

# KOPIE SALAT

Das frische Magazin für Gastronomie-  
und Verpflegungs-Profis

Ausgabe 69 // September / Oktober 2023

Lieferpartner der CF Gastro

*Matthies & Söhne*



## Der Herbst kann kommen

Warum Zuchtpilze gut für  
Küche und Umwelt sind



**Gute Taten:** Mit Sachspenden in die Ukraine

**Überraschend vielseitig:** Kochen mit Möhrengrün



## Liebe Leserinnen und Leser,

nachhaltige und umweltbewusste Lebensstile sind die Themen unserer Zeit. Das zeigt sich auch in der bereits 2019 verabschiedeten EU-Vorgabe zu Tethered Caps, die im kommenden Jahr in Kraft tritt und neue Regeln für nachhaltigere und umweltbewusstere Umverpackungen vorgibt. Mehr darüber finden Sie in dieser Ausgabe.

Wie Nachhaltigkeit auch regional gelebt wird, zeigt unser Bericht über den CF Gastro Lieferpartner Oliver Fruchthandels GmbH, der ausrangierte und gespendete Sachgüter wie Schulausrüstungen und Kleidung in Krisengebiete bringt, wo sie gerade mehr denn je benötigt werden.

Zudem wechseln die Jahreszeiten und der Herbst steht vor der Tür. Das zeigt sich einmal mehr durch am Waldrand parkende Autos und gehäuft

auftretende Waldspaziergänger, die mit Korb und Stiefeln bekleidet auf der Suche nach wilden und heimischen Pilzen sind. Dabei bieten auch Zuchtpilze nicht nur in der aktuellen Pilzsaison eine gelungene und unbelastete Alternative für kulinarische Gaumenfreuden. Alles Wichtige dazu lesen Sie in unserem Titelthema Zuchtpilze.

Zum krönenden Abschluss widmen wir uns in unserer Herbstausgabe erneut dem Thema Foodwaste. Erfahren Sie in unserem Beitrag, wie Sie künftig mehr aus Ihren Möhren raus holen und das ganze Jahr über frisches Möhrengrün genießen können.

**Wir wünschen Ihnen spannende Lektüre.  
Herzlichst, Ihr Team von CF Gastro.**

# Der Deckel bleibt dran!



### WEIDEFRISCHE FETTARME MILCH

H-MILCH 1,5% m.V. 12 x 1 L

Artikel-Nr.:  
41.001.053



### WEIDEFRISCHE VOLLMILCH

H-MILCH 3,5% m.V. 12 x 1 L

Artikel-Nr.:  
41.001.063

#### Unsere Weidefrische-Milch gibt es ab 2024 in neuer Umverpackung und mit festem Deckel

Natürlich bleibt unsere Milch weiterhin so gut, wie sie ist, nur ihre Verpackung wird jetzt noch besser! Die Einführung von „tethered caps“ (feste Deckel) als Alternative zu losen Plastikdeckeln soll langfristig dazu beitragen, die Umweltverschmutzung durch Plastikmüll erheblich zu reduzieren. Laut der im Jahr 2019 verabschiedeten EU-Vorgabe müssen Hersteller bei Einweg-PET-Getränkerverpackungen mit einem Volumen von bis zu drei Litern, diese mit einem festen Verschluss versehen. Durch diese Verschlüsse soll es einfacher werden, alle Bestandteile der Flasche zu sammeln und zu recyceln. Die EU-Vorgabe soll bis Juli 2024 umgesetzt sein.

Zusätzlich zum festen Deckel erscheint die Weidefrische-Milch von CF Gastro auch in einem neuen Gewand. Die Tetra-Brik-Aseptic-1000-Edge-Verpackung glänzt dabei mit verbesserten Umwelteigenschaften. Die Verpackungsform wird direkt von der Rolle erzeugt, was ein extrem schlankes Verpackungskonzept bedeutet, bei dem die Kosten in der gesamten Wertschöpfungskette niedrig gehalten werden. Tetra Brik verwendet nur die absolut nötige Menge an Material für eine funktionale, schützende Verpackung. Dabei wird aber auch der maximale Anteil an erneuerbaren Materialien genutzt.

