

Genuss. Qualität.
Südtirol.
Sapori. Qualità.
Alto Adige.

regio

#02 ♦ 2024/2025 ♦ gratis/gratuito



Erntereif.
Wieso in Südtirol
wieder mehr Getreide
wächst.

Facettenreich.
Klassische Südtiroler
Rezepte zum
Nachkochen.



Benvenuta mietitura.
In Alto Adige
tornano a crescere
i cereali.

Un mondo di varietà.
Ricette tradizionali
altoatesine tutte
da provare.



Auch deine Produkte könnten das Qualitätszeichen Südtirol tragen!

- Brot & Apfelstrudel
- Beeren & Steinobst
- Bier
- Fleisch & Kaminwurzen
- Kräuter & Gewürze
- Honig
- Eier
- Grappa
- Obstprodukte
- Milch & Milchprodukte
- Gemüse & Kartoffeln

Qualitätsbestimmungen, Vorteile und wie man einen Antrag dafür stellt, findest du auf der Website von Qualität Südtirol.

+39 339 292 09 28
info@qualitaetsuedtirol.com
qualitaetsuedtirol.com/hersteller-werden



Hallo * Ciao

*Liebe Leserin,
lieber Leser,*

was haben eine Imkerin und ein Fotograf gemeinsam? Beide hoffen auf gutes Wetter, denn bei Regen sammeln Bienen keinen Nektar und schöne Fotos lassen sich auch nicht machen. Das wissen wir spätestens, seit wir unsere Verabredung mit Imkerin Maria Mayr (siehe S. 14) dreimal verschieben mussten, bis das Wetter einigermaßen mitspielte. Damit das Ergebnis stimmt, braucht es also eine Menge Einsatz und Geduld. Das gilt auch für die Menschen, die hinter den Produkten mit Qualitätszeichen Südtirol stehen: Sie stellen Getränke und Lebensmittel her, die mit hervorragendem Geschmack und geprüfter Qualität punkten. Und das galt auch für die Arbeit an diesem Magazin.



*Care lettrici
e cari lettori,*

cosa hanno in comune un'apicoltrice e un fotografo? Entrambi sperano nel bel tempo perche quando piove le api non raccolgono il nettare e le foto non riescono bene. Ce ne siamo resi conto quando abbiamo dovuto rimandare per ben tre volte l'incontro con l'apicoltrice Maria Mayr (p. 14) aspettando una giornata di sole! Per ottenere buoni risultati sono necessarie quindi dedizione e pazienza. Lo sanno bene le tante persone che con il loro lavoro danno vita ai prodotti con il Marchio di Qualit Alto Adige, cibi e bevande dal sapore eccezionale e dalla qualit certificata. E lo sappiamo anche noi, che con il nostro impegno abbiamo creato la rivista che avete tra le mani.

*Viel Spa beim Lesen
wunscht die Regio-Redaktion*



*La redazione di Regio
vi augura una buona lettura!*



REZEPT-INFO

Die Mengenangaben sind für vier Personen; der Kreis • heit, dass die Zutat mit Qualittszeichen Südtirol verfugbar ist.



RICETTE

Le dosi indicate sono per quattro persone; il pallino • contrassegna gli ingredienti disponibili con il Marchio di Qualit Alto Adige.



SOCIALS. Ab 2025 noch mehr Rezepte und Videos.
CANALI SOCIAL. Dal 2025 ancora pi ricette e video.

- @quality.suedtirol
- @Qualit Südtirol - Qualit Alto Adige

Inhalt * Indice

+++ Rezeptregister +++
 Alphabetisches Verzeichnis S. 81
 +++ Indice delle ricette +++
 in ordine alfabetico a p. 81



14

KONTROLLEN
 Wie Südtiroler
 Honig entsteht

CONTROLLI
 Come nasce
 il miele
 dell'Alto Adige

06

Freilandeier
 Im Blickpunkt
 Le uova
 Luci puntate su...

08

**Qualitätszeichen
 Südtirol
 im Fokus**
 Il Marchio di
 Qualità Alto Adige
 si presenta

10

Kurznews
 Notizie

12

Trockenobst
 Im Blickpunkt
 Frutta essicata
 Luci puntate su...

◆ 14 ◆

Tief ins Glas geschaut
 Reportage
L'etichetta non mente
 Reportage

24

Auf dem Weg der Milch
 Porträt
Sulla via del latte
 Ritratto

28

Alles Käse
 Alles über Käse
 und wozu er passt
Delizie casearie
 A proposito di... formaggio
 e abbonamenti

◆ 30 ◆

**Das Sonntagsbraten-
 Revival**
 Interview
**Ritorniamo
 all'arrosto della
 domenica!**
 Intervista

40

Starke Knolle
 Produkthighlight
**Tuberi dalle
 mille qualità**
 Prodotto di punta



THOMAS
 MAIR

IM INTERVIEW
 Fleisch wieder
 wertschätzen

INTERVISTA
 Rivalutare
 la carne

30

44

**Rührei
 und Käsenocken**
 Locals: Debora Vivarelli
**Uova e
 canederli**
 Locals: Debora Vivarelli

56

Hunger auf Genuss
 Gesund und gut
Voglia di gusto
 Buono e sano

58

Schön und gut
 Produkthighlight
Belle e buone
 Prodotto di punta

62

Events
 Eventi

◆ 64 ◆

Aus dem Vollen schöpfen
 Rezepte
Una festa di sapori
 Ricette

74

Mehr als ein Bier
 Alles über ein besonderes Projekt
Molto più di una birra
 A proposito di... un progetto
 speciale

76

Backe, backe Muffin
 Kinderrezept
Oggi facciamo i muffin!
 Ricetta per i bambini

78

Brot im Glas
 Foodie-Rezept
Il pane in barattolo
 La ricetta delle foodie

80

Impressum
 Colophon

82

Wunderbare Wurz
 Glosse
**Kaminwurzten mon
 amour!**
 Glossa



64

Klassiker neu
 entdecken!
 Riscoprire un
 grande classico!



Hühner fressen Körner und Gras, aber auch Obst, Gemüse und gekochte Kartoffeln. Sie lieben es, nach Insekten und Würmern zu scharren.

Ich wollt, ich wär
ein Huhn ...
Vita felice di
una gallina...

Le galline mangiano semi, erba ma anche frutta, verdura e patate lesse. E poi amano razzolare alla ricerca di insetti e vermi.

Nummer auf dem Ei

So lässt sich die Herkunft der Eier ableiten: Die erste Zahl steht für die Haltung (0 steht für biologische Produktion, 1 für Freilandhaltung, 2 für Bodenhaltung, 3 für Käfighaltung), darauf folgen der Code für den Staat (IT für Italien), die letzten drei Ziffern der ISTAT-Nummer der Gemeinde, in der sich der Legehennen-Hof befindet, das Kürzel der Provinz (BZ für Bozen) und eine dreistellige Nummer, die der Sanitätsbetrieb jedem Legehennen-Betrieb zuteilt.

I numeri sul guscio

Dal codice si può risalire alla provenienza delle uova: la prima cifra indica il tipo di allevamento (0 sta per produzione biologica, 1 per allevamento all'aperto, 2 per allevamento a terra, 3 per allevamento in gabbia), seguono due lettere per indicare il Paese (IT per Italia), i tre numeri centrali sono il codice ISTAT del comune in cui si trova l'allevamento, le due lettere sono la sigla della Provincia (BZ per Bolzano) e le ultime tre cifre rappresentano il numero progressivo assegnato all'allevamento dall'Azienda sanitaria.

DE Das *Qualitätszeichen Südtirol* tragen Lebensmittel, die strenge Qualitätskriterien deutlich über dem gesetzlichen Standard erfüllen. Ursprung, Herstellung, Verarbeitung und Markteinführung erfolgen in Südtirol. Das garantieren regelmäßige Kontrollen einer unabhängigen Kontrollstelle.

IT Il *Marchio di Qualità Alto Adige* si trova solo su prodotti alimentari che soddisfano severi criteri di qualità, superiori agli standard di legge. Origine, produzione, lavorazione e immissione nel mercato avvengono in Alto Adige. A garanzia di ciò, i prodotti sono sottoposti a controlli regolari da parte di un organismo indipendente.



Schau
aufs Siegel
Occhio
al marchio



Mehr Infos zu Siegel,
Produkten, Hersteller:innen
Maggiori informazioni su marchio,
prodotti e aziende produttrici

Andere Siegel
Altri sigilli

Wissen * Da sapere

Was ist g.g.A.?

Das EU-weite Siegel „geschützte geografische Angabe“ dokumentiert eine Verbindung der landwirtschaftlichen Produkte mit dem Herkunftsgebiet. Mindestens einer der Herstellungsschritte – Erzeugung, Verarbeitung oder Zubereitung – muss dort erfolgen.



Cosa significa IGP?

Il marchio europeo IGP (Indicazione Geografica Protetta) identifica i prodotti agricoli originari di un'area geografica delimitata e certifica che almeno una tra le fasi di produzione, trasformazione ed elaborazione ha avuto luogo nell'area stessa.

Was ist g.U.?

Das EU-weite Siegel „geschützte Ursprungsbezeichnung“ garantiert, dass die Erzeugung, Verarbeitung und Zubereitung in einem bestimmten geografischen Gebiet nach einem anerkannten und festgelegten Verfahren erfolgen.



Cosa significa DOP?

Il marchio europeo DOP (Denominazione di Origine Protetta) garantisce che produzione, trasformazione ed elaborazione avvengono in una determinata area geografica e che il prodotto è stato realizzato secondo specifiche tecniche consolidate.

Was ist g.t.S.?

Das EU-weite Siegel „garantiert traditionelle Spezialität“ bezeichnet Produkte mit einer bestimmten Herstellungsart, wie Heumilch, die aus traditionellen Rohstoffen bestehen oder eine traditionelle Zusammensetzung, Herstellung bzw. Verarbeitung aufweisen. Als traditionell gilt eine Herstellungsmethode nach 30 Jahren.



Cosa significa STG?

Il marchio europeo STG (Specialità Tradizionale Garantita) contrassegna i prodotti realizzati secondo metodi specifici, come il latte fieno, con materie prime tradizionali o la cui composizione, produzione o trasformazione presenti aspetti legati a una determinata tradizione. Un metodo è considerato “tradizionale” dopo almeno trent'anni.

Was ist DOC?

Über 98 Prozent der Südtiroler Weine, vermarktet als „Südtirol Wein“, stehen unter DOC-Schutz. Das italienische Siegel „Denominazione di origine controllata“ garantiert die Einhaltung von Vorschriften zu Höchstleistungsmengen über Rebsorten bis hin zur Qualität in der Flasche.

Cosa significa DOC?

Più del 98% dei vini altoatesini, commercializzati con il nome “Vini Alto Adige”, è certificato DOC (Denominazione di Origine Controllata). Il marchio italiano DOC garantisce il rispetto di norme che regolano, tra l'altro, la quantità massima di uva per ettaro, l'indicazione dei vitigni e la qualità del prodotto.

Neues * Novità



Aperitivo made in Südtirol

Was passt besser zum Apfelfeld Südtirol als dieses Getränk? Mit seiner spritzigen Frische und leichten Süße bietet Apfelicider eine aufregende Alternative zum üblichen Aperitivo-Wein oder Feierabendbier. Ob pur, auf Eis oder in Cocktails – Cider bringt Abwechslung und passt zum entspannten Tagesausklang.

L'aperitivo altoatesino

Una bevanda così non poteva che nascere in Alto Adige, la terra delle mele. Con la sua freschezza spumeggiante e il suo gusto leggermente dolce, il sidro di mele è una fantastica alternativa al classico vino da aperitivo o alla birra tra amici. Da gustare al naturale, sul gelato o nei cocktail, il sidro è un piacevole diversivo, perfetto per concludere la giornata in puro relax.

Klein, aber Superfood

Microgreens sind regionales Superfood: Die ressourcenschonend und lokal produzierten zarten Gewächse sind vollgepackt mit Nährstoffen, machen sich gut auf dem Teller und sind geschmacklich extrem spannend. Die Keimlinge von Gemüsesorten wie Brokkoli oder Fenchel tragen seit 2022 das Qualitätszeichen Südtirol.

Piccoli, ma superfood!

I microgreens sono un superfood tutto regionale: si tratta di teneri germogli di ortaggi come i broccoli o i finocchi, prodotti localmente e a basso impatto ambientale. Ricchissimi di nutrienti e di gusto, i microgreens sono scenografici anche nel piatto e vantano dal 2022 il Marchio di Qualità Alto Adige.



Mit allen Wassern gewaschen

Ressourcenschonend, ganzjährig lokal und platzsparend: Seit 2023 trägt Salat, der im Aquaponik-System angebaut wird, das Qualitätszeichen Südtirol. Das Besondere am Verfahren: Es verbindet Fischzucht und Gemüseanbau in einem Kreislauf, der ohne Dünger läuft und wenig Wasser verschwendet.

Poca acqua, tanta resa

È sostenibile, locale, disponibile tutto l'anno e richiede poco spazio: dal 2023 l'insalata da coltivazioni acquaponiche si fregia del Marchio di Qualità Alto Adige. La particolarità di questa tecnica è che combina in modo circolare allevamento ittico e orticoltura. Il risultato? Niente concimi e un consumo d'acqua molto limitato.

VOM GEHEIMTIPP ZUM LIEBLINGSKÄSE

+++ **HISTORISCHES.** Die Geschichte des Mozzarellas in Südtirol begann 1978 – also vor fast 50 Jahren. Damals investierte der Milchhof Brixen – Brimi mutig 121 Millionen Lire in eine Mozzarella-Produktionsanlage, obwohl Mozzarella in Südtirol damals noch weitgehend unbekannt war.

Die Wette auf den Frischkäse zahlte sich aus: Bereits acht Jahre später produzierte Brimi jährlich rund 1.000 Tonnen Mozzarella. Heute sind es 310 Tonnen pro Woche. Mittlerweile gehört der Milchhof Brixen zu den führenden Mozzarella-Herstellern in Italien und die Nischenidee ist damit zur Erfolgsgeschichte geworden.

DA PRODOTTO DI NICCHIA A FORMAGGIO APPREZZATISSIMO

+++ **DAGLI ARCHIVI.** La storia della mozzarella dell'Alto Adige ha inizio nel 1978, quasi cinquant'anni fa. Quell'anno il Centro Latte Bressanone – Brimi investì 121 milioni di lire in una linea per la produzione di mozzarella, un formaggio fresco allora quasi sconosciuto in Alto Adige.

L'acquisto si rivelò vincente: otto anni dopo Brimi produceva già 1.000 tonnellate annue di mozzarella. Oggi, con una quantità di 310 tonnellate alla settimana, il Centro Latte Bressanone è uno dei principali produttori di mozzarella in Italia. Così da un'idea di nicchia è nata una storia di grande successo.



Bunte Snacks
für alle Fälle
Snack colorati
per ogni
occasione!

Ein langsamer
Dörrprozess
mit warmer Luft schont
die Inhaltsstoffe von
Trockenobst.

Un lento processo di
essiccazione ad aria calda
preserva le sostanze nutritive
della frutta essiccata.

Das ist drin

Weil Trockenobst wenig Wasser enthält, sind Spurenelemente, Vitamine und Ballaststoffe konzentriert darin enthalten. In Dörrobst befindet sich zudem nur Fruchtzucker, der langsamer ins Blut gelangt als der Haushaltszucker in anderen Süßigkeiten – deshalb hält es länger satt, sollte allerdings auch nur in Maßen genossen werden. Trockenobst mit Qualitätszeichen Südtirol ist übrigens frei von Schwefeldioxid. Das wird oft verwendet, damit die Farben frisch bleiben.

Ecco cosa c'è dentro

Dato che contiene poca acqua, la frutta essiccata è un concentrato di oligoelementi, vitamine e fibre. Inoltre, contiene solo il fruttosio che viene rilasciato più lentamente nel sangue rispetto al saccarosio presente in altri dolci – per questo sazia più a lungo ma va comunque consumata con moderazione. La frutta essiccata a Marchio di Qualità Alto Adige è inoltre priva dell'anidride solforosa che spesso viene impiegata per mantenere brillante il colore della frutta.

Tief ins Glas geschaut L'etichetta non mente

TEXT/TESTO Lisa Maria Gasser
FOTOS/FOTO Armin Huber



NAH AN DER BIENE

Maria Mayr ist seit 25 Jahren Imkerin und lässt sich von ihren Bienen nicht aus der Ruhe bringen.

A TU PER TU CON LE API

Apicoltrice da venticinque anni, Maria Mayr tra le sue api si sente a suo agio.

Drin ist, was draufsteht: Wie die Kontrollen des Honigs mit Qualitätszeichen Südtirol funktionieren.

E all'interno c'è esattamente quello che c'è scritto: come vengono eseguiti i severi controlli sul miele con il Marchio di Qualità Alto Adige.

DE

„Mein Nachbar am Ritten hatte Bienen und eines Tages durfte ich Honig direkt aus den Waben probieren. Ich war fasziniert von der Schleuder, wie sie drehte, und davon, dass diese kleinen Tierchen etwas so Gutes erzeugen“, erinnert sich Maria Mayr. Heute ist sie auf dem Weg nach Eggen. Dort stehen auf 1.150 Metern Meereshöhe einige ihrer Bienenstöcke. Besuch hat sich angekündigt: Der Kontrolleur Markus Resch wird eine Honigprobe abholen. Resch arbeitet für die „Südtiroler Qualitätskontrolle“. Die 2001 gegründete und seit 2008 europaweit zugelassene Kontrollstelle überprüft landwirtschaftliche Produkte und Betriebe, die das Qualitätszeichen Südtirol tragen. Darunter den Honig aus 87 Imkereien wie jenen von Maria Mayr.



MARKUS RESCH
kontrolliert
beruflich
Produkte mit
Qualitätszeichen
Südtirol.



MARKUS RESCH
Il suo lavoro
è controllare
i prodotti con
il Marchio di
Qualità Alto
Adige.

IT

“Il mio vicino, sul Renon, allevava api, così un giorno mi ha fatto assaggiare il miele direttamente dal favo. Ho poi assistito alla smielatura. Mi ha ammaliato il fatto che queste piccole creature riescano a produrre un alimento così buono”, racconta Maria Mayr. Oggi Maria è un'apicoltrice. Ci ha dato appuntamento a Ega, a 1.150 metri di altitudine, dove si trovano alcuni dei suoi alveari. Lì incontreremo anche Markus Resch, collaboratore del Consorzio Controllo Qualità Alto Adige, che preleverà un campione di miele per le analisi di laboratorio. Il consorzio, fondato nel 2001 e accreditato a livello europeo dal 2008, esegue controlli su prodotti e aziende del settore agroalimentare che utilizzano il Marchio di Qualità Alto



Adige, tra cui ottantasette apicolture.

DAS PASSIERT VOR ORT

Markus Resch wird heute vorführen, wie eine Honig-Kontrolle vonstattengeht. Rund 30 Imkereien suchen die Teammitglieder der Kontrollstelle Südtiroler Qualitätskontrolle jährlich auf: Sie nehmen ein Glas Honig mit mindestens 250 Gramm Inhalt mit. Außerdem

INIZIANO DIRETTAMENTE IN LOCO...

Markus ci mostrerà come si effettua un controllo di qualità sul miele. Ogni anno i collaboratori del Consorzio Controllo Qualità Alto Adige si recano da circa trenta apicoltori, portando poi via con loro un vasetto di miele da almeno 250 grammi. Nelle aziende Resch e i

Mittlerweile betreut Maria Mayr 30 Bienenvölker.

inspizieren Resch und seine Kolleginnen und Kollegen die Räumlichkeiten sowie das Betriebsheft, in dem Informationen wie Standort, Produktionsmenge oder Hygienemaßnahmen der Imkerei festgehalten werden müssen.

