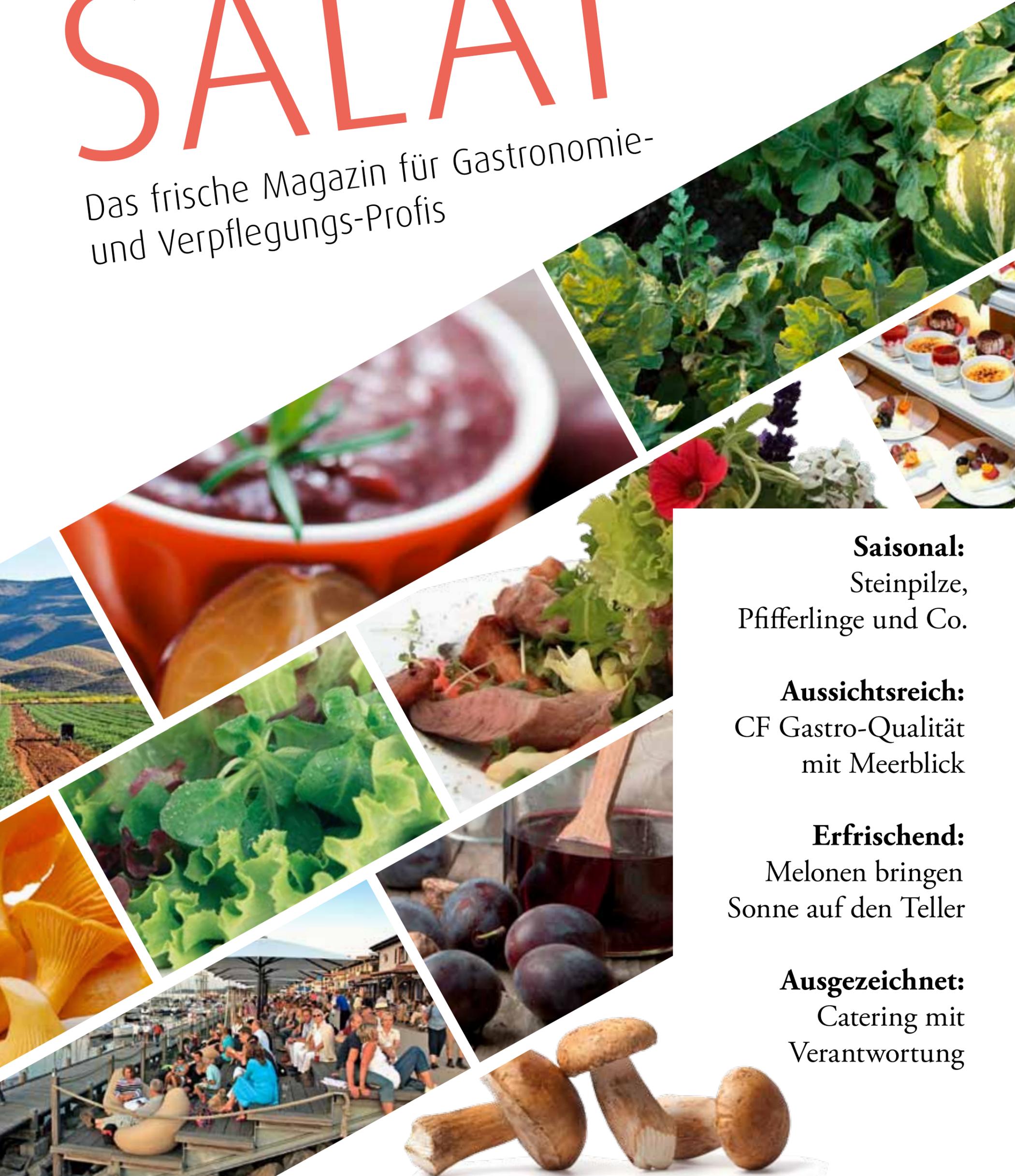


KOPE SALAT

Das frische Magazin für Gastronomie-
und Verpflegungs-Profis



Saisonal:
Steinpilze,
Pfifferlinge und Co.

