

## Unsere Partner\*innen – eine Auswahl

### Frisch Gefischt

Unseren Fisch bekommen wir von *Frisch Gefischt*. Die Geschäftsführer Lars und Andreas legen besonderen Wert auf nachhaltige Fangmethoden und das Einhalten von Schonzeiten. Eine faire Bezahlung der Fischer ist für die beiden selbstverständlich. *Frisch Gefischt* ist immer da, wo gerade der beste Fisch an Land kommt und die Fangmethode stimmt. Das Team von *Frisch Gefischt* sorgt dann dafür, dass der Fang schnell und auf dem direkten Weg in unsere Küche kommt. Frischer und nachhaltiger geht nur selbst geangelt. *Frisch Gefischt* liefert nur an ausgewählte Restaurants in Norddeutschland.

### Bio-Fleischerei Fricke

1989 öffnete die *Fleischerei Fricke* in Hamburg-Niendorf ihre Tore und war damit die erste Bioland-Fleischerei in Hamburg! Von Anfang an verfolgte die Fleischerei das Ziel, Premium-Qualität mit der ursprünglichen, natürlichen Schmackhaftigkeit aus einer Landwirtschaft für Mensch und Natur anzubieten. Heute, fast 30 Jahre später, beschäftigt die Fleischerei 25 Mitarbeiter und steht nach wie vor mit all seinen kleinen und größeren Bio-Erzeugerhöfen in persönlichem Kontakt. Dabei werden die Fleisch- und Wurstwaren *bei Fricke* in handwerklicher Tradition und einer lückenlosen Produktionskette verarbeitet. Die Herstellung erfolgt nach traditionellen, überlieferten Rezepten. Als Lizenzpartner des Bioland-Verbandes wird selbstverständlich vollständig auf Zusatzstoffe wie Nitritpökelsalz, Geschmacksverstärker und Bindemittel verzichtet. So schmecken die Produkte der *Fleischerei Fricke* nicht nur unheimlich lecker, sie entsprechen auch unseren hohen Ansprüchen an Qualität.

### Gut Haidehof

Das *Gut Haidehof* beliefert uns mit ausgewähltem saisonalem Gemüse. Wir haben uns für das internationale Farmteam entschieden, weil auf dem *Haidehof* regenerative Landwirtschaft betrieben wird. D.h. der *Haidehof* stellt die Regeneration des Bodens und der Biodiversität in den Mittelpunkt seiner Arbeit. Neben der großen Vielfalt des besonderen Gemüsegartens, ist die traktorlose und flächeneffiziente Anbauform das derzeitige Herzstück des *Haidehofes*. Der *Haidehof* liegt übrigens am Rande von Wedel vor den Toren Hamburgs. Ganz in der Nähe des tollen Forsts Klövensteen, inmitten wunderschöner Weide-, Wald-, Moor- und Heidelandschaften. Wir empfehlen dringend einen Ausflug mit anschließenden Kaffee und Kuchen und einem ausgiebigen besten Gemüse-Shopping im Hofladen.

### Wild Harvest

Theodora Giannoutsou ist gebürtige Griechin und Inhaberin der Firma *Wild Harvest*. Von ihr beziehen wir unser köstliches Bio-Olivenöl und unsere handgepflückten Kalamata-Oliven aus der Wildernte. Beide Produkte stammen von der südwestlichen Peloponnes. Angefangen hat Theodora ihren Handel mit der Olivenernte ihres Vaters, mittlerweile sind auch die Dorfnachbarn im Boot. Die hiesigen Bauern beackern ihre Olivenfelder nach alter Tradition. Und mit viel Liebe zum Detail. Das schmeckt man.

Neben den Oliven und Öl vertreibt Theodora auch den besten Bergtee der Welt: Der Bio-Bergtee *Sideritis Raeseri* wird von Kalliopi und ihrer Familie in Nordgriechenland, auf über 1000 Metern Höhe handgepflückt. Eine harte Ernte, die den Genuss für uns noch wertvoller macht. Getoppt wird das Ganze durch die vielen Heilkräfte des Tees.

