

ff extra



F A I R

cooking

gourmet food





Ihr Reise-Service-Team

Wir haben das richtige Rezept für Ihre Reise.

Mit den besten Zutaten in den Urlaub. Das setzt überdurchschnittlich gute Beratung sowie eine optimale Betreuung vor, während und nach dem Urlaub voraus. Gemeinsam mit den besten Reiseanbietern verstehen wir uns seit 30 Jahren als Ihr persönlicher Reisebegleiter.



markenforum.com

luispichler 
REISEDIENST ° ° AGENZIA VIAGGI

Reisedienst Luis Pichler ° ° 39100 Bozen ° ° Tel. 0471 97 60 64/65 ° ° www.luispichler.it



verband nationaler reisbüros
associazione agenzie viaggi italiane
VNR

SETTIMANA „FAIR COOKING“ WOCHE

7.-13. Juni | 7-13 giugno 2010

Dieses Jahr feiert der Weltladen Brixen sein 30-jähriges Bestehen. Es war der Anfang einer Handelstätigkeit mit dem Ziel, benachteiligten Kleinbauern und Handwerkern im Süden der Welt bessere Handelsbedingungen zu bieten, sie zu unterstützen und ihre wirtschaftlichen und sozialen Rechte zu sichern.

„Fair Cooking“, ein Partnerschaftsprojekt von Gourmetrestaurants und den Südtiroler Weltläden, will zeigen, dass die Produkte im Weltladen nicht nur fair, sondern auch von hervorragender Qualität sind. In den ausgewählten Gourmetlokalen werden kulinarische Köstlichkeiten, zubereitet mit Rohwaren aus dem Weltladen, serviert.

Höhepunkt ist die Fair Cooking Woche vom 7. bis zum 13. Juni, in der die renommierten Chefs allen Feinschmeckern raffiniert und kreativ zubereitete Gerichte servieren. Im Namen der Südtiroler Weltläden danke ich den am Fair Cooking Projekt beteiligten Gourmetchefs für die wertvolle Zusammenarbeit.

Rudi Dalvai
Ctm Altromercato



Rudi Dalvai
Ctm Altromercato

Sono passati 30 anni dalla nascita della Bottega del Mondo a Bressanone che ha segnato l'inizio del commercio equo e solidale in Alto Adige. Il Commercio equo persegue l'obiettivo di offrire migliori condizioni economiche e di assicurare i diritti economici e sociali dei piccoli produttori marginalizzati dal mercato, specialmente del Sud del mondo.

Per dimostrare che i prodotti del commercio equo e solidale non sono solo equi, ma anche di alta qualità, le Botteghe del Mondo, insieme a noti ristoranti Gourmet altoatesini, hanno lanciato il progetto "Fair Cooking". Nella settimana dal 7 al 13 giugno in questi ristoranti gli amanti della buona cucina potranno gustare delle prelibatezze cucinate dai migliori Chef usando materie prime del commercio equo e solidale. Nel nome delle Botteghe del Mondo ringrazio di cuore tutti gli Chef per la loro preziosa collaborazione nel diffondere qualità e valori dei prodotti del "Fair Trade".

INHALT | CONTENUTO

Übersicht <i>Panoramica</i>	4
Gourmetrestaurants <i>Ristoranti Gourmet</i>	6
Der faire Handel <i>Commercio equo solidale</i>	12
Über Fair Cooking <i>Cos'è Fair Cooking</i>	16
Rezepte <i>Ricette</i>	18

Impressum/colophon: ff extra „Gourmet“, Juni/jugno 2010, Beilage zu/supplemento ff 22/2010.
Herausgeber/editore: ff-Media GmbH/srl Bozen/Bolzano - Eintrag. Landesgericht Bozen/registr. tribunale di Bolzano 9/80 R.St. vom/del 27.08.1980.



Presserechtlich verantwortlich/direttore responsabile: Kurt W. Zimmermann, Koordination & Redaktion/coordinatrice & redazione: Judith Innerhofer, Grafik & Layout/grafica & layout: Sabine Rainer
Fotos: Gastbetriebe / esercizi aderenti

FAIR COOKING

ÜBERSICHT | PANORAMICA



Hotel Gardena
ANNA STUBEN
Vidalongstraße, 3 | *Via Vidalong, 3*
St. Ulrich | *Ortisei*
0471 796 315

1



Berghotel Gourmetrestaurant
Hotel Ristorante Gourmet
AUENER HOF
Auen, 21 | *Prati, 21*
Sarntal | *Val Sarentino*
0471 623 055

2



Restaurant | *Ristorante*
CASTEL RINGBERG
St. Josef am See, 1 | *San Giuseppe al Lago, 1*
Kaltern | *Caldarò*
0471 960 010

3



Atelier
CONDITO
Crispstraße, 37 | *Via Crispi, 37*
Bozen | *Bolzano*
0471 050 173

4





Restaurant | *Ristorante*
LA STÜA DE MICHIL
Col-Alt-Straße, 105 | *Via Col Alt, 105*
Corvara
0471 831 000