Durch die optimierte Stapelbarkeit werden beim Transport für gleiche Mengen weniger Paletten benötigt. Dadurch lassen sich wiederum die transportbedingten CO<sub>2</sub>-Emissionen senken. Für den Kartonanteil der Verpackung wird FSC-zertifiziertes Verpackungsmaterial angeboten, und bereits seit 2012 ist der Verschluss der 1000 Edge aus HDPE (hochdichtes Polyethylen), das aus Zuckerrohr gefertigt wird, erhältlich. So kann der Anteil nachwachsender Rohstoffe in der Verpackung weiter erhöht werden. Und am Schluss lässt sich die Verpackung zur Entsorgung vollständig zusammenfallen. Ganz einfach und komplett. Besser geht es nicht!



# Familienbetrieb mit Herz



## Oliver Fruchthandel liefert Hilfsgüter direkt in die Ukraine

**An seinem 50. Geburtstag lässt Mario Pleyer, Geschäftsführer und Gesellschafter des Familienbetriebs Oliver Fruchthandels GmbH, sein Leben Revue passieren. Mit etwas Wehmut und sehr viel Glück blickt er auf ein in Summe gutes und erfülltes Leben zurück. „Alles ist gut gelaufen“, wie er selbst sagt. Gemeinsam mit seinem Bruder Francisco führt er in vierter Generation erfolgreich einen regionalen Fruchthandel, der sich seit Firmen-gründung im Jahr 1922 der Lieferung von frischem Obst und Gemüse verschrieben hat. Von seinem persönlichen Erfolg möchte Mario Pleyer gern auf irgendeine Weise einen Teil an die Gesellschaft zurückgeben. Und dann hört er über ein paar Ecken vom Aktions-kreis Direkthilfe.**

Dieser Aktionskreis wurde 1988 von Ruth und Hanspeter Hartmann mit Unterstützung vom damaligen Pfarrer Klaus Zwirtes ins Leben gerufen. Er organisiert Spendensammlungen und bringt die Hilfsgüter direkt zu Menschen in europäischen Krisenregionen. 2022 entsteht aus dem Aktionskreis heraus der gemeinnützige Verein Aktion Direkthilfe e.V. Damit ist gewähr-leistet, dass auf Sach- und Geldspenden auch weiterhin keine Umsatzsteuer abzuführen ist.

Mario Pleyer folgt seiner inneren Stimme, nimmt den Hörer in die Hand und wählt die Nummer des Aktionskreis Direkthilfe. Dort bietet er seine aktive Unterstützung an und wird mit offenen Armen empfangen. Es beginnt mit Verpackungsmaterial und jeder Menge Bananenkisten, die Mario Pleyer der Direkthilfe zu Verfügung stellt. „Wir hatten jede Woche 200 leere Bananenkisten, die bei uns im Betrieb angefallen sind, die ich der Aktion Direkthilfe zu Verfügung gestellt habe.“ erzählt Pleyer. Bananenkisten sind groß und sehr stabil, damit ideal für den Transport von Hilfsgütern. Zweimal im Jahr, im Frühjahr und im Herbst, werden in den sechs Gemeinden Rhens, Brey, Spay, Waldesch, Buchholz und Koblenz-Moselweiß Spendensammlungen organisiert.

Gesammelt werden unter anderem Sachspenden wie Fahrräder, Nähmaschinen, Hygiene-artikel, Bettwäsche, Schulartikel, gut erhaltene Kleidung, Rollatoren, Rollstühle und besondere medizinische Geräte sowie Krankenhausbetten und -einrichtungen. Dinge, die in Deutsch-land nicht mehr gebraucht oder aus rechtlichen Gründen nicht mehr genutzt werden dürfen. Wichtig sind auch Geldspenden für den Erwerb von haltbaren Lebensmitteln und zur Deckung von Diesel, Maut und Zollkosten.

