

# KOPIE SALAT

Das frische Magazin für Gastronomie-  
und Verpflegungs-Profis

## Die Stars im Winter

Zitrusfrüchte haben Saison

**Kartoffeln:** Zero Waste, voller Geschmack

**Ressourcen schonen:** So effizient sind Biogasanlagen.

## Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem Heft Nummer 70 unseres frischen Magazins KOPFSALAT wird uns einmal mehr bewusst, wie viele Ausgaben bereits hinter uns liegen und über welche Themen wir berichtet haben – sowohl aus dem CF Gastro Kosmos als auch darüber hinaus.

13 Jahre KOPFSALAT haben wir gemeinsam mit Ihnen besprochen. Grund genug für uns, auch auf Sie persönlich zuzugehen und Sie nach Ihrer ganz persönlichen Meinung zu fragen. Deshalb freuen wir uns auf Ihre Unterstützung und Ihre Teilnahme an unserer großen KOPFSALAT-Leserumfrage. Wie Sie teilnehmen können und was es zu gewinnen gibt, erfahren Sie weiter unten auf dieser Seite.

In Sachen Nachhaltigkeit hat unser Lieferpartner Friweika eG bereits auf ganzer Linie gewonnen. Wir berichten Ihnen, wie es das produzierende Unternehmen geschafft hat, seinen Hauptrohstoff Kartoffel bis zu 100% zu verwerten und damit eine energieeffiziente und nachhaltige Kreislaufwirtschaft aufzubauen.

Nachhaltigkeit und Transparenz wird auch von Obst- und Gemüsefrüchten aus Übersee erwartet. Gerade weil oftmals die Herkunft von Früchten nicht klar zu bestimmen ist. Aber wissen Sie eigentlich, aus welchen Regionen Ihre Zitrusfrüchte wirklich kommen? Woher sie stammen bzw. von welchen sie abstammen?

Oder wie und auf welchem Weg sie einst ihren Weg nach Europa fanden? Wir sorgen für klare Sicht, mit unseren strahlenden Stars der Wintersaison auf Seite 4.

Zuletzt bieten wir Ihnen in unserer Rubrik „Zero Waste“ erneut einige Tipps, wie Sie für weniger Abfall in der Küche sorgen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Kartoffeln clever nutzen können.

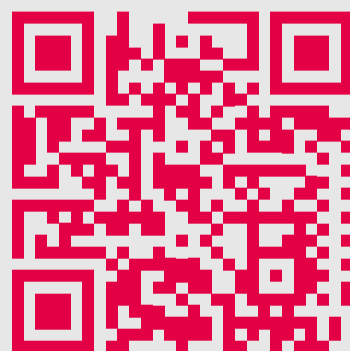
Dies und mehr erfahren Sie in unserer aktuellen KOPFSALAT-Ausgabe.

**Wir wünschen Ihnen spannende Lektüre.  
Herzlichst, Ihr Team von CF Gastro.**

### LESERUMFRAGE



## Sagen Sie uns Ihre Meinung!



Die Teilnahme an unserer Umfrage ist einfach: Besuchen Sie unsere Website unter

[www.cfgastro.de/leserumfrage](http://www.cfgastro.de/leserumfrage)

oder nutzen Sie den nachfolgenden QR-Code, um zur KOPFSALAT-Leserumfrage zu gelangen.



Wir bei KOPFSALAT, Ihrem frischen Kundenmagazin, legen großen Wert auf Ihre Meinung.

Ihr Feedback hilft uns dabei, unser Magazin kontinuierlich zu verbessern und sicherzustellen, dass wir Ihre Interessen und Bedürfnisse bestmöglich bedienen. Deshalb bitten wir Sie mit dieser Ausgabe um Ihre Teilnahme an unserer KOPFSALAT-Leserumfrage.

Wir möchten gern wissen, was Ihnen an unserem Frische-Magazin KOPFSALAT gefällt und was wir noch besser machen können.

**Sind Sie mit unseren Themen zufrieden, die wir behandeln?**

**Gefallen Ihnen die Artikel und die Gestaltung des Magazins?**

**Haben Sie Vorschläge für neue Rubriken oder Inhalte, die Sie gerne im KOPFSALAT-Magazin sehen würden?**

**Ihre Antworten sowie die Angabe persönlicher Daten im Rahmen der Befragung sind selbstverständlich anonym. Als Dankeschön für Ihre Teilnahme haben Sie die Chance, an unserer Verlosung teilzunehmen und einen von insgesamt drei Obstkörben zu gewinnen.**



# NACHHALTIG IN DIE ZUKUNFT

## Der Weidensdorfer Produzent und CF Gastro Lieferpartner Friweika baut auf eine 100 %ige Kartoffelverwertung mit eigener Biogasanlage.

