

KOPE SALAT

Das frische Magazin für Gastronomie-
und Verpflegungs-Profis



Die Königin der Früchte

Die Ananas im Exklusivportrait

Saisonale Höhepunkte: Hagebutte // Schlehdorn // Sanddorn // Holunderbeere

Laktoseintoleranz: Volkskrankheit oder Modeerscheinung?

Royales, Wildes und Neues

Auch dieser KOPFSALAT ist wieder randvoll gefüllt mit Wissenswerten rund um das Thema Lebensmittel.

Titelthema ist die Königin der Früchte – die Ananas. Wir gewähren Ihnen Einblick in Herkunft, Anbau und Besonderheiten der royalen Frucht. Als saisonale Highlights stellen wir wilde Herbstfrüchte vor und außerdem hat unsere Redaktion mit der Lebensmittelinforma-

tionsverordnung (LMIV) ein hochaktuelles Thema für Sie aufbereitet. Zu guter Letzt darf das Münchner Oktoberfest in dieser Ausgabe nicht fehlen – passend dazu haben wir Ihnen nämlich ein paar leckere Sonderangebote zusammengestellt.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen.



Sonja Weigand
Geschäftsführerin
Dencheilmann + Wellein GmbH

Saisonale Höhepunkte

Hagebutte

Als Hagebutte werden die Früchte der Wildrose bezeichnet. Von September bis Oktober können sie gesammelt werden. Die auffälligen roten Früchte sind allerdings nur Scheinfrüchte – die echten sind nämlich die Kerne in den roten Schalen. Diese haben kleine feine Haare, die mit Widerhaken besetzt sind. Nicht jeder verbindet damit aus Kindertagen angenehme Erinnerungen, wenn man das „Juckpulver“ verabreicht bekommen hat. Beheimatet ist die Hagebutte in Europa und Asien. In den meisten Fällen wächst sie wild. Da sie aber relativ anspruchslos ist, wird die Hagebutte manchmal auch angebaut.

Inhaltsstoffe / Wirkung:

Neben dem Sandorn hat die Hagebutte den höchsten Vitamin-C-Gehalt unter heimischen Früchten. Sie enthält aber zusätzlich auch viel Vitamin A und B, so wie Calcium, Magnesium und Phosphor. Als Tee eignen sich Hagebutten daher gut gegen Erkältungen. Die Hagebutte gilt als appetitanregend und harntreibend. Die Früchte enthalten Öl, welches in der Kosmetikindustrie Verwendung findet.

Einkauf / Lagerung:

Im Handel wird die Hagebutte eher selten frisch angeboten. Man erhält in der Regel weiterverarbeitete Produkte aus Hagebutte. Dazu gehören Tee, Konfitüren, Säfte und Liköre. Um frische Ware zu bekommen, kann man im Herbst selbst Ausschau nach den reifen Früchten halten.

Verwendung:

Hagebutten können roh gegessen werden, nachdem die Nüsschen entfernt wurden. Je später man sie pflückt, desto süßer sind sie. Die Früchte bleiben oft den ganzen Winter am Strauch und sind meist auch noch im Frühling nach Durchfrieren problemlos genießbar. Die Früchte können zu Mus oder Konfitüre (Hagebuttenmark) verarbeitet werden. Traditionell werden damit die fränkischen Krapfen gefüllt. Aber auch zum Würzen von Wildgerichten eignen sich Hagebutten. In Schweden wird Hagebutten Suppe als süße Suppe zusammen mit Makronen oder Knäckebrot genossen. Hagebutten lassen sich auch zu Fruchtw Wein, Likör und Aufgussgetränken verarbeiten.

Schlehdorn

Der Schlehdorn ist in ganz Europa beheimatet. Man findet ihn aber auch in Vorderasien, Nordafrika und im Kaukasus. Die Früchte reifen etwa ab September, werden aber zumeist nach dem ersten Frost am Strauch geerntet. Durch Frosteinwirkung (Naturfrost oder Tiefkühlkälte) wird ein Teil der bitter schmeckenden Gerbstoffe in den Früchten enzymatisch abgebaut. Dabei sinkt der Gerbstoffgehalt im Fruchtsaft von ungefähr 10 Gramm je Liter auf unter 5 Gramm je Liter. Ein vollständiger Abbau der Gerbstoffe ist aber nicht gewünscht, da sie wesentlich zum Geschmack der Schlehdornprodukte beitragen.

Inhaltsstoffe / Wirkung:

Neben Vitamin C enthält die Schlehe auch Vitamin B, Kalium und Magnesium. Die Blüten, Rinde und Früchte wirken harntreibend, schwach abführend, fiebersenkend, magenstärkend und entzündungshemmend. Ein Aufguss mit Schlehenblüten wird besonders Kindern gern bei Durchfallerkrankungen, bei Blasen- und Nierenproblemen und Magenbeschwerden gereicht. Schlehenelixier gilt als geeignetes Stärkungsmittel nach Infektionskrankheiten.