An den Dolomitengipfeln über dem Eggental braut sich ein Gewitter zusammen. Die Regentropfen, die bereits vereinzelt fallen, stören die Bienen, denen sich Maria Mayr nähert, noch nicht. 1999 ist Mayr in die Honigproduktion eingestiegen. Mittlerweile betreut sie 30 Bienenvölker. In Eggen stehen am Waldrand mehrere Bienenstöcke. Tausende Bienen sammeln dort den Honigtau, aus dem Mayr Waldhonig gewinnt. „Dank der großen Blütenvielfalt auf den ungedüngten Wiesen hier enthält der Honig aber auch den Nektar vieler Blüten“, erklärt sie. Je nach Witterung kann Maria Mayr etwa 15 Kilogramm Honig pro Volk im Jahr ernten. Sie vertreibt ihn auch direkt ab Hof, am Ritten. Ihren Wissensschatz um Bienen und Honig hat Mayr sich in jahrelanger Aus- und Fortbildung angeeignet. Als Wanderlehrerin für Bienenkunde hält sie inzwischen selbst Vorträge für Ortsgruppen des Südtiroler Imkerbundes. Daneben lehrt sie an der Imkerschule und unterrichtet an den Landwirtschaftsschulen Salern und Laimburg.

Der Rauch, der aus Maria Mayrs Smoker – so heißt das Rauchgerät, das in der Imkerei zum Einsatz kommt – strömt, lässt die emsigen Tierchen, die um und in den Stöcken arbeiten, ruhig werden. So fällt es Mayr leichter, ein Wabenrähmchen aus einem der Stöcke zu

suoi colleghi esaminano anche i vari locali di lavorazione e il registro, nel quale devono essere annotate le informazioni come il luogo e la quantità di miele prodotta e le misure igieniche adottate.

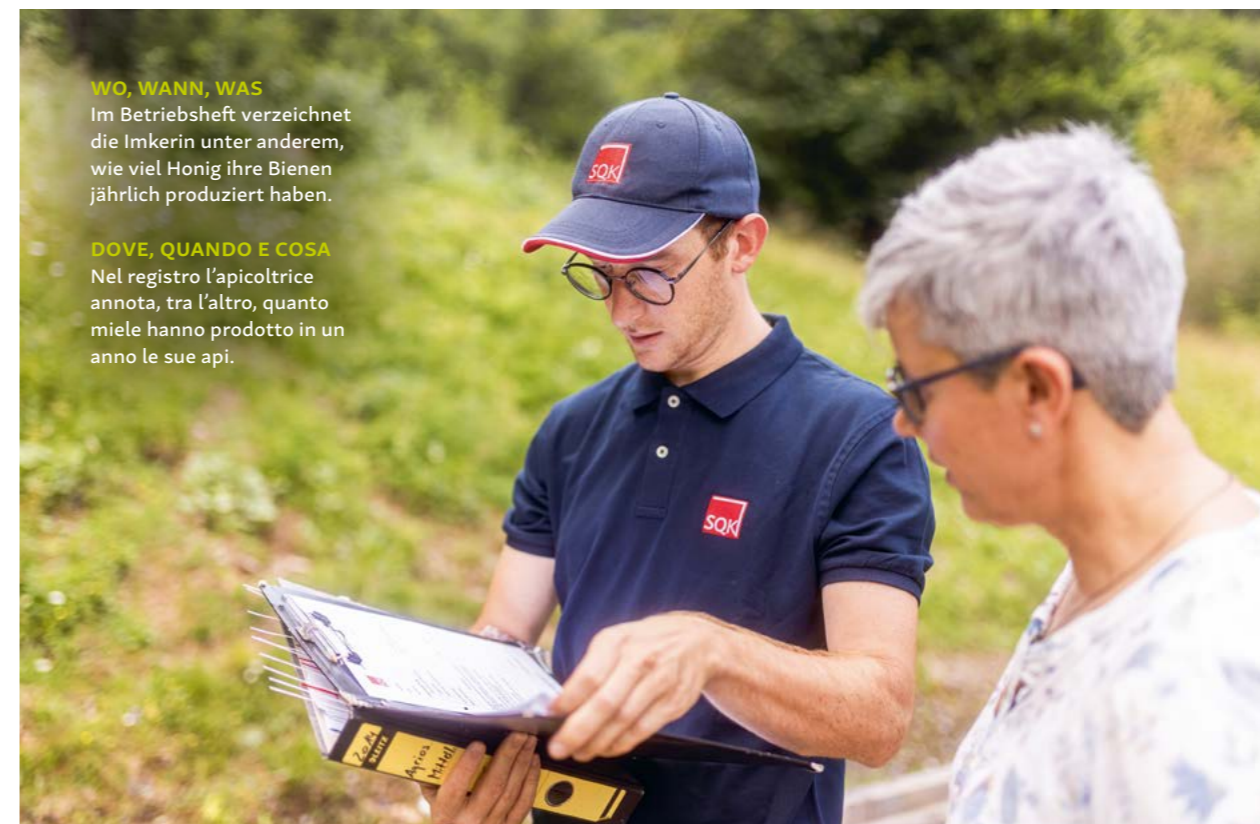
Sulle cime delle Dolomiti che circondano la Val d'Ega si addensano nubi scure. Le prime gocce di pioggia non infastidiscono ancora le api, permettendo a Maria di avvicinarsi all'alveare. L'apicoltrice, che ha avviato la sua attività nel 1999, alleva oggi trenta colonie di api. Al limitare del bosco si trovano diverse arnie: qui migliaia di api raccolgono la melata, dalla quale Maria estrae il suo miele di bosco. “Grazie alla notevole varietà di fiori che cresce sui prati non concimati della zona il nostro miele, oltre alla melata, contiene anche il nettare di numerose fioriture”, spiega. Il raccolto annuo si aggira sui 15 chili di miele per colonia, con variazioni dovute alle condizioni climatiche. Vende il suo miele anche direttamente al suo maso, sul Renon. La lunga esperienza e numerosi corsi di formazione hanno permesso all'apicoltrice di acquisire un vasto bagaglio di conoscenze, che oggi condivide tenendo lezioni nelle sezioni locali del Südtiroler Imkerbund e come docente alla Scuola di apicoltura e negli istituti professionali per l'agricoltura Salern e Laimburg.

Il fumo che esce dall'affumicatore, uno strumento usato dagli apicoltori in fase di visita, tranquillizza gli instancabili insetti, che lavorano attorno e dentro gli alveari, e consente a Maria di rimuovere con facilità un telaio da

◆ **IMKEREIEN**
Garantiert Honig aus der Südtiroler Natur. Das sind die Imkereien:



◆ **APICOLTURE**
Miele garantito dalla natura altoatesina. Qui trovate le apiculture.



WO, WANN, WAS
Im Betriebsheft verzeichnet die Imkerin unter anderem, wie viel Honig ihre Bienen jährlich produziert haben.

DOVE, QUANDO E COSA
Nel registro l'apicoltrice annota, tra l'altro, quanto miele hanno prodotto in un anno le sue api.



Im Eggental
In Val d'Ega

Il campione con il sigillo bianco viene inviato al laboratorio per le analisi.

ziehen. Mit bloßen Händen – auf Schutzausrüstung verzichtet die erfahrene Imkerin. Sie wirft einen prüfenden Blick auf die Waben. Indes hat Resch zwei Honiggläser in je eine transparente Plastiktüte gesteckt und versiegelt. „Die Probe mit dem weißen Siegel wird für die Analyse ins Labor geschickt, die mit dem roten Siegel als Reserve aufbewahrt – falls die andere Probe verloren geht oder es Auffälligkeiten gibt, die eine weitere Kontrolle notwendig machen“, erklärt der Techniker. Nach getaner Arbeit verfasst er einen zweiseitigen Kontrollbericht, den auch der Imker oder die Imkerin unterzeichnet.



ES IST SO WEIT

Etwa alle drei Jahre wird jede Imkerei kontrolliert, alle anderen Hersteller von Produkten mit Qualitätszeichen Südtirol einmal jährlich.



È IL MOMENTO
Le apicolture vengono ispezionate ogni tre anni, mentre tutti gli altri produttori che possono utilizzare il Marchio di Qualità Alto Adige una volta all'anno.

DANN GEHTS INS LABOR

Das Labor, das für Honigkontrollen akkreditiert ist, befindet sich in Bologna. Durch die Analyse des Honigs lässt sich feststellen, ob in der Produktion die Kriterien für das Siegel „Qualität Südtirol“ eingehalten wurden. Welche das sind, gibt das Pflichtenheft vor, das das Land Südtirol als Träger und Inhaber des Qualitätszeichens ausgearbeitet hat. So darf der Honig etwa ausschließlich in der Region hergestellt werden. „Die Pollen im Honig lassen eine Ortsbestimmung zu“, sagt Markus Resch, „sie geben Aufschluss darüber, ob der Nektar an Pflanzen gesammelt wurde, die botanisch typisch für Südtirol sind.“

Ein zweites Qualitätskriterium für den Honig ist der Wassergehalt, der maximal 18,5 Prozent betragen darf. „Liegt er darüber, geht der Honig leicht in Gärung über“, weiß Mayr. Sie hat ein

uno degli alveari. Lo fa a mani nude – l'esperta apicoltrice non ha bisogno di protezioni. Osserva ora con attenzione le cellette. Nel frattempo, Markus Resch ha riposto due vasetti di miele in altrettanti sacchetti di plastica trasparente e li ha sigillati. “Il campione con il sigillo bianco viene inviato al laboratorio per le analisi, quello con il sigillo rosso è di riserva e viene analizzato se il primo campione dovesse smarrirsi o vi venissero rilevate anomalie che richiedano ulteriori verifiche”, spiega. A ispezione ultimata, redige una relazione di controllo di due pagine, firmata anche dall'apicoltrice.

... E PROSEGUONO IN LABORATORIO

Il laboratorio accreditato per i controlli di qualità sul miele è a Bologna. Obiettivo dell'analisi è accertare che il prodotto soddisfi i criteri previsti per il Marchio di Qualità Alto Adige nel disciplinare elaborato dalla Provincia autonoma di Bolzano, responsabile e titolare del marchio. Tra i criteri c'è l'obbligo di produrre il miele esclusivamente in Alto Adige: “I pollini contenuti nel miele consentono di stabilirne l'origine e indicano se il nettare sia stato ricavato da piante tipiche dell'Alto Adige”, aggiunge Resch.

Un secondo criterio per stabilire la qualità del miele è il contenuto di acqua, che non deve superare il 18,5% del peso complessivo. “Se supera questo limite, il miele rischia di fermentare”, spiega Mayr. Ha con sé un rifrattometro, uno strumento di precisione che le consente di

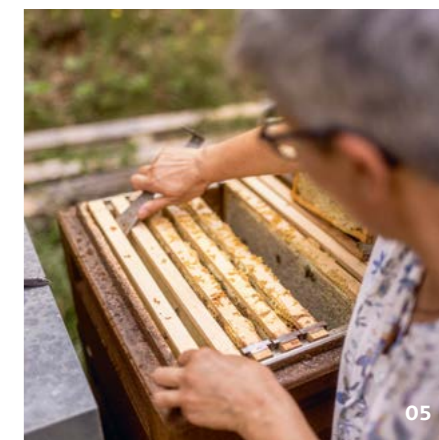
DE

Einige von Maria Mayrs Bienenstöcken stehen am Waldrand im Eggental (01). Rauch (02, 03) trickst die Bienen aus: Sie sind von der Imkerin abgelenkt, weil sie sich auf einen möglichen Waldbrand vorbereiten. So kann die Imkerin zum Beispiel vorsichtig eine Wabe inspizieren, um zu sehen, wie viel Honig und Brut sich darin befinden (04, 05).



IT

Maria Mayr ha collocato alcune arnie al limitare del bosco in Val d'Ega (01). Il fumo (02, 03) inganna le api che si allontanano per proteggersi da un possibile incendio boschivo. Così l'apicoltrice ne approfitta per ispezionare accuratamente un alveare e controllare quanto miele e quante nidiate vi siano all'interno (04, 05).





DE

Markus Resch versiegelt eine Probe (01) des Honigs mit Qualitätszeichen Südtirol (03), während Maria Mayr nachschaut, wie es Königin und Arbeiterinnen (02) in einem ihrer Bienenstöcke geht.



IT

Markus Resch sigilla un campione (01) di miele con il Marchio di Qualità Alto Adige (03), mentre Maria Mayr controlla come stanno l'ape regina e le api operaie (02) in una delle sue arnie.



DE

DAS QUALITÄTSSIEGEL
„Qualität Südtirol“ wurde 2005 eingeführt und garantiert bei verschiedensten landwirtschaftlichen Erzeugnissen und Lebensmitteln geprüfte Qualität und Südtiroler Herkunft. Für die regelmäßigen Kontrollen der Qualitätskriterien sind unabhängige Kontrollstellen wie das Konsortium „Südtiroler Qualitätskontrolle“ zuständig. Bei Verstößen gibt es Sanktionen – von einer Verwarnung bis zum Entzug der Nutzungsrechte des Qualitätszeichens.

IT

IL SIGILLO DI QUALITÀ
Il Marchio di Qualità Alto Adige, introdotto nel 2005, garantisce la qualità certificata e l'origine altoatesina di numerosi prodotti agro-alimentari. I controlli, eseguiti regolarmente, sono affidati a organismi indipendenti come il Consorzio Controllo Qualità Alto Adige. In caso di violazioni sono previste sanzioni che vanno da un ammonimento alla revoca del diritto di utilizzo del marchio.

Refraktometer dabei, mit dem sie selbst testen kann, wie hoch der Wasseranteil des Honigs in den Waben gerade ist. Dafür gibt Mayr ein paar Tropfen Honig aus der eben aus dem Stock geholten Wabe in das Messgerät. Sie blickt durch die Linse auf die Skala im Refraktometer: Die zeigt etwa 19 Prozent an. Die Imkerin wird noch etwas warten müssen, bis sie ihren Honig aus den Waben schleudern kann. Inzwischen werden ihre Bienen durch Ventilation dafür sorgen, dass er weiter trocknet: Flugbienen fächern kalte Luft in den Stock, die wärmere, mit Feuchtigkeit angereicherte Luft verdrängt.

Eine weitere Vorgabe des Qualitätszeichens besagt, dass dem Honig nichts hinzugefügt oder entnommen werden darf. „Das bezieht sich insbesondere auf die Zufütterung von Zucker in der Zeit der Honigproduktion. Das ist absolut verboten, denn so würde die Produktionsmenge künstlich gesteigert werden“, sagt

◆ **VARIANTENREICH**
Farbe, Geschmack und Aroma des Honigs sind abhängig von seiner botanischen Herkunft.

◆ **MOLTISSIME VARIETÀ**
Colore, gusto e aroma del miele dipendono dalla sua origine botanica.

misurare l'umidità del miele presente nei favi. Maria versa nel misuratore alcune gocce di miele appena estratte dall'alveare e controlla il risultato attraverso la lente del rifrattometro: la scala indica il 19%. Il miele non è ancora pronto e l'apicoltrice dovrà pazientare prima di procedere con la smielatura. Nel frattempo, le api ventilatrici accelereranno il processo agitando le ali per fare entrare aria fredda nell'alveare e fare uscire l'aria calda e umida presente al suo interno.

Un ulteriore criterio per l'assegnazione del marchio di qualità stabilisce che al miele non può essere aggiunto o sottratto nulla. „Il divieto è assoluto e riguarda in particolare la nutrizione zuccherina degli alveari nel periodo della produzione del miele per aumentarne artificialmente la quantità“, spiega Maria. Allo stesso modo, non è consentito l'utilizzo di apparecchi per la deumidificazione. Il miele deve formarsi naturalmente – nella quantità

Maria Mayr. Genauso wenig darf dem Honig durch maschinelle Hilfe Feuchtigkeit entzogen werden. Der Honig muss natürlich entstehen – eben so viel, wie die Bienen schaffen. Bevor das Qualitätszeichen verliehen wird, gibt es standardmäßig eine Aufnahmekontrolle durch die Südtiroler Qualitätskontrolle. Erst wenn das Labor grünes Licht gibt, darf der Honig mit dem Siegel verkauft werden. Vor bald 20 Jahren durfte Mayr erstmals auf ihre Honiggläser – Alpenrosenhonig aus dem Sarntal, Waldhonig aus dem Eggental und Unterland – ein Etikett mit der Aufschrift „Qualität Südtirol“ kleben. ♦

TIPP: Für Maria Mayr gehört ihr Honig „natürlich aufs Frühstücksbrot“. Sie verwendet ihn auch im Salatdressing, mit Chili und Knoblauch als Marinade fürs Grillhähnchen, mit Trockenobst und Haferflocken verknetet als Energieriegel und als Fruchtaufstrich mit Beeren. Zum Backen sowieso.

che le api riescono a produrre. Il conferimento del marchio di qualità è preceduto da una verifica standard, eseguita dal Consorzio Controllo Qualità Alto Adige. Una volta ottenuto il via libera dal laboratorio, il miele può essere commercializzato con il sigillo di qualità. Maria Mayr ricorda ancora i vasetti sui quali, quasi vent'anni fa, ha apposto per la prima volta un'etichetta con la scritta "Qualità Alto Adige": un miele di rododendro della Val Sarentino e due varietà di miele di bosco, una della Val d'Ega e una della Bassa Atesina. ♦

UN CONSIGLIO: secondo Maria Mayr il suo miele "è perfetto sul pane a colazione". Ma lo utilizza anche nel condimento per l'insalata, con aglio e peperoncino per marinare il pollo arrosto, per preparare barrette energetiche a base di frutta secca e fiocchi d'avena e spalmabili ai frutti di bosco. E ovviamente per sfornare torte e dolci da forno di ogni tipo.

◆ **DIE KÖCHIN**
Dieses Rezept stammt von Foodbloggerin Annalena Ganner aus Meran.

◆ **LA CUOCA**
Questa ricetta è della food blogger Annalena Ganner di Merano.

KASTANIENHERZ IM GLAS

ZUTATEN

100 g Zartbitterkuvertüre,
500 g ungeschälte Kastanien,
40–50 g Honig ●,
1 Prise Salz, etwas Milch ●,
200 ml Sahne ●,
1 Prise Zimt

1.

Kuvertüre raspeln und 2/3 davon im Wasserbad schmelzen lassen. Anschließend den Rest hinzugeben und ebenfalls schmelzen. Flüssige Schokolade in einen Spritzbeutel füllen und auf einem Backpapier kleine Herzen aufspritzen. Abkühlen lassen.

2.

Kastanien kreuzweise einritzen und für ca. 30 Minuten in Wasser weich kochen. Schälen. (Stattdessen kann man auch 400 g gebratene und geschälte

Kastanien verwenden.) Kastanien mit Honig nach Geschmack süßen, eine kleine Prise Salz hinzufügen und im Mixer oder mit dem Pürierstab zerkleinern. So viel Milch dazugeben, dass beim Pürieren eine cremige Masse entsteht. In vier Gläser verteilen.

3.

Sahne steif schlagen, in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf die Kastaniencreme aufspritzen. Zum Anrichten Zimt über die Sahne streuen und mit den Schokoladen-Herzchen garnieren.

Tipp: Herzchen auf Vorrat machen und einfrieren. Suggestion: prepara in anticipo i cuori di cioccolato e congelali!

CUORI DI CASTAGNA IN BICCHIERE

INGREDIENTI

100 g di cioccolato fondente,
500 g di castagne con la buccia,
40-50 g di miele ●, 1 presa di sale,
latte q.b. ●, 200 ml di panna da montare ●, 1 presa di cannella in polvere

1.

Grattugiare il cioccolato a scaglette e farne sciogliere due terzi a bagnomaria. Aggiungere il resto e lasciarlo sciogliere. Versare il cioccolato fuso in una sac à poche e disegnare dei piccoli cuori su un foglio di carta forno. Lasciare raffreddare.

2.

Incidere le castagne praticando un taglio a "X", lessarle in acqua bollente per circa 30 minuti e quindi sbucciarle. (Si possono utilizzare anche 400 g di castagne già arrostite e sbucciate.) Aggiungere alle castagne il miele a piacimento e una presa di sale, quindi ridurle a purea nel mixer o con un frullatore a immersione. Aggiungere un po' di latte fino a ottenere una massa liscia e cremosa. Distribuire nei bicchieri.