5



Parkhotel | *Hotel*
LAURIN
Laurinstraße, 4 | *Via Laurin, 4*
Bozen | *Bolzano*
0471 311 000

6



Romantikhôtel Restaurant
Hotel Ristorante
STAFLER
Mauls 10 | *Mules 10*
Freienfeld bei Sterzing | *Campo di Trens*
0472 771 136

7



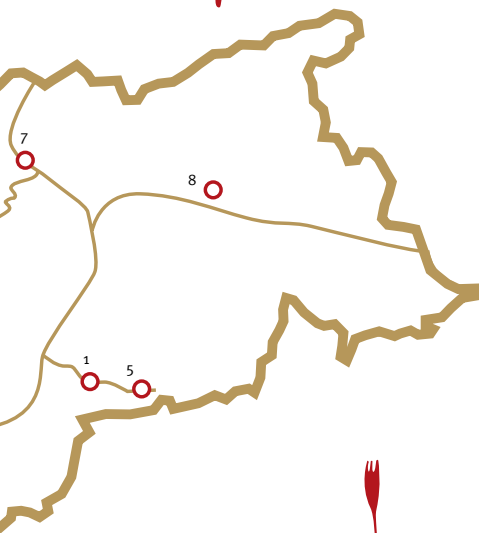
Restaurant | *Ristorante*
SCHÖNECK
Schloss-Schöneck-Str. 11 | *Via Schloss Schöneck 11*
Pfalzen | *Falzes*
0474 565550

8



Restaurant | *Ristorante*
ZUM LÖWEN
Hauptstraße, 72 | *Strada principale, 72*
Tisens | *Tesimo*
0473 920 927

9





GOURMETRESTAURANT – RISTORANTE GOURMET

ANNA STUBEN

ST. ULRICH – ORTISEI

Fair Cooking Menü

Golden Gel Praline
mit Kastanienhonig und
Bucheckern

Grüne Pfefferkernsuppe
mit Hochgebirgsheu und
Almblüten

Confit von Lachs im
Weckglas gegart mit roter
Zwiebel und Orangen

Lamm mit Thunfisch in der
Kaffeekruste mit Peperoni
und Kapern

Cohiba Gold
Schoko-Tonka-Zigarre mit
geeister Creme von
libanesischem Zedernholz,
Tabak und Rum

Gourmetrestaurant Anna Stuben
Hotel Gardena Grödnerhof
Vidalongstraße 3 | St. Ulrich
www.annastuben.it
info@annastuben.it
Tel.: +39 0471 796 315

Saisonale Öffnungszeiten:
21. Mai 2010 – 10. Oktober 2010

Menu Fair Cooking

*Pralina di Golden Gel
con miele di castagno e
semi di faggio*

*Zuppa di chicchi di
pepe verde, fieno e fiori
di montagna*

*Salmone in confit con
cipolla rossa di Tropea e
arance*

*Agnello al tonno in crosta
di caffè con peperoni
arrostiti e capperi*

*Cohiba Gold
Sigaro di cioccolato alla
tonka con crema gelata al
legno di cedro libanese,
tabacco e rum*

Ristorante Gourmet Anna Stuben
Hotel Gardena Grödnerhof
Via Vidalong 3 | Ortisei
www.annastuben.it
info@annastuben.it
Tel.: +39 0471 796 315

Date di apertura e chiusura :
21 maggio 2010 – 10 ottobre 2010



Heinrich Schneider

Auener Hof

BERGHOTEL GOURMETRESTAURANT – RISTORANTE

AUENER HOF

SARNTAL – SARENTINO

Fair Cooking Menü

Menu Fair Cooking

Gebratene Jakobsmuscheln
mit Roter Bete
Passionsfruchtemulsion und
Olivenöl aus Palästina

*Cappe sante su rape rosse
con emulsione di frutta
della passione e
olio extravergine d'oliva
della Palestina*

Spghettini mit
marokkanischem Safran
Bacalao-Kutteln und
Wildkräuterpesto

*Spghettini allo zafferano
marocchino
con trippa di baccalà e
pesto alle erbe di prato*

24 Stunden gegartes Milch-
ferkel in mexikanischem
Orangenblütenhonig
glasiert mit
ecuadorianischen Linsen

*Maialino da latte cotto per
24 ore glassato con miele
di fiori d'arancio
e lenticchie del Ecuador*

Mascao-Schokoladensoufflé
mit Pistazieneis
und eingelegtem Fenchel

*Soufflé al cioccolato
Mascao con gelato al
pistacchio e finocchi allo
sciroppo*

**Berghotel Gourmetrestaurant
Auener Hof
Auen 21 | Sarntal
www.auenerhof.it
info@auenerhof.it
Tel.: +39 0471 623 055**

**Hotel Ristorante Gourmet
Auener Hof
Prati 21 | Sarentino
www.auenerhof.it
info@auenerhof.it
Tel.: +39 0471 623 055**

Ruhetage:
Mittwoch und Sonntagabend

Giorni di riposo:
Mercoledì e domenica sera

Karl Baumgartner



RESTAURANT – RISTORANTE

SCHÖNECK

PFALZEN – FALZES

Fair Cooking Menü

Ananascarpaccio mit Garnelen in der Sesamkruste gebraten, dazu Sorbet vom grünen Tee