Verwendung:

Die Früchte können unreif wie Oliven eingelegt werden. Im reifen Zustand wird Schlehdorn zur Herstellung von Marmeladen, Fruchtsäften, Fruchtweinen und als Zusatz zu Likör (Sloe Gin, Schlehenfeuer), Brantwein (Schlehenbrand) und anderen Spirituosen verwendet. Schlehenwein ist ein Fruchtwein, der nur auf den Früchten des Schlehdorns basiert. In manchen Gegenden werden die Früchte auch in geringen Mengen dem Apfelwein zugesetzt, wodurch dieser aufgrund der Gerbstoffe in den Schlehenfrüchten einen etwas weinähnlichen Charakter erhält.

Sanddorn

Ursprünglich aus Tibet stammend, wächst der Sanddorn heute auch in Europa, besonders in Küstennähe. Die Pflanzen sind sehr widerstandsfähig und überstehen gut Kälte, Hitze und Trockenheit. Die gelbroten Früchte sind Scheinfrüchte, denn ihr saftiges Fruchtfleisch umhüllt die eigentliche nussartige Frucht. Die Ernte beginnt im Spätherbst und ist durch die Dornen der Pflanzen und die empfindlichen Früchte sehr aufwendig.

Inhaltsstoffe / Wirkung:

Sanddorn ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen. Er enthält u.a. Vitamin A, C, E und fast alle B-Vitamine. Sein hoher Vitamin C-Gehalt – der den einer Zitrone um ein Vielfaches übersteigt – stärkt das Immunsystem gegen Infekte. Darüber hinaus liefert er ungesättigte Fettsäuren, sodass der Körper die fettlöslichen Vitamine des Sanddorn ohne zusätzliche Fettzugabe aufnehmen kann. Er wirkt nach einer Krankheit kraftspendend. Sanddorn kann Vegetariern und Veganern, die oft unter Vitamin-B12-Mangel leiden, als Nahrungsergänzungsmittel dienen.

Einkauf / Lagerung:

In Deutschland ist Sanddorn meist in verarbeiteter Form erhältlich, also als Saft, eingedicktes Mark, Tee, Sirup, Marmelade, Bonbons und Kosmetika. Jedoch gilt, je weniger verarbeitet der Sanddorn ist, desto besser die Wirkung der Inhaltsstoffe. Da Sanddorn aber sehr sauer schmeckt, ist er frisch nur schwer zu finden. Ein Tipp ist die Tiefkühlabteilung russischer Lebensmittelgeschäfte.

Verwendung:

Roh sind die Früchte eher ungenießbar, da sie sehr herb und sauer sind. Auch die verarbeiteten Produkte sollte man nicht pur genießen, sondern z. B. in Desserts, Müsli, Saucen oder Wein verarbeiten. In Kombination mit anderen Früchten, z. B. mit Mango oder Äpfeln, bildet er eine gute Grundlage für gesunde, leckere Smoothies. Heiß und als Saft ist er der ideale Vitaminlieferant für die kalte Jahreszeit.

Holler, Fliederbeere oder Kelkenbusch – die violettschwarze Wildbeere hat viele Namen. Sie bringen gekocht als Saft, Gelee, Sauce oder Suppe Farbe und Geschmack auf den Teller! In Mitteleuropa gehört der Holunder zu den am weitesten verbreitetsten Sträuchern und ist im Frühsommer an seinen charakteristischen Blütendolden und seinem Duft erkennbar. Ab September können dann die Beeren geerntet werden.

Inhaltsstoffe / Wirkung:

Hollunderbeeren zeichnen sich durch einen hohen Vitamin-C-Gehalt aus und machen sie deshalb so wirksam gegen Erkältungen. Sie haben einen entzündungshemmenden und dadurch schmerzlindernden und fiebersenkenden Effekt. Der wirksame Farbstoff des Holunders, dessen Gesundheitswert medizinisch vielfach bestätigt wurde, beugt unter anderem Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor.

Einkauf / Lagerung:

Am besten sammelt man die Beeren selber. Im Handel sind sie selten zu finden. Zur Lagerung eignen sich Holunderbeeren nur bedingt. Sie sollten nach der Ernte sofort verarbeitet werden.

Verwendung:

Bereits die Blüten kann man vielseitig verwenden, z. B. als Gelee, Zusatz bei Essig, für Salate. Als Sirup bilden sie die Grundlage für Getränke und Cocktails wie z. B. den „Hugo“. Die Beeren sind roh ungenießbar, können verarbeitet aber vielfältig eingesetzt werden, wie z. B. in Desserts, Suppen und Getränken, wie Wein, Schnaps oder Punsch. Sie lassen sich auch hervorragend mit anderen Früchten kombinieren, wie z. B. Äpfeln.

Das geheime Gold der Inka

Mit einer jährlichen Ernte von ungefähr 300 Millionen Tonnen gehört sie weltweit zu den wichtigsten Agrarpflanzen: Die Kartoffel.

Bevor die Kartoffel aber als Kulturpflanze in Europa eingeführt wurde, bauten die Inka die Knollen bereits seit Jahrhunderten als Nahrungsmittel in den Anden an. Bei den Inka hieß die Kartoffel übrigens „papa“. Die deutsche Bezeichnung „Kartoffel“ leitet sich wahrscheinlich vom italienischen „tartufolo“ ab, was soviel wie „Trüffel“ bedeutet.

