



aus biologischer
Landwirtschaft



Genuss hat einen Ursprung
Ja! Natürlich mit dem Besten aus dem Waldviertel





Wo wir sind, ist oben.

Das Waldviertel: Kraftquelle für Mensch und Tier





**Der Ursprung bester
Bio-Qualität von Ja! Natürlich**

*Geheimnisumwittert ist es, rau und kühl. Auf den ersten Blick unzugänglich – auf den zweiten Blick schön und ursprünglich wie kaum eine andere Region: das Waldviertel. **Ja! Natürlich**, Österreichs größte Bio-Marke, arbeitet seit vielen Jahren mit den Bauern in diesem besonderen Stück Österreich zusammen. Denn reine, unverfälschte Natur und lange landwirtschaftliche Tradition sind die Grundlagen für Lebensmittel in bester Bio-Qualität und mit unvergleichlich gutem Geschmack.*

So schmeckt das Waldviertel

So ursprünglich und kräftig wie die Natur sind auch die kulinarischen Spezialitäten, für die das Waldviertel bekannt und beliebt ist. Saftiges Roggenbrot gehört dazu, ebenso wie kräftige, dampfende Erdäpfelgerichte. Oder Schweinsbraten mit Waldviertler Knödel – und zum Abschluss süße Mohnnudeln mit Graumohn. **Ja! Natürlich** sorgt dafür, dass die Grundlagen für all diese Waldviertler Köstlichkeiten in ganz Österreich im Supermarkt erhältlich sind. 100 % Bio, versteht sich.

Artgerechte Tierhaltung – wirtschaften mit Respekt vor der Natur

Diese reine Bio-Qualität ist oberstes Gebot bei **Ja! Natürlich** und ein festes Versprechen. Die Tiere werden als Lebewesen respektiert und wachsen in einer Umgebung auf, die ihnen ein artgerechtes Leben

ermöglicht. Dazu gehören viel Bewegung, Luft und Licht ebenso wie das strikte Verbot chemischer Leistungsförderer. Die Tiere nehmen ausschließlich hochwertiges Futter österreichischer Herkunft zu sich. Das köstlich zarte Fleisch der Waldviertler Freiland-schweine ist daher mit Garantie ein Genuss.

Seit letztem Jahr bietet **Ja! Natürlich** saisonal auch besondere Waldviertler Spezialitäten an: Zu Ostern gibt's Bio-Milch-lammfleisch und Bio-Junglammfleisch. Zu Martini laden Bio-Martinigansln zum Festtagsschmaus ein – in limitierter Zahl und nur in ausgewählten Supermarktfilialen.



Biologische Landwirtschaft ohne Wenn und Aber

Genauso sorgfältig wie in der Tierhaltung sind die **Ja! Natürlich**-Bauern im biologischen Ackerbau. Das Roggenmehl, das viele Brot- und Gebäcksorten von **Ja! Natürlich** so saftig macht, kommt zur Gänze aus dem Waldviertel. Und auch die **Ja! Natürlich**-„Speckigen Erdäpfel“, die sich besonders gut für einen klassischen Salat eignen, stammen aus dieser Region.

Schon bei der Auswahl von Saatgut und Jungpflanzen wird genau geprüft: 100% gentechnikfrei und biologisch müssen sie sein. Und resistenter als bei der herkömmlichen Landwirtschaft, denn es dürfen keinerlei chemisch-synthetische Düngemittel und Pflanzenschutzmittel verwendet werden. Die Bio-Bauern setzen stattdessen auf natürliche Kreislaufwirtschaft, natürliche Fruchtfolge, gesunde Mischkulturen und Gründüngung.

Genuss mit Garantie

Eine eigene Abteilung für Qualitätsmanagement und -sicherung sorgt dafür, dass die strengen Bio-Vorschriften auch eingehalten werden. Das garantiert auch das umfangreichste Bio-Kontrollsystem Österreichs: Alle Produkte werden regelmäßig durch unabhängige, staatlich autorisierte Prüfstellen kontrolliert. Darüber hinaus garantieren strengste von **Ja! Natürlich** aufgestellte Kriterien, die für alle Partner gelten, beste Qualität und Nachvollziehbarkeit vom Bio-Bauernhof bis zum Einkaufskorb.