Die Hilfsgüter werden nach einer Sammlung auf zwei bis drei große Lastkraftwagen geladen und dann direkt in die Krisenregion gebracht. Dorthin, wo die Not am größten ist. Mario Pleyer, der 2016 noch mit leeren Bananenkisten zur Aktion Direkthilfe kam, sitzt heute selbst am Steuer und bewegt einen der LKWs, einen orangenen Lastzug von Oliver Fruchthandel. Weitere LKWs kommen von der RHT Spedition Hartmann aus Koblenz mit der sich über die Jahre und aus der gemeinsamen Sache eine große und intensive Freundschaft entwickelt hat.

In der Regel sind Mario Pleyer und seine Mitstreiter dann eine Woche durchgehend unter-wegs und bewegen ihre Lastzüge auf internationalen Autobahnen und ausgefahrenen Land-straßen. „3 Tage Hinfahrt, 3 Tage Rückfahrt und 1 Tag vor Ort, um auch persönlich zu sehen, wo die Hilfsgüter eingesetzt werden“, ergänzt Pleyer.

Meist kommen dann ca. 4000 km pro Tour zusammen. Insgesamt 162 Transporte wurden so durch den Aktionskreis Direkthilfe bereits realisiert. 13 davon ist Mario Pleyer bisher selbst gefahren: „Nach Bosnien, Mazedonien, Moldawien, Rumänien und oft in die Zentralukraine und nach Kiew“, wie er selbst sagt.

Und es wird mit Sicherheit nicht der letzte gewesen sein. Das sagen zumindest seine leuchtenden Augen, wenn Mario Pleyer von der Aktion Direkthilfe und seinen bisherigen Hilfsgütertransporten in die Krisenregionen berichtet.



## Herbstsammlung

der Aktion Direkthilfe  
am 13.10.2023



Mehr Infos  
finden Sie hier:



## Spendenkonto

### Sparkasse Koblenz

DE18 5705 0120 0000 3246 16

### Volksbank Rhein-Nahe Hunsrück

DE68 5609 0000 0007 7256 96



Koblenz

Kiew

UKRAINE

RUMÄNIEN

BOSNIEN UND  
HERZEGOWINA





# ZUCHTPILZE

UMWELTFREUNDLICHE LANDWIRTSCHAFT & REGIONALER GENUSS

**Die Zucht von Pilzen ist nicht nur eine Bereicherung für die kulinarische Szene, sondern auch für die Umwelt.**

profitieren nicht nur die Spitzengastronomie, sondern auch leidenschaftliche Hobbyköche im ganzen Land.

Ein wirtschaftlicher Vorteil von Zuchtpilzen liegt natürlich in ihrer konsistenten Qualität und ganzjährigen Verfügbarkeit. Im Gegensatz zu wild gewachsenen Pilzen können Zuchtpilze zudem unter kontrollierten Bedingungen gezüchtet werden. Dies führt zu einem einheitlichen Produkt, wodurch wiederum Produktionsprozesse vereinfacht werden und die Kundenzufriedenheit steigt.

Doch nicht nur wirtschaftlich bietet die Pilzzucht Vorteile, denn auch für die Umwelt entstehen positive Effekte. Denn im Vergleich zu anderen Lebensmitteln ist die Pilzzucht äußerst ressourcenschonend: Sie erfordert weniger Wasser, Land und Energie. Zudem können Pilze auf organischen Materialien wie Kaffeesatz, Holzspänen und Stroh angebaut werden, die oft als Abfallprodukte anfallen. Durch die Nutzung solcher „Abfälle“ wird die Umweltbelastung reduziert und ein nachhaltiger Kreislauf geschaffen.

Ein weiterer Vorteil der Pilzzucht in Deutschland ist die Möglichkeit, frische und qualitativ hochwertige Zuchtpilze regional zu genießen. In den letzten Jahren haben sich viele kleine

*Alleskömmer*

## ES MUSS NICHT IMMER WILD SEIN

**Zuchtpilze gehören selbstverständlich zur kulinarischen Landschaft. Und sie sind doppelt gut, denn von ihnen profitiert nicht nur die Gastronomie, sondern sie sind auch gut für die Umwelt.**

Pilze zählen zu den spannendsten Zutaten in der modernen Küche. Ihr einzigartiges Aroma und ihre besondere Textur machen sie vor allem für die vegetarische Küche unverzichtbar. Sie dienen oft als Fleischersatz oder können als geschmacksverstärkende Zutat in Suppen oder Saucen verwendet werden. Kein Wunder also, dass auch die Nachfrage nach Zuchtpilzen steigt.

