

SLOW FOOD IST MEHR ALS NUR  
DAS GEGENTEIL VON FAST FOOD.  
ES IST DIE LEHRE VOM VERANT-  
WORTUNGSVOLLEN GENIESSEN.  
UND ES IST EIN ABSOLUTER  
MEGATREND.

# DIE ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT



## Slow Food in Zahlen:

- Gegründet 1986 von Carlo Petrini in Bra, Italien
- Derzeit 100.000 Mitglieder in über 140 Ländern
- Slow Food unterteilt sich in regionale "Convivien" (in Österreich derzeit 15), in themenspezifische "Förderkreise", veranstaltet Messen wie den "Salone del Gusto" in Turin (180.000 Besucher 2008), "Terra Madre" (10.000 Besucher im November 2009 in Wien), "Cheese" oder "Slow Fish".
- Die Philosophie: "Gut, sauber, fair", die Proklamation eines Menschenrechts auf Genuss und die Vernetzung von Nahrungsmittel-Erzeugern und -Konsumenten; Geschmacksschulung und Erhalt/Förderung der Biodiversität.
- Slow Food ist der Erhalt zahlreicher regionaltypischer Spezialitäten zu verdanken, der jährlich erscheinende Lokalführer "Osterie d'Italia" ist Kult.
- Adresse: [www.slowfood.com](http://www.slowfood.com), [www.slowfoodaustria.at](http://www.slowfoodaustria.at)

## DIE ARCHE NOAH

ist ein privater Verein, der sich zum Ziel gesetzt hat, seltene und traditionelle Nutzpflanzen zu erhalten, zu verbreiten und weiterzuentwickeln. Denn seit dem Jahr 1900 wurden schon ungefähr 75 % aller Nutzpflanzen verdrängt oder vergessen und gingen damit für immer verloren. Von den 8.000 Mitgliedern und Förderern des Vereins wirken viele tatkräftig mit. Zu den so genannten "Erhaltern" zählen Landwirte, Profi- oder Hobby-Gärtner, denen es zu verdanken ist, dass die alten Gemüse-, Salat- und Beerensorten wieder in den Umlauf kommen und ihre geschmacklichen Qualitäten unter Beweis stellen können.

Das Arche Noah-Sortenarchiv zählt zu den umfangreichsten privaten Sortenarchiven Europas – in diesem Trocken- und Tiefkühlarchiv der Arche Noah in Schilttern im Waldviertel werden über 6.000 verschiedene Sorten von Gemüse, Getreide und Kräutern aufbewahrt. Hinzu kommen hunderte alte Beeren- und Obstsorten sowie allein 200 Kartoffelsorten, die permanent im Anbau erhalten werden müssen. Neben der Archivierung ist auch der ständige Anbau im Arche-Noah-Vermehrungsgarten zur Verjüngung des Samenmaterials notwendig.

Die Marke "Ja! Natürlich" unterstützt seit Juni 2009 das Sortenarchiv der Arche Noah im Rahmen einer dreijährigen Patenschaft. Das Ziel dieser Kooperation ist es unter anderem fest-

zustellen, welche der alten, traditionellen Sorten den Anforderungen des heutigen Warenhandels gewachsen sind. Bestens bewährt haben sich etwa schon zahlreiche Paradeiser-Raritäten, viele Paprika-Sorten wie "Sweet Chocolate", ein breites Spektrum an Kürbis-Sorten, wunderbare alte Erdäpfel-Sorten

wie "Blaue Elise" oder "Rosa Tannenzapfen". Heuer erstmals erhältlich: Samenraritäten. (Mehr dazu auf S. 97)

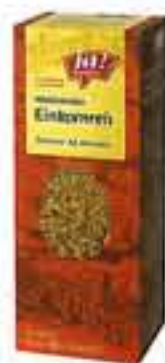
Das Ziel von Ja! Natürlich ist nicht nur, die Sorten zu erhalten, sondern auch, diese den Konsumenten wieder zum Kauf zur Verfügung zu stellen.



**ARTENVIELFALT:  
JA! NATÜRLICH ÜBERNIMMT  
PATENSCHAFT FÜR  
200 ALTE GEMÜSE- UND  
OBSTRARITÄTEN.**

## EINKAUFSTIPPS FRIENDS GENIESSEN BESSER

\* Gültig von 22. 2. - 13. 3.  
\*\* Gezüchtet in Österreich, Preise laut wöchentlicher Auktion und täglicher Fischfangquoten  
\*\*\* Nur in ausgewählten MERKUR Märkten erhältlich!