Erst Mitte des 16. Jahrhunderts brachten spanische Seefahrer Kartoffelknollen mit nach Europa. Die Kartoffel wurde zuerst wegen ihrer schönen Blüten als Zierpflanze in Parkanlagen und botanischen Gärten angebaut. Den Wert der Kartoffel als Nahrungsmittel erkannte man aber zuerst in Irland, und zwar zu Beginn des 17. Jahrhunderts. Für die karge Insel war die Kartoffel die ideale Frucht und für die Bauern oft die einzige Nahrungsquelle.

Im Jahr 1747 begann südlich von Braunlage im Oberharz der Speisekartoffelanbau in Deutschland. Preußenkönig Friedrich der Große unterstützte zudem den großflächigen Anbau der Kartoffel in Preußen. Laut einer Anekdote hat er um Berlin Kartoffelfelder anlegen und von seinen Soldaten bewachen lassen. Die neugierigen Bauern wurden dadurch von der Kostbarkeit der Pflanzen überzeugt und klauten die Kartoffeln von den Feldern – ganz im Sinne des alten Fritz. Infolgedessen entwickelte sich die Kartoffel, nicht zuletzt aufgrund ihrer wertvollen Inhaltsstoffe und vielfältigen Zubereitungsformen, zum Grundnahrungsmittel im mitteleuropäischen Raum. Vor allem in der Zeit der Weltkriege garantierte die Knolle das Überleben der Bevölkerung.

Die Speisekartoffel kategorisiert man außerdem, aufsteigend nach dem Stärkegehalt, in die drei Kocheigenschaften festkochend, vorwiegend festkochend und mehligkochend. Diese Eigenschaften sind auch in der Kartoffelveredlung von entscheidender Bedeutung. So werden z. B. festkochende Kartoffeln zu Kartoffelsalat oder Bratkartoffeln verarbeitet, wohin gegen man mehligkochende Sorten u. a. im Kartoffelpüree wiederfindet.

Die Kartoffel ist übrigens das einzige Massenprodukt des Agrarmarkts der Europäischen Union, für das es keine Marktordnung gibt. Somit unterliegen die Kartoffelpreise dem freien Wettbewerb, was in einem Jahr wie 2013, das durch extreme Witterungslagen geprägt war, bedeutet, dass die Kartoffel am freien Markt teuer gehandelt wird. Der günstige Vegetationsverlauf in diesem Jahr hat an den Pflanzen weniger, aber dafür sehr große Knollen wachsen lassen. Daraus resultieren aktuell die Preisunterschiede auf dem Rohstoffmarkt zwischen günstiger Pommes Frites-Rohware und der teureren Garkartoffel- und Abpackrohware. Ferner haben die Landwirte in diesem Jahr in den Hauptanbaugebieten mit witterungsbedingten Qualitätsproblemen der Kartoffeln zu kämpfen. Deshalb wird für die aktuelle Kartoffelsaison, nach vorangegangener Euphorie, von einer eher durchschnittlichen Ernte ausgegangen.

In Südamerika, der Heimat der Kartoffel, existieren mehr als 3.000 Wildkartoffelarten, aus denen bis heute ca. 5.000 kultivierte Sorten hervorgehen. Die Kartoffeln werden im Wesentlichen nach folgenden Gesichtspunkten unterschieden:

- Gehalt an Stärke: Speise-, Futter- oder Industriekartoffeln
- Reifetermin: früh, mittelfrüh, mittelspät, spät
- Schalenfarben: gelb, weiß, rot, blau
- Fleischfarbe: weiß oder gelb
- Knollenform: lang, nierenförmig, halboval, oval, rund
- Resistenz gegen bestimmte Kartoffelkrankheiten

