

# Selbstversorger



Bei Garten- und Küchenarbeit schützt die hübsche Schürze von Rie Elise Larsen die Kleidung

Frisch Geerntetes aus eigenem Anbau ist viel gesünder als der Einkauf aus dem Supermarkt. Selbst Gekochtes und Gebackenes schmeckt viel besser und man weiß, was darin ist. Immer mehr Menschen drängt es zur Selbstversorgung, wie es die Großeltern teils noch betrieben haben. Und immer mehr entdecken, dass selber Garteln und selber Herstellen auch sehr viel Spaß macht.



Das Magazin ist seit 5. März neu auf dem Markt

Passende Bücher runden das Thema ab



KEIN GARTEN, zu kleiner Garten, nur ein Mini-Balkon? Das kann moderne Städter heute vom Gärtnern nicht abhalten – Urban Gardening ist einfach angesagt. Immer mehr Menschen legen Wert auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung und wollen dabei auch selber Hand anlegen. Lebensqualität steht für diese Menschen im Mittelpunkt, und zwar nicht nur die eigene. Kein Wunder, dass es seit März ein neues Magazin gibt mit dem Titel: „Frisch auf den Tisch – grow it, cook it, eat it“. Gezeigt wird darin, dass Gärtnern keine Wissenschaft ist, sondern vor allem Spaß macht. Profi-Rezepte für die Zubereitung der eigenen Ernte, die, wie bei Zucchini, auch mal außer Kontrolle geraten

kann, runden das Konzept ab. Auch Bücher beschäftigen sich mit dem Thema, wie „Selbstversorgung auf kleinstem Raum“ von GU. Esther Herr zeigt darin, wie man jede noch so kleine Ecke für Salat und Co. nutzen kann und wie einfach Gärtnern im Grunde ist. Rezeptideen für Tomatenpizza, Aronia-saft oder einen Beersmoothie machen Lust auf das Weiterverarbeiten der Ernte und anschließende Genießen. Das wichtigste ist, dass das Ergebnis schmeckt und das Ganze nicht in Stress ausartet, sondern Spaß macht. Deswegen sind pfiffige Ideen und die richtigen Helfer wichtig – gerne auch als Sets, damit alles, was gebraucht wird, direkt zur Hand ist.

Der Plantui Smart Garden reguliert sich alleine für optimales Wachstum der Pflanzen



## EIGENE ERNTE

Mit dem Anbau fängt es an. Es bringt viel Spaß zu sehen, wie aus ein paar Samenkörnern oder Setzlingen, etwas Anzuchterde, liebevoller Pflege und ein wenig Geduld die ersten zarten Pflänzchen sprießen. Lechuza bietet mit seinen Neuheiten Delta 10 und Cascadino Color schmale Pflanzgefäße für das platzsparende Anbauen von Salat und Kräutern auf dem Fensterbrett an. Das bewährte Lechuza Erd-Bewässerungs-System versorgt die Pflanzen dabei genau mit der Menge an Wasser, die sie für gesundes Wachstum benötigen. Mit einem drei Liter fassenden Wasserreservoir sind nicht nur Gießfehler quasi ausgeschlossen, der moderne Stadtnomade kann auch mal ein paar Tage unterwegs sein und seinem kleinen Garten geht es trotzdem gut. Auch beim Plantui Smart Garden muss sich der Pflanzenanbauer nur wenig um seine grünen Schützlinge kümmern. Ein eingebauter Computer, reguliert, Licht, Wasser und Nährstoffe ganz alleine. Die speziellen

Lichtspektren, die das Licht des magischen Mittsommers reproduzieren, lassen einem das ganze Jahr über intensive Kräuter, exotische Blattsalate und essbare Blüten genießen, bei überraschend kleinem Energieverbrauch. Und die Handhabung ist ganz einfach. Einfach Kapseln mit den gewünschten Samenkernen einsetzen, Wasser mit den Nährstoffen hinzufügen und fertig. Keine Erde, keine Gärtnerkenntnisse und kein Waschen der Pflanzen vor dem Essen wird benötigt.

Sagaform erweitert seine erfolgreiche Serie „green“ um ein Mini-Gewächshaus für die Fensterbank in drei Pastellfarben. Es besteht aus einer pastellfarbenen Keramikschale mit Fuß, die es in drei Farben gibt, und einer mundgeblasenen Glaskuppel, die oben offen ist und so für Belüftung sorgt. Damit das Hobbygärtner im Haus gut klappt, gibt es aus der Serie „green“ auch ein dreiteiliges Garten-Set. Es besteht aus zwei Pflanzkellen und einer Mini-Harke aus Metall mit Kunststoffgriff, stets zur Hand in einer hübschen Stofftasche.



