Bio-Kontrolle setzt man sich viel intensiver mit der ganzen Thematik auseinander.“, so Robert. Allen Neueinsteiger:innen in die Bio-Landwirtschaft oder Bäuerinnen und Bauern, die überlegen, ob sie umsteigen wollen, rät er: „nicht lange überlegen – so schnell als möglich umsteigen“.

Die Diskussion über biologische und konventionelle Landwirtschaft wird häufig ideologisch geführt, weil unterschiedliche Werte der Menschen im Mittelpunkt stehen: Nachhaltigkeit, hohe Erträge, Umweltschutz oder Wirtschaftlichkeit. Tatsächlich geht es jedoch nicht nur um persönliche Überzeugungen, sondern um gesellschaftlich relevante Fragen.

von Dr. Priv.-Doz Erich TASSER



Foto: © BIO AUSTRIA/Christoph Liebenritt



Foto: © Privat

Bio wirkt

Mehr Artenvielfalt, gesündere Böden, starkes Tierwohl

Nachhaltigkeit bedeutet, ökologische, ökonomische und soziale Aspekte gleichzeitig zu berücksichtigen. Dazu gehören auch sogenannte Umweltkosten, etwa die Aufbereitung von Trinkwasser oder der Verlust an Bestäubern

im Obst- und Gemüsebau. Solche Kosten tauchen im Produktpreis meist nicht auf.

Was die Biodiversität betrifft, so zeigen sich typische Unterschiede, die sich aus der üblichen Bewirtschaftungsweise

ergeben. Konventionelle Landwirtschaft arbeitet häufig mit mineralischen Stickstoffdüngern und einer größeren Zahl an Nutztieren. In intensiven Anbaugewässern führt das oft zu Nitratbelastungen im Boden und Grundwasser; EU-Grenzwerte werden regelmäßig überschritten. Der Bio-Landbau verzichtet auf mineralische Dünger und darf nur so viele Tiere halten, wie die eigenen Flächen verkraften. Der häufige Fruchtwechsel und die organische Düngung fördern zudem den Humusaufbau und die Bodenfruchtbarkeit im Bio-Anbau. Außerdem werden die Wiesen in der konventionellen Landwirtschaft im Durchschnitt häufiger gemäht und die Ackerflächen häufiger umgebrochen. Studien aus Südtirol zeigen, dass durch die intensivere

Bewirtschaftung (mehr Dünger, mehr Schnitte, mehr Bodenbrüche) die Vielfalt an Pflanzen, aber auch Tieren verringert wird (siehe Abbildung 1). Ein weiterer Vergleich unterstreicht, dass im Obst- und Weinbau auf biologisch bewirtschafteten Flächen im Durchschnitt etwa 15 bis 30 Prozent mehr Arten vorkommen. Konkret steigt im Obstbau die Anzahl von 20 Pflanzenarten auf 24 an, im Weinbau von 17 Arten auf 24.

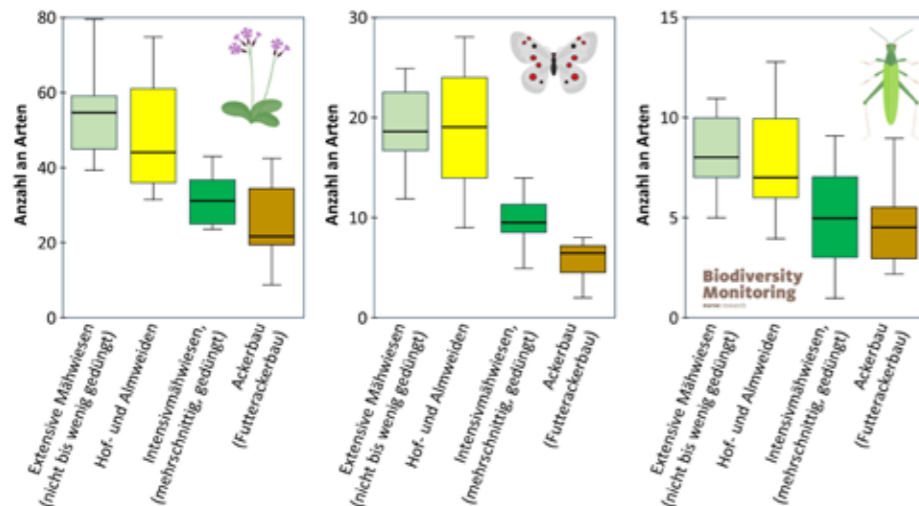
Landwirtschaft eine große Bandbreite chemisch-synthetischer Mittel. Diese können sich in der Umwelt verteilen und stehen im Verdacht, zum Rückgang von Insekten und Feldvögeln beizutragen. Wie stark sich der Einsatz von Pestiziden auf die Vielfalt der Bestäuber auswirken kann, zeigt eine Vergleichsstudie zwischen Nord- und Südtirol. Dazu wurden jeweils 20 Standorte in Südtirol und Tirol innerhalb von biologisch bewirtschafteten Apfelplantagen einen Monat lang beprobt. Erste Ergebnisse weisen nun darauf hin, dass das Umfeld und dessen Bewirtschaftung maßgeblich für

die Bestäuber sind (siehe Abbildung 2). In Südtirol, wo im Umfeld vorwiegend konventionelle Obstbauflächen zu finden sind, wurden pro Tag ca. 21 Insekten gefangen. In Nordtirol befinden sich in unmittelbarer Umgebung der Obstanlagen hingegen meist Grünland- und Ackerflächen, sowie kleinere Waldinseln. Dort steigt die Anzahl an gefangenen Bestäubern im selben Zeitraum auf 116 Individuen an.

In der biologischen Tierhaltung ist auch der Einsatz von Medikamenten wie Antibiotika deutlich strenger reguliert. Ihre Anwendung ist stark eingeschränkt und an strenge Auflagen gebunden, um Tierwohl zu garantieren und Rückstände in Lebensmitteln und der Umwelt zu vermeiden. Einmal in die Umwelt gelangt, können diverse Medikamente zum Beispiel Algen, Bakterien, aber auch Insekten, Fische und Amphibien schädigen. Damit kann es zu Störungen des natürlichen Nahrungsnetzes im Boden und in Gewässern kommen und somit die Funktionsweise dieser Ökosysteme beeinträchtigen.

Fazit: Wer Biodiversität und Bodenschutz oder das Tierwohl fördern möchte, sollte durch den Kauf biologischer Nahrungsmittel die biologische Landwirtschaft unterstützen.

Abb. 1



Vergleich der Artenvielfalt zwischen unterschiedlich intensiv genutzten Landwirtschaftsflächen (© Biodiversitätsmonitoring Südtirol)

In der biologischen Landwirtschaft gelten in Bezug auf das Tierwohl strengere Vorgaben zu Platzangebot, Auslauf und Fütterung. Zudem müssen die Tiere auch die Möglichkeit eines Kontaktes zu Artgenossen haben, frische Luft und Tageslicht, sowie die Möglichkeit eines Weidegangs bekommen. Und noch ein Aspekt ist wichtig: In der biologischen Landwirtschaft werden häufiger alte Tierrassen gezüchtet, was die Agrobiodiversität fördert. In der konventionellen Landwirtschaft werden hingegen hauptsächlich moderne Hochleistungsrassen genutzt. Beim Pflanzenschutz und in der Tiergesundheit nutzt die konventionelle

Vergleich der durchschnittlichen Anzahl an Bestäubern im biologischen Obstbau in Abhängigkeit von der Umlandnutzung. © Blaas 2026



Abb. 2

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union



BIO, wie es sein soll.

Als Qualitäts- gemeinschaft in die Zukunft.

Österreich ist Bio-Pionier

Seit fast einhundert Jahren gibt es hierzulande Bio-Landwirtschaft. Heute ist Österreich mit 27% biologischer Anbaufläche und 23% der landwirtschaftlichen Betriebe das Bio-Land Nummer eins in Europa. Seit Jahren können zudem steigende Bio-Anteile im Einkauf von Lebensmitteln gemessen werden.

Das AMA-Biosiegel als starkes Zeichen

Das staatlich anerkannte AMA-Biosiegel steht für regionale, kontrollierte Bio-Qualität mit Standards über den EU-Bio-Vorgaben und genießt großes Vertrauen: 73% der Österreicherinnen und Österreicher bewerten es als glaubwürdig*. Konsumentinnen und Konsumenten kennen und schätzen das AMA-Biosiegel gleichermaßen.

Grund genug, als Qualitätsgemeinschaft stolz und zuversichtlich in die Zukunft zu blicken!

Mehr Infos unter [bioinfo.at](https://www.bioinfo.at)

* Gallup Institut, Face2Face-Interviews, n=1000 Befragte



Ökologische Ökonomie

Wirtschaft neu denken – und was die biologische Landwirtschaft dazu beitragen kann

Im Zuge der Eröffnung der BIO AUSTRIA Bäuerinnen und Bauertage hielt die Klimaökonomin Sigrid Stagl, Gründerin des Institutes of Ecological Economics an der WU Wien und Wissenschaftlerin des Jahres 2024, einen spannenden Vortrag. Sie ging darin der Frage nach, wie Wirtschaft langfristig erfolgreich sein kann, ohne ihre eigenen Grundlagen zu zerstören?

von Nadia El Daly

Diese Frage steht im Zentrum der ökologischen Ökonomie – eines interdisziplinären Forschungsfeldes, das angesichts von Klimakrise, Biodiversitätsverlust und Ressourcenknappheit eine immer wichtigere Rolle spielt oder zumindest spielen müsste.

Was ist Ökologische Ökonomie?

Die ökologische Ökonomie geht von dem einfachen, aber grundlegenden Gedanken aus, dass die Wirtschaft Teil der Gesellschaft ist. Beide, Wirtschaft und Gesellschaft, sind wiederum in die Natur eingebettet, was dazu führt, dass deren Unversehrtheit Voraussetzung dafür ist, dass wir wirtschaftlich erfolgreich sein können.

Diese interdisziplinäre Perspektive unterscheidet die ökologische Wirtschaft deutlich von herkömmlichen ökonomischen Modellen, die Umwelt meist als „externen Faktor“ behandeln.

Für die ökologische Ökonomie gilt, dass jede wirtschaftliche Aktivität Umweltauswirkungen hat. Es gibt keine Produktion ohne Ressourceneinsatz, ohne Energieverbrauch, ohne Emissionen. Deren Höhe unterscheidet sich zwar je nach Zweig erheblich, aber, so betont Sigrid Stagl, es sei völlig klar, dass jede wirtschaftliche Aktivität Umweltauswirkungen habe. In ihrer 30-jährigen Lehrtätigkeit habe sie die Studierenden immer wieder aufgefordert, EINE wirtschaftliche Aktivität ohne Konsequenzen für die Umwelt zu nennen: „Dass es sich dabei nicht um Stahlproduktion handeln kann, ist allen klar, Vorschläge wie zum Beispiel Massagen werden aber immer wieder genannt. Im Vergleich sind diese natürlich deutlich besser, aber

auch sie haben Umweltauswirkungen. Massagen werden ja nicht im Freien ausgeübt, sondern auf einem Tisch in einem Raum, der hergestellt werden musste, der möbliert und beheizt wird etc.“. Die Tatsache, dass wir bereits mehrere planetare Grenzen überschritten haben, verdeutlicht, wie wichtig es ist, ökologische in ökonomische Analysen zu integrieren. So ein Wandel in Richtung interdisziplinären, ganzheitlichen Denkens erfolgt nicht von alleine, es braucht nicht isolierte Einzelmaßnahmen, sondern eine Systemveränderung, eine Transformation durch entsprechende (politische) Rahmenbedingungen. Neben einer intakten Natur, gut ausgebildete Arbeitskräfte, verantwortungsvolle Bürger:innen und Politiker:innen, die gewillt sind, die Weichen so zu legen, dass auch in Zukunft erfolgreich gewirtschaftet werden kann.

Was hat das mit der (Bio-)Landwirtschaft zu tun?

Ein zentraler Gedanke der ökologischen Ökonomie ist, dass auch wirtschaftliche Prozesse den Gesetzen der Physik unterliegen. Energie kann nicht erzeugt oder vernichtet, sondern nur umgewandelt werden. Rohstoffe lassen sich nicht unbegrenzt nutzen, ohne Verluste und Abfälle zu erzeugen. Jede Produktion bedeutet Stoff- und Energieumwandlung. Die Frage lautet also: Arbeiten wir mit der Physik – oder gegen sie? Energieeffiziente Technologien, Kreislaufwirtschaft, regenerative Systeme und ressourcenschonende Produktionsweisen sind Beispiele für „Wirtschaften mit der Physik“. Ein auf ständig steigenden Input ausgerichtetes System, wie

es zum Beispiel unser heutiges Ernährungssystem ist, ignoriert hingegen diese Grenzen – und produziert langfristig hohe gesellschaftliche Kosten. Dass es auch anders geht, zeigt die Bio-Landwirtschaft – diese ist zentraler Baustein einer ökologischen Wirtschaft. In ihrem Vortrag stellte Sigrid Stagl eine aktuelle Studie aus den Niederlanden vor – für eine entsprechende nationale Studie fand sich bis dato leider keine Finanzierung. In dieser wird der Beitrag der Landwirtschaft zum Bruttoinlandsprodukt neu berechnet, und zwar unter Einbeziehung der verursachten Umwelt- und Gesundheitskosten. Das erschreckende Ergebnis: Unter dem derzeitigen System ergibt sich ein negativer volkswirtschaftlicher Beitrag von -5,3 Milliarden Euro! Umweltbelastungen, Nitrat im Grundwasser, Gesundheitsfolgen durch Ernährung, Treibhausgasemissionen – all das verursacht Kosten, die bislang nicht im Marktpreis enthalten sind.

Nun wollen und können wir natürlich nicht auf Landwirtschaft verzichten, sie ist grundlegend für unser Überleben. Glücklicherweise zeigt die niederländische Studie gleichzeitig auf, dass eine Transformation möglich ist und identifiziert vier zentrale Hebel:

1 Umstellung auf Low Impact Landwirtschaft wie die Bio-Landwirtschaft

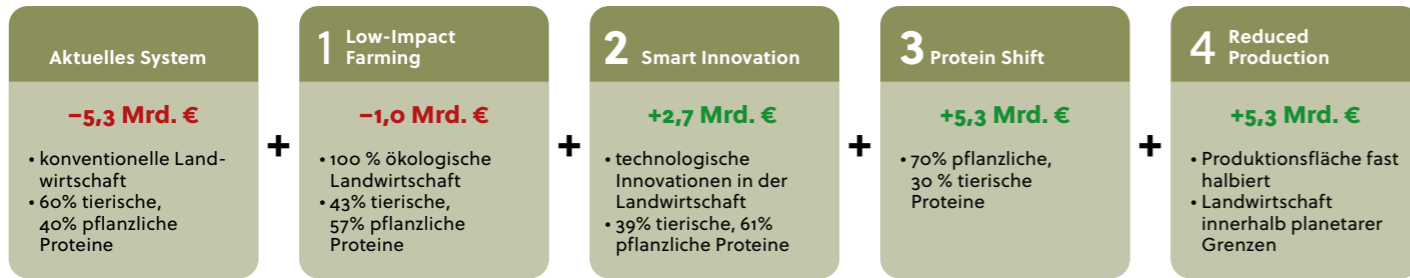
Dies allein könnte die gesellschaftlichen Umweltkosten um über 40 Prozent senken.