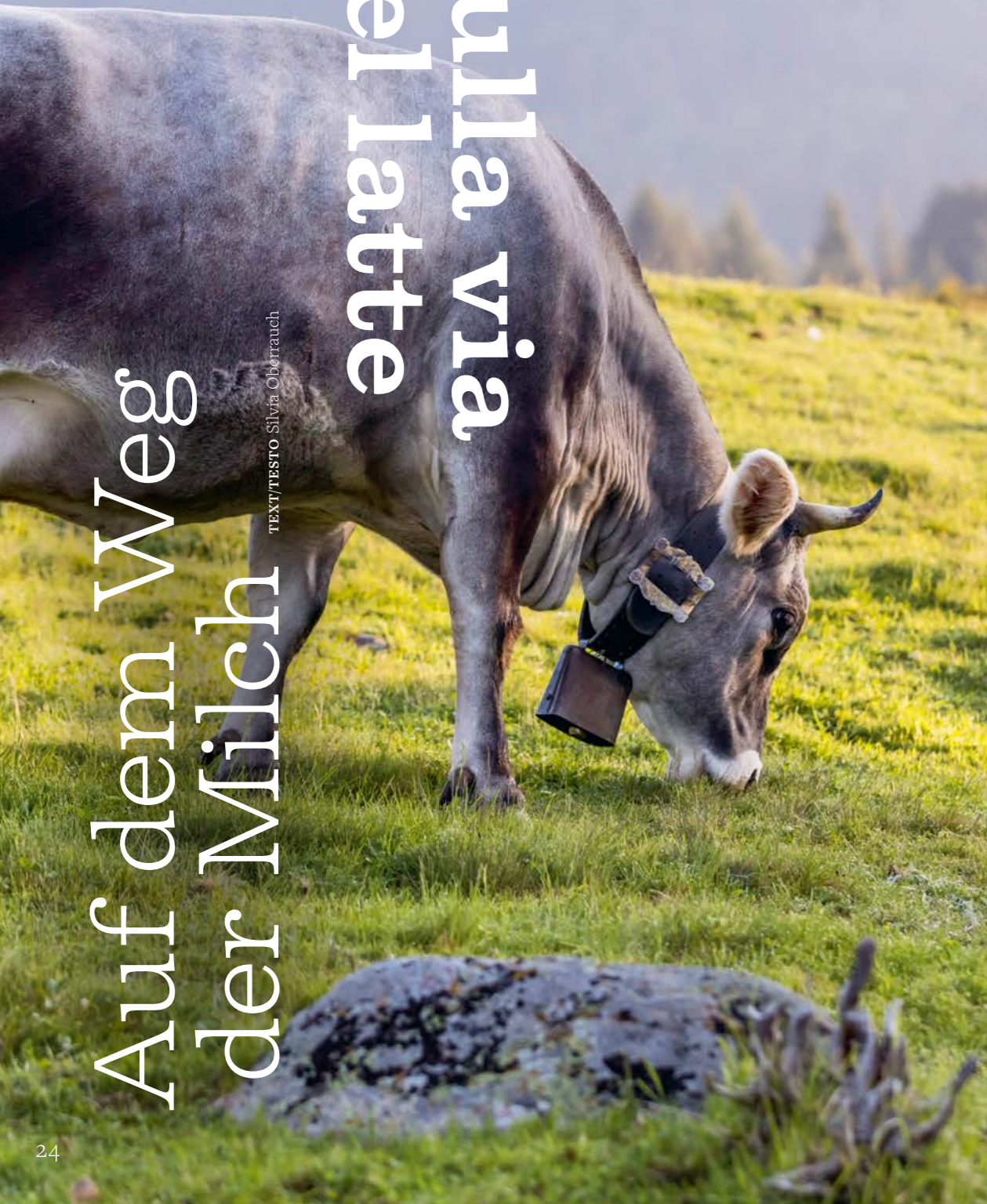
3.

Montare la panna, versarla in una sac à poche con la punta a stella e distribuirne uno strato sulla crema di castagne. Spolverare con un po' di cannella e guarnire con i cuoricini di cioccolato.

Auf dem Weg der Milch

Sulla via del latte

TEXT/TESTO Silvia Oberrauch



Mit technischem Know-how und Ausdauer: Markus Weber entwickelt neue Käsesorten. Über seinen Werdegang und die ungewöhnliche Entstehungsgeschichte des „Dolomit“.

Con perseveranza e competenza tecnica Markus Weber crea nuove varietà di formaggio. Sulla sua carriera e sull'insolita storia delle origini del “Dolomit”.

DE

„Geduld“, sagt Markus Weber, wenn man ihn darauf anspricht, welche persönlichen Fähigkeiten es braucht, um eine neue Käsesorte zu entwickeln. Denn bis ein Käse auf den Markt kommt, vergehen mindestens zwei Jahre. Am Anfang des Entwicklungsprozesses definieren er und sein Team, welche Eigenschaften der Käse haben soll: „Wir bekommen vom Markt

IT

„Ci vuole pazienza“, risponde Markus Weber quando gli si chiede quali capacità personali siano necessarie per creare una nuova varietà di formaggio. Perché, spiega, prima che un formaggio arrivi sul mercato, passano almeno due anni. All'inizio del processo di sviluppo, Markus Weber delinea insieme al suo team le caratteristiche del nuovo formaggio: „Dal mercato

traiamo gli input per capire quale sia il formaggio di cui c'è richiesta: dal gusto delicato, a stagionatura breve oppure dal sapore intenso“, spiega Markus Weber. Il team stabilisce poi i diversi parametri tecnici, tra cui la scelta dei batteri lattici da utilizzare, la durata della caseificazione e della stagionatura, la temperatura alla quale avviene la lavorazione. I batteri lattici, aggiunti ancora prima del caglio, un enzima che consente al latte di coagulare senza renderlo acido, influiscono molto sul sapore. „I produttori delle colture di batteri indicano le proprietà dei ceppi, per esempio se sono intensi o delicati. Il sapore dipende però da tanti piccoli fattori.“ Nella fase iniziale vengono prodotte solo piccole quantità. Alcuni mesi più tardi questa produzione di prova è pronta per la degustazione e viene così analizzata, valutata e ottimizzata.



◆ **MARKUS WEBER** ist Milchtechnologe in der Abteilung Forschung und Entwicklung bei Mila – Bergmilch Südtirol, wo er an neuen Rezepturen tüftelt.

◆ **MARKUS WEBER** è tecnologo lattiero-caseario presso il reparto Ricerca e Sviluppo di Mila – Latte Montagna Alto Adige, dove lavora alla creazione di nuovi formaggi.

„Alle waren begeistert, wir waren uns schnell einig: Den müssen wir ins Sortiment aufnehmen.“

Dass Markus Weber nach der ersten Testproduktion mit dem Geschmack vollauf zufrieden war, sei ihm noch nie passiert – dass er fast zufällig auf ein herausragendes Ergebnis stieß, das schon. Es ist die Geschichte des „Dolomit“, eines Hartkäses, der seit Anfang 2022 auf dem Markt ist. Eigentlich war es das Ziel, einen Käse mit einer relativ kurzen Reifezeit zu entwickeln. Einige Laibe der Testproduktion ließ man länger reifen und verkostete sie: „Alle waren begeistert, wir waren uns schnell einig: Den müssen wir ins Sortiment aufnehmen.“ Das Team nahm kleinere Anpassungen vor, aber der Großteil der Entwicklungsarbeit war getan: „Der Kulturenmix war schon identifiziert, die geschmacklichen Komponenten harmonierten“, erklärt Markus Weber die ungewöhnliche Entstehungsgeschichte des würzigen Hartkäses.

Seit fünf Jahren tüftelt er am Sitz in Bruneck an neuen Käsesorten. Nach seinem Abschluss in Agrarwissenschaften an der Freien Universität Bozen hat der Dreißigjährige eine berufsbegleitende Ausbildung zum Milchtechnologe absolviert. „Für mich war es naheliegend, auf dem Weg der Milch zu bleiben“, begründet er seine Berufswahl. Er ist auf einem Bergbauernhof im Pustertal aufgewachsen. Sein Vater gehört zu den rund 2.200 Mitgliedern, die ihre Milch an die Genossenschaft liefern. „Ich erlebe den gesamten Weg der Milch von der Kuh bis zum gereiften Käse. Mir gefällt der Gedanke, dass wir hier auch die Milch von unseren Kühen verarbeiten und der Mila-Käse zum Teil auch aus unserer Milch besteht“, erklärt er. ◆

◆ **FEINTUNING**
Der Milch-technologie dreht an den Stell-schrauben, die den Geschmack beeinflussen: Dazu gehören Herstellungstemperatur, Bruchzubereitung und die Art der Milchsäurebakterien.

◆ **FINE TUNING**
Il tecnologo lattiero-caseario regola i fattori che ne determinano il sapore, tra cui la temperatura in fase di produzione, la rottura della cagliata e la tipologia di batteri lattici utilizzati.

A Markus Weber non è mai successo di essere completamente soddisfatto del sapore ottenuto con la prima produzione di prova. Ma di essersi imbattuto quasi per caso in un risultato strepitoso, sì. E proprio così è iniziata la storia del “Dolomit”, un formaggio a pasta dura, sul mercato dagli inizi del 2022. In realtà, l’obiettivo era quello di creare un formaggio con un periodo di stagionatura relativamente breve. Alcune forme furono fatte stagionare più a lungo e poi assaggiate: “Ne fummo tutti entusiasti e d’accordo nell’inserire il formaggio nell’assortimento”. Il team apportò piccole modifiche ma il più del lavoro di sviluppo era già stato fatto. “La miscela delle colture era già stata individuata e le componenti organolettiche erano ben armonizzate”, dice Weber spiegando l’insolita storia di questo formaggio a pasta dura, saporito e aromatico. Da cinque anni Markus Weber si dedica alla creazione di nuovi formaggi nella sede di Brunico. Conseguita la laurea in Scienze agrarie presso la Libera Università di Bolzano, il trentenne ha intrapreso un percorso di formazione professionale per diventare tecnologo lattiero-caseario. “Rimanere sulla via del latte, per me è stata una scelta ovvia”, afferma. È cresciuto in un maso di montagna in Val Pusteria. Suo padre è uno dei circa 2.200 soci che conferiscono il latte alla cooperativa. “Vivo personalmente l’intero viaggio del latte, dalla mucca al formaggio stagionato. Mi piace pensare che trasformiamo anche il latte delle nostre mucche e che nel formaggio Mila ci sia anche un po’ del nostro latte”, racconta. ◆



IT

Nel caseificio di Brunico (01, 03), dove Markus Weber (02) sta lavorando a nuove varietà di formaggio.

DE

In der Käserei in Bruneck (01, 03): Hier arbeitet Markus Weber (02) an neuen Käsesorten.



DOLOMIT

Was ist drin?

100 Prozent Kuhmilch aus Südtirol, acht Monate lang gereift. Der Hartkäse ist vegetarisch und von Natur aus laktosefrei.

Wie schmeckt er?

Kräftig, würzig, aromatisch und sehr intensiv. Die Konsistenz ist fest mit angenehm cremigem Schmelz im Gaumen.

Wozu verwenden?

Ideal für Käseknödel und Risotti oder als würzige Basis für Käsefondue. Schmeckt auch mit Kartoffeln, Speck, Äpfeln oder rustikalem Brot.

Womit kombinieren?

Ideale Südtiroler Weine sind Riesling, blumiger Gewürztraminer und lang gereifter, samtiger Lagrein. Passt zu hellem Südtiroler Bockbier und fruchtigem Pale Ale.

Cosa contiene?

100 per cento latte vaccino dell’Alto Adige, stagionato per otto mesi. Il formaggio a pasta dura è vegetariano e naturalmente privo di lattosio.

Che sapore ha?

Deciso, saporito, aromatico e molto intenso. La consistenza è compatta con un piacevole effetto cremoso al palato.

Come gustarlo?

Ideale nella preparazione di canederli al formaggio, risotti o come base per una fonduta saporita. Ottimo anche con patate, speck, mele e pane rustico dell’Alto Adige.

A cosa abbinarlo?

Perfetto con un Riesling, con un profumato Gewürztraminer o con un Lagrein maturo e vellutato. Ideale con una birra Bock chiara o con una fruttata Pale Ale.

Delizie casearie

CAMEMBERT TEXELWEISS BIO, SENNEREI ALGUND

„Der Texelweiß ist ein Weichkäse aus Biomilch. An der Rinde nimmt man Waldnoten wahr und er riecht nach Pilzen, sein sehr geschmeidiger Teig schmeckt nach Sauermilch. Er passt gut zu Südtiroler Weißwein und Schaumwein oder zum Südtiroler Apfel g.g.A. Gala, der am Gaumen feine Birnen- und Pfirsicharomen entstehen lässt.“

TOBLACHER STANGENKÄSE, SENNEREI DREI ZINNEN

„Der Schnittkäse mit Naturrinde hat einen sehr weichen, geschmeidigen Teig. Er schmeckt zu einer reifen Williams-Birne. Seine buttrige Note macht ihn zu einem hervorragenden Begleiter von Bier.“

ORIGINALE DOBBIACO, LATTERIA TRE CIME

„È un formaggio da taglio con crosta naturale, dalla consistenza molto morbida e vellutata. È ottimo con una pera Williams ben matura. La sua nota burrosa inoltre lo rende eccellente per accompagnare la birra.“

CAMEMBERT TEXELWEISS BIO, LATTERIA LAGUNDO

„Il Texelweiss è un formaggio molle prodotto con latte biologico. Sulla crosta si percepiscono note di bosco e profumo di funghi, la sua pasta molto cremosa ha un gusto di latte acidulo. Si accompagna bene ai vini bianchi altoatesini e allo spumante o alle mele Alto Adige IGP Gala, perché al palato richiama raffinati sentori di pera e pesca.“

BURGEISER CLASSIC, SENNEREI BURGEIS

„Der handgeschmierte Schnittkäse riecht an der Rinde leicht nussig und hat florale Noten. Er kann mit einem leichten Rotwein, wie Vernatsch, serviert werden. Dank seiner buttrigen Note passt er gut zu einem Vinschger Urpaarl oder einem Südtiroler Sauerteigbrot.“

BURGEISER CLASSIC, LATTERIA BURGUSIO

„Formaggio da taglio la cui crosta, che viene trattata a mano con una soluzione grassa, emana un leggero profumo di noce e di note floreali. Si può servire con un vino rosso leggero come la Schiava. Grazie alla sua nota burrosa si abbina bene a una pagnotta di Vinschger Urpaarl o a un pane a lievitazione naturale dell'Alto Adige.“

ZIGGERLAN, CASEIFICIO SESTO

„Questo formaggio di latte scremato vaccino è insaporito con sale, pepe ed erba cipollina e modellato a forma di piccolo cono. Si abbina bene al pane nero o alle noci e al Moscato giallo o ai vini bianchi dell'Alto Adige leggermente dolci.“

ZIGGERLAN, KÄSEREI SEXTEN

„Der Käse aus Kuh-Magermilch wird mit Salz, Pfeffer und Schnittlauch verfeinert und zu einem Hütchen geformt. Er passt gut zu Schwarz- oder Nussbrot sowie zu Goldmuskateller oder Südtiroler Weißwein mit einer Restsüße.“



DE

Andreas Österreicher leitet die Abteilung „Qualitätskontrolle Lebensmittel“ beim Sennereiverband Südtirol und analysiert Milch und Milchprodukte im Labor, untersucht deren Aussehen, Konsistenz, Geschmack und Geruch. Als Käsesommelier weiß er, welche Geschmacksnuancen diese vier Käsesorten haben und wozu sie am besten passen.

IT

Andreas Österreicher è il responsabile del dipartimento “Controllo di qualità alimenti” della Federazione Latterie Alto Adige. Nel suo laboratorio analizza latte e prodotti lattiero-caseari esaminandone aspetto, consistenza, gusto e odore. Come sommelier di formaggi conosce bene le sfumature di gusto di queste quattro varietà di formaggi e sa indicare a cosa si accompagnano meglio.

Ritorniamo
all'arrosto
della domenica!FOTOS/FOTO Armin Huber
TEXT/TESTO Bettina GartnerIn der Pustertaler
Metzgerei
Nella macelleria
in Val Pusteria

Was es heißt, als Metzger Südtiroler Fleisch zu verarbeiten. Thomas Mair aus Olang im Interview.

Lavorare solo con carne locale.
Intervista a Thomas Mair, macellaio di Valdaora.



DE

Wo Südtirol draufsteht, ist Südtirol drin. Das gilt für das Rind-, Kalb- und Schweinefleisch, das Thomas Mair in seiner Metzgerei verkauft. Wir sprechen mit ihm über Rinderrassen, schrumpfende Schnitzel und Fleischsommeliers.

‘Wäre ich Vegetarierin und würde der Massentierhaltung wegen auf Fleisch verzichten ...

THOMAS MAIR: ... dann hätte ich mit dem „Qualitätszeichen Südtirol“ gute Argumente. Ich kann sagen: Die Tiere wurden hier geboren, sie sind hier aufgewachsen – und zwar ohne irgendwelche Wachstumshormone –, sie werden hier geschlachtet und verarbeitet. Ich weiß, von welchem Bauern das Fleisch kommt, und kenne die Kühe beim Namen. Jedes Tier hat nämlich einen Tierpass, so wie wir einen Ausweis haben. Darin sind Rasse, Geschlecht sowie Angaben zu Vater und Mutter verzeichnet. Die Herkunft muss lückenlos nachvollziehbar sein.

Gelten diese Kriterien nur für Rinder?
Das Qualitätszeichen Südtirol bezieht sich nicht nur auf Rinder und Kälber, sondern auch auf Schweine, Schafe und Ziegen. Vor Kurzem

IT

Se c'è scritto Alto Adige, Alto Adige deve essere. E questo vale per la carne di manzo, di vitello e di maiale che Thomas Mair vende nella sua macelleria. Abbiamo parlato con lui di razze bovine, di bistecche che si restringono e di sommelier della carne.

Se ti dicessi di essere vegetariana e di aver rinunciato alla carne a causa degli allevamenti intensivi...

THOMAS MAIR: ... allora con il “Marchio di Qualità Alto Adige” avrei validi argomenti. Potrei dirti: gli animali sono nati qui, sono stati allevati qui – senza nessun ormone della crescita – e vengono macellati e lavorati sempre qui. So da quale allevatore proviene la carne e conosco le sue mucche per nome. Ogni animale ha un certificato genealogico, proprio come la nostra carta d'identità, che ne attesta razza, sesso e informazioni sui genitori. L'origine deve essere sempre tracciabile.

Questi criteri valgono solo per i bovini?
Il Marchio di Qualità Alto Adige non contrassegna la carne solo di manzo e vitello, ma anche di maiale, di pecora e di capra. Da poco sono stati inclusi nel programma anche la



THOMAS MAIR ha Wirtschaft studiert, bevor er in den Metzgerbetrieb seiner Eltern eingestiegen ist.



THOMAS MAIR ha studiato economia prima di iniziare a lavorare nella macelleria dei suoi genitori.

“La carne dei capi allevati all’aperto, con molto spazio per muoversi, e più buona.”

wurde zudem Wild ins Programm aufgenommen und als Produkt die Kaminwürsten. Hühner erfüllen die Qualitätskriterien noch nicht, da sie in der Regel nicht in Südtirol geboren sind. Doch genau das wird verlangt. Für Südtirol typische Rinderrassen sind zum Beispiel Simmentaler, Grauvieh und Pustertaler Sprinzen. Sie sind sogenannte Zweinutzungsrassen, das heißt, sie werden sowohl für die Produktion von Milch als auch von Fleisch genutzt. Deshalb ist ihr Fleisch nicht so zart wie jenes von Angus und Wagyu, die aus Schottland und Japan stammen und für die Fleischproduktion gezüchtet wurden. Dafür punkten wir in Südtirol beim Geschmack. Das Fleisch von Tieren, die viel Auslauf haben, schmeckt besser. Je mehr sich ein Muskel bewegt, desto mehr natürliches Glutamat wird im Fleisch produziert. Das berühmte „Umami“. Allerdings wird das Fleisch durch die viele Bewegung bissfester.

Und was bevorzugen die Kunden?

