

Herbst 2012

# Aalener Wochenmarkt



## Erntedank

Feiern Sie mit uns!  
Menschen - Hintergründe - Rezepte - Tipps  
Viele Infos rund um den Aalener Wochenmarkt

# NEU bei Saturn: modisches Jackenlabel **khujo**™

NEU

**khujo**™  
179,95 €

Erleben Sie  
weitere Jackenlabels:



Aalen, Spritzenhausplatz

**P**<sub>3</sub>

Parkhaus  
Spritzenhausplatz  
Trockenen Fußes  
Direktzugang ins Haus

Öffnungszeiten:

9:00 – 18:15 Uhr  
Do. + Fr. bis 19:00 Uhr  
Sa. 9:00 – 18:00 Uhr

[www.saturn-herrenmode.de](http://www.saturn-herrenmode.de)

# saturn

Männer Modewelt  
Tel: (07361) 96 85-0

## Die Ostalb feiert Erntedank – feiern Sie mit uns!

Willkommen zur zweiten Ausgabe unseres Wochenmarktmagazins.

Zunächst möchten wir Aalener Marktbesucher Ihnen unseren herzlichen Dank aussprechen für die überaus freundliche Resonanz unserem bunten "Marktblättle" gegenüber.

Allein diese Tatsache war Ansporn genug, Ihnen unverzüglich weitere der über vierzig Marktbesucher vorzustellen, die unseren Aalener Wochenmarkt mit feinsten Produkten aus der Region bestücken.

Mit der vorliegenden Ausgabe feiern wir gleichzeitig unser Erntedankfest, denn die wichtigsten Arbeiten des Jahres sind getan und die Ernte ist größtenteils eingebracht.

Wie Sie wissen, liegt unsere Arbeit trotz aller Technik am Ende eben doch in Gotteshand und entzieht sich somit der hundertprozentigen Planung.

In anderen Teilen der Welt waren unsere Kollegen aufgrund der dort herrschenden Wetterkapriolen leider nicht so erfolgreich, wie wir hier auf der Ostalb und sogleich hat dies in anderen Regionen spürbare Auswirkungen auf deren Lebensmittelpreise.

Dies zeigt deutlich, wie fragil die Balance von Klima und Ernteertrag letztlich ist und wie dankbar wir sein sollten, dass wir Ihnen zweimal wöchentlich unsere besondere Fülle an frischer und gesunder Ware anbieten können.

Deshalb wird Erntedank in diesem Jahr auf unserem Markt mit besonderem Nachdruck gefeiert.

Wir würden uns freuen, wenn auch Sie ein wenig Freude an diesem alten Brauch haben.

Nicht zuletzt aus diesem Grund plant der Aalener Marketingverein ACA vom 12. – 13. Oktober einen kleinen, sehr speziellen Herbstmarkt mit besonderen landwirtschaftlichen Produkten sowie entsprechenden Thementagen auf dem Spritzenhausplatz.

Um den Nutzwert des Magazins für Sie weiter zu erhöhen, fügen wir unseren Reportagen in dieser Ausgabe auch einige besondere Rezepte aus den Kochbüchern unserer Mitglieder bei und hoffen, dass diese Ihren Geschmacksnerv treffen.



Strom | Erdgas | Wärme | Wasser | Abwasser | Bäder | Parken



Stadtwerke  
Aalen

**Verlässlich.  
Fair.  
Kompetent.**

Stadtwerke Aalen GmbH  
Im Hasennest 9  
73433 Aalen  
[www.sw-aalen.de](http://www.sw-aalen.de)

Servicetelefon  
07361 952-255  
Servicefax  
07361 952-349

Die folgenden kalten Monate fordern Ihnen wie auch uns wieder einiges ab, wenn es heißt, bei Wind und Wetter die besondere Tradition des Aalener Wochenmarktes zu leben.

Wo sonst jedoch erwartet Sie eine derartige Auswahl hochwertiger Lebensmittel dieser besonderen Qualität und Güte?

Unser vorliegendes Magazin bietet Ihnen ein weiteres mal die Möglichkeit, all die fleißigen Macher kennenzulernen, die mit besonderer Leidenschaft und größtem Verantwortungsgefühl persönlich für ihre erstklassigen Produkte einstehen.

Wir sind sicher, dass es keinen besseren, frischeren und ökologisch sinnvolleren Weg gibt, als den von uns auf dem Wochenmarkt eingeschlagenen.

Wir freuen uns somit, auf all die spannenden Begegnungen mit Ihnen in den nächsten Monaten und wünschen Ihnen alles Gute bis zur dritten Ausgabe unseres Aalener Wochenmarktmagazins.

Ihre Wochenmarktbesucher

**Aalener Wochenmarkt:**

**Wir sind für Sie da!  
Mittwoch und Samstag von 7 – 12 Uhr  
Sie finden uns auf dem Marktplatz, in der  
Reichsstädter Straße sowie am Südlichen  
Stadtgraben.**

Impressum:  
Wochenmarktbesucher des Aalener Wochenmarktes e.V.  
V.i.S.d.P. Ernst Häcker, Kleinheppacher Str. 58,  
71384 Weinstadt.  
Konzeption und Texte: Ulrich Prött, [www.prottjekt.de](http://www.prottjekt.de),  
Fotos und Layout: Friedrun Reinhold, [www.atelier-reinhold.de](http://www.atelier-reinhold.de)  
Bahnhofstraße 78 / 73430 Aalen / 07361-92 190 44





## GARTENBAU JOSEF DEININGER

### Im Schatten des Rosensteinmassivs

Die Gegend um Heubach-Lautern scheint einfach gesegnet zu sein.

Dieser Eindruck zwingt sich jedem auf, der das Tal vor dem Rosensteinmassiv besucht und der ein Auge für die vielen Gartenbaubetriebe hat, die dort ansässig sind.

Wohlangelegte Felder und etliche Höfe mit Gewächshäusern finden sich hier, was insgesamt von einer fleißigen und bodenständigen Bevölkerung zeugt.