Waldviertel Lebensviertel: Für unsere Bauern – gegen Gentechnik

Ja! Natürlich setzt sich im Waldviertel wie in anderen Regionen Österreichs für die Erhaltung der kleinstrukturierten Landwirtschaft ein und unterstützt die Bio-Bauern mit den höchsten Bio-Zuschlägen des Landes,

Abnahmegarantien und langfristiger Zusammenarbeit. Eine weitere Form von „Basisarbeit“, die **Ja! Natürlich** mit den Waldviertler Bio-Bauern verbindet, ist das Engagement gegen Gentechnik. „Bio“ ist zwar laut Gesetz immer gentechnikfrei, aber eine unverfälschte Natur ist die Voraussetzung dafür, dass biologische Landwirtschaft auch in Zukunft möglich ist.

Dafür sorgt die „Initiative Waldviertel Lebensviertel“: Der Verband Bio-Austria, **Ja! Natürlich** und das Land Niederösterreich haben der Gentechnik den Kampf angesagt. Und mittlerweile haben sich mehr als 4.200 konventionelle wie Bio-Bauern sowie 85 Waldviertler Gemeinden freiwillig dazu verpflichtet, auf gentechnikfreie Landwirtschaft zu setzen. Durch den freiwilligen Verzicht auf den Anbau und die Aussaat von gentechnisch veränderten Pflanz- und Saatgut soll das Waldviertel als eine der größten gentechnikfreien Zonen Europas erhalten bleiben.



Bio-Roggen: Dunkles Gold aus dem Waldviertel

Das kräftige Korn gibt den Waldviertler Brotspezialitäten von **Ja! Natürlich** Biss und einen herrlichen Geschmack.

Im Spätsommer strahlt das sonst eher grüne und düstere Waldviertel golden: Dann stehen die Roggenfelder knapp vor der Ernte und die Ähren sind prall gefüllt. Viele dieser Felder werden rein biologisch bewirtschaftet, dafür sorgt **Ja! Natürlich** mit seinen Partnern, den Waldviertler Bio-Bauern. Österreichs größte Bio-Marke engagiert sich seit langem in der Region und ist der größte Abnehmer von Waldviertler Bio-Roggen. Dass Bio-Korn nicht gleich Korn aus konventionellem Anbau ist, zeigt sich in vielen Details des Anbaus, der Lagerung, der Weiterverarbeitung – und natürlich auf den ersten Biss.

Das Beste fürs Korn: Altes Wissen und moderne Bio-Landwirtschaft

Die kontrollierte Bio-Qualität beginnt schon beim 100% gentechnikfreien Saatgut, das ebenso wie die Pflanzen selbst nicht mit chemisch-synthetischen Mitteln behandelt sein darf. Und auch die Äcker müssen genau festgelegten Kriterien für biologische Landwirtschaft entsprechen: Die natürliche Kraft des Bodens wird durch Fruchtfolge und Gründüngung gestärkt und erhalten – Kunstdünger kommt den braunen Schollen nicht einmal nahe. Nach der Ernte bringen die Bio-Bauern das Korn direkt in die Lagerstellen, in denen ausschließlich Bio-Getreide gesammelt wird.

Modernste Kontroll- und Lagerlogistik stellt sicher, dass es zu keinerlei Vermischung und Verunreinigung kommt. Auch bei der Lagerung ist Bio Trumpf: chemisch-synthetische Lagerschutzmittel sind verboten; das Korn wird nach alter Tradition und mit modernstem

landwirtschaftlichen Wissen durch sorgfältige Lagerung und Reinigung vor Schädlingsbefall geschützt. In der Mühle – die ebenfalls nur biologisches Getreide verarbeitet – wird der Keim gemeinsam mit dem Korn vermahlen.



Was braucht man zum Genießen? Bio-Brot, Bio-Butter – und sonst gar nichts.

Die Brotspezialitäten von **Ja! Natürlich** mit Roggenmehl sind alle ein herzhafter Genuss. So genügen schon ein paar Flocken **Ja! Natürlich** Bio-Butter, um aus einer Scheibe Roggenbrot einen köstlichen Imbiss für zwischendurch zu machen.

Transparenz vom Feld bis in die Packung

Wer Lust auf selber backen bekommen hat, kann dafür feinstes Waldviertler Roggenmehl von **Ja! Natürlich** verwenden. Es eignet sich für herzhaftes Roggenweckerln ebenso wie für süßen Lebkuchen. Und wenn das Blech im Ofen ist, bleibt ein bisschen Zeit, um etwas mehr über den Weg des Bio-Roggen vom Feld in die Packung zu erfahren.

