

Saisonale Höhepunkte: Hagebutte // Schlehdorn // Sanddorn // Holunderbeere Laktoseintoleranz: Volkskrankheit oder Modeerscheinung?

Editorial // Saisonal

## Royales, Wildes und Neues

wertem rund um das Thema Lebensmittel.

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

Auch dieser KOPFSALAT ist wieder randvoll gefüllt mit Wissens- 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





# Hagebutte

Als Hagebutte werden die Früchte der Wildrose 🔝 Der Schlehdorn ist in ganz Europa beheimatet. Früchte sind allerdings nur Scheinfrüchte die echten sind nämlich die Kerne in den roten Schalen. Diese haben kleine feine Haare, die mit damit aus Kindertagen angenehme Erinnerun-Europa und Asien. In den meisten Fällen wächst Abbau der Gerbstoffe ist aber nicht gewünscht, da Inhaltsstoffe / Wirkung: wird die Hagebutte manchmal auch angebaut.

#### Inhaltsstoffe / Wirkung:

höchsten Vitamin-C-Gehalt unter heimischen Früchten. Sie enthält aber zusätzlich auch viel 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 Ausschau nach den reifen Früchten halten.

\_\_\_\_\_\_ Hagebutten können roh gegessen werden, nachdem die Nüsschen entfernt wurden. Je dem Apfelwein zugesetzt, wodurch dieser aufspäter man sie pflückt, desto süßer sind sie. grund der Gerbstoffe in den Schlehenfrüchten Die Früchte bleiben oft den ganzen Winter am einen etwas weinähnlicheren Charakter erhält. Roh sind die Früchte eher ungenießbar, da sie binieren, wie z. B. Äpfeln. 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 Hagebuttensuppe als süße Suppe zusammen mit Makronen oder Knäckebrot genossen. Hagebutten lassen sich auch zu Fruchtwein, Likör und Aufgussgetränken verarbeiten.

bezeichnet. Von September bis Oktober können Man findet ihn aber auch in Vorderasien, Nordafsie gesammelt werden. Die auffälligen roten rika und im Kaukasus. Die Früchte reifen etwa ab September, werden aber zumeist nach dem ersten und überstehen gut Kälte, Hitze und Trockenheit. Frost am Strauch geerntet. Durch Frosteinwirkung (Naturfrost oder Tiefkühlkälte) wird ein Teil der bitter schmeckenden Gerbstoffe in den Früchten enzymatisch abgebaut. Dabei sinkt der Gerbstoff- ist durch die Dornen der Pflanzen und die empgen, wenn man das "Juckpulver" verabreicht gehalt im Fruchtsaft von ungefähr 10 Gramm je bekommen hat. Beheimatet ist die Hagebutte in Liter auf unter 5 Gramm je Liter. Ein vollständiger sie wild. Da sie aber relativ anspruchslos ist, sie wesentlich zum Geschmack der Schlehdornprodukte beitragen.

## Inhaltsstoffe / Wirkung:

Vitamin B, Kalium und Magnesium. Die Blüten, Rinde und Früchte wirken harntreibend, schwach problemen und Magenbeschwerden gereicht. Schlehenelixier gilt als geeignetes Stärkungsmittel nach Infektionskrankheiten.

Die Früchte können unreif wie Oliven eingelegt werden. Im reifen Zustand wird Schlehdorn zur Tee, Konfitüren, Säfte und Liköre. Um frische Herstellung von Marmeladen, Fruchtsäften, Ware zu bekommen, kann man im Herbst selbst Fruchtweinen und als Zusatz zu Likör (Sloe Gin, der Sanddorn ist, desto besser die Wirkung Schlehenfeuer), Branntwein (Schlehenbrand) und anderen Spirituosen verwendet. Schlehendes Schlehdorns basiert. In manchen Gegenden werden die Früchte auch in geringen Mengen

Sanddorn heute auch in Europa, besonders in Küstennähe. Die Pflanzen sind sehr widerstandsfähig Die gelbroten Früchte sind Scheinfrüchte, denn ihr saftiges Fruchtfleisch umhüllt die eigentliche nussartige Frucht. Die Ernte beginnt im Spätherbst und findlichen Früchte sehr aufwendig.