Traditionell haben Speisepilze wie Champignons, Shiitake und Austernpilze dabei den Markt dominiert. Doch heutzutage erfreuen sich auch exotischere Sorten wie Enoki, Maitake, Königsastern und Pfifferlinge zunehmender Beliebtheit. Von dieser gestiegenen Vielfalt



und mittelständische Betriebe auf die Pilzzucht spezialisiert und produzieren köstliche Speisepilze für den lokalen Markt. Und der regionale Aspekt schont weitere Ressourcen und damit auch die Umwelt. Insofern eröffnen Zuchtpilze nicht nur neue Geschmackshorizonte, sondern sind auch Teil einer gesunden und nachhaltigen Ernährung.





## WIE LAGERT MAN PILZE RICHTIG?

Pilze sind sehr empfindlich und sollten von daher nicht zu lange gelagert werden. Verwenden Sie zur Lagerung Papiertüten oder ein sauberes Geschirrtuch. Plastikverpackungen sollten Sie hingegen vermeiden. Im Kühlschrank bleiben die Pilze 3 bis 4 Tage frisch. Pilze kann man übrigens auch gut einfrieren. Besonders zu empfehlen ist jedoch das Trocknen: einfach in dünne Scheiben schneiden und an einem warmen Ort trocknen lassen.

Für die optimale Lagerung von Pilzen sollten Sie daher folgende Aspekte beherzigen:



**kühl lagern**



**dunkel lagern**



**luftig lagern**

## ERNTEMENGE

von Speisepilzen in Deutschland

2012

Gesamt  
**52.900**  
Tonnen

**52.246**  
Tonnen

Anteil von  
**Champignons**

2022

**78.164**  
Tonnen

**76.085**  
Tonnen

In den vergangenen Jahren sind auch die Erntezahlen von Edelpilzen in Deutschland gestiegen.

Im Jahr 2021/22 wurden in Deutschland pro Kopf durchschnittlich c.a.

**1,9 kg**  
Champignons verzehrt.

Im Jahr 2021 wurden rund **5.050 Tonnen Edelpilze in Deutschland** gezüchtet.

Der wichtigste darunter war der **Kräuterseitling** mit einer Produktionsmenge von **3.400 Tonnen**.

**Spitzmorcheln** zählen zu den teuersten Speisepilzen überhaupt. Leider sind die aromatischen Leckerbissen mit der wabenartigen Struktur hierzulande nicht sehr weit verbreitet.

## PRODUKTAUSWAHL

ARTIKEL	Art.-Nr.:
<b>Champignon</b> braun Kiste 3 kg	16.480.515
<b>Shiitake</b> 1 kg	16.520.515
<b>Austernpilze</b> 2 kg	16.550.530
<b>Enoki</b> 1 kg	16.552.510
<b>Portobello</b> Kiste 1,5 kg	16.561.515
<b>Steinpilze</b> 1 kg	16.580.510
<b>Pfifferlinge</b> 1 kg	16.570.510
<b>Kräuterseitlinge</b> 1 kg	16.595.510

## CREMIGE CHAMPIGNONSUPPE

### ZUTATEN

für 6 Personen

- 700 g Champignons
- 2 Zwiebeln
- 30 g Butter
- 30 g Mehl
- 1l Gemüsebrühe
- 100 ml Weißwein
- 200 ml Schlagsahne
- 2 EL Schmand
- Salz, Pfeffer
- Muskat

### ZUBEREITUNG

1. Die Champignons mit einer Bürste putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebel glasig dünsten. Die Pilze hinzugeben und ebenfalls andünsten.
2. Das Mehl in den Topf geben und anschwitzen lassen. Unter Rühren mit dem Weißwein ablöschen, dann die Gemüsebrühe hinzugeben. Weiterrühren, damit keine Klumpen entstehen. Schlagsahne hinzugeben und 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.
3. Vom Herd nehmen und mit einem Stabmixer cremig pürieren. Schmand hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit frischem Brot oder Croutons servieren.



