



Frisch aus der Steiermark:
Feurig-scharfe Paprikararitäten
aus biologischer Landwirtschaft

Mit Bio-Rezepten
im Innenteil

In Kooperation mit



ARCHE NOAH



Paprika in Hülle und Fülle

Exklusiv bei MERKUR

Partner, auf die man sich verlassen kann

Wer Paprika von Ja! Natürlich bei MERKUR kauft, kann auf beste Qualität aus dem Hause Posch zählen. Seit 2005 ist der Familienbetrieb aus Unterpurkla (Steiermark) ein Partner von Ja! Natürlich. Alois Posch hat sich mit seinem Betrieb auf den Anbau von Paradeisern und Paprika spezialisiert – selbstverständlich 100 % biologisch.

Alois Posch hat den elterlichen Betrieb im Jahr 2001 übernommen und auf Bio umgestellt. Damit machte er sein Hobby zum Beruf, denn schon als Kind hat er am liebsten im Gemüsegarten „Bio-Bauer“ gespielt.

Vielfalt statt Monotonie!

Statt eintöniger Monotonie ist Vielfalt angesagt und damit auch der Artenschutz. Es gibt unzählige Sorten an Gemüse- und Gewürzpaprika (Pfefferoni) die normalerweise im Lebensmittel Einzelhandel nicht erhältlich sind. Eine Auswahl dieser Sorten wurde nun in größeren Rahmen von Bio-Bauer Alois Posch in Kooperation mit MERKUR und Ja! Natürlich unter Bedingungen der biologischen Landwirtschaft angebaut.

Das dafür notwendige Saatgut konnte dank jahrelanger Vorarbeit von Arche Noah, der Gesellschaft zur Erhaltung und Verbreitung der Kulturpflanzenvielfalt (www.arche-noah.at) und der biologischen Saat-zucht ReinSaat (www.reinsaat.co.at) zur Verfügung gestellt werden.



Familie Posch, Unterpurkla (Steiermark)

Die Paprikararitäten

Im Rahmen des Bio-Paprikaschwerpunktes bei MERKUR, dem Markt mit dem größten Ja! Natürlich Obst- und Gemüseangebot, kommen die Konsumenten in den Genuss dieser Früchte in verschiedensten Farben, Formen und Geschmacksrichtungen – von aromatisch-mild bis hin zu freurig scharf – für jeden Geschmack ist etwas dabei.

Schärfeskala von 0–10

0	mild
1–2	etwas scharf
3–4	für „Ungeübte“ schon recht scharf, Liebhaber finden diese Schärfe noch keiner Rede wert
4–5	„Ungeübte“ bekommen schon einen Schweißausbruch, Geübte finden diese Schärfe gerade als sehr wohltuend scharf
6–7	da reagieren die Geübteren schon mit einem Leuchten in den Augen, Ungeübte steigen spätestens hier aus
8–10	nur mehr für „Chili-Fans“ genießbar



De Cayenne (5–6)

Scharfe Pfefferoni mit ca. 10-12 cm lange und schlanke grüne Früchte, die rot abreifen. Diese Sorte ist besonders scharf.

Elefant (1–2)

Diese Sorte hat eine rauhe, rote Haut. Sie ist aromatisch im Geschmack.



Chili Capela (5–6)

Die Pflanze entwickelt viele leuchtend orange und kleine Chilис. Sie sind keilförmige und haben einen scharfen und aromatischen Geschmack.





Chili Gelbe Kirsche (5–6)

Sehr kleine, kugelförmige Früchte von leuchtend gelber Farbe. Sie sind besonders scharf und eignen sich zum Würzen.



Pfefferoni Sarit gat (5–6)

Diese Sorte hat lange gelbe, scharfe und feste Früchte. Eignet sich zum Würzen und Frischegegnuss.

Chili Lanterna de foc (6–7)

Die Chilis sind leuchtend orange und schmal. Sie sind sehr scharf, aromatisch und eignen sich neben dem Frischeverzehr zum Trocken und Einlegen.



Pfefferoni Turuncu spiral (4–5)

Spiralförmiger ca. 14 cm lange und scharfe Pfefferoni. Eignet sich zum Trocken und Einlegen.



Chili Rote Keile (5–6)

Reichtragende Sorte mit kleinen, keilförmigen, leuchtend roten Chilis. Sie haben einen aromatischen und scharfen Geschmack.