**In einer Zeit, in der nachhaltige und umweltfreundliche Technologien im Mittelpunkt gesellschaftlicher Diskussionen stehen, rücken effiziente und vollständige Nutzungen von Ressourcen in den Fokus zahlreicher Unternehmen. Die sächsische Friweika eG, ein deutsches Unternehmen mit einer tief verwurzelten Geschichte in der Kartoffelverarbeitung, macht vor, wie man mit einer geeigneten Kreislaufwirtschaft nachhaltig produzieren und damit letztlich 100 % des nachwachsenden Rohstoffes Kartoffel verwerten kann.**

Jährlich werden bei Friweika in Sachsen etwa 70.000 Tonnen Kartoffeln verarbeitet. „Bei der Kartoffelverarbeitung muss man wissen, dass für ein Kilo Kartoffelprodukt ungefähr zwei Kilo Rohstoff benötigt werden“, erzählt Marko Wunderlich, stellvertretender Vorstandsvorsitzender und Vorstand für Vertrieb, Marketing, Veredelungsproduktion und PR bei Friweika. „Im Jahreschnitt können wir also mit 50% Nebenprodukt rechnen, die wir bei uns in die Fermentierung, sprich die Biogasverwertung geben.“ Bereits in den 1990er Jahren wurde ein erster Testreaktor für Biogas auf dem Gelände des Kartoffelproduzenten in Betrieb genommen.

Heute werden die Nebenprodukte der Kartoffelverarbeitung im modernen Verfahren einer thermophilen Nassvergärung mittels Biogasreaktor vergärt und in Energie umgewandelt. Die thermische Energie, die bei der thermophilen Nassvergärung entsteht, wird wiederum für den Kartoffelverarbeitungsprozess genutzt.

So werden die Kartoffeln beispielsweise mit Dampf geschält, der aktuell effizientesten Methode zum Schälen von Gemüse und Obst. Dabei werden die Kartoffelknollen 15 bis 40 Sekunden lang heißem Dampf ausgesetzt. Durch die hohen Temperaturen und den starken Druck wird die oberste Zellschicht gar, löst sich von den darunterliegenden Schichten und kann anschließend einfach abgewaschen oder abgebürstet werden. „Auch wird ein hoher Anteil unserer Kartoffeln anschließend noch einmal vorgekocht und geht dann als Vorprodukt direkt in den Vertrieb oder wird weiter zu den unterschiedlichen Fertigprodukten verarbeitet.“ ergänzt Wunderlich. „Für die thermische Behandlung und den gesamten Produktionsprozess benötigen wir bei Friweika sehr viel Energie und mit dem Biogasprozess haben wir die Möglichkeit, einen gewissen Anteil unseres Bedarfes an fossilen Brennstoffen ein Stück weit zu reduzieren.“