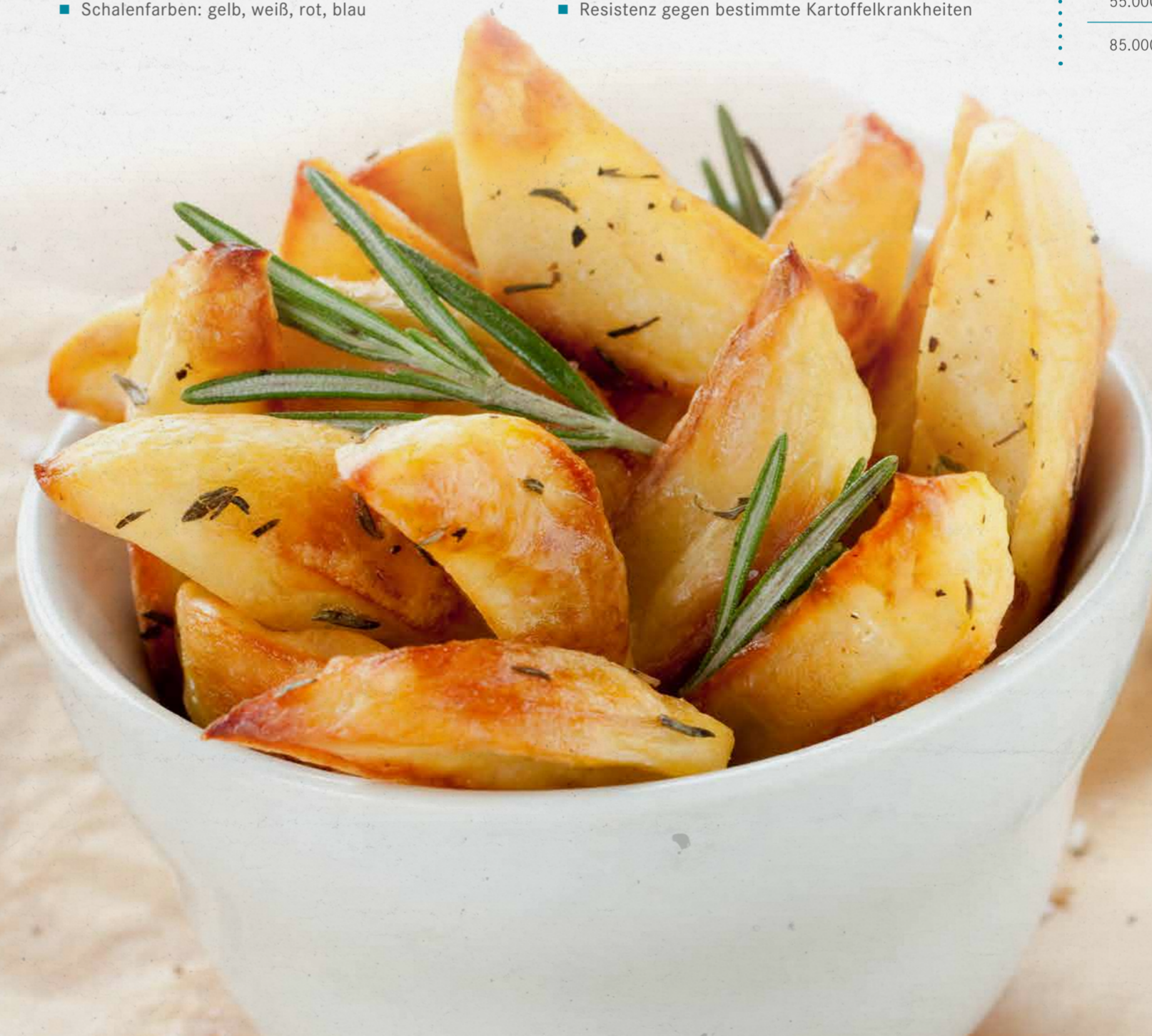


Räucherlachs auf Kartoffel-Zucchini-Puffer

Vermengen Sie den Kloßteig mit den Zucchini-Stiften und würzen Sie die Masse leicht mit Salz und Pfeffer nach. Formen Sie gleichmäßig dicke Puffer und braten Sie diese von beiden Seiten goldbraun in einer Pfanne mit heißem Öl an. Danach geben Sie 1 – 2 TL Remoulade auf den Puffer und garnieren den Teller mit einer Lachsrose und Schnittlauch aus.

Unser Tipp: Sie möchten Abwechslung auf den Teller bringen? Paprika, Aubergine, Möhre oder Porree eignen sich ebenfalls als Rösti-Variation.

Artikel-Nr.	Artikelbezeichnung
28.281.065	Kartoffelpufferteig "Volle Knolle"
25.902.010	Zucchini-Stifte
55.000.825	Remoulade
85.000.330	Norwegischer Räucherlachs



GOD SAVE THE QUEEN

Nicht nur wegen Ihrer Krone, sondern auch wegen Ihres vorzüglichen Geschmacks ist sie die Königin unter den Früchten – die Ananas. Und genau wie bei Königsfamilien ranken sich viele Geheimnisse um die köstliche Südfrucht. Aber einige wollen wir jetzt gelüftet.

STAMMBAUM

Wo stammt die Ananas her und wo wird sie angebaut?

Bereits die antiken, südamerikanischen Hochkulturen kultivierten die Ananas und nutzten die Frucht als Nahrungs- und Heilmittel, aber auch zur Weinherstellung. Nachdem Kolumbus die Ananas dann das erste Mal nach Europa brachte, trat sie um 1500 ihren weltweiten Siegeszug an: die Portugiesen begannen mit dem Anbau der Südfrüchte auf Sankt Helena und 200 Jahre später wurden die Pflanzen sogar in Frankreich und Großbritannien in speziellen Glashäusern gezogen.

Heute wird die Ananas im gesamten tropischen und subtropischen Gebiet angebaut. Thailand und die Philippinen machen ungefähr ein Drittel der weltweiten Produktion aus. Bis in die 1950er Jahre war Hawaii Hauptanbauggebiet, was sich heute noch in Gerichten wie Pizza Hawaii oder Toast Hawaii wieder spiegelt.

Da sich die Anbaugelände global verteilen ist die Ananas das ganze Jahr verfügbar. In Deutschland verkaufte Früchte werden vorwiegend aus Costa Rica und von der Elfenbeinküste geliefert. Für den Frischexport werden die Früchte vor der Vollreife geerntet, für die industrielle Verarbeitung werden aber vollreife Früchte verwendet.