2 Technologische Innovation und Präzisionslandwirtschaft

Effizienzsteigerungen durch moderne Technik – auch im Bio-Bereich.

Reduzierung der gesellschaftlichen Kosten der niederländischen Landwirtschaft

- Das aktuelle niederländische Agrarsystem verursacht einen jährlichen Netto-Negativwert von -5,3 Mrd. €, wenn gesellschaftliche Kosten von Umweltbelastungen einbezogen werden.
- Durch alternative Landwirtschaftssysteme könnte ein positiver Nettoeffekt von +5,3 Mrd. € erreicht werden.



3 Proteinwende
Mehr pflanzliche, weniger tierische Proteinquellen – orientiert an gesundheitlichen Empfehlungen (ca. 70 % pflanzlich, 30 % tierisch).

4 Produktion stärker am regionalen Bedarf ausrichten
Weniger Überschussproduktion für den Export, mehr Fokus auf Versorgung der eigenen Bevölkerung.

Würden diese Schritte kombiniert umgesetzt, ließe sich Landwirtschaft innerhalb planetarer Grenzen betreiben – mit positivem volkswirtschaftlichem Beitrag, nämlich + 5,3 Milliarden Euro.

Bio-Landwirtschaft & Wandel

Durch die Senkung der Pestizid- und Nitratbelastung, die Verringerung der Treibhausgasemissionen und die Förderung der Bodengesundheit und Biodiversität reduziert die Bio-Landwirtschaft externe Kosten. Denn all das entlastet Gesundheitssysteme, Gemeinden und Umweltbudgets – auch wenn diese Einsparungen bislang nicht direkt am Betriebskonto sichtbar werden. Gesunde Böden wiederum speichern

Wasser und Kohlenstoff, erhöhen die Ertragssicherheit und verringern Abhängigkeiten von synthetischen Inputs. Die Bio-Landwirtschaft baut resiliente Systeme auf, die Betriebe widerstandsfähiger gegenüber Klimarisiken macht.

Außerdem hilft sie dabei, die Klimaziele und SDGs zu erreichen. Das Ernährungssystem verursacht rund ein Drittel der globalen Treibhausgasemissionen und ohne Veränderungen in der Landwirtschaft sind die Klimaziele nicht erreichbar. Die Bio-Landwirtschaft ist kein Allheilmittel, doch ein erprobter, gesellschaftlich akzeptierter und skalierbarer Weg.

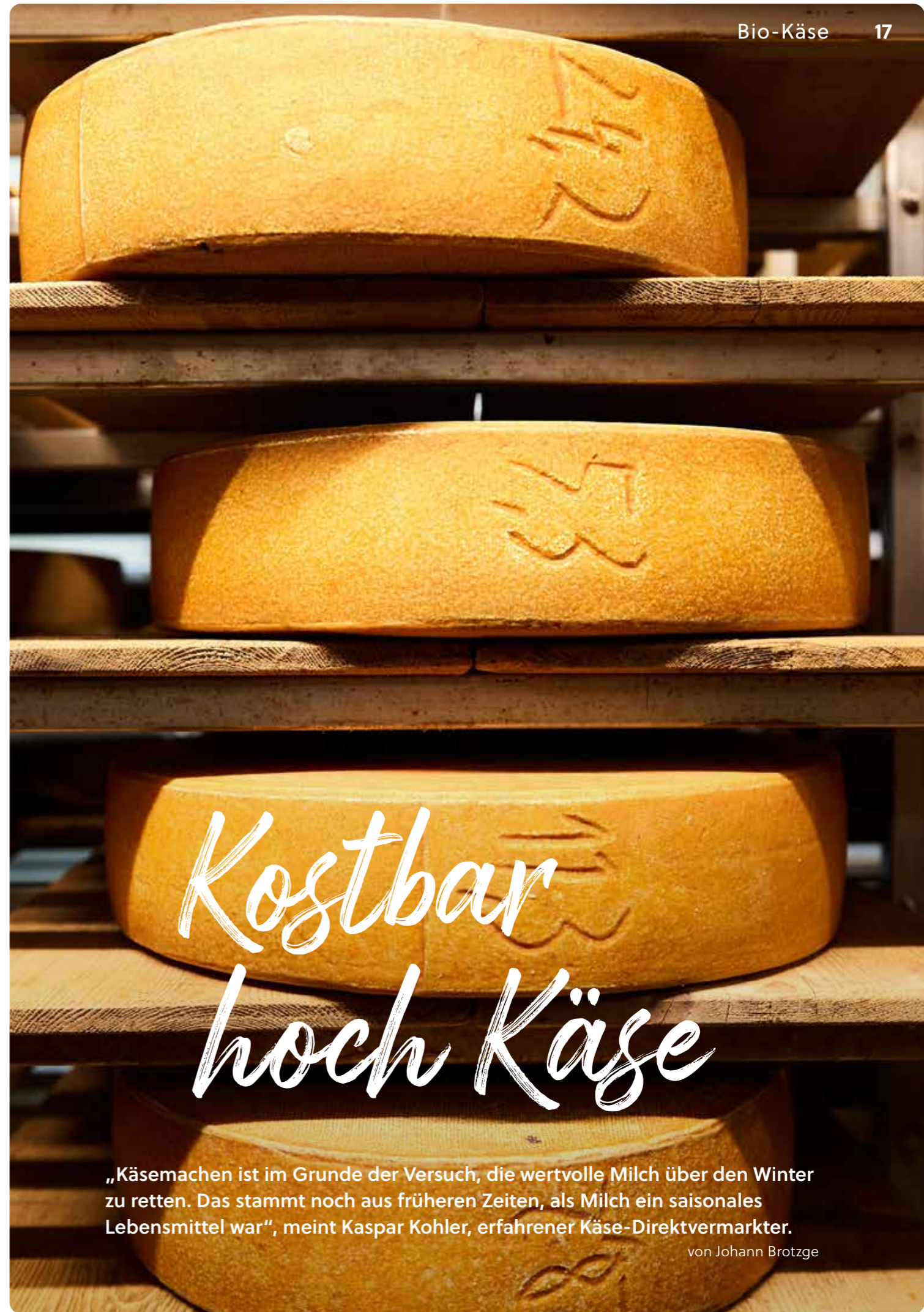
Mehr Leistungen, trotzdem nicht mehr am Konto?

Das zentrale Problem hierbei ist, dass viele positive Effekte biologischer Bewirtschaftung zwar der Gesellschaft zugutekommen, aber nicht unmittelbar dem einzelnen Betrieb.

Wenn weniger Nitrat ins Grundwasser gelangt, spart die Gemeinde Aufbereitungskosten. Wenn gesündere Ernährung Krankheitskosten reduziert,

entlastet das das Gesundheitssystem. Ein klimaneutrales, biodiversitätsfreundliches, regional verankertes Ernährungssystem ist also nicht nur ökologisch sinnvoll – es kann auch wirtschaftlich stabiler und gesünder sein. Diese Vorteile werden bislang allerdings kaum in marktfähige Einnahmen für Bio-Landwirt:innen übersetzt. Umgekehrt muss bis dato niemand Schäden, die er verursacht, in seine Kalkulation einbeziehen – es gibt keine Kostenwahrheit. Doch Märkte sind kein Naturgesetz, sie beruhen auf Regeln! Subventionen, Steuern, Förderinstrumente – diese bestimmen, wer profitiert. Auf dem Weg zu entsprechenden Rahmenbedingungen könnten die häufig als bürokratische Bürde empfundenen Nachhaltigkeitsberichte eine Chance darstellen. Richtig gestaltet, machen sie nicht nur Umweltleistungen sichtbar, sondern bieten auch die Grundlage für fundierte Entscheidungen und gezielte Förderungen.

Nachhaltig zu wirtschaften bedeutet nicht Verzicht, es ist die Voraussetzung dafür, dass Erfolg langfristig möglich bleibt.



*Kostbar
hoch Käse*

„Käsemachen ist im Grunde der Versuch, die wertvolle Milch über den Winter zu retten. Das stammt noch aus früheren Zeiten, als Milch ein saisonales Lebensmittel war“, meint Kaspar Kohler, erfahrener Käse-Direktvermarkter.

von Johann Brotzge





Fotos: © Lucas Breuer, Ivo Vögel

Kostbare Käse-Kulinarik

Vorarlberg ist weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt für seinen unverwechselbaren „Käs“. Die Veredelung wertvoller Milch zu kostbarem Hartkäse ist keine Selbstverständlichkeit, sondern das Ergebnis von Erfahrung, handwerklichem Können und großer Sorgfalt.

Aus einem Liter Milch entstehen lediglich rund 70 Gramm Hartkäse. Gleichzeitig muss eine Kuh etwa 400 Liter Blut durch ihr Euter pumpen, um einen Liter

Zwei Hartkäsesorten sind in Vorarlberg mit g.U. ausgezeichnet:

Vorarlberger Bergkäse g.U.
Hartkäse aus Rohmilch ohne chemische Zusatzstoffe. Reift drei bis neun Monate, teilweise bis zu 24 Monate. Kräftig-würziger bis pikant-harmonischer Geschmack, 45 % Fett i. Tr., geschmeidiger Teig mit erbsengroßer Lochung.

Vorarlberger Alpkäse g.U.
Hartkäse aus roher Heumilch, ausschließlich während der Alpsaison hergestellt. Reifung drei bis zwölf Monate, vereinzelt bis 24 Monate. Würzig-pikanter Geschmack mit alpinem Charakter, elfenbeinfarbener Teig und trockene Naturrinde, 45 % Fett i. Tr.

Milch zu bilden. Diese Zahlen zeigen, wie kostbar ein Stück Käse tatsächlich ist. Es verdient Wertschätzung – und bewussten Genuss.

Kurt Stark, Bergbauer und Käsedirektvermarkter, bringt es auf den Punkt: „Ein guter Bergkäse beginnt für mich bei der Kuh. Sie frisst kräuterreiches Futter von den Bergwiesen – das schmeckt man später im Käse.“

Qualität, die man schmeckt

Bei einem so hochwertigen Lebensmittel lohnt es sich, Verantwortung für Tier, Boden und Natur zu übernehmen. Qualität beginnt nicht erst in der Sennerei – sie entsteht am Hof.

Das bedeutet: Kühe gehören auf die Weide, wo sie grasen und ihrem natürlichen Verhalten nachgehen können. Das Futter muss zum Tier passen – ein Wiederkäuer soll Gras bekommen. Auch im Winter braucht die Kuh im Stall ausreichend Platz, um ihre Bedürfnisse auszuleben. Der Stall muss an die Kuh angepasst sein – nicht die Kuh an den Stall.

All das sind nur einige Aspekte eines zeitgemäßen Qualitätsverständnisses. Doch genau daraus entsteht eine Milch, die ihre eigene Geschichte erzählt. Eine Milch, die es verdient, zu hochwertigem Käse verarbeitet zu werden.

Die biologische Landwirtschaft versucht, auf diese Verantwortung eine Antwort zu geben.

Bio-Käse wird ohne gentechnisch verändertes mikrobielles Lab hergestellt und steht für ein naturbelassenes Produkt, das mit gutem Gewissen genossen werden kann.

Bio-Kühe haben ausreichend Platz, regelmäßigen Auslauf und Weidezugang. Sie werden mit biologischem Futter versorgt, chemisch-synthetische Pflanzenschutz- oder Düngemittel kommen nicht zum Einsatz. Einzigartig ist hier die Kombination aus jährlicher Komplettüberprüfung, unangemeldeten Stichproben und der lückenlosen Verfolgbarkeit der gesamten Produktionskette. Das Bio-Siegel bietet Konsument:innen verlässliche Orientierung und steht für Lebensmittel, die im Einklang mit der Natur und kommenden Generationen erzeugt werden.

Kurt Stark meint auch: "Neben der Qualität des Rohstoffs ist es allerdings auch wichtig, dass das Produkt mit Sorgfalt, Zeit und Liebe gemacht wird. Wenn nach einem möglichst alten, bewährten Rezept gearbeitet wird, ist der Käse natürlich."

Handwerk mit Charakter

Hartkäse bietet durch seine lange Reifezeit eine besonders wertvolle Form der Konservierung von Milch. Der geringe Wasseranteil von maximal 56 Prozent in der fettfreien Masse verleiht ihm seine feste Konsistenz und macht ihn besonders lange haltbar. Zur Herstellung wird die Milch mithilfe von tierischem oder mikrobiellem Lab dickgelegt – dessen Herkunft bei der Bio-Käseherstellung deklarationspflichtig ist. Lab ist ein Enzymgemisch, welches das in der Milch enthaltene Eiweiß Casein spaltet und so die Milch zum Gerinnen bringt. Auf diese Weise können aus der zu rund 87 Prozent aus Wasser bestehenden Milch die festen Bestandteile abgetrennt werden.

Die entstehende Gallerte wird mit der Käseharfe geschnitten, von der flüssigen Molke getrennt und anschließend

in Formen zu Laiben gepresst. Danach werden die Käse zwei bis drei Tage in eine Salzlake eingelegt und kommen schließlich in den Reifekeller. So lässt sich die Hartkäseproduktion stark vereinfacht beschreiben. Tatsächlich ist sie ein Zusammenspiel zahlreicher technischer und mikrobiologischer Faktoren. Dazu zählen unter anderem die Erhitzungstemperatur der Milch, die Zugabe der Kulturen im Sennprozess, die Bruchgröße der geschnittenen Gallerte sowie Temperatur und Luftfeuchtigkeit im Reifekeller.