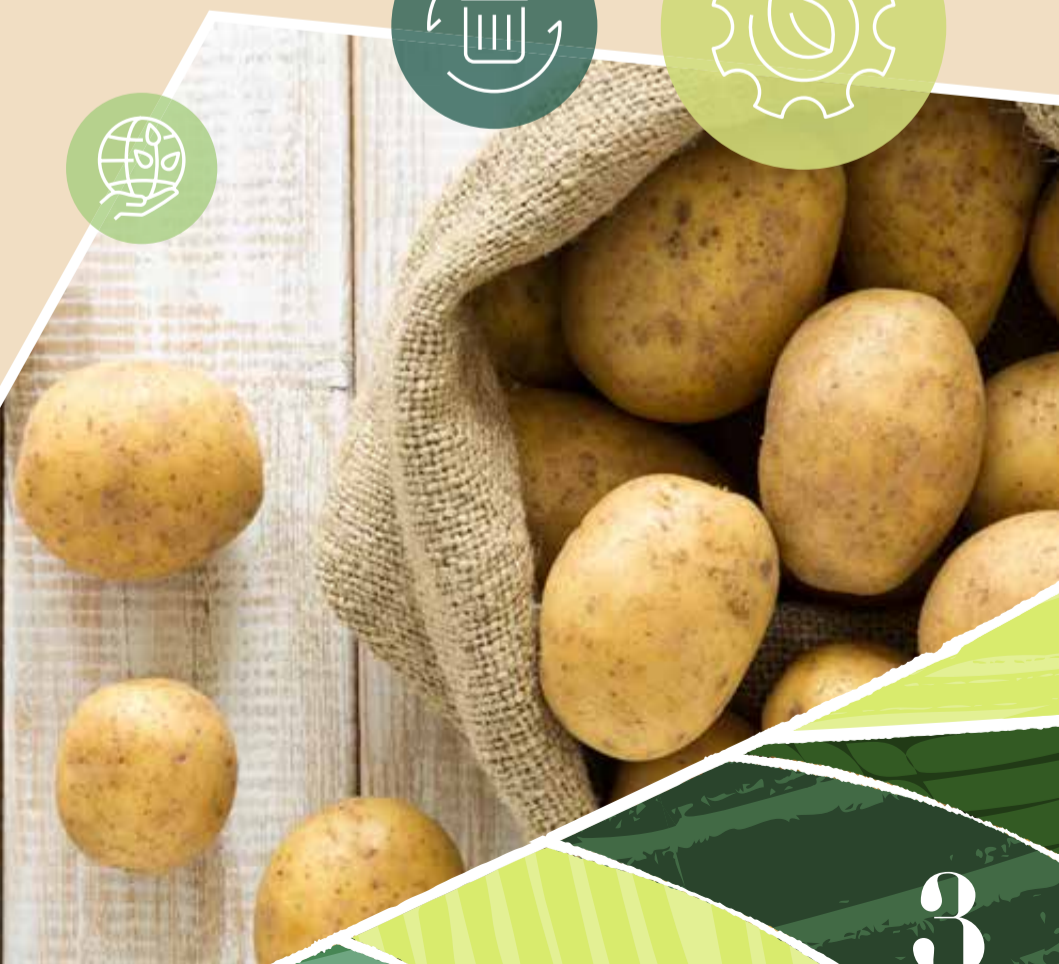


Im Schnitt produziert die Biogasanlage zwischen 1,5 und 1,8 Millionen Kubikmeter Biogas im Jahr. Der durchschnittliche Heizwert eines Kubikmeters Biogas entspricht etwa 0,6 Litern Heizöl. So schafft es Friweika, etwa 30 % des Gesamtbedarfs an fossilen Brennstoffen zur Energiegewinnung über die eigene Biogasanlage abzudecken.

Was am Ende übrig bleibt, sind ausgegorene flüssige Biogassubstrate, welche als Gärrückstände in der Anlage zurückbleiben und gesammelt werden. Diese Gärreste haben idealerweise Eigenschaften, die sich Friweika zu Nutze gemacht hat, denn sie sind unter anderem reich an Phosphor und Kalium.

„Die Gärreste werden in der Größenordnung von ungefähr 6.000 Tonnen im Jahr wieder zurück auf die landwirtschaftlichen Flächen gebracht, wo unsere regionalen Landwirte diese dann als kostenloses Düngemittel verwenden, welches sie sonst für teures Geld kaufen müssten.“ führt Marko Wunderlich weiter aus. „Damit schließt sich für uns natürlich der Nährstoffkreislauf. Eine richtig runde Sache, wie man so schön sagt, denn wir können für uns in Anspruch nehmen, 100 % des eingesetzten Primärrohstoffes zu verwerten.“

Aktuell beschäftigt sich Vorstand Wunderlich zudem mit weiteren nachhaltigen Themen, wie der Dampferzeugung auf Basis elektrischer Energie oder dem Einsatz von Wasserstoff als potentieller Energieträger. Doch das ist eine andere Geschichte und soll ein anderes Mal erzählt werden.