Im Internet unter www.janatuerlich.at kann man auf „Ursprungssuche“ gehen und nachlesen, von welchem Bauern das Getreide stammt. Einfach die Chargennummer auf der Packung eingeben, und los geht's. Diese Transparenz und das umfassende Kontrollsystem von **Ja! Natürlich** machen sicher, dass auch 100% Bio drin ist, wo Bio draufsteht. Ein gutes Gefühl.



Lebkuchen

600g  Roggenmehl
400g  Roh-Rohrzucker
4  Eier
4 EL Honig
2 TL Zimt
1TL Backpulver
2 EL  Sonnenblumenöl
Glasur: 100g Staubzucker,
Saft einer  Orange

Zutaten in einer Rührschüssel mischen, das Roggenmehl nach und nach unterrühren. Arbeitsplatte mit Mehl bestauben, Teig gut durchkneten und an einem warmen Ort 1 Stunde rasten lassen. Fingerdick ausrollen und verschiedene Formen ausstechen. Den Lebkuchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 20 Minuten bei 175°C auf mittlerer Stufe backen.

Noch warm mit Glasur überziehen: Saft der Orange und Staubzucker zu einer dicken weißschaumigen Masse rühren, und ganz schwach erwärmen. Die überzogenen Lebkuchen im kühlen Backrohr trocknen lassen.

Roggenkräuterweckerl

250g  Weizenmehl W 700 glatt
250g  Roggenbrotmehl
2 Beutel Trockenhefe
2  Eier
ca. 0,4 l Wasser
ca. 1/8 l  Vollmilch
mind. 2 TL Salz
1/2 TL  Roh-Rohrzucker
jede Menge  Kräuter (frisch od. tiefgekühlt)
 Sonnenblumenkerne, Leinsamen
und Kürbiskerne etc. zum Bestreuen

Roggenbrot- und Weizenmehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die restlichen Zutaten in die Mulde geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Diesen an einem warmen Ort mit einem Tuch zugedeckt ca. 20 Minuten gehen lassen.

Den Teig nun nochmals kurz durchkneten und zu kleinen Weckerln formen. Je nach Größe 15-20 Stück. Diese mit Eigelb bestreichen und nach Belieben bestreuen. In einem vorgeheizten Backrohr bei 230 ° C ca. 20 Minuten backen.





Der mit den Gänsen spricht.

Aus dem Waldviertel kommen nicht nur beste Erdäpfel und glückliche Schweine, sondern zu Martini auch Ja! Natürlich Bio-Weidegänse



Es ist ein Bild für Götter: 61 weiße Gänse scharen sich um DDr. Joachim Angerer, Abt des Stift Geras. Der Prälat ist überzeugt: „Wenn man mit der Natur arbeitet und die Natur unterstützt, hat man Erfolg“. Artgerechte Tierhaltung hält er für selbstverständlich, weil „naturnah auch schöpfungsnah bedeutet“.

Als Joachim Angerer ein Tier aufhebt, spricht er mit der Gans. Diese legt ihren Kopf auf seine Schulter und lässt sich entspannt über das weiche Gefieder streichen. Abt Angerer erklärt dabei, wie es zur Tradition des „Martini-Gänsls“ kam: „Anfang November stärkte man sich traditionell mit einem Festessen für die bevorstehende adventliche Fastenzeit.

Die Gänse sind zu diesem Zeitpunkt ein halbes Jahr alt und von bestem Geschmack. So wurde aus dem herbstlichen Gänsebraten zu Ehren des Namenstages des Hl. Martin am 11. November eine Martinigans“.

Die Arnreither Gänseschar von Josef Hackl

Auch heuer werden wieder für **Ja! Natürlich** Weidegänse in limitierter Anzahl aufgezogen. Eine Gänseschar stammt aus Arnreith bei Rappottenstein: Im Juni hat der Bio-Bauer Josef Hackl seine Kücken bekommen. Erst nach fünf bis sechs Wochen im Stall bei Kamillentee und bestem Bio-Getreide aus eigenem Anbau durften die jungen Gänse auf die Weide. „Davor hätten sie sich eine Lungenentzündung holen können“, erzählt der Bauer.