Der Gartenbaubetrieb von Josef Deininger findet sich etwas abseits direkt unter dem prächtigen Ostfelsen des Rosenstein in vollkommener Idylle gelegen.

Wer dem Hausherrn gegenübertritt, dem drängt sich unwillkürlich der Eindruck auf, dass dieser Mensch sich in diesem Felsen wunderschön spiegelt.

Und tatsächlich erstaunt die unbändige Energie mit der Josef Deininger seine Sache in Angriff nimmt.

Schnell wird klar, dass die Kulturen auf den Feldern, sowie im Gewächshaus seine Sache sind.

Allein die Fülle der verschiedenen Tomatenstauden mit ihren unterschiedlich geformten Früchten, von der winzigen Cocktailtomate bis zum wuchtigen Ochsenerz, ringt dem Besucher gehörigen Respekt ab.

"Meine besondere Passion sind die Paprikagewächse", gesteht der Gärtner, der unvermittelt eine pralle Frucht pflückt und diese in fließender Bewegung zerteilt und herzlich hineinbeißt.

Auf dem langen Rundweg über den Betrieb findet sich alles, was der großangelegte Stand auf dem Aalener Wochenmarkt zu bieten hat. Ein Gewächshaus voll mit duftigen Rosen scheint dabei neben Gemüse- und Kräuternbau wie eine Reminiszenz an vergangene Tage.

"Ja, früher hatten wir auch einen Blumenladen und diese Leidenschaft läßt mich nicht los" erinnert sich Ingrid Deininger lachend.

Heute ist vor allem sie das Gesicht hinter dem Aalener Marktstand und teilt die Leidenschaft und Kraft ihres Mannes, wenn es um die besondere Qualität der Ware geht.

"Die Vormittage in Aalen sind für mich etwas Besonderes und ich möchte auf keinen Fall darauf verzichten", sagt sie und lobt ihre Kunden, deren persönliche Vorlieben sie in vielen Fällen kennt.

"Es liegt dabei auf der Hand, dass der gesamte Wochenmarkt von der besonderen Nähe zum Kunden lebt und in all den Gesprächen die Wurzel des Vertrauens liegt", weiß sie aus langjähriger Erfahrung. Das dies kein einfacher Weg war gesteht Josef Deininger gern ein.

"Mein Großvater, der während des Krieges unter Polizeischutz die ersehnten Nahrungsmittel nach Aalen in die Stadt schaffte, legte den Grundstein", berichtet er nachdenklich.

"Seither hat sich viel getan in der Welt", resümiert er versonnen und blickt zu seinem Felsen hinauf, der unverändert diese Kraft weiterhin spendet.



## Letscho!

(ungarisches Rezept)

**Zwiebel nach belieben  
Paprika (ungarischer Gemüse-  
parika) nach belieben.**

**Gewürze:**

**Salz, Pfeffer, Prise, Knoblauch,  
Messerspitze Zucker, Tomaten-  
mark, Chillipulver, Wasser.**

**Zwiebel dämpfen, Paprika  
schneiden, dazugeben, würzen,  
ca. halbe Stunde köcheln lassen.**

**Nach der Garzeit rohe Eier im  
ganzen dazugeben und garkoch-  
en lassen.**

**Muss zum Schluss eine sämige  
Konsistenz haben.**

**Reis oder Weissbrot dazu rei-  
chen.**

**Gartenbau Josef Deininger**

**73540 Heubach**

**Rosensteinstraße 136**

**Tel. 07173 929044**

**Standort: vor Bäckerei Walter**

## Demeterhof Schmid

## Ethik und Ästhetik im Sinne des Kunden



Der Demeterhof der Familie Schmid liegt traumlich eingebettet am nördlichen Ortsende von Westhausen umgeben von großzügigen Wiesen für Fleckvieh und Geflügel.

Schon die Anzahl, als auch die Ästhetik, der zum Hof gehörenden Gebäude erinnert an einen Gutshof aus romantischen Zeiten.

Besonders im Hochsommer begegnen einem hier zwischen Strohballen und Scheune spielende Kinder - denn dies Gehöft ist mit seinen komfortablen Ferienwohnungen ebenfalls ein beliebtes Urlaubsziel mit der gehörigen Nähe zur Natur.

"Ja, unsere Gäste bringen noch mehr Leben ins Haus", strahlt Bettina Schmid, die Hausherrin des großzügigen Anwesens.

Bettina Schmid ist das seit vielen Jahren bekannte Gesicht des Marktstandes der Schmidts im Südlichen Stadtgraben.

Der Großteil ihrer Kunden sei Stammkundschaft, wie es bei vielen Marktbesuchern der Fall sei, berichtet sie, und doch laufe es am Stand irgendwie anders als üblich.

„Unsere Kunden sind auch unsere Partner, die im steten Kontakt und Feedback auch unsere Ware beeinflussen bis hin zur deren Herstellung“, bekennt sie.

Gemeint ist das Verbraucherverhalten derer, die ganz klare eigene Vorstellungen von gesunden und biologischen Lebensmitteln haben.

"Partner sein, das heißt stets auch auf den Kunden und dessen Vorstellungen von ethisch einwandfreier Lebensmittel zu hören", erklärt Manfred Schmid, der damals - 1983 - den weitreichenden Entschluss fasste, den streng ökologischen Landbau konsequent einzuführen.

"Das kommt einer Art Mitspracherecht gleich - und dies in einer Zeit, in welcher der Handel gemeinhin diktiert, was der Kunde zu tragen, zu tun und zu essen hat!"

Manfred Schmid hat in all den Jahren sein Ohr beim Kunden gehabt und seinen Hof dementsprechend um- und ausgebaut.

Ihm ist sehr wichtig, dass seine Ware aus eigener Produktion und eigener Verarbeitung kommt und Zugekauftes - wie etwa der angebotene Käse - von gleichdenkenden Erzeugern aus der Region stammt, denen er sein volles Vertrauen schenkt.

Viele Maßnahmen hat er unter anderem ergriffen, um dem Vieh seine Würde zu geben.

Das beginnt mit dem Futter aus eigener und besonderer Herstellung nach strengen Demetervorgaben und endet mit der Schlachtung auf dem Hof oder beim Metzger nebenan.