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 Neben dem Sanddorn hat die Hagebutte den Neben Vitamin C enthält die Schlehe auch um ein Vielfaches übersteigt – stärkt das Immunsystem gegen Infekte. Darüber hinaus liefert er ungesättigte Fettsäuren, sodass der Körper die Vitamin A und B sowie Calcium, Magnesium abführend, fiebersenkend, magenstärkend und fettlöslichen Vitamine des Sanddorn ohne zuund Phosphor. Als Tee eignen sich Hagebutten entzündungshemmend. Ein Aufguss mit Schle- sätzliche Fettzugabe aufnehmen kann. Er wirkt daher gut gegen Erkältungen. Die Hagebutte henblüten wird besonders Kindern gern bei nach einer Krankheit kraftspendend. Sanddorn gilt als appetitanregend und harntreibend. Die Durchfallerkrankungen, bei Blasen- und Nieren- kann Vegetariern und Veganern, die oft unter Einkauf/Lagerung: 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 Inhaltsstoffe. Unverarbeitet ist Sanddorn sehr sauer, daher ist er als Frische-Produkt nur wein ist ein Fruchtwein, der nur auf den Früchten schwer zu finden. Ein Tipp ist die Tiefkühlabteilung russischer Lebensmittelgeschäfte.

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.

## Holunderbeere

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.

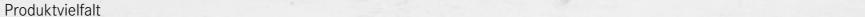
## Inhaltsstoffe / Wirkung:

Holunderbeeren 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.

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 kom-



# Das geheime Gold der Inka

Mit einer jährlichen Ernte von ungefähr 300 Millio- Die Speisekartoffel kategorisiert man außerdem, aufsteigend nen Tonnen gehört sie weltweit zu den wichtigsten nach dem Stärkegehalt, in die drei Kocheigenschaften fest-Agrarpflanzen: Die Kartoffel.

führt wurde, bauten die Inka die Knollen bereits seit Jahr- toffeln zu Kartoffelsalat oder Bratkartoffeln verarbeitet, wohunderten als Nahrungsmittel in den Anden an. Bei den hingegen man mehligkochende Sorten u.a. im Kartoffelpüree Inka hieß die Kartoffel übrigens "papa". Die deutsche Bezeichnung "Kartoffel" leitet sich wahrscheinlich vom italienischen "tartufolo" ab, was so viel wie "Trüffel" bedeutet.

Erst Mitte des 16. Jahrhunderts brachten spanische Seefahrer Kartoffelknollen mit nach Europa. Die Kartoffel wurdem freien Wettbewerb, was in einem Jahr wie 2013, das de zuerst wegen ihrer schönen Blüten als Zierpflanze in durch extreme Witterungslagen geprägt war, bedeutet, Parkanlagen und botanischen Gärten angebaut. Den Wert dass die Kartoffel am freien Markt teuer gehandelt wird. der Kartoffel als Nahrungsmittel erkannte man aber zuerst Der günstige Vegetationsverlauf in diesem Jahr hat an den in Irland, und zwar zu Beginn des 17. Jahrhunderts. Für die Pflanzen weniger, aber dafür sehr große Knollen wachsen karge Insel war die Kartoffel die ideale Frucht und für die lassen. Daraus resultieren aktuell die Preisunterschiede Bauern oft die einzige Nahrungsquelle.

Im Jahr 1747 begann südlich von Braunlage im Oberharz rohware. Ferner haben die Landwirte in diesem Jahr in den der Speisekartoffelanbau in Deutschland. Preußenkönig Friedrich der Große unterstützte zudem den großflächigen Anbau der Kartoffel in Preußen. Laut einer Anekdote hat er aktuelle Kartoffelsaison, nach vorangegangener Euphorie, um Berlin Kartoffelfelder anlegen und von seinen Soldaten von einer eher durchschnittlichen Ernte ausgegangen. 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.

kochend, vorwiegend festkochend und mehligkochend. Diese Eigenschaften sind auch in der Kartoffelveredlung von ent-Bevor die Kartoffel aber als Kulturpflanze in Europa einge- scheidender Bedeutung. So werden z. B. festkochende Kar-