**WALDVIERTLER  
BIO EINKORNREIS**

500 g  
statt 2,99 um **2,49\***  
(1 kg 4,98)



**WERKOVITS  
TEIGWAREN**  
diverse Sorten

250 g  
**2,19 - 3,69\*\*\***  
(1 kg 8,76 - 14,76)



**ALTMANN  
TRAUBENKERNÖL**  
weiß/rot

250 ml  
**9,89\*\*\***  
(1 l 39,56)



**AUS UNSERER  
FEINKOST:  
FRISCHE  
STÖRFILETS**  
ohne Haut

100 g\*\*



## EINKORN-RISOTTO MIT SPARGEL, ORANGE & KERBEL

Zutaten für 2 Personen: 2 Schalotten, fein gehackt / 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt / 1 Lorbeerblatt / 150 g Ja! Natürlich Einkornreis / 2 EL Öl / 1 EL Butter / 1 Bund weißer Spargel / 1/8 l Orangensaft / 1/2 l Gemüsebrühe, heiß / 1 Orange, Zeste / 1/2 Bund Kerbel, fein gehackt / 2 EL Pecorino, gerieben / Salz, Pfeffer

Den Spargel schälen, an der Schnittseite um ca. 2-3 cm kürzen und schräg in ca. 1,5-cm-Stücke schneiden. Butter und Öl in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen und die Schalotten glasig dünsten. Dann den Knoblauch, Lorbeer, Einkornreis und etwas Salz dazugeben und ca. 2 Minuten unter Rühren weiterdünsten. Nun den Spargel dazugeben, einige Male umrühren und dann mit dem Orangensaft ablöschen. Weiterdünsten, bis der Orangensaft einreduziert ist, dann schöpferweise die Brühe dazugeben. Dabei wiederum stets weiterdünsten und immer erst wieder aufgießen, wenn die Flüssigkeit fast zur Gänze vom Reis aufgenommen ist. Kurz vor Garende (wenn der Reis noch ein wenig Biss hat) den Pecorino dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss den Kerbel und die Orangenzesten einrühren und nach Belieben mit etwas mehr Butter und/oder Käse verfeinern. Heiß genießen!



**LIEGENFELD  
PINOT BLANC  
HOPFERBERG**

0,75 l 4,99

**WEIN  
TIPP**



## BEGONNEN HAT ALLES VOR 24 JAHREN.

Dawaren ein paar italienische Journalisten rund um Carlo Petrini nämlich ganz schön sauer darüber, dass die größte amerikanische Fast-Food-Kette eine Filiale ausgerechnet neben der Spanischen Treppe, einem der prächtigsten Kulturdenkmäler Roms, platzierte. Und sie protestierten – indem sie einen großen Tisch aufstellten und öffentlich Spaghetti aßen. Sinn des Protestes war, darauf hinzuweisen, dass regionale Rezepturen und kulinarische Tradition mehr sind als einfach nur Essen, dass es sich hier um ein Kulturgut handelt, um Lebenskultur. Bald entstand aus der kleinen, geschmackvollen Protestbewegung eine Organisation, die sich den programmatischen Titel "Slow Food" verlieh, das Menschenrecht auf Genuss propagierte und sich nicht etwa langsames Essen auf die Fahnen schrieb, sondern nach Spezialitäten suchte, die vom Verschwinden bedroht waren – und etwas dagegen tat: Gerettet wurde etwa der legendäre Lardo di Colonnata, jener seit jeher von den Marmor-Arbeitern in den Steinbrüchen Carraras in Marmorwannen eingelegte weiße Speck; oder die unvergleichlich aromatischen, fast schon verschwundenen San-Marzano-Tomaten aus Süditalien; oder das toskanische Ur-Schwein Cinta Senese.

Und der ebenso engagierte wie anfangs durchaus ein bisschen skurrile Verein fand viele Unterstützer. Zuerst in Italien, dann in anderen Ländern in Europa sowie Übersee. Mittlerweile ist Slow Food in mehr als 150 Ländern aktiv, zählt fast 100.000 Mitglieder und wird von prominenten Zukunftsforschern als einer der Megatrends der nächsten Jahrzehnte



erachtet. Slow Food gibt nicht nur Bücher wie den von seinen Fans als Bibel verehrten Osterie-Führer (siehe Buchtipp) heraus, sondern veranstaltet auch Messen wie den "Salone del Gusto", eine der wichtigsten Nahrungsmittel-Messen Europas.