Cremiger aromatischer Thai-Reis mit Blauschimmelkäse und geriebener Bitterschokolade

„Barbarie“-Entenbrust auf der Haut kross gebraten mit Orangenblütenhonig und schwarzem Pfeffer glasiert, auf Sauce von der Passionsfrucht und Ingwer

Gebrannte Creme mit Mascobado-Zucker und Zimt, mit Eis von Sultaninen

Menu Fair Cooking

Carpaccio di ananas con gamberoni arrostiti in crosta di sesamo con sorbetto al tè verde.

Riso cremoso aromatico con formaggio erborinato e cioccolato extra fondente grattugiato.

Anatra „Barbarie“ arrosto con la pelle ruspante, glassata con miele di fior d'arancio e pepe nero.

Creme brulé con zucchero Mascobado e cannella, con gelato di uvetta sultanina.

Restaurant Schöneck
Schloss-Schöneck-Str. 11 | Pfalzen
www.schoeneck.it
info@schoeneck.it
Tel.: +39 0474 565550

Ristorante Schöneck
Via Schloss Schöneck 11 | Falzes
www.schoeneck.it
info@schoeneck.it
Tel.: +39 0474 565550

Restaurantzeiten:
12.00 – 14.00 und 19.00 – 21.30
Ruhetage: Montag und Dienstag

Servizio ristorante:
12.00 – 14.00 e 19.00 – 21.30
Giorni di riposo: lunedì e martedì


Stafler



ROMANTIK RESTAURANT – RISTORANTE

STAFLER

MAULS – MULES

Fair Cooking Menü

Jakobsmuscheln und Palästina-Couscous mit Gemüse in Texturen als Variation

Hummerschaumsüppchen mit Schaum von Bio-Arabica-Kaffee aus Ätiopien

Ravioli aus Kürbis mit Curry-Gewürz auf flüssigem Feldsalat

Kotelett und Ossobuco vom Milchlamm mit rotem Pfeffer-Reis

Schokoladensinfonie aus „Mascao“-Schokolade und Mürbteig aus Muscovado-Zucker

Menu Fair Cooking

Capesante e couscous dalla palestina con verdura in textura in variazione

Crema d'astice con schiuma di caffè biologico della Etiopia

Ravioli di zucca conditi con curry su crema d'insalatina

Costoletta e ossobuco d'agnello al latte con riso rosso al pepe

Sinfonia di cioccolato "Mascao" pasta frolla di zucchero Muscovado

Romantik Hotel & Restaurant
Stafler

Mauls 10 | Freienfeld bei Sterzing
info@stafler.com
www.stafler.com
Tel.: +39 0472 771 136

Hotel & Ristorante
Stafler

Mules 10 | Campo di Trens
info@stafler.com
www.stafler.com
Tel.: +39 0472 771 136

Ruhetag: Mittwoch
(ausgenommen Hauptsaison)

Giorno di riposo:
mercoledì (eccetto alta stagione)



RESTAURANT – RISTORANTE

ZUM LÖWEN

TISENS – TESIMO

Fair Cooking Menü

Salat von gebratenen Garnelen auf Tomatenquinoa real in Basilikumfond und Mangosorbet mit schwarzem Pfeffer

Mit Auberginen gefüllte Tortelli auf Bohnen von Ecuador mit Calamaretti und Balsamicoschaum

Filet vom Kabeljau im Curryfond mit krokantem rotem Thai-Reis

Variation von der Schokolade und Minze

Menu Fair Cooking

Gamberi d' orati su quinoa real al pomodoro con quazetto di basilico, sorbetto al mango e pepe nero

Tortelli ripieni di melanzane su fagioli dell' Ecuador con calamaretti e schiuma al balsamico

Filetto di nasello in fondo di curry con riso Thai rosso soffiato

Variazione di cioccolato e menta

Restaurant zum Löwen
Hauptstr. 72 | Tisens
www.zumloewen.it
info@zumloewen.it
Tel.: 0473 920 927

Ristorante zum Löwen
Strade principale 72 | Tesimo
www.zumloewen.it
info@zumloewen.it
Tel.: 0473 920 927