Aussichtsreich:
CF Gastro-Qualität
mit Meerblick

Erfrischend:
Melonen bringen
Sonne auf den Teller

Ausgezeichnet:
Catering mit
Verantwortung

Mit Sommergenuss ins Küchenplus

Liebe Gastro- und Verpflegungs-Profis,



GF der Hennig Broscheit GmbH
Thorsten Bruckmann

der Sommer ist da und mit ihm viele Köstlichkeiten wie Melonen, Pflaumen, Pfifferlinge oder Steinpilze. In dieser 6. Ausgabe von KOPFSALAT erfahren Sie alles über die saisonalen Gaumenfreuden – vom Anbau über die Verarbeitung bis hin zur Zubereitung.

In diesem Heft stellen wir Ihnen langjährige nationale und internationale CF Gastro-Partner und Erzeuger vor. Am Beispiel des Restaurants Vielmeer zeigen wir, wie viel Genuss eine Kooperation verschiedener Spitzenpartner bereitet – und so den Umsatz steigert. Anhand der Firma Köhra und dem Caterer Fairgourmet veranschaulichen wir, wie zertifiziertes, nachhaltiges Handeln zu einem Mehrwert fürs Unternehmen führt.

Außerdem erwarten Sie in dieser Ausgabe spannende Informationen rund um Inhaltsstoffe und die Lagerung über die Saison hinaus. Aufgrund der positiven Resonanz bieten wir Ihnen auch dieses Mal kreative Rezepte, mit denen Sie Ihre Gäste überraschen können.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Herzlichst, Ihr

JETZT HEISST'S

SCHWAMMERL IN DIE PFANNE

Steinpilze und Pfifferlinge kommen bei CF Gastro von Stahl aus Bayern

Die edlen Speisepilze sind eine pikante Angelegenheit – und das nicht nur in kulinarischer Hinsicht. Sie zu lagern und schmackhaft weiterzuverarbeiten, erfordert hohe Qualitätsstandards, technisches Know-how und vor allem jede Menge Erfahrung.

Wenn es um Pilze geht, setzt CF Gastro daher auf die Stahl Wild, Pilze und Waldfrüchte GmbH. Seit 1984 produziert und vertreibt das familiengeführte Unternehmen Pilze und Waldfrüchte im großen Stil – neben erstklassiger Frischware gehören auch Tiefkühlware, Konserven und Trockenware sowie Wild-Preiselbeeren zum Sortiment. In Deutschland, Österreich und der Schweiz gehört die Firma, die ihren Sitz in Bayern hat, zu den führenden Anbietern von Pfifferlingen und Steinpilzen.

Aufgrund ihrer Größe verfügt die Stahl GmbH über ausgezeichnete Beschaffungs- und Logistikstrukturen. „Pilze sind extrem empfindlich, was Licht, Wärme und Druck betrifft. Daher arbeiten wir nach strengen Qualitätsvorgaben, sowohl was die Beschaffung, die Rohwarenauswahl und Selektion, als auch die Lagerung und den Transport betrifft.“ Diese hohen Standards belegen zahlreiche Zertifikate wie zum Beispiel IFS, HACCP und Bio – und am Ende natürlich der Geschmack.



Selektion in Handarbeit

– bei Stahl werden nur erstklassige Rohwaren verarbeitet



Der König unter den Speisepilzen

– der Steinpilz zeichnet sich durch seinen erdigen Geschmack aus

Die Firma Stahl – hier haben Pfifferlinge und Co. immer Saison

Im rohen Zustand schmeckt er pfeffrig – daher rührt auch der Name Pfifferling





DINIEREN MIT BLICK AUFS MEER

AGRAR FRISCH UND VIELMEER: GENUSS FÜR AUGEN UND GAUMEN

In das Geräusch der Wellen und der Laute der Möwen mischt sich Besteckklappern und dezentes Stimmengewirr. Nur einen Steinwurf vom Meer entfernt, vis à vis des Yachthafens, lädt das Restaurant Vielmeer, das mit dem Deutschen Gastronomiepreis 2011 ausgezeichnet wurde, zum Dinieren mit Blick auf die Ostsee ein.