Im Qualitätsverständnis von früher standen Zartheit und Saftigkeit an oberster Stelle, heute sind es Tierwohl und Nachhaltigkeit. Die jungen Leute sind kritisch und fragen nach. Aber man muss auch ehrlich sagen: Das Auge isst mit. Importfleisch ist stark marmoriert, einheimisches Fleisch ist dagegen weniger mit Fett durchwachsen. Liegen die Stücke nebeneinander in der Fleischtheke, greifen viele zum Importprodukt. Fett ist eben ein



HERKUNFT GARANTIERT
Diese Metzgereien verkaufen Fleisch und Kaminwürsten mit Qualitätszeichen Südtirol:



ORIGINE GARANTITA
Queste macellerie vendono carne e Kaminwürsten con il Marchio di Qualità Alto Adige.

selvaggina e, fra i prodotti, i Kaminwürsten. I polli invece non soddisfano ancora i criteri di qualità poiché di solito non nascono in Alto Adige. Che è proprio ciò che si richiede. Le razze bovine più tipiche dell’Alto Adige – Simmentaler, Grigia Alpina e Pustertaler Sprinzen – sono razze a doppia attitudine, ossia allevate per la produzione sia di latte che di carne. Perciò, la loro carne non è così tenera come quella dell’Angus e del Wagyu, originari rispettivamente di Scozia e Giappone e allevati solo per la produzione di carne. Ma in Alto Adige eccelliamo nel gusto. La carne dei capi allevati all’aperto, con molto spazio per muoversi, è più buona. Più un muscolo si muove, più glutammato naturale si forma nella carne. Il famoso “umami”. Tuttavia, la carne diventa più fibrosa per via del movimento che fanno gli animali.

Che cosa preferiscono i clienti?

Un tempo i criteri di qualità erano la tenerezza e la succosità, oggi sono la sostenibilità e il benessere animale. I giovani sono critici e fanno domande. Ma bisogna essere sinceri, anche l’occhio vuole la sua parte. La carne importata ha una mazzatura più accentuata, mentre la carne locale è più magra. Se presentate una accanto all’altra, molti sceglierebbero il prodotto importato. Il grasso in effetti rende i cibi più saporiti. Dal punto di vista nutrizionale la nostra carne è migliore perché contiene più acidi linoleici coniugati, ovvero i grassi

DE

Der Familienbetrieb (01, 04, 05) verarbeitet Fleisch unter anderem zu Kaminwürsten (02). Hier gibt es auch eine eigene Reife-kammer (03) mit idealen Bedingungen für verschiedene Fleisch-Reifemethoden.



01



02

IT

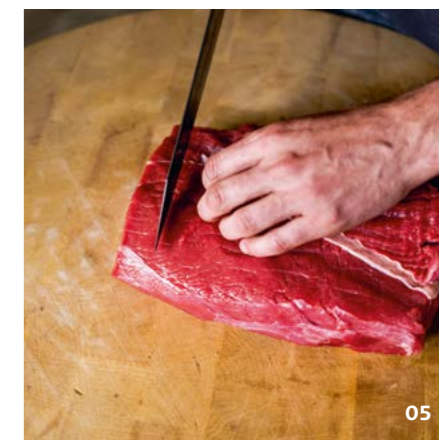
L’azienda a conduzione familiare (01, 04, 05) lavora la carne per produrre i Kaminwürsten (02). Dispone anche di locali di stagionatura (03) con le condizioni ideali per vari metodi di stagionatura della carne.



03



04



05



„Wir sind nicht nur Fleischproduzenten, sondern auch Berater, Köche und nicht zuletzt Psychologen.“

Geschmacksträger. Aus ernährungstechnischer Sicht ist unser Fleisch besser, weil es mehr konjugierte Linolsäuren, also ungesättigte Fettsäuren, enthält. Die sind gut für das Herz-Kreislauf-System und bei zu hohen Cholesterin-Werten. Doch das wissen die Leute nicht. Da müssen wir Aufklärung betreiben.

Braucht Fleisch also ein neues Image?

Ja, das ist effektiv so. Deshalb habe ich zusammen mit Hannes Mair aus Terlan vor zwei Jahren die „Butchers of Southtyrol“ gegründet, eine Initiative, die das Bild vom Metzger mit blutiger Schürze und Messer brechen soll. Es gibt mehr als 100 Metzgereibetriebe in Südtirol und alle haben das gleiche Problem: Wir finden kaum Nachwuchs. Deshalb wollen wir den Leuten zeigen, was wir alles tun. Das Schlachten ist nur ein kleiner Teil unserer Arbeit. Mittlerweile sind wir nicht nur Fleischproduzenten, sondern auch Berater, Köche und nicht zuletzt Psychologen: Wir erklären, warum unser Fleisch gut ist und dass die Tiere artgerecht gehalten werden. Dabei hilft ein Blick auf die Zahlen: In Lateinamerika gibt es Farmen mit 40.000 Stück Vieh, in Bayern halten landwirtschaftliche Betriebe bis zu 400 Rinder, in Südtirol sind es durchschnittlich 15.

Das klingt, als reiche der heimische Viehbestand nur für den Privatgebrauch.

Tatsächlich ist es so, dass regionales Fleisch vor allem im Kleinen funktioniert. Wir arbeiten zu 95 Prozent mit Privatkunden. Bei Hotels mit

insaturi, benefici per l'apparato cardiovascolare e per chi ha il colesterolo alto. Purtroppo le persone non lo sanno ed è quindi importante sensibilizzare su questo tema.

La carne ha bisogno di un'immagine più positiva?

Sì, decisamente. Ecco perché due anni fa ho avviato, insieme a Hannes Mair di Terlan, „Butchers of Southtyrol“, un'iniziativa per superare l'idea preconcepita del macellaio con il grembiule insanguinato e il coltellaccio in mano. In Alto Adige ci sono più di cento macellerie e tutte hanno lo stesso problema: non si riesce a trovare nuovi apprendisti. Per questo vogliamo fare conoscere meglio la nostra attività. La macellazione è solo una piccola parte del nostro lavoro. Non siamo più solo produttori di carne, ma anche consulenti, cuochi e addirittura psicologi: spieghiamo perché la nostra carne è di qualità e che gli animali vengono allevati in modo adeguato. Le cifre parlano chiaro: in America Latina ci sono allevamenti bovini con 40.000 capi, in Baviera la media è di 400 capi per azienda, in Alto Adige di appena 15.

Detto così, sembra che il bestiame locale copra solo il fabbisogno privato...

Di fatto è così, la carne locale funziona bene su piccola scala. Lavoriamo al 95% con clienti privati. Rifornire un albergo con centocinquanta ospiti è per noi molto complicato, specialmente se tutti vogliono solo il filetto. E un

◆ **NACH GESCHMACK**
Wenn die strengen Herstellungsbestimmungen erfüllt sind, dann dürfen Rind-, Schweine-, Wild-, Schaf- und Ziegenfleisch das Qualitätszeichen Südtirol tragen.

◆ **SECONDO IL GUSTO**
Quando vengono rispettate le severe normative di produzione, la carne di manzo, maiale, pecora e capra e la selvaggina possono fregiarsi del Marchio di Qualità Alto Adige.

FLEISCHSOMMELIER?

Um den Titel tragen zu dürfen, hat sich Thomas Mair ausführlich mit Geschmack und Konsistenz von Fleisch auseinandergesetzt.

SOMMELIER DELLA CARNE

Per ottenere questa qualifica Thomas Mair ha studiato a fondo il sapore e la consistenza della carne.

Con cotture lunghe a bassa temperatura, ogni taglio diventa tenero.

150 Gästen wird es schwierig. Vor allem dann, wenn alle Filet wollen. Ein Rind hat halt nur zwei davon. In der Gastronomie braucht es ein Umdenken – von den Köchen und den Gästen. Ist die Nachfrage zu spezifisch, können wir die gewünschte Menge nicht liefern. Einfacher ist es für uns, wenn ein Restaurant in seine Tageskarte schreibt: „Heute gibt es Kurzgebratenes.“ Das kann ein Filet sein, aber auch Roastbeef oder Hüftsteak. Die Verfügbarkeit von regionalem Fleisch ist begrenzt. Umso wichtiger ist es, möglichst viel vom Tier zu verwerten. Damit könnte die Gastronomie in Südtirol punkten, dafür müsste sie allerdings sehr flexibel sein.

Inwiefern?

Im Grunde müsste man den Spieß umdrehen: Die Restaurants müssten die Metzgereien fragen, was verfügbar ist, und es dann entsprechend zubereiten. Bei niedrigen Temperaturen und langer Garzeit wird jedes Fleisch zart. Die Gäste wiederum müssten akzeptieren, dass nicht immer alles gleich und standardmäßig serviert werden kann. Fleisch ist ein Luxusgut. Früher kam es nur einmal pro Woche auf den Teller – als Sonntagsbraten. Da sollten wir eigentlich wieder hin.

Das aus dem Mund eines Metzgers?

Ja, das sage ich als Metzger, und ich sage es laut. Vielleicht auch, weil ich nicht auf dem klassischen Weg über die Berufsschule zum Metzgerberuf gekommen bin und deswegen einen anderen Zugang zur Thematik habe. Es zählt die Qualität, nicht die Quantität. Ich habe



NOSE TO TAIL
So nennt man es, wenn möglichst viele Teile eines Tieres verarbeitet werden, um nichts zu verschwenden.



NOSE TO TAIL
Si dice così quando si cerca di impiegare ogni parte di un animale, per non sprecare nulla.

bovino ne ha solo due, di filetti. Nella ristorazione è necessario un cambio di mentalità, sia da parte degli chef che degli ospiti. Se la domanda è troppo specifica, non possiamo garantire la quantità richiesta. Sarebbe più facile se i ristoranti scrivessero sul menu “oggi carne rosolata”, che può essere filetto, ma anche roastbeef o controfiletto. La disponibilità di carne locale è limitata. Per questo è importante usare tutte le parti dell’animale. Su questo dovrebbe puntare la ristorazione in Alto Adige ma dovrebbe essere molto flessibile.

In che senso?

I ruoli andrebbero invertiti: i ristoranti dovrebbero chiedere alle macellerie quali tagli hanno disponibili e adeguare di conseguenza le loro preparazioni. Con cotture lunghe a bassa temperatura, ogni taglio diventa tenero. Gli ospiti, a loro volta, dovrebbero accettare che non tutto può essere servito in modo uguale e standardizzato. La carne è un bene di lusso. Un tempo si mangiava una volta alla settimana – l’arrosto della domenica. Dovremmo tornare a questo.

Proprio un macellaio che dice così?

Sì, e lo dico chiaro e tondo. Forse perché non ho alle spalle il tipico percorso formativo che si segue all’istituto professionale per diventare macellaio e ho quindi un approccio differente. Per me conta la qualità, non la quantità. Ho studiato economia e solo successivamente ho rilevato l’attività dei miei genitori. Nel frattempo, ho frequentato un corso per diventare sommelier della carne.

DE

In Mitterolang steht nicht nur das Fleischfachgeschäft (03, 04), hier ist auch Thomas Mairs (02) „Meatingpoint“, wo er Interessierten Geschmack und Veredelung von Fleisch näherbringt (01).



01



02



03

IT

A Valdaora di Mezzo si trova sia il negozio di carni (03, 04) che il “Meatingpoint”, dove Thomas Mair (02) illustra a chi è interessato il gusto e la lavorazione della carne (01).



04

Wirtschaft studiert und dann den Betrieb von meinen Eltern übernommen. Parallel dazu habe ich eine Ausbildung zum Fleischsommelier absolviert.

‘Weinsommelier ist ein Begriff. Was aber macht ein Fleischsommelier?’

Fleischsommeliers sind Genussbotschafter. Sie können erklären, wie Geschmack entsteht. Viele Leute kommen und sagen, sie hätten gerne ein frisches Rindfleisch. Aber Rindfleisch muss reifen, sonst ist es zäh. Ich kann den Leuten auch erklären, welchen enormen Einfluss die Fütterung auf das Endprodukt hat. Vor dem Schlachten zum Beispiel muss das Rind ein paar Monate im Stall verbringen und mit Heu gefüttert werden. Nicht mit frischem Gras. Wenn es nur Gras frisst, ist das Fleisch schwammig. Wer glaubt, es sei das Nonplus-ultra, das Tier direkt auf der Weide zu schlachten, bekommt ein Schnitzel, das in der Pfanne schrumpft. ♦

‘I sommelier dei vini li conosciamo. Ma cosa fa un sommelier della carne?’

I sommelier della carne sono ambasciatori del gusto. Per esempio, spiegano come si formano i sapori. Molti clienti vogliono carne di manzo “fresca”, ma la carne di manzo deve maturare, altrimenti è dura. Posso spiegare anche l’enorme influenza che l’alimentazione dell’animale ha sul prodotto finale. Prima della macellazione il bovino deve trascorrere alcuni mesi in stalla e nutrirsi di fieno anziché di erba fresca. Se mangia erba fresca, la carne risulterà spugnosa. Chi pensa che la cosa migliore sia macellare il capo direttamente al pascolo non sa che, così facendo, otterrà bistecche che si restringono in padella. ♦

TIPP: Dieses Rezept verwendet Thomas Mair in seinen Grillkursen. Es kann auch in Pfanne und Backrohr zubereitet werden.

CONSIGLIO: Thomas Mair propone questa ricetta nei suoi corsi di cucina alla griglia, ma può essere preparata anche in padella e in forno.

FLANKSTEAK MIT KRÄUTERSAUCE UND BROKKOLI

KRÄUTERSAUCE

80 g Zwiebeln, 30 g frische Petersilie, 30 g getrocknete Tomaten, 1 EL frischer Thymian, 1 EL frischer Rosmarin, frischer Salbei, Knoblauchzehen, Chilipulver, Salz, Pfeffer, 400 ml Rapsöl, Balsamico

STEAK

1 Flanksteak vom Rind ●, 1 Brokkoli ●, etwas Olivenöl

1.
Für die Kräutersauce alle Zutaten sehr fein schneiden, vermengen und mit Balsamico abschmecken. Flanksteak der Länge nach einschneiden und aufklappen, sodass eine gleichmäßige Fläche entsteht. Kräutersauce daraufstreichen. Straff aufrollen und mit Küchengarn festbinden, damit die Rolle stabil bleibt.

2.
Das Fleisch rundherum bei direkter, hoher Hitze scharf anbraten. Im Anschluss bei indirekter Hitze (ca. 140–150 °C) und geschlossenem Deckel weitergrillen, bis eine Kerntemperatur

von 54 °C erreicht ist (etwa 1½ Stunden). So bleibt das Fleisch zart und saftig.

3.
Brokkoli waschen, schneiden, Röschen halbieren. In einer Schüssel mit etwas Olivenöl vermengen. In einer feuerfesten Schale bei indirekter Hitze (180–200 °C) und geschlossenem Deckel 10–15 Minuten grillen. Röschen anschließend bei direkter, hoher Hitze (250–300 °C) kurz auf der Schnittseite angrillen, bis sie leichte Röstaromen entwickeln. Flanksteak in Scheiben schneiden und mit Brokkoli servieren.

FLANKSTEAK?
Dieses Fleischstück kommt vom Bauchlappen des Rinds und ist ein sogenannter unedler Cut, also kein Edelteil.

BAVETTA DI MANZO
Questo taglio di carne proviene dalla pancia del manzo ed è considerato non troppo pregiato, nonostante sia una delle parti più saporite.



BAVETTA DI MANZO CON SALSA ALLE ERBE AROMATICHE E BROCCOLI

SALSA ALLE ERBE AROMATICHE
80 g di cipolla, 30 g di prezzemolo fresco, 30 g di pomodori secchi, 1 cucchiaino di timo fresco, 1 cucchiaino di rosmarino fresco, salvia fresca, spicchi d’aglio, peperoncino in polvere, sale, pepe, 400 ml di olio di colza, aceto balsamico

CARNE

1 bavetta di manzo ●, 1 cespo di broccolo ●, olio extravergine di oliva

1.
Per la salsa alle erbe tritare finemente tutti gli ingredienti e mescolare con olio e aceto balsamico. Tagliare la carne nel senso della lunghezza e aprirla in modo da ottenere una superficie uniforme. Spalmarvi sopra la salsa alle erbe, arrotolarla strettamente e legarla con uno spago da cucina per tenerla chiusa.
2.
Rosolare la carne su tutti i lati a fuoco diretto e a fiamma alta, poi continuare a grigliare a fuoco indiretto (circa 140-150 °C) con il coperchio chiuso fino a raggiungere una temperatura interna di 54 °C (circa un’ora e mezzo). In questo modo la carne si manterrà tenera e succosa.
3.
Lavare e tagliare il broccolo, dimezzare le rosette. Mescolarle con un po’ di olio in una ciotola. Grigliare in una pirofila a calore indiretto (180-200 °C) con il coperchio chiuso per 10-15 minuti. Quindi grigliare brevemente le rosette sul lato tagliato a fuoco diretto e a fiamma alta (250-300 °C) fino a quando sviluppano un leggero aroma di tostatura. Tagliare a fette la carne e servirla con i broccoli.

DIE DÜMMSTEN BAUERN

... haben die dicksten Kartoffeln? Von wegen – wichtig sind viel Sonne und ein nährstoffreicher, tiefgründiger Boden ohne Staunässe.

I CONTADINI HANNO PREZIOSI ALLEATI...

... per ottenere patate eccezionali! Tanto sole e un suolo profondo, ricco di nutrienti e privo di ristagni d'acqua.

Starke Knolle Tuberi dalle mille qualità

TEXT/TESTO Daniela Kahler

Vielseitig, sättigend und gesund:
Warum die Kartoffel zu Unrecht den Ruf
als Dickmacherin hat.

TIPP: Kartoffeln am besten dunkel, luftig – etwa in einem Papier- oder Stoffsack –, ungewaschen und bei 4 bis 10 Grad lagern.

k art

Artverwandt mit der Kartoffel sind Tomaten und Chilis. Sie alle sind Nachtschattengewächse und stammen aus Südamerika. In Südtirol lässt sich die Speisekartoffel erstmals 1712 nachweisen: Eine Köchin des Klosters Sonnenburg bei St. Lorenzen erwähnte unter anderem *Ert Öppfl* mit Bohnensalat in ihrem Speisenbuch.

Kartoffeln enthalten Selen. Das klingt nicht besonders appetitlich, doch das Spurenelement ist wichtig – unter anderem fürs Immunsystem. Zudem sind Kartoffeln reich an Vitamin C, Vitamin B2 und Kalium. Ihre Stärke und Ballaststoffe tragen zu einem lang anhaltenden Sättigungsgefühl bei und enthalten weniger Kalorien als Reis oder Nudeln.

of

Ofenkartoffeln, Erdäpfelblattlan, Kartoffelsalat, Püree ... Kartoffeln sind vielseitig. Am gesündesten sind sie als Pellkartoffeln, also ungeschält gekocht (oder noch besser: gedämpft). So bleiben die meisten Vitamine und Mineralstoffe erhalten.

fel

Felder mit Kartoffeln erkennt man an den bis zu ein Meter hohen krautigen Pflanzen, die gefiederte Blätter und im Sommer weiße oder rosa Blüten tragen. Kartoffeln mit Qualitätszeichen Südtirol wachsen im Pustertal, jedes Jahr werden dort davon ca. 6.000 Tonnen geerntet.

KARTOFFELGRATIN

500 g festkochende Kartoffeln • 100 g Lauch, 1 Knoblauchzehe, 1 EL Butter • 100 ml Milch • 150 ml Sahne • Salz, Pfeffer, 1 Msp. Muskatnuss, Parmesan, Butter • zum Ausstreichen und Beträufeln

1. Rohe Kartoffeln schälen und in 1–2 mm dünne Scheiben schneiden. Lauch halbieren und in Streifen schneiden. Zusammen mit der fein gehackten Knoblauchzehe in Butter dünsten. Milch und Sahne zum Lauch gießen und zum Kochen bringen. Kartoffeln dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Etwa 6 Minuten kochen lassen, dabei oft umrühren.
2. Feuerfeste Form oder Pfanne mit Butter ausstreichen, die heißen Kartoffeln etwa 2 cm hoch einfüllen, mit geriebenem Parmesan bestreuen, mit etwas zerlassener Butter beträufeln und im vorgeheizten Backrohr etwa 20 Minuten bei 180 °C backen.

Versatile, saziante, sana: la patata e la sua immeritata reputazione di alimento che fa ingrassare

t

pa

Parola d'ordine: selenio.

Le patate contengono questo microelemento dal nome forse poco appetitoso, ma importante per il nostro organismo, ad esempio per il sistema immunitario, e sono ricche di vitamina C, B2 e potassio. L'amido e le fibre in esse contenuti favoriscono il senso di sazietà. Dulcis in fundo, le patate hanno meno calorie di pasta e riso.

a

Al forno, fritte, purè o gnocchi... le patate sono molto versatili. La preparazione più sana? Lessate con la buccia, in acqua o se possibile al vapore, per preservare al meglio vitamine e sali minerali.