Ruhetag:
Montag ganztägig und Dienstag
und Mittwoch mittags

Giorno di riposo:
lunedì tutto il giorno, martedì e
mercoledì a pranzo



Photo Parkhotel Laurin, Andrés Fazzari



YEARS YOUNG.
PARKHOTEL LAURIN ¹⁹¹⁰ - ²⁰¹⁰
LUKULLISCH.
ORIGINELL.
VERFÜHRERISCH.
RESTAURANT LAURIN.
WWW.LAURIN.IT

BOZEN — Laurinstraße 4, T +39 0471 311 000, info@laurin.it

Der Faire Handel – Fair Trade – ist eine Handelspartnerschaft, die auf Transparenz, Dialog und Respekt beruht und nach mehr Gerechtigkeit im internationalen Handel strebt. Fair Trade leistet einen Beitrag zu nachhaltiger Entwicklung, indem er benachteiligten Produzenten und Produzentinnen im Süden der Welt bessere Handelsbedingungen bietet und ihre Rechte sichert. Fair Trade

Organisationen, zu denen die Weltländer zählen, engagieren sich aktiv für die Unterstützung der Produzenten und Produzentinnen, für Bewusstseinsbildung und Kampagnenarbeit, um die oft ungerechten Regeln und Praktiken des konventionellen Handels mit den „Entwicklungsländern“ zu verändern.

Internationale Definition von Fair Trade der WFTO (World Fair Trade Organisation)

1 Unterstützung von ökonomisch benachteiligten Produzenten
Sostegno per produttori economicamente svantaggiati

2 Transparenz und Verantwortlichkeit
Trasparenza e responsabilità

3 Technische Unterstützung für Handwerker/-innen und Kleinbauern
Sviluppo delle capacità e formazione

10

Standards der Fairen Handelsorganisationen

Standard delle organizzazioni di commercio equo e solidale

4 Verkauf und Förderung der Fair Trade Produkte | *Promozione del commercio equo e solidale*

5 Bezahlung von gerechten Preisen
Prezzo equo e prefinanziamento

6 Gleichbehandlung von Frau und Mann | *Pari opportunità*

7 Sicherheit am Arbeitsplatz
Diritti dei lavoratori

8 Keine Kinderausbeutung
Diritti dei bambini

9 Schutz der Umwelt und der natürlichen Ressourcen | *Rispetto per l'ambiente*

10 Partnerschaftliche Handelsbeziehungen
Relazioni commerciali equosolidali

Il **commercio equo e solidale** è una partnership economica basata sul dialogo, la trasparenza e il rispetto, che mira ad una maggiore equità tra Nord e Sud del mondo, attraverso il commercio internazionale. Il commercio equo contribuisce ad uno sviluppo sostenibile complessivo attraverso l'offerta di migliori condizioni economiche e assicurando i diritti dei produttori e lavoratori marginalizzati dal mercato, specialmente del Sud del

mondo. Le organizzazioni di commercio equo (Fair Trade Organizations), supportate dai consumatori, sono coinvolte attivamente nell'assistenza tecnica dei produttori, nell'azione di sensibilizzazione dell'opinione pubblica e delle istituzioni e nello sviluppo di campagne volte al cambiamento delle regole e delle pratiche del commercio internazionale.

Definizione ufficiale della World Fair Trade Organization

altro  mercato
commercio equo e solidale

ENTDECKE DIE FAIRE VIELFALT – GERECHT HANDELN, SINNVOLL KAUFEN



SCOPRI I COLORI DEL MONDO – COMPRA EQUO E SOLIDALE

BRIXEN - BRESSANONE

Weltladen Brixen Sozial Gen.
Brunogasse, 10A
Via Bruno, 10A
Tel. 0472 830205

BRUNECK - BRUNICO

Weltladen
Bottega del Mondo „Twiga“
Oberrangen, 2
Ragen di sopra, 2
Tel. 0474 410226

SAND IN TAUFERS CAMPO TURES

Weltladen | Bottega del Mondo
Pfarre, 6 | Parrocchia, 6
Tel. 0474 679209

MERAN - MERANO

Weltladen | Bottega del Mondo
Verdistr., 2/A | Via Verdi, 2/A
Am Vinschgertor
Porta Venosta
Tel. 0473 211501

BOZEN - BOLZANO

Bottega del Mondo | Weltla-
den Sozialgenossenschaft/
Onlus
Südtiroler Str., 6
Via Alto Adige, 6

Tel. 0471 971469

BOZEN - BOLZANO

Bottega del Mondo | Weltladen
„Le Formiche | Die Ameisen“
coop soc.le ONLUS
1) Via Roma, 61 | Romstraße, 61
2) Via Sassari, 4
Sassaristraße, 4
Tel. 0471 502821
0471 931037

ST. ULRICH - ORTISEI

Buteiga dl Mond Gherdeina
Snetonstraße, 15A
Via Sneton, 15A

STERZING - VIPITENO

Weltladen | Bottega del Mondo
Rathausgasse, 7
Vicolo Municipio, 7
Tel. 0472 760286

LANA

Weltladen | Bottega del Mondo
Am Gries, 27 | V. Gries, 27
Tel. 0473 550136

LEIFERS - LAIVES

„Le Formiche | Die Ameisen“
coop soc.le ONLUS
Kennedy Str., 110

Die weiteren Fair Cooking Partnerrestaurants:

FAIR COOKING WOCHE AUCH IM

CASTEL RINGBERG

KALTERN – CALDARO

Gourmetkoch | chef gourmet: Stefan Unterkircher

Castel Ringberg
St. Josef am See 1 | Kaltern
www.castel-ringberg.com
info@castel-ringberg.com
Tel.: +39 0471 960 010

Castel Ringberg
San Giuseppe al Lago, 1 | Caldaro
www.castel-ringberg.com
info@castel-ringberg.com
Tel.: +39 0471 960 010

Ruhetag: Dienstag

Giorno di riposo: martedì

RESTAURANT – RISTORANTE

CONDITO

BOZEN – BOLZANO

Gourmetkoch | chef gourmet: Luis Agostini

Condito
Crispstraße, 37 | Bozen
www.condito.info
contact@condito.info
Tel.: +39 0471 050 173

Condito
Via Crispi, 37 | Bolzano
www.condito.info
contact@condito.info
Tel.: +39 0471 050 173

Ruhetag: Sonntag

Giorno di riposo: domenica

RESTAURANT – RISTORANTE

LA STÜA DE MICHIL

CORVARA

Gourmetkoch | chef gourmet: Arturo Spicocchi

Restaurant La Stüa de Michil
c/o Hotel la Perla
Col-Alt-Straße, 105 | Corvara
www.hotel-laperla.it
info@hotel-laperla.it
Tel.: +39 0471 831 000

Ristorante La Stüa de Michil
c/o Hotel la Perla
Via Col Alt, 105 | Corvara
www.hotel-laperla.it
info@hotel-laperla.it
Tel.: +39 0471 831 000

Geöffnet von: 19 – 21.30 Uhr
Sonntag geschlossen

Orario: 19 – 21.30 Uhr
Domenica chiuso




Ethical Banking
 non profit service

Geld kann man nicht essen – oder doch?

Man kann beeinflussen, was mit dem eigenen Spargeld finanziert wird: Das Projekt „Ethical Banking“ der Südtiroler Raiffeisenkassen bietet bereits seit zehn Jahren die Möglichkeit an, mit dem eigenen Ersparten die Produktion von hochwertigen und fair produzierten Lebensmitteln zu fördern. Werte schaffen – und genießen!

Das Ziel war, ein innovatives Finanzprodukt zu schaffen, welches auf die sozialen, kulturellen und ökologischen Bedürfnisse der Gesellschaft eingeht. Es sollen jedoch keine Spenden verteilt werden, sondern es wird nach dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ von Friedrich Raiffeisen vorgegangen – mit Förderkrediten will Ethical Banking Starthilfe für finanzierungswürdige Projekte gewähren.

Unter anderem werden dabei Projekte aus den Bereichen „Gerechter Handel“ und „Biologische Landwirtschaft“ finanziert. Und so kommt es, dass der Kunde nicht nur einen angemessenen Zinssatz für sein Spargeld erhält, sondern direkt „kosten“ kann, welche Produkte er mit seiner Anlage gefördert hat.

Durch das Prinzip der absoluten Transparenz kann der Kunde jederzeit genau nachvollziehen, wo die angesammelten Spargelder eingesetzt wurden. Der Kunde sieht, welche „Früchte“ das Projekt Ethical Banking tragen kann – dies können die biologischen Himbeeren vom „BioPius“ aus Völs sein, der Biowein vom Ebnerhof in Bozen oder der mexikanische Uciri Kaffee vom Gerechten Handel.

Raiffeisenkasse Bozen Gen.
 Ethical Banking
 Romstraße 61
 I - 39100 Bozen (BZ)
 Tel. +39 0471 065 720
www.ethicalbanking.it



Raiffeisen

FAIR COOKING – MEHR ALS NUR PFEFFER

Fair Cooking will die Philosophie und die Vorzüge des fairen Handels bekannt machen sowie den Respekt gegenüber den Erzeugern unserer Nahrung fördern.

Die Fair Cooking Partnerbetriebe und Köche teilen diese Leidenschaft für natürliche Produkte. Sie legen Wert auf höchste Qualität und wollen das Bewusstsein für eine richtige und gerechte Ernährung stärken.

Im Fair Cooking Projekt treffen sich zwei Elemente, die bislang häufig als Gegensätze betrachtet wurden. Zum einen rücken die Produkte des fairen Handels in ein neues Licht: Sie werden sowohl aufgrund ihrer ethischen Dimension als auch aufgrund ihrer hervorragenden Qualität geschätzt. Die Gastronomie wiederum bereichert sich mit nichtmateriellen Werten: Die Köche kaufen Produkte aus fairem Handel und erhalten damit auch die Gewissheit, einen Beitrag zu einem kritischen Konsum und zu einer gerechteren Welt zu leisten.