Auf den weißen Tellern des Vielmeer am Oststrand des Ostseebads Kühlungsborn lassen sich beispielsweise rosa gebratenes Lammfilet auf Sommersalat mit aromatischen Pfifferlingen finden. An einem der Tische auf der neu erbauten Holzterrasse genießt ein Gast zarte Schweinefiletblätter auf Casereccie-Tricolore-Nudeln in Steinpilzrahmsauce mit jungem Lauch. „Der Blick ist herrlich und die Qualität der Speisen exzellent. Wann immer ich hier Urlaub mache, gönne ich mir einen Besuch im Vielmeer“, schwärmt er und schaut verträumt aufs Wasser.

CF Gastro-Partner

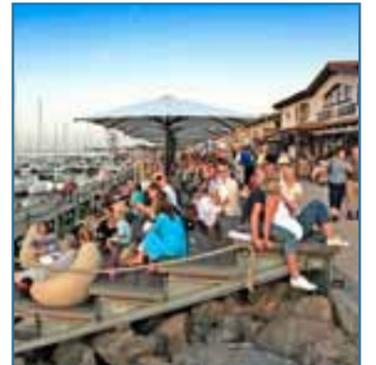
AGRAR FRISCH GmbH

- Sortiment: regional // saisonal // Frischeartikel // Geschnittenes // Feinkost // Salate // Molkereiprodukte
- Geschäftsführung: Herbert Lange, Bernd Thalmann

AGRAR FRISCH GmbH
Kühlungsborner Straße 5
18230 Wendelstorf
E-Mail: info@agrar-frisch.de

Peter Weide, Geschäftsführer des Restaurants, erklärt den Erfolg des Vielmeer: „Neben der unmittelbaren Nähe zum Wasser ist es die exquisite Küche, die unser Lokal so besonders macht. Wir bieten immer neue, frische Kreationen, bei denen Klassiker modern interpretiert werden.“ Weil die Qualität der Gerichte wesentlich von den Produkten abhängt, die in der Küche verarbeitet werden, setzt Weide auf langjährige Beziehungen zu Lieferanten. Was Frischwaren wie Obst, Gemüse und Molkereiprodukte betrifft, vertraut er auf AGRAR FRISCH, einen erfahrenen Partner der CF Gastro.

Seit über 15 Jahren steht die AGRAR FRISCH GmbH für saisonale Produkte von höchster Qualität. Zum Sortiment gehören Obst und Gemüse sowie Kartoffeln, die größtenteils auf den Feldern und in den Gärten Mecklenburg-Vorpommerns geerntet werden. Darüber hinaus bietet der Frische-Lieferant seinen Kunden hochwertige Salate und exklusive Feinkost an. Beste Qualität gewährleisten die ständigen Prüfungen der Rohwaren und verarbeiteten Erzeugnisse.



Genuss mit Weitblick – nach dem Dinner bei einem Cocktail entspannen



Leidenschaft für absolute Frische – auf AGRAR FRISCH und ihr Team ist Verlass

Rosa gebratenes Lammfilet an Sommersalat mit Pfifferlingen, Cranberries und Tomaten-Trüffelvinaigrette

Zutaten für 4 Personen:

400 g Lammfilet // 240 g Blattsalate (Lollo Rosso, Lollo Bionda, Frisée, Feldsalat, Rucola, Eichblatt) // 80 g geputzte Pfifferlinge // 240 g gekochter weißer Spargel // 4 Fleischtomaten // Essig // Öl // Brühe // Trüffelabschnitte // Basilikum // Salz // Pfeffer // Zucker // Butter

Zubereitung:

Die Lammfilets unter gelegentlichem Wenden in Öl ca. 5 Minuten braten und mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Danach die Filets aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Nun die Pfifferlinge in einer Pfanne mit Butter braten und mit Knoblauch, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Für die Vinaigrette die Fleischtomate in kleine Würfel schneiden, mit Essig, Öl, Brühe, Trüffelabschnitten, Basilikum, Salz, Pfeffer und Zucker vermischen und abschmecken. Jetzt den geputzten Salat mit Spargel und Pilzen anrichten und die Vinaigrette darüber träufeln. Die Filets aufschneiden und auf den Salat legen. Das Ganze dann mit essbaren Blüten, Basilikum, Lavendel, Rosmarin und Kresse garnieren.

