



INHALT



3 Editorial

APERÓ

- 6 **Aktuelles**
- 9 **Hier sind die Guten**
- 10 **Das Fischporträt.**
Diesmal – der Aal
- 12 **Arche des Geschmacks.**
Neu: Die Dresdner Plattrunde und die Gose
- 14 **Standpunkt von Lotte Rose.**
Keine Süßigkeiten-Werbung mehr für Kinder – nur ein Anfang?

UNTERWEGS

- 16 **Genussreise Erfurt.**
Klein, aber fein
- 26 **Teeanbau.**
Darjeeling in der Krise
- 32 **Heinzelmanns Winzerporträt.**
Zwischen den Welten
- 36 **Genussföhertipps.**
Lasst es euch schmecken!

GENUSS- SCHWERPUNKT CIDER

- 40 **Kleine Getränkekunde.**
Weltweit beliebt
- 44 **Rezepte mit Cider.**
Mehr als nur ein Getränk
- 49 **Streubstwiesen.**
Geschätzt, aber in Gefahr
- 50 **Verkostung.**
Das Schöne mit dem Nützlichen verbinden

AUS DER KÜCHE

- 54 **Im Slow Food Check.**
Naturjoghurt
- 58 **Chef Alliance Saisonküche.**
Hirse: Wunderbar wandelbar
- 60 **Chef Alliance Interview mit René Müller.**
Breit aufgestellt
- 65 **Kleine Pfannenkunde.**
Gut gebraten

SPEZIAL SLOW IM ALLTAG

- 70 **Slow als Einstellung.**
Gut essen auch am Küchentisch
- 74 **Slow mit wenig Geld.**
Gefragt sind Koch- und Improvisationstalent
- 76 **Slow mit wenig Geld II.**
Beweis erbracht
- 78 **Slow mit wenig Zeit.**
Gut geplant durch die Woche
- 80 **Stromverbrauch senken.**
Sparen beim Garen
- 84 **Vom Kochen als Wert.**
Mein Freund, der Kochtopf
- 86 **Kreativer Input für die Alltagsküche.**
Vier Rezepte von Köchinnen der Chef Alliance

ZU UNSEREM TITELBILD:

Slow ist im Alltag auch die Resteverwertung – zum Beispiel mit gefüllten Tomaten. Übrig gebliebener Reis oder Hülsenfrüchte, Gemüsereste oder die letzte eingelegte Peperoni ergeben zusammen mit Käse oder Ei und mediterranen Kräutern eine wunderbare Füllung.

DOSSIER

SAATGUT

- 90 **Saatgut ist Kulturgut!**
Vielfalt erhalten, Abhängigkeiten aushebeln
- 94 **Hybrid oder samenfest?**
Altes bewahren, um Neues zu schaffen
- 98 **Food Hero.**
Ein Trio engagiert sich für eine ökologisch gezüchtete Hafersorte
- 101 **Heterogene Populationen.**
Die Mischung macht's

TISCHGESPRÄCH

- 104 **Regenerative Landwirtschaft.**
Den Boden im Fokus
- 108 **Wirksensorik.**
Die Wirkung hinter dem Geschmack
- 110 **Buchtipps**

