



# INHALT



## Das leckere Titelrezept: **Hirsesalat mit Spinat, Schafskäse und Oliven**



Gekochte, abgekühlte Hirse mit Baby-Spinatblättern, Zitronenscheiben, Oliven und Feta-Würfeln in eine Schüssel geben. Mit einem Dressing aus Öl, Zitronensaft, Honig, frischen Kräutern, Salz und Pfeffer vermengen. Ein Sommerhit!

- 3 Editorial
- 6 Aktuelles
- 9 Hier sind die Guten
- 10 Das Fischporträt.  
Diesmal - die Schleie
- 12 Arche-Passagier – und dann?  
Schritt für Schritt zu neuer Größe
- 14 Standpunkt von Carla Ulrich.  
Die Zukunft, die wir wählen

## UNTERWEGS

- 16 Genussreise Saarland.  
Vielfalt auf kleiner Fläche
- 26 Heinzelmanns Winzerporträt.  
Weingut Scheid, Mosel: Schwindelfreiheit erforderlich
- 30 Turin und Terra Madre Salone del Gusto.  
Eine Stadt mit vielen Räumen
- 34 Regionen und ihre Gerichte.  
Hamburg: Hanseatisches Allerlei

## GENUSS-SCHWERPUNKT

### **MEDITERRANE KÜCHE**

- 38 Mehr als nur Essen.  
Ein kleines Stück vom Glück
- 42 Rezepte.  
Viel mehr als Pizza und Pasta
- 48 Zutaten im Kurzporträt.  
Man nehme...

## AUS DER KÜCHE

- 50 Im Slow Food Check.  
Camembert
- 54 Chef Alliance Saisonküche.  
Paprika: Wie scharf darf's denn sein?
- 56 Chef Alliance Porträt: Luka Lübke  
Kochen ist genug Musik
- 62 Cashewkerne.  
Manchmal um die halbe Welt

## DOSSIER

### **DER WAHRE PREIS DER LEBENSMITTEL**

- 66 Der Ansatz »True Cost Accounting«.  
Wenn das Preisschild nicht die Wahrheit sagt
- 69 Der Ansatz »True Welfare«.  
Richtig rechnen in der Landwirtschaft
- 73 Food Hero.  
Mit dem eigenen Wachsen die Region erblühen lassen

## TISCHGESPRÄCH

- 76 100 Jahre Demeter.  
Rühren für die Fruchtbarkeitsgöttin
- 80 Regionale Strukturen.  
Es könnte so einfach sein...
- 82 Buchtipps

## RUBRIKEN

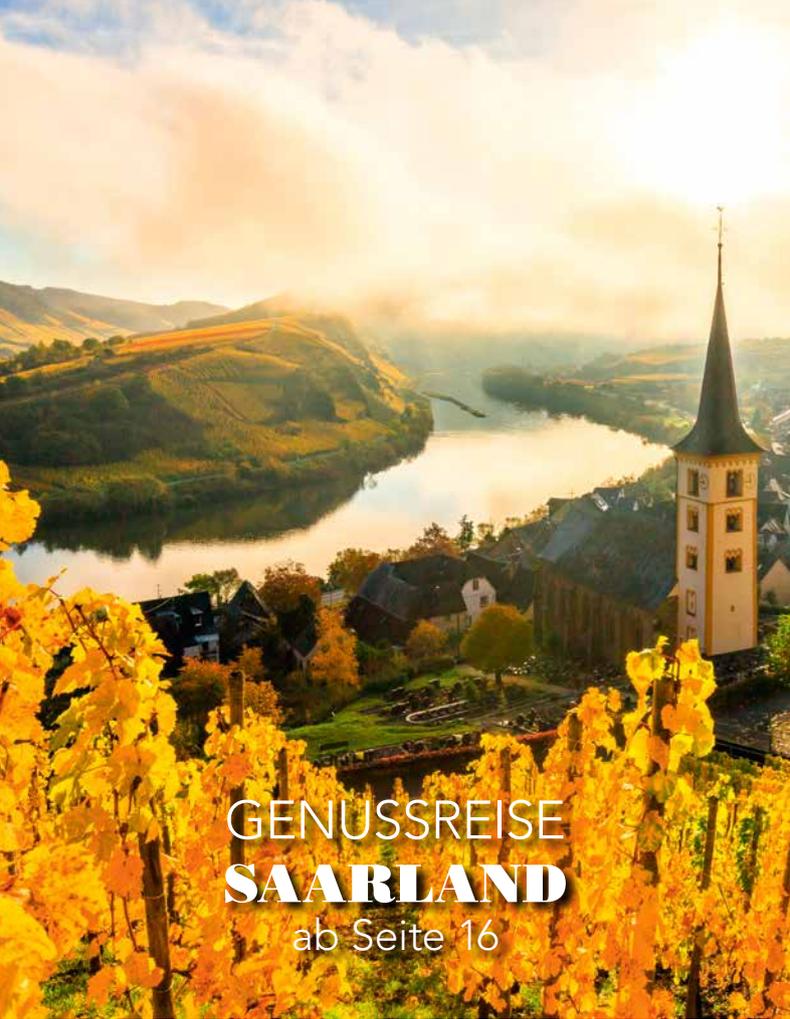
- 84 Kolumne von Carlo Petrini.  
Ein Planet voller Plastik
- 85 Wie soll das gehen...  
...Gemüse- und Obstreste zu verwerten?
- 87 Bücher-Extra: Urlaubslektüre für Foodies
- 88 Leserbrief, Impressum
- 89 Vorschau
- 90 Kolumne Schluss damit!



100 % Recycling:  
Das Slow Food Magazin ist zertifiziert mit dem blauen Engel Druckerzeugnisse.



# GENUSS-SCHWERPUNKT **MEDITERRANE KÜCHE** ab Seite 37



## GENUSSREISE **SAARLAND** ab Seite 16

## DOSSIER **DER WAHRE PREIS DER LEBENSMITTEL**

ab Seite 65



## REZEPTE in diesem Heft

- |  |  |
|--|--|
| 8 Zucchini-Spaghetti   | 44 Tapostalene – herzhafte kleine Käsekuchen |
| 11 Schleie blau  | 45 Tarte de Tomates                          |
| 42 Orecchiette Rucola e Patate                                 | 46 Geschmorte Rinderbacke mit Romanesco      |
| 43 Menemen – türkische Eier mit Spinat, Tomaten, Feta und Dill | 47 Gefüllte Tomaten mit Reis                 |
| 43 Zucchini, Minze und Schinken                                | 59 Melonensalat mit Chili                    |
| 44 Briam mit Aubergine, Zucchini und Tomaten                   | 60 Scharfe Paprikamarmelade                  |
|  | 60 Gelbe Paprika-Vanille-Sauce               |
|  | 61 Weiße Paprika in Sauerrahm                |



Fotos: AdobeStock, Jan. by-studio, StockFood / Wischniewski, Jan; Marco Varoli. Illustration: Barbara Kleiber-Wurm