Das Konzept von Fair Cooking selbst geht über den fairen und solidarischen Handel hinaus: Bereits der Begriff „fair“ lässt sich auf weitere Gesichtspunkte einer nachhaltigen Landwirtschaft ausdehnen. Biologische Erzeugung oder regionale und in Sozialgenossenschaften erzeugte Produkte sind Beispiele dafür, schließlich verfolgen diese Anbauformen ähnliche Ziele wie der faire Handel im Hinblick auf soziale, wirtschaftliche und ökologische Nachhaltigkeit.

Die Fair Cooking Partnerrestaurants sind damit nicht nur Teil eines zeitlich begrenzten

Projekts: Indem sie fair gehandelte Produkte zum festen Bestandteil ihrer Küche werden lassen, leben und unterstützen sie Tag für Tag eine Gastronomie mit hoher ethischer Dimension. Fair Cooking selbst ist ein dyna-

Mascao-Schokoladensoufflé mit Gundelreben-Eis

Dieses Dessert, zubereitet von Heinrich Schneider, ist eine gelungene Kombination von fairen Produkten: Faire Mascao-Schokolade trifft auf die Gundelrebe, ein typisches Sarner Wildkraut.



mische Projekt, das zum Thema des fairen und gerechten Handels sensibilisieren will. Die Küchenchefs sind Botschafter eines kritischen Konsums: Ihr Einsatz soll auch andere dazu bewegen, einen Schritt in diese Richtung zu setzen.

FAIR COOKING – NON SOLO PEPE

Fair Cooking mira a promuovere la filosofia del commercio equo-solidale, oltre a sensibilizzare le persone per il rispetto dei produttori del nostro cibo.

Gli chef, aderenti al progetto condividono la loro passio-

Tortino caldo al cioccolato Mascao con gelato all'edera terrestre

Questo dessert, preparato da Heinrich Schneider è un riuscito abbinamento di prodotti fair: il cioccolato Mascao equosolidale, con l'edera terrestre, un'erba spontanea della Val Sarentino.



Foto: Auenner Hof

ne verso i prodotti della terra, hanno un senso per la qualità e vedono il loro impegno di creare consapevolezza per un'alimentazione più giusta. In questo progetto si fondono due elementi che finora erano agli antipodi. I prodotti del

commercio equo, entrano in una nuova ottica e vengono apprezzati sia per il loro contenuto etico, sia per la loro qualità eccellente. La ristorazione invece si arricchisce di valori immateriali, gli chef non acquistano solo prodotti alimentari equosolidali, ma sono consapevoli che c'è rispetto per chi produce le materie prime. Il concetto Fair Cooking va oltre ai valori del commercio equo e solidale. Il termine fair, ovvero equo/giusto, può essere espanso anche verso altri approcci dell'agricoltura sostenibile. L'agricoltura biologica, alimenti di produzione locale o di cooperative sociali ne sono un esempio. Tali economie hanno obiettivi simili al commercio equo e solidale e lavorano nel rispetto della sostenibilità sociale, ambientale e commerciale.

L'Orzo biologico della Val d'Ultimo, l'agnello della Val di Funes, il miele di pino mugo e il formaggio d'alpeggio della Val Sarentino, non sono anche loro dei prodotti che rispettano una filosofia fair?

I ristoranti Fair Cooking, infatti, non sono solo partner di un progetto temporaneo, ma vivono e sostengono quotidianamente una cucina con un alto contenuto etico, integrando prodotti fair nella loro cucina.

Fair Cooking è un progetto dinamico, che vuole sensibilizzare le persone sul tema del commercio equo e il consumo responsabile. Gli chef sono degli ambasciatori di un consumo etico che vedono il loro impegno di mobilitare altre persone ad andare nella stessa direzione.

Michaela von Lutz

FAIR COOKING REZEPTE

LAMMSPIESSCHEN, ZIMT UND MELANZANE MIT ORANGEN PARFÜMIERT

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Lammfilet, in nicht zu dünne Scheiben geschnitten
- 2 Zimtstangen
- 3 kleine Melanzane
- Orangenschale
- Worcester-Sauce
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Mit den Zimtstangen und den Lammfilet-Scheiben Spieße vorbereiten. Die Melanzane in Scheiben schneiden und in der Pfanne mit Olivenöl anbraten. Salzen und etwas geriebene Orangenschale hinzufügen. Die Lammspießchen goldbraun anbraten, am Ende mit einem großzügigen Schuss Worcester-Sauce löschen. Mit den Melanzane servieren.



DIE NEUE WELLNE FUNKTIONALE KRÄUTER



Es gibt nichts Besseres als eine feine, vertraute Gewohnheit, die auf ganz viel beiträgt. Manchmal steckt das Geheimnis der Qualität in der Einfachheit, wohlschmeckend, einzigartig, mit der natürlichen Wirkung der Heilpflanzen.