# Wir lieben es grün HINTER DEN MÖHREN!

**Möhren sind traditionell ein fester Bestandteil der deutschen Küche: ob als Beilage, Salat oder einfach als Snack – ohne die knackigen Wurzeln geht es hierzulande nicht. Das Möhrengrün hingegen wird oftmals achtlos abgeschnitten und in den Müll geworfen. Das ist schade, denn seine Verwendung bietet eine Fülle von Möglichkeiten und sollte als wertvolle Ressource in kulinarische Abenteuer einbezogen werden.**

Nachhaltigkeit ist momentan überall ein wichtiges Thema und auch in der Gastronomie liegt der Fokus darauf, Lebensmittelabfälle zu minimieren und Ressourcen effizient zu nutzen. Die Verwendung von Möhrengrün in der Küche bietet dabei nicht nur ökologische Vorteile, sondern bereichert auch den Geschmack von Gerichten auf ganz besondere Weise. Denn das Möhrengrün kann auf verschiedenste Art verwendet werden und ist dabei auch äußerst nährstoffreich. Es enthält große Mengen an Vitaminen wie A, C und K sowie an Mineralstoffen wie Kalium und Eisen. So kann der Nährwert der Speisen erhöht und ein zusätzlicher Beitrag zur gesunden Ernährung geleistet werden.

Geschmacklich ist das Grün leicht herb und erinnert etwas an Petersilie. Es eignet sich hervorragend als Ergänzung für Salate, Pestos, Suppen und Saucen. Sogar in Smoothies oder zum Aromatisieren von Brühen kann Möhrengrün genutzt werden. Vor der Verwendung sollte es gründlich gewaschen und von den dicken Stielen befreit werden. Diese können nämlich etwas bitter schmecken. Das feine Möhrengrün kann man wie andere Kräuter fein hacken und zum Kochen oder Garnieren verwenden. Übrigens kann das Grün auch einige Tage im Gemüsefach des Kühlschranks aufbewahrt werden. Dafür trennt man es von der Möhre und wickelt es in ein sauberes, feuchtes Geschirrtuch. Und wer es noch länger aufbewahren möchte: Es lässt sich auch prima einfrieren!

Denken Sie also bei der nächsten Menüplanung mal über die Verwendung von Möhrengrün nach, denn es bietet eine wunderbare Möglichkeit, Nachhaltigkeit und kulinarischen Genuss zu vereinen.

Egal, ob Sie Karotte, Möhre oder Mohrrübe sagen, die knackigen Wurzeln sind ebenso vielseitig einsetzbar wie ihre Namen. Sie können roh in Salaten, gedünstet, gegrillt, gebraten, püriert oder in Suppen und Eintöpfen verwendet werden. Außerdem lassen sich Möhren ganz einfach zu Saft oder Smoothies verarbeiten.

Wussten Sie, dass das grüne Blattgemüse der Möhren oft mehr Nährstoffe enthält als die Wurzeln selbst? Möhrengrün ist reich an Vitaminen wie Vitamin C, Vitamin K und Folsäure sowie an Mineralstoffen wie Kalzium und Eisen. Diese Nährstoffe tragen zur Stärkung des Immunsystems, zur Knochengesundheit und zur Regulierung des Stoffwechsels bei.

## MÖHREN

Bund

Artikel-Nr.:  
14.130.510

## Bulgur-Salat mit Möhren und Grün

für 4 Portionen

### ZUTATEN ZUBEREITUNG

200g Bulgur –  
400 ml Gemüsebrühe –  
2 Bund Möhrengrün –  
4 Möhren –  
2 Frühlingszwiebeln –  
4 EL Olivenöl –  
Saft einer Zitrone –  
Salz/Pfeffer –

- 1 Den Bulgur mit der Gemüsebrühe aufkochen und zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Überschüssige Brühe abgießen. Bulgur in eine Schüssel geben.
- 2 Die Möhren fein würfeln und in einer Pfanne in etwas Olivenöl leicht andünsten. Sie sollten noch Biss haben. Das Möhrengrün waschen und fein hacken. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Alles zum Bulgur geben und vermischen.
- 3 Olivenöl und Zitronensaft unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Pita-Brot servieren.