Seit Ende Juli erfreut sich das Wassergeflügel an würzigen Gräsern auf der rund einen Hektar großen Weide – viel Auslauf ist ein wichtiges Kriterium bei der Aufzucht der **Ja! Natürlich** Weidegänse. Weil die Gänse nur Gras und biologisches Getreide fressen, und außerdem genug Platz auf der Weide haben, sind höchste Fleischqualität und bester Geschmack garantiert.

Martinigansl mit Äpfeln

Für 4 - 6 Personen:
1 Gans (ca. 4 kg)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Majoran, getrocknet
1 kg säuerliche Äpfel

Die Äpfel waschen, das Kerngehäuse entfernen und größere Äpfel vierteln. Das Backrohr auf 200 Grad vorheizen. Die küchenfertige Gans waschen, mit Küchenpapier trockentupfen und die leicht wegstehenden inneren Fettpolster abziehen. Innen und außen mit Salz, Pfeffer und Majoran einreiben. Den Bauch der Gans mit Äpfeln füllen und in eine passende Bratpfanne, mit der Brust nach unten, legen. In die Pfanne fingerhoch Wasser einfüllen und ins Rohr stellen.

Während des Bratens immer wieder mit dem entstehenden Bratensaft begießen, wobei das Wasser verdunstet und zunehmend Fett austritt. Nach der halben Garzeit, also



nach etwa zwei Stunden, die Haut mit der Gabel mehrmals einstechen. Gleichzeitig die Gans wenden. Durch das Übergießen wird die Haut knusprig und glasig-braun. Zur Orientierung: Pro Kilogramm wird ca. eine Stunde Garzeit gerechnet. Im Anschluss an die Garzeit die Gans aus der Bratpfanne heben und das Fett abschütten. Den Bratensaft mit ein wenig Suppe oder Wasser aufgießen, etwas einkochen lassen und mit der Gans, die am besten erst bei Tisch tranchiert wird, servieren.

*Zarte Schale
und fester Kern*



Waldviertler Bio-Erdäpfel
von Ja! Natürlich sind durch
und durch ein gesunder
Genuss – jetzt ist die neue
Ernte der „Speckigen“ da!

Ditta und Nicola sind wirklich
Prachtexemplare. Die beiden sind
rund und kräftig, haben eine zarte
Schale und einen festen Kern. Sie
sind ein bisschen speckig, aber ge-
nau deshalb schmecken sie ja so gut.
Im Frühherbst lassen sie dann ihren
ganzen Charme spielen. Richtig,
Ditta und Nicola sind Erdäpfelso-
orten. Bio-Erdäpfel bester Qualität,
genauer gesagt.

Und Ja! Natürlich bringt jetzt
die neue Ernte der „Waldviertler
Speckigen“ in die Regale.

Bis es so weit ist, brauchen die braunen
Knollen viel Sorgfalt, Pflege und vor allem
Zeit. Denn Saat, Wachstum und Ernte -
alles geschieht im Rhythmus der Natur.
Wenn die Bio-Erdäpfel von **Ja! Natürlich**
im September aus dem luftigen Waldviert-
ler Boden gehoben werden, sind sie voll
ausgereift und unvergleichlich aromatisch.
Kurt Apeltauer, seit zehn Jahren Bio-Bauer
und Partner von **Ja! Natürlich**: „Mitte April
bis Anfang Mai kommt das Saatgut in den
Boden. Wir verwenden dafür gut aussor-
tierte, mittelgroße Knollen aus der letzten
Ernte. Natürlich rein biologisch und zu
100% gentechnikfrei.“

Die leichten und sandigen Waldviertler
Böden eignen sich sehr gut für den Erdäp-
felanbau. Damit sie optimal mit Nähr-
stoffen versorgt sind, bewirtschaften die
Ja! Natürlich-Bauern ihre Felder abwech-
selnd zu den Erdäpfeln mit Getreide und
Klee. Diese Fruchtfolge und die organische

Düngung halten die Böden fit und resistent
gegen Schädlinge. Das ist entscheidend,
denn in der Bio-Landwirtschaft dürfen
keinerlei chemisch-synthetische Dünge-
oder Pflanzenschutzmittel eingesetzt wer-
den. Und das Unkraut? Kurt Apeltauer
arbeitet auch da ganz nah an der Natur:
„Wir lockern regelmäßig den Boden auf,
damit das Unkraut erst gar nicht wachsen
kann. Sonst heißt es eben von Hand zupfen.“