Türkischer Gewürzpaprika (5–6)

Die Pflanzen bilden sehr viele längliche und leuchtend rote Paprika. Die Früchte sind dünnchalig, aromatisch und sehr scharf. Diese Sorte eignet sich zum Frischeverzehr und auch zum Trocken (Paprikapulver scharf).



Chili-Mix (4-5)

Früchte sind vorwiegend rund bis breit keilförmig, ca. 4-5 cm lang und 2-4 cm breit. Farbpalette der Früchte variiert von tiefgelb, orange, braun zu leuchtend rot.



Kusburnu (3-4)

Dieser Paprika reift von grün auf rot ab und hat 4-6 cm lange und ca. 2 cm breite Früchte. Die Paprika eignen sich sehr gut zum Trocknen.



Jalapeno (3-4)

Früchte sind ca. 7 cm lang und bis zu 3 cm dick und haben eine abgerundete Spitze. Sehr ertragreich. Die Früchte reifen von dunkelgrün in ein kräftiges rot. Fruchtig angenehme Schärfe. Am besten werden die dickfleischigen Früchte frisch gegessen.













Aciburun (7-8)

Früchte werden bis zu 8 cm lang. Die Früchte haben ein festes, dickes Fleisch und sind schon im grünen Zustand sehr aromatisch.



Lammrückenfilet mit Aromaten gebraten, glaciertem Gemüse und Paprika

Zutaten:

- | | |
|--|---|
| 4  Lammrückenfilet, à ca. 170 g | 4 kleine  Jungzwiebeln |
| Salz, Pfeffer | 1  Kohlrabi, geschält,
in Spalten geschnitten,
kurz blanchiert |
| 2  Knoblauchzehen, halbiert | 8 kleine  Gelbe Kirschen |
| 2  Thymianzweige | 8 kleine  Capela |
| 2  Rosmarinzweige | |
| 4 EL  Olivenöl | |
| 2 EL  Butter | |

Zubereitung:

Lammrücken salzen und Pfeffern – in Olivenöl scharf anbraten. Knoblauch, Thymian und Rosmarin beifügen. Im Rohr bei ca. 200°C etwa 5 Minuten braten – herausnehmen und kurz rasten lassen. Die Butter im Bratenrückstand aufschäumen. Jungzwiebel, Kohlrabi und Paprika beifügen – salzen und peffern. Langsam bissfest glacieren.

Lammrücken in Stücke schneiden und mit den Aromaten und dem Gemüse anrichten. Mit dem Paprika garnieren. Mit der Bratbutter übergießen.



Pfefferoni mit Frankfurter gefüllt auf Chilisugo

Zutaten:

- | | |
|-------------------------------|------------------------|
| 12 Pfefferoni „De Cayenne“ | 1 Glas Basilikum-sugo |
| 1 Paar Frankfurter | 2 Chilischoten |
| 1 handvoll glattes Mehl | 1 Spritzer Balsamico |
| Sonnenblumenöl zum Frittieren | Condimento |
| Salz, Pfeffer | |

Für die Garnitur:

einige Basilikumblätter

Zubereitung:

Paprika der Länge nach einschneiden. Die Frankfurter in kleine Stücke schneiden und die Paprika damit füllen. Mit Salz und Pfeffer würzen – in Mehl wenden und in heißem Öl knusprig frittieren – gut abtropfen lassen. Basilikum-sugo mit Chilischoten erhitzen und mit Balsamico abschmecken. Auf Tellern verteilen und mit den gefüllten Paprika belegen, mit Basilikum garnieren.

Pfefferonipolenta mit Matjeseintopf

Zutaten für den Polenta:

- 250 ml Vollmilch
- 250 ml Wasser
- 125 g Maisgrieß
- 30 g Almbutter
- 1 Dotter
- Salz, geriebene Muskatnuss
- 2 EL Olivenöl

Zutaten für das Matjeseintopf:

- 4 Matjesfilets, in kleine Würfel geschnitten
- Salz, Pfeffer, Spritzer Zitronensaft
- 1 EL gehackter Estragon

Für die Garnitur:

- 4 Limettenscheiben
- 4 gebratene oder kurz gegrillte Pfefferoni „Sarit Gad“
- einige Zweige Zitronenmelisse
- 4 TL Chilipaste

Zubereitung:

Milch, Wasser, Gewürze und Butter aufkochen. Polenta einrühren und langsam zu einer dickbreiigen Masse kochen – kurz überkühlen lassen und anschließend den Dotter unterrühren. Auf ein beheiztes Blech fingerdick aufstreichen und erkalten lassen. In kleinere Quadrate schneiden und in Olivenöl kurz beidseitig braten. Die Matjesfilets in kleine Würfel schneiden. Estragon hacken und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft vermischen. Die Matjesfilets damit abschmecken und 15 Minuten marinieren lassen. Mit 2 Löffeln Nocker formen. Polenta anrichten, mit Matjeseintopf belegen, mit Limettenscheiben, Chilipaste und Zitronenmelisse garnieren.