So ist dann alles auf dem Hof großzügig angelegt und die Tiere haben die Möglichkeit zu wählen, wo sie sich gerade innerhalb ihres Terrains aufhalten wollen.

Als wir gemeinsam mit ihm seine Mutterkuhherde auf der Weide besuchen wollen, ist diese so großflächig, dass der Ökobauer die Herde nicht sofort findet und schon einen Ausbruch befürchtet.

Indes lagen die Tiere lässig im Schatten des Unterholzes in einem ausgedehnten Waldgebiet, das zum Areal gehört.

Irgendwie sah das alles ganz natürlich aus und der Blutdruck des Bauern sank, bis er schließlich wieder stolz lächelte.



**Demeterhof Schmid**  
**73463 Westhausen**  
**Hofweg 4**  
**Tel. 07363 / 4986**  
**info@demeterschmid.de**  
**www.demeterschmid.de**  
**Standort: Dekanat**

# Allgäuer Käsemarkt Mach

## Seit 50 Jahren ein gutes Stück Allgäu in Aalen

Welch große Anziehungskraft unser Wochenmarkt ausübt, veranschaulichen im besonderen Claudia Mach und Helmut Sims, die zweimal wöchentlich die wohl größte Wegstrecke auf sich nehmen, um ihr besonderes Angebot frisch auf unsere Tische zu bringen.

Schon um drei Uhr morgens fahren sie aus der Gemeinde Memmingerberg mit ihrem modernen Kühlwagen los, der gleichzeitig auch eine perfekte Ladentheke mit allem nötigen Equipment beinhaltet und eine anspruchsvolle Präsentation der etwa 200 Käse- und Milchprodukte ermöglicht, die sie im Angebot haben.

Schon die Eltern haben 1962 mit diesem Unternehmen begonnen und so feiern die Machs in diesen Tagen ihr 50-jähriges bestehen.

"Milchprodukte aus dem Allgäu haben seit jeher einen besonders guten Ruf und so fing mein Vater mit etwa zwanzig Produkten hier in Aalen an", erinnert sich Claudia Mach, die schon damals als Kind oft mit dabei war.

Damals war es noch die besondere Milch, Emmentaler, Quark und die gehaltvolle Butter, die die Kundschaft neben dem legendären Allgäuer Käse begeisterte.

Heute ist das Angebot international und die feinsten Käsesorten aus diversen Ländern sind das Ziel der Aalener Gourmets, die zur zahlreichen Stammkundschaft gehören.

Insbesondere diese wissen, dass Käse nicht gleich Käse ist und die Qualitätsunterschiede enorm sind.

Mit der gehörigen Portion Leidenschaft können die beiden aufwarten, wenn es gilt, dem Kunden auch das Besondere zu bieten und z.B. den Unterschied einer strohgereiften und handgeschöpften Käsespezialität hervorzuheben.



Die Eltern von Claudia Mach mit einer Mitarbeiterin



Helmut Sims zeichnet verantwortlich für die besonderen Frischkäsearten und die „Bergler Creme“, die viele Fans unter der Kundschaft haben und die er persönlich kreiert und abschmeckt.

Hier finden sich beispielsweise neben dem Schnittlauchklassiker Kompositionen mit Rucola, Meerrettich oder Tomate-Chili auch saisonale Kreationen - so in diesen Tagen etwa der beliebte Kürbisaufstrich.

Gern verweist Claudia Mach dabei auf die Vielfältigkeit der Cremes.

"Probieren sie die Tomaten-Chili-Mischung einmal auf Spaghetti und geben noch etwas Parmesan dazu. Das gleiche lässt sich mit Pellkartoffeln machen. Sie haben dann ganz fix ein perfektes Gericht gezaubert", schwärmt sie.

Viele Kunden, die Aalen längst verlassen haben, lassen sich diese Leckereien mittlerweile als unverzichtbares „Musthave“ nachsenden, so erfah-

**Allgäuer Käsemarkt Mach**  
87766 Memmingerberg  
Hintere Molkereistrasse 2  
Tel. 08331/47933  
Standort: Metzgerei Schuster



## Gewinnen Sie einen von 10 Marktgutscheinen!!!

Kennen Sie die Gemüse auf diesem Foto? Schicken Sie uns eine Postkarte mit den Namen und gewinnen Sie einen von 10 Marktgutscheinen.

Einsendeschluss ist der 31. Januar 2013. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen!

Karte bitte an: Atelier Reinhold,  
Bahnhofstrasse 78, 73430 Aalen

Eine überwältigende Anzahl von außergewöhnlich kreativen Karten ist in der Redaktion eingetroffen! Allen Einsendern sagen wir einen herzlichen Dank für die Beteiligung. Die Gewinner werden per Post benachrichtigt. Und natürlich freuen wir uns auf's Neue über viel schöne Post!



Was mag sich mittlerweile nicht alles Landbrot nennen und durch beeindruckendes Volumen strotzen.

Was für merkwürdige Namen erfinden Marketingmenschen, um das Brot ein weiteres mal zu erfinden.

Das Brot, so wie wir es kennen kommt aus unseren Gefilden und ist so nirgends sonst zu sehen.

Günther Roth weiß um das echte Landbrot und pflegt das Geheimnis authentischer alter Backkunst.

"Guter Teig braucht vor allem Zeit für die Teigruhe sagt er, der auf das Wissen von vier Generationen zurückgreifen kann.

Selbstverständlich ist das leider nicht in unserer Zeit - die soviel Zeit zu sparen versucht - die wir dann in schlechteren Lebensmitteln verhunzen.

Günther Roth und seine Frau Annette stecken tatsächlich noch viel Zeit in ihre besonderen Backwaren.

Das lohnt sich für den Kunden und das schmeckt sich am Ende aus.

Der ganz besondere Clou der Bäckerei Roth sind die schon legendären Essinger Landbrote aus dem Holzofen.

"Direkt in unserem Ofen wird das Holzfeuer um drei Uhr nachts entzündet. Der Rauch der verbrannten Harze gibt dem Brot dann seine unverwechselbare Würze", verrät der Bäcker ein weiteres seiner vielen Backgeheimnisse.