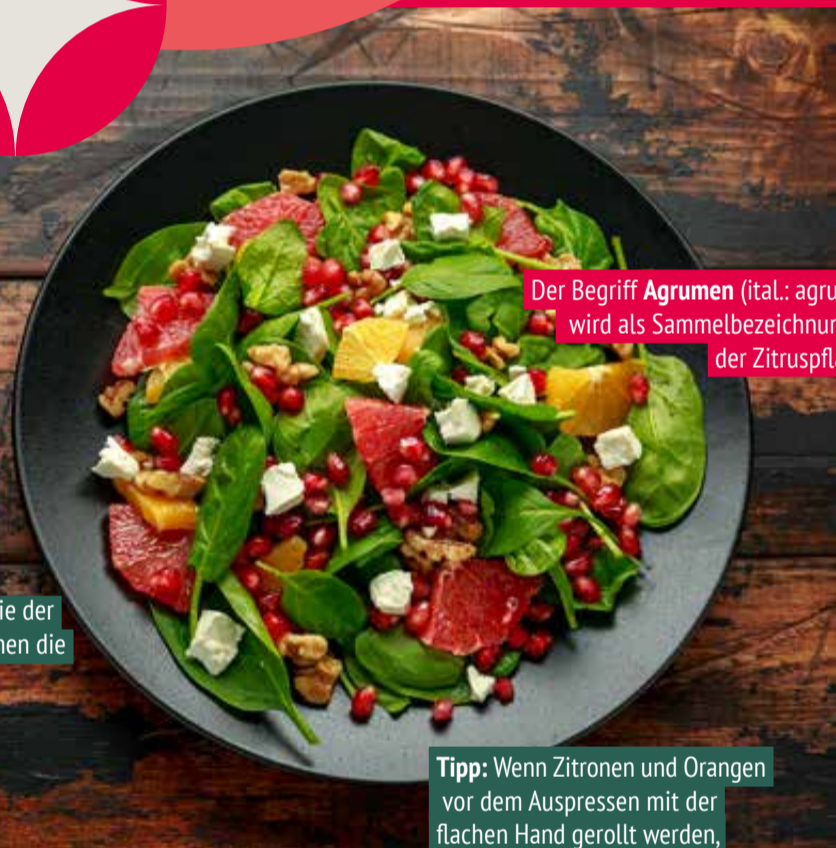
# Strahlende Stars der Wintersaison



Mit Ausnahme der Grapefruit, die von den Westindischen Inseln kommt, stammen alle Zitrusfrüchte aus Südostasien. Vor über 4.000 Jahren wurden sie schon in China, Indien und an den Hängen des Himalaya kultiviert.

## SONNENSCHNEIN IM WINTER

Der Winter hat Einzug gehalten, die Tage werden kürzer, und die Temperaturen sinken. Und allerorts wird wieder gehustet und geschupft – es ist Erkältungszeit. Umso wichtiger also, den Körper fit und gesund zu halten. Vor allem Zitrusfrüchte sind für uns in den kalten Monaten deshalb unverzichtbar geworden. Wir stellen Ihnen die Vorteile der vitaminreichen Alleskönner vor.



Der Begriff **Agrumen** (ital.: agrumi, Sauerfrüchte) wird als Sammelbezeichnung für die Früchte der Zitruspflanzen verwendet.

Die vitaminreichen Leckerbissen sind im Winter ein echter Lichtblick. Ob als Snack, Zutat in herzhaften oder süßen Gerichten oder als erfrischende Ergänzung zu Getränken – Zitrusfrüchte bereichern unsere Winterküche auf vielfältige Weise.



Zitruspflanzen gehören zu der Familie der Rautengewächse (Rutaceae), von denen die meisten ätherische Öle enthalten.

**Tipp:** Wenn Zitronen und Orangen vor dem Auspressen mit der flachen Hand gerollt werden, geben sie mehr Saft.

### Unglaublich vielfältig

Wer glaubt, dass Zitrusfrüchte immer nur sauer sind, der irrt. Denn tatsächlich kommen sie in einer überraschenden Vielfalt daher. Von saftig-süßen Orangen, über bittere Grapefruits, bis hin zu exotischen Sorten wie Pomelos oder Limetten. Hier ist für jeden individuellen Geschmack das Passende dabei.

### Booster für das Immunsystem

Zitrusfrüchte sind nicht nur lecker, sondern auch äußerst gesund. Sie sind reich an Vitamin C, das in der kalten Jahreszeit besonders wichtig ist, um unser Immunsystem zu stärken und uns vor Erkältungen zu bewahren. Darüber hinaus enthalten Zitrusfrüchte eine Fülle von Antioxidantien, die unsere Körperzellen schützen und unsere Haut verbessern. Der enthaltene Ballaststoff Pektin wirkt sich zudem positiv auf Blutdruck und Verdauung aus.

### Vielseitig verwendbar

Der Winterklassiker ist natürlich die heiße Zitrone. Doch Zitrusfrüchte sind vielseitig verwendbar. Ein knackiger Wintersalat erhält durch eine Grapefruit eine erfrischende Note und etwas Abrieb der Orangenschalen macht die Weihnachtsplätzchen noch aromatischer. Auf einem bunten Teller darf die Mandarine als gesunde Nascherei natürlich nicht fehlen.

### Besondere Geschmackserlebnisse

Sie mögen es außergewöhnlich? Dann greifen Sie doch mal zu Kumquats. Die kleinen Zwergorangen schmecken herb-süßlich, werden mit Schale gegessen und passen besonders gut zu Desserts und Marmeladen. Ebenfalls besonders ist die japanische Yuzu, eine Kreuzung aus Zitrone und Mandarine. Ihr intensives Aroma eignet sich hervorragend für das Würzen von herzhaften Gerichten wie Fisch oder Nudeln.

