

# Olivengeflüster

- Neues aus dem Olivenhain -



## Info Nr. 51

28.02.2011

Dies ist ein persönliches Informationsmail rund um Oliven, Olivenöl und mehr von Rolf und Sonja.

Es wird nur an Leute verschickt die es möchten.

Sollten Sie es nicht mehr wünschen, geben Sie uns [Bescheid!](#)

Alle bisherigen Olivengeflüster sind [hier](#) zu finden.

Yassas - Grüezi mitenand

So schön... die letzte [Jubiläumsnummer](#) des Olivengeflüsters hat so viele Rückmeldungen gebracht wie noch nie zuvor. Preis-Kreuzworträtsel scheinen unter unseren Kunden sehr beliebt zu sein - und ich werde es irgendwann mal wiederholen. Im Anhang findet ihr das ausgefüllte Rätsel mit Lösung und Gewinnern. Klar, dass es ein bisschen griechisch- und olivenöllastig war; woher das wohl kommt? ;-)

Die Themen dieser Nummer:

---

**1. NaTrue Label**

**2. Neue Rezeptur bei Tafel-Oliven**

**3. (kleiner) Alltag in Griechenland**

#### **4. Rezept: Kòkoras à la Rolf**

#### **5. Der Olivenhain meint...Drachen steigen lassen**

---

##### **1. NaTrue Label**

---

Der Lebensmittelmarkt ist voller Labels. Bio-Suisse, KAGfreiland, SuisseGarantie, Demeter und viele mehr. Hilfen um Kunden im Dschungel von Angeboten richtungsweisend zu sein. Doch im Dschungel eine Richtung zu finden ist nicht immer ganz einfach und ohne Kompass wird da Nord schnell mal zu Süd oder umgekehrt. In der Regel bin ich kein allzu grosser Anhänger solcher Labels denn sie können auch ganz schön Verwirrung stiften. Doch die Ausnahme bestätigt die Regel.

So eine richtige Labeldschungelfahrt habe ich noch nie gemacht und diese Erfahrung soll jetzt umgesetzt werden. Es gibt ja nicht nur für Lebensmittel Labels und wir haben uns entschieden für Sonjas neuen [Pflegebalsam](#) das NaTrue Label zu beantragen. Ein Label das vor allem für natürliche Kosmetika steht.

Da wir sowieso nur Bioprodukte für den Pflegebalsam verwenden, möchten wir dies über das [NaTrue](#) Label bestätigen lassen, das unter anderem auch von der bio-inspecta in Frick vergeben wird.

Wenn ich ganz ehrlich bin, dann geht es mir dabei auch zu einem Teil um Selbstbestätigung. Wir selber wissen ja, dass Sonja nur die für uns bestmöglichen Rohstoffe verwendet, um den Pflegebalsam herzustellen. Für das Olivenöl haben wir ja ein Label von Bio-Hellas. Doch darum hat sich Jorgos Skarpalezos, der Ölmühlenbesitzer, selber gekümmert (und vielleicht kriegen wir bald auch noch Bio-Suisse auf die bag in box gedruckt).

Doch ein ganz selbst hergestelltes Produkt zu zertifizieren ist nochmals etwas ganz anderes, sozusagen im gleichen Regal zu stehen wie Weleda, Farfalla oder Dr. Hauschka - let's do it..

---

##### **2. Neue Rezeptur bei Tafel-Oliven**

---

Vor ein paar Wochen hatte ich alle unsere Kunden, die Tafel-Oliven gekauft haben, angeschrieben und um ein Feedback gebeten weil, wir hatten 2010 die Rezeptur ein wenig geändert.



Die letzten Jahre kam es immer wieder vor, dass die Oliven zu schnell weich wurden. Wir sind bestrebt so wenig Salz wie möglich zu verwenden, da unsere Erfahrung zeigt, dass unsere Kunden in der Regel "zu salzige" Oliven nicht mögen. Die Salzkonzentration steht jedoch in direktem Zusammenhang mit dem Weichwerden der Oliven, d.h. je weniger Salz

desto schneller werden sie weich. Auch ist bei niedriger Salzkonzentration das Risiko grösser, dass die Oliven bei Auslieferung zum Teil noch bitter sind.

Letztes Jahr hatten wir nun den Salzgehalt von 5% auf 7% erhöht, die restlichen Zutaten sind gleich geblieben.

Jetzt habe ich die Feedbacks ausgewertet und die Entscheidung ist sehr einfach: Bei einem Rücklauf von 60 % bevorzugen 85 % der Befragten die neue Rezeptur. Was ich dabei besonders schön finde ist, dass Kunden mitwirken am Gestalten unserer Produkte! Denn wie sagte Ralph Waldo Emerson so treffend?: "Unsere besten Gedanken liefern uns die anderen."