Auch die Pflege der Käseläibe ist ein wesentlicher Bestandteil der Reifung. Durch regelmäßiges Wenden und Schmieren entwickelt sich auf der Oberfläche eine natürliche Rotschmierkultur, die dem Käse nicht nur Schutz gibt, sondern vor allem seine typische Würze und Aromavielfalt entstehen lässt. Dieser Prozess ist stets ein natürlicher Abbauprozess, bei dem sich Schritt für Schritt das typische, aromatische Geschmacksprofil des Hartkäses ausbildet. Die Reifedauer variiert je nach Sorte und kann zwischen drei und 28 Monaten liegen. Im Reifekeller herrscht dabei ein konstantes Klima, bei Bergkäse etwa 10 °C Temperatur und rund 85 Prozent Luftfeuchtigkeit.

Ist Käse gleich Käse?

„Nein, ganz und gar nicht,“ erklärt Kurt Stark. Das Grundrezept ist zwar bei allen gleich vorgegeben – von der Kulturherstellung über die Verarbeitung bis zur Lagerung. Doch innerhalb dieses Rahmens hat jede Sennerei ihren eigenen Spielraum. Ein Senner arbeitet mit der Temperatur und Zeit: Er liest die Milch, spürt, was sie braucht, und passt sein Handwerk daran an. Denn Milch ist nicht gleich Milch. Jede Alp ist anders, jede Wiese, jede Kräutervielfalt – und auch die Haltung der



Kühe beeinflusst die Qualität der Milch. All das schmeckt man später im Käse. Entscheidend ist auch, wie mit den Kulturen gearbeitet wird: bei welcher Temperatur die Milch angesäuert wird, wie lange sie vorreift oder wie der Reifekeller gestaltet ist. Welche Mikro-

organismen sind dort heimisch? Man kann Kulturen gezielt einsetzen – aber im Grunde lebt der Käse von der Kellerkultur. Diese Mikroflora ist in jedem Keller ein Unikat. Die Pflege liegt dabei ganz in der Verantwortung des Senners oder der Sennerei.



Qualität ist sichtbar

Zum Schutz und zur Förderung traditioneller regionaler Lebensmittel hat die Europäische Union ein System von Herkunfts- und Qualitätssiegeln eingeführt. Dazu gehören die geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.), die geschützte geografische Angabe (g.g.A.) und die garantiert traditionelle Spezialität (g.t.S.). Diese Siegel sollen regionale Spezialitäten schützen, Transparenz für Konsument:innen schaffen und die besondere Qualität traditioneller Lebensmittel sichtbar machen.

Die g.U. ist die strengste Form dieses Schutzes. Sie garantiert, dass Erzeugung, Verarbeitung und Herstellung vollständig in einer bestimmten Region erfolgen und die Eigenschaften des Produkts eng mit diesem Gebiet sowie dem traditionellen Wissen der Produzent:innen verbunden sind. Bei der g.g.A. muss mindestens ein Produktionsschritt in der genannten Region stattfinden. Das Produkt steht ebenfalls in Verbindung mit seinem Herkunftsgebiet, allerdings können einzelne Schritte auch außerhalb erfolgen. Die g.t.S. schützt hingegen keine geografische Herkunft, sondern eine traditionelle Rezeptur oder Herstellungsweise, die seit langer Zeit verwendet wird. Diese kann grundsätzlich auch außerhalb einer bestimmten Region angewendet werden.

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

Kofinanziert von der Europäischen Union

Es heißt, über nichts können Franzosen sich so ausgiebig unterhalten wie über gutes Essen. Geschichten gibt es viele über die französische Küche, auch über jenen Halbmond, der fester Bestandteil jeden französischen Frühstücks ist: dem Croissant au beurre, dem mit Butter gebakenen Croissant.

von Peter Hecht



Fotos: © Brot.Wert, Vadim Babenko.unsplash, Kavita Joshi Rai.unsplash

Es wird erzählt, dass das Croissant im 17. Jahrhundert in Wien erfunden wurde, als die Türken während ihrer Belagerung der Stadt versuchten, einen Tunnel unter die Stadtmauern zu graben. Die Bäcker, die früh morgens aufstanden, um zu backen, hörten dies und schlugen Alarm, sodass die Stadt verteidigt werden konnte. Zur Siegesfeier formten die Bäcker Brot zu halb-

mondförmigen Gebäcken, angelehnt an die türkische Flagge. Dieser Legende nach war das Croissant geboren.

Inbegriff französischer Frühstückskultur

Danach fand das Croissant seinen Weg nach Frankreich, wo es weiterentwickelt und perfektioniert wurde. Im 19. Jahrhundert begannen französische Bäcker:innen, das Croissant mit Butter herzustellen, was ihm seinen charakteristischen Geschmack und seine zarte Textur verleiht.

Wer sich in Frankreich in die knusprig, blättrig-flockige Textur des Croissants verliebt, tut sich hierzulande schwer, Vergleichbares zu finden. Oft wird das charakteristisch aussehende Plundergebäck nur imitiert, anstatt Butter werden Pflanzenfette verwendet, Backgänge werden beschleunigt, um im preislichen Rahmen zu bleiben.

Doch wie Frankreich ein gallisches Dorf mit Unbeugsamen versammelt, so gibt es auch hier Bäcker:innen, die sich gegen den Mainstream auflehnen und für ihre Croissants viel Zeit und Handwerk

investieren. Einer davon ist Alexander Hock, er führt gemeinsam mit seiner Frau Marianna die Bio-Bäckerei Brot.Wert in Berndorf im Salzburger Flachgau.

Der Faktor Zeit

Mit Alexander lässt es sich ausgiebig über gutes Essen, über Brot, Gebäck und natürlich Croissants unterhalten. Neben ausgesuchten Bio-Rohstoffen ist vor allem die Zeit der entscheidende Faktor, den seine Produkte in der Backstube erhalten. Durch die besonders lange Teigruhe und die Sauerteigführung bleibt das Brot auf natürliche Weise aromatisch und bekömmlich, hält länger frisch und benötigt keine Zusätze.

Auch Alexander Hock benötigte Zeit, um wieder zurück in seinen gelernten Beruf zu finden. Bevor er 2023 die Backstube der Traditionsbäckerei Thurnhofer in Berndorf übernommen hat, war er knapp 20 Jahre in einem großen Autologistik-Unternehmen als Abteilungsleiter mit 70 Mitarbeiter:innen tätig. Doch als gelernter Bäcker und Konditor schlug das Herz weiterhin für gutes handwerkliches Brot, das aber kaum mehr angeboten wird. Und so beschaffte er sich in der Zeit der Pandemie

wieder mit dem Backen von Brot, das so ist, wie er es sich immer gewünscht hat: ein echtes Naturprodukt mit langzeitgeführtem Sauerteig, Urgetreideanteil und in Bio-Qualität.

Gute zwei Jahre später stehen wir um fünf Uhr Früh in seiner Backstube und plaudern über das Backhandwerk. Die meisten Handgriffe wurden bereits in den früheren Morgenstunden getan, es duftet nach frischem Brot und Gebäck. Eine Teigpartie, nämlich jene für das Croissant au beurre, durfte zu Veranschaulichungszwecken länger warten.

Bio vom Feinsten

Bevor der Hefeteig nun weiterverarbeitet wird, wurde er sorgfältig und mit ausgesuchten Bio-Zutaten hergestellt. Das Mehl stammt von der Hochmühle Frauenlob, die als Familienbetrieb in dritter Generation geführt wird. Seit 1931 werden hier Mahlprodukte mit ausschließlich heimischer Herkunft, in konventioneller und biologischer



sind sich die beiden sicher. Und auf den Boden wird bei den elf Betrieben besonders geachtet, da sie nach den Richtlinien von BIO AUSTRIA wirtschaften. Dies gilt auch für die Getreideproduzent:innen der Hochmühle Frauenlob, die ebenfalls nach den hohen Standards des Bio-Verbandes anbauen.

Kirschholz und Butter

Mit der Käserei Höflmaier verbindet unser Croissant noch eine spezielle Geschichte. Denn ausschlaggebend für die Qualität des Hörnchens ist die Zusammenführung des Teigs mit der Butterplatte, auch „Tourieren“ genannt. Für die Butterplatten der Käserei Höflmaier wurden eigens Kirschholzrahmen angefertigt, um der dünnen Butterschicht ihre Form zu geben. Beim Tourieren finden gewalzter Teig und Butterplatte zusammen, indem die Butter schichtweise in den Teig eingearbeitet wird. Mehrere Falt- und Ausrollvorgänge sind notwendig um letztlich einen aus zwölf Lagen bestehenden buttrigen Teig für die Weiterverarbeitung zu erhalten. Das Geheimnis des Tourierens liegt vor allem in der richtigen Temperatur, bei der Butter und Teig miteinander verschmelzen. Erst nachdem der Teig fertig touriert, ausgewalzt und in Form gebracht wurde, folgt das Aufgehen des Teiges durch die Hefe. Zusätzlich führt der von den Butterfettlagen eingeschlossene Wasserdampf beim Ausbacken zur weiteren Teiglockerung und zur typischen, luftigen Honigwaben-Struktur mit deutlich getrennten, feinen Schichten.

Vom ersten bis zum letzten Arbeitsschritt vergehen so ca. 6 Stunden, bevor wir vom fertigen Croissant kosten dürfen. „C'est très délicieux“ – 100 Prozent Handwerk und Bio-Qualität schmeckt uns und der Natur.

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union

Gut in den Urlaubstag starten

Bio-Frühstück am Biobauernhof – ehrlicher Genuss mit Transparenz

Ein guter Urlaubstag am Biohof mit Frühstücksangebot beginnt meist so: Mit frischem Brot, Bauernbutter, einem Ei vom Hof – und dem Wissen, woher die Lebensmittel stammen.

von Veronika Gschöpf-Prochazka

Genau hier setzt das Projekt Urlaub am Biobauernhof an, das es seit vielen Jahren gibt und nun konsequent weiterentwickelt wurde.

Im Rahmen der langjährigen Kooperation zwischen Urlaub am Bauernhof und BIO AUSTRIA wurde durch die Änderungen bei der Frühstücksregelung eine Vereinheitlichung mit der Bio-Gastronomie und Hotellerie in Österreich und Deutschland erreicht. Hier wurde vor einigen Jahren die Gold-, Silber- und Bronze-Auslobung eingeführt und nun aufgrund der durchwegs positiven Erfahrungen auf Urlaub am Biobauernhof-Betriebe ausgeweitet. Mit der Gold- und Silberauszeichnung für das Bio-Frühstück ist für Gäste auf einen Blick erkennbar, welcher Bio-Anteil sie erwartet. Höfe mit Silber bieten mindestens 60 Prozent, Betriebe mit Gold mindestens 90 Prozent Bio-Produkte beim Frühstück an. Damit entsteht Orientierung für alle, die auch im Urlaub bewusst genießen möchten.

Der Frühstückstisch als Schaufenster des Hofes

Über 160 Biobauernhöfe in ganz Österreich laden unter dem Dach von Urlaub am Bauernhof in Österreich dazu ein, die Bio-Landwirtschaft hautnah zu erleben. Ein Teil davon bietet das zertifizierte Bio-Frühstück in Silber oder Gold-Qualität an. Der Frühstückstisch wird dabei zum Schaufenster der bio-bäuerlichen Werte: die hohe Qualität der Rohstoffe, natürliche Verarbeitung, Saisonalität und nach Möglichkeit kurze Wege.

Eine Frühstückskarte informiert über die Gold- oder Silberauszeichnung, darüber, was serviert wird und woher die Produkte stammen. Ob aus eigener Erzeugung, von Biohöfen aus der Region oder überregional beschafft, zur Ergänzung des Sortiments. Drei Biohöfe mit eigener Handschrift:

Schlossgut Gundersdorf, Kärnten

Im Herzen Kärntens, nahe dem Wörthersee, liegt das liebevoll restaurierte Schlossgut Gundersdorf – der von Familie Horner-Köchel geführte Bio-Betrieb mit Wurzeln die bis ins 16. Jahrhundert reichen.

Vier großzügige, historisch ausgestattete Zimmer und zwei gemütliche Ferienwohnungen stehen Erholungssuchenden zur Verfügung. Morgens erwartet die Gäste ein reichhaltiges Bio-Frühstück (Silber) mit hofeigenen Spezialitäten: Eier von freilaufenden Bio-Legehennen, hausgemachte Marmeladen, Speck, Schinken und frisches Gemüse aus dem eigenen Bauerngarten. Im Selbstbedienungs-Laden sind rund um die Uhr Bio-Produkte zu erstehen. Für Hochzeiten und Geburtstage bietet der stimmungsvolle Festsaal im alten Stadl ausreichend Platz.

Prentnergut, Oberösterreich

Am Ende des Stodertales, umrahmt von einer eindrucksvollen Bergkulisse, liegt das Prentnergut, das Johannes und Michaela Pernkopf bewirtschaften. Der für die Region typische Haufenhof ist seit 1993 biologisch geführt und Gründungsmitglied von Urlaub am Biobauernhof. Schon in den 1930er Jahren verbrachten

die ersten Sommergäste ihre Ferien am Prentnerhof. Gewaschen wurde damals in Waschtüscheln. Seither hat sich viel verändert. Das Herzstück der Landwirtschaft bildet die Mutterkuhhaltung. Der Betrieb ist zudem auf Baby- und Kinderurlaub spezialisiert. Nachhaltigkeit prägt alle Bereiche – von der Energieversorgung mit hofeigenem Hackgut bis zur Verwendung regionaler Naturmaterialien. Ein besonderer Genuss für die Gäste ist das Gold-Frühstück: „Uns ist es wichtig, dass möglichst viele selbst erzeugte Bio-Produkte Teil des Frühstücks sind.“

Biobauernhof Familie Putz & Binder

In sonniger Einzellage liegt der kleine Biobauernhof der Familie Putz & Binder. Kühe, Schafe, Ziegen, Schweine,

Hühner und Katzen gehören hier zum Alltag. Beim Tiere füttern und Eier holen erleben Kinder und Erwachsene Bio-Landwirtschaft unmittelbar. Dazu sorgen Waldspaziergänge, Kneippgänge im Quellbach, Laternenwanderungen, Lagerfeuer, Grillabende oder sanfte Entspannung auf Lavendel-Dinkelspelzmatten für ganz besondere Urlaubsmomente. „Mein Wunsch ist es, den Gästen auf unserem Hof einen schönen und erholsamen Urlaub zu bieten – mit Erinnerungen, die ihr Herz berühren und so niemals verloren gehen“, beschreibt die Gastgeberfamilie ihre Haltung. Kulinarisch setzt der Hof ebenso konsequent auf Bio-Qualität aus eigener Erzeugung: Dinkelprodukte, Gemüse aus dem Hausgarten, Milch und Milchprodukte, Eier sowie Fleisch von Lamm, Rind und Schwein.