Sein Essinger Landbrot und viele andere Besonderheiten, wie die original Essinger Priegel, die sein Vater Heinz Roth als erster Anfang der 60er Jahre im Kreis Aalen herstellte oder beispielsweise das urige Wurzelbrot, gibt es auch in den Fachgeschäften in Aalen, in Wasseralfingen und natürlich auch in Essingen.

# DEMETERGÄRTNEREI WIEDMANN

## Wir wollen verantwortungsvoll wertvolle Lebensmittel erzeugen!

Die frühen 70er Jahre mögen bewegt gewesen sein und viele neue Gedanken prasselten in den Großstädten der Welt auf die Menschen ein.

Die Flower Power Bewegung ging in den Metropolen ihrem exzessiven Höhepunkt entgegen und Astronauten fuhren mit Geländewagen auf den Mond herum, als Maria Wiedmann zusammen mit ihrem Mann Heinz beschloss, dass es nun genug sein sollte mit der Verwendung von Pestiziden im eigenen Gartenbaubetrieb der im beschaulichen Mögglingen liegt.

Pionierarbeit wurde eben nicht nur auf dem Mond geleistet und so begann die Familie Wiedmann sich mit dem biologischen Landbau nach anthroposophischen Prinzipien des Demeterverbandes vertraut zu machen.

Ein neuer, zukunftsweisender Weg des biologisch-dynamischen Gärtnerns wurde gelegt, den Sohn Thomas und dessen Ehefrau Frauke mit weiteren engagierten Familienmitgliedern noch heute erfolgreich beschreiten.

"Der Demeterverband war zu dieser Zeit praktisch die einzige Organisation auf deren Erfahrung wir damals bauen konnten. Ansonsten war es schwierig sich Informationen über biologisch-dynamischen Anbau zu verschaffen", berichtet Thomas Wiedmann.

Die Gedanken, die man sich früher machte tragen bis heute reichhaltige und vor allem überaus gesunde Früchte, die den strengen Richtlinien des Demeterverbandes, sowie der Eu-Öko-Kontrollstelle gerecht werden.

Bio-Zertifiziert und stetig kontrolliert bietet die Demetergärtnerei Wiedmann ihren Kunden den Genuss äußerst schmackhaften und selbstproduzierten Gemüses.



Die Produktpalette im Hofladen wie auch auf dem Wochenmarkt ist dabei ungemein reichhaltig und umfasst auch weniger bekanntes, wie japanischen Blattsenf, Hirschhornwegerich, Mairübe oder Pastinake.

"Das Geheimnis steckt im Boden," lächelt Frauke Sondermann-Wiedmann, die als praktizierende Heilpraktikerin auch in der Homöopathie beheimatet ist und sich somit in der Kunst der besonderen Ingredienzen mit ihren feinstofflichen Wirkungen auskennt.

Die Kräfte im Humus der Wiedmanns sind tatsächlich auch der Schlüssel zur besonderen Qualität.

Sie entstammen dem eigenen Kompost, der unter Verwendung spezieller Heilkräuter hergestellt wird, um die Erde lebendig und fruchtbar zu halten.

Diese stetige Kompostdüngung unter Zuhilfenahme natürlicher Pflanzenextrakte und Pflan-

zenstärkungsmittel gilt als besonders umweltgerechte Form der Agrikultur und bringt das spezielle Bio-Saatgut zu ertragreicher Blüte.

Dass bei dieser besonderen Philosophie Herbizide und chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel tabu sind braucht wohl nicht besonders erwähnt zu werden.

Dass dieses Angebot der Wiedmanns bei den Marktkunden auf reges Interesse stößt und so manchem bei der Auswahl seiner Lebensmittel hilft, geht also letztlich auf die Neugierde von Maria Wiedmann zurück, die in den "wildem 70ern" bereits grundlegend an die Zukunft dachte.

**Demetergärtnerei Wiedmann**

**73563 Mögglingen**

**Lauterstraße 109**

**Tel. 07174 / 294**

**Standort: Südl. Stadtgraben Rossmann**

**Öffnungszeiten Hofladen:**

**Di. und Fr. 14 - 18,45 Uhr**

# Gartenbau Raab

## Gutes aus dem Wellland

Zwischen Rems und Lein liegt ein bezauberndes Stück Ostalb, das Wellland. Hier, bei Bernhardsdorf, auf einer Anhöhe fernab von Industrie und Verkehr liegt die Gärtnerei von Michael und Carola Raab.

„Knackiges Gemüse, geschmackvoll und reich an Vitaminen so muss es sein“, sagt Gärtnermeister Michel Raab, „denn das schätzt unsere Kundschaft auf dem Aalener und Unterrombacher Wochenmarkt“. Durch jahrzehntelange Erfahrung im integrierten Anbau von Gemüse kann nun der Einsatz von Chemie bis auf ein Minimum reduziert werden.

Intensiver Einsatz von Nützlingen zur Bekämpfung von Schädlingen in den ca. 5000 qm Gewächshausflächen, dazu die Tropfbewässerung, die kontrollierte Nährstoffüberwachung und die dauerhafte Gründungeinsaat auf ca. 3 Hektar Freilandfläche, haben sich

über Jahre bewährt.

Aussaaten im Freiland von Spinat, Rettich, Radieschen und Feldsalat, sowie Pflanzungen von Salat und Kohlrabi werden bis Ende August getätigt.

Auch über den Winter erwartet Michael Raab Lauch, Wirsing, Rosenkohl und Grünkohl von seinen Freilandfeldern.

Besonders der Grünkohl bedarf frostiger Kälte um Bitterstoffe abzubauen und dadurch milder im Geschmack zu werden.

**Gartenbau Raab**  
73434 Aalen-Bernhardsdorf  
Zum Schlachthof 80

Tel. 07366/61 92  
Standort ehm. Lavazza



Mit unseren Essigen und Ölen wird das  
BESTE Marktgemüse erst richtig gut!