Im Frühherbst sind die Erdäpfelpflanzen
einen halben bis einen Meter hoch. Während
das Kraut über der Erde trocknet, ent-
wickeln die Knollen unter der Erde ihre
Festigkeit und die zarte Schale. Bei der
Ernte ist ein gutes Auge gefragt, denn die
Erdäpfel werden nach der ersten Reini-
gung per Hand sortiert und getrennt, bevor
sie in die gut belüfteten und gekühlten
Lager kommen. Bis die ersten Bio-Erdäpfel
von **Ja! Natürlich** im Regal stehen, dauert
es dann nur noch ein paar Tage.

Warum man Bio-Aroma blind erkennt

Bio-Erdäpfel haben einen aromatischen Geschmack und das Besondere bei den „Waldviertler Speckigen“ von **Ja! Natürlich** ist, dass man sie mit der Schale essen kann. Denn im Gegensatz zur konventionellen

Anbauweise verzichtet die Bio-Landwirtschaft vom Saatgut über Düngung, vom Pflanzenschutz bis zur Lagerung auf jede Form von Chemie. Den Unterschied erkennt man im wahrsten Sinne des Wortes blind. Verkostungen ohne Kennzeichnung haben gezeigt, dass Bio-Erdäpfel einfach besser schmecken. Mit Bio-Butter oder Kräuter-

käse von **Ja! Natürlich** sind die „Waldviertler Speckigen“ aus der neuen Ernte eine echte Delikatesse. Noch ein Tipp: Weil sie festkochend sind, eignen sie sich besonders gut für einen herzhaften Salat.





Aus Überzeugung Bio

Dass die Säcke mit der neuen Ernte der „Waldviertler Speckigen“ von **Ja! Natürlich** ausschließlich beste Bio-Qualität enthalten, dafür sorgen die strengsten Bio-Kontrollen des Landes und die langfristige Zusammenarbeit mit den Waldviertler Bauern, die voll hinter dem Bio-Prinzip stehen. Kurt Apeltauer jedenfalls kann sich eine andere Art der Bewirtschaftung gar nicht mehr vorstellen. Wie gut das Ergebnis schmeckt, davon kann man sich jetzt bei der neuen Ernte aus dem Waldviertel überzeugen.

Bunter Waldviertler Erdäpfelsalat

Ein Erdäpfelsalat aus frischen Waldviertler Speckigen eignet sich als kleines Zwischengericht ebenso wie als Beilage zu herzhaften Fleischgerichten. Als bekömmliche und vitaminreiche Ergänzung zu den aromatischen Erdäpfeln schmecken verschiedene grüne Salate wie Löwenzahn, Vogersalat oder Ruccola hervorragend.

Für 4 Personen:

1/2 kg Ja! Natürlich
„Waldviertler Speckige“
zirka 500 g frischer Ruccola,
Löwenzahn- oder Vogersalat
1 Knoblauchzehe,
1-2 EL  Apfelessig,
4-5 EL  Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Erdäpfel kochen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Grünen Salat in reichlich Wasser waschen und abtropfen lassen. Den Knoblauch feinwürfelig scheiden und mit den noch warmen Erdäpfelscheiben und den grünen Blättern vermischen. Mit Essig und Öl marinieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren. Tipp: Noch herzhafter wird das Gericht mit einem Speck-Dressing. Dazu kleinwürfelig geschnittenen **Ja! Natürlich**-Bauernspeck anrösten, mit Bier ablöschen, Essig und Öl einrühren und die Marinade etwas einkochen lassen.





Waldviertler Freilandschweine

Artgerechte Tierhaltung und regionale Bioqualität
entsprechen ganz modernen Konsumentenwünschen



Ein Vorzeigeprojekt von **Ja! Natürlich** gemeinsam mit VIER PFOTEN – Stiftung für Tierschutz, der Universität für Bodenkultur und des Stiftes Geras gibt der Freilandschweinehaltung neue Impulse. Zahlreiche Bauern des Waldviertels haben sich mittlerweile dieser Haltungsform verschrieben und darüber hinaus einen Verein zur Förderung der Freilandhaltung von Nutztieren gegründet. Was früher nur „ab Hof“ oder für die Top-Gastronomie erhältlich war, nämlich regionale Spitzenprodukte in Bioqualität, wird über **Ja! Natürlich** heute österreichweit einer breiten Konsumentenschicht im Supermarkt angeboten.