Tra i parenti della patata ci sono il pomodoro e il peperoncino, anch'essi appartenenti alla famiglia delle solanacee e originari del Sudamerica. La prima testimonianza scritta della patata in Alto Adige risale al 1712: nella raccolta di ricette di una cuoca del monastero di Castel Badia vicino a San Lorenzo di Sebato vengono menzionate fra gli ingredienti di un'insalata di fagioli.

te

Tenete gli occhi aperti: le coltivazioni di patate si riconoscono dalle piante alte fino a un metro con foglie pennate e, in estate, infiorescenze bianche o rosa. Le patate con il Marchio di Qualità Alto Adige crescono in Val Pusteria, dove ogni anno se ne raccolgono circa 6.000 tonnellate.

IL NOSTRO CONSIGLIO: *conservate le patate in un luogo buio e aerato, in un sacchetto di carta o di stoffa, non lavate e a una temperatura compresa tra i 4 e i 10 gradi.*

GRATIN DI PATATE

INGREDIENTI

500 g di patate a pasta cerosa, 100 g di porro, 1 spicchio d'aglio, 1 cucchiaio di burro, 100 ml di latte, 150 ml di panna, sale, pepe, 1 punta di coltello di noce moscata, parmigiano, burro per ungere la teglia e un po' di burro fuso

1.

Sbucciare le patate crude e tagliarle a fette di 1-2 mm di spessore. Tagliare il porro a metà nel senso della lunghezza, quindi a strisciole sottili. In un tegame, rosolare il porro nel burro insieme all'aglio tritato. Versare latte e panna e portare a ebollizione. Aggiungere le patate, aggiustare di sale, pepe e noce moscata. Cuocere a fiamma dolce per circa 6 minuti mescolando più volte.

2.

Ungere con il burro una teglia o una pirofila e disporre le patate bollenti formando uno strato di circa 2 cm. Cospargere con abbondante parmigiano e irrorare un po' di burro fuso. Cuocere in forno preriscaldato a 180° C per circa 20 minuti.

EMPFEHLUNG

Kartoffelgratin passt zu Lamm, Rind und Geflügel, schmeckt aber auch als vegetarisches Hauptgericht.

ABBINAMENTI

Il gratin di patate è un ottimo contorno per piatti a base di agnello, manzo e pollame, ma può anche essere gustato come piatto unico vegetariano.



Schmeckt auch mit Thymian
Perfetto anche con il timo

Nova e canederli

Gesunde Ernährung ist ihr wichtig
Un'alimentazione sana per lei è importante



Genuss und Freude am Kochen sind für die Tischtennisspielerin Debora Vivarelli unverzichtbar – und nicht im Widerspruch mit einer gesunden Ernährung.

Per la giocatrice di tennistavolo Debora Vivarelli il piacere di cucinare e la buona tavola sono irrinunciabili e non sono affatto in contrasto con un'alimentazione sana.



DE

Wie ernähren Sie sich als Sportlerin?

DEBORA VIVARELLI: Ich versuche generell, mich gesund zu ernähren. Wichtig ist für mich das Frühstück. Vor einem langen Training esse ich zum Beispiel Naturjoghurt mit Beeren, Äpfeln oder Marillen und etwas Honig sowie zwei Rühreier mit einer Scheibe Vollkornbrot. Manchmal bin ich nicht so streng mit mir und gönne mir etwas. Beim Wandern darf nie eine gute Südtiroler Marende mit Kaminwurzeln und Käse fehlen. Unterwegs ist es nicht leicht, gut und gesund zu essen. Bei Turnieren sehne ich mich oft nach hochwertigen Südtiroler Produkten.

Lassen sich Genuss und Fitness unter einen Hut bringen?

Ja, wenn man will. Ich esse sehr gerne gesund – vor allem Gemüse und Obst –, also ist es für mich nicht so schwer. Als ich klein war, hat mir meine Mutter zur Jause sehr oft Gemüse eingepackt. Das hat mich nachhaltig beeinflusst!

Welchen Stellenwert haben Produkte mit Qualitätszeichen Südtirol?

Ich esse gerne heimische Lebensmittel. Wir haben das Glück, so viele gute und verschiedene Produkte in Südtirol zu haben – von

IT

Lei che è un'atleta cosa mangia?

DEBORA VIVARELLI: Cerco sempre di nutrirmi in modo sano. Per me è importante soprattutto fare una buona colazione. Prima di un intenso allenamento, per esempio, mangio yogurt naturale con frutti di bosco, mele o albicocche e un po' di miele, insieme a due uova strapazzate e una fetta di pane integrale. A volte sono meno severa e mi concedo qualcosa in più. Per esempio se vado a camminare non rinuncio a un ottimo spuntino sudtirolese con Kaminwurzeln e formaggio. Certo, quando si è lontani da casa non è sempre facile mangiare bene e in modo sano. Durante i tornei ho spesso nostalgia dei prodotti di qualità dell'Alto Adige.

Ma è possibile conciliare gusto e fitness?

Sì, basta volerlo. Amo mangiare sano, soprattutto frutta e verdura, e dunque per me non è difficile. Quand'ero piccola spesso mia madre mi preparava qualche verdura per la merenda. È da allora che per me è diventata un'abitudine. *Che importanza hanno per lei i prodotti con il Marchio di Qualità Alto Adige?*

Amo molto i nostri prodotti alimentari regionali. In Alto Adige abbiamo la fortuna di avere una grande varietà di ottimi prodotti, dalle



DEBORA VIVARELLI, geboren 1993, nahm bisher an elf Tischtennis-Weltmeisterschaften teil sowie zweimal an Olympischen Spielen.



DEBORA VIVARELLI, nata nel 1993, ha già partecipato a undici campionati mondiali di tennistavolo e a due Olimpiadi.

Erdbeeren und Kirschen über die vielen Milchprodukte bis zu leckerem Apfelsaft. Wenn ich unterwegs bin, suche ich in den Supermärkten immer nach Südtiroler Qualitätsprodukten. Es hilft mir auch, mich ein bisschen wie zu Hause zu fühlen, wenn ich auf der anderen Seite der Welt bin. Das Qualitätszeichen Südtirol ist mir auch deswegen wichtig, weil es Orientierung gibt: Bei zertifizierten Produkten kann ich sicher sein: Wo Südtirol draufsteht, ist Südtirol drin.

Kochen oder backen Sie selbst?

Ich bin nicht viel zu Hause und ich vermisse das Kochen. Ich koche sehr gerne und experimentiere auch oft. Mein Mann freut sich, wenn ich koche, also ist es nicht schlimm, wenn es nicht perfekt ist! Die besten Rezepte habe ich von meiner Mutter und meinen Omas – ein guter Mix aus Südtiroler und italienischen Rezepten.

Ein Lieblingsrezept, das mit Produkten mit Qualitätszeichen Südtirol zubereitet wird?

Omas Käsenocken. Ich habe sogar einen Kochwettbewerb damit gewonnen! ♦

fragole alle ciliegie, dai tanti latticini al delizioso succo di mela. Quando sono in viaggio cerco sempre nei supermercati i prodotti di qualità dell'Alto Adige. Mi aiuta anche a sentirmi un po' a casa quando mi trovo dall'altra parte del mondo. Il Marchio di Qualità Alto Adige per me è importante, anche perché serve a orientarsi. Con i prodotti certificati ho una certezza: se fuori c'è scritto Alto Adige, dentro c'è davvero un pezzetto di Alto Adige.

A casa cucina lei?

Non sono spesso a casa, cucinare mi manca. Ma è un'attività che mi piace molto e sperimento di frequente. Mio marito è contento quando cucino, perciò non si lamenta se le cose non riescono sempre perfette! Le ricette migliori me le hanno insegnate mia madre e mia nonna: un ottimo mix di cucina italiana e sudtirolese.

Ha una ricetta preferita da preparare con i prodotti con Marchio di Qualità Alto Adige?

I canederli al formaggio di mia nonna. Li ho preparati anche in un concorso di cucina, e ho vinto! ♦

KÄSENOCKEN

NOCKEN

500 g Knödelbrot, 1 Prise Salz, 1 Bund Petersilie, 400 g würziger, gereifter Südtiroler Käse •, 250 ml Milch •, 3 Freilandeier •, 3-4 EL Mehl, milder Gorgonzola für die Füllung

WEITERES

Butter •, Salbei, Parmesan

1.

Das Knödelbrot salzen, Petersilie hacken, Käse grob raspeln und alles vermischen. Die Milch mit den Eiern vermischen und zum Knödelbrot geben. Mehl untermischen und alles kneten. Kleine Kugeln der Masse nehmen, je ein Stückchen Gorgonzola in die Mitte geben und Nocken formen. 15 Minuten in Salzwasser kochen.

2.

Butter schmelzen, Salbeiblätter hinzufügen und braten, bis die Butter eine leicht goldene Farbe annimmt. Die Knödel im Teller damit übergießen und mit geriebenem Parmesan servieren.

LIEBLINGSREZEPT
Die Käsenocken sind Debora Vivarellis persönliche Empfehlung.

LA RICETTA DEL CUORE
I canederli al formaggio sono i preferiti di Debora Vivarelli.

Dazu passt auch Südtiroler Sauerkraut oder Krautsalat. Da accompagnare con crauti o insalata di cavolo cappuccio dell'Alto Adige

CANEDERLI AL FORMAGGIO

CANEDERLI

500 g di pane per canederli, 1 presa di sale, 1 mazzetto di prezzemolo, 400 g di formaggio dell'Alto Adige stagionato •, 250 ml di latte •, 3 uova da allevamento all'aperto •, 3-4 cucchiaini di farina, gorgonzola dolce per il ripieno

INOLTRE

Burro •, salvia, parmigiano

1.

Salare il pane, tritare il prezzemolo, grattugiare il formaggio e unirlo al pane. Mescolare il latte e le uova e versarli sul pane. Unire la farina e impastare il tutto. Prendere delle palline dall'impasto ottenuto, mettere al centro di ognuna un pezzettino di gorgonzola e formare dei canederli. Cuocerli 15 minuti in acqua salata.

2.

Sciogliere il burro, aggiungere le foglie di salvia e scaldare fino a doratura del burro. Versare il burro fuso sui canederli già impiattati e cospargerli di parmigiano grattugiato prima di servirli.

Ein Mann im Kornfeld L'uomo delle spighe

TEXT/TESTO Edith Runer
FOTOS/FOTO Armin Huber



**MARKUS
WASSERER**
ist Schlosser
und Bauer. 2021
hat er zum ersten
Mal Getreide
auf seinen Fel-
dern geerntet.



**MARKUS
WASSERER**
è fabbro e conta-
dino. Nel 2021
sui suoi terreni
ha iniziato a
coltivare cereali.

Kornfelder prägten einst die Kulturlandschaft in Südtirol. Mit dem Ende der Selbstversorgung verschwand das Getreide. Bis 2011 das Projekt Regiokorn begann.

I campi di grano, un tempo elemento caratteristico del paesaggio altoatesino, erano quasi scomparsi con la fine dell'agricoltura di sussistenza. L'inversione di tendenza è arrivata nel 2011 con il progetto Regiograno.

DE

Ein laues Lüftchen legt sich über das blassgoldene Kornfeld. Tausende Ähren flattern im gleißenden Licht der Sonne. Mittendrin: Markus Wasserer. Der Jungbauer vom Kircherhof in Hofern bei Kiens bringt ein paar Ähren mit an den Rand des Ackers, um die Feuchtigkeit der Roggenkörner zu messen. Dafür reibt er die Ähren aneinander und bläst die Spreu durch die Finger, bis nur noch die Körner übrig bleiben. Mit einer Drehbewegung zerkleinert er sie in einer mechanischen Mini-Getreidemühle, befestigt diese am digitalen Messgerät und in Sekundenschnelle erscheint eine Zahl: 13,8. „Unter 14,5 Prozent“, stellt er zufrieden fest. „Mir kenn startn“, ruft er seinem Vater Josef zu, der mit dem Heuwenden auf der Wiese beschäftigt ist. Mit etwas Glück kommt der Mähdrescher, der zahlreiche Höfe im Land bedient, noch heute und bringt die Ernte ein.

DIE VORFAHREN ALS VORBILDER

Im Herbst 2020 hat Markus Wasserer zum ersten Mal Winterroggen gesät. Seine Vorfahren

IT

Una lieve brezza accarezza la distesa di spighe dorate, facendola ondeggiare alla luce del sole. Nel cuore del campo si intravede Markus Wasserer. Il giovane agricoltore del maso



Kircherhof di Corti sopra Chienes sta raccogliendo alcune spighe per verificarne il grado di umidità. Al margine del campo strofina quindi due spighe una contro l'altra e ne soffia via la pula. In mano rimangono i chicchi di grano. L'agricoltore li tritura con un piccolo macinino collegato a uno strumento di misurazione. Il risultato arriva in pochi istanti: 13,8%. „Siamo sotto il 14,5%“, dice soddisfatto. „Possiamo iniziare!“, grida in direzione del padre Josef

che sta girando il fieno in un prato vicino. Se tutto va bene, a breve arriverà la mietitrebbia, condivisa da più masi della zona, e i due potranno concludere il raccolto già in giornata.

RICALCANDO LE ORME DEGLI ANTENATI

È stato nell'autunno del 2020 che Markus ha seminato per la prima volta la segale invernale. Qui, a 1.100 metri di altezza, i suoi antenati

„Seit ich Kornfelder habe, beobachte ich hier wieder mehr Leben.“

hätten hier auf rund 1.100 Metern Meereshöhe Korn angebaut, weiß der Jungbauer: „Diese sonnige Gegend war die Kornkammer des Pustertals.“ Markus Wasserer schätzt traditionelle landwirtschaftliche Kulturen. Deshalb hat er auch einige Apfelbäume der alten Sorte Gravensteiner sowie einen Nussbaum gepflanzt. „Seit ich Kornfelder habe, beobachte ich hier wieder mehr Leben“, freut er sich. Letzthin habe sich ein Wiedehopf-Pärchen am Hof aufgehalten.

Den Anstoß, sich für das Projekt Regiokorn zu bewerben, bekam Markus durch einen Bauern aus der Nachbarschaft, der seit vielen Jahren dabei ist. Heute arbeiten die Meraner Mühle, IDM Südtirol, das Versuchszentrum Laimburg und der Südtiroler Bauernbund Hand in Hand mit rund 60 Landwirtinnen und Landwirten. Diese bauen auf etwa 100 Hektar Fläche Dinkel, Roggen, Gerste und Buchweizen an, zum Großteil biologisch. Durchschnittlich 330 Tonnen Getreide ist die jährliche Erntemenge. Die Meraner Mühle verkauft Korn und Mehl über das eigene Detailgeschäft Farinarium sowie über Spezialitätenläden. 19 Betriebe verarbeiten regionales Getreide zu Brot und Backwaren mit dem Qualitätszeichen Südtirol.

DIE QUALITÄT ALS VORGABE

Markus Wasserer liefert Biogetreide. Zwar verzichten auch die konventionellen Höfe auf Pflanzenschutzmittel und Mineraldünger, für die Biobetriebe ist aber zusätzlich die Fruchtfolge verpflichtend. Nach jeweils zwei Erntejahren müssen Hülsenfrüchte oder Erdäpfel in den Boden, um ihn zu regenerieren. Weil Markus das Getreide im Nebenerwerb

◆ **REGIOLAIB**
Für dieses Brot mit oranger Schleife hat jede teilnehmende Bäckerei ihr individuelles Rezept – aber immer mit 75 Prozent Regiokorn-Getreide.

◆ **REGIOLAIB**
Per questo pane con il nastro arancione ogni panificio partecipante ha la propria ricetta personale, sempre con il 75% di cereali Regiograno.

coltivavano il grano: “Questa zona così soleggiata un tempo era il granaio della Val Pusteria”, spiega. L’agricoltore, che apprezza le coltivazioni tradizionali, ha piantato anche un noce e alcuni meli dell’antica varietà Gravensteiner: “Da quando coltivo i cereali mi sono accorto che qui in giro la fauna è aumentata”, dice. Racconta di avere da poco scoperto una coppia di upupe che ha nidificato nel suo maso. Markus è venuto a conoscenza del progetto Regiograno grazie a un agricoltore della zona che vi aderisce ormai da anni. Oggi l’iniziativa vede la stretta collaborazione tra Molino Merano, IDM Alto Adige, Centro di Sperimentazione Laimburg, Unione Agricoltori e Coltivatori Diretti Sudtirolesi e sessanta aziende agricole locali. Queste ultime coltivano, su una superficie complessiva di 100 ettari, farro, segale, orzo e grano saraceno, in buona parte biologici. Il raccolto annuo si aggira sulle 330 tonnellate. Il Molino Merano commercializza farine e cereali al dettaglio nel proprio negozio “Farinarium” e in diversi negozi di specialità della zona. I cereali Regiograno vengono inoltre utilizzati da diciannove panifici locali per realizzare pane e prodotti da forno con il Marchio di Qualità Alto Adige.

LA QUALITÀ AL PRIMO POSTO

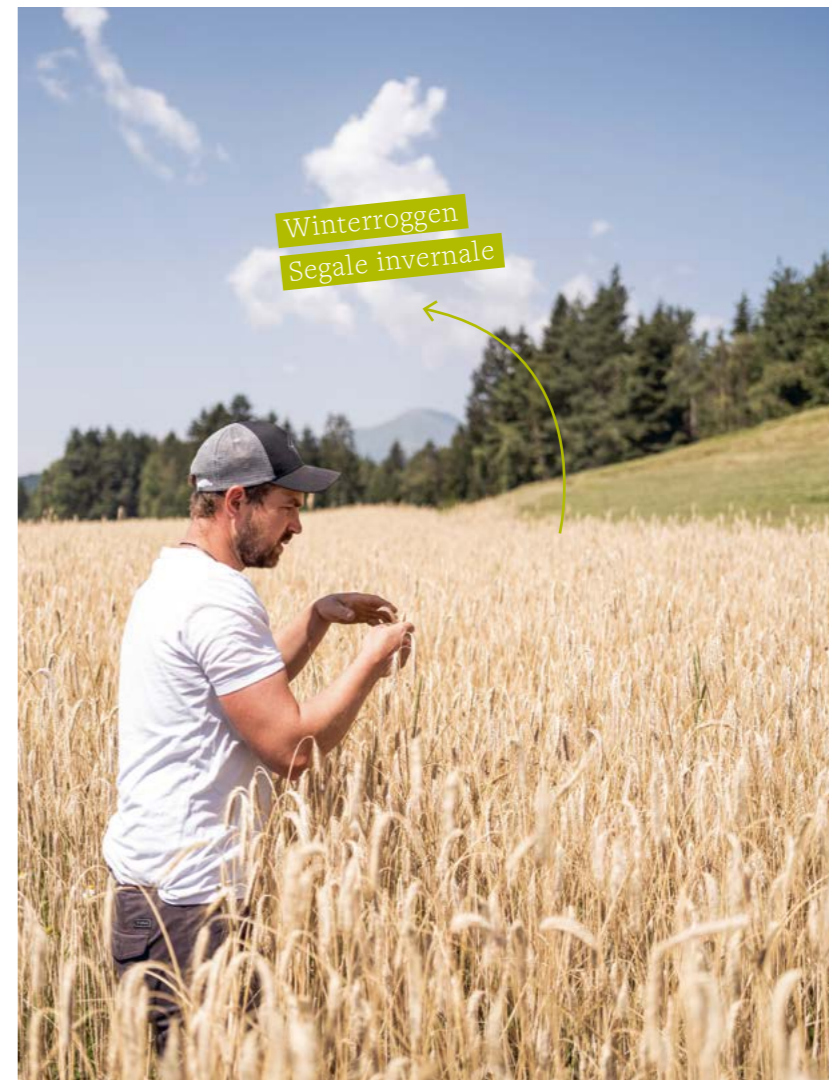
Markus Wasserer produce cereali biologici. La sua azienda, come le aziende convenzionali coinvolte nel progetto, non si avvale né di anticrittogamici né di concimi minerali. A differenza di quelle convenzionali, però, le aziende biologiche sono tenute anche ad alternare le coltivazioni: a due annate di cereali deve seguire un’annata di legumi o patate per

SOMMER, SONNE, ARBEIT

Markus Wasserer und seine Familie haben Anfang August auf ihren Feldern eine Menge zu tun.