### DIE UNTER- ORGANISATION "TERRA MADRE"

*kümmert sich wiederum um die weltweite Vernetzung von bäuerlichen Produzenten, eine so genannte "Arche des Geschmacks" listet regional-typische Produkte und Spezialitäten erster Güte auf, die vom Verschwinden bedroht sind.*

Und schließlich wurde das ursprünglich rein genussorientierte Programm immer deutlicher in Richtung Sicherung des traditionellen Lebensmittelhandwerks und der Biodiversität weiterentwickelt.

In Österreich beschränkte sich Slow Food lange Zeit auf kleine Gruppen in der Steiermark und im Waldviertel, in den letzten Monaten boomt die Philosophie des bewussten Genusses aber auch hierzulande. Allein im vergangenen Jahr wurden zahlreiche Slow Food-"Convivien", so nennen sich die

regional organisierten Gruppen, gegründet, etwa in Tirol und im Thayatal. Die vorigen November erstmals veranstaltete "Terra Madre"-Veranstaltung im Wiener Rathaus wurde sogar von mehr als 10.000 Menschen besucht.

*In Wien kämpft Slow Food derzeit etwa für den Erhalt des Wiener Gemischten Satzes, in der Steiermark wurde die uralte Methode des Grubenkrauts wieder entdeckt, im Kamptal werden über ein gemeinsames Projekt mit Arche Noah in Weingärten wieder Pfirsiche und Knoblauch kultiviert, in der Wachau der Jahrhunderte alte Safran-Anbau belebt.*

Die Gründung von Presidi und Listung von ARCHE Produkten wird dabei durch ein gemeinsames Projekt von Slow Food Wien mit Arche Noah (alte Kulturpflanzen), Bio Austria (Netzwerk der österreichischen Biobauern) und Arche Austria (alte Nutztierassen) kräftig vorangetrieben. Das Publikum, das sich der Slow Food-Organisation anschließt, ist äußerst vielfältig. Es reicht von Feinschmeckern und Forschern verschollener Genüsse über Naturschützer und engagierte Landwirte bis hin zu Eltern, die dafür sorgen wollen, dass ihre Kinder auch in Zukunft noch oder wieder echte, natürliche und regionaltypische Nahrungsmittelschmecken können. Weil Genuss und Verantwortung schon längst keine Widersprüche mehr sind. Gut, sauber, fair, so lautet die Slow Food-Devise – und das ist eine gute Devise.



Das Beste aus der Region:  
Unserer. **MERKUR** –  
**REGIONAL &  
NACHHALTIG**

Im Rahmen seiner Regional-Initiative bietet MERKUR Spezialitäten aus den Regionen Österreichs an, die bisher kaum ihren Weg ins Regal fanden – weil in oft nur winziger Stückzahl hergestellt und daher hauptsächlich in der Top-Gastronomie zu finden. In den vergangenen drei Jahren, seitdem diese Initiative bei MERKUR existiert, fand man etwa hundert klein- bis mittelbetriebliche Lieferanten, die sich der traditionellen handwerklichen Arbeitsweise verschrieben haben, und die ihre Produkte hier einem breiteren interessierten Publikum präsentieren können. Allerdings nicht

immer und nicht überall, denn genau die beschränkte Menge ist es ja, die diese Spezialitäten so besonders macht:

*Um die Regionalität zum Ausdruck zu bringen, gibt es manche der 800 bis 1.000 Produkte dieser Initiative nur saisonal und natürlich auch nur in den MERKUR Märkten der Region.*

Das Angebot reicht von Wein über Honig, Marmeladen, Nudeln bis hin zum Traubenkernöl. Ein besonders rares Beispiel sind da etwa die handwerklich hergestellten Weingelee und Schokoladen der Manufaktur des Stiftes Klosterneuburg, die man nur im MERKUR Markt vor Ort bekommen kann. Einen Blick auf den Stand mit dem Hinweis-

schild "Das Beste aus der Region" zu werfen, lohnt sich auf jeden Fall. Denn vielleicht lernt man seine Umgebung da gleich ganz anders, und zwar genussvoll, kennen.

### BUCHTIPP: DIE SLOW FOOD-BIBEL: OSTERIE D'ITALIA

Kaum woanders lässt sich die Slow Food-Philosophie besser nachvollziehen als in den kleinen, regionaltypischen, familiär geführten Gaststätten Italiens.

Der Osterie-Führer von Slow Food listet 1.700 solcher Adressen auf und beschreibt sie appetitanregend. Ein Buch, das bei keiner Italien-Reise fehlen darf.



Hallwag-Verlag 2010/11,  
912 S., ca. € 29,90