### Große Auswahl an

Balsamicos  
Fruchtbalsamessig  
Sherry-Essig  
Olivenöle  
Olivenöle mit Aromen  
Nussöle  
Gewürzöle

Vom Fass Aalen  
Robert Brenner  
Mittelbachstraße 19a  
73430 Aalen



Sehen • Probieren • Genießen



# Fruchthof Dambacher

## Der besonderen Qualität verpflichtet

Unmittelbar vor unserem Rathaus finden wir den großen Marktstand vom Fruchthof Dambacher mit seiner reichhaltigen Auswahl frischer und besonderer Gemüse- und Obstsorten.

Dahinter steht seit nunmehr fünfunddreißig Jahren Hermann Dambacher, der schon im Fruchthandel seines Vaters mitgearbeitet hat.

„Ich bin in diesem Geschäft groß geworden und wir haben über die vielen Jahre unsere treue Stammkundschaft aufbauen können“, sagt er und sortiert emsig seine Produkte. Besondere Freude bereiten ihm dieser Tage all die duftenden Kräuter, die er derzeit im Angebot hat.

Gleich daneben und handverlesen befinden sich die typischen Früchte des Herbstes.

Allein sechs verschiedene Weintraubensorten liegen hier aus und vier davon sind kernlos.

Neben frischen Pfefferlingen stehen im Spalier die Gläser mit goldgelben Honig.

„Das ist meine Freizeitbeschäftigung und mein Hobby“, gesteht Hermann Dambacher.

Seine zwanzig Bienenstöcke stehen bei Dewangen und der Blüten- und Waldhonig ist schon die Ernte diesen Jahres.

Man erkennt die Nähe zur Natur, die in Hermann Dambacher steckt und die er gern durch seine Ware an seine Kunden weitergibt.

Fruchthof Dambacher  
Schultheisshöfle 3  
73424 Aalen  
07366-6008

Standort: Vor dem Rathaus





# Hühnerhof Neumair

Erzeuger vom eigenen Ländle

So, wie viele unserer bodenständigen Wochenmarktbesucher, blickt auch der Hühnerhof Neumair aus Trochtelfingen auf eine lange Tradition mit viel Erfahrung zurück.

Den Grundstein legte Marie Neumair schon 1927 als sie sich entschied, die im benachbarten Ries aufgekauften Eier per Bahn nach Stuttgart zu liefern.

Damals war dieser findige Eierhandel ein willkommenes Zubrot zur übrigen Landwirtschaft und sollte sich über drei Generationen stetig zu der Gütequalität entwickeln, für die der heutige Betrieb steht.

1951 dann eröffnen die Neumairs erstmals ihren Stand auf unserem Aalener Wochenmarkt und versorgen uns seitdem mit frischen Eiern und Geflügel.

"Meiner Mutter lag der persönliche Umgang mit den dortigen Kunden sehr am Herzen", erzählt der heutige Betreiber Fritz Neumair, der zusammen mit seiner Frau Silke und seinem Bruder Mathias die Geschicke des Unternehmens leitet.

Wer den Marktstand der Neumairs kennt, der weiß, dass neben den Eiern die dort in Trochtelfingen produziert werden auch Enten, Gänse, Puten, Hähnchen und Suppenhühner im Angebot sind.

Diese beziehen die Neumairs zweimal wöchentlich frisch aus dem nahen Donauwörth von dem EU-Zertifizierten Betrieb Georg und Alexandra Karmann.

"Wir arbeiten schon seit über dreißig Jahren mit Familie Karmann zusammen und können uns absolut auf die gelieferte Spitzenqualität ihrer Produkte verlassen", berichtet Fritz Neumair.

"Das dort gezüchtete Geflügel wird ausschließlich mit hofeigenem Getreide unter Zusatz von hochwertigem Sojaöl, statt wie sonst meist üblich, mit herkömmlichem Pflanzenfett gefüttert. Hierin liegt auch der geschmackliche Unterschied, den unsere Kunden zu schätzen wissen."



## Martinsgans-Rezept

Zutaten für 4-6 Personen

1 küchenfertige Gans (4,5- 5 kg)

Salz; Pfeffer

je 1 TL getrockneter Majoran und Beifuß

2 Kartoffeln, 3 Äpfel, 1 Bund Suppengemüse

2 Zwiebeln, Sahne oder Creme fraiche nach Belieben, Zahnstocher; Küchengarn

Zubereitungszeit: 4 Std.

1. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Gans innen und außen gut waschen, trocknen, innen mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen. Die Kartoffeln halbieren und mit Äpfeln in die Gans geben (sie saugen das Fett auf, sind nicht zum Verzehr geeignet). Die Gans zubinden und salzen und pfeffern.

2. Die Gans mit der Brust nach unten in den Bräter legen und ca. 375 ml kochendes Wasser zugeben. Im Ofen ca. 30 min. garen dann die Gans umdrehen, Hitze auf 180 Grad reduzieren und die Gans weitere 2- 2 1/4 Std. garen.

3. Das Suppengemüse und die Zwiebeln zur Gans geben und ca. 1 Std. weiterbraten, dabei ab und zu mit Bratenfett begießen.

4. 1/8 l kaltes Wasser mit 1 TL Salz verrühren, die Gans damit bepinseln und 5-10 min. braten. Gans aus dem Ofen nehmen. Bratensatz mit ca. 1/4 l Wasser ablöschen und mit dem Suppengrün durch ein Sieb passieren. Guten Appetit!

Die eigenen Legehennen der Neumairs, die in Bodenhaltung mit Auslauf leben, dienen indes nur der Eierproduktion.

Diese Eier gehen dann im Direktvertrieb auf kürzestem Wege an den Verbraucher.

Die frischen Nudeln, die am Wochenmarktstand oder im modernen Hofladen erhältlich sind, werden übrigens in Grosseffingen, im Ries, mit frisch aufgeschlagenen Eiern von Neumairs Hühnern hergestellt.

Hier greift dann auch der Leitspruch von Fritz Neumair, wenn er ausschließlich vom Ländle fürs Ländle produziert.

