

LANDFRAUEN KÜCHE

Kochbuchtipps «Restenlos glücklich»

Das Kochbuch «Restenlos glücklich» hilft, dem eigenen Food Waste mit einfachen Rezepten entgegenzusteuern. Es gibt Ideen für ein vielfältiges Resteverwerten und inspiriert zum Nachdenken.



Bestimmt hat jeder seine Standardrezepte im Haushalt, um Reste nochmals aufzutischen. Dieses Kochbuch der OGG Bern (Oekonomische Gesellschaft Bern) hilft, die Reste abwechslungsreich zu gestalten, und bringt neuen Schwung ins Resteverwerten.

Food Waste ist in der Schweiz ein grosses Problem. Wie im Kochbuch beschrieben, landen täglich 300 Gramm Essen pro Person im Abfall. 37 Prozent vom gesamten Food Waste entstehen im Haushalt. Um diese grosse Zahl zu reduzieren, kann jeder mithelfen.

Tips gegen Food Waste

- ▶ Regionale Produkte vorziehen
- ▶ Saisonal einkaufen
- ▶ Auch unförmiges Obst und Gemüse kaufen
- ▶ Brot vom Vortrag anderweitig nutzen
- ▶ Weniger edlen Fleischstücke eine Chance geben
- ▶ Im Restaurant bei Resten diese einpacken lassen

Was versteht man unter Food Waste?

Unförmiges Gemüse und Obst, welches wegen Qualitätsstandards aussortiert wird, abgelaufene und verdorbene Produkte und Essensreste. Nicht als Food Waste gelten Rüstabfälle und nicht essbare Teile wie Schalen und Knochen.

Inhalte aus dem Kochbuch

Rezepte unterteilt in folgende Gruppen:

- ▶ Gemüse
- ▶ Brot
- ▶ Kartoffeln
- ▶ Teigwaren
- ▶ Reis
- ▶ Früchte
- ▶ Festliches

Der Leser erhält einen Einblick in die Warenkunde der verschiedenen Kategorien sowie Tipps zur Lagerung und zum Einkauf von Lebensmitteln. Porträts über Personen, welche dem Food Waste entgegengetreten, sind ebenfalls ein Teil des Buchs. Ein Rezeptverzeichnis nach Zutaten ist im hinteren Teil zu finden. Dies hilft ungemein, um aus den Kühlschrankresten noch etwas Feines zu zaubern. Hier gleich zwei sommerliche Rezepte aus dem Buch:

Rustikale Brotstangen

Vorspeise oder Apéro, Rezept ist für 4 Personen

- Zutaten:**
- ▶ 400 g alte Brotreste
 - ▶ 1,5 dl Öl, z. B. Raps- oder Olivenöl

- ▶ 1 Knoblauchzehe
 - ▶ 2 Rosmarinzwige
 - ▶ 1 Thymianzweig
 - ▶ 1 Prise Paprika, edelsüss
 - ▶ Salz und Pfeffer aus der Mühle
- Dip:**
2,5 dl Sauerrahm
1 kleiner Bund Schnittlauch
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Brot in lange, dünne Stangen schneiden. Kräuter und Knoblauch fein hacken. Öl in eine Schüssel geben. Knoblauch, Gewürze und gehackte Kräuter beifügen. Die geschnittenen Brotstangen mit dem Kräuter-Knoblauchöl in der Schüssel vermengen. Kuchenblech mit Backpapier auslegen. Brotstangen auf dem Kuchenblech im auf 170 °C vorgeheizten Ofen 15 Minuten knusprig rösten.

Sauerrahm in einer kleinen Schüssel mit fein geschnittenem Schnittlauch mischen. Nach Belieben mit Gewürzen abschmecken. Gebackene Brotstangen mit dem Sauerrahm-Kräuterdip servieren.

Tipp: Im Frühling den Sauerrahm mit einem Esslöffel Bärlauch-Pesto, im Sommer mit frischem Basilikum und im Winter mit Gewürzsalz verfeinern.

Pasta-Salat mit Aprikosen

Rezept ist für 4 Personen:

- Zutaten:**
- ▶ 2 Schalotten
 - ▶ 1 grüne Peperoncino
 - ▶ 6 Aprikosen
 - ▶ 1 EL Öl
 - ▶ 2 EL brauner Zucker
 - ▶ 4 EL Sesamsamen hell
 - ▶ 200 g rote Linsen
 - ▶ 40 g Weinbeeren
 - ▶ 3 dl Gemüsebouillon
 - ▶ 1 dl weisser Balsamicoessig
 - ▶ 1 dl Sesamöl oder Rapsöl
 - ▶ Currypulver
 - ▶ Salz, Pfeffer aus der der Mühle
 - ▶ 400 g gekochte Teigwaren

Schalotten und Peperoncino hacken. Aprikosen halbieren, Stein entfernen und in kleine Stücke schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucker, Schalotten, Peperoncino und Sesam unter Rühren kurz braten. Linsen und Weinbeeren dazugeben. Mit Bouillon ablöschen und alles 10 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen bissfest gegart sind. Die Flüssigkeit sollte fast vollständig eingekocht sein. Alles in eine Schüssel geben und auskühlen lassen.