Den Waldviertler Freilandschweinen stehen großzügige Gehege zur Verfügung, die es den Schweinen ermöglichen, stressfrei in sozialen Gemeinschaften zu leben.

Ethische Verantwortung bei der Tierhaltung

Der Grundgedanke dieses Vorzeigeprojektes ist die ethische Verantwortung des Menschen gegenüber dem Borstentier Schwein.

Mag. Andreas Sax, Geschäftsführer von VIER PFOTEN – Stiftung für Tierschutz: „Ein Freilandgehege ermöglicht es den Schweinen, in ihrer sozialen Gemeinschaft zu leben. Sie können ihrem Bedürfnis nach Nahrung zu wählen, ihre Umgebung zu erkunden und sich in Erde zu wälzen nachkommen. Schweine leben im Freiland stressfreier. Sie haben ein lebhaftes Temperament, sind neugierig und verspielt.“

Durch reichlich Bewegung und jegliche Nahrung, welche die Natur bietet (wie Erde, Wurzeln, Gras) wird das Immunsystem intakt gehalten und die Schweine bleiben gesund.

Gewinnbringende Partnerschaft für Bauern aus dem Waldviertel

Im Waldviertel haben sich einige Landwirte die dies als ihre selbstverständliche Überzeugung leben, zusammengefunden und den Verein zur Förderung der Freilandhaltung von Nutztieren gegründet.

Artgerechte Tierhaltung entspricht auch dem Qualitätsverständnis vieler Konsumentinnen und Konsumenten, wonach Lebensmittel nicht nur gut schmecken müssen, sondern auch ökologisch und ethisch verantwortungsvoll hergestellt werden müssen.

Ursprünglich wurde Frischfleisch vom Waldviertler Freilandschwein nur in ausgewählten Filialen angeboten. Aufgrund der guten Resonanz ist nun – sechs Jahre nach Projektbeginn – auch eine neue Produktlinie entstanden: Wurst und Schinken in Bioqualität!

Ob Sie den Unterschied schmecken? **Ja! Natürlich.** Aus biologischer Landwirtschaft.





**Das Waldviertel: Heimat der
Ja! Natürlich Lämmer**

Aufgrund der hohen Nachfrage kommt das **Ja! Natürlich** Junglammfleisch von Bio-Bauern aus mittlerweile mehreren Regionen Österreichs, wobei ein großer Teil der **Ja! Natürlich** Junglämmer aus dem Waldviertel stammt.

Im Waldviertel hat die Schafzucht eine lange Tradition. Im frischen, rauen Klima fühlen sich die Tiere wohl und finden optimale Bedingungen vor – ein ideales Klima für die Merino Landschaft – eine Rasse, für die das Waldviertel den idealen Lebensraum bietet. Diese Merino Landschaften werden üblicherweise noch mit verschiedenen fleischbetonten Rassen gekreuzt – so entstehen widerstandsfähige und gutmütige Mischrassen mit einzigartiger Fleischqualität.



Artgerechte Haltung im Familienverbund

Während der ersten drei Monate bleiben die Jungtiere ganz eng bei den Mutterschafen, neben Milch zählt schon sehr bald auch Heu und etwas Getreide zur Nahrung. Im Stall sorgt oft ein kleiner Durchgang, der „Lämerschlupf“, dafür, dass die Kleinen jederzeit in einen abgetrennten Bereich gelangen können, wo sie ohne Drängeln der Großen von ihren Körndln naschen können. Danach, wenn mit rund drei Monaten ungestüme Junglämmer aus den Kleinen geworden sind, fühlen sie sich unter Ihresgleichen wohler. So können sie miteinander herumtoben. Weil das Merino Landschaf zu Mehrlingsgeburten neigt, gibts auch nie Mangel an Spielgefährten. Die Lämmer werden vor allem mit Heu und Klee, meist von den hof-

eigenen Weiden gefüttert. Dazu gibt es verschiedene Bio-Getreidesorten und Silage. Natürlich darf der wichtige Salzleckstein nie fehlen. Das alles kommt natürlich aus biologischer Landwirtschaft.