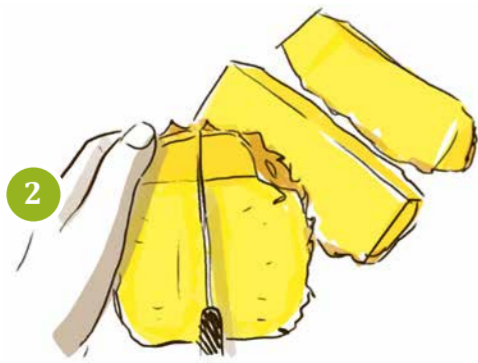
Die Ananas enthält zahlreiche Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme wie u.a. Bromelain. Das sorgt für eine besondere Heilwirkung und fördert die Verdauung sowie die Durchblutung und wirkt zudem entzündungshemmend. In tropischen Ländern wird sie auch zur Behandlung von Verstopfung und Durchfall eingesetzt.

Noch ein paar Worte zur Ananas-Diät: Die Enzyme in der Südfrucht sollen angeblich die Fettaufnahme des Körpers verhindern und folglich könne ohne schlechtes Gewissen geschlemmt werden. Aber das ist ein Mythos. Die Enzyme werden beim Verdauungsvorgang inaktiv und sind damit wirkungslos, wenn sie im Darm, dem eigentlichen Ort der Fettverwertung, ankommen.

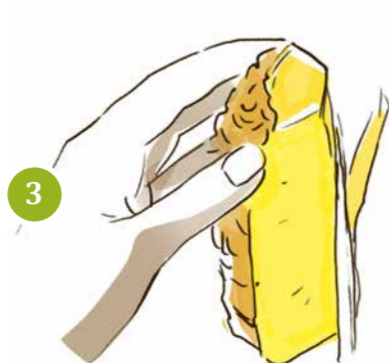
4 **Imperien der Königin.** Zu den größten Ananasproduzenten gehören Brasilien, Costa Rica, Indien, Thailand, China, die Philippinen und Indonesien. Sie bauen ca. 70 Prozent (12,5 Mio. Tonnen) der weltweiten Ananasernte an.



1 Entfernen Sie Strunk und Blütenansatz mit einem scharfen Messer.



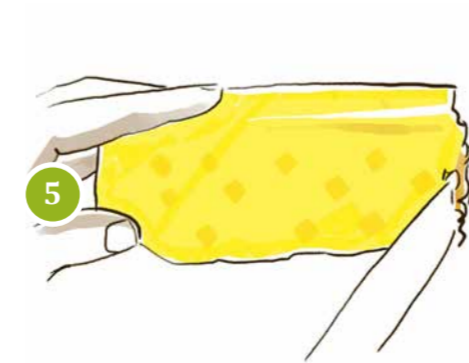
2 Stellen Sie die Ananas hochkant auf eine Schneidefläche und vierteln Sie die Frucht längs.



3 Stellen Sie die Viertel wieder hochkant und schneiden Sie von nach unten den Mittelstrunk heraus.



4 Entfernen Sie danach die Schale von den einzelnen Vierteln.



5 Schneiden Sie, falls nötig, kleine Schalenreste nach.



6 Das Fruchtfleisch ist sauber aus der Schale gelöst und kann nun ganz leicht in dicke Viertelstücke geschnitten werden, z.B. für einen Fruchtsalat.



ROYAL FAMILY

Welche Sorten gibt es?

In Deutschland ist die marktdominierende Sorte die Extra Sweet Ananas (MD2). Teilweise werden auch Früchte ohne Kronen verkauft – sogenannte „Crownless“ – da die Krone nur als Zier dient und für produzierende Unternehmen (z.B. Salate) nicht interessant ist. Für Dekorationszwecke werden oft die sehr kleinen Baby-Ananas verwendet.

Es gibt aber weit über 100 Ananas-Sorten, doch für den kommerziellen Anbau sind nur einige Sorten wichtig. In Deutschland werden vor allem Früchte der Sorte „Cayenne“ gehandelt. Die vier bedeutendsten Sortengruppen möchte wir Ihnen im folgenden kurz und knapp vorstellen:

CAYENNE-GRUPPE

Sorten: Smooth Cayenne, Kew, Hilo, Baron Rothschild
Aussehen: zylindrisch, orange-gelb & faserarm, hellgelbes Fruchtfleisch
Geschmack: aromatisch
Anmerkung: Wichtigste Sortengruppe

QUEEN-GRUPPE

Sorten: Natal Queen, Victoria, Alexandra, MacGregor, Fairy Queen
Aussehen: schmale Blätter, gebogene Randstacheln, kräftig gelbes Fruchtfleisch
Geschmack: aromatisch, süß
Anmerkung: meist für den Frischverzehr angebaut

SPANISH-GRUPPE

Sorten: Singapore Spanish, Red Spanish
Aussehen: runde, rot-gelblich & faserreich, weißes Fruchtfleisch
Geschmack: aromatisch
Anmerkung: /

PERNAMBUCO-GRUPPE

Sorten: Pernambuco, Sugar Loaf, Abacaxi, Paulista
Aussehen: pyramidenförmig, grün-gelb & faserlos, weißes bis gelbliches Fruchtfleisch
Geschmack: aromatisch
Anmerkung: lokaler Verbrauch in Brasilien und Venezuela

GLANZVOLLER AUFTRITT

Wie wird die Ananas zubereitet und verwendet?