Essig und Öl beifügen, mit Curry, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Gekochte Teigwaren mit Aprikosen und Linsendressing mischen. Salat auf Tellern anrichten und kalt geniessen.

Statt Aprikosen können auch Pfirsiche genommen werden. Ausserhalb der Aprikosensaison schmeckt das Rezept auch mit getrockneten Aprikosen.

Ich kann dieses Buch empfehlen. Es enthält abwechslungsreiche Rezepte, informiert zum Thema Food Waste und regt bestimmt zum Nachdenken an.

Viel Spass beim Lesen und Ausprobieren!

Nicole Peter

JAPANKÄFER

Keine Sichtungen im Schaffhausischen

Der Japankäfer ist ein invasiver Schädling. In der Schweiz (Tessin) wurde er erstmals 2020 festgestellt. Seither wird eine allfällige Ausbreitung genau überwacht. Das Tier kann sowohl als Larve als auch als Käfer massive Schäden in der Natur und in Landwirtschaftskulturen anrichten. Im zürcherischen Kloten wurden vor wenigen Tagen zahlreiche Exemplare gefunden. Was bedeutet das für den Kanton Schaffhausen?

«In der ganzen Schweiz wird der Japankäfer seit einigen Jahren nach Anweisung des Bundes mit Monitoring-Fallen überwacht. Auch im Kanton Schaffhausen ist eine solche aufgestellt», schildert Lena Heinzer, Leiterin der Fachstelle Pflanzenschutz des Landwirtschaftsamts Schaffhausen und kantonsintern für diesen Schädling zuständig. «Bis jetzt wurden dort keine Käfer gefangen und wir haben zum Glück auch keine Meldungen aus dem Kanton über eine Sichtung erhalten.»

Käferpopulation in Kloten

Anders im Kanton Zürich, als Mitte Juli dieses Jahres in einer Lockstoff-falle bei Kloten mehrere Käfer gefunden wurden. Beim Monitoring der Umgebung mit weiteren Fallen zeigte sich, dass es sich offenbar um eine kleine Käferpopulation gehandelt hatte. In und um Kloten herum hat der Kanton Zürich darum verschiedene Massnahmen zur Vernichtung des Käfers erlassen, und zwar in der Befallszone von zwei km Umkreis sowie in der Pufferzone von weiteren fünf km Umkreis. Letztere erfasst den Kanton Schaffhausen jedoch nicht.

Verdächtige Käfer sofort melden

«Somit sind wir von der Umsetzung der Massnahmen nicht betroffen», erklärt Lena Heinzer. Sie bittet darum, verdächtige Käfer einzufangen und dem Landwirtschaftsamt sofort zu melden (s. Kästchen).

Und sie mahnt Rückkehrende von Reisen, die üblichen Vorsichtsmassnahmen walten zu lassen, damit keine «blinden Passagiere» eingeschleppt werden, z. B. auf pflanzliche Souvenirs zu verzichten (weitere Infos s. Kästchen)

Typisch: Weisse Haarbüschel

Den Japankäfer erkennt man an folgenden Merkmalen:

- ▶ Länge des ausgewachsenen Käfers: 10–12 mm
- ▶ metallisch kupferfarbene Flügeldecken
- ▶ grüner Halsschild
- ▶ 5 kleine weisse Haarbüschel an jeder Seite des Hinterleibs
- ▶ 2 grössere weisse Haarbüschel am Ende des Hinterleibs.
- ▶ Auftreten v. a. Juni–August
- ▶ Eier, Larven, Puppen: leben im Boden

Nicht verwechseln mit Maikäfer

Der Japankäfer ähnelt dem einheimischen Maikäfer, unterscheidet sich aber deutlich durch den grünen Halsschild und die weissen Haarbüschel.

Käfer ist meldepflichtig

Wird ein verdächtiger Käfer gesichtet, gibt der Bund folgendes Prozedere vor:

- ▶ Fangen Sie den Käfer ein. Prüfen Sie das Vorhandensein von weissen Haarbüscheln auf beiden Seiten des Hinterleibs.
- ▶ Machen Sie, wenn möglich, ein Foto des Insekts, notieren Sie den genauen Standort und den Namen der Wirtspflanze, an der es beobachtet wurde.
- ▶ Frieren Sie den Käfer ein.
- ▶ Kontaktieren Sie schnellstmöglich den Pflanzenschutzdienst Ihres Kantons (Kanton Schaffhausen: s. Kästchen).

Extreme Schäden möglich

Dass die Käfer von Kloten Schlagzeilen machen, hat nichts mit dem me-

Helfen Sie mit, die Schweiz vor dem Japankäfer zu schützen!



Japankäfer (*Popillia japonica*)
Ein Insekt, das Grünflächen, Wälder und Kulturen bedroht

DANKE!