## Maritime Zeitkapseln

Inhaber Daniel Rietdorf begann seine Karriere als Diplom-Biologe, bevor er sich in Fischkonserven verliebte. *Maritime Zeitkapseln* arbeitet mit kleinen Lieferanten, die auf traditionelle Weise ihr Handwerk verstehen und schon über Generationen ausüben. Die Fischer sind mit eigenen Booten unterwegs und fangen küstennah. Die Verarbeitung der Frischware erfolgt ausschließlich handwerklich und nicht maschinell. Wichtig zu wissen: Bei der Produktion von Konserven entsteht nahezu kein Abfall durch verdorbene Frischware. 100 Prozent der gefangenen Fische kommen nach dem Fang auch zu 100 Prozent in die Dose. Eh klar: Daniels Berufsehre als Ichthyologe verpflichtet ihn, nur Produkte zu verkaufen, von denen er aus ethischen und geschmacklichen Gründen überzeugt ist.

## Sportsman Coffee

Gut, wenn man Freunde hat, die Kaffee können: Unser Kumpel Josch Stange versorgt uns von Anfang an mit seinen handgepflückten und sonnengetrocknet Bohnen aus natürlicher Fermentation. Die 100 Prozent Arabica-Bohnen werden in Hamburg mit dem traditionellen und schonenden Trommelröstverfahren handgeröstet. Der Kaffee schmeckt herrlich sanft und ist doch kräftig. Ein milder, fein nussiger Geschmack mit einer luftigen Frische und einer milden schokoladig-karamelligen Würze. Abgerundet wird er perfekt durch eine sehr feine süßliche Aprikosennote.

## Honig

Sarah Beutling macht eigentlich in Mode. Ihr gehört der coolste Klamottenshop auf St. Pauli - Die Kleine Freiheit No1 in der Clemens-Schultz-Straße. Neben Sarahs Label iksi verkaufen weitere Designer\*innen den ganz heißen Scheiß. Sarahs Vater dagegen liebt Bienen und das ist unser Glück. Denn wir sind unter den wenigen Glücklichen, die von ihm beliefert werden. „Seine“ Bienen leben auf einem nahezu unberührten Naturgrundstück in Mecklenburg in einem alten, handgefertigten Bienenwagen aus Holz. Die Gesundheit und das Glück der Bienen stehen immer im Vordergrund – glückliche Bienen bedeuten köstlichen Honig. Und dieser hier gehört eindeutig zu den Köstlichsten. Perfekt passt er zum Bergtee von Theodora. Oder im Lemongras/Ingwer-Tee.

## Marker

*Marker* ist unser täglicher zuverlässiger Partner, wenn es um Frischwaren geht. Das Hamburger Traditionsunternehmen sitzt auf dem Hamburger Gemüsemarkt an den Elbbrücken. Beim Thema Nachhaltigkeit lässt sich das Unternehmen nicht lumpen. Mit *Unsere Ernte* garantiert *Marker* Obst und Gemüse von Erzeugern aus dem Alten Land und den Vier- und Marschlanden und mit der Produktreihe *Essbare Landschaften Holstein* engagiert sich das Unternehmen für den Anbau und den Vertrieb von alten, natürlich samenechten Gemüsesorten.

## Krug Wermut

Der Krug hat seinen eigenen Wermut. Erfunden hat ihn unser Freund und Koch Tim Hansen. Und damit beweist der Gute, dass er nicht nur wunderbar kochen kann, sondern auch weiß, wie man beste Zaubertränke braut. Die Basis für den *KRUG Wermut* sind ein Pfälzer Riesling und 20 verschiedene Botanicals.\* Hauptsächlich Geschmacksgeber sind Wermutkraut, Orangen- und Zitruschalen, Rosenblüten, Lavendel, wilder Pfeffer und Zimtblüte. Der Wermut entsteht durch eine mehrwöchige Mazeration, bei der die Botanicals ihre Aromen an den Wein abgeben. Dann folgt ein ordentlicher Schuss Brandy. Geschmacklich abgerundet wird der Wermut mit Honig und braunem Zucker. Am besten trinkt man den *KRUG Wermut* als Aperitif vor dem Essen auf Eis mit Dry Tonic und einer Orangenzeste. Geht natürlich auch einfach mal so für die gute Laune.

Unser Wermut hat 15,5% Vol und bringt die bekannten Nebenwirkungen mit sich. Außerdem ist er schneller ausgetrunken, als man denkt. Durch den erhöhten Alkoholgehalt ist der Wermut verschlossen konstant haltbar. Wir gehen sogar von einem weiter harmonisierenden Reife-Effekt aus. Geöffnet und im Kühlschrank gelagert, ist er bis zu 12 Monate genießbar.

\*Von Botanicals spricht man übrigens, wenn alle pflanzliche Zutaten zum Einsatz kommen - Wurzeln ebenso wie Blätter und Blüten.