Am besten schmeckt die Ananas frisch. Beim Einkauf sollten Sie darauf achten, dass Sie große und schwere Früchte mit einem intensiven Duft wählen. Die inneren Blätter am Schaft der Ananas müssen sich leicht lösen lassen. Wenn Sie mit dem Finger auf das Fruchtfleisch drücken, sollte es zwar etwas nachgeben, aber die Ananas sollte keine Druckstellen aufweisen. Die Farbe der Schale ist kein Indiz für den Reifegrad der Ananas. Lediglich die kleinen Blättchen, die aus den so genannten "Augen" der Ananas ragen, sollten braun gefärbt sein.

Wie man die Frucht am geschicktesten aufschneidet, zeigen wir Ihnen in unserem unten stehendem Schaubild.

Der süßsäuerliche Geschmack der Ananas passt außerdem hervorragend zu pikanten Gerichten mit Huhn, Schweinefleisch und Schinken. Außerdem lässt sich Ananas gut in Desserts und Kuchen, aber auch in Fleisch-, Fisch- und Currygerichten verarbeiten. Ein beliebter Klassiker mit Ananas ist Toast Hawaii oder Pizza Hawaii.

Die neue Lebensmittelinformationsverordnung

Kaum eine Verordnung beschäftigt die Lebensmittelbranche zurzeit mehr als die neue Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV), die für alle ab dem 13. Dezember 2014 verpflichtend gültig ist. Doch was bedeutet die Verordnung für Kunden und Lieferanten konkret? Wie müssen die Anforderungen umgesetzt werden? Und welche Hilfestellungen bietet CF Gastro?

Die Lebensmittelinformationsverordnung regelt in der Europäischen Union die Kennzeichnung von Lebensmitteln. Sie wurde am 25. Oktober 2011 als Verordnung EU Nr. 1169/2011 beschlossen und gilt ab dem 13. Dezember 2014 verbindlich in allen Mitgliedsstaaten der EU. Damit werden alle bis zu diesem Zeitpunkt gültigen nationalen Verordnungen abgelöst. In Deutschland berührt das die Lebensmittelkennzeichnungsverordnung, die allgemeine Grundsätze, Anforderungen und Zuständigkeiten für die Informationen über Lebensmittel und insbesondere für die Kennzeichnung von Lebensmitteln festlegt.

Ziel der LMIV ist ein umfassender Gesundheits- und Interessenschutz der Verbraucher. Sie gilt für alle vorverpackten Lebensmittel auf jeder Stufe, auch wenn diese weiterverarbeitet werden.

WELCHE INFORMATIONEN MÜSSEN BEREITGESTELLT WERDEN?

- 1 Bezeichnung des Lebensmittels
- 2 Verzeichnis der Zutaten (Überschrift, sämtliche Zutaten in absteigender Reihenfolge)
- 3 Zutaten, die im Enderzeugnis vorhanden sind und die Allergien und Unverträglichkeiten auslösen können (Allergenkennzeichnung)
- 4 Menge bestimmter Zutaten oder Klassen von Zutaten
- 5 Nettofüllmenge des Lebensmittels
- 6 Mindesthaltbarkeitsdatum oder das Verbrauchsdatum
- 7 ggf. besondere Anweisungen für Aufbewahrung und/oder Anweisungen für die Verwendung
- 8 Name oder Firma sowie Anschrift des Lebensmittelunternehmers
- 9 Ursprungsland oder Herkunftsort (Art. 26)
- 10 Gebrauchsanleitung, falls es schwierig wäre, das Lebensmittel ohne eine solche angemessen zu verwenden
- 11 für Getränke mit einem Alkoholgehalt von mehr als 1,2 Volumenprozent: die Angabe des vorhandenen Alkoholgehalts in Volumenprozent
- 12 Nährwertdeklaration

WIE MÜSSEN DIE INFORMATIONEN BEREIT- UND DARGESTELLT WERDEN?

- verfügbar und leicht zugänglich
- bei vorverpackten Lebensmitteln direkt auf der Verpackung oder auf einem an der Verpackung befestigten
- gut sichtbare Stelle
- deutlich, gut lesbar und ggf. dauerhaft (= unverwischbar)
- nicht durch andere Angaben oder Bildzeichen oder sonstiges Material verdeckt, undeutlich gemacht oder getrennt
- der Blick darf nicht davon abgelenkt werden

Insbesondere die Allergenkennzeichnung und die Nährwertdeklaration stellt besondere Anforderungen. Zukünftig gilt die Allergenkennzeichnung auch für lose Waren, wie z. B. Backwaren. Dabei ist es nicht ausreichend, die Daten an einer zentralen Stelle zu hinterlegen und bei Bedarf zugänglich machen. Das bedeutet für Gastronomie und Anbieter von Gemeinschaftsverpflegung, dass sie diese Informationen direkt am Artikel zur Verfügung stellen müssen, beispielsweise in Form von Aushängen und/oder Schildern.