Mit einem Zestenreißer lässt sich die Schale von Zitrusfrüchten problemlos trennen. Die Zesten sind reich an ätherischen Ölen und ideal zum Würzen von Gebäck, Salaten oder Currys. Achten Sie besonders darauf, ausschließlich ungespritzte Früchte zu verwenden.



# Gelungene Kreuzungen

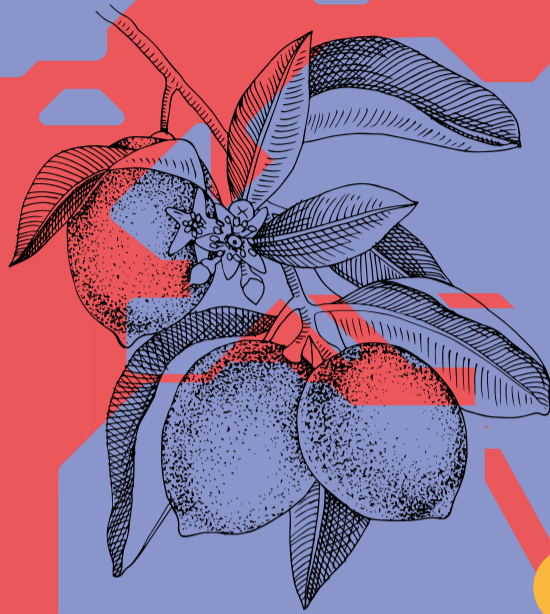
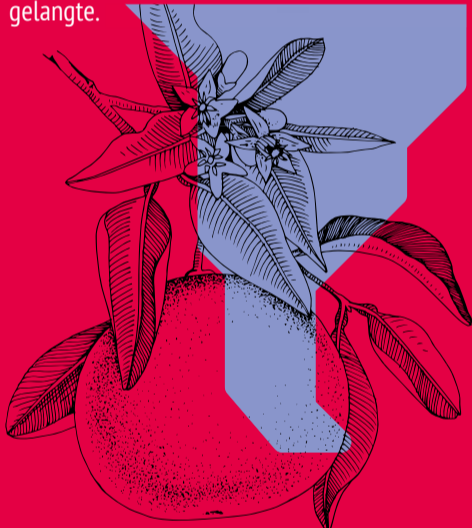
## Sagt mal, wo kommt Ihr denn her?

Zitrusfrüchte sind zwar streng genommen Exoten, gehören aber bei uns schon lange zum Alltag: eine Grapefruit zum Frühstück, ein Orangensaft oder eine heiße Zitrone bei einer Erkältung sowie die Mandarine als gesunde Nascherei – all das ist für uns heute selbstverständlich. Allerdings sind einige der bekanntesten Zitrusfrüchte das Ergebnis von Kreuzungen, wie unsere kleine Infografik zeigt.



### Die Grapefruit (Citrus paradisi):

Eine relativ junge Zitrusfrucht, die um 1750 als natürliche Kreuzung zwischen der Pampelmuse (Citrus maxima) und der süßen Orange (Citrus sinensis) entstanden ist. Dies geschah in der Karibik, von wo aus sie danach erst in die USA und von dort nach Europa gelangte.



### Die Limette (Citrus aurantiifolia):

Diese grüne Variante stammt aus den tropischen Regionen und ist eine Kreuzung aus Zitronatzitrone und Kaffirlimette. Mit den Seefahrern gelangte sie per Schiff bereits im Mittelalter nach Europa. Heute wird sie vor allem in Cocktails verwendet, aber sie eignet sich auch wunderbar zur Herstellung von ätherischen Ölen.



### Die Mandarine (Citrus reticulata):

Diese saftige Zitrusfrucht stammt ursprünglich aus China und ist so etwas wie die Ur-Version vieler Varianten. So sind Clementinen ein Hybrid aus Orange und Mandarine. Auch die Tangerine stammt von ihr ab. Im 19. Jahrhundert wurde sie nach Europa eingeführt und zählt seitdem zu den beliebtesten Früchten.