Qualität, die man schmeckt

ARCHE NOAH Kooperation

Wir lassen uns nichts vorschreiben, sondern kontrollieren die biologische Qualität strenger, als es das Gesetz verlangt.

Weil bei Ja! Natürlich keine chemisch-synthetischen Düngemittel verwendet werden, wächst das Gemüse langsamer. Es dauert eben, bis es seinen vollen, natürlichen Geschmack entfaltet. Die Reife erkennt man an den kräftigen Farben und natürlich am unverkennbaren Geruch, der alle Sinne anregt. Das Gemüse wird geerntet, genau kontrolliert und gelangt mit dem Ja! Natürlich Siegel auf dem kürzesten Weg ins Regal.

Biologische Landwirtschaft bei Gemüse bedeutet:

Biologisches, nicht genmanipuliertes Saatgut, gesunde Böden, Verzicht auf chemisch-synthetische Dünge- und Spritzmittel sowie genügend Zeit zum Reifen.

Gut Ding braucht Weile

Kein Wunder, dass in biologischen Paprikas mehr Vitalstoffe zu finden sind als in konventionellen: Sie bleiben ja auch viel länger am Strauch und können in Ruhe ihre wertvollen Inhaltsstoffe entwickeln – ohne Chemie aus dem Boden (Düngemittel) oder über die Schale (Spritzmittel).



Vielfalt und Fülle statt Monotonie

Nur mehr 30 von 5.000 Nutzpflanzen ernähren die gesamte Menschheit. Der Verein ARCHE NOAH (Gesellschaft für die Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt und ihre Entwicklung) mit seinen über 8.000 Mitgliedern bewahrt seit 20 Jahren tausende alte Kulturpflanzen von Gemüse, Obst und Getreide vor dem Verschwinden (www.arche-noah.at). Ja! Natürlich ist sich seiner Verantwortung bewusst und engagiert sich seit Jahren für den Schutz und Erhalt der biologischen Vielfalt. Die größte Bio-Marke Österreichs übernimmt die jährlichen Kosten für die Erhaltung und Vermehrung von 200 gefährdeten Sorten aus dem ARCHE NOAH Sortenarchiv.

Essen, was es zu retten gilt

Alte Sorten können nur dann nachhaltig bewahrt werden, wenn sie auch genutzt werden. Die Ja! Natürlich Bauern sind ein wichtiger Partner im Erhalt der Vielfalt: Sie bringen in Vergessenheit geratene Nutzpflanzen wieder auf die Felder. Tragen auch Sie etwas zum Erhalt der heimischen Bio-Landwirtschaft bei, indem Sie die Vielfalt der regionalen Lebensmittel kaufen – erkennbar sind die Raritäten an den Logos von Ja! Natürlich und ARCHE NOAH.



Warum das Bio-Gemüse von Ja! Natürlich so gut ist:

- *Fruchtbarer, gesunder Boden dank Fruchtfolge, organischer Düngung und Gründüngung*
- *Schädlingsbekämpfung durch Nützlinge wie Marienkäfer & Co.*
- *Verbot von chemisch-synthetischen Spritz- und Düngemitteln*
- *Volle Reife für besten Geschmack*
- *Streng kontrollierte Bio-Qualität*
- *Biologische Landwirtschaft heißt immer garantiert gentechnikfrei. Dies ist in der EU-Bio-Verordnung 834/07 so festgeschrieben.*

www.janatuerlich.at



Für weitere Informationen, Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

**Ja! Natürlich Servicetelefon:
02236/600-6950**

Impressum 2009:

*Herausgeber: Ja! Natürlich Naturprodukte G.m.b.H.
Industriezentrum Niederösterreich-Süd, Straße 3, Objekt 16, A-2355 Wiener Neudorf
Telefon: 02236/600-6950, Fax: 02236/600-86950, www.janatuerlich.at*

Exklusiv bei

MERKUR