Bio-Urlaubsort finden

Alle Urlaub am Biobauernhof-Betriebe sind hier zu finden www.urlaubambiobauernhof.info

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union



Biobäuerinnen und Biobauern fördern die Biodiversität.

Biodiversität ist ein kompliziertes Wort, aber eigentlich heißt es ganz einfach die Vielfalt des Lebens.

Das Wort setzt sich aus zwei Wörtern zusammen, die aus alten Sprachen stammen:

Bio = Griechisch für Leben
Diversität = Latein für Vielfalt

Die Vielfalt des Lebens wiederum bedeutet: Die Vielfalt der Arten, also die vielen unterschiedlichen Tiere und Pflanzen.

Auch innerhalb der Arten gibt es eine große Vielfalt – denk an die vielen unterschiedlichen Hunderassen, die du kennst – Pudel, Schäferhund, Dackel, Mops und viele mehr. Oder an Paradeiser: da gibt es die unterschiedlichsten Formen, Größen und Farben – die alle auch einen eigenen Geschmack haben. Und letztlich geht es auch um die vielen unterschiedlichen Lebensräume wie Berge, Wiesen, Wälder, Flusslandschaften und so weiter. Wenn du dich umsiehst, was umgibt dich gerade? Bäume? Gräser? Hügel? Oder bist du in der Stadt?

Wo ist die Artenvielfalt am Größten?



© BBirke/CC BY-SA 4.0, BIO AUSTRIA

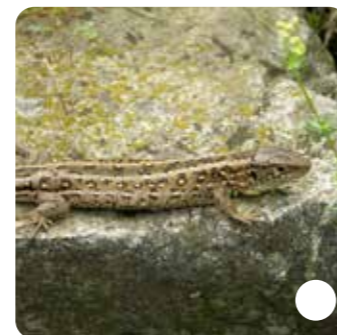
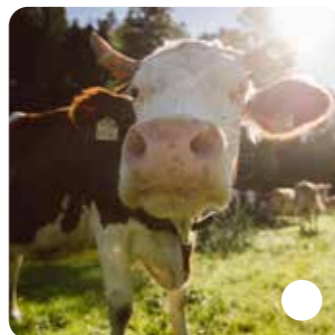
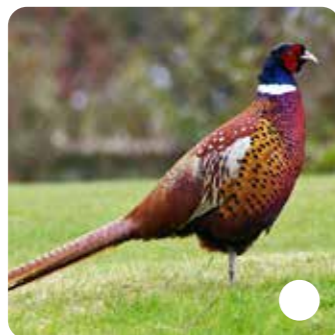
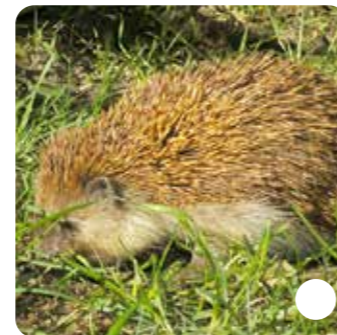
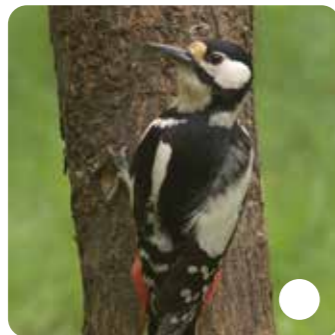
Wo leben diese Tiere?

1 am Waldrand
2 am Teich

3 auf der Weide
4 im Bio-Boden

5 auf Steinmauern
6 im hohen Gras

7 auf alten Bäumen
8 in Höhlen



Fotos: © BIO AUSTRIA/Christoph Liebenritt, Dion Art, André Karwath aka Aka, Gary Noon/Flickr, Liebenritt, Krzysztof Mizera

Geschüttelte Wörter

Bei Leo sind einige Buchstaben durcheinander geraten. Weißt du, welche Wörter es waren?

EECHK

FALTVIEL

NODEB

TURAN

TELÜB

AULB

SIEWE

PAUREN

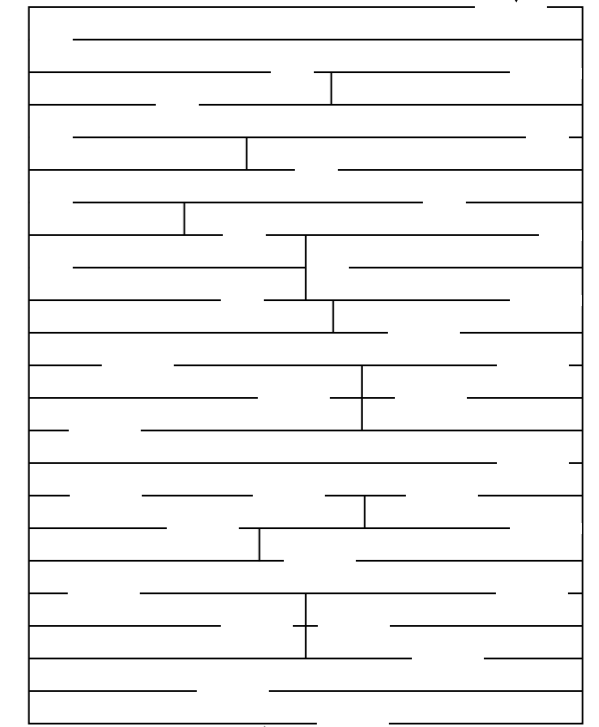
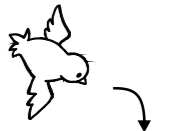
WLAD

DARMER

HUK



Hilf dem Vogel sein Nest zu finden



www.raetseldino.de

Finde den richtigen Schatten zur weißen Kuh!



Die Lösungen findest du hier:
bio-austria.at/biolife-raetsel-loesung/

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union



Muss Bio immer Bio sein?

Foto: © BIO AUSTRIA Salzburg/Ebihara

Diese Frage steht beim Lebensmitteleinkauf häufig im Raum. Verpackungen locken mit Aussagen zu nachhaltigem Anbau, klimafreundlicher Landwirtschaft und Logos, die naturnahe Herstellung versprechen. Doch wie kann man erkennen, wann es sich um ein „echtes“ Bio-Produkt handelt?

von Michaela Toth

Die biologische Landwirtschaft steht für Biodiversität, Tierwohl und artgerechte Haltung, den Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel, Boden- und Wasserschutz sowie vieles mehr. Als Konsument:in möchte man sich zurecht darauf verlassen, dass die Produkte im Einkaufskorb auch diesen Kriterien entsprechen. So viel vorweg, wo „Bio“ oder „aus biologischer Landwirtschaft“ draufsteht, muss immer auch „bio“ drin sein. Diese Begriffe sind per Gesetz geschützt. Zur verlässlichen Orientierung lohnt sich jedoch auch ein Blick auf die abgebildeten Gütesiegel. Doch welche Bio-Logos gelten als vertrauenswürdig und welche dürfen auf keinem Bio-Produkt fehlen?



EU-Bio-Logo

Die EU-Bio-Verordnung bildet die Grundlage für alle Bio-Produkte, die in der Europäischen Union angeboten werden – vom Anbau bis zur Verarbeitung. Sie sind auf der Verpackung verpflichtend mit dem EU-Bio-Logo gekennzeichnet. So lässt sich ein Bio-Lebensmittel leicht von einer Imitation unterscheiden. Wer das Produkt kontrolliert hat, erkennt man am Kontrollstellencode, der zusätzlich im gleichen Sichtfeld abgebildet sein muss. Ebenso

der Hinweis zur Herkunft: z.B. aus Österreichischer Landwirtschaft oder – ganz oder zu Teilen – aus EU-Landwirtschaft oder Nicht-EU-Landwirtschaft.

Wer den direkten Kontakt schätzt, kauft gerne am lokalen Bio-Markt ein. Möchte man auch bei unverpackten Lebensmitteln sicherstellen, dass es sich um Bio-Produkte handelt, kann man sich jederzeit das gültige Bio-Zertifikat zeigen lassen.

Mehr zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo

Ergänzend zum EU-Bio-Logo kann man auf Verpackungen weitere Bio-Siegel entdecken.



Bio erkennen

- EU-Bio-Logo (verpflichtend)
- Kontrollstellencode (verpflichtend)
AT = Österreich
BIO = biologisch
302 = Code der Kontrollstelle
Austria Bio Garantie GmbH
- Angabe zur Herkunft (verpflichtend)
Das Produkt stammt aus
Österreichischer Landwirtschaft
- Verbandslogo (optional)
Das Produkt erfüllt auch die
strengeren Richtlinien von
BIO AUSTRIA

Foto: © BIO AUSTRIA/Schuler



AMA-Biosiegel

Es ist das einzige Bio-Siegel, das in Österreich von einer staatlich anerkannten Stelle vergeben wird: das AMA-Biosiegel der Agrarmarkt Austria. Betriebe, die dieses Siegel auf ihren Produkten führen, erfüllen nicht nur die EU-Bio-Verordnung, sondern auch die von der AMA festgelegten Kriterien. Die rot-weiß-rote Ausführung des AMA-Biosiegels garantiert, dass die landwirtschaftlichen Rohstoffe aus österreichischer Herkunft stammen. Auch die Be- und Verarbeitung erfolgen in Österreich.

Mehr zum AMA-Bio-Siegel: bio.amainfo.at

Bio-Verbandszeichen

Mitglieder privater Bio-Verbände wie BIO AUSTRIA und Demeter bekennen sich in vielen Teilbereichen zu Qualitätsstandards, die weit über die EU-Bio-Verordnung hinausgehen. Diese sind in den jeweiligen Verbandsrichtlinien verankert.

BIO AUSTRIA Bäuerinnen und Bauern erbringen durch Biodiversitätszusatzleistungen einen wertvollen Beitrag zum Erhalt der Artenvielfalt. Auch die Themen Futtermittel, Platzangebot im Stall, Zusatzstoffe bei der Verarbeitung von Bio-Lebensmitteln und vieles mehr sind strenger geregelt als in der EU-Bio-Verordnung.

Mehr zum BIO AUSTRIA Logo:



Bio-Handelsmarken

Eine große Auswahl an Produkten in Bio-Qualität kennt man auch von den heimischen Handelsmarken. Auch hier gilt: Jedes Bio-Produkt muss mindestens den Anforderungen der EU-Bio-Verordnung entsprechen. Darüber hinausgehende Richtlinien können individuell von den einzelnen Bio-Marken festgelegt werden.

Bio-Produkte sind mittlerweile weitgehend verfügbar: im Supermarkt, am Bio-Markt, direkt bei Biobäuerinnen und -bauern, etc. Über biomaps.at finden Sie bequem das passende Angebot in Ihrer Nähe.

Mehr Infos zum
EU-Bio-Logo:
[bio-austria.at/
eu-bio-logo](http://bio-austria.at/eu-bio-logo)



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

Kofinanziert von der
Europäischen Union

Vielfalt

am Feld und auf dem Teller

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Website:

<https://www.bio-austria.at/bio-konsument/rezepte/>

Viel Freude beim Nachkochen!



Bio-Kohlrabi-Tascherln

Rezept und Foto ©: BIO AUSTRIA

Bio-Zutaten für 4 Personen	300 g Kohlrabi
200 g Butter	200 g Schafkäse
1 Ei zum Bestreichen	1 Zwiebel
250 g Magertopfen	1 Bund Petersilie
250 g Vollkornmehl	Salz und Pfeffer
1 Knoblauchzehe	Öl zum Anbraten

Magertopfen, Butter, Vollkornmehl und Salz zu einem Teig verkneten. Der Teig sollte sich schön vom Schüsselrand lösen, falls nicht, mehr Mehl hinzufügen. Danach den Teig für mindestens eine halbe Stunde kühl stellen und rasten lassen. In der Zwischenzeit den Kohlrabi putzen und grob raspeln. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in Öl glasig anschwitzen und als nächstes den vorbereiteten Kohlrabi hinzufügen. Schafkäse zerbröseln und mit gehackter Petersilie dem Gemüse beifügen. Alles würzen und anschließend kurz kühl stellen.

Nun das Backrohr auf 200 °C vorheizen. Den Teig dünn ausrollen und 8 Quadrate ausschneiden. Im Anschluss in die Mitte der Teig-Quadrate etwas Füllung geben, diese diagonal zusammenklappen und den Rand festdrücken. Mit einer Maultaschen-Form geht's noch einfacher. Die Tascherln mit verquirltem Ei bestreichen und bei 200 °C goldgelb backen.

TIPP: Mit Salat und einer Kräuter-Knoblauch-Joghurtsoße servieren.



Geschmortes Bio-Kotelett

vom Krainer Steinschaf mit Sellerie-Gratin

Rezept: KochGenussAtelier, Foto ©: Slow Food Österreich/Butter & Salt

Bio-Zutaten für 4 Personen	2 bis 3 Knollen Sellerie
4 Koteletts vom Krainer Steinschaf	½ Becher Schlagobers
Etwas Olivenöl	2 Eier
Rosmarin oder Thymian	Muskatnuss, gemahlen
	Salz

Den Sellerie schälen, halbieren oder vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Für den Guss das Schlagobers mit den Eiern, Muskatnuss und Salz verrühren. Die Selleriescheiben in eine Auflaufform schichten und mit dem Schlagobers-Eier-Guss bedecken. Bei 200 °C für ca. 1 Stunde backen, bis der Sellerie weich ist.

Die Koteletts in Olivenöl in einer Pfanne mit Rosmarin anbraten, im eigenen Saft ca. eine ¾ Stunde auf kleiner Stufe sanft schmoren lassen, bis das Fleisch zart weich ist.

Rezept einsenden

Sie haben ein Lieblingsrezept und möchten es mit anderen Hobbyköch:innen teilen?



Bio-Marchfeldspargelrisotto

Bio-Zutaten für 4 Personen	1 l Gemüsebrühe
500 g grüner Marchfeldspargel g.g.A.	150 g Erbsen
250 g Risottoreis	2 Stängel Basilikum
1 Zwiebel	100 g frisch geriebener Parmesan
3 EL Olivenöl	Saft von ½ Zitrone
20 g Butter	Salz und Pfeffer

Das untere Drittel des Spargels schälen, Enden sowie Spitzen abschneiden. Die Stangen in kleine Stücke schneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln und mit den Spargelstücken in einem heißen Topf in 1 EL des Öls kurz anschwitzen. Reis kurz mitschwitzen und mit etwas Brühe ablöschen. Mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und unter gelegentlichem Rühren nach und nach die übrige Brühe angießen. Flüssigkeit immer wieder vom Reis aufnehmen und 15-20 Minuten cremig köcheln lassen. Erbsen während der letzten 5 Minuten mit unter den Reis mischen. Inzwischen die Spargelspitzen in einer weiteren Pfanne im restlichen Öl 5-6 Minuten goldbraun braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob schneiden. Butter mit ¾ des Parmesans unter das Risotto mischen und abschmecken. Das Risotto auf Schälchen verteilen, die Spargelspitzen darauf anrichten und mit dem restlichen Parmesan und Basilikum bestreut servieren.