## PRODUKTAUSWAHL

ARTIKEL	Art.-Nr.:		Art.-Nr.:
Grapefruit	12.220.510	Zitrone	12.500.510
Limette	12.520.510	Kumquat	16.380.510
Orange	12.371.510	Pomelo	12.211.510
Mandarine	12.321.410		

# Winterlicher Quinoa-Salat

mit Grapefruit und Kichererbsen

## ZUTATEN

### Für den Salat

- 200 g bunte Quinoa
- 100 g Blattspinat
- 1 Avocado
- 2 Grapefruits
- 250 g gekochte Kichererbsen
- 75 g Walnüsse
- Granatapfel

### Für das Dressing

- 6 EL Olivenöl
- 3 EL Zitronensaft
- 1 TL Garam Masala
- 1 TL Senf
- 2 TL Honig
- Salz/Pfeffer

- 1 Die Quinoa in einem Sieb unter warmem Wasser abspülen, bis das Wasser klar ist. In 500 ml Wasser ca. 15 Minuten bei sanfter Hitze köcheln lassen. Vom Herd nehmen und weitere 10 Minuten quellen lassen.
- 2 Blattspinat waschen, grobe Stile entfernen und 2 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser geben und danach abtropfen lassen.
- 3 Walnüsse bei mittlerer Hitze ohne Fett ca. 4 Minuten anrösten. Grob hacken.
- 4 Avocado schälen und würfeln. Grapefruit ebenfalls schälen, die Segmente häuten und in kleine Stücke schneiden. Kichererbsen abgießen und abspülen. Alle Zutaten mit der Quinoa und dem Spinat in eine große Schüssel geben und vorsichtig unterheben.
- 5 Die Zutaten für das Dressing vermischen und über den Salat geben. Sofort servieren.



## PRODUKTAUSWAHL

ARTIKEL	Art.-Nr.:
Grapefruitscheiben 2,5kg napuro	22.231.030
Bio Mandarinen ca. 100g/Stück	13.786.395
Quinoasalat Dubai 1kg napuro	27.293.110
Baby Spinat 300g napuro	23.715.015
Avocado Ready to eat 16 Stück	16.310.535
Granatapfelkerne 0,5kg Fresh Factory	21.336.062
Senf 5kg Bautz'ner	27.900.085
Honig Bio Honig Squeeze 5x350g Immenhof	51.000.079

# Kartoffeln clever nutzen

## ZERO WASTE MIT BISS!

In der heutigen Zeit sind die Themen Nachhaltigkeit und Umweltschutz allgegenwärtig und auch das Konzept „Zero Waste“ gewinnt in der Lebensmittelindustrie zunehmend an Bedeutung. Dabei geht es grundsätzlich darum, die Abfälle auf ein absolutes Minimum zu reduzieren. Und das lässt sich oft einfacher umsetzen, als man denkt. So zum Beispiel auch bei der beliebten Kartoffel. Die effiziente Nutzung und Verarbeitung von Kartoffeln ist nicht nur ökologisch sinnvoll, sondern kann auch wirtschaftliche Vorteile bieten.

Die robuste Knolle ist eines der weltweit am häufigsten angebauten Nahrungsmittel. Im Vergleich zu vielen anderen Lebensmitteln erfordert ihr Anbau weniger Wasser, weniger Dünger und weniger Pestizide. Dies trägt zur Reduzierung der Umweltauswirkungen in der Landwirtschaft bei.

Kartoffeln sind lange haltbar und können über Wochen oder Monate gelagert werden, ohne zu verderben. Dies minimiert Lebensmittelverschwendung und spart Geld. Und das Beste ist, dass Kartoffeln zahlreiche Möglichkeiten zur Verarbeitung bieten: egal ob als gekochte Beilage, als knusprige Pommes frites oder als cremiges Püree, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Allerdings werden Peelings, Schalen und Schnittreste oft zu Abfallprodukten, die während des Verarbeitungsprozesses anfallen und ungenutzt entsorgt werden.

Doch lässt sich die Kartoffel mit etwas Kreativität, ganz im Sinne des Zero-Waste-Konzepts vielseitig und vor allem vollständig verwerten:

**Kartoffelschalen-Chips:** Statt die Schalen wegzuworfen, können Sie sie mit Gewürzen und etwas Öl bestreuen und im Ofen knusprig backen. Ein köstlicher und knuspriger Snack, der Abfälle vermeidet.

**Kartoffelschalenbrühe:** Die Schalen können auch für die Zubereitung einer herzhaften Brühe verwendet werden. Kochen Sie sie mit Gemüseabfällen, um eine nahrhafte Basis für Suppen und Eintöpfe zu erhalten.

**Kartoffelpüree:** Sie haben Kartoffeln, die nicht mehr so ansehnlich, weich oder schrumpelig sind? Auch die müssen nicht im Müll landen, sondern eignen sich noch immer als Grundlage für ein leckeres Püree.