ESTATE, SOLE, LAVORO

Markus Wasserer e la sua famiglia all’inizio di agosto hanno davvero molto da fare nei campi.





DE

Beim Hof (01) sammelt Markus Wasserer (04) den Roggen in einem Container (02, 03) für den Abtransport durch Regiokorn. Hier das Logo der Marke (05).



IT

Al maso (01) Markus Wasserer (04) raccoglie la segale in un container (02, 03) per il prelievo da parte di Regiograno. Sotto il logo del marchio (05).



Il numero di caduta è un indicatore della qualità di cottura della farina.

anbaut – hauptberuflich arbeitet er in einer Schlosserei – und deshalb finanziell nicht auf die Ernte angewiesen ist, stellt die Fruchtfolge für ihn kein Hindernis dar.

Als Neuling im (Korn-)Feld ist er froh um die Unterstützung durch den Beratungsring Berglandwirtschaft, den Bauernbund und die Meraner Mühle, wo ihn Joseph Fink berät. Joseph Fink achtet auf die Anlieferung von hochwertigem Korn. „Die Feuchtigkeitsgrenze von 14,5 Prozent garantiert eine gute Lagerfähigkeit“, erklärt er den Sinn hinter der Messung im Kornfeld.

Die sogenannte Fallzahl indessen gebe Aufschluss über die Backfähigkeit. „Regnet es während der Erntezeit häufig, beeinträchtigt das die Fallzahl“, sagt Joseph Fink. In diesem Jahr sei das Wetter im Pustertal aber ideal. Deshalb wird auch das sogenannte Hektolitergewicht des Kircherhof-Roggens passen. Es sagt aus, wie stark sich der Mehlkörper im Korn gebildet hat. Fallzahl und Hektolitergewicht können nur im Labor getestet werden.

DER (HÖHERE) PREIS ALS VORAUSSETZUNG

Von den drei Qualitätsfaktoren des Getreides hängt der Auszahlungspreis ab, der bei Regiokorn weit über dem Durchschnitt liegt. Ja, liegen muss, weil sich die Arbeit auf den kleinen Flächen für die einzelnen Bäuerinnen und Bauern sonst nicht rechnen würde. Sabine Erb von der Bäckerei Erb in Meran steht voll hinter der Philosophie von Regiokorn und möchte diese auch an ihre Kundschaft weitergeben. „Die Kunden sind bereit, für das regionale, zertifizierte Produkt einen höheren Preis

permettere al terreno di rigenerarsi. La severa direttiva non è di ostacolo, assicura Markus. Di professione è fabbro e quindi per lui l'agricoltura non rappresenta l'unica fonte di reddito. Come neofita nel campo (dei cereali), è grato per il sostegno che sta ricevendo dall'associazione “Consulenza per l'agricoltura montana”, dall'Unione Agricoltori e dal Molino Merano nella persona di Joseph Fink. Fink verifica in modo scrupoloso la qualità dei cereali forniti. “Un livello di umidità inferiore al 14,5% garantisce la buona conservabilità del prodotto”, dice spiegando il senso della misurazione dell'umidità.

Oltre al livello di umidità va considerato anche il cosiddetto numero di caduta, che è un indicatore importante della qualità di cottura della farina. “Se il periodo del raccolto è molto piovoso, ci saranno ripercussioni negative su questo valore”, chiarisce Joseph Fink. Quest'anno le condizioni atmosferiche in Val Pusteria sono però ideali. Di conseguenza anche il peso ettolitrico della segale del maso Kircherhof si attesterà su valori ottimali. Sia questo valore, che indica il grado di riempimento della cariosside, che il numero di caduta possono essere misurati solo in laboratorio.

◆
BACKFRISCH
Brot und Apfelstrudel mit Qualitätszeichen gibt es hier:



◆
APPENA SFORNATI
Ecco dove trovare il pane e lo strudel di mele con il Marchio di Qualità Alto Adige.

LA QUALITÀ HA IL SUO PREZZO

Da questi tre fattori qualitativi dipende anche il prezzo all'ingrosso, che nel caso dei cereali Regiograno è molto superiore alla media, come è naturale che sia in considerazione delle dimensioni ridotte degli appezzamenti e del notevole impegno richiesto dalla coltivazione. Sabine Erb dell'omonimo panificio di Merano sostiene con convinzione la filosofia di Regio-

„Wer lokales Getreide konsumiert, unterstützt Biodiversität.“

zu zahlen“, bestätigt sie. Seit den Anfängen ist der Familienbetrieb Teil des Projektes Regiokorn. „Wer lokales Getreide anbaut, verkauft und konsumiert, unterstützt die Biodiversität und die lokalen Kreisläufe“, sagt Erb. Genau das will auch Jungbauer Markus Wasserer. Er hat indessen die Zusage bekommen, dass der Mährescher heute noch vorbeikommt. „Dann ist der Roggen endlich im Trockenen.“ ♦

grano e la trasmette alla propria clientela: “I clienti sono disposti a pagare un prezzo più alto per un prodotto locale e certificato. Chi coltiva, vende o consuma cereali regionali favorisce la biodiversità e i cicli economici locali”, aggiunge Sabine, che con il suo panificio a conduzione familiare ha aderito fin dagli inizi al progetto Regiogranò. Markus Wasserer non potrebbe essere più d'accordo. Nel frattempo è arrivata la conferma che la mietitrebbia sarà disponibile in giornata. “Così anche la segale è al sicuro”, conclude Markus sollevato. ♦

DAS IST REGIOKORN

Roggen: Der Winterroggen ist mit etwa 240 Tonnen die Regiokorn-Hauptsorte. Die Aussaat des Getreides erfolgt im Herbst, die Ernte im Hochsommer. Der kälteresistente Roggen wurde in der Vergangenheit bis in große Höhen angebaut.

Dinkel: Die zweitwichtigste Sorte (ca. 90 Tonnen) eignet sich dank viel Klebereiweiß gut für Brot und Teigwaren. Auch sie wird im Herbst gesät und im Sommer geerntet.

Buchweizen: Wenige Tonnen Schwarzpflentzen, wie man den Buchweizen in Südtirol nennt, bereichern das Projekt Regiokorn. Er ist kein Getreide, sondern eine Blütenpflanze, wird aber ähnlich wie Getreide verwendet.

Gerste: Mengenmäßig ebenfalls eine Randerscheinung, besteht die Gerste mit einem hohen Ballaststoffanteil. Für die Gerstensuppe muss das Korn geschliffen und poliert werden. Dadurch geht ein Teil der Nährstoffe verloren.

REGIOGRANO SI PRESENTA

Segale: con 240 tonnellate di raccolto annuo, la segale invernale è il cereale più coltivato nell'ambito del progetto Regiogranò. La semina avviene in autunno, il raccolto in piena estate. Questa varietà resistente alle basse temperature veniva un tempo coltivata anche a quote elevate.

Farro: la seconda varietà per importanza (circa 90 tonnellate annue) presenta un'alta concentrazione di glutine, che la rende adatta alla panificazione e alla produzione di pasta. Anche questo cereale si semina in autunno e si raccoglie in estate.

Grano saraceno: il raccolto annuo ammonta a poche tonnellate. Trattandosi di una pianta erbacea, il grano saraceno è uno pseudo-cereale, ma viene commercializzato e impiegato come i cereali più comuni.

Orzo: quantitativamente marginale, questo cereale spicca per l'elevato contenuto di fibre. I grani per le zuppe devono essere sottoposti a perlatura e perdono nel corso del processo una parte dei loro nutrienti.



NACH DER ERNTE

Als Nächstes werden die Körner von Steinchen, Staub, Schalen und Unkrautsamen gereinigt.

DOPO LA MIETITURA

Il passo successivo è ripulire i grani da sassolini, polvere, bucce e semi di erbe infestanti.

Wichtig: bewusst essen
 Importante: mangiare
 consapevolmente

Voglia di gusto

TESTO Daniela Kahler

Hunger auf Genuss



BETTINA SCHMID

leitet das Gustelier, das Atelier der Geschmackserfahrung im Hoteliers- und Gastwirteverband (HGV) in Bozen.



BETTINA SCHMID

gestisce il Gustelier, l'atelier del gusto dell'Unione Albergatori e Pubblici Esercenti (HGV) di Bolzano.

Nicht nur was wir essen, ist wichtig für die Gesundheit, sondern auch wie. Drei Fragen an die Ernährungswissenschaftlerin Bettina Schmid.

DE

Wie lassen sich Genuss und gesunde Ernährung verbinden?

BETTINA SCHMID: Gesunde Ernährung sollte immer gut schmecken! Was uns guttut, sind viel Obst und Gemüse sowie Getreide, idealerweise als Vollkornprodukt. Ebenso benötigen wir hochwertiges Eiweiß aus tierischen

Quellen, wie Eier, und aus pflanzlichen, wie Bohnen, Linsen oder Nüsse, sowie pflanzliche Fette. Davon reicht eine kleine Menge pro Tag. Auf reinen Zucker könnten wir verzichten, aber mit Maß und Genuss ist alles erlaubt.

Welche Rolle spielen regionale Lebensmittel für eine gesunde Ernährung?

Sie unterstützen die einheimische Wirtschaft und bedeuten oft kurze Transportwege. Regionalität an sich sagt aber nichts über

die Qualität der Produkte aus. Deswegen ist es hilfreich, auf Qualitätssiegel zu achten.

Was ist wichtig für eine gute Verdauung?

Prinzipiell hilft eine ausgewogene und ballaststoffreiche Kost, aber oft geht es auch darum, wie wir essen. Das beginnt damit, dass wir bewusst essen, jeden Bissen gut kauen und auf den eigenen Körper hören. Ebenso wichtig fürs Wohlbefinden und die Verdauung: ausreichend trinken, vor allem Wasser, und regelmäßige Bewegung. ♦

Un'alimentazione sana non dipende solo da ciò che mangiamo, ma anche da come: tre domande alla nutrizionista Bettina Schmid.

IT

Gusto e alimentazione sana sono compatibili?

BETTINA SCHMID: Sì, i cibi sani dovrebbero essere appetitosi! Ciò che ci fa bene è mangiare tanta frutta e verdura, e cereali, meglio se integrali. Abbiamo bisogno anche di proteine pregiate di origine animale, come le uova, e vegetale come

legumi o frutta secca. Per i grassi, i più sani sono quelli vegetali come l'olio extravergine di oliva o l'olio di semi di lino. Ne bastano piccole quantità al giorno. Potremmo fare a meno dello zucchero ma, nella giusta misura, tutto è consentito.

Qual è il ruolo dei prodotti locali in un'alimentazione sana?

Sostengono l'economia locale e mantengono corte le filiere. Ma l'origine locale di un prodotto non è garanzia di qualità. Per questo è importante pre-

stare attenzione anche ai marchi di qualità.

Cosa conta per una buona digestione?

In generale, è bene privilegiare una dieta equilibrata e ricca di fibre, ma spesso non conta solo ciò che mangiamo, ma anche come lo mangiamo. Dovremmo farlo in modo consapevole, gustando e masticando lentamente ogni boccone e ascoltando il nostro corpo. Per il benessere e la digestione è importante anche bere a sufficienza, soprattutto acqua, e fare regolarmente movimento. ♦



MAJESTÄTISCH

Die imposante Königs-kerze wird bis zu zwei Meter hoch. Die meisten der 300 Königskerzen-Arten sind zweijährige Pflanzen.

MAESTOSO

L'imponente verbasco è un'erba che può crescere anche fino a due metri. La maggior parte delle sue trecento specie è biennale.

Schön
und gut
**Belle e
buone**

TEXT/TESTO Daniela Kahler

Sie duften und sie schmecken gut. Und viele Kräuter sind auch noch schön anzusehen. Wir stellen vier der Naturschönheiten vor.

kr

Kräftige Stängel, kleine gelbe Blüten und samtige Blätter – das ist die Königskerze. Ein Aufguss der Blüten eignet sich als beruhigende Kompresse bei Hautirritationen. In der Volksmedizin wird die Königskerze in Öl angesetzt, um damit schmerzende Muskeln und Gelenke zu behandeln.

t

Tee kann man auch aus der Malve zubereiten. Die Blätter und lila Blüten der Pflanze enthalten Schleimstoffe, die bei entzündeten Schleimhäuten den Hustenreiz lindern.

äu

Äußerst wohlriechend ist der Quendel. Den kleinen, violett blühenden Pflanzen begegnet man hierzulande oft beim Wandern auf Almen und am Wegesrand. Beim Quendel handelt es sich um eine Thymian-Art. Er verleiht Tee ein würzig-intensives Aroma.

er

Ernst zu nehmen ist die medizinische Wirkung von Kräutern allemal. So ist etwa Johanniskraut für seine Wirkung gegen depressive Stimmungen und Angststörungen bekannt. Allerdings sollte die gelb blühende Pflanze wegen ihrer Wechselwirkungen mit Medikamenten nicht ohne Absprache mit Ärztin oder Arzt eingenommen werden.

TIPP: *Kräuter für Tee trocken, dunkel und am besten luftdicht lagern.*

SCHON GEWUSST?

Kräuter und Gewürze mit Qualitätszeichen Südtirol werden zum balsamischen Zeitpunkt geerntet, wenn sie am meisten Aroma und Wirkstoffe enthalten. Das ist für die meisten von ihnen ein sonniger Vormittag, sobald der Tau aufgetrocknet ist. Blüten werden kurz vor oder nach dem Aufblühen geerntet, Blätter jung, aber voll entwickelt. Wurzeln hingegen enthalten am meisten wertvolle Stoffe, wenn die Pflanze in ihrer Ruhephase ist, also während der kalten Zeit des Jahres.



Le erbe aromatiche sono profumate, hanno un buon sapore e molte sono anche belle da vedere. Vi presentiamo quattro di queste bellezze naturali.

e

Erbacea dal fusto consistente, il verbasco ha piccoli fiori gialli e foglie vellutate. L'infuso dei suoi fiori è ideale come impacco lenitivo per le irritazioni cutanee. Nella medicina popolare, il verbasco macerato nell'olio si impiega per alleviare i dolori muscolari e articolari.

r

Ricco di un profumo intenso, il timo selvatico è caratterizzato da piccoli fiori violetti. Nel nostro territorio, passeggiando sugli alpeggi lo si vede spesso ai bordi dei sentieri. Si tratta di una varietà di timo che dona alle tisane note intense e aromatiche.

b

Bere una tisana di malva è un rimedio perfetto contro la tosse. Le foglie e i fiori lilla della malva contengono infatti preziose sostanze mucillaginose che leniscono le irritazioni delle mucose.

e

E senza dubbio non bisogna sottovalutare le proprietà medicinali delle erbe aromatiche. L'iperico, per esempio, è noto per la sua efficacia contro gli stati depressivi e i disturbi d'ansia. Tuttavia, data la sua interazione con altri farmaci, questa pianta dai fiori gialli non dovrebbe essere assunta senza aver prima consultato il medico.

IL NOSTRO CONSIGLIO: conservate le erbe aromatiche in un luogo asciutto, al buio e in contenitori a chiusura ermetica.

LO SAPEVATE?

Le erbe aromatiche e le spezie con il Marchio di Qualità Alto Adige vengono raccolte nel tempo balsamico in cui presentano il contenuto massimo di sostanze aromatiche e principi attivi. Per la maggior parte delle piante il momento ideale è un soleggiato mattino, una volta evaporata la rugiada. I fiori vengono raccolti poco prima o poco dopo la fioritura, le foglie quando sono giovani ma già pienamente sviluppate. Le radici, invece, contengono più sostanze preziose nel periodo in cui la pianta si trova nella fase di riposo, ovvero durante la stagione fredda.



NICHT NUR TEE
Als Deko auf Speisen, in Kräutersalz, Sirup und Likören, aber auch in Tinkturen, Kosmetik und ätherischen Ölen – Kräuter sind vielseitig.

NON SOLO TISANE
Per abbellire l'impiattamento, nei sali aromatizzati, in sciroppi e liquori, ma anche in tinture, cosmetici e oli essenziali – le erbe aromatiche sono davvero molto versatili.



Events * Eventi



Marteller Erdbeertage

Die Erdbeertage finden im Frühsommer statt: Drei Wochen lang dauern die Festlichkeiten. Teil des Programms sind ein Markt, Führungen, Kurse und das große Erdbeerfest. Gastbetriebe im ganzen Tal servieren in dieser Zeit Gerichte mit den frisch geernteten Beeren.

◆ www.martell.it/de/beeren/erdbeertage

Giornate delle Fragole in Val Martello

Le Giornate delle Fragole si tengono all'inizio dell'estate. I festeggiamenti si susseguono per tre settimane e il programma prevede un mercato, visite guidate, corsi e la grande Festa delle Fragole. Per tutto il periodo i ristoranti della vallata propongono specialità a base di fragole appena raccolte.

◆ www.martell.it/it/bacche/giornate-delle-fragole

Brot- und Strudelmarkt

Musik, Spaß, jede Menge frisches Brot und saftiger Apfelstrudel: Das ist der Brot- und Strudelmarkt, der auf dem Brixner Domplatz stattfindet.

Wissensdurstige erfahren bei Backkursen und Talks mit Fachleuten zudem allerlei über Mehl und Brot.

◆ www.brotmarkt.it

Mercato del Pane e dello Strudel

Musica, intrattenimento e naturalmente tanto pane fresco e gustoso strudel di mele: il Mercato del Pane e dello Strudel, in piazza Duomo a Bressanone, propone corsi di panificazione e incontri con esperti del settore per scoprire di più su farine e prodotti da forno.

◆ www.mercatodelpane.it



Veranstaltungen
rund ums
Qualitätszeichen Südtirol

Manifestazioni dedicate
al Marchio di Qualità



Honigtage

Die Honigtage finden immer Ende August in Brixen statt, wenn die Bienensaison zu Ende geht und der neue Honig in den Gläsern funkelt. Hier zeigen unterschiedliche Bezirke des Imkerbundes ihre Kostbarkeiten und laden zum Verkosten ein.

◆ www.brixen.org/de/mit-allen-sinnen/lokale-produkte/maerkte-brixen/suedtiroler-honigtage

Giornate del miele

Le Giornate del miele si svolgono sempre a fine agosto a Bressanone, quando termina la stagione apistica e il miele ambrato rifulge già nei vasetti. I distretti dell'associazione degli apicoltori presentano le loro prelibatezze e invitano i visitatori a degustarle.

◆ <https://www.brixen.org/it/con-tutti-i-sensi/prodotti-locali/mercati-del-gusto/suedtiroler-honigtage>



Tipp: Food-Pairings
testen bei der Beer Craft

Beer Craft

Mehr als 40 Aussteller sind dabei, wenn an zwei Tagen im Mai auf Schloss Maresch in Bozen die Beer Craft stattfindet. Bierfans verkosten hier zahlreiche Bierarten von Amber Ale bis Zwickel aus Südtirol und aller Welt.

◆ www.beercraft.info



Consiglio: assaggiare
i food pairing

Beer Craft

Oltre quaranta espositori partecipano alla manifestazione che si svolge in due giornate di maggio presso il Castel Mareccio a Bolzano. Gli appassionati possono degustare una grande varietà di birre, dall'Amber Ale alla Zwickel, di provenienza locale e internazionale.

◆ www.beercraft.info

Aus dem Vollen schöpfen **Una festa di sapori**

TEXT/TESTO Daniela Kahler
FOTOS/FOTO Günther Pichler

Vielseitig, einfach, schmackhaft: Klassische Südtiroler Rezepte, zubereitet mit Zutaten mit Qualitätszeichen Südtirol sind alles andere als Einheitsbrei.

Varie, semplici e molto gustose: le ricette tradizionali dell'Alto Adige preparate con gli ingredienti con il Marchio di Qualità Alto Adige sono tutt'altro che banali.

Klassisch, knollig, köstlich
Classiche, rustiche, irresistibili

**SPARGEL
MIT BOZNER SAUCE**

SPARGEL UND SAUCE

2 kg weißer Spargel ●,
1 TL Butter ●, 1 Prise Zucker,
2 EL Weißwein, Salz

2 Eier ●, 1 TL Senf, weißer Pfeffer,
2 EL Fleischsuppe/Wasser,
100 ml Sonnenblumenöl,
1 TL Weißweinessig, 1 EL Schnittlauch

WEITERES

8 kleine Kartoffeln ●, 50 g Butter ●,
2 EL Parmesan, 1 EL Schnittlauch,
8 Scheiben Kochschinken

1.
Spargel schälen, holzige Enden wegschneiden.
Butter, Zucker und Weißwein in kochendes Salzwasser
geben. Spargel dazugeben, eine Serviette
darauflegen, sodass sie mit Wasser bedeckt sind.
15 Minuten kochen.