SLOW FOOD

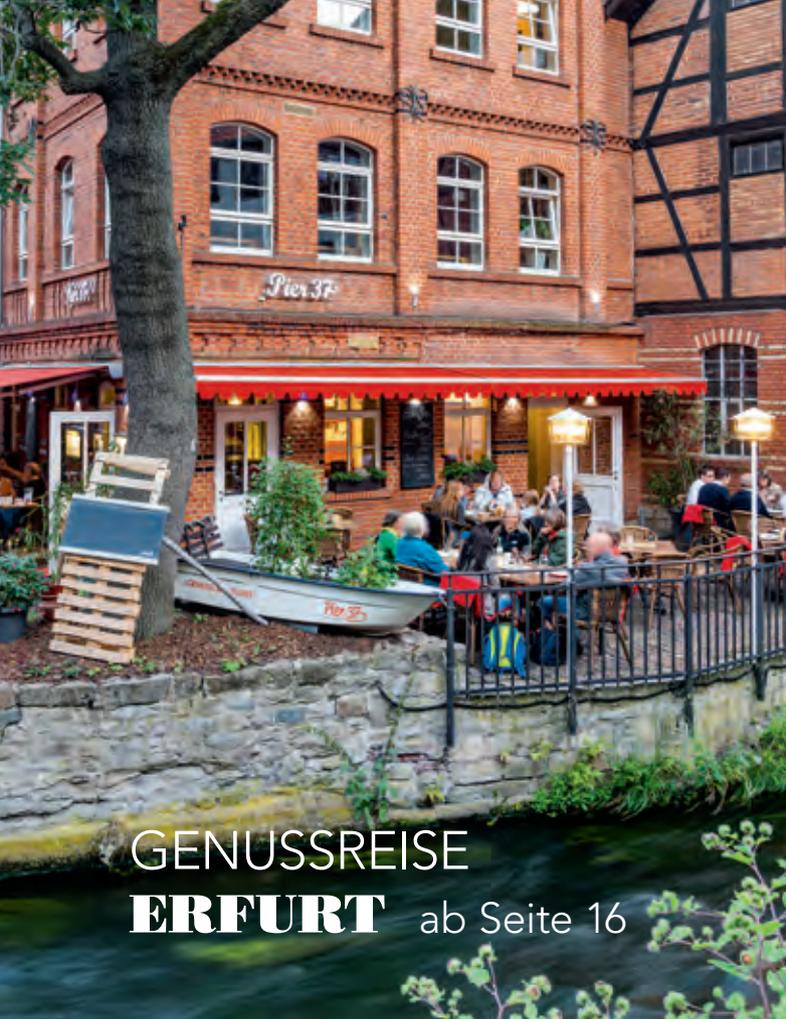
- 115 **Kolumne von Carlo Petrini.**
Was werden wir in Zukunft essen?
- 116 **Slow Food aktuell**
- 122 **Aus den Convivien**

RUBRIKEN

- 128 **Leserbriefe, Impressum**
- 129 **Vorschau**
- 130 **Kolumne Schluss damit!**



100 % Recycling:
Das Slow Food Magazin ist zertifiziert mit dem **blauen Engel** Druckerzeugnisse.



GENUSSREISE
ERFURT ab Seite 16



INHALT



GENUSS-SCHWERPUNKT
CIDER ab Seite 39



FREIER ZUGANG

DOSSIER
SAATGUT
ab Seite 89

FÜR ALLE

REZEPTE in diesem Heft

- | | |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 44 Coq au cidre | 75 Selbstgemachte Nuss-Nougat-Creme |
| 45 Apfel-Cider Tarte | 76 Beluga-Blech mit Chimichurri |
| 46 Kaltes Apfel-Birnensüppchen mit Cider; Betrunkene Spaghetti | 77 Blumenkohl-Curry; Karotten-Zucchini-Bratlinge; Fliegender Jakob mit Blumenkohl-Bacon |
| 47 Grießschnitten mit Nüssen, Cideräpfeln und Zwetschgenmus | 86 Gurkencurry |
| 48 Schweinebäckchen in Cider; Apfelgelee | 87 Lauwarmer Spinatnudelsalat mit Beten, Schafs-Ricotta und geröstetem Sesam |
| 62 Hirse-Taboulé mit Grillgemüse | 87 Kräuterpfannkuchen mit Fenchel und Linsen |
| 63 Gebackener Sommerlauch mit Hirse-Bete-Plätzchen | 88 Gebutterte Petersiliengerste mit Ziegenfrischkäse und Paprikamarmelade |
| 64 Hirse-Quark-Nocken mit Kirschkompott | |
| 74 Currylinsensuppe | |