Bio-Rote Rüben Schokokuchen

Rezept & Foto ©: Magdalena Steinbauer

Bio-Zutaten	3 Eier
500 g Rote Rüben, vorgegart und püriert	1 Pkg. Vanillezucker
150 g dunkle Schokolade	1 Pkg. Backpulver
200 g Pflanzenöl	1 Prise Salz
250g Zucker (es reichen auch 200 g oder alternativ 200 g Honig)	250 g Mehl (Dinkelmehl, Pharaonenkorn, Emmer, ...)
	100 g geriebene Haselnüsse

Ofen auf 190°C vorheizen. Die gekochten Roten Rüben mit der Küchenmaschine fein pürieren.

Die dunkle Schokolade im Öl vorsichtig schmelzen. Die Eier mit Zucker, Vanillezucker und Salz schaumig rühren. Anschließend die Roten Rüben und das Schokoladen-Öl vorsichtig einarbeiten. Zuletzt das Mehl mit dem Backpulver mischen und unterheben. Den dickflüssigen Teig in eine Torten- oder Kastenform einfüllen und ca. bei 175°C Heißluft eine Stunde backen.

Bei Überprüfung der Backzeit sollte an der Nadel kein Teig mehr kleben bleiben. Den fertigen Kuchen mit Schokoglasur überziehen.

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: [bio-austria.at/eu-bio-logo](https://www.bio-austria.at/eu-bio-logo)



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union

Kraft für Seele & Körper

Wellness & Superfood aus der Oststeiermark



Rund um das RETTER Bio-Natur-Resort am Pöllauberg zeigt sich die Oststeiermark von ihrer gesunden Seite. In den Obstgärten der Familie Retter gedeihen wahre Superfoods – regionale Schätze, die nicht nur hervorragend schmecken, sondern auch Körper und Seele stärken.

Die Basis gesunder Ernährung liegt im Boden. Biologisch bewirtschaftete Böden sind lebendig, reich an Mikroorganismen und bilden die Grundlage für vitalstoffreiche Lebensmittel. Genau hier entstehen jene natürlichen Zutaten, die in der Retter-Küche zu besonderem Genuss werden.

Allen voran die Pöllauer Hirschbirne – eine alte, tief verwurzelte Sorte, die auf mächtigen Streuobstbäumen wächst. Sie ist reich an Polyphenolen, Mineralstoffen und wertvollen Inhaltsstoffen. Auch Quitten und Brombeeren aus den bunten Streuobstwiesen-Hecken sind mit ihrem hohen Vitamin-C-Gehalt wahre Naturbooster. Besonders beliebt sind sie im Retter-Quittini, mit Sekt aufgegossen, oder in feinen Fruchtaufstrichen und cremigem Bio-Speiseeis.

Im RETTER Bio-Natur-Resort wird Bio-Kulinarik zur gelebten Philosophie. Die Küche verbindet Genuss mit Verantwortung gegenüber Mensch, Tier und Natur. Vitalstoffreiche Zutaten, intensive Aromen und regionale Herkunft schaffen eine Küche, die nährt, belebt und gleichzeitig nachhaltig ist. Frisch gebackene Sauerteigbrote und Gebäck aus Bio-Mehlen des Naturparks Pöllauer Tal entstehen täglich in der Retter-Backstube. Dazu kommen fermentierte

Spezialitäten, Kombucha, Kräutersalze und handverlesene Teemischungen. Viele Zutaten stammen aus den eigenen Bio-Obstgärten oder

von langjährigen Bio-Partnern aus der Region – ein geschlossener Kreislauf für authentischen Genuss.

Was im BioGut den Körper stärkt, findet im BIO | ORGANIC | SPA seine wohltuende Ergänzung. Natürliche Essenzen, hochwertige Öle und Pflanzenwirkstoffe aus der Region pflegen Haut und Sinne – inspiriert von der Kraft der Hirschbirne, der belebenden Wirkung des Sanddorns und heimischen Kräutern.

Im BIO | ORGANIC | SPA mit sechs Pools, acht Saunen, Naturschwimmteich und 25-Meter-Sportbecken tauchen Gäste tief in die Ruhe der Natur ein. Der Blick über die Streuobstwiesen, die frische Waldluft und die Kraft regionaler Naturprodukte schaffen eine besondere Atmosphäre der Entspannung. Das Ergebnis: spürbare Leichtigkeit, neue Energie und tiefes Wohlfühlgefühl – innen wie außen.

Superfoods entfalten ihre Wirkung besonders dann, wenn sie Teil einer natürlichen, vielfältigen Ernährung sind. Sie unterstützen das Darmmikrobiom, jenes fein abgestimmte Ökosystem aus Mikroorganismen, das Verdauung, Immunsystem und sogar unsere Stimmung beeinflusst. Im RETTER Bio-Natur-Resort wird diese Verbindung von Natur, Genuss und Wellness täglich erlebbar – ein Ort, an dem Gesundheit, Entspannung und Lebensfreude zusammenfinden.

RETTER Bio-Natur-Resort
Pöllauberg 88, 8225 Pöllau, Oststeiermark



WELLNESSURLAUB

mit 100% BioGenuss
ab € 192,- p.P./N. im DZ bei 5 ÜN

RETREATS Longevity, Yoga, Pilates,
Mama & Baby Yoga



RETTER BioGut & BioLaden
WORKSHOPS & KURSE
Brotbacken, Malen mit Naturfarben,
Waldbaden, Seifensieden uvm.



50 Euro Bio-Bonus sichern!
Einfach bei der Buchung den Code „bio-life“ eingeben und auf fast alle Angebote 50 Euro sparen.



(Einlösbar auf alle Angebote ab 2 Nächten ausgenommen Sonntagsschnäppchen, ÜN mit Frühstück und Versicherungspakete. Einlösbar nach Verfügbarkeit, keine Einlösung zu Weihnachten und Silvester)



Wo Genuss auf Verantwortung trifft

Bio-Gastronomie in Oberösterreich

Foto: © BIO AUSTRIA/Julia Mühlberger

Wer biologisch einkauft und nachhaltig lebt, will auch beim Ausgehen nicht auf Bio verzichten. Nachhaltigkeit und Transparenz sind beim Essen außer Haus längst kein Trend mehr – sie sind ein Muss. Bio-zertifizierte Gastronomiebetriebe lassen sich hier tief in die Töpfe schauen und stehen dabei für Rückverfolgbarkeit, Sicherheit und höchste Bio-Qualität.

von Stefanie Moser

Immer mehr Gastronomiebetriebe in Österreich entscheiden sich für eine Bio-Zertifizierung. Knapp 100 dieser bio-zertifizierten Betriebe sind ausgewiesene Partner von BIO AUSTRIA. 17 davon allein in Oberösterreich. BIO AUSTRIA OÖ hat sie in einer handlichen Übersichtskarte zusammengefasst. Sie bietet zudem Inspiration für Freizeitaktivitäten in der Umgebung und informiert über eine bequeme Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln – für einen rundum gelungenen Bio-Ausflugstag.

Das BIO AUSTRIA Gastro-Logo in Gold, Silber und Bronze macht schon an der Eingangstür deutlich sichtbar, wie viele Bio-Lebensmittel in einem Gastronomiebetrieb im Topf landen.

Die Basis dafür: Eine jährliche, unabhängige Kontrolle bei der unter anderem Warenflüsse und Auslobungen genau geprüft werden – so ist klar nachvollziehbar, welche Produkte tatsächlich in Bio-Qualität auf den Teller kommen.

Gemeinsam für mehr Bio in der Gastronomie

Viele der oberösterreichischen Bio-Gastronomiebetriebe betreiben selbst eine eigene Bio-Landwirtschaft deren Produkte sie im hauseigenen Gastronomiebetrieb verarbeiten. Darüber hinaus beziehen sie Produkte direkt von Biohöfen aus der Umgebung. Das schafft Vertrauen, stärkt die regionale Bio-Landwirtschaft und hält die Wertschöpfung in der Region.

Karte und alle Portraits unter:



Weitere Informationen zur Bio-Gastronomie:

<https://www.bio-austria.at/bio-konsum/bio-erleben/kulinarik/>



> 30% Wareneinsatz



> 60% Wareneinsatz



> 90% Wareneinsatz





Foto: © BIO AUSTRIA/Julia Mühlberger

Seit 2011 betreiben Anneliese und Johannes Steinmayr die Gastwirtschaft Hansberg. Die vormalige Jausenstation und jetzt Gastwirtschaft ist ein Treffpunkt für alle, die den Panoramablick über die Hügel des Mühlviertels und vor allem herrlich kreativ-ehrliche Bio-Küche genießen wollen.

von Stefanie Moser

Die Fleischspezialitäten von Ochs, Schwein und Pute (unter anderem „Mühsciutto“ – unbedingt probieren!) haben einen kurzen Weg, sie kommen zu 100 Prozent von der eigenen Bio-Landwirtschaft ums Eck. Die restlichen Zutaten stammen großteils von Bio-Betrieben aus der Region – so bleibt die Wertschöpfung vor Ort und regionale Bio-Landwirtschaft wird gestärkt.

Als BIO AUSTRIA Gold-Partner stehen Anneliese und Johannes mit der Gastwirtschaft Hansberg für transparente Bio-Gastronomie, die ihrem Motto „regional.bio.echt.“, voll und ganz gerecht wird.

BIO AUSTRIA: „regional.bio.echt.“ ist ja euer Leitgedanke in der Gastwirtschaft. Was bedeutet das für euch und wo spüren/wie erleben eure Gäste das Motto in der Gastwirtschaft Hansberg?

Unser Leitgedanke ist bei uns auf vielen Ebenen spürbar – mit jedem Bissen und jedem Schluck, in der saisonalen Speisekarte und im unverfälschten Geschmack unserer frischen Bio-Zutaten. Er zeigt sich im direkten Kontakt mit uns als Gastgeber:innen, beim Blick auf unsere große Lieferant:inentafel

und im Fernblick über die Mühlviertler Hügel. So genießen unsere Gäste nicht einfach eine Mahlzeit mit Ausblick sondern auch mit Weitblick.

BIO AUSTRIA: Warum liegt euch die Bio-Gastronomie so am Herzen und warum ist die Bio-Zertifizierung dabei ein wichtiger Baustein?

In der Bio-Landwirtschaft sind regelmäßige Bio-Kontrollen selbstverständlich – und das ist gut und wichtig so. Sie schaffen Vertrauen und sichern die Qualität entlang der gesamten Wertschöpfungskette. Gerade deshalb ist für uns auch in der Gastronomie eine Bio-Zertifizierung ein konsequenter und notwendiger Schritt. Sie sorgt für Transparenz, Nachvollzieh-

barkeit und ein faires Miteinander – gegenüber unseren Gästen ebenso wie gegenüber jenen Betrieben, die ehrlich und gewissenhaft arbeiten. Wo Bio drauf steht, muss Bio drin sein!

BIO AUSTRIA: Neben der Gastwirtschaft betreibt ihr in unmittelbarer Nähe euren Bio-Betrieb. Dort verfolgt ihr bei der Fütterung eurer Tiere konsequent den „Feed no Food“ Ansatz – was bedeutet das, und wie setzt ihr das bei euch am Betrieb um?

Ja, das stimmt. Auf unserem Biohof unweit des Hansbergs halten wir Ochsen, Schweine und Puten. Das Fleisch vermarkten wir direkt im Hofladen, in veredelter Form im Handel oder als Gericht auf einem Hansberg-Teller – vom Hof bis in die Küche ist alles eng miteinander verbunden. „Feed no Food“ bedeutet für uns,

wertvolle Reststoffe sinnvoll zu nutzen und in hochwertige Futtermittel und in weiterer Folge in Lebensmittel zu verwandeln. Über die Jahre sind so funktionierende Kreisläufe mit langjährigen Partnerschaften entstanden. Ein Beispiel ist die Kooperation mit dem Biohof Zauner: Wir beziehen unsere Milchprodukte für die Gastronomie vollständig von dort. Die bei der Verarbeitung entstehende Molke kommt zu uns zurück und wird an unsere Schweine verfüttert.

Ähnlich läuft es bei den Kartoffeln aus der unmittelbaren Nachbarschaft – auch hier nehmen wir nicht nur die genusstauglichen Kartoffeln ab, sondern auch Ausschussware, die direkt im Futtertrog landet. Unser Brotlieferant,

die Biobäckerei Hörschläger, trocknet überschüssiges Brot für uns, das ebenfalls als Futter dient.

Im Gegenzug verarbeitet er Abschnitte unseres Mühsciuttos zu einem besonderen Bio-Weckerl.

Unsere Ochsen halten wir sehr extensiv, mit möglichst langer Weideperiode und minimalem Kraftfuttereinsatz. Die Puten werden mit Getreide aus eigener Produktion sowie Eiweißkomponenten regionaler Partner:innen gefüttert.

Diese Kooperationen machen ökologisch wie wirtschaftlich Sinn – vor allem aber stärken sie den Austausch und ein positives Miteinander. Unser Appell: ruhig den Mut haben, Partnerschaften einzugehen und Kooperation auch im Kleinen aktiv zu leben.



So viele Tiere essen Sie im Leben

von Sebastian Fröhlich

1.526* Tiere pro Kopf

Ein Mensch in Österreich konsumiert im Laufe seines Lebens rund **5,9 Tonnen Fleisch und Fisch**. Aus gesundheitlicher Sicht lohnt es sich den **Fleischkonsum** zu reduzieren. Wenn wir auf biologisch gehaltene Tiere setzen, tun wir mehr für **Tierwohl**, das **Klima** und stärken unsere **Regionen**.