Guten Appetit!





Eine süße Versuchung: Schokoladen-Pflaumen-Chutney

Zutaten für 4 Personen:

500 g rote Pflaumen // 2 Schalotten // 50 g brauner Rohrzucker // 200 ml kräftiger Rotwein // 2 EL Aceto Balsamico // 40 g Edelbitter-Schokolade // Salz // Pfeffer

Zubereitung:

Pflaumen waschen, entsteinen und in Stücke schneiden. Schalotten schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Zucker mit etwas Wasser beträufeln, bei mittlerer Hitze schmelzen und leicht karamellisieren lassen. Pflaumen und Schalotten zugeben und kurz andünsten. Wein und Aceto Balsamico angießen, alles 5 Minuten offen bei kleiner Hitze kochen lassen. Schokolade hacken, unter das Chutney mischen und zergehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp: Der perfekte Begleiter zu saftig gebratener Putenleber.**

Auf Eis gelegt – so geht's:

Da nicht alle Sorten ständig erhältlich sind, empfiehlt es sich, die Liebessorte einzufrieren: Einfach die Früchte waschen, entsteinen und auf einem Blech verteilt ein bis zwei Stunden vorfrieren. Erst dann verpacken – so halten sie sich mindestens 9 Monate. **Übrigens:** Feste Früchte sind auch nach dem Auftauen noch knackig.



PFLAUME, ZWETSCHGE, MIRABELLE UND CO.

BEI CF GASTRO HABEN DIE SÜSSEN FRÜCHTCHEN IMMER SAISON

Es gibt sie in allen erdenklichen Formen und Farben: rund und rot, blau und oval oder aber etwas kleiner in sattem Gelb. Pflaumen, Zwetschgen, Mirabellen und Renekloden – rund 2000 Arten zählt der Botaniker.

Sie alle eint die verdauungsfördernde Wirkung. So wusste der römische Dichter Marcus Valerius Martial schon vor 2000 Jahren zu berichten: „Nimm Pflaumen für des Alters morsche Last, denn sie pflegen zu lösen den hartgespannten Bauch.“

Was wir Deutschen heute als Pflaume bezeichnen, ist eine natürliche Kreuzung aus Schlehe und Kirschpflaume. Die Herkunft der „Urpflaume“ ist nicht belegt: Es gibt Vermutungen, dass sie aus dem nördlichen Kaukasus oder dem Altaigebiet in Sibirien stammt. Alexander der Große soll sie schließlich von seinen Kriegszügen aus Damaskus mitgebracht haben – seitdem wird die natürliche Verdauungshilfe auch in Europa kultiviert. Im 18. Jahrhundert entstanden dann die bis heute bestehenden deutschen Anbauggebiete in Baden-Württemberg, Rheinhessen, Thüringen, der Pfalz, Niedersachsen, Bayern, Schleswig-Holstein, Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern und Sachsen-Anhalt.

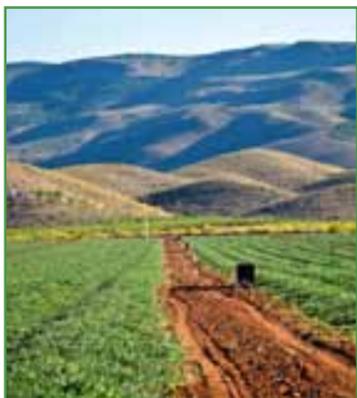
Zwischen Juli und Oktober haben Pflaumen hierzulande Saison. Dank langjähriger Beziehungen zu Toperzeugern ist die vitaminreiche Steinfrucht über CF Gastro aber fast das ganze Jahr hindurch erhältlich. Die meisten der importierten Früchte stammen aus Italien, Spanien oder Südafrika.