2.
Eier 7 Minuten kochen, abschrecken und Eigelb vom
Eiweiß trennen. Eiweiß fein hacken. Eigelb mit Senf,
Salz, Pfeffer und heißer Fleischsuppe verrühren.
Öl langsam, aber kräftig unterrühren. Essig,
Schnittlauch und gehacktes Eiweiß untermengen.

3.
Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, Butter
zerlassen. Spargel auf Tellern anrichten. Mit
geriebenem Parmesan und geschnittenem
Schnittlauch bestreuen und mit Butter beträufeln.
Mit Kartoffeln, Schinken und
Bozner Sauce servieren.

RICETTA
A P. 72

Zubereitungszeit:
45 Minuten
Tempo di preparazione:
45 minuti

VARIANTE

Statt Weißbrot kann man
auch Schwarzbrot
verwenden und statt
Bauchspeck Graukäse.
Zubereitungszeit:
50 Minuten.

VARIANTE

Si può sostituire il pane
bianco con il pane nero e lo
speck con il Graukäse. Tempo
di preparazione: 50 minuti.

**CANEDERLI DI GRANO
SARACENO CON CAVOLO
CAPPUCCIO**

CANEDERLI

100 g di speck, 80 g di cipollotto,
1 spicchio d'aglio, 50 g di burro ●,
120 g di pane bianco raffermo,
100 ml di latte ●/acqua, 2 uova da
allevamento all'aperto ●,
1 cucchiaino di prezzemolo, 100 g di
farina grossa di grano saraceno ●,
1 presa di sale

INOLTRE

40 g di cipolla, 40 g di burro ●,
500 g di cavolo cappuccio ●, sale,
pepe, 50 ml di vino bianco,
250 ml di brodo vegetale/acqua,
½ cucchiaino di cumino,
40 g di speck

1.

Tagliare lo speck a cubetti, tritare i
cipollotti e l'aglio. Rosolarli nel burro
e versarli poi nella ciotola con il pane
tagliato a cubetti. Aggiungere quindi
latte, uova, prezzemolo tritato, farina
di grano saraceno e sale. Mescolare e
lasciare riposare per circa 15 minuti.
Formare 8 canederli. Cuocerli in acqua
bollente salata per 20 minuti.

2.

Tagliare la cipolla a dadini e rosolarla
nel burro. Unirvi poi le foglie di cavolo
cappuccio private del dorso, aggiustare
di sale e pepe. Sfumare con vino bianco
e bagnare con brodo vegetale.
Coprire e cuocere per 20 minuti.
Aggiungere il cumino. Rosolare lo speck
tagliato a striscioline. Adagiare i
canederli sul cavolo cappuccio e
guarnire con lo speck.

REZEPT
SEITE 72

Dazu passt
Kartoffelpüree
Perfetto con il purè
di patate



RICETTA
A P. 72

ZUBEREITUNGSZEIT

Etwa 1 ¼ Stunde dauert die Arbeit an diesem Gericht.

TEMPO DI PREPARAZIONE

La preparazione di questo piatto richiede circa un'ora e un quarto.

KALBSBRATEN

KALBSBRATEN

1 kg Kalbsschulter oder -nuss •,
1 Prise Salz, Pfeffer,
2 EL Sonnenblumenöl,
150 g Zwiebeln, 150 g Karotten,
1 Rosmarinweig, 2 Salbeiblätter,
80 ml Weißwein, 700 ml
Fleischsuppe/Wasser,
1 TL Speisestärke, 1 EL Butter •

GARTENGEMÜSE

100 g Karotten, 100 g Bohnen,
100 g Blumenkohl •,
100 g Brokkoli •, 50 g Butter •,
1 Prise Salz, Pfeffer,
2 EL Petersilie

1.

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl auf allen Seiten anbraten. Im Backofen bei 200 °C braten. Nach ca. 30 Minuten wenden. Zwiebeln vierteln, Karotten in Stücke schneiden. Beides mit Rosmarin und Salbei zum Fleisch geben, Temperatur auf 160 °C reduzieren. Nach und nach mit Weißwein und Fleischsuppe aufgießen. Fleisch mehrmals mit der Flüssigkeit übergießen und ca. 30 Minuten weitergaren. Fleisch warm stellen. Sauce passieren. Speisestärke mit etwas Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Kalte Butter unterrühren.

2.

Gartengemüse kochen. In Butter schwenken, salzen, pfeffern und mit Petersilie bestreuen. Das Fleisch quer zur Faser in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Mit Gemüse anrichten und mit Sauce beträufeln.



DE

Die typischen Südtiroler Rezepte mit Zutaten mit Qualitätszeichen Südtirol in diesem Artikel stammen aus der Sammlung der Küchenmeister Heinrich Gasteiger, Gerhard Wieser und Helmut Bachmann – bekannt als das Trio hinter der „So kocht Südtirol“-Reihe (Athesia) mit mittlerweile über eine Million verkauften Büchern. Ihre Rezepte stehen für eine authentische, verständliche Kochkunst. Heinrich Gasteiger bringt seine Erfahrung aus europäischen Spitzenküchen und als ehemaliger Kochfachlehrer und innovativer Produktentwickler ein. Gerhard Wieser zweifach Michelin-prämiert, gilt als kulinarischer bzw. handwerklicher Perfektionist mit großem Ideenreichtum. Helmut Bachmann ist mehrfacher Goldmedaillengewinner bei der Koch-WM, ehemaliger Kochfachlehrer, Referent bei Kochkursen und Seminaren.

IT

Le ricette altoatesine preparate con ingredienti con il Marchio di Qualità Alto Adige descritte in questo articolo fanno parte della preziosa raccolta degli chef Heinrich Gasteiger, Gerhard Wieser e Helmut Bachmann, il trio di autori della serie di libri “Cucinare nelle Dolomiti” (Athesia), serie che finora ha venduto oltre un milione di copie. Le loro ricette sono espressione di una cucina autentica e di facile realizzazione. Heinrich Gasteiger mette a disposizione la sua esperienza maturata nell’alta cucina europea, oltre che in qualità di ex insegnante di cucina e innovativo ideatore di prodotti alimentari. Gerhard Wieser, titolare di due stelle Michelin, è considerato un perfezionista culinario e artigianale dalla grande creatività. Helmut Bachmann, più volte medaglia d’oro ai Mondiali di cucina, è un ex insegnante di cucina e relatore in corsi e seminari di cucina.

TIPP

Statt mit Preiselbeermarmelade kann man die Torte auch mit Marillen- oder Himbeermarmelade füllen. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

CONSIGLIO

Si può sostituire la confettura di mirtilli rossi con quella di albicocche o di lamponi. Tempo di preparazione: un'ora.

REZEPT
SEITE 73



**TORTA
DI GRANO SARACENO**

TORTA

230 g di burro •, 200 g di zucchero, 6 tuorli •, 150 g di farina di grano saraceno •, 30 g di amido di mais, 150 g di nocciole, 1 bustina di lievito in polvere, 1 presa di scorza di limone, 6 albumi •, burro • e farina per lo stampo, 200 g di confettura di mirtilli rossi

INOLTRE

100 ml di panna •, 1 cucchiaino di zucchero a velo, ½ cucchiaino di cannella, zucchero a velo per spolverare

1.

Montare il burro con metà dello zucchero. Aggiungere un tuorlo alla volta. Incorporare farina, amido, nocciole tritate, lievito e scorza di limone grattugiata.

2.

Montare a neve gli albumi con lo zucchero rimasto e incorporarli all'impasto. Versare in uno stampo (Ø 26 cm) imburato e infarinato. Preriscaldare il forno a 180 gradi e cuocere per 40 minuti.

Lasciare raffreddare la torta, tagliarla orizzontalmente a metà e farcire con la confettura di mirtilli rossi.

3.

Montare la panna con lo zucchero a velo e la cannella. Spolverare la torta con lo zucchero a velo e servire con la panna alla cannella.

SPINATTIRTLEN

Für diese alternative Füllung 50 g Zwiebelwürfel in 50 g Butter dünsten. Mit 300 g gekochtem Spinat, Salz und Pfeffer vermischen. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

TIRTLEN AGLI SPINACI

Per un ripieno alternativo, rosolare 50 g di cipolla in 50 g di burro. Mescolarla poi a 300 g di spinaci lessati, sale e pepe. Tempo di preparazione: un'ora.

RICETTA
A P. 73

Rezept für 8 Tirtlen
Per 8 Tirtlen



TIRTLEN

TEIG

120 g Roggenmehl •, 140 g Weizenmehl, 50 ml lauwarme Milch •, 2 EL Sahne •, 1 Freilandeier •, 1 Prise Salz

FÜLLUNG

200 g Kartoffeln •, 50 g Zwiebeln, 50 g Butter •, 3 EL Schnittlauch, 300 g Ricotta • oder Topfen (Quark), 1 Prise Salz, Pfeffer

WEITERES

Backfett

1.

Beide Mehlsorten mit Milch, Sahne, Ei und Salz zu einem glatten Teig verkneten. In Klarsichtfolie wickeln und 20 Minuten ruhen lassen. Kartoffeln kochen und passieren. Zwiebeln fein würfeln und in Butter dünsten. Schnittlauch fein schneiden. Alles mit Ricotta vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2.

Den Teig zu einer Rolle formen und in 16 gleich große Stücke schneiden, mit dem Nudelholz Kreise ausrollen (Ø etwa 14 cm). Die Füllung gleichmäßig auf 8 Teigkreise verteilen, am Rand etwa 2 cm frei lassen. Die Ränder mit Wasser bestreichen und jeweils einen Teigkreis darauflegen. Ränder fest andrücken.

3.

Tirtlen im 180 °C heißen Fett auf einer Seite etwa 2 Minuten knusprig braun backen. Umdrehen und die zweite Seite etwa 1 Minute backen. Auf Küchenkrepp entfetten lassen.

Rezepte * Ricette



ASPARAGI CON SALSA BOLZANINA

ASPARAGI E SALSA BOLZANINA
2 kg di asparagi bianchi •, 1 cucchiaino di burro •, 1 presa di zucchero, 2 cucchiaini di vino bianco, 2 uova •, 1 cucchiaino di senape, sale, pepe bianco, 2 cucchiaini di brodo, 100 ml di olio di semi di girasole, 1 cucchiaino di aceto di vino bianco, 1 cucchiaino di erba cipollina

INOLTRE

8 patate novelle •, 50 g di burro •, 2 cucchiaini di parmigiano, 1 cucchiaino di erba cipollina, 8 fette di prosciutto cotto

1.

Pelare gli asparagi tagliando l'estremità. In acqua bollente mettere sale, burro, zucchero e vino bianco. Immergervi gli asparagi e coprirli con un tovagliolo affinché rimangano sotto l'acqua. Cuocere per 15 minuti.

2.

Bollire le uova per 7 minuti, separare i tuorli dagli albumi. Tritare gli albumi. Mescolare tuorli, senape, sale, pepe e brodo caldo. Versare l'olio a filo continuando a mescolare. Quindi amalgamare aceto, erba cipollina e albumi.

3.

Bollire le patate, sciogliere il burro. Impiattare gli asparagi, cospargerli con parmigiano grattugiato, erba cipollina tritata e burro. Servire con patate, prosciutto e salsa bolzanina.



SCHWARZPOLENTA-KNÖDEL MIT WEISSKOHL

KNÖDEL

100 g Bauchspeck, 80 g Frühlingszwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 50 g Butter •, 120 g Weißbrot, 1 EL Petersilie, 100 ml Milch •/Wasser, 2 Freiland Eier •, 100 g grobes Schwarzpoltentamehl •, 1 Prise Salz

WEITERES

40 g Zwiebeln, 40 g Butter •, 500 g Weißkohl •, 1 Prise Salz, Pfeffer, 50 ml Weißwein, 250 ml Gemüsebrühe/Wasser, ½ TL Kümmel, 40 g Speck

1.

Speck klein würfeln, Frühlingszwiebeln in feine Streifen schneiden, Knoblauch fein hacken. Alles in Butter dünsten. Brot klein würfeln und dazugeben. Petersilie fein schneiden. Milch, Eier, Petersilie, Schwarzpoltentamehl und Salz mit Brot vermengen, 15 Minuten ruhen lassen. Mit nassen Händen 8 Knödel formen und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten sieden.

2.

Zwiebeln würfeln und in Butter glasig dünsten. Kohl in Blättchen schneiden, dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsebrühe aufgießen. Zugedeckt 20 Minuten dünsten. Mit Kümmel abschmecken. Speck in Streifen schneiden und rösten. Knödel auf Weißkohl anrichten und mit Speckstreifen garnieren.



ARROSTO DI VITELLO

ARROSTO DI VITELLO

1 kg di spalla o noce di vitello •, sale, pepe, 2 cucchiaini di olio di semi di girasole, 150 g di cipolle, 150 g di carote, 1 rametto di rosmarino, 2 foglie di salvia, 80 ml di vino bianco, 700 ml di brodo di carne, 1 cucchiaino di amido di mais, 1 cucchiaino di burro •

VERDURE

100 g di carote, 100 g di fagioli, 100 g di cavolfiore •, 100 g di broccoli, 50 g di burro •, sale, pepe, 2 cucchiaini di prezzemolo

1.

Salare e pepare la carne e rosolarla nell'olio su tutti i lati. Cuocerla nel forno preriscaldato a 200 gradi e girarla dopo 30 minuti. Tagliare le cipolle in quarti e le carote a pezzetti e aggiungerle alla carne assieme al rosmarino e alla salvia. Abbassare a 160 gradi. Durante la cottura continuare a bagnare con un po' di vino bianco e di brodo di carne. Cuocere per altri 30 minuti. Tenere l'arrosto al caldo. Filtrare la salsa. Diluire l'amido in acqua e amalgamarlo, insieme al burro freddo, alla salsa.

2.

Bollire le verdure. Rosolarle nel burro, salare, pepare e spolverare con il prezzemolo. Tagliare la carne perpendicolarmente alle fibre in fette di 5 mm. Irrorarle di salsa e servire con le verdure.



SCHWARZPOLENTATORTE

TORTE

230 g weiche Butter •, 200 g Zucker, 6 Eigelb •, 150 g Schwarzpoltentamehl •, 30 g Speisestärke, 150 g geriebene Haselnüsse, 1 Pkg. Backpulver, 1 Msp. geriebene Zitronenschale, 6 Eiweiß •, Butter • und Mehl für die Form, 200 g Preiselbeermarmelade

WEITERES

100 ml Sahne •, 1 TL Staubzucker, ½ TL Zimt, Staubzucker zum Bestreuen

1.

Die Butter mit der Hälfte des Zuckers schaumig schlagen. Eigelb nach und nach unterrühren. Schwarzpoltentamehl, Speisestärke, Haselnüsse, Backpulver und Zitronenschale dazugeben und gut vermischen.

2.

Eiweiß mit dem restlichen Zucker steif schlagen und unterheben. Die Masse in eine gebutterte und mit Mehl ausgestreute Form (Ø 26 cm) füllen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C etwa 40 Minuten backen. Die Torte auskühlen lassen, waagrecht durchschneiden und mit Preiselbeermarmelade füllen.

3.

Sahne mit Staubzucker und Zimt aufschlagen. Torte mit Staubzucker bestreuen und mit Zimtsahne servieren.



TIRTLEN

IMPASTO

120 g di farina di segale •, 140 g di farina 00, 50 ml di latte •, 2 cucchiaini di panna •, 1 uovo da allevamento all'aperto •, 1 presa di sale

RIPIENO

200 g di patate •, 50 g di cipolle, 50 g di burro •, 3 cucchiaini di erba cipollina, 300 g di ricotta •/quark, 1 presa di sale, pepe

INOLTRE

Olio o strutto per friggere

1.

Impastare le farine con latte tiepido, panna, uovo e sale fino a ottenere un composto liscio. Avvolgerlo nella pellicola e farlo riposare per 20 minuti. Cuocere le patate e schiacciarle. Rosolare la cipolla tritata nel burro. Tritare l'erba cipollina. Incorporare tutto con la ricotta, salare e pepare.

2.

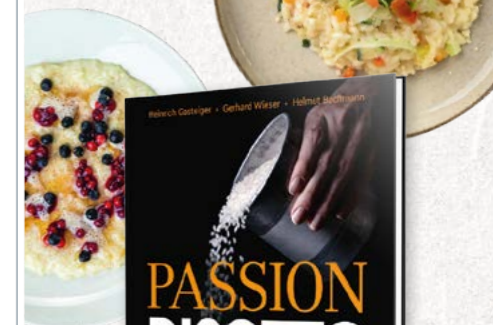
Formare un rotolo con l'impasto e tagliarlo in 16 pezzi uguali e stenderli (Ø 14 cm). Distribuirvi il ripieno su ciascuno, lasciando 2 cm di bordo libero. Spennellare i bordi con l'acqua e sovrapporre un altro disco di pasta, schiacciando bene i bordi.

3.

Friggere i Tirtlen a 180 gradi su un lato per due minuti fino a doratura. Girare i Tirtlen e friggerli sull'altro lato per un minuto. Scolarli su carta da cucina.

ALLES RISOTTO

mit den Küchen-Profis!



25,00 €

Dieses Kochbuch des legendären So kocht Südtirol-Teams gewährt Einlass in die raffinierte Welt des Risottos – ein wahrer Alleskönner, der kombiniert mit den unterschiedlichsten Zutaten für alle Geschmäcker etwas zu bieten hat. Mit den köstlich cremigen Reis-Rezepten in diesem Buch lassen sich wahre Geschmacksexplosionen zaubern.

H. Gasteiger, G. Wieser, H. Bachmann
208 Seiten, Athesia-Tappeiner Verlag
ISBN 978-88-6839-753-1



Mehr als ein Bier di una birra

FOTO/FOTO Alfred Tschager
TEXT/TESTO Daniela Kahler

VIELE BRAUMEISTER VERDERBEN DAS BIER?

Von wegen – sie tauschen sich aus, lernen dazu und schaffen etwas Neues. So geschehen, als sich die Vertreterinnen und Vertreter der elf Südtiroler Wirtshausbrauereien, die Bier mit Qualitätszeichen Südtirol herstellen, im Finix Brewpub in Pfalzen trafen. Ergebnis: ein gemeinsames Bier.

TROPPI MASTRI BIRRAI ROVINANO LA BIRRA?

Certo che no! Anzi, si scambiano idee, imparano gli uni dagli altri e danno vita a nuove creazioni. Come è accaduto quando i rappresentanti degli undici birrifici dell'Alto Adige – che producono birra con il Marchio di Qualità Alto Adige – si sono incontrati presso il Finix Brewpub di Falzes. Il risultato? Hanno creato una birra tutti insieme.

DIE KREATION

Mit vereintem Fachwissen stimmten sie die Mischung aus Malz und Hopfen ab und überwachten den Brauprozess. Herausgekommen ist ein erfrischendes Bier mit spritziger Hopfennote, ein fruchtiges Session IPA mit Weizenanteil. Session IPAs sind helle, hopfenbetonte Biere mit weniger Alkohol als andere IPAs.

LA CREAZIONE

Forti delle loro competenze, i birrai hanno armonizzato la miscela di malto e luppolo e supervisionato il processo di birrificazione. Il risultato è una birra rinfrescante con una spumeggiante nota di luppolo, una Session IPA fruttata con una componente di frumento. Le Session IPA sono birre chiare, con un gusto accentuato di luppolo ma meno alcoliche delle altre IPA.

Elf Brauereien – ein Bier

Undici mastri birrai – una birra

GEHEIMZUTAT SÜDTIROL

Südtiroler Gerste und Weizen machen das Bier einzigartig: Genau wie bei Weintrauben beeinflussen Terroir und Wetter auch den Geschmack von Braugetreide. Jedes Frühjahr vereinbaren die Brauereien mit den Bäuerinnen und Bauern neu, wie viel Getreide sie ihnen im Herbst abnehmen und welche Sorten sie benötigen, um neue Bierideen umzusetzen und den Geschmack zu verfeinern.