Mehr Tierwohl

- mehr Platz und Auslauf
- Zugang ins Freie
- artgerechte Haltung
- streng geregelte Haltungsstandards

Weniger Belastung für Umwelt & Klima

- Verzicht auf chemisch-synthetische Pestizide
- gentechnikfreie Fütterung
- geschlossene Nährstoffkreisläufe
- artenreiche Wiesen und Weiden
- sichert die Reinheit des Wassers

Stärkung regionaler Betriebe

- heimische Wertschöpfung
- faire Preise für Bäuerinnen und Bauern
- Erhalt kleinstrukturierter Landwirtschaft
- lebendige ländliche Räume

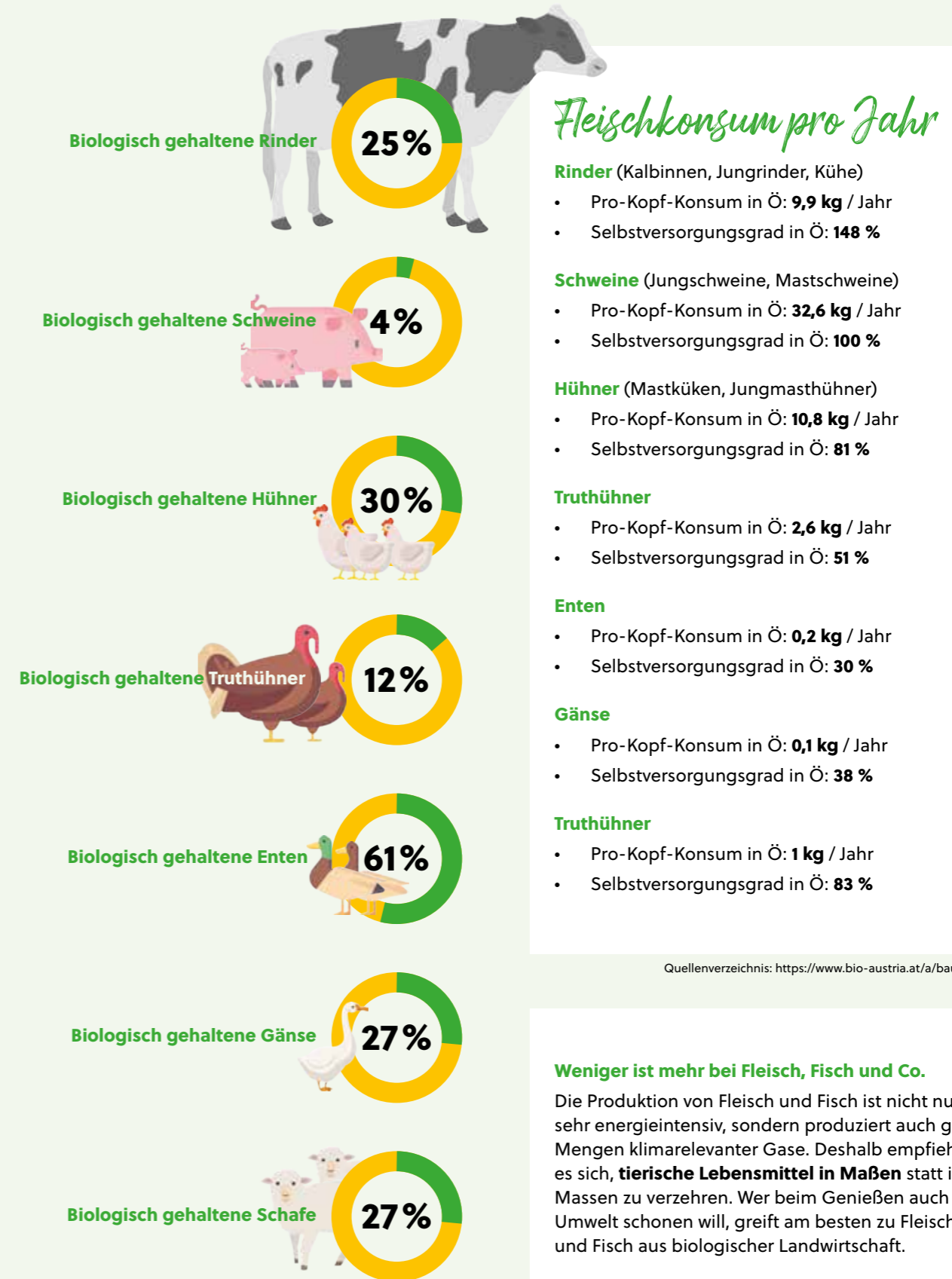
Offizielle Ernährungsempfehlung

- 300-450 g Fleisch und Wurst pro Woche
- 150-300 g Fisch pro Woche

(*ohne Ziegen, Pferde und Wildtiere)



Tierhaltung in Österreich



Fleischkonsum pro Jahr

- Rinder** (Kalbinnen, Jungrinder, Kühe)
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **9,9 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **148 %**

- Schweine** (Jungschweine, Mastschweine)
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **32,6 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **100 %**

- Hühner** (Mastküken, Jungmasthühner)
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **10,8 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **81 %**

- Truthühner**
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **2,6 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **51 %**

- Enten**
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **0,2 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **30 %**

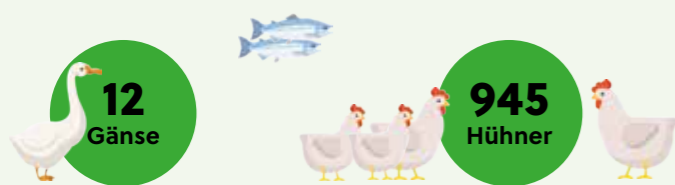
- Gänse**
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **0,1 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **38 %**

- Truthühner**
- Pro-Kopf-Konsum in Ö: **1 kg** / Jahr
 - Selbstversorgungsgrad in Ö: **83 %**

Quellenverzeichnis: <https://www.bio-austria.at/a/bauern/quellen>

Weniger ist mehr bei Fleisch, Fisch und Co.

Die Produktion von Fleisch und Fisch ist nicht nur sehr energieintensiv, sondern produziert auch große Mengen klimarelevanter Gase. Deshalb empfiehlt es sich, **tierische Lebensmittel in Maßen** statt in Massen zu verzehren. Wer beim Genießen auch die Umwelt schonen will, greift am besten zu Fleisch und Fisch aus biologischer Landwirtschaft.



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

Kofinanziert von der Europäischen Union



Schau zum Bio-Bauernhof

ein Erlebnis für Groß und Klein

Foto: © bioernte steiermark/Michael Königshofer, Moodley

Der Duft von frischem Heu liegt in der Luft, ein Hahn kräht, und neugierige Kühe blicken über den Weidezaun: Wer einen Bio-Bauernhof besucht, spürt sofort, dass Bio weit mehr ist als ein Versprechen auf einer Verpackung. Hier entstehen Lebensmittel von hoher Qualität, mit Respekt vor Tier, Natur und Mensch. Und das äußerst transparent. von Bernhard Worresch

Viele Menschen wünschen sich heute Lebensmittel, die nicht nur gut schmecken, sondern auch unter fairen, nachhaltigen Bedingungen erzeugt werden. Biobäuerinnen und Biobauern öffnen ihre Höfe daher gerne für Besucher:innen um zu zeigen, wie nachhaltige Lebensmittelproduktion in der Praxis aussehen kann. Wie wachsen Paradeiser ohne chemisch-synthetische Düngemittel? Wie muss ein Stall und Auslauf für ein Bio-Huhn gestaltet werden, damit es sich wohlfühlen kann? Begriffe wie „bio“, „regional“ oder „artgerecht“, die im Supermarkt oft abstrakt bleiben, werden zwischen Stall, Acker und Obstgarten plötzlich greifbar.

Genau hier setzt das Programm „Schau zum Bio-Bauernhof“ an. Auf den zahlreichen Bio-Schaubauernhöfen sind „Warum?“-Fragen ausdrücklich erlaubt und erwünscht. Je nach Betriebsschwer-

punkt bieten teilnehmende Biohöfe Führungen und Workshops an – für die Kindergartengruppe bis hin zu Familien, die in ihrem Urlaub die österreichische Bio-Landwirtschaft hautnah erleben wollen. Und oft sind es gerade die jüngsten Gäste, deren ungewöhnliche Fragen die spannendsten Gespräche anstoßen. Eines ist jedenfalls klar: Ein Besuch am Bio-Schaubauernhof hinterlässt Eindrücke, die lange nachwirken.

Unsere Reise führt in die Steiermark. Rund 40 Bio-Schaubauernhöfe machen es möglich, die Vielfalt der Bio-Landwirtschaft im „grünen Herz Österreichs“ kennenzulernen. Wir starten in der bergigen Obersteiermark, wo die Milchwirtschaft traditionell eine große Rolle spielt. Wir erfahren, wie aus dem saftig grünen Gras auf der Almwiese am Ende ein köstliches Glas Milch oder ein würziger Bio-Käse entstehen. Gleich zu

Beginn gibt es eine kleine Einschulung über das richtige Verhalten im Umgang mit den Stars am Hof – den Bio-Kühen. Der Umgang mit den sanften Riesen erfordert Ruhe, aber die Erfahrung lohnt sich. Im Stall lernen wir, wie eine Kuh auf einem Biohof lebt, was sie zum Wohlfühlen braucht und wie sie aus Gras Milch bilden kann. Natürlich steht auch ein Besuch bei den Kälbern am Programm. Und zum Abschluss gibt es ein Glas frische Bio-Milch – ein genussvoller Ausklang eines aufregenden Besuchs.

Weiter geht es in die Südoststeiermark, wo sich die Bio-Landwirtschaft von einer ganz anderen Seite zeigt. Sonnige Weinberge und sanfte Hügel prägen das Landschaftsbild. Beim Besuch eines Bio-Weinguts lernen wir die Herstellung von Wein kennen und bekommen einen Eindruck davon, wie viel Handarbeit hinter einem Glas Wein steckt. Bei einem Spaziergang zwischen den Rebzeilen beobachten wir Insekten, die auf den Blüten der begrüneten Streifen landen. Wir lernen, wie die Bio-Landwirtschaft einen Beitrag zum Erhalt der Biodiversität leistet und warum diese Vielfalt auch für die Landwirtschaft selbst von Nutzen ist. Nach Weingarten



und Weinkeller ist es Zeit für eine Verkostung. Für die jungen Besucher:innen gibt es Bio-Traubensaft. Der Rest der Gruppe lässt dazwischen noch die Hefe arbeiten und probiert das Endprodukt – den Bio-Wein.

Wer die Menschen trifft, die unsere Lebensmittel erzeugen, gewinnt ein völlig neues Verständnis für den Wert und die Arbeit, die hinter den Produkten steckt. Statt anonymer Lieferketten erzählen Biobäuerinnen und Biobauern von ihrer Arbeit, ihren Überzeugungen und ihren täglichen Entscheidungen. Diese Transparenz ist ein zentraler Pfeiler der Bio-Landwirtschaft. Die Richtlinien sind klar definiert, öffentlich einsehbar und werden mindestens einmal jährlich von unabhängigen Kontrollstellen geprüft. Und selbstverständlich: Auch auf Biohöfen darf es mal schmutzig sein. Ein Betrieb ist kein Bilderbuch – und das muss er auch nicht sein. Tierwohl be-

deutet nicht makellose Optik, sondern dass Tiere ihre natürlichen Verhaltensweisen ausleben können. Auf den Höfen gibt es daher ausreichend Platz, Zugang ins Freie und das auch mal im Regen. Ein nasser Hund im Garten entspricht auch nicht dem idealisierten „Bilderbuchhund“, und trotzdem fühlt er sich pudelwohl. Bei einem Besuch am Bio-Schaubauernhof kann man all dies erleben und lernt zu verstehen, wie wir mit unseren Entscheidungen die Landwirtschaft mitgestalten.

Was bleibt, ist nicht nur die Erinnerung an einen spannenden Ausflug, sondern ein neues Bewusstsein: Lebensmittel entstehen nicht im Regal, sondern mit viel Arbeit und Verantwortung vielleicht sogar in unserer unmittelbaren Umgebung. „Schau zum Bio-Bauernhof“ ist daher nicht nur der Slogan der Bio-Schaubauernhöfe, sondern eine ernstgemeinte Einladung an alle, die die Bio-Landwirtschaft kennenlernen

wollen. Wer einmal einen Bio-Schaubauernhof besucht hat, sieht Bio hoffentlich nicht mehr als Siegel oder Marketing-Zuckerl, sondern erinnert sich an die vielen kleinen und großen Maßnahmen, die die Biobäuerinnen und Biobauern als einen bewussten Einsatz für Umwelt, Tier und Klima setzen.

126 Bio-Schaubauernhof Betriebe in Österreich

- Bio-Landwirtschaft in der Praxis kennenlernen
- Angebot richtet sich an Gruppen
- von Hofführungen bis Workshops
- Anfrage und Buchung direkt beim Bio-Schaubauernhof



Mehr Infos zum
EU-Bio-Logo:
bio-austria.at/
eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der
Europäischen Union



Fotos: © Michael Königshofer, Erlebensmittel GmbH, Genusskoarl/POV.at, Fermento

Eine alte Geschichte erzählt von einer weisen Frau, die jeden Morgen eine Handvoll Bohnen in ihre rechte Jackentasche steckte. Für jedes schöne Erlebnis im Laufe des Tages wanderte eine Bohne in die linke Tasche. Am Abend zählte sie ihre Glücksbohnen und staunte, wie viele kleine, gute Momente der Tag für sie bereithielt.

von Maria Brader

Eine schöne Geschichte, die zum Nachahmen einlädt – und zugleich ein wunderbarer Anlass, den Blick auf Bohnen und Co. zu richten. Denn Hülsenfrüchte stehen nicht nur symbolisch für Glücksmomente: auch auf dem Teller haben sie einiges zu bieten. Sie sind nahrhaft und echte Alleskönner in der Küche!

Woher kommen sie?

Ursprünglich stammen Soja, Kichererbsen, Linsen, Bohnen & Co. aus Ländern des Mittleren Ostens, Mittel- und Südamerika und Asien sowie Afrika. Sie werden dort schon seit mehreren tausend Jahren angebaut und gehören somit zu unseren ältesten Kulturpflanzen. Aktuell erleben sie ein starkes Comeback: in den Ernährungs-

empfehlungen für Österreich bilden sie mittlerweile eine eigene Kategorie. Expert:innen empfehlen erwachsenen Menschen, drei bis vier Portionen pro Woche in den Speiseplan einzubauen.

Wie wachsen sie?

Botanisch zählen Hülsenfrüchte zu den Leguminosen. Ihre Früchte wachsen in Hülsen, in denen sich die Samen entwickeln. Im jungen Pflanzenstadium sind sie als saisonales Frischgemüse sehr beliebt: Fisolen, Erbsen und Zuckerschoten sowie Edamame – junge grüne Sojabohnen – werden sowohl in Suppen, Hauptgerichten als auch als Beilage sehr geschätzt. Als Tiefkühlgemüse oder im Glas und in der Dose sind sie zudem ganzjährig erhältlich. Wenn

die Pflanzen ausgereift sind, werden die Samen als Körner geerntet. Durch ihren geringen Wassergehalt sind sie sehr gut lagerfähig und somit saisonunabhängig in ihrer Vielfalt verfügbar: Bohnen in den verschiedensten Größen, Formen und Farben, Berglinsen, rote Linsen, Belugalinsen oder Kichererbsen sind nur einige Beispiele.