Die Nährwertdeklaration ist für alle vorverpackten Lebensmittel ab Dezember 2016 verpflichtend, ausgenommen davon sind unverarbeitete Lebensmittel, die nur aus einer Zutat oder Zutatengruppe bestehen oder verarbeitete Erzeugnisse, die lediglich einer Reifungsbehandlung unterzogen wurden und die nur aus einer Zutat oder Zutatengruppe bestehen. Außerdem sind Kräuter, Gewürze oder Mischungen daraus, Salz, Salzsubstitute sowie Tafelstüben ausgenommen. Viele Hersteller bieten schon heute Informationen zu Nährwerten an. Ab 2016 müssen diese aber folgende Kriterien erfüllt sein:

ANGABE DER BIG 7 IN VORGEGEBENER REIHENFOLGE

- Brennwert (kJ/kcal)
- Fett
- Gesättigte Fettsäuren
- Kohlenhydrate
- Zucker
- Eiweiß
- Salz

Weitere Angaben wie z. B. Ballaststoffe, Vitamine usw. können gemacht werden. Erfolgt schon vorher eine freiwillige Nährwertdeklaration, muss diese den Anforderungen der LMIV entsprechen.

CF Gastro als Lieferant des klassischen Obst- und Gemüsesortiments kann Ihnen aber auch von Artikeln aus den Bereichen Ready Cut, Convenience, Feinkost, Molkerei und High Convenience, alle notwendigen Daten mittels Produktspezifikationen zur Verfügung stellen. Über unser modernes Warenwirtschaftssystem halten wir alle Daten auf dem aktuellsten Stand und können – je nach Bedarf – weitere Angaben zu einzelnen Produkten machen bzw. kundenseitig in Datenbanken einpflegen.

Sie haben Fragen zur LMIV und den Produktspezifikationen? Gerne können Sie uns auch direkt ansprechen.

Saisonkalender

Weil´s frisch einfach besser schmeckt



Artikel	September	Oktober	November	
Birnen – Williams, Gute Luise, Conference, Klapps Liebling (De)	■	■	■	
Blumenkohl (Deutschland)	■	■	■	
Brokkoli (Deutschland)	■	■	■	
Busch-, Stangen-, Wachsbohnen (Deutschland)	■	■	■	
Chicoree (Deutschland)	■	■	■	
Cranberries (Nordamerika)	■	■	■	
Clementinen (Spanien)	■	■	■	
Grünkohl (Deutschland)	■	■	■	
Fenchel (Deutschland)	■	■	■	
Kopfsalat (Deutschland)	■	■	■	
Kopfsalat (Italien)	■	■	■	
Kürbis (Deutschland)	■	■	■	
Lollo Rosso / Lollo Bionda (Deutschland)	■	■	■	
Lollo Rosso / Lollo Bionda (Italien)	■	■	■	
Orangen (Spanien)	■	■	■	
Pflaumen (Deutschland)	■	■	■	
Quitte (Deutschland)	■	■	■	
Rosenkohl (Deutschland)	■	■	■	
Rucola / Rauke (Deutschland)	■	■	■	
Rucola / Rauke (Italien)	■	■	■	
Saubohnen (Deutschland)	■	■	■	
Schmorgurken, Landgurken, Einlegegurken (Deutschland)	■	■	■	
Speisekartoffeln (Deutschland)	■	■	■	
Spinat (Italien)	■	■	■	
Staudensellerie (Deutschland)	■	■	■	
Stielmus (Deutschland)	■	■	■	
Steckrüben / Kohlrüben (Deutschland)	■	■	■	
Topinambur (Deutschland)	■	■	■	
Wein hell / blau (Italien)	■	■	■	
Zucchini (Deutschland)	■	■	■	

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.



WIE STELLT CF GASTRO DIE PRODUKT-INFORMATIONEN BEREIT?

QR-Code scannen und Beispielbogen herunterladen!

Zur Sache



Laktoseintoleranz: Volkskrankheit oder Modeerscheinung?

Im Zusammenhang mit Verdauungsproblemen fällt heutzutage immer häufiger der Begriff Laktoseintoleranz. Viel zu oft wird dabei ohne ärztliche Unterstützung eine Selbstdiagnose gestellt. Jeder Dritte glaubt, an einer Laktoseintoleranz zu leiden. Cremiger Joghurt, köstlicher Milchschaum, erfrischendes Eis – für die einen Genuss, für die anderen Verdruss. 35% der Befragten sind sich sicher oder vermuten, unter einer Laktoseintoleranz zu leiden. Tatsache ist jedoch ist dass diese Diagnose weitaus seltener gestellt wird als allgemein angenommen. In Deutschland sind lediglich 15% der Bevölkerung betroffen.

Was ist Laktoseintoleranz?

Laktose ist Milchzucker, der natürlicherweise in Milch vorkommt. So ist er hauptsächlich in Milchprodukten enthalten, wobei der Gehalt in den einzelnen Produkten sehr stark variiert. Er ist aber auch versteckt in Medikamenten und Lebensmitteln, wie z. B. in Wurst, Brot oder Tabletten zu finden. Bei einem gesunden Menschen wird Milchzucker mit Hilfe des Enzyms Lactase gespalten. Herrscht ein Mangel dieses Enzyms im Körper, treten Symptome wie Magen-Darm-Beschwerden auf. Laktoseintoleranz muss aber nicht immer der Grund dafür sein, auch wenn das zunächst häufig vermutet wird. Generell ist es wichtig, die Symptome von einem Arzt abklären zu lassen und keine Selbstdiagnose zu stellen. Dennoch halten sich einige Menschen unnötig von Milchprodukten fern, wenn sie vermuten, an einer Intoleranz zu leiden. Auch bei Schulkindern wird von Eltern oft voreilig Laktoseintoleranz diagnostiziert, obwohl diese Erkrankung bei Kindern nur sehr selten vorkommt.