> Die Kartoffel ist übrigens das einzige Massenprodukt des Agrarmarkts der Europäischen Union, für das es keine Marktordnung gibt. Somit unterliegen die Kartoffelpreise auf dem Rohstoffmarkt zwischen günstiger Pommes Frites-Rohware und der teureren Garkartoffel- und Abpack-Hauptanbaugebieten mit witterungsbedingten Qualitätsproblemen der Kartoffeln zu kämpfen. Deshalb wird für die



## Räucherlachs auf Kartoffel-Zucchini-Puffer

Vermengen Sie den Kartoffelpufferteig 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 2-3 mm	
55.000.825	Remoulade	
85.000.330	Norwegischer Räucherlachs	

CF Gastro

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



Unser Kartoffelangebot lässt keine Wünsche offen:

Ob rohe Kartoffeln (Speisekartoffeln, Bio, Kartoffelspezialitäten) oder verarbeitete Kartoffeln (roh, geschält, gegart, ganz, Würfel, Scheiben, Bratkartoffeln, Cook & Chill, Kartoffelgratin. Klöße. Pommes usw.) - Für jeden erdenklichen Geschmack ist das Richtige dabei.

# GOD SAVE THE &UEEN

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 lüften.

# 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 Hauptanbaugebiet, was sich heute noch in Gerichten, wie Pizza Hawaii oder Toast Hawaii, widerspiegelt.

Da sich die Anbaugebiete 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 eingesetzt.

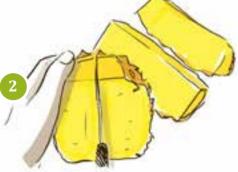
Noch ein paar Worte zur Ananas-Diät: Die Enzyme in der Südfrucht sollen angeblich die Fettaufnahme des Körpers verhindern und folglich könne ohne schlechtes Gewissen geschlemmt werden. Aber das ist ein Mythos. Die Enzyme werden beim Verdauungsvorgang inaktiv und sind damit wirkungslos, wenn sie im Darm,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



• 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.



Entfernen Sie Strunk und Blütenansatz mit einem scharfen Messer.



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



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



Entfernen Sie danach die Schale von den einzelnen Vierteln.

## Entdecken Sie die Vielfalt der Ananas. CF Gastro bietet ihnen die Königin der Früchte in vielen Variationen.

Artikel-Nr.	Artikel
11.025.510	Ananas Baby kg
11.020.510	Ananas Baby Stück
11.033.510	Ananas Sweet 6/7er kg *
11.032.510	Ananas Sweet 6/7er Stück *
11.031.510	Ananas Sweet 8/9 er kg *
11.v030.510	Ananas Sweet 8/9 er Stück *
11.035.150	Ananas Sweet ohne Krone Stück kg

Artikel-Nr.	Artikel	
21.033.000	Ananas ganz geschält kg	(nagrum
21.035.050	Ananas Scheiben IES <sup>1</sup> 2,5 kg	(Ideal o
21.034.053	Ananas Würfel IES <sup>1</sup> 2,5 kg	Ready Cut
21.034.066	Ananas Würfel 20 – 30 mm 5,0 kg	

<sup>1</sup>im eigenen Saft

★ Die Bezeichnungen **6/7 er** und **8/9 er** beziehen sich auf die Anzahl der Ananas, die sich in einem Karton befinden. Hieraus ergeben sich unterschiedliche Kaliber der Ananas: 6/7er wiegen im Durchschnitt 1,2 kg, 8/9er 1,0 kg. Eine Baby-Ananas wiegt im Durchschnitt 0,4 kg.

# 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 (für 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 davon wichtig. In Deutschland werden vor allem Früchte der Sorte "Cayenne" gehandelt. Die vier bedeutendsten Sortengruppen möchten wir Ihnen im Folgenden kurz und knapp vorstellen:

#### **CAYENNE-GRUPPE**

Sorten: Smooth Cayenne, Kew, Hilo, Baron Rothschild

Aussehen: zylindrisch, orangegelb & 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

#### SDANISH CHIPPE

orten: Singapore Spanish, Red Spanish

Aussehen: rund, rötlich gelb & faserreich, weißes Fruchtfleisch Geschmack: aromatisch

Anmerkung: /

### PERNAMBUCO-GRUPPE

orten: Pernambuco, Sugar Loaf, Abacaxi, Paulista

Aussehen: pyramidenförmig, grüngelb & faserlos, weißes bis gelbliches Fruchtfleisch

Geschmack: aromatisch

Anmerkung: vorwiegend/hauptsächlich lokaler Verbrauch in Brasilien und Venezuela



Schneiden Sie, falls nötig, kleine Schalenreste nach.