## BULGURSALAT

Bulgursalat Klassik 1 kg  
cold'n'fresh

Artikel-Nr.:  
27.293.060



Am bekanntesten ist natürlich die orangefarbene Variante, aber es gibt auch Möhren in anderen Farben wie Violett, Gelb, Rot und Weiß. Je nach Farbe haben die verschiedenen Sorten auch leicht unterschiedliche Geschmacksnuancen.

Botanischer Hintergrund: Die Möhre gehört zur Familie der Doldenblütler und ist botanisch als *Daucus carota* bekannt. Schon im antiken Griechenland wurde sie als medizinische Heilpflanze verwendet.



Möhrengrün verfügt über einen leicht herben Geschmack, der vielen kulinarischen Kreationen eine frische Note verleiht. Es eignet sich perfekt als Zutat in Salaten, Pesto, Suppen und Smoothies. Darüber hinaus kann man das Möhrengrün auch gedünstet oder blanchiert als Beilage servieren.





# Saisonkalender

**Beginn/Ende der Saison**

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

**Hauptsaison**

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.



**BIRNEN**  
Williams, Gute Luise, Conference, Clapps Liebling (Deutschland)



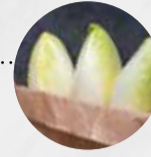
**BLUMENKOHL**  
(Deutschland)



**BROCCOLI**  
(Deutschland)



**BUSCH-, STANGEN-, WACHSBOHNEN**  
(Deutschland)



**CHICORÉE**  
(Deutschland)



**CRANBERRYS**  
(Nordamerika)



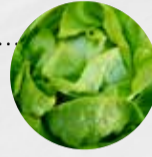
**CLEMANTINEN**  
(Spanien)



**GRÜNKOHL**  
(Deutschland)



**FENCHEL**  
(Deutschland)



**KOPFSALAT**  
(Deutschland)



**KOPFSALAT**  
(Italien)



**KÜRBIS**  
(Deutschland)



**LOLLO ROSSO/ LOLLO BIONDA**  
(Deutschland)



**LOLLO ROSSO/ LOLLO BIONDA**  
(Italien)



**ORANGEN**  
(Spanien)



**PFLAUMEN**  
(Deutschland)



**QUITTE**  
(Osteuropa)



**ROSENKOHL**  
(Deutschland)



**RUCOLA/RAUKE**

(Deutschland)



**RUCOLA/RAUKE**

(Italien)



**SAUBOHNEN**

(Deutschland)



**SCHMORGURKEN, LANDGURKEN, EINLEGEGERURKEN**

(Deutschland)



**SPEISE-KARTOFFELN**

(Deutschland)



**SPINAT**

(Italien)



**STAUDENSELLERIE**

(Deutschland)



**STIELMUS**

(Deutschland)



**STECKRÜBEN/ KOHLRÜBEN**

(Deutschland)



**TOPINAMBUR**

(Deutschland)



**TRAUBEN HELL/BLAU**

(Italien, Spanien)



**ZUCCHINI**

(Deutschland)



Unser Saisonkalender – nicht nur in jeder KOPFSALAT-Ausgabe, sondern auch online:

[cfgastro.de/produkte/saisonkalender](http://cfgastro.de/produkte/saisonkalender)