SCREENSHOT BLW.ADMIN.CH

Der neue Flyer des Bundes informiert kurz und prägnant.

dialen Sommerloch zu tun. «*Popillia japonica*», so der wissenschaftliche Name, ist extrem gefräßig und schädigt ein breites Spektrum an Wirtspflanzen, als Larve im Wurzelwerk, aber vor allem auch als Käfer im Blattbereich.

Gefährdet durch den Käfer sind unter anderem Apfelbäume, Reben und Rosen. Das Insekt frisst die Blätter bis aufs Gerippe ab – die Pflanze kann so zu wenig bis keine Fotosynthese betreiben. Sie wird stark geschwächt oder stirbt ganz ab.

Darum ist es unerlässlich, wachsam zu sein und verdächtige Käfer sofort zu melden. sbw

INFO

Hier erfahren Sie noch mehr

Der Bund, aber auch der Kanton Zürich und verschiedene Institutionen klären zur aktuellen Lage auf. Informationen finden Sie z. B. hier:

- ▶ Flyer «Helfen Sie mit, die Schweiz vor dem Japankäfer zu schützen!»
- ▶ Merkblatt «Japankäfer *Popillia japonica*» der Bundesforschungsanstalt Agroscope unter www.popillia.agroscope.ch
- ▶ Strickhof Fachinfo: www.strickhof.ch > Publikationen > Der-japankaefer-eine-uebersicht/

- ▶ Website zum Käferbefall in Kloten: www.zh.ch/japankaefer-kloten
- ▶ Keine Arten aus dem Ausland in die Schweiz einschleppen: Video auf www.riskiers-nicht.ch.

Käfer gesichtet? Melden!

Verfahren Sie gemäss den Angaben im Artikel und melden Sie Funde im Kanton Schaffhausen umgehend bei Lena Heinzer, Landwirtschaftsamt Schaffhausen, 052 674 05 24, lena.heinzer@sh.ch. sbw

TIERSEUCHE

Keine Ruhe vor der Vogelgrippe

Gestrige Meldung: Seit der Aufhebung der nationalen Schutzmassnahmen gegen die Vogelgrippe ist diese verschiedentlich in Brutgebieten von Lachmöwen aufgetreten. Darum verlängert das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV die Ende Mai erlassene Verordnung zu allfälligen lokalen Schutzmassnahmen von Hausgeflügel durch die Kantone, und zwar bis am 15. Oktober 2023.

Es ist weiterhin nicht ausgeschlossen, dass die Vogelgrippe von Wildvögeln auf Hausgeflügel übergeht. Da aktuell die Brutzeit zu Ende geht, verhalten sich die Wildvögel wieder weniger ortsgelassen. Dies könnte das Seuchengeschehen erneut verändern, schreibt das BLV. Darum überwacht es gemeinsam mit den kantonalen Veterinärämtern die Situation nach wie vor. «Tote Vögel werden bei Verdacht auf das Vogelgrippe-Virus getestet», schreibt das BLV in seiner gestrigen Mitteilung.

Der Entscheid, lokale Schutzmassnahmen zu ergreifen, obliegt den kantonalen Veterinärämtern: «Sie beurteilen dafür das Risiko für eine Ausbreitung des Virus. Dabei orientieren sie

sich am Verhalten der betroffenen Wildvögel oder auch an deren Nähe zu Geflügelhaltungen.»

Gesundheit der Tiere beobachten

Die Halter und Halterinnen von Geflügel müssen schweizweit Anzeichen für eine Ansteckung ihrer Tiere mit der Vogelgrippe einer Tierärztin oder einem Tierarzt melden. Dazu gehören zum Beispiel übermässige Krankheits- oder Todesfälle, eine abnehmende Legeleistung oder eine verminderte Aufnahme von Wasser oder Futter, führt das BLV auf. Alle Geflügelhaltenden – gewerbliche wie private – müssen ihre Tiere zudem registrieren, im Kanton Schaffhausen beim Landwirtschaftsamt.

Jetzt Auslauf Vogelgrippe-fit machen

Das BLV rät allen Geflügelhaltern und -halterinnen, ihre Gehege rechtzeitig für die nächste Vogelgrippe-Saison auszurüsten. Das Hausgeflügel müsse mit hoher Wahrscheinlichkeit auch im nächsten Winter in der ganzen Schweiz vor dem Virus geschützt werden, warnt das BLV und erinnert: «Eine wichtige Massnahme ist es, den Kontakt zwischen Hausgeflügel und

Wildvögeln zu verhindern. Damit das Geflügel Auslauf geniessen kann, empfiehlt sich ein überdachtes und umzäuntes Gehege.» Weitere Infos zum Umgang mit der Vogelgrippe: www.blv.admin.ch > Tiere > Tierseuchen > Vogelgrippe. sbw



SYMBOLBILD ARCHIV SHBV

Jetzt schon planen und bald umsetzen: Geflügel auslauf schützen.



BILD NICOLE PETER

Mit diesem Kochbuch gegen die Verschwendung von Lebensmitteln werden auch Sie «restenlos» glücklich.