Wenn Sie also das nächste Mal ein Kartoffelgericht auf die Karte setzen, planen Sie doch gleich die Verwertung der Reste mit ein. Denn über die effiziente Nutzung freut sich nicht nur die Umwelt, sondern es bringt auch wirtschaftliche Vorteile. Es lohnt sich also, die Bedeutung der Zero-Waste-Initiativen in der Lebensmittelindustrie anzuerkennen und die Weichen für eine nachhaltige Zukunft zu stellen.

Ursprünglich stammt die Kartoffel aus Südamerika und wurde dort bereits vor mehr als 7.000 Jahren angebaut. Sie ist heute eines der weltweit wichtigsten Grundnahrungsmittel.

Die Schale dient der Kartoffel als natürlicher Schutz vor schädlichen Umwelteinflüssen und Schädlingen. Dies ist vor allem für den biologischen Anbau besonders wertvoll.



### KARTOFFELN BIO

festkochend, 10 kg Sack

Artikel-Nr.:  
13.788.035

### Kartoffelschalen-Chips

für 4 Portionen

#### ZUTATEN ZUBEREITUNG

Schalen von 8 großen Kartoffeln –  
5 EL Olivenöl –  
1 TL Paprikapulver edelsüß –  
Salz/Pfeffer –

- 1 Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffelschalen waschen und mit einem sauberen Geschirrtuch trockentupfen.
- 2 Die Schalen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Öl, Paprikapulver und Salz und Pfeffer darüber geben und gut mit den Händen vermischen.
- 3 Circa 15 Minuten knusprig backen und sofort servieren.

Kartoffeln enthalten viele Kohlenhydrate, aber wenig Kalorien. Das macht sie ideal für eine gesunde Ernährung. Zudem können sie mit einem hohen Anteil von Vitamin B und C punkten.

# Saisonkalender

**Beginn/Ende der Saison**

Auftakt oder Schluss – saftiges Obst und knackiges Gemüse – schon oder noch – erntefrisch auf den Tisch. Lassen Sie's sich schmecken.

**Hauptsaison**

Wer jetzt kauft, profitiert doppelt: Zum einen sind die Preise aufgrund des hohen Vorkommens jetzt entsprechend niedrig, zum anderen entfalten die Produkte erst in dieser Zeit ihr volles Aroma.

**Nicht im Angebot**

Leider können wir Ihnen diese Produkte derzeit nicht liefern. Aber greifen Sie doch auf eine unserer geschmackvollen Alternativen zurück.



**BAMBERGER HÖRNCHEN**  
(Deutschland)



**BIRNEN**  
Williams, Conference  
(Deutschland)



**WIRSING**  
(Deutschland)



**PASTINAKEN**  
(Deutschland)



**BLUTORANGEN**  
(Spanien)



**CHINAKOHL**  
(Deutschland)



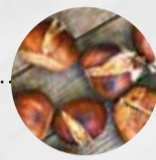
**CIMA DI RAPPA**  
Wilder Broccoli  
(Italien)



**CLEMENTINEN**  
(Spanien)



**CRANBERRYS**  
(Nordamerika)



**ESSKASTANIEN/MARONEN**  
(Frankreich)



**GRANATÄPFEL**  
(Spanien)



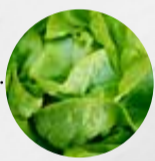
**GRÜNKOHL**  
(Deutschland)



**HASELNÜSSE**  
(Frankreich)



**KNOLLESELLERIE**  
(Deutschland)



**KOPFSALAT**  
(Italien, Belgien)



**KÜRBIS**  
Muskat, Spaghetti, Butternut, Hokkaido  
(Deutschland/Frankreich)



**LITSCHIS**  
(Übersee)



**LOLLO ROSSO/LOLLO BIONDA**  
(Italien, Frankreich)



**NAVELORANGEN**  
(Spanien)



**PETERSILIE**  
(Deutschland\*)



**PORREE**  
(Deutschland\*)



**ROSENKOHL**  
(Deutschland)



**RUCOLA/RAUKE**  
(Italien)



**SATSUMAS**  
(Spanien)



**SCHWARZWURZELN**  
(Deutschland, Belgien)



**SPINAT**  
(Italien\*)



**STECKRÜBEN/KOHLRÜBEN**  
(Deutschland)



**TOPINAMBUR**  
(Frankreich, Deutschland)



**WALNÜSSE**  
(USA)



**WINTERRETTICH**  
schwarz  
(Deutschland)



Unser Saisonkalender – nicht nur in jeder KOPFSALAT-Ausgabe, sondern auch online:

[cfgastro.de/produkte/saisonkalender](http://cfgastro.de/produkte/saisonkalender)