# AUS DER REGION FÜR DIE REGION

ÜBER  
**30**  
REGIONALE  
LIEFERPARTNER



**1.700**  
MODERNE  
KÜHLFAHRZEUGE



MEHR ALS  
**5.000**  
MITARBEITER

CA.  
**35.000**  
STOPPS AM TAG

## DAS FRISCHE-NETZWERK VON CF GASTRO

**A+S Frucht GmbH & Co. KG**  
[www.as-frucht.de](http://www.as-frucht.de)

**Abels Früchte Welt GmbH**  
[www.abelsfruechtewelt.de](http://www.abelsfruechtewelt.de)

**Andreas Kupfer & Sohn GmbH**  
[www.kupfer-sohn.de](http://www.kupfer-sohn.de)

**CF Gastro Service GmbH & Co. KG**  
[www.cf-gastro.de](http://www.cf-gastro.de)

**C. v. Schoonhoven & Sohn GmbH & Co. KG**  
[www.schoonhoven-rheine.de](http://www.schoonhoven-rheine.de)

**Denschelmann + Wellein GmbH**  
[www.de-we.de](http://www.de-we.de)

**Dieter Fuhrmann Obst & Gemüse  
Großhandels GmbH**  
[www.dieter-fuhrmann.de](http://www.dieter-fuhrmann.de)

**Frisch Frucht Erfurt GmbH**  
[www.frischfruchterfurt.de](http://www.frischfruchterfurt.de)

**Friweika eG**  
[www.friweika.de](http://www.friweika.de)

**Frucht Hartmann GmbH**  
[www.fruchthartmann.de](http://www.fruchthartmann.de)

**Fruchthof Northeim GmbH & Co. KG**  
[www.fruchthof-northeim.de](http://www.fruchthof-northeim.de)

**Früchte Feldbrach GmbH**  
[www.fruechte-feldbrach.de](http://www.fruechte-feldbrach.de)

**Grabmayr GmbH - Obst- und  
Gemüsegroßhandel**  
[www.grabmayr.at](http://www.grabmayr.at)

**Grafetstetter GmbH**  
[www.fruechteexpress.de](http://www.fruechteexpress.de)

**Grünzeug & Mehr GmbH**  
[www.gruenzeugundmehr.at](http://www.gruenzeugundmehr.at)

**Häusler Frischeservice GmbH**  
[www.haeusler-frischeservice.de](http://www.haeusler-frischeservice.de)

**Henning Broscheit GmbH**  
[www.broscheit.de](http://www.broscheit.de)

**JHG GastroExpress**  
[www.gastro-express.info](http://www.gastro-express.info)

**Josef Ochs GmbH**

**Kai Brüning Obst- und  
Gemüsegroßhandel GmbH**  
[www.bruening-nortorf.de](http://www.bruening-nortorf.de)

**Köhra - Frische GmbH**  
[www.koehra.de](http://www.koehra.de)

**Lindner GmbH**  
[www.lindnerfood.de](http://www.lindnerfood.de)

**Manss GmbH Frischeservice**  
[www.manss.nrw](http://www.manss.nrw)

**Marker oHG**  
[www.unternehmen-frische.de](http://www.unternehmen-frische.de)

**Matthies & Söhne Fruchtimport GmbH**  
[www.msfrucht.de](http://www.msfrucht.de)

**Mönchguter Fruchtgroßhandel GmbH**  
[www.moenchguter-frucht-grosshandel.de](http://www.moenchguter-frucht-grosshandel.de)

**Oliver Fruchthandels GmbH**  
[www.oliver-fruchthandel.de](http://www.oliver-fruchthandel.de)

**Peter Blessing GmbH**  
[www.blessingmarkt.de](http://www.blessingmarkt.de)

**Rothenburger Marktfrisch Verarbeitungs-  
u. Handelsgesellschaft mbH**  
[www.marktfrisch-rothenburg.de](http://www.marktfrisch-rothenburg.de)

**Sapros GmbH**  
[www.sapros.de](http://www.sapros.de)

**Sapros Handels- und Vertriebs GmbH**  
[www.sapros-ka.de](http://www.sapros-ka.de)

**Schwabfrucht Gastro GmbH**  
[www.schwabfrucht.de](http://www.schwabfrucht.de)

**Steinkrüger Frucht- & Frischehandel GmbH**  
[www.steinkrueger.de](http://www.steinkrueger.de)

**Töpfer GmbH**  
[www.toepfer-salate.de](http://www.toepfer-salate.de)

**Weihe GmbH**  
[www.weihe.de](http://www.weihe.de)

**Werder Frucht Gastroservice GmbH**  
[www.werder-frucht.de](http://www.werder-frucht.de)