Aus landwirtschaftlicher Sicht sind Hülsenfrüchte äußerst wertvoll: Sie nehmen Stickstoff aus der Luft auf und machen ihn in Symbiose mit sogenannten Knöllchenbakterien im Boden für die Pflanzen verwertbar. Davon profitieren auch noch die Pflanzen, die in der Fruchtfolge nach ihnen angebaut werden. Ein weiterer Vorteil ist, dass viele Hülsenfrüchte



Hannes Weichhart von Zack die Bohne: „Wer auf eine ausgewogene Ernährung und eine ausreichende Proteinzufuhr achten möchte, muss nicht automatisch zu Fleisch greifen. Denn Tempeh liefert neben vollwertigem Eiweiß auch essenzielle Aminosäuren und Ballaststoffe. Zudem schmeckt er gut und kommt ganz ohne Chemie und Zusatzstoffe aus.“



Karl Severin Traugott von Genusskoarl: „Hülsenfrüchte sind die Basis fast all unserer Produkte, da sie durch klassische Fermentationstechniken einen wunderbaren, natürlichen Umami-Geschmack entfalten, sobald man ihnen die Chance dazu gibt. Noch dazu sind sie regional verfügbar und ein wesentlicher Baustein in einer regenerativen biologischen Landwirtschaft.“



Wolfgang und Verena Wurth von Fermento: „Die Sojabohne spielt ihre Trümpfe nicht nur für unsere Böden als wertvoller Stickstofffixierer und Pflanze mit geringem Wasserverbrauch, sondern auch in der Kulinarik aus. Gemeinsam mit Bakterien und Pilzen entsteht eine geschmackliche Vielfalt, die ihresgleichen sucht. Sojasauce, Miso, Natto, Tempeh, Tofu und vieles mehr, Soja bringt Vielfalt auf unsere Teller.“

mit Klimaveränderungen zurecht kommen: sie gedeihen auch in trockeneren Regionen und kommen mit vergleichsweise wenig Wasser aus. Sie lockern den Boden auf und tragen zu einer nachhaltigen Landwirtschaft bei. Für Konsument:innen bedeutet das: Hülsenfrüchte aus heimischem Anbau leisten einen guten Beitrag zur Versorgung mit pflanzlichem Eiweiß.

Kleine Körner mit viel Inhalt

Hülsenfrüchte sind wahre Kraftpakete. Laut Fonds Gesundes Österreich sind sie eine wichtige pflanzliche Eiweißquelle, allen voran die Sojabohne mit rund 40 Prozent. Darüber hinaus sind sie reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen und enthalten wertvolle sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe.

Vor dem Verzehr müssen Hülsenfrüchte gekocht werden. Verschiedene Inhaltsstoffe (z.B. Phytinsäure) führen dazu, dass andere enthaltene Nährstoffe nicht oder nur eingeschränkt vom Körper aufgenommen werden können. Durch Einweichen und anschließendes Kochen werden diese Stoffe abgebaut – die Hülsenfrüchte werden dadurch bekömmlicher. Fermentierte Produkte wie z.B. Miso oder Tempeh sind besonders gut verträglich.

Verwendung in der Küche

Hülsenfrüchte sind äußerst vielseitig: Linsen eignen sich für Suppen, Eintöpfe, Salate oder als Basis für Bratlinge. Kichererbsen werden zu Hummus oder Falafel verarbeitet und bereichern Currys ebenso wie Ofengerichte. Bohnen sind klassische Zutaten in Chili,

Eintöpfen, Salaten oder herzhaften Aufstrichen.

Zunehmend finden auch Lupinen Eingang in unsere Küchen, ob fermentiert als würzige Sauce, geröstet als Kaffeealternative oder in vielfältigen Gemüsegerichten.

Verarbeitung von Soja: Tradition und Innovation

Soja ist besonders vielfältig verarbeitbar. Viele traditionelle Produkte entstehen durch Fermentation – ein natürlicher Prozess, bei dem Mikroorganismen Inhaltsstoffe umwandeln und Aroma, Haltbarkeit sowie Bekömmlichkeit verbessern. Mittlerweile werden diese Spezialitäten auch hierzulande in bester Qualität aus Bio-Sojabohnen & Co. aus heimischem Anbau hergestellt. ▶

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union



Fotos: © Irina Thalhammer

Sojadrink

wird aus eingeweichten Sojabohnen hergestellt, mit Wasser fein gemixt und anschließend erhitzt. In weiteren Verarbeitungsschritten entsteht daraus Sojajoghurt und Tofu.

Tofu

ein traditionelles asiatisches Produkt, entsteht durch Gerinnen von Sojadrink, ähnlich der Herstellung von Käse aus z.B. Kuhmilch. Je nach Pressgrad variiert die Konsistenz von seidig-weich bis fest. Weicher Tofu findet Verwendung in Suppen, Cremes und Dressings, festere Tofus lassen sich braten und grillen und schmecken in Burger, Wokgerichten und vielem mehr. Mit Räuchertofu gibt es eine geschmacklich deftigere Variante, die sich besonders zum Braten eignet und am ehesten eine Alternative zu Fleisch darstellt.

Miso

ist eine fermentierte Paste aus Sojabohnen, häufig ergänzt durch Getreide. Mit Hilfe von Koji-Pilz und einer mehrmonatigen bis mehrjährigen Reifung entsteht eine würzige, umami-reiche Zutat für Suppen, Saucen und Gemüsegerichte.

Tempeh

stammt ursprünglich aus Indonesien. Geschälte und gekochte Sojabohnen werden mit einem Edelschimmelpilz versetzt, der die Bohnen zu einem festen Block verbindet. Tempeh hat ein leicht nussiges Aroma, eine bissfeste Struktur und eignet sich hervorragend zum Braten oder Grillen.

Natto

ein traditionelles japanisches Lebensmittel, entsteht durch Fermentation mit Bacillus subtilis. Dafür werden sehr kleine Sojabohnen verwendet. Beim Reifeprozess bildet sich eine feine Schleimschicht um die Bohnen, die beim Umrühren lange Fäden zieht. Natto zeichnet sich durch eine weiche Konsistenz und einen intensiven Geschmack aus. Traditionell wird es mit Sojasauce, Senf und Frühlingzwiebeln zu Reis gegessen, es eignet sich aber auch hervorragend als Topping auf Gemüsegerichten und Salaten oder in Suppen.

Sojasauce

wird aus Sojabohnen, Weizen, Salz und Wasser hergestellt. Nach einer aufwändigen Fermentation und Reifung entsteht eine dunkelbraune, aromatische Würzsauce, die weltweit Verwen-

dung findet und an Beliebtheit ständig zunimmt.

Sojagranulat

ist ein Trockenprodukt aus vermahlenden Sojabohnen. Je nach Größe wird es gerne für Sugos oder Geschnetzeltes verwendet.

Fazit

Hülsenfrüchte sind vielseitige, nährstoffreiche und nachhaltige Lebensmittel mit langer Tradition und großem Zukunftspotenzial. Ob als klassische Bohne im Eintopf, als cremiger Hummus, als würzige Sojasauce oder als proteinreicher Tempeh – sie eröffnen zahlreiche Möglichkeiten für eine ausgewogene, bewusste Ernährung. Es lohnt sich, Hülsenfrüchte regelmäßig in den Speiseplan zu integrieren und die Vielfalt ihrer Zubereitungs- und Verarbeitungsformen zu entdecken. Der Anbau von Soja und anderen Hülsenfrüchten gewinnt in Österreich zunehmend an Bedeutung: wer beim Einkauf auf österreichische Bio-Qualität achtet, entscheidet sich für Produkte aus gentechnikfreiem Anbau, profitiert von hoher Qualität - und trägt gleichzeitig zu einem geringen ökologischen Fußabdruck bei!



EU-Qualitätsregelungen im Faktencheck

Andreas Cretnik, Obmann des Servicevereins Geschützte Herkunftsbezeichnungen für Lebensmittel (SVGH) und Johanna Hohensinner (BIO AUSTRIA) sprechen in Folge 40 des Podcasts Let's talk about Bio über die EU-Qualitätsregelungen und bringen Licht in den Logodschungel auf unseren Produkten. Jetzt reinhören unter www.bio-austria.at/podcast40.

Fotos: © Werner Krug

Beim Lebensmitteleinkauf sind Gütesiegel eine wertvolle Entscheidungshilfe. Doch wie erkennt man, welche Richtlinien für die Produkte in unserem Einkaufskorb gelten?

von Michaela Toth

Um Nachahmung entgegenzuwirken und Lebensmitteln, die einem definierten Qualitätsstandard entsprechen, eine besondere Stellung einzuräumen, sind in der Europäischen Union bestimmte Erzeugnisse einheitlich geregelt und rechtlich geschützt. Dazu zählen biologische Lebensmittel sowie solche, deren Erzeugung und besondere Merkmale ganz oder zum Teil eng mit einer geografischen Region verbunden sind oder die nach traditionellen Herstellungsverfahren erzeugt werden. Der EU-Herkunftsschutz- und Spezialitätenschutz wurde bereits 1992 von der Europäischen Union ins Leben gerufen. Mit dem EU-Beitritt 1995 ist dies auch in Österreich zum Thema

geworden. Europaweit sind derzeit 1.603 Produkte geschützt, 20 davon aus Österreich. Diese werden hierzulande vom Serviceverein geschützte Herkunftsbezeichnungen für Lebensmittel (SVGH) vertreten und in allen Bereichen unterstützt. Im Podcast Let's talk about Bio klärt Andreas Cretnik, Obmann des SVGH, über die Besonderheiten des Herkunftsschutzes auf. So darf ein Produkt beispielsweise nur als „Waldviertler Graumohn“ bezeichnet werden, wenn es die Vorgaben der geschützten Ursprungsbezeichnung erfüllt und entsprechend zertifiziert wurde. Im Falle des Waldviertler Graumohn g.U. bedeutet es, dass alle Produktionsschritte nach dem festgelegten Verfahren im

Waldviertel erfolgen müssen und der Waldviertler Graumohn seine besonderen Eigenschaften überwiegend den geografischen Verhältnissen in dieser Region verdankt.

Geschützte Produkte sind im Sichtfeld von Verpackungen verpflichtend mit den jeweiligen Unionszeichen für die „geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.)“, „geschützte geografische Angabe (g.g.A.)“ oder „garantiert traditionelle Spezialität (g.t.S.)“ gekennzeichnet. Auch der Name der geografischen Angabe, z.B. „Steirisches Kürbiskernöl“ oder „Vorarlberger Alpkäse“, muss im Sichtfeld angeführt sein. Wurden die Produkte darüber hinaus nach den Richtlinien der EU-Bio-Verordnung hergestellt, ist auf den Verpackungen zusätzlich das EU-Bio-Logo (inkl. Nummer der Bio-Kontrollstelle) abgebildet. Was die Qualitätszeichen g.U., g.g.A., g.t.S. und EU-Bio auszeichnet, erfahren Sie in den Beiträgen auf Seite 17 – 19 und Seite 26.

X Auch in Bio Qualität erhältlich	Ennstaler Steirerkas g.U.	X Vorarlberger Bergkäse g.U.	Tiroler Graukäse g.U.	X Marchfeldspargel g.g.A.
	X Steirische Käferbohne g.U.	X Waldviertler Graumohn g.U.	Lesachtaler Brot g.g.A.	X Gailtaler Speck g.g.A.
	Pöllauer Hirschbirne g.U.	X Wachauer Marille g.U.	Steirischer Kren g.g.A.	X Heumilch g.t.S.
	Gailtaler Almkäse g.U.	Tiroler Almkäse g.U.	X Steir. Kürbiskernöl g.g.A.	X Schaf-Heumilch g.t.S.
X Vorarlberger Alpkäse g.U.	Tiroler Bergkäse g.U.	X Tiroler Speck g.g.A.	X Ziegen-Heumilch g.t.S.	

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft





Foto: © BIO AUSTRIA/Christoph Liebenritt

Woran denken Sie, wenn Sie an einen Bauernhof denken? Wen sehen Sie bei der Arbeit? Wer sitzt am Traktor, wer bestellt das Feld? Sie sehen einen Mann vor Ihrem inneren Auge? Dann sind Sie in guter Gesellschaft, denn leider verändern sich auch längst überholte Rollenbilder nur sehr langsam – und in ländlichen Gebieten manchmal noch ein Stückchen langsamer.

von Nadia El Daly

Mit der Gleichberechtigung und Gleichstellung ist es überhaupt so eine Sache: es wird, zumindest in Teilen der Welt, recht viel darüber geredet, vergleichsweise aber wenig verändert. So erkennen etwa 75 Prozent der politischen Dokumente aus 68 Ländern zu Landwirtschaft und ländlicher Entwicklung die Rolle von Frauen in der Landwirtschaft sowie deren besondere Herausforderungen an. Konkrete politische Gleichstellungsziele finden sich jedoch nur in 19 Prozent dieser Dokumente. Vor diesem Hintergrund ist es natürlich begrüßenswert, dass die UNO das Jahr 2026 zum Internationalen Jahr der

Frauen in der Landwirtschaft erkoren hat. Ziel dieses Aktionsjahres ist es nicht nur, den Anteil von Frauen in Bezug auf Ernährungssicherung und ländliche Entwicklung sichtbar zu machen, sondern auch entsprechende Maßnahmen abzuleiten, um die Unabhängigkeit und Selbstbestimmung von Frauen in der Landwirtschaft zu stärken.

Landwirtschaft ohne Frauen undenkbar

Weltweit sind 39 Prozent der in der Landwirtschaft Beschäftigten Frauen. In Österreich werden 33 Prozent der

Höfe von Frauen geführt, in Salzburg und Oberösterreich sogar 40 Prozent. Wobei sich eine Korrelation zum Alter zeigt – mit zunehmendem Alter steigt der Anteil der Betriebsleiterinnen: Sind nur 20 Prozent der unter 30-Jährigen ihre eigene Chefin, sind es bei den 30–39-Jährigen bereits ein Viertel. Zwischen 50 und 59 Jahren steigt der Anteil auf 36 Prozent, um sich ab 60 Jahren bei 34 Prozent einzupendeln.