RICETTE FAIR COOKING

SPIEDINO DI AGNELLO, CANNELLA E MELANZANE AL PROFUMO DI ARANCIO

Rezept | Ricetta:
Armin Mairhofer,
Anna Stuben

Ingredienti per 4 persone:

1 filetto di agnello tagliato a fette non troppo sottili
2 stecche di cannella
3 melanzane piccole
scorza di arancia
salsa Worcester
olio di oliva
sale, pepe

Preparazione:

Preparate degli spiedini utilizzando le stecche di cannella e la carne d'agnello. Tagliate le melanzane e satatele in padella con l'olio d'oliva, correggete di sale e aggiungete una grattata di buccia di arancia. Fate dorare lo spiedino di agnello, bagnando alla fine con un'abbondante spruzzata di salsa Worcester. Servite con le melanzane.

Foto: Aus dem Buch „il gourmet equo e solidale“ (Edizione Gribando)

EUEN

SSTEEES

TERTEEMISCHUNGEN



z natürliche Art und Weise zum eigenen Wohlbefinden
so wie in den Kräuterteemischungen von Pompadour:
en.



SPAGHETTINI MIT MAROKKANISCHEM SAFRAN, SPAGHETTINI ALLO ZAFFERANO MAROCCHINO CON

Zutaten für 4 Personen:

Spaghettini:

250 g Wasser
600 g Hartweizengrieß
Marokkanische Safranfäden
Salz, 5 g kalt gepresstes Olivenöl aus biologischem Anbau

Wildkräuterpesto:

0,3 l kalt gepresstes Olivenöl aus biologischem Anbau
65 g Parmesankäse
100 g Bärlauch
50 g Pimpinelle und Knoblauchrauke
5 g Rohrzucker
Salz

Weiters:

100 g Stockfischkutteln entsalzen
16 Vesuvtomaten
Salz, weißer Pfeffer

Ingredienti per 4 persone:

Spaghettini:

250 g di acqua
600 g di semola di grano duro
1 punta di zafferano marocchino in pistilli
Sale, 5 g di olio d'oliva extra vergine di produzione biologica

Pesto di erbe di prato:

0,3 l di olio d'oliva extra vergine di produzione biologica
65 g di parmigiano grattugiato
100 g di aglio orsino
50 g di pimpinella, agliaria
5 g zucchero di canna integrale, sale q. b.

altro:

100 g di trippa di baccalà disalata, 16 pomodori di Vesuvio
sale e pepe bianco q.b.



Industriezone - Zona Industriale 1/5
Eurocenter - 39011 Lana
Tel. +39 0473 201023 - Fax +39 0473 206969
info@biokistl.it - www.biokistl.it



BIO-Lebensmittel für gesundheitsbewusste Genießer
Alimentari biologici per buongustai

WILDKRÄUTERPESTO UND STOCKFISCHKUTTELN PESTO DI ERBE DI PRATO E TRIPPA DI BACCALÁ

Rezept | Ricetta:
Heinrich Schneider,
Auener Hof



Zubereitung:

Spaghettini: Safranfäden im Wasser zwei Stunden lang einweichen. Aus Wasser-Safran-Gemisch, Hartweizenmehl, Salz und Olivenöl einen geschmeidigen Teig herstellen und 30 Min. ruhen lassen. Mit einer Nudelmaschine Spaghettini herstellen, auf einem mit Hartweizengrieß bestäubten Blech portionsweise ablegen.

Wildkräuterpesto: Die gut gewaschenen Kräuter trocken schleudern, schneiden und im Mörser mit wenig Olivenöl zu Pesto verarbeiten. Anschließend mit den restlichen Zutaten vermengen.

Stockfischkutteln: Die Stockfischkutteln in reichlich kaltem Wasser gut waschen. Anschließend in einem kleinen Topf mit heißem Wasser 20 Minuten ziehen lassen und abseihen. Die Kutteln von den Häuten befreien und in kleine Stücke schneiden. Die Vesuvtomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren, in Eiswasser abschrecken. Schalen, das Kerngehäuse entfernen, mit Olivenöl auf ein Blech geben. Bei 120°C für 30 Min. in den Ofen schieben.

Präsentation:

Die Spaghettini al dente kochen und zuerst mit den Kutteln und den Tomaten schwenken. Pesto dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Procedimento:

Spaghettini: Mettere a mollo per circa 2 ore i pistilli di zafferano nell'acqua indicata.

Unire l'acqua con la semola e il sale e lavorare bene l'impasto. Farlo riposare per 30 minuti. Con la macchina per pasta fresca fare quindi gli spaghettini e appoggiarli su una teglia infarinata con semola.

Pesto di erbe di prato: Lavare le erbe di prato, sminuzzarle e pestarle in un mortaio con un po' di olio d'oliva per ottenere una bella crema.

Unire il parmigiano, lo zucchero e aggiustare il pesto di sale.

Trippa di baccalà e pomodori:

Lavare la trippa con tanta acqua fredda. Metterla in un pentolino con acqua poco bollente e non salata per ca. 20 minuti. Scolare la trippa, pulirla bene e tagliarla a pezzettini.

Sbollentare i pomodori per spellarli. Togliere la polpa e porgere i pomodori su una teglia con un filo di olio d'oliva. Infornarli a 120°C per ca. 30 minuti.