Laktosefrei – eine Werbestrategie?

Insbesondere die Lebensmittelindustrie hat diesen Aspekt aufgegriffen und wirbt auf vielen Produkten mit der Bezeichnung „laktosefrei“. Diese kosten dann oftmals gleich ein Vielfaches mehr. Für Menschen, die unter einer Unverträglichkeit leiden, erleichtert die Kennzeichnung die Lebensmittelauswahl. Wer aber solche Lebensmittel kauft, ohne dass es gesundheitlich notwendig ist, zahlt erheblich mehr, ohne einen Zusatznutzen zu erhalten. Doch die Hersteller erwecken oft den Eindruck, dass diese Produkte allgemein Gesundheit und Wohlbefinden steigern können. So sollen Personen zum Kauf dieser Produkte angeregt werden, die dafür gar keinen Bedarf haben. Lebensmittel, wie zum Beispiel Käse, sind natürlicherweise so gut wie laktosefrei. Als Faustregel gilt: Je länger ein Käse reift, desto weniger Laktose enthält er. Ein weiteres Beispiel ist Sojamilch. Sie ist laktosefrei – und zwar immer, von Natur aus.



Tradition und Innovation als Erfolgsrezept

Denscheilmann + Wellein GmbH

Im Jahr 1934 beginnt die Firmengeschichte der Denscheilmann + Wellein GmbH mit einem einfachen Handwagen, der die frischen Produkte für den weiteren Transport zum Bahnhof beförderte. Nach dem Krieg wurde das Unternehmen schnell zu einem kompetenten und zuverlässigen Partner im Bereich des Obst- & Gemüsehandels und konnte ein stetes Wachstum verzeichnen. Heute arbeiten rund 260 Mitarbeiter auf einer Gesamtfläche von ca. 16.000 m². Aus dem Handwagen von damals ist heute ein Fuhrpark von 45 Kühl-LKW gewor-

den. Außerdem werden seit 1969 bei Denscheilmann + Wellein GmbH Bananen gereift. Der Reifeprozess wird heute in 21 EDV-gesteuerten Reifekammern mit einer wöchentlichen Kapazität von 23.000 Kartons realisiert. Über alle Sortimente verteilt stehen mehr als 8.000 Artikel zur Verfügung. Diese können, dank der eigenen Packstation, nach Kundenwunsch in Netze, Flowpack oder Foodtainer abgepackt werden.

Weitere Informationen unter www.de-we.de

Geschäftsführer	Sonja Weigand, Johannes Weigand
Zertifizierungen / Qualitätsmanagement	Bio, QS, IFS Cash & Carry, DIN ISO 9001
Gründungsdatum	1934
Mitarbeiterzahl	260
Kühlagerfläche	16.000 m ²
Warenumsatz	120.000 Tonnen pro Jahr
Sortiment	Obst & Gemüse, Ready Cut, Feinkost, Trockenwaren, Convenience, High Convenience, Konserven, Molkereiprodukte, Getränke, Floristik, Art Deco



D+W
Früchte Gemüse
Blumen

Denscheilmann + Wellein GmbH

Kirschäckerstr. 26
96052 Bamberg

Tel.: 0951-93 39-0
Fax: 0951-93 39-190
E-Mail: info@de-we.de
www.de-we.de



Unsere aktuellen Sonderangebote



Unsere aktuellen Angebote halten diesmal traditionelle und schmackhafte und deftige Schmankerl für Sie bereit.

Artikel-Nr.	Artikel	Marke	Verkaufseinheit
25.113.006	Feldsalat geputzt	napuro	250 g Beutel
23.983.060	Bayerischer Kartoffelsalat	cold ´n ´fresh	5,0 kg Eimer
25.773.160	Rendsburger Krautsalat	napuro	5,0 kg Eimer
28.281.065	Kartoffelpufferteige "Volle Knolle"	cold ´n ´fresh	5,0 kg Eimer
46.003.000	Obazda 60%	Alpenhain	1,5 kg Eimer
65.015.238	TK Haxen gegart 17 Stück à ca. 600 g	Micheler	ca. 10,2 kg Karton
65.015.239	TK Münchner Weißwurst 66 Stück à ca. 60 g	Micheler	ca. 3,96 kg Karton

Bitte kontaktieren Sie Ihren persönlichen CF Gastro Lieferpartner.

Herausgeber: CF Gastro Service GmbH & Co. KG | Beusselstraße 44 N-Q | 10553 Berlin | Tel.: 030-394 06 40-0 | Fax: 030-394 06 40-200 | www.cfgastro.de

Konzeption, Redaktion und Gestaltung: STÜRMER & DRÄNGER – Visuelle Kommunikation

Bildnachweise (soweit nicht anders angegeben): CF Gastro Service GmbH & Co. KG, S.1, 2, 3, 4, 5, 7, 8 Shutterstock



CF Gastro Service GmbH & Co. KG
Beusselstraße 44 N-Q
10553 Berlin

Tel.: 030-394 06 40-0
Fax: 030-394 06 40-200
E-Mail: info@cfgastro.de
www.cfgastro.de