---

### 3. (kleiner) Alltag in Griechenland

---

Vom 4. bis 14. Februar war Sonja [En Somati](#)-Dozentin an einem Weiterbildungs-Seminar für holländische Hausärzte in Davos. In unserem Leben kommt es immer wieder mal vor, dass jemand von uns beiden über längere Zeit alleine zu Hause - also StohwittwerIn ist. Da wir in einem sehr kleinen Dorf wohnen bekommen dies natürlich auch die Nachbarn mit. Und dann beginnt auch sofort die "soziale Kontrolle". Wenn Sonja alleine zu Hause ist, dann geht das in Richtung: "Wir passen auf, dass du nicht 'von Albanern gestohlen' wirst." Bei mir geht es in Richtung: "Wir passen auf, dass du nicht verhungerst." Ab und zu wird dann für den Rolf einfach eine Portion mehr gekocht und vorbei gebracht - meist ungefragt.

Diesmal kam eine Nachbarin mit einem frisch geschlachteten Kòkoras (Freiland-Gockel zwischen 3 und 4.5 kg...) an mit den Worten: "Ich habe heute drei Kòkoras geschlachtet und dachte mir, warum nicht einen vierten für Rolf." (Im Dorf weiss man auch, dass ich, und das als Mann, kochen kann und dies auch sehr gerne mache.)

Da ich mit so einem Ding für mich alleine sechs Mahlzeiten zubereiten könnte, habe ich dann die Hälfte einem zufälligerweise vorbei kommenden Freund weiter verschenkt und nur drei Mal davon gegessen...

Ein paar Tage später kam eine weitere Nachbarin vorbei mit einer Riesentüte voller Orangen aus ihrem Garten mit den Worten: "Wenn du jetzt alleine bist darfst du auch deine Gesundheit nicht vergessen. Hier habe ich ein paar Vitamine für dich."

Bei Kaffee und Tee fügte sie dann hinzu: "Wenn nicht immer alles schön sauber aufgeräumt ist, macht das gar nichts. Aber gesund essen muss man auch wenn man alleine ist."

Erst als sie wieder gegangen war liess ich meinen Blick durch Küche und Stube schweifen und verstand die Bemerkung...

Für mich ist dies das Griechenland welches ich liebe. Nicht das Griechenland wie es in den letzten Monaten durch die Medien geschleust und dargestellt wird. Es gibt immer noch das andere Griechenland und dieses wird überleben - da bin ich mir ganz sicher. Denn eines haben die Griechen und das kann nicht so schnell zerstört werden; sie haben Herz.

---

#### **4. Rezept: Kòkoras à la Rolf**

---

In Griechenland ist es auf dem Lande eine Ehrerbietung an den Gast des Hauses, wenn für ihn der stolzeste und prachtvollste Kòkoras (Hahn) im Hühnerstall zu einem leckeren Essen zubereitet wird...

Es lohnt sich, wenn ihr einen Freilandhahn findet, vielleicht direkt bei einem Bauern, ansonsten ein Hähnchen vom Metzger. Der meinige war 3.5 kg, das Rezept ist für die Hälfte, also führ ein Hähnchen von 1.5 - 2 kg.

##### *Zutaten*

- 1 Hähnchen
- 0.5 dl Olivenöl
- 2 EL weissen Balsamico Essig
- Meersalz
- Paprika
- 2-3 Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Rosmarinzweig
- 2 dl Rotwein (oder Weisswein, je nach Geschmack)
- 500 g Karotten



##### *Zubereitung*

- Hähnchen halbieren, mit Meersalz und Paprika einreiben, Olivenöl und Balsamico in einem Schälchen mischen, beide Hälften damit einreiben, ca. 2 Std. stehen lassen.
- Karotten schälen und in etwa zeigfinger grosse Stücke schneiden.
- Tomaten über eine Röstiraffel in eine Schüssel reiben, Wein darunter mischen.
- Das eingeriebene Hähnchen in eine passende Backofenform (ohne Deckel) im auf 200 °C vorgeheizten Backofen ca. 10 Min. anbraten bis die Haut knusprig ist, dann die Backofenform aus dem Ofen nehmen.

- Das Tomatenmark sofort zusammen mit ein bisschen Olivenöl mit einer Holzkeule in die heisse Form einrühren, die geriebenen Tomaten, Wein, Karotten und Rosmarinzweig dazugeben.
- Backofen auf 180 °C zurückstellen und das Ganze mit geschlossenem Deckel 50-60 Min. fertig garen. Das Hähnchen dabei ein bis zwei Mal wenden.