**Hühnerhof Neumair**  
73441 Trochtelfingen  
Ostalbstraße 131  
Tel. 07362 / 96160  
Standort:  
Öffnungszeiten des Hofladens  
Mo - Fr 8 - 12 & 13 - 18, Sa 8 - 12 Uhr



# Der Seelesbäck

**Wolfgang Munz –  
Backhandwerk mit Herz und Hand**

## Wie Aalen seine Seele erhielt!

Ein wenig einer Naturreligion entsprungen klingt es schon, was sich da als Tatsachengeschichte um die legendäre Seele des Aalener Seelenbäck rankt.

Demnach findet die Seele ihren Ursprung im fernen Riedlingen, wo das besondere Gebäck mit der unverwechselbaren Rezeptur eigens zu Allerseelen gebacken und gegessen wurde.

"Schon die langgezogene Form erinnert mit etwas Phantasie an einen rudimentären Körper", schmunzelt der Bäckermeister Wolfgang Munz und wiegt den Laib in der Hand.

Er hat das Rezept von seinem Vater übernommen, der diese Spezialität Anfang der 60er Jahre aus seiner Riedlinger Heimat mit nach Aalen brachte.

Er setzte damit einen Trend, der bis heute viele Kunden überzeugt und längst Scharen von Epigonen gefunden hat.

Seither bereichert die Seele also, neben dem kleineren und gewichtigeren Briegel, unser Frühstück auf der Ostalb.

"Die Seele ist wesentlich luftiger und zarter als der Briegel und das macht ihn umso himmlischer", lächelt der Bäcker schließlich verschmitzt.



Gemeinsam mit seiner Frau Tanja hat er der Seele dann verschiedene Charaktere eingehaucht.

So umfasst das Angebot nunmehr die Mohn-, Sesam-, Oberländer, Party- und Laugenseele.

Ganz nebenher hat der fleißige Bäcker vor drei Jahren in der Braunenstraße 7 sein neues und sehr feines Café eröffnet, in dem es neben allerlei Gebäck und vielen verschiedenen Brotsorten auch besondere Konditorwaren gibt.

"Besonders am Sonntag sind wir Anziehungspunkt vieler Kuchenfreunde", berichtet Tanja Munz.

Das Geheimnis der besonderen Backkunst besteht in der traditionellen Herstellungsweise, gebacken mit Herz und Hand unter Verwendung eigener Backmischungen.

Ein professionelles Video auf YouToube verrät in anschaulicher Weise mehr darüber.

**Cafe-Seelesbäck am Sonntag  
schon ab 5.30 Uhr geöffnet  
Braunenstraße 7  
73431 Aalen  
Telefon: 07361 3280  
Standort vor H&M**





## Grünkohl mit Kassler – Rezept von der Mitarbeiterin Heide Rihar der Gärtnerei Raab.

Grünkohl waschen und von den Strünken befreien, dann im kochenden Salzwasser 10 Minuten blanchieren.

Klein schneiden oder durch den Fleischwolf drehen.

Die klein geschnittene Zwiebel in Butterschmalz andünsten.  
Den Kohl dazu geben und gegebenenfalls mit Blanchierwasser ablöschen.

Würzen mit Salz, Pfeffer und Muskat eventuell mit Semmelmehl binden.

Das Kassler in einer Pfanne anbraten und das Bratenfett zum Grünkohl hinzufügen.

Das kleine Heftchen, mit liebevoll zusammengeträgten Rezepten rund um den Kürbis, gibt es auf dem Wochenmarkt beim Stand der Familie Häcker am Marktbrunnen.

## Kürbismelett

### Zutaten:

1 Zwiebel, 150g Kürbis, 1 Knoblauchzehe,  
3 El. Öl, 1 Pries Thymian, Salz, Pfeffer,  
2 Eier, 2 El. Milch.

### Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und klein schneiden.  
Den Kürbis in kleine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe klein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel andünsten. Nach ca. 3 Minuten den Kürbis und Knoblauch dazugeben und 10 Minuten dünsten. Mit Thymian und Salz und Pfeffer würzen. Die Eier mit der Milch verrühren und über das Gemüse geben und gar ziegen lassen.



## Kürbisrezepte

gesammelt 2009  
durch  
Familie Ernst Häcker





## Imkerei Bauer

### Die fleißigen Mädels der Ostalb

Wer wüsste nicht so einiges über die Biene und ihren sprichwörtlichen Fleiß zu berichten; und wer kann sich schon der Faszination ihres vorbildlichen Staatswesens entziehen.

Franz Bauer faszinierte dies schon im Alter von acht Jahren, als er zusammen mit seinem Onkel den Ellwanger Virngrund rund um Altmannsrot durchstreifte, um sich um die gemeinsamen Bienstöcke zu kümmern.

Heute weiß der Imker freilich alles über seine Bienenvölker und gerät sofort ins Schwärmen, wenn er über seine "fleißigen Mädels" spricht, die in der Zeit von März bis Juli den begehrten Nektar sammeln.

So ist es ihm möglich, Frühjahrsblütenhonig aus unseren heimischen Streuobstwiesen, Rapshonig vom Härtsfeld, Sommerblütenhonig aus Himbeeren und Brombeeren und Waldhonig aus Mischwaldgebieten zu ernten.

Parallel dazu werden einige der Bienenvölker auf Reisen geschickt, denn deren Stöcke stehen saisonal in anderen herrlichen Landschaften, wie z.B. im Saarland, in der Pfalz, im schönen Allgäu oder im Welzheimer Wald.

"So können wir unser Sortiment erweitern und unseren Kunden weitere besondere Honigsorten anbieten. Darunter sind dann beispielsweise Akazienhonig, Edelkastanienhonig, Löwenzahnhonig oder der beliebte Tannenhonig", berichtet er.

Nach der Ernte kommt ihm dann sein eigentlicher Beruf als Kältetechniker zu Gute, denn nun gilt es, mittels moderner Schleuder- und Abfülltechnik das süße Gold in kurzer Zeit kühl zu lagern, um die Qualität der Kostbarkeit bestmöglich zu erhalten.