Egal ob aus heimischer Ernte oder aus dem Ausland, die Pflaume überzeugt – und das in jeder Hinsicht. Neben der kräftigen Farbe und dem intensiven Geschmack sprechen die vielen wertvollen Inhaltsstoffe für ihren Verzehr: Reichlich enthalten sind etwa Provitamin A sowie die Vitamine B1, B2 und C. Mit gerade einmal 53 kcal pro 100 Gramm ist sie zudem kalorienarm.

Erfrischend einfach: Fruchtiger Durstlöscher und kulinarisches Chamäleon

CF GASTRO-PARTNER CAPARRÓS LÄUTET DIE MELONENSAISON EIN

Sie sind süß und gleichsam erfrischend, einfach der ideale Snack für die warme Jahreszeit – Melonen. Cantaloupe, Wasser- oder Honigmelone: Die Früchte der Kletterpflanze aus der Familie der Kürbisgewächse gibt es in zahlreichen Formen und Farben, die Geschmacksintensität variiert je nach Sorte.



Almería
– Caparrós-Melonen aus der sonnigsten Region Spaniens

Ein Großteil der in Deutschland erhältlichen Früchte – favorisiert werden hierzulande Wassermelone und Honigmelone – stammt aus Spanien, etwa von der Firma Caparrós, einem langjährigen Partner von CF Gastro. 1984 gegründet, hat sich das Familienunternehmen zunächst auf die Behandlung, Verpackung und

Ebenso vielfältig wie ihr Vorkommen in der Natur sind die Zubereitungsmöglichkeiten: Herzhaft ummantelt mit deftigem Schinken, als erfrischender Drink mit Zitrone und Joghurt oder als raffinierter Salat mit Chili und Ingwer – die Liste der Rezepte ist lang, der Aufwand in der Küche minimal.

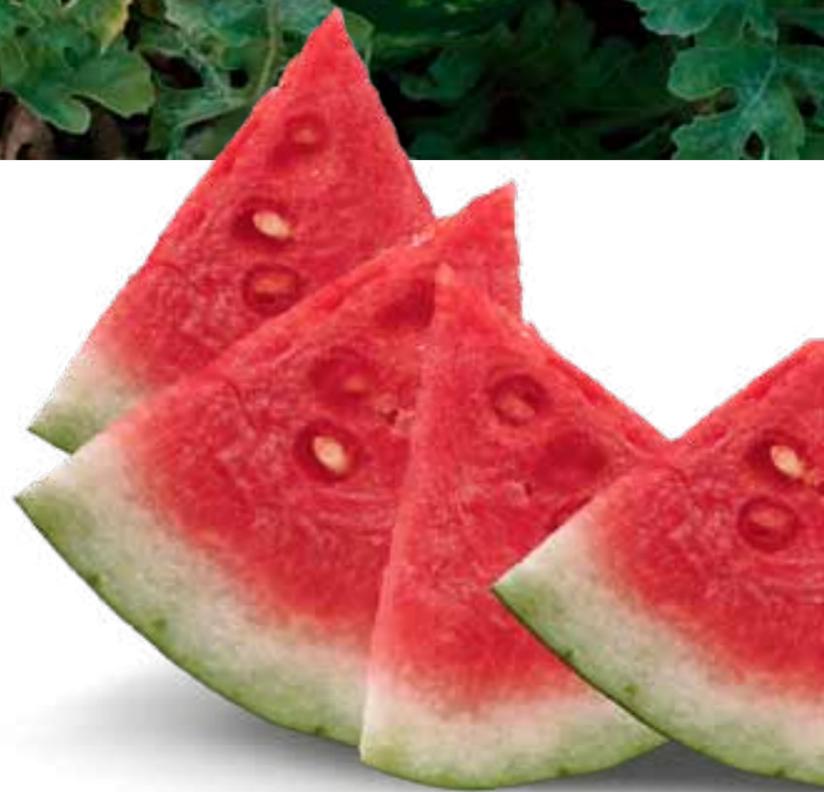
Der Ursprung der saftigen Frucht – die trotz ihres süßen Geschmacks nicht Obst, sondern Gemüse ist – wird im tropischen Afrika vermutet. Seit etwa 4000 Jahren kultivieren sie auch die Europäer. Bereits die alten Griechen und Römer beschreiben ihren intensiven Geschmack.