L'INGREDIENTE SEGRETO? L'ALTO ADIGE

L'orzo e il frumento dell'Alto Adige rendono unica la birra: proprio come per i grappoli d'uva, anche in questo caso il terroir e il clima influiscono sul gusto dei cereali usati per la birra. Ogni primavera i birrifici concordano con i coltivatori la quantità di cereali e le varietà di cui avranno bisogno in autunno per realizzare nuove birre e affinare il gusto.

NEUES BIER, NEUES GLÜCK

Das erste Gemeinschaftsbier ist fast vergriffen – doch Nachschub ist schon in Sicht! Um im Austausch zu bleiben und einmal jährlich gemeinsam ihre Leidenschaft für Bier auszuleben, treffen sich die Brauerinnen und Brauer jedes Jahr in einer anderen Brauerei. Zur nächsten Beer Craft, dem Bierfestival, das jeden Mai in Bozen stattfindet, gibt es eine neue Kreation.

NUOVA BIRRA, NUOVO SUCCESSO

La prima birra collettiva è quasi esaurita, ma è previsto un approvvigionamento. Per rimanere in contatto e condividere una volta all'anno la loro passione per la birra, i mastri birrai si incontrano ogni anno in un birrificio diverso. Al prossimo Beer Craft, il festival della birra che si svolge ogni maggio a Bolzano, verrà presentata una loro nuova creazione.



MUFFIN AI PICCOLI FRUTTI

IMPASTO

125 g di burro morbido •,
1 vasetto di zucchero, 2
cucchiaini di zucchero vanigliato,
1 pizzico di sale, ½ cucchiaino di
scorza di limone grattugiata,
2 uova da allevamento all'aperto
•, ½ vasetto di latte •, 1 vasetto
di yogurt bianco •, 3 vasetti e
½ di farina di farro •,
1 cucchiaino di lievito per dolci,
2-3 vasetti di piccoli frutti •

DECORAZIONE

Zucchero a velo, piccoli frutti •

1.

Lavora in una ciotola il burro, lo
zucchero, lo zucchero vanigliato,
il sale e la scorza di limone per
3 minuti con le fruste elettriche fino a
ottenere un composto cremoso.
Incorpora un uovo alla volta con-
tinuando a mescolare per altri 3 minuti.

2.

Aggiungi all'impasto il latte e lo
yogurt. Incorpora con cura la farina
setacciata e il lievito aiutandoti con
un cucchiaino o una spatola. Accendi il
forno a 180 °C in modalità statica.

3.

Con l'aiuto di un cucchiaino, versa
l'impasto nei pirottini riempiendoli
fino a metà. Disponi sopra a ciascun
muffin un po' di piccoli frutti e premi
delicatamente. Cuoci in forno per
25 minuti. Una volta raffreddati,
puoi spolverare i muffin con lo
zucchero a velo o guarnirli con dei
piccoli frutti freschi.



Dieses Rezept stammt
aus „Ich back das“
von Sylvia Zuech
(Raetia, 2024)

Questa ricetta è tratta
dal libro “Ich back das”
di Sylvia Zuech (in lingua
tedesca, Raetia 2024)

Backe, backe Muffin Oggi facciamo i muffin!

Magst du Beeren? Für diese Muffins
kannst du verschiedene verwenden
oder deine Lieblingssorte.

Ti piacciono i piccoli frutti? Per
questi muffin puoi sceglierne un mix
di frutti diversi o usare solo i tuoi
preferiti.

DE

In diesem Rezept messen wir einige Zutaten
in Bechern. Gemeint ist ein Joghurtbecher zu
125 Gramm. Außerdem brauchst du 12 Muffin-
förmchen aus Papier und ein Muffinblech. Lass
dir von deinen Eltern helfen, besonders mit
dem Mixer und dem Backofen! ♦

IT

In questa ricetta alcuni ingredienti sono misu-
rati in vasetti. Si intende un vasetto di yogurt
da 125 g. Ti servirà poi uno stampo per muffin
con 12 pirottini di carta. Non dimenticare: fatti
aiutare da un adulto, soprattutto con il mixer e
il forno! ♦

FOTO Sylvia Zuech

BEERENMUFFINS

TEIG

125 g weiche Butter •, 1 Becher Zucker,
2 TL Vanillezucker, 1 Prise Salz,
½ TL geriebene Zitronenschale,
2 Freilandeier •, ½ Becher Milch •, 1 Becher
Naturjoghurt •, 3 ½ Becher Dinkelmehl •,
1 TL Backpulver, 2-3 Becher Beeren •

DEKORATION

Staubzucker, Beeren •

1.

Rühre Butter, Zucker, Vanillezucker, Salz und
Zitronenschale in einer Schüssel mit einem

Handmixer ca. 3 Minuten cremig.

Füge ein Ei nach dem anderen hinzu und
rühre die Masse nochmals
3 Minuten schaumig.

2.

Rühre Milch und Joghurt ebenfalls kurz unter.
Siebe Mehl und Backpulver in den Teig.
Hebe die Mehlmischung vorsichtig mit einem
Löffel oder Spatel unter. Heize den Backofen
auf 180 °C Ober-/Unterhitze vor.

3.

Nimm einen großen Löffel und fülle
12 Muffinförmchen bis über die Hälfte mit Teig.
Gib die Beeren darauf und drücke sie leicht ein.
Backe die Muffins für 25 Minuten.
Nach dem Abkühlen kannst du sie mit Staubzucker
bestreuen und frische Beeren darauflegen,
wenn du möchtest.

Brot im Glas

Il pane in barattolo

Wozu das Glas? Einen Tag nach dem Backen Geschirrtuch in einen Topf legen, Brot im Glas und Wasser hineingeben, 30 Minuten einkochen. So ist das Brot mehrere Monate haltbar.

In barattolo? Il giorno dopo la cottura, si mette un canovaccio in una pentola, si dispongono i barattoli con il pane e acqua e si fa sobbollire per 30 minuti. In questo modo, il pane si conserva per diversi mesi.

FOTOS/FOTO Laura Ganner

PANE DI FARRO SPEZIATO

INGREDIENTI

½ cucchiaino di cumino,
½ cucchiaino di semi di finocchio,
½ cucchiaino di coriandolo,
½ cucchiaino di fieno greco,
½ cucchiaino di sale, 400 g di farina integrale di farro •, 100 g di farina integrale di segale •, ½ cucchiaino di lievito in polvere, 380 ml di acqua tiepida

1.

Schiacciare le spezie con un pestello. Mescolare tutti gli ingredienti e impastare per alcuni minuti finché il composto si stacca dalle pareti del recipiente.

Avvolgere in un canovaccio e lasciare riposare per almeno 4 ore.

2.

Dividere l'impasto in quattro parti, formare altrettanti panetti di forma sferica e inserire ciascuno di essi in un barattolo sterilizzato e spennellato all'interno con olio di colza (scegliere barattoli da 500 ml senza collo per facilitare l'estrazione del pane prima di consumarlo). Fare lievitare per altri 60 minuti.

3.

Ripulire con cura il bordo dei barattoli da eventuali residui di olio, farina o impasto. Disporre i barattoli senza coperchio su una griglia o leccarda e cuocere in forno statico preriscaldato a 200 °C per 30 minuti. Sfnare, fare leggermente raffreddare e chiudere con i rispettivi coperchi.

WÜRZIGES DINKELBROT

ZUTATEN

½ TL Kümmel, ½ TL Fenchel-samen, ½ TL Koriander, ½ TL Brotklee, ½ TL Salz, 400 g Dinkelvollkornmehl •, 100 g Roggenvollkornmehl •, ½ TL Trockenhefe, 380 ml lauwarmes Wasser

1.

Gewürze mit einem Mörser zerstampfen. Alle Zutaten zu einem Teig mischen und einige Minuten kneten, bis er sich von der Schüssel löst. Mit einem Küchentuch zugedeckt mindestens 4 Stunden gehen lassen.

2.

Teig zu 4 Kugeln formen. Jede Teigkugel in ein sterilisiertes und mit Rapsöl ausgepinseltes Glas (zu 500 ml;

ohne Hals, damit man das Brot vor dem Essen aus dem Glas stürzen kann) geben. Erneut 60 Minuten gehen lassen.

3.

Glasränder sorgfältig von Öl, Mehl und Teig säubern, ohne Deckel auf ein Ofenblech oder -gitter stellen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze 30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und verschließen.

FÜR DIE VORRATSKAMMER

Einkochen, fermentieren, dörren ... Irene Hager und Alice Hönigschmid wissen, wie man Gutes haltbar macht (Rezept aus „Gläser voller Glück“, Raetia 2022).

LE MERAVIGLIE DELLA DISPENSA


Sciroppare, fermentare, essiccare... Irene Hager e Alice Hönigschmid sanno come conservare a lungo le bontà di casa (la ricetta è tratta da "Gläser voll Glück", in lingua tedesca, Raetia 2022).




Folge uns * Seguici



SOCIAL MEDIA: Rezepte und Videos, interessante Fakten zu den Herstellerinnen und Herstellern sowie und Produkten mit Qualitätszeichen Südtirol – das alles findest du auf unseren Social-Media-Kanälen.

 @quality.suedtirol

SOCIAL MEDIA: ricette, video e curiosità sui produttori e sui prodotti con il Marchio di Qualità Alto Adige – puoi trovare tutto questo sui nostri canali social.

 @Qualität Südtirol - Qualität Alto Adige

IMPRESSUM * COLOPHON

Titel * titolo

regio®

Das Magazin der Produkte mit Qualitätszeichen Südtirol
Il magazine dei prodotti con Marchio di Qualità Alto Adige

Herausgeber * editore

IDM Südtirol - Alto Adige



Kontakt * contatto

info@qualitaetsuedtirol.com

Koordination * coordinamento

Alena Pichler

Heftkonzept * concetto del magazine

Exlibris, www.exlibris.bz.it

Designkonzept, Editorial Design * concetto grafico, editorial design

Nina Ullrich
www.designnomadin.com

Grafische Umsetzung * realizzazione grafica

Alessandra Stefanut
www.cursiva.it

Publishing Management und Redaktion * publishing management, redazione

Exlibris (Daniela Kahler, Silvia Oberrauch)

Texte * testi

Exlibris (Valeria Dejaco, Bettina Gartner, Lisa Maria Gasser, Daniela Kahler, Silvia Oberrauch, Edith Runer)

Übersetzung * traduzioni

Exlibris (Duccio Biasi, Tiziana Panfilo, Federica Romanini)

Korrektur * revisioni

Exlibris (Daniela Kahler, Milena Macaluso, Silvia Oberrauch, Katharina Preindl)

Druckvorstufe und Druck * prestampa e stampa

Südtirol Druck,
www.suedtirolruck.com

Bilder * immagini

Alfred Tschager 74–75; Alice Hönigschmid 78–79; Annie Spratt/Unsplash 3 u.*b; Azurita/Adobe 43; Brimi - Milchhof Brixen 11 u.*b; Günther Pichler 4 u.*b, 65–73; Hannes Unterhauser 57; IDM Südtirol-Alto Adige/Alex Filz 6–7, 46, 56; IDM Südtirol-Alto Adige/Armin Huber 1, 3 o.*a, 4 o.*a, 5, 10 o.*a, 12–20, 29–30, 28–37, 47–55, 59, 60, 62 o.*a, 82; IDM Südtirol-Alto Adige/Armin Terzer 44–45; IDM Südtirol-Alto Adige/Frieder Blicke 24, 58; IDM Südtirol-

Alto Adige/Jessica Preuhs 81; IDM Südtirol-Alto Adige/Klaus Peterlin 10 u.*b; IDM Südtirol-Alto Adige/Manuel Kottersteger 64; IDM Südtirol-Alto Adige/Manuela Tessaro 23; IDM Südtirol-Alto Adige/Marion Lafogler 62 u.*b, 63; IDM Südtirol-Alto Adige/Serena Osti 61; IDM Südtirol-Alto Adige/trickytine 40; Karin Steiner 39; Klaus Peterli 79 o.*a; Mila - Bergmilch Südtirol 25, 27 o. r.*dx-a, 27 o. r.*dx-a, 27 M.*centro; Mila - Bergmilch Südtirol/Oskar Da Riz 27 u.*b; Nik/Unsplash 80; Sennereiverband Südtirol/Marion Lafogler 30 o.*a; SOLOS 11 o.*a; Sylvia Zuech 76.

Register * Indice

| | | | |
|--|--------------------------------|--|----------------------------|
| Beerenmuffins | 77 | Arrosto di vitello | 72 |
| Blumenkohl | 68 | asparagi | 72 |
| Brokkoli | 38, 68 | Asparagi con salsa bolzanina | 72 |
| Buchweizenmehl | 72, 73 | Bavetta di manzo con salsa di erbe aromatiche e broccoli | 39 |
| Butter | 43, 46, 66, 68, 71, 72, 73, 77 | broccoli | 39, 72 |
| Dinkelmehl | 77 | burro | 42, 47, 67, 70, 72, 73, 76 |
| Dinkelvollkornmehl | 79 | Canederli al formaggio | 47 |
| Eier | 66, 71, 72, 73, 77 | Canederli di grano saraceno con cavolo cappuccio | 67 |
| Erdbeeren | 77 | carne di vitello | 72 |
| Flanksteak mit Kräutersauce und Brokkoli | 38 | carne di manzo | 39 |
| Himbeeren | 77 | cavolfiore | 72 |
| Honig | 22 | cavolo cappuccio | 67 |
| Joghurt | 77 | Cuori di castagna in bicchiere | 23 |
| Kalbfleisch | 68 | farina di farro | 76 |
| Kalbsbraten | 68 | farina di grano saraceno | 67, 70 |
| Kartoffelgratin | 43 | farina di segale | 73 |
| Kartoffeln | 43, 66, 71 | farina integrale di farro | 78 |
| Käse | 46 | farina integrale di segale | 78 |
| Käsenocken | 46 | formaggio | 47 |
| Kastanienherz im Glas | 22 | fragole | 76 |
| Milch | 22, 46, 71, 72, 77 | Gratin di patate | 42 |
| Ricotta | 71 | lamponi | 76 |
| Rindfleisch | 38 | latte | 23, 42, 47, 67, 73, 76 |
| Roggenmehl | 71 | miele | 23 |
| Roggenvollkornmehl | 79 | Muffin ai piccoli frutti | 76 |
| Sahne | 22, 71, 73 | Pane di farro speziato | 78 |
| Spargel | 66 | panna | 23, 42, 70, 73 |
| Spargel mit Bozner Sauce | 66 | patate | 42, 72, 73 |
| Schwarzpolentaknödel mit Weißkohl | 72 | ricotta | 73 |
| Schwarzpolentamehl | 72, 73 | Tirtlen | 73 |
| Schwarzpolentatorte | 73 | Torta di grano saraceno | 70 |
| Tirtlen | 71 | uova | 67, 70, 72, 73, 76 |
| Weißkohl | 72 | yogurt | 76 |
| Würziges Dinkelbrot | 79 | | |

Hier findest du alle Rezepte und Zutaten mit Qualitätszeichen im Heft auf einen Blick.

Qui puoi trovare, in ordine alfabetico, tutte le ricette e gli ingredienti con Marchio di Qualità presenti nel magazine.



+++ ALLE REZEPTE sind für 4 Personen, wenn nicht anders angegeben. ● = Zutaten mit Qualitätszeichen Südtirol

+++ TUTTE LE RICETTE, se non diversamente specificato, sono per 4 persone. ● = ingredienti con Marchio di Qualità Alto Adige



Wunderbare Wurz Kaminwurz mon amour!



Was ihr über meine lebenslange Liebe zur Kaminwurze wissen solltet: Ich war zwölf Jahre Vegetarin.

DE

Aber Pausen gibt es in den besten Beziehungen. Meine Liebe zur Kaminwurze begann schon im Kindesalter. Papi zauberte sie aus dem Rucksack, wenn auf der laaaangweeeiligen Sonntagswanderung endlich das Ziel erreicht war. Dann der erste Biss, ohne sie in Stücke zu schneiden, ganz unzivilisiert, wie ein wildes Tier, *ratsch!* Perfekt fürs wilde Herumtollen im Wald.

In den Jahren der Untreue, als ich Fleisch aus ethischen Gründen verschmähte, hatte ich kein Problem, auf Wiener Schnitzel zu verzichten. Aber bei Kaminwurz lief mir das Wasser im Mund zusammen. Der Duft! Wer jemals in einer Südtiroler Metzgerei war, weiß, was ich meine.

Als ich von der Vege- zur Flexitarierin wurde, gab ich mir die Devise: Fleisch ja, aber lokal und von Top-Qualität. Umso größer meine Freude, dass die besten Kaminwurz diesen Vorgaben entsprechen: Fleisch von in Südtirol gezüchteten Tieren, vor Ort geräuchert und getrocknet. Natürlich war die Kaminwurze das erste Fleischprodukt, das ich nach zwölf Jahren zu mir nahm. Kurz vorsichtig beschnuppert, dann flammte die Liebe wieder auf. *Ratsch!* ♦

TEXT/TESTO Valeria Dejaco

L'amore per i Kaminwurz mi accompagna da una vita, pur essendo stata vegetariana per dodici anni.

IT

Anche nei rapporti più belli a volte c'è bisogno di una pausa di riflessione. Il mio amore per i Kaminwurz, i salamini affumicati dell'Alto Adige, è sbocciato già in tenera età. Mio papà li tirava fuori dallo zaino quando, durante la solita noiooosa escursione domenicale, giungevamo finalmente alla meta. Subito il primo morso, addentandoli senza tagliarli a fette, incurante delle buone maniere, *croc*, come una bestiolina affamata appena sbucata dal bosco. Nei lunghi anni di infedeltà, quando per motivi etici disdegnavo la carne, non mi era difficile rinunciare alla Wienerschnitzel. Ma ai Kaminwurz, a quelli sì. Quel loro profumo! Se siete mai entrati in una macelleria altoatesina, sapete di cosa sto parlando.

Quando il mio vegetarianismo è diventato flessibile, la parola d'ordine è stata: carne sì, ma solo di provenienza locale e di ottima qualità. Vi lascio immaginare la mia gioia quando ho scoperto che i migliori Kaminwurz soddisfano questi criteri: carne di animali allevati in Alto Adige, affumicata e stagionata sul posto. Dopo dodici anni, il passaggio al nuovo regime alimentare è stato naturalmente suggellato da un Kaminwurz. È bastato annusarlo, all'inizio con un po' di cautela, e poi l'amore è subito divampato: *croc!* ♦



Anche i tuoi prodotti potrebbero esibire il Marchio di Qualità Alto Adige!



Pane e strudel di mele



Piccoli frutti e frutta a nocciolo



Birra



Carne & Kaminwurz



Erbe aromatiche e spezie



Miele



Uova



Grappa



Prodotti a base di frutta



Latte e latticini



Verdure e patate

Sul sito Qualità Alto Adige trovi i requisiti di qualità, i vantaggi e le modalità per presentare una richiesta.

+39 339 292 09 28

info@qualitaetsuedtirol.com

qualita-altoadige.com/diventare-produttore

Südtirols Genussbotschafter

Genussbotschafter:innen präsentieren die Südtiroler Qualitätsprodukte auf Veranstaltungen und im Lebensmitteleinzelhandel, geben Schulungen und Vorträge, treten bei Verkostungen oder Genusswanderungen auf und begleiten Pressereisen.

Als ausgebildete Fachleute werden sie von Produzenten, Hoteliers, Verbänden, Privatpersonen oder von IDM Südtirol engagiert, um die Vielfalt der Südtiroler Qualitätsprodukte mit viel Fachwissen und Leidenschaft zu vermitteln.

Wie buche oder werde ich Genussbotschafter?
qualitaetsuedtirol.com/genussbotschafter



Gli ambasciatori del gusto dell'Alto Adige

Gli ambasciatori del gusto presentano i prodotti di Qualità Alto Adige in occasione di eventi e nel commercio al dettaglio di generi alimentari, sono i relatori di corsi di formazione, presenziano a degustazioni o escursioni all'insegna del gusto e accompagnano i viaggi stampa.

In qualità di specialisti qualificati vengono ingaggiati da produttori, albergatori, associazioni, privati o da IDM Alto Adige, per trasmettere la grande varietà dei prodotti di Qualità Alto Adige con competenza e passione.

Come posso ingaggiare o diventare
un ambasciatore del gusto?

qualita-altoadige.com/ambasciatoridelgusto