Wenn dann im August schließlich alle Schätze eingelagert sind, ruht das Augenmerk der Imkerfamilie zum einen auf der Vorbereitung der Völker für die kalte Jahreszeit und zum anderen auf der Kreation neuer Honigspezialitäten.

"Alles, was die Biene produziert, ist wertvoll", weiß Rita Bauer, die wir zweimal wöchentlich auf unserem Wochenmarkt mit ihrem reichhaltigen Sortiment antreffen. Des Weiteren steht die gesamte Angebotspalette auf dem Aalener Weihnachtsmarkt und eine Auswahl davon bei einigen Vertriebspartnern zur Verfügung.

Neben diversen kosmetischen Produkten finden wir hier jene Erzeugnisse, die uns Mutter Natur als "süße Medizin" zur Verfügung stellt.

Honig, Blütenpollen, Gelee Royal und Propolis liefern mehr als zweihundert Nähr- und Vitalstoffe aus der Wabe und werden schon seit Menschengedenken zu gesundheitlichen Zwecken herangezogen.



So gilt Gelee Royal – das kostbare Kraftfutter für die Bienenkönigin – auch als Abwehrkräfte steigernd. Das körnige Propolis – gebildet aus Wachs, Harz und körpereigenen Sekreten der Biene fungiert als stärkstes natürliches Antibiotikum und ist daher besonders entzündungshemmend.

Rita Bauer kennt viele derartige Wirkungen. Genaues Hinschauen und ein Gespräch mit der sachkundigen Imkerin eröffnet einen tieferen Einblick in die Fülle und Anwendungsmöglichkeiten der Bienenprodukte.

Wer immer auf Mutter Natur hören möchte schenke den Bienen besondere Aufmerksamkeit.

In diesem Sinne gilt: Ubi apis ibi salus - wo die Bienen sind, ist die Gesundheit.

**Imkerei Bauer**  
**Altmannsrot 47**  
**73479 Ellwangen**  
**Tel. 07961/51313**  
**imkerei.bauer@web.de**  
**Standort: Urweltmuseum**

# Remstalobst Indian Summer im Häcker Remstal

Die ersten zarten Herbstnebel liegen bereits in den Senken des wunderbaren Remstal und die Weinberge erhaschen die ersten Sonnenstrahlen, als Ernst Häcker gemeinsam mit seinem Sohn Jens die heurige Weinernte begutachtet.

Wohl geordnet stehen die Reben ohne jeden Makel in Reihe und Glied und erwarten die endgültige Reife, die das Aroma erst abrundet.

Die beiden kosten hier und probieren dort von den Weintrauben und beide sind sich sicher, dass es heuer gelingt, dass der Jahrgang 2012 zu den besonderen gehören wird.

"Wir brauchen in den nächsten Tagen ausgiebigen Landregen, aber bitte keinen Hagel", schickt Ernst Häcker voller Hoffnung ein kurzes Stoßgebet gen Himmel.

Seine größte Hoffnung steht direkt neben ihm und teilt die Sorge um das Wetter.

Jens Häcker ist jetzt 22 Jahre alt und fest entschlossen in die Fußstapfen seines in seiner Schaffenskraft beeindruckenden Vaters zu treten. Jens, der die väterliche Landwirtschaft seit Kindesbeinen kennt, hat die Gärtnerlehre mit Fachrichtung Obstbau hinter sich und wird im Winter die Meisterschule in Weinsberg bei Heilbronn besuchen.

"Wenn wir überhaupt Zeit haben, dann im Winter", berichtet er und schaut die Hänge hinauf, an denen demnächst Unmengen reifer Weintrauben geerntet werden müssen.

Denkt man an die unzähligen Äpfel, Birnen, Zwetschgen und Quitten, die auf den Hügeln des Remstal gleichzeitig der Reife entgegensehen, hat das für den Außenstehenden etwas von Sisyphusarbeit direkt am Berg.



## Trend-Rezept

### Indianerbananen-Muffins

#### Zutaten für 12 Stück

150g Indianerbananenwürfel  
(Die Bananen schälen,  
entkernen und würfeln)  
150g saure Sahne  
150g Joghurt  
1 Päckchen Vanillezucker  
2 Eier  
280g Weizenmehl  
1 Päckchen Backpulver  
1 Prise Salz

#### Anleitung

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Indianerbananenwürfel pürieren. Saure Sahne mit Joghurt, Zucker, Vanillezucker und Eiern verquirlen. Mehl, Backpulver und Salz vermischen und unterrühren. Muffin-Blech mit Papiermanschetten auslegen und den Teig einfüllen. Das Indianerbananenpüree löffelweise darauf geben und mit einem Stäbchen spiralförmig unterziehen. Auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten backen. Abkühlen lassen und servieren.



"Ja, da kommt wieder eine Menge Arbeit auf uns zu und trotzdem überwiegt die Freude über das gelungene Jahr mit dieser prächtigen Ernte", strahlt der junge Mann mit den kraftvollen Oberarmen, die er bestimmt nicht im Fitnesscenter erworben hat.

"Was braucht es mehr. Uns geht es gut", unterstreicht der Vater, ohne dabei nur an sich und seine Familie zu denken, denn schnell wird klar, dass von der Ernte der Landwirtschaft unser aller Wohl abhängt.

Gegen Ende des Rundgangs stehen die beiden spitzbübisch vor ihrem gemeinsamen Experiment - der Indianerbanane Pau Pau.

"Das wird in diesem Jahr nach sechs Jahren Aufzucht die erste ertragreiche Ernte", lächelt der Junior und schwärmt vom Aroma der nordamerikanischen Frucht, deren Geschmack harmonisch zwischen Mango und Banane pendelt.

Eins sieht der Betrachter dabei sofort, die Harmonie zwischen Vater und Sohn stimmt ebenfalls!

Der Indian Summer kann über das schöne Remstal hereinfallen und Erntedank wird gehörig gefeiert.

Remstal Obst Häcker  
71384 Weinstadt  
Kleinheppacher Str. 58  
07151/96 76 09  
ernst@obstbau-haecker.de

Standort: Marktbrunnen



# Gärtnerei Dennochweiler

Besonderes auf der "Straße der Gärtner"

Wer die "Straße der Gärtner" durch Lautern entlangfährt findet hier die Gärtnerei Dennochweiler mit ihrem besonderen Angebot an frischem Gemüse und reizvoller Floristik.