Vermarktung – später auch auf den ökologischen Anbau – von Obst und Gemüse spezialisiert. Neben Melonen gehören Tomaten, Gurken, Paprika und Zucchini sowie Auberginen zur Produktpalette. Die hohen Qualitätsstandards und strengen Sicherheitskontrollen, die Teil der täglichen Arbeit und durch diverse nationale und internationale Zertifikate belegt sind, gewährleisten schmackhafte und gesunde Waren. Längst ist das Unternehmen am Markt etabliert und hat sich auch international einen Namen gemacht. Gründe für den Erfolg sind die jahrelange Erfahrung, das technische Know-how und das klimatisch günstig gelegene Anbaugelände: Almería ist die Region Spaniens mit den meisten Sonnenstunden. Der hohe Salzgehalt im Grundwasser sowie die intensive Lichteinstrahlung sorgen dafür, dass die Früchte besonders schmackhaft werden.

Mit Melonen von Caparrós bringt CF Gastro nicht nur absolute Frische und hervorragende Qualität nach Deutschland, sondern immer auch ein Stück spanische Lebensfreude auf den Teller.



Leichter Genuss – erntefrische Wassermelonen von CF Gastro



Zubereitungstipp – Melonenkugeln mit Portwein: Netzmelonenkugeln ausstechen, mit Zimt und Zucker würzen (10 Minuten ziehen lassen), mit Portwein übergießen und mindestens eine Stunde kühlen



FAIR UND REGIONAL

DER CATERER FAIRGOURMET SETZT AUF FRISCHE-PRODUKTE VON KÖHRA

Es ist ein erlesener Kreis, in den der Leipziger Caterer Fairgourmet aufgenommen wurde: Das Green-Globe-Siegel tragen nur wenige und international agierende Unternehmen, wie zum Beispiel Mövenpick. Der CF Gastro Partner Köhra trägt mit seinen Frische-Produkten von regionalen Erzeugern zum nachhaltigen Erfolg des Caterers bei.

Die Fairgourmet GmbH ist einer der größten Caterer Mitteldeutschlands. Das Unternehmen, das zur Leipziger Messe gehört, pflegt einen ganz besonderen Anspruch an seine Arbeit. Welchen, führt der Geschäftsführende Direktor Detlef Knaack aus: „Sehr wichtig ist uns der Einsatz von fair produzierten und gehandelten Erzeugnissen.“ Deswegen setzt Fairgourmet beim Einkauf von importierten Frische-Produkten auf das Fair-Trade-Siegel, wo möglich aber noch viel lieber auf regionale Hersteller. „Unsere Lieferanten sollten nach fairen, sozialen, ökonomischen und ökologischen Standards arbeiten“, präzisiert Knaack die Grundphilosophie des Unternehmens.

Im CF Gastro-Partner Köhra hat Fairgourmet schon seit vielen Jahren einen Lieferpartner, der die Einstellung des Caterers teilt. „Nachhaltigkeit ist die Basis unseres Handelns. Mit regionalen Erzeugern aus dem Umland unterstützen wir bewusst die Landwirtschaft in Deutschland. Zudem können wir so immer die gewünschte Qualität der Frische-Produkte liefern. Immerhin kennen wir unsere Erzeuger seit vielen, vielen Jahren“, so beschreibt der Geschäftsführer Bernd Thalmann das Firmen-Credo.

Was Köhra von seinen regionalen Erzeugern verlangt, wird natürlich auch im eigenen Hause gelebt – beim Neubau der Produktions-, Lager- und Kommissionierflächen auf fast 5.000 Quadratmetern standen ökologische Aspekte, wie zum Beispiel eine moderne Wärmerückgewinnung, im Vordergrund. Mit knapp 140 Mitarbeitern beliefert Köhra den Osten Deutschlands mit Obst, Gemüse, Kartoffeln, Feinkost und Molkereiprodukten von regionalen Lieferanten. Wichtiges Standbein ist die Eigenproduktion von küchenfertigem Gemüse und Obst sowie von Salaten – absolut frisch und natürlich ohne Konservierungsstoffe.