Einzigartige Fleischqualität

Das merkt man auch an der einzigartigen Fleischqualität. Erstklassiges österreichisches Bio-Junglammfleisch ist von kräftiger, roter Farbe, von der sich appetitlich das weiße Fett abzeichnet. Im Alter von fünf Monaten sind die Tiere schlachtreif. Dann hat das Fleisch eine feine Fettmaserung, die Fachleute wegen ihres Aussehens als „Marmorierung“ bezeichnen und als besonderes Qualitätsmerkmal schätzen: So bleibt marmoriertes Fleisch beim Braten saftig, es wird schön mürb und hat ein feinwürziges, an frisches Heu gemahnendes Aroma, das bei Feinschmecker sehr begehrt ist. Fleisch ohne Marmorierung wird beim Garen leicht trocken und kraftlos, es ist ein Zeichen für zu schnell gewachsene Tiere.



Lammrückenfilet gebraten mit glaciertem Gemüse und Paprika (für 4 Personen)

Zutaten:

- 4  Lammrückenfilets
- Salz, Pfeffer
- 2  Knoblauchzehen
- 2  Thymianzweige
- 2  Rosmarinzweige
- 4 EL  Olivenöl
- 2 EL  Almbutter
- 2 Jungzwiebeln
- 1  Kohlrabi
- 8 kleine  Paprika (Gelbe Kirschen)
- 8 kleine  Paprika (Capela)

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 pfeffern. Langsam bissfest glacieren. Lammrücken in Stücke schneiden und auf dem Gemüse anrichten. Mit dem Paprika garnieren und der Bratbutter übergießen.



Urlaub im Waldviertel

Die Waldviertler sagen's mit Augenzwinkern und meinen ihren Slogan doch ganz ernst: Waldviertel ist nun mal oben. Oben in Niederösterreich. Oben im Hochland. Oben, wo die Luft und die Gefühle ganz klar sind.

Sanft geschwungene Hügel, satte, grüne Wiesen, geheimnisvolle Wälder, klare Gewässer und Teiche, in denen sich kräftige Karpfen tummeln – stolze Burgen, prunkvolle Schlösser – das ist das Waldviertel. Im Waldviertel ist die Welt daher besonders vielfältig. Das facettenreiche Angebot von Natur, Gesundheit, Sport, Kulinarik und Kultur machen das Waldviertel zum zeitgemäßen Erholungspark.

Wandern Sie auf den Spuren der Kelten und bewundern Sie die faszinierenden Steinformationen auf dem Kaltenberg. Entdecken Sie die idyllische Landschaft des Kamptals auf zwei Rädern, oder lernen Sie die Heimat des Weins in der Weinerlebniswelt Loismus näher kennen. Nirgendwo sonst liegt die landschaftliche, klimatische und kulturelle Vielfalt so eng beieinander. Besuchen Sie das einzigartige Waldviertler Hoftheater, atmen Sie frische würzige Waldluft auf dem Holzthemenweg, oder teilen Sie einfach Glücksmomente auf einem unserer Biobau-

ernhöfe. Bei unserer harmonischen Waldviertler Landpartie ist für jeden etwas dabei, und unsere Kurzausflüge machen ihr Wochenende zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Ja! Natürlich Landpartie Glücksmomente am Biobauernhof

Wer es gerne echt und pur hat und seinen Kurzurlaub erfrischend anders erleben möchte, der ist bei unserer Waldviertler Landpartie goldrichtig. Es ist dieser kleine, feine Kurzurlaub, der den Geist öffnet und die Sinne stärkt, echt und unverfälscht.

Die nordische Urkraft ist hier pur zu spüren: keine Schnörkeln, keine aufgesetzten

Inszenierungen sondern einfach tief Luft holen, Kraftplätze spüren, schauen, staunen, schmecken und sich einlassen auf Echtheit. Wohnen beim Bio-Bauern oder im Privatquartier in herzlicher und familiärer Atmosphäre bei 200 Waldviertler Familienbetrieben. Waldviertler Landpartie, das ist die Entdeckungsreise ganz oben.

Gönnen Sie sich ein Wochenende am **Ja! Natürlich** Biobauernhof, finden Sie wieder zu sich selbst und nehmen Sie sich Zeit für Ihren Partner und Ihre Familie.

Weitere Informationen erhalten Sie unter
www.janatuerlich.at oder unter
www.waldviertel.or.at



www.janatuerlich.at



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

Ja! Natürlich Servicetelefon: 0 22 36 / 600 69 50

Eine Kooperation mit



Wo wir sind, ist oben.