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

# 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 sogenannten "Augen" der Ananas ragen, sollten braun gefärbt sein.

Wie man die Frucht am geschicktesten aufschneidet, zeigen wir Ihnen in unserem unten stehenden 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

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.

#### **CF GASTRO ALS DATENLIEFERANT**

- Verarbeitung der artikelspezifischen Daten der Industrie und Vorlieferanten für das Listungssortiment CF Gastro
- Bereitstellung aller Informationen und Daten in Ihrem Warenwirtschaftssystem über Schnittstellenbeschreibungen
- Individueller Abruf aller Artikelinformationen im PDF-Format auch über einen Kunden-Login möglich



## **WIE STELLT CF GASTRO DIE PRODUKT-INFORMATIONEN BEREIT?**

QR-Code scannen und Beispielbogen nerunterladen!

Kaum eine Verordnung beschäftigt die Lebensmittelbranche zurzeit mehr als die Ziel der LMIV ist ein umfassender Gesundheits- und Interessenschutz der Verbraucher. neue Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV), die für alle ab dem 13. Dezember Sie gilt für alle vorverpackten Lebensmittel auf jeder Stufe, auch wenn diese weiterver-

#### WELCHE INFORMATIONEN MÜSSEN BEREITGESTELLT WERDEN?

- Bezeichnung des Lebensmittels
- 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
- Mindesthaltbarkeitsdatum oder das Verbrauchsdatum
- 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
- 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 Etikett
- 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 stellen 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 zu 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 Zutatenklasse bestehen oder verarbeitete Erzeugnisse, die lediglich einer Reifungsbehandlung unterzogen wurden und die nur aus einer Zutat oder Zutatenklasse bestehen. Außerdem sind Kräuter, Gewürze oder Mischungen daraus, Salz, Salzsubstitute sowie Tafelsüßen ausgenommen. Viele Hersteller bieten schon heute Informationen zu Nährwerten an. Ab 2016 müssen aber folgende Kriterien erfüllt sein:

#### ANGABE DER BIG 7 IN VORGEGEBENER REIHENFOLGE

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

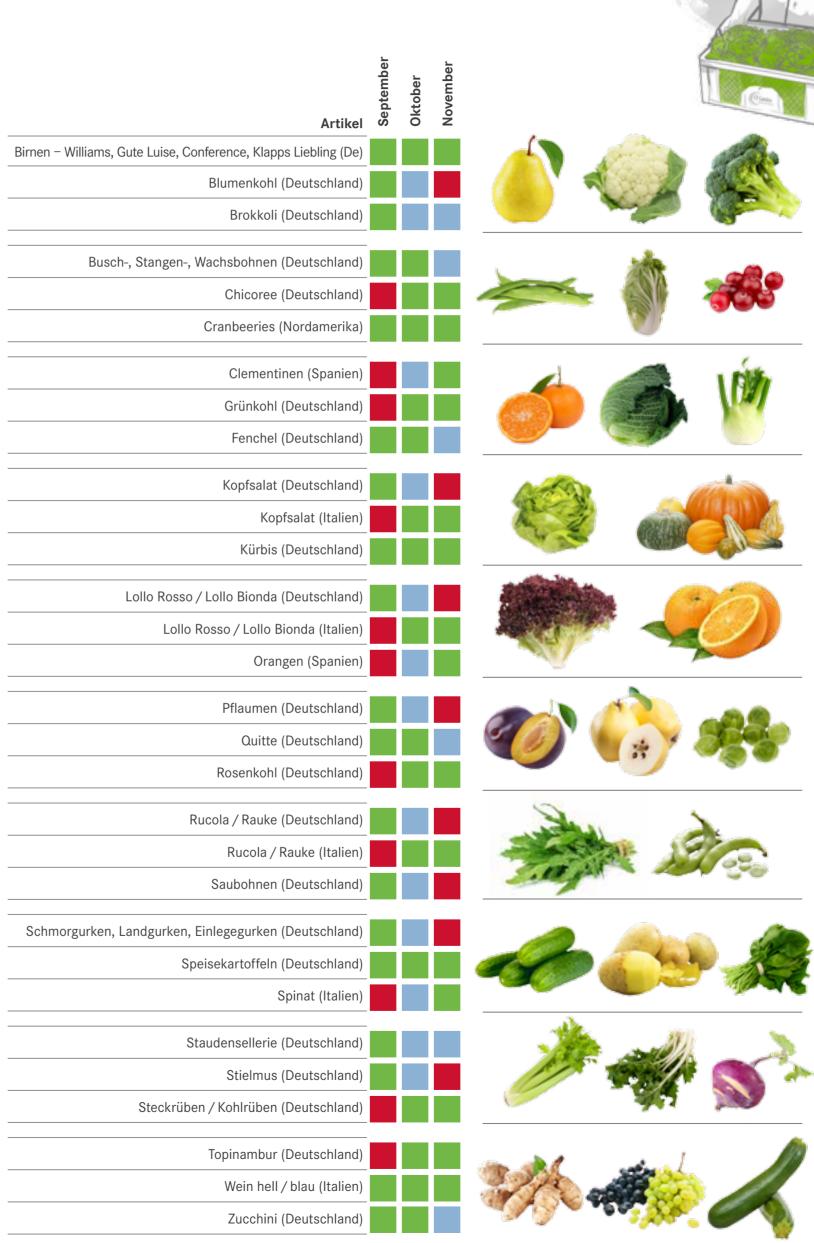
Weitere Angaben, wie z. B. Ballaststoffe, Vitamine usw., können gemacht werden. Erfolgt schon vorher eine freiwillige Nährwertdeklaration, muss diese den Anforderungen der LMIV entsprechen.