Minigewächshaus für die Fensterbank von Sagaform

## GÄRTNERN IN DER KÜCHE

Lechuza bietet für die Fensterbänke schmale Pflanzgefäße für Kräuter und Co. an



Mit der Kräutersichel von Raumgestalt ist das Ernten einfach



## Trend

### BACKWERK

Brot ist bei uns ein Grundnahrungsmittel. Viele Bäcker greifen zur Arbeitserleichterung dabei auf fertige Backmischungen zurück, so dass sich immer mehr Verbraucher fragen, ob sie ihr Brot dann überhaupt noch beim Bäcker kaufen wollen. Brot selber backen ist angesagt. Eine Unterstützung für eine unkomplizierte Zubereitung ist da schon sehr praktisch, wie das Brotback-Set von Lékué bestehend aus Silikonschale und Teigschaber. Die Schale eignet sich für alle Zubereitungsschritte – Zutaten abwägen, Teig kneten, Teig gehen lassen und sogar zum Brot backen. Da alles in einem einzigen Küchenutensil durchgeführt wird, spart das Zeit und Platz im Schrank. Aber auch Power-Müsliriegel werden aus natürlichen Zutaten ohne Konservierungsstoffe lieber selber gebacken, denn dann weiß man was drin ist. Küchenmaschinen helfen hier beim Zerkleinern des Trockenobstes und der Nüsse und eckige Backformen sind zum Backen ideal.



*Eine Schüssel zum Abwiegen, Rühren und auch Backen gibt es bei Lékué*

### FRESHLY BAKED

*Ein Brotbeutel aus Baumwolle für die Aufbewahrung von (selbstgebackenem) Brot. Von RBV Birkmann*



### KLEINE KÄSEREI

Mit dem „Cheese Maker“ von Lékúé kann man seine eigene kleine Käserei in der Küche eröffnen. So kann man einfach Frischkäse selbst herstellen. Verfeinert mit frischen Zutaten wie Gurke und Paprika oder weiteren Geschmackskomponenten wie Lachs und Zitrone wird aus dem selbstgemachten Frischkäse eine individuelle Delikatesse. Bei der Firma Boska gibt es ein „Home Cheese Maker“ Set sogar in drei verschiedenen Ausführungen: für Frischkäse, Mozzarella oder Kräuterbutter. Auch hier ist man der Meinung, dass der leckerste Käse der selbstgemachte ist. Zudem ist selbstgemachter Käse ideal für Allergiker und ernährungsbewusste Individualisten. In einer Glasdose befindet sich ein Rezept, eine Anleitung und alle Zutaten, die gebraucht werden. Dann muss man selbst nur noch eine paar frische Zutaten zufügen und kann dann 15 Mal Käse oder Butter herstellen. Danach kann die Glasdose als Vorratsdose genutzt werden.



### DIY-KÄSE

Das „Home Cheese Maker“ Set von Boska gibt es für Frischkäse, Mozzarella und Kräuterbutter



Käse nach Lust und Laune mit dem Cheese Maker von Lékúé

### SCHINKEN HOMEMADE

Auch eigenen Schinken mit würziger Rauchnote herzustellen ist ganz einfach mit dem richtigen Set, und einen Räucherofen braucht man dafür auch nicht. Das Set enthält alles, was man benötigt, um aus einem Stück Schweinefleisch einen leckeren Schinken im Backofen zu zaubern – Pökelbeutel, Pökelsalz, brauner Zucker (für leckeren süßen Schinken), Thermometer, Anleitung. Statt Geschmacksverstärkern kommen nur erlesene Gewürze an das Fleisch – und das ganz nach eigenem Geschmack. Ein Set, das auch eine tolle, nicht ganz alltägliche Geschenkidee ist.

Schinken-Set zum Selbermachen von Monsterzeug.de



Anzeige

# decorado

erfolgreich verkaufen



HIP...  
HIP...  
HUTZRA!

erfolgreich verkaufen  
mit Lebensmittelattrappen  
von decorado

Jetzt unverbindlich und **kostenfrei** Katalog anfordern:

freecall 00800 / 55 66 55 55  
freefax 00800 / 55 66 55 77  
[www.decorado.de](http://www.decorado.de) – [info@decorado.de](mailto:info@decorado.de)

## Trend

Verschiedene Charaktere können in Eisform gebracht werden



### KALTE LECKEREIEN

Es gibt für viele Menschen nichts Schöneres, als bei warmen Wetter ein kühles Eis zu genießen. Dieses ist aus Fruchtsaft oder Joghurt schnell selber gemacht. Da das Auge bekanntlich mit isst, sollte man sein Eis am Stiel vielleicht mal mit einer Eisform von Zoku machen. So kann man mit den „Fish Pops“ sein Eis in verschiedene Unterwasser-Lebewesen wie Fisch, Hai, Wal und Taucher formen. Damit die Optik inklusive Stiel komplett ist, stellt dieser, je nach Fischart, eine andere Beinform da. Aber auch andere Tiere wie Katze, Igel oder Frosch, sind bei den „Charakter Pops“ zu haben, und da diese einzeln erworben werden können, kann man sich seine eigene Sammlung aufbauen. Da das Eis in Silikonformen gefriert, sind die Formen sehr detailliert und das Eis lässt sich mühelos und ohne antauen aus der Form ziehen. So zaubert man kleinen und großen Eisessern ein Lächeln ins Gesicht.