Presentazione:

Cuocere al dente gli spaghettini. Riscaldare lentamente la trippa con i pomodori e unire gli spaghettini e il pesto.

Aggiustare di sale e pepe ed è pronto il piatto!

CONFIT VON LACHS MIT ROTER ZWIEBEL UND ORANGEN

SALMONE IN CONFIT CON CIPOLLA ROSSA E ARANCE

Rezept | Ricetta:
Armin Mairhofer,
Anna Stuben

Zutaten für 4 Personen / ingredienti per 4 persone:

200 g frisches Lachsfilet / 200 g di filetto di salmone fresco

1 rote Zwiebel / 1 cipolla rossa

2 Orangen / 2 arance

Rotweinessig / aceto di vino rosso

Balsamessig / aceto balsamico

Dill / aneto

Lorbeer / alloro

1 EL Zucker / 1 cucchiaino di zucchero

eine halbe Zimtstange und gemahlener Koriander aus Sri Lanka
mezza stecca di cannella e Coriandolo macinato dallo Sri Lanka

geschälte Pistazien / pistacchi sgusciati

natives Olivenöl extra / olio extravergine di oliva

Salz / sale

Pfeffer / pepe

4 dicht verschließbare Gefäße / 4 vasetti a chiusura ermetica

Für die Beilage / per il contorno:

Fenchel / finocchio

Ciabatta-Brot / pane tipo ciabatta

Zubereitung:

Ich schneide die Zwiebel in Scheiben und schmore sie kurz mit den Essigen, Lorbeer und Zimt an. Den Saft einer der beiden Orangen fange ich in einem kleinen Topf auf, würfele die andere Orange und gebe sie zusammen mit dem Zucker zum Saft. Ich bringe das Ganze für einige Minuten zum Kochen. Den gewürfelten Lachs würze ich mit wenig Salz, Pfeffer, einer Prise Koriander und Olivenöl und verteile ihn in die Gefäße mit der Zwiebel, der Orange, etwas Dill und einigen Pistazien. Die verschlossenen Gefäße gebe ich für 4 Minuten bei 120°C in den Dampfgarer, anschließend schreke ich sie in Eiswasser ab. Ich reiche einen Salat aus frischem Fenchel und Bruschetta aus Ciabatta.

Preparazione:

Taglio a fettine la cipolla e la rosolo brevemente con i due aceti, l'alloro e la cannella. Spremo una delle due arance raccogliendo il succo in un pentolino, taglio a cubetti la seconda e la unisco al succo, assieme allo zucchero.

Porto a cottura per qualche minuto. Taglio a dadi il salmone, condisco con pochissimo sale, pepe, un pizzico di coriandolo e olio di oliva.

Lo distribuisco nei vasetti con la cipolla, l'arancia, un po' di aneto e alcuni pistacchi. Li chiudo e passo in forno a vapore a 120 °C per 4 minuti, quindi raffreddo velocemente in acqua ghiacciata.

Servo con un'insalata di finocchio fresco e bruschetta di ciabatta.



pr-info

Anton Oberhöller

Der traditionelle Handwerksbetrieb „Anton Oberhöller“ legt sehr viel Wert auf gute Qualität. Nur ausgewählte Fair Trade-Bioschokolade und lokale, traditionelle Produkte – allesamt ebenfalls aus kontrolliert biologischem Anbau – werden für die köstlichen Schokoladetafeln und Pralinen verwendet.

Der Chocolatier Anton Oberhöller stellt außerdem neben der Bioschokolade auch hochwertige Schokolade mit diversen Geschmacksrichtungen her.

Heute besteht das Sortiment von Anton Oberhöller aus insgesamt fünf unvergleichlichen Gourmet-Schokoladen: neben der Latschenschokolade (60% Kakao) gibt es noch die Sorten Erdbeere und Apfel, Bergmilch (50% Kakao) und Feinbitter (70% Kakao). Die neueste Kreation: feinste Pralinen mit einem Hauch Sarner Latschenöl.

Die Marke „Anton Oberhöller“ steht für die Verwendung lokaler, traditioneller Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau. Die handgeschöpfte Bio-Schokolade stammt ausschließlich aus fairem Handel.



Oberhoeller Anton
Runggengerstraße 26
I-39058 Sarnthein
Tel. 0039 0471 622 016
Fax 0039 0471 622 016
info@antonoberhoeller.it



Ethical Banking
non profit service

EnerSan
Wir unterstützen dich
bei der Sanierung
deines Hauses



Raiffeisen

Mit der Spar- und Finanzierungslinie „EnerSan“ fördern die Südtiroler Raiffeisenkassen jene Projekte, die auf die Energieeinsparung abzielen. Das erklärte Ziel ist es, alle „energiefressenden Altbauten“ auf den Mindeststandard des KlimaHaus C zu bringen!

Raiffeisenkasse Bozen Gen.
Ethical Banking
Romstraße 61
I - 39100 Bozen (BZ)
Tel. +39 0471 065 720
www.ethicalbanking.it