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

# Saisonkalender

Saisonkalender

Weil's frisch einfach besser schmeckt



## eginn / Ende der Saison

Auftakt oder Schluss – saftiges Obst und knackiges Gemüse schon oder noch - erntefrisch auf den Tisch. Lassen Sie's sich schmecken

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.



# **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, 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.





Werder Frucht GmbH Am Frucht- und Frachthof 6 14550 Groß Kreutz

Tel.: 033207 - 370 - 0 Fax: 033207 - 370 - 92 E-Mail: gastro@werder-frucht.de www.werder-frucht.de

## **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- und Gemüsehandels und konnte ein stetes Wachstum verzeichnen. Heute arbeiten rund 260 Mitarbeiter auf einer Gesamtfläche von ca. 16.000 m<sup>2</sup>. Aus dem Handwagen von damals ist heute ein Fuhrpark von 45 Kühl-LKW geworden. 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 Warengruppen verteilt, stehen aktuell mehr als 8.000 Artikel zur Verfügung und es kommen ständig weitere hinzu, um im Bereich der Gastronomie, Hotellerie und Catering alle Wünsche abdecken zu können. Das spezialisierte Gastroteam steht Ihnen gern für Anregungen und Fragen zur Verfügung.

Weitere Informationen unter www.de-we.de

Geschäftsführer	Sonja Weigand, Johannes Weigand		
Zertifizierungen / Qualitätsmanagement	Bio, QS, IFS Cash & Carry, DIN ISO 9001		
Gründungsjahr	1934		
Mitarbeiterzahl	260		
Kühllagerfläche	16.000 m <sup>2</sup>		
Warenumschlag	120.000 Tonnen pro Jahr		
	Obst & Gemiise Ready Cut Feinkost Trockenwaren Convenience		

Sortiment

Obst & Gemüse, Ready Cut, Feinkost, Trockenwaren, Convenience, High Convenience, Konserven, Molkereiprodukte, Getränke, Tiefkühl, Floristik, Art Deco





Kirschäckerstr. 26 96052 Bamberg Tel.: 0951 - 93 39 - 0

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







schmackhafte und deftige Schmankerl für Sie bereit.

Artikel-Nr.	Artikel	Marke	Verkaufseinheit
25.113.006	Feldsalat geputz	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	Kartoffelpufferteig "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

## Für weitere Informationen kontaktieren Sie bitte Ihren 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, 6, 7, 8 Shutterstock