Das sind zwar im Gegensatz zu Deutschland, wo laut Agrarstatistik nur 11 Prozent der Höfe gänzlich von Frauen geführt werden, beachtliche Zahlen,

aber kein Grund für Schadenfreude in Richtung unseres westlichen Nachbarn. Denn dass in Deutschland so wenige Frauen offiziell die Betriebe leiten, mag auch an deren Fläche liegen. Größere Bauernhöfe haben nämlich seltener weibliche Betriebsleiterinnen als kleinere – in Österreich liegt der Frauenanteil bei Betrieben unter 20 Hektar bei 36 Prozent, bei solchen mit einer Fläche ab 100 Hektar nur noch bei 12 Prozent.

Viel Arbeit, wenig Rechte?

Ein Forschungsteam des deutschen Thünen-Instituts hat 2023 mehr als 7.000 in der Landwirtschaft tätige Frauen zu ihrer Situation, ihren Wünschen, den Herausforderungen etc. befragt. Von den in dieser Studie Befragten gaben 72 Prozent an, dass sie bei strategisch-unternehmerischen Entscheidungen involviert, 62 Prozent, dass sie für Buchhaltung, Finanzen und Büro verantwortlich seien – ohne jedoch rechtlich beteiligt zu sein. Für Österreich fehlen entsprechende Zahlen, doch es ist anzunehmen, dass die Situation sich nicht völlig anders darstellt.

Das bedeutet, dass Frauen selbstverständlich am Hof mitarbeiten, besonders häufig in Bereichen, die soziale Kompetenz erfordern, also „typisch weibliche“ Eigenschaften. Sie sind oft der Motor für Innovationen und die Diversifizierung in der Landwirtschaft: bauen eine Direktvermarktungsschiene auf, vermieten Zimmer an Gäste oder gehen in Schulen um über die (Bio-)Landwirtschaft aufzuklären. Technische, produktive und finanzielle Kompetenzen bleiben jedoch häufig den Männern vorbehalten, sodass die erbrachten weiblichen Leistungen auch heute oft nicht einher gehen mit der entsprechenden ökonomischen Unabhängigkeit.

Traditionelle Rollenbilder und traditionell patrilineare Vererbung fördern wirtschaftliche Abhängigkeit, fehlende Altersvorsorge sowie Mangel an weiblichem Besitz. Wer keinen Hof erbt, wird kaum je einen besitzen. Da landwirtschaftliche Betriebe lange Zeit ausschließlich an die männlichen Nachkommen vererbt wurden, ergibt sich hier ein Besitzdefizit, das noch viele weibliche Hofübernehmerinnen bis zu einem Ausgleich braucht. Außerdem wird nach wie vor die Hauptlast der Carearbeit von Frauen gestemmt – die Unvereinbarkeit von Familie und landwirtschaftlichem Betrieb stellt für viele junge Frauen eine unüberbrückbare Hürde auf dem Weg zur Selbstbestimmung dar. Hier bedarf es eines Umdenkens des gesamten Umfelds, aber auch der entsprechenden Infrastruktur mit Kindergärten, Pflegediensten und Ähnlichem.

Auch Planungs- und Investitionsunsicherheit lassen Frauen vor dem Schritt in die Betriebsführung zurückschrecken. Spezielle Beratung und Fortbildung für Frauen könnte hier Abhilfe schaffen.

Frauen weniger erfolgreich!

Laut FAO verdienen Frauen in der Landwirtschaft nur 82 Prozent des Lohns, den Männer erhalten. Sie verfügen seltener über Eigentum oder gesicherte Rechte an landwirtschaftlichen Nutzflächen und haben geringeren Zugang zu digitalen Technologien oder Bankkonten. Das erklärt, weshalb aktuell eine Produktivitätslücke von 25 Prozent zwischen weiblich und männlich geführten Betrieben mit gleicher Fläche klafft. Hätten Frauen den entsprechenden Zugang zu Produktionsmitteln und Dienstleistungen, zu Krediten, Ausbildungsmöglichkeiten

Es ist Zeit diese Statistik zu verändern

50 %

Produktion der weltweiten Nahrungsmittel durch Frauen

33 %

Leitung von landwirtschaftlichen Betrieben durch Frauen

15 %

Besitz der landwirtschaftlichen Flächen weltweit durch Frauen

und Land, würden sie die gleichen Erträge wie Männer erzielen.

Wenn die geschlechtsspezifischen Unterschiede in der landwirtschaftlichen Produktivität und die Lohnungleichheit in Agrar- und Ernährungssystemen beseitigt würden, könnte, so die FAO, das globale Bruttoinlandsprodukt um etwa ein Prozent, also nahezu eine Billion US-Dollar oder umgerechnet rund 860 Milliarden Euro gesteigert werden. Gleichzeitig würde dies die Zahl der von Ernährungsunsicherheit betroffenen Menschen um etwa 45 Millionen senken.

Feiern wir also das Jahr der Frauen in der Landwirtschaft – es ist Zeit, die Statistik zu ändern!

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der Europäischen Union

Mehr als satt

Schulverpflegung mit Verantwortung für Mensch und Umwelt

In Österreich gelten derzeit rund ein Viertel der Kinder im Alter von fünf bis neun Jahren als übergewichtig oder adipös. Angesichts dieser alarmierenden Zahlen rückt die Verpflegung in Schulen und Kindergärten immer stärker in den Fokus.

von Annette Braun

Warum gesunde Ernährung im Kindesalter entscheidend ist

Die Weichen für ein gesundes Leben werden früh gestellt. Schlechte Ernährungsgewohnheiten, die im Kindesalter erlernt werden, lassen sich später nur schwer wieder ablegen. Laut der Studie Plant-based dietary patterns and age-specific risk of multimorbidity of cancer and cardiometabolic diseases: a prospective analysis von R. Córdova und anderen beugt eine ausgewogene Ernährung, die reich an Gemüse, Obst

und Vollkornprodukten ist, nicht nur Übergewicht vor, sondern senkt auch das Risiko für spätere chronische Erkrankungen wie Diabetes Typ 2 oder Herz-Kreislauf-Probleme.

Bio-Lebensmittel im Fokus:

Besondere Vorteile bietet hierbei die Verwendung biologischer Lebensmittel in der Schulverpflegung. 2019 hat eine Studie des European Parliamentary Research Service festgestellt, dass Bio-Produkte aufgrund des Verzichts auf

Pestizide einen geringeren Cadmiumgehalt aufweisen als konventionell produzierte Produkte. Außerdem wurde bei Bio-Lebensmitteln ein höherer Gehalt an sekundären Pflanzenstoffen nachgewiesen, bei Bio-Milch sowie Bio-Fleisch im Vergleich zu konventionellen Produkten 50 Prozent mehr Omega-3-Fettsäuren. Auch ein höherer Gehalt an sekundären Pflanzenstoffen in Bio-Produkten konnte festgestellt werden.

Klima schützen durch Ernährung:

Neben der individuellen Gesundheit spielt die planetare Gesundheit eine immer wichtigere Rolle. Unser Konsumverhalten muss innerhalb ökologischer Grenzen bleiben, weshalb eine Ernährung mit einem höheren pflanzlichen Anteil, mehr pflanzlichen Proteinen und weniger tierischen Produkten als zukunftsweisend gilt. Diese Grundsätze gilt es schon früh zu etablieren, um die

Mehr Infos zum EU-Bio-Logo: bio-austria.at/eu-bio-logo



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich


Kofinanziert von der Europäischen Union



Fotos: © Manuela Wilpernig

zukünftige Generation für dieses Thema zu sensibilisieren.

Die Umsetzung in der Gemeinschaftsverpflegung

Aber wie kann dieser Anspruch in der Praxis von Schulküchen umgesetzt werden? Hier gilt es einige zentrale Bausteine zu berücksichtigen:

■ **Frische und Qualität:** Es sollte verstärkt frisch gekocht werden, unter Verzicht auf hochverarbeitete Lebens-

mittel und mit einer deutlichen Reduktion von Süßspeisen und Fleisch.

■ **Bio-Qualität, Regionalität und Saisonalität:** Durch die Verwendung saisonaler Zutaten direkt von regionalen Bauernhöfen wird nicht nur die Umwelt geschont, sondern auch die Wertschätzung für Lebensmittel gefördert. Außerdem schmecken die Produkte oft besser, wenn sie in Saison sind und reif geerntet wurden.

■ **Partizipation der Kinder:** Wenn Schüler:innen in Kochworkshops selbst kochen und probieren dürfen oder aktiv in die Menüplanung einbezogen werden, steigt die Akzeptanz für neue, gesunde Gerichte.

■ **Vorbildwirkung und Kommunikation:** Pädagog:innen, Eltern und ältere Schüler:innen spielen eine Schlüsselrolle. Wenn sie eine gesunde Mahlzeit skeptisch kommentieren, sinkt die Akzeptanz der Kinder sofort; positives Vorleben hingegen motiviert, Neues zu probieren.

Letztlich ist eine hochwertige Kinder- und Jugendverpflegung eine Investition in die Zukunft, nicht nur für die Gesundheit unserer Kinder, sondern auch für unsere Umwelt. Sie prägt die Beziehung der nächsten Generation zu Lebensmitteln hin zu Bewusstsein für Nachhaltigkeit und Verantwortung.



Foto: © Genusskoarl

Umami, Tiefe und Komplexität verbinden viele mit gehobener Küche oder mit künstlich erzeugtem Geschmack. Doch genau das lässt sich auch anders erreichen: durch klassische Fermentation, wenige Zutaten und viel Geduld. Darin steckt ein kleines Wunder und zugleich eine große Chance.

von Karl Severin Traugott

Fermentation begleitet die menschliche Ernährung seit Jahrhunderten. Viele alltägliche Lebensmittel wie Sauerteigbrot, Joghurt oder Käse zeigen, wie viel Geschmack und Bekömmlichkeit durch natürliche Reifung entstehen können. Genau diese Kraft fasziniert mich auch bei Genusskoarl: Aus einfachen regionalen Bio-Rohstoffen entsteht durch Zeit, Sorgfalt und Handwerk etwas, das weit über seine Ausgangszutaten hinausgeht. Im Zentrum steht dabei ein Edelschimmel, der auf Getreide wächst und während der Reifung natürliche Prozesse in Gang setzt. So entstehen aus wenigen, einfachen Zutaten Aromen und Umami, die man ihnen zunächst kaum zutrauen würde. Ohne Zusatzstoffe oder technische Abkürzungen entstehen Produkte, die vielseitig einsetzbar sind und den Küchenalltag erleichtern. Fermentation ist für uns aber nicht nur ein geschmackliches Wunder, sondern

auch ein Beitrag zu mehr regionaler Wertschöpfung. Produkte wie Sojasauce, Miso oder Fischsauce gelten oft als etwas, das von weit herkommen muss. Wir zeigen, dass sie auch hier entstehen können. Das verkürzt nicht nur Lieferketten, sondern macht uns auch unabhängiger von Störungen in globalen Warenströmen, blockierten Handelswegen und den Folgen weltweiter Krisen. Nachhaltigkeit ist für uns mehr als nur ein Trend. Unsere Zutaten beziehen wir von Landwirt:innen möglichst aus nächster Umgebung, das Verpackungsmaterial stammt aus europäischer Produktion, und in der Herstellung verwenden wir österreichischen Ökostrom, den wir großteils über eine Erneuerbare-Energie-Gemeinschaft auf unserem Dach beziehen. Wo es sinnvoll ist, nutzen wir auch Nebenströme anderer Lebensmittelproduktionen. Ein Beispiel dafür sind unser Shiro

Miso, das aus Reisbruch, einem Nebenprodukt der Reiserzeugung, entsteht, und unsere Fischsauce, die aus den Abschnitten der Fischfiletierung hergestellt wird. So werden vermeintliche Reste zu hochwertigen Lebensmitteln, und es entstehen neue Formen regionaler Wertschöpfung. Auf diesem Weg war und ist Bio Austria für uns ein wichtiger Partner. Gemeinsam mit Bio Austria wollen wir zeigen, dass regionale Wertschöpfung, nachhaltiges Wirtschaften und ein fairer Umgang mit allen entlang der Produktionskette möglich sind. Das ist nicht immer der einfachste Weg. Aber wir sind überzeugt, dass es der richtige ist und dass er langfristig mehr Wert schafft als ein System, das auf der Ausbeutung von Mensch und Natur beruht. Wir wollen dabei mit gutem Beispiel vorangehen und hoffen, andere zu ermutigen, ähnliche Wege zu gehen.



WILDSHUT



In Bewegung Bleiben
WILDSHUT ERLEBEN



Bilder: Marco Reiber/Scheinas/wildbild

Das **Stiegl-Gut Wildshut** ist ein einzigartiger Ort der Vielfalt. Mit eigener Mälzerei und Völlholzbrauerei sowie einem Bio-Restaurant und einem Gästehaus legt man hier den Fokus neben der Produktion hochwertiger Getränke auf Entschleunigung, Genuss und Lebensfreude. In der eigenen Bio-Landwirtschaft werden zudem zukunftsweisende Projekte rund um Kreislaufwirtschaft, Artenvielfalt und neues, nachhaltiges Wirtschaften realisiert. So präsentiert sich das Bio-Gut als Ort der Begegnung, des Innehaltens sowie bewussten Genießens und ist zugleich Impulsgeber für ein neues Bewusstsein.

Darüber hinaus steht das Gut mit seinem **Wildshut Campus** auch für ein „in Bewegung Bleiben“, und zwar auf allen Ebenen. Mit dem Wildshut Campus wurde ein lebendiger Raum und eine Plattform für Lernen, Austausch und ganzheitliche Bildung für Körper, Geist und Seele geschaffen. Dazu zählen ein regelmäßig stattfindender Kinder Campus, ein Bewegungscampus, ein Genuss Campus sowie verschiedene Werkstätten, vom Brotbacken über Yoga und Achtsamkeit.

Termine unter www.wildshut.at



SONNENTOR®



Was zum
Kuckuck ist ein

GEMEIN WOHL BERICHT

**GUTE?
FRAGE**

Puhhh gar nicht so leicht, diese Frage in aller Kürze zu beantworten. Aber ich versuch's mal: Im Gemeinwohl-Bericht findest du alle Infos zu unserem **NACHHALTIGEN UND SOZIALEN** Engagement: Wir setzen auf Sinn- statt Gewinnmaximierung, fördern **KOOPERATION** statt Konkurrenz, entwickeln **BIO** weiter, sichern sinnvolle **ARBEITSPLÄTZE** ... O.k., das wird jetzt doch zu lang. Am besten machst du dir selbst ein Bild. Hol dir unseren Bericht im SONNENTOR Geschäft oder blättere gleich online:

**GUTE
ANTWORT**

VON JOHANNES GUTMANN
SONNENTOR GRÜNDER

Wir zeigen:
Nachhaltigkeit
ist messbar