Und genau hier treffen sich die beiden Unternehmen Fairgourmet und Köhra: beim gelebten nachhaltigen Ansatz, bei einem fairen Umgang miteinander und mit den beteiligten Erzeugern und natürlich bei der schmackhaften Qualität der Frische-Produkte. Diese kamen im Jahr 2011 bei einem Großteil der 36 Messen, 77 Kongresse und vielen weiteren Events zum Einsatz, die Fairgourmet mit ausgemacht frischen Köstlichkeiten zu einem echten Genuss für die Teilnehmer und Gäste machte.

CF Gastro- Partner

Köhra – Kartoffelschäl- und Vertriebsgesellschaft mbH

- Sortiment: küchenfertiges Obst, Gemüse und Salate aus Eigenproduktion // Kartoffeln // Obst // Gemüse // Feinkost // Molkereiprodukte
- Zertifizierungen: IFS // BIO
- Unternehmensgruppe: Köhra Kartoffelmeister, Köhra // Agrar Frisch GmbH, Wendelstorf // Köhra Gourmet, Berlin
- Geschäftsführung: Bernd Thalmann, Gottfried Rößner

Köhra – Kartoffelschäl- und Vertriebsgesellschaft mbH
Leipziger Straße 32
04683 Köhra
E-Mail: info@koehra.de



Catering von Fairgourmet
– frischer geht's nicht



Es ist angerichtet – Frische-Produkte von Köhra bilden die gesunde Basis vielfältiger Speisen



Köhra bringt Köstlichkeiten auf den Weg – mit der firmeneigenen Kühlflotte auch über Nacht



Nachhaltig gebaut – Produktion, Lagerung und Kommissionierung auf fast 5.000 Quadratmetern

Einen Hauch Bella Italia auf die Karte

FRISCHE PASTA UND KÜCHENFERTIGE SAUCEN VON STEINHAUS

Sommer, Sonne, Strand und Pasta – das Leben kann so leicht sein. Gerade in den kommenden Monaten fragen Gäste vermehrt frische Pasta-Variationen nach – erfüllen Sie diesen Wunsch mit Kreationen von Steinhaus.

Das Angebot des traditionsreichen Familienunternehmens Steinhaus umfasst köstliche Gnocchi, raffiniert gefüllte Tortelloni und aromatische Saucen in verschiedenen Gebindegrößen – natürlich ohne Geschmacksverstärker, ohne Farb- und Konservierungsstoffe und ohne künstliche Aromen.

Jetzt bei CF Gastro: Frische Pasta und aromatische Saucen von Steinhaus



CF Gastro Artikel-Nummer	Artikel	Gebinde
98.100.110	Sauce Toskana	1.000 g
98.100.100	Sauce Bolognese	1.000 g
98.100.105	Sauce Schinken-Sahne	1.000 g
62.000.013	Gnocchi Natur	1.000 g
62.000.115	Fettuccine	1.000 g
62.000.250	Spinat-Ricotta-Tortelloni	1.000 g
62.000.255	Fleisch-Tortelloni	1.000 g
62.000.260	Käse-Tortelloni	1.000 g
62.000.265	Pasta Mista	1.000 g
62.000.033	Eier-Spätzle	1.000 g
62.000.275	Fleisch-Tortelloni	2.000 g
62.000.280	Käse-Tortelloni	2.000 g
62.000.270	Spinat-Ricotta-Tortelloni	2.000 g
62.000.305	Pasta Rustica-Parpadelle	300 g
62.000.290	Pasta Rustica Vier-Käse-Tortelloni	600 g
62.000.295	Pasta Rustica Tomaten-Mozzarella-Tortelli	600 g
62.000.300	Pasta Rustica Parmaschinken-Tortelloni	600 g
62.000.310	Pasta Rustica Trüffel-Tortelloni	600 g
62.000.315	Pasta Rustica Steinpilz-Tortelloni	600 g

NEU IM SORTIMENT: **STARS AND RICE**

PREMIUM MILCHREIS-TO-GO BEI CF GASTRO



Der Star zum Rice



Der gebürtige Berliner Tim Raue zählt zur Liga deutscher Spitzenköche und ist Koch des Jahres 2011 – gewählt vom Gourmet Magazin „Der Feinschmecker“. Seine Kreationen begeistern durch ihr harmonisches Zusammenspiel der Zutaten und ihr ausgewogenes Verhältnis von Süße und Säure.