Lecker dazu schmecken breite Bandnudeln... en Guete!

---

## 5. Der Olivenhaini meint...Drachen steigen lassen

---



Bei den Menschen beginnt heute in einer Woche die Fastenzeit. Ich glaube zwar nicht bei allen Menschen, aber bestimmt hier in Griechenland. Ab nächsten Montag essen sie dann während den nächsten 40 Tagen immer weniger. Auch nicht alle, nein, nein, nur die die es wollen. Denn fasten ist ja nicht gesetzlich vorgeschrieben.

Die ganze Karnevalszeit wird hier übrigens Apòkries genannt. In eure Sprache übersetzt heisst das so viel wie "Fehlen von Fleisch" und beginnt eben in einer Woche am Katharo deftera ('sauberer Montag' = Rosenmontag). Der Auftakt dazu ist ganz lustig. An diesem Tag sieht man nämlich allerorten die buntesten Drachen in der Luft. Früher, da wurden diese noch selbst gebastelt. Papa hat zusammen mit den Kindern Stunden verbracht um einen grossen und bunten Drachen zu basteln der dann möglichst hoch und lange in die Lüfte steigen soll. Heute gibt es sie an fast jedem Kiosk als Fertigteile aus Plastik zu kaufen... ich habe mir natürlich selber einen gemacht und der wird alle in Erstaunen versetzen!

Wer gucken möchte wie es am grössten Karneval Griechenlands zu und her geht, der kann sich [hier](#) für zwei Minuten nach Patras klicken. Und dieser kurze Film zeigt, dass der [Karneval von Patras](#) eine grosse Tradition hat... vielleicht gehe ich doch mal dahin...

Was mir an diesen 40 Tagen besonders gefällt ist, dass immer eine kleine Vorfreude zu spüren ist bei den Menschen. Eine Vorfreude auf ihr grösstes Fest, nämlich Ostern.

---

Wir sind beide nicht so karnevalsbegeistert, wünschen aber allen die Freude daran haben, dass sie sich so richtig "austoben" können und schicken euch liebe Grüsse  
Rolf und Sonja

Auflösung aus der Nummer 50

die glücklichen Gewinner sind:  
 1. Preis: Antoinette Joss, Fraubrunnen  
 2. Preis: Käthi Strasser, Winterthur  
 3. Preis: Eliane Forster, Niederuzwil

Maske	S	P	L	E	E	N	offizielle Bezeichnung für Griechenland	Ortungs- und Peilungsgerät CH-Flächenmass	R	A	D	A	R	griech.: Öl	L	
Freude ehem. CH-Warenhaus	E	P	A	deutsche Bio-Kette	Computer Marke	griech.: windstill	engl.: Hut Stadt in Frankreich	H	A	T	eine der besten Olivensorten für Öl...	Geld-Währung in Bulgarien	L	E	V	A
Nichtraucher-Autor (Alan) „unser aller“ Ohlmühle pers. Fürwort	C	A	R	„Konkurrent“ der Olive	A	C	E	R	Einfriedung	K	Himmelsrichtung griech.: Fundament	S	U	E	D	
Verkostungs-Gruppe engl.: Brief	S	K	A	R	P	A	L	E	Z	O	S	griechischer TV-Sender ital.: ja	E	T	I	
beliebte Snackfrucht in GR Kleidungsstück	E	S	P	A	N	E	L	griechischer Kriegsgott	A	R	E	S	I			
Schulkantäne Jagd	R	L	U	P	I	N	A	ital.: Männer beliebtes buddhistisch. Mantra	U	O	M	I	prunkvoll	V	unschöne Art	
H	M	E	N	S	A	S	O	N	N	E	franz.: Feuer Körper-spannung	F	E	U		
I	N	T	E	R	N	E	T	franz.: Schmuck	B	I	J	O	U	A		
Ein Leben ohne ist heute fast unvorstellbar	T	E	L	E	F	O	N	KFZ-Zeichen für Hamburg	grösster Vogel Kantons-zeichen	K	O	N	D	O	R	
pers. Fürwort Kantons-zeichen	E	R	I	T	H	A	I	KFZ-Zeichen für Italien	asiatische Fluggesellschaft	U	A	T	E	erschreckens laut	Abkürzung für Tonne	
G	L	E	F	E	U	H	I	Ranke-Gewächs	amerik.: Hallo	O	S	L	O			

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
O	L	I	V	E	N	H	A	I	N	I