### SCHOKO-GENUSS

Der Geschmack von Schokolade löst bei vielen Glücksgefühle aus. Mit dem innovativen Set von ChocQlate kann man in rund 20 Minuten im Handumdrehen seine eigene echte Schokolade zaubern, die vegan und lactosefrei ist und zudem ganz ohne Zucker oder anderen Zusatzstoffen auskommt. Aus nur fünf biologischen, pflanzlichen Zutaten, nämlich Kakaobohnen, Kakaobutter, Kakaopulver, Agavensirup und Bourbon-Vanille, entstehen originelle Kreationen mit intensivem Schokoladengeschmack. Der Süßungsgrad kann dabei sehr einfach über die Menge an Agavensirup selber bestimmt werden. Auch sonst kann man eine unendliche Vielfalt an eigenen Lieblingskreationen erstellen, indem die Schokolade mit vielfältigen Extras verfeinert wird. Die Zutaten sind zu hundert Prozent pur und natürlich und die Firma achtet zudem darauf, dass die Kakaobohnen in natürlichen Mischkulturen im Dschungel wachsen.

### EISZEIT

Eis mit Stiel in Fisch-Form von Zoku

Mit dem Set von ChocQlate kann jeder Daheim zum Chocolatier werden





Mit den „Homemade Goodies“ von Rayher können Schraubgläser, Flaschen und mehr hübsch verziert werden



## BEVORRATUNG

Selbstgemachte Limonaden, eingelegtes Obst, Marmeladen, Chutneys und so weiter benötigen zur Aufbewahrung und Bevorratung die passenden Gefäße. So bietet die florale Serie „Fiorita“ von Leonardo ein Spektrum an Gläsern, Schalen und Accessoires in fruchtigem Pfirsich und pastelligem Mint. Die klare Formensprache der Glasobjekte wird dabei von romantischen Blütendekoren aufgelockert. Trendige Accessoires und Papierstrohhalm setzen zusätzlich liebevolle Akzente. Aber auch Porzellan eignet sich ganz ausgezeichnet zur Aufbewahrung. Bei der Serie Notes von Kahla ist das Porzellan mit einer speziellen Oberfläche beschichtet, die mit Blei- oder Buntstiften beschriftet und bemalt werden kann. Nach Gebrauch lassen sich Wörter und Bilder einfach wieder weggradieren.

Was mit Liebe gemacht ist, soll auch liebevoll präsentiert werden. Deswegen kann man bei Rayher mit den „homemade goodies“ seine

selbst gemachten Leckereien schnell, einfach und stilvoll verpacken und dekorieren – als hübsches Geschenk aber natürlich auch für den Hausgebrauch. Lebensmittelechte, hübsch bedruckte Papiertütchen, Dekosets für Marmeladengläser, Tafelfolien Sticker, Spitzenpapier und vieles mehr laden zum kreativen Gestalten der eigenen kulinarischen Kreationen ein.

Der eigene Anbau von Obst und Gemüse, die eigene Herstellung von Grundnahrungsmitteln, das Einmachen, Einkochen und Haltbarmachen kostet Zeit und Kraft. Für immer mehr Menschen bedeutet es aber auch Entschleunigung und Lebensqualität. Es gibt einige (Küchen-)helfer und pfiffige Ideen, die die Arbeit hier erleichtern, und die Sie Ihrem Kunden zu diesem Thema anbieten können. Zeigen Sie Ihren Kunden, dass Selbstversorgung Spaß macht!

TRENDagentur Gabriela Kaiser,  
[www.TRENDagentur.de](http://www.TRENDagentur.de)



## HALTBAR GEMACHT

Mit der Serie Fiorita von Leonardo können die eigenen Kreationen aufbewahrt werden

## IN KÜRZE

Eigener Anbau von Obst und Gemüse, eigene Herstellung von Grundnahrungsmitteln und leckeren Köstlichkeiten – für immer mehr Menschen bedeutet das Lebensqualität. Bieten Sie die passenden Hilfsmittel dazu an, damit es möglichst einfach ist und Spaß macht.