Stars and Rice hat dem klassischen Milchreis ein neues Gesicht gegeben. Ob als laktosefreie Variante, als fruchtig-frische Komposition mit Brombeeren, frischer Minze und Limette oder als exotische Kreation mit Zitronengras und Apfel – die Schöpfung neuer Geschmackserlebnisse wird in die erfahrenen Hände von exzellenten Köchen wie Tim Raue gelegt. Dabei beginnt alles mit den besten Zutaten wie vollreifen Früchten, frischer Milch aus dem Allgäu und hochwertigem Rundkorn-Reis. Der bewusste Verzicht auf sämtliche Geschmacksverstärker, Farbstoffe und künstliche Aromen bringt den natürlichen Eigengeschmack der Zutaten perfekt zur Entfaltung.

Der ganz besondere Kniff ist hier der Knick: Alle Becher to-go gibt's inklusive Knicklöffel.



LAKTOSE-FREI

Milchreis 250g laktosefrei mit Gewürzstreusel
Menge: 235 g plus Topping – erhältlich ab sofort
CF Gastro-Artikel-Nummer: 42.011.555



Milchreis 250g Brombeere//Minze//Limette
Menge: 235 g plus Topping – erhältlich ab August 2012
CF Gastro-Artikel-Nummer: 42.011.556



Milchreis 250g Apfel//Zitronengras
Menge: 235 g plus Topping – erhältlich ab August 2012
CF Gastro-Artikel-Nummer: 42.011.557

ZUR SACHE!



Qualitätsbeauftragte bei
CF Gastro – Anna Klein

TECHNISCHER FORTSCHRITT UND PROFESSIONELLE EXPERTISE – EINE AUSGEREIFTE SACHE

Hält der Apfel geschmacklich, was das Auge verspricht? Was der Käufer bislang nur durch Probieren herausfinden konnte, soll bald ein kleines Spektrometer erkennen. Ins Smartphone integriert und auf das entsprechende Lebensmittel gerichtet, misst eine App binnen Sekunden Wasser, Zucker, Stärke und den Proteingehalt per Infrarot. Stehen die Anteile in einem optimalen Verhältnis, wird der Kauf empfohlen. Außerdem sollen künftig auch Aussagen über das Innere, etwa faulige Kerngehäuse, möglich sein. Ein echter Innovationssprung für die Branche. Zusätzlich zu allem technischen Fortschritt wird CF Gastro aber auch weiterhin auf seine langjährigen Beziehungen zu erfahrenen Partnern und auf das Urteil von Experten vertrauen – denn am Ende entscheiden immer Qualität und Geschmack.

Herausgeber:

CF Gastro Service GmbH & Co. KG
Beusselstraße 44 N-Q
10553 Berlin
Tel. (030) 39 40 640-0
Fax (030) 39 40 640-200
www.cf-gastro.de

Konzeption, Redaktion und Gestaltung:

familie redlich Agentur für Marken
und Kommunikation GmbH

Bildnachweise:

Soweit nicht anders angegeben:
CF Gastro Service GmbH & Co. KG
familie redlich GmbH
Titelseite, S. 1, 2, 4, 5, 7, 8 Shutterstock

Kurz notiert – der frische Ticker
// Europäisches Obst und Gemüse ist gesund – Mehr als 99 % der Proben unterhalb
der gesetzlichen Höchstgehalte an Pflanzenschutzmitteln // Häufiger Verzehr von
weißfleischigem Obst soll Schlaganfallrisiko mindern // Grauer Lebling ist Pilz
des Jahres // Gesundheitlicher Nutzen von Walnüssen bestätigt //