\*Voraussetzung: kein Frost

# AUS DER REGION FÜR DIE REGION

ÜBER  
**30**  
REGIONALE  
LIEFERPARTNER



**1.700**  
MODERNE  
KÜHLFAHRZEUGE



MEHR ALS  
**5.000**  
MITARBEITER

CA.  
**35.000**  
STOPPS AM TAG

## DAS FRISCHE-NETZWERK VON CF GASTRO

**A+S Frucht GmbH & Co. KG**  
[www.as-frucht.de](http://www.as-frucht.de)

**Abels Früchte Welt GmbH**  
[www.abelsfruechtewelt.de](http://www.abelsfruechtewelt.de)

**Andreas Kupfer & Sohn GmbH**  
[www.kupfer-sohn.de](http://www.kupfer-sohn.de)

**CF Gastro Service GmbH & Co. KG**  
[www.cfgastro.de](http://www.cfgastro.de)

**C. v. Schoonhoven & Sohn GmbH & Co. KG**  
[www.schoonhoven-rheine.de](http://www.schoonhoven-rheine.de)

**Denscheilmann + Wellein GmbH**  
[www.de-we.de](http://www.de-we.de)

**Dieter Fuhrmann Obst & Gemüse  
Großhandels GmbH**  
[www.dieter-fuhrmann.de](http://www.dieter-fuhrmann.de)

**Frisch Frucht Erfurt GmbH**  
[www.frischfruchterfurt.de](http://www.frischfruchterfurt.de)

**Friweika eG**  
[www.friweika.de](http://www.friweika.de)

**Frucht Hartmann GmbH**  
[www.fruchthartmann.de](http://www.fruchthartmann.de)

**Fruchthof Northeim GmbH & Co. KG**  
[www.fruchthof-northeim.de](http://www.fruchthof-northeim.de)

**Früchte Feldbrach GmbH**  
[www.fruechte-feldbrach.de](http://www.fruechte-feldbrach.de)

**Grabmayr GmbH - Obst- und  
Gemüsegroßhandel**  
[www.grabmayr.at](http://www.grabmayr.at)

**Grafetstetter GmbH**  
[www.fruechteexpress.de](http://www.fruechteexpress.de)

**Grünzeug & Mehr GmbH**  
[www.gruenzeugundmehr.at](http://www.gruenzeugundmehr.at)

**Häusler Frischeservice GmbH**  
[www.haeusler-frischeservice.de](http://www.haeusler-frischeservice.de)

**Henning Broscheit GmbH**  
[www.broscheit.de](http://www.broscheit.de)

**JHG GastroExpress**  
[www.gastro-express.info](http://www.gastro-express.info)

**Josef Ochs GmbH**

**Kai Brüning Obst- und  
Gemüsegroßhandel GmbH**  
[www.bruening-nortorf.de](http://www.bruening-nortorf.de)

**Köhra - Frische GmbH**  
[www.koehra.de](http://www.koehra.de)

**Lindner GmbH**  
[www.lindnerfood.de](http://www.lindnerfood.de)

**Manss GmbH Frischeservice**  
[www.manss.nrw](http://www.manss.nrw)

**Marker oHG**  
[www.unternehmen-frische.de](http://www.unternehmen-frische.de)

**Matthies & Söhne Fruchtimport GmbH**  
[www.msfrucht.de](http://www.msfrucht.de)

**Mönchguter Fruchtgroßhandel GmbH**  
[www.moenchguter-fruchtgroßhandel.de](http://www.moenchguter-fruchtgroßhandel.de)

**Oliver Fruchthandels GmbH**  
[www.oliver-fruchthandel.de](http://www.oliver-fruchthandel.de)

**Peter Blessing GmbH**  
[www.blessingmarkt.de](http://www.blessingmarkt.de)

**Rothenburger Marktfrisch Verarbeitungs-  
u. Handelsgesellschaft mbH**  
[www.marktfrisch-rothenburg.de](http://www.marktfrisch-rothenburg.de)

**Sapros GmbH**  
[www.sapros.de](http://www.sapros.de)

**Sapros Handels- und Vertriebs GmbH**  
[www.sapros-ka.de](http://www.sapros-ka.de)

**Schwabfrucht Gastro GmbH**  
[www.schwabfrucht.de](http://www.schwabfrucht.de)

**Steinkrüger Frucht- & Frischehandel GmbH**  
[www.steinkrueger.de](http://www.steinkrueger.de)

**Töpfer GmbH**  
[www.toepfer-salate.de](http://www.toepfer-salate.de)

**Weihe GmbH**  
[www.weihe.de](http://www.weihe.de)

**Werder Frucht Gastroservice GmbH**  
[www.werder-frucht.de](http://www.werder-frucht.de)