Auf einer Freilandfläche von einem Hektar sowie unter 1.000 m<sup>2</sup> Hochglas produzieren hier Karl-Peter und Ursula Dennochweiler bereits in vierter Generation das ganze Jahr über all jene Kostbarkeiten, die für unsere vielfältige und gesunde Küche benötigt werden.

Die Dennochweilers sind Direktvermarkter und seit 1993 bereichern sie unseren Aalener Wochenmarkt mit ihrem breitgestreuten Angebot.

"Meine Leidenschaft gehört der Vielfalt. Ich bin froh, unserer Stammkundschaft so ziemlich alles anbieten zu können und trage persönlich Sorge für die Erstklassigkeit unserer Produkte", bemerkt der Gärtnermeister Karl-Peter Dennochweiler voller Stolz auf seine Erzeugnisse.

In Ursula Dennochweiler, die ihn dabei tatkräftig unterstützt, schlagen zwei Herzen.

Denn ihre Leidenschaft gilt auch der Floristik, die sie von der Pike auf erlernt hat.

"Meine große Freude sind Blumen. Es macht mir Spaß mit ihnen moderne Sträuße, dekorative Gestecke, attraktive Kränze und noch viel mehr Florales kreativ zu gestalten", gesteht sie unumwunden.

Das hat sich mittlerweile auch herumgesprochen, denn viele ihrer Kunden suchen gern ihren Rat sowohl für Hochzeit, Jubiläum oder Beerdigung, wenn sie auf der Suche nach der entsprechenden Dekoration für den besonderen Anlass sind.

Einen nachhaltigen Einblick in ihre Kunstfertigkeit bietet da die jährlich stattfindende Adventsausstellung in der eigenen Gärtnerei, die in diesem Jahr am 25. November, von 10 - 16 Uhr, zum Besuch einlädt.

Hier findet sich im stilechten Ambiente alles was zum stimmungsvollen Adventsschmuck bis hin zur anspruchsvollen Weihnachtsdekoration gehört und viele Besucher nutzen die Möglichkeit, sich über trendige Kränze und Gestecke sowie angesagte Düfte und vieles mehr zu informieren.



Gärtnerei Dennochweiler  
73540 Heubach-Lautern  
Rosensteinstraße 122  
Tel. 07173/12611

Standort: vor Tchibo



# Herbst-Märkte

Aalen feiert  
**Erntedank**

Da gibt's  
Schmankerl  
satt!

Fr. 12.+ Sa. 13. Oktober  
Spritzenhausplatz

Viktualienmarkt  
Kunst und Schönes  
Landgastronomie  
Thementage  
Herbstaktionen  
Gartenbautips  
Bastelnachmittag

## Herbstmärkte in Aalen

**Feiern Sie  
mit uns  
Erntedank 2012**

**Fr. 12. und  
Sa. 13. Oktober**

Für den Erntedankmonat Oktober haben wir uns mit dem geplanten Herbstmärkte etwas Neues für Sie einfallen lassen.

Unsere Ernte für diese Jahr ist größtenteils eingebracht und deshalb möchten wir Erntedank 2012 erstmals gemeinsam mit Ihnen auf dem Aalener Spritzenhausplatz feiern.

Aus diesem Grund werden einige unserer Mitglieder in diesem Zeitraum mit herbstlich gestalteten Marktständen und besonderen Angeboten für Sie auf dem Spritzenhausplatz präsent sein.

**Unser Programm für Sie!**

**Ländlicher Bauern- und Viktualienmarkt**

**Handwerkliches und Kunstvolles**

**Herzhafte Schmankerl aus der Landhausküche**

**Thementage mit vielen Infos**

**Bastelnachmittage mit herbstlichen Materialien**

Wir würden uns freuen, Sie auch zu diesem Anlass begrüßen zu dürfen und hoffen, sie haben Freude an diesem neuen Projekt Ihres Aalener Wochenmarktes, dass gemeinsam mit „Aalen City aktiv“ initiiert wird.



## Das Markt-Rezept

## Ises Allerlei

### Ises - Bunko - Alloria

2 kg Zucchini  
1 kg Paprika gem. } in Strofen  
500g Zwiebel } schneiden

1 R. Gurkenmaske  
Saft von 2 Zitronen  
1/2 l Pfeffersaft  
1 l Wasser  
200g Zucker  
3 Teel. Salz  
2 Teel. Curry  
2 Teel. Senfkörner  
2 Teel. Pfefferkörner

zum kochen  
bringen

10 Stunden kochen

Heiß in Gläser füllen  
und fest verschließen !!  
Guten Appetit ☺☺



## ATELIER für PHOTOGRAPHIE



Familie Lawendel, natürlich fotografiert von Friedrun Reinhold

[www.friedrun-reinhold.de](http://www.friedrun-reinhold.de)

BAHNHOFSTRASSE 78 - 73430 AALEN - 07361 - 92 190 44

# Kompetente Beratung und freundlicher Service im Herzen von Aalen.



 Kreissparkasse  
Ostalb



Hauptstelle Aalen,  
Bahnhofstr. 4



Geschäftsstelle Aalen-Stadtmitte,  
Gmünder Str. 8

... und 5 weitere Geschäftsstellen im Stadtgebiet Aalen.

Ganz gleich ob es sich um

- Ihre renditestarke Geldanlage
- Ihre zukunftssichere Altersvorsorge
- Ihren Traum von den „Eigenen vier Wänden“
- die Produkte unserer Verbundpartner LBS, SV Versicherungen und Deka
- das umfangreiche Angebot der Sparkassen Immobilien Ostalb GmbH

handelt – **bei uns sind Sie immer in den besten Händen,  
wenn es um Ihre Finanzangelegenheiten geht.**

Vereinbaren Sie einfach einen Beratungstermin über unser Service-Center  
unter Telefon 073 61/5 08-0 oder unter [www.ksk-ostalb.de](http://www.ksk-ostalb.de)