



# INHALT



## 3 Editorial

### APERERO

#### 6 Aktuelles

#### 9 Hier sind die Guten

#### 10 Das Fischporträt.

Diesmal – der Thunfisch

#### 12 Standpunkt von Marta Messa.

Pestizide ade: Es geht um unsere Zukunft

### UNTERWEGS

#### 14 Genussreise Bonn, Umgebung und das Ahrtal.

Zwischen Himmel und Ääd

#### 24 Regionales Wirtschaften.

Frische Fische bei Fischers Fritz

#### 28 Heinzelmanns Winzerporträt.

Staffelter Hof, Mosel: Tradition und Moderne

### GENUSS-SCHWERPUNKT **BROT**

#### 32 Deutsche Brot- und Backkultur.

Krise und Neustart

#### 35 Jugend in der Backstube.

Wir kriegen es gebacken

#### 38 Arche des Geschmacks.

Aufs Korn genommen

#### 41 Backen für Anfänger und Fortgeschrittene.

Mit oder ohne Ansatz, das ist hier die Frage

#### 44 Ideen für Brotreste.

Mehr als nur Armer Ritter

### AUS DER KÜCHE

#### 46 Im Slow Food Check.

Aceto Balsamico di Modena IGP

#### 50 Chef Alliance Saisonküche.

Spitzkohl: Kraut light

#### 52 Chef Alliance Interview mit Tilo Hamann.

Nur im Doppelpack

#### 58 Apfelzüchtung.

Fatale Entwicklung

### DOSSIER **ERNÄHRUNGS- BILDUNG**

#### 62 Der Einfluss sozialer Medien.

Es gibt nicht mehr die eine Essmoral

#### 65 Gelungene Beispiele.

Podcasts, Webseiten, Instagram und Slow-Food-Projekte

#### 66 Food Hero.

Die Slow Mobile – Auf den Geschmack gebracht

#### 71 Ursula Hudson-Preis.

Verdient hätten ihn einige

#### 75 Green Spoons.

In ihrer eigenen Welt abholen

### TISCHGESPRÄCH

#### 76 Regionale Lebensmittel.

Komplett regional geht auch in der Großstadt

#### 80 Insekten essen.

Mehr Hype als nachhaltig?

#### 82 Buchtipps

### RUBRIKEN

#### 84 Kolumne von Carlo Petrini.

Eine Erde gestalten, die niemanden zurücklässt

#### 85 Wie soll das gehen.

...mit der Ernährung die biologische Vielfalt zu schützen?

#### 88 Leserbrief, Impressum

#### 89 Vorschau

#### 90 Kolumne Schluss damit!



**100 % Recycling:**

Das Slow Food Magazin ist zertifiziert mit dem **blauen Engel** Druckerzeugnisse.



GENUSSREISE  
**BONN UND AHR TAL**  
 ab Seite 14



INHALT

GENUSS-SCHWERPUNKT  
**BROT** ab Seite 31

Fotos: Luka Lübbe, iStock, C. Romas, Illustration: Barbara Kleiber-Wurm, AdobeStock Damian



DOSSIER  
**MODERNE  
 ERNÄHRUNGS-  
 BILDUNG**

ab Seite 61



**REZEPTE** in diesem Heft

- |    |   |    |   |
|----|---|----|---|
| 8  | Blumenkohlartee ohne Boden  | 44 | Brotsauce mit Steinpilzen                                   |
| 26 | Filet von der Lachsforelle mit Gemüse-Potpourri, Röstkartoffeln und Knoblauchbrot | 45 | Ofenschlupfer mit Zwetschgen                                |
| 41 | Pita-Taschen  | 55 | Spitzkohl-Kimchi-Röllchen mit Hummus                        |
| 41 | Saaten-Box  | 56 | Fermentierter Spitzkohl mit Joghurt und Heidelbeeren        |
| 42 | Kürbis-Käse-Knäcke  | 56 | Ofenspitzkohl mit Salzzitrone, Knusperfleisch und Gremolata |
| 43 | Rustikale Bierkruste  |    |   |
| 44 | Leberknödel in klarer Rinderbouillon  |    |   |

