

# Der Ernte-Kalender

Saisonal, regional, bio - wer beim Einkaufen diese Grundsätze beherzigt, ist fein raus. Denn frische Früchte vom Wochenmarkt, aus dem Bioladen oder aus der Gemüse-Abokiste sind gesund und - vor allem zur Erntezeit - nicht teuer. Nebenbei fördert man durch ihren Kauf eine umweltfreundliche, giffreie Landwirtschaft mit kurzen Transportwegen. Und mit Fantasie, guten Rezepten und Muße beim Kochen lässt sich aus dem bei uns wachsenden Obst und Gemüse rund ums Jahr Köstliches machen.



## OBST BEEREN

### KERN-UND STEINOBST

## GEMÜSE HÜLSENFRÜCHTE

### BLATTGEMÜSE

### FRUCHTGEMÜSE

### KOHL

### STIELGEMÜSE

### WURZELN & KNOLLEN

### ZWIEBELGEMÜSE

<b>ERDBEERE</b>	Nur im Sommer essen! Import-Erdbeeren sind oft mit Giften belastet und schmecken nicht.
<b>HEIDELBEERE / BLAUBEERE</b>	Kulturheidelbeeren zählen zu einer anderen Art als die wild gesammelten Waldheidelbeeren.
<b>HIMBEERE</b>	Eine Pflanze der Wälder, wächst wild auf der ganzen Nordhalbkugel.
<b>JOHANNISBEERE, STACHELBEERE</b>	Der gesunde Most der Schwarzen Johannisbeeren war in Kriegszeiten Krankenhäusern vorbehalten.
<b>APFEL</b>	Allein in Europa gibt es 1600 Sorten, vom „Rheinischen Krummstiel“ bis zum „Sulzbacher Liebling“.
<b>SÜSKIRSCHKE</b>	Hierzu zählen die weichen Herzkirschen und die knackigen Knorpelkirschen oder Kracher.
<b>BOHNE</b>	Von keinem anderen Gemüse gibt es so viele und unterschiedliche Sorten.
<b>DICKE BOHNE</b>	Botanisch zählen Dicke Bohnen - trotz des Names - zu den Wicken.
<b>ERBSE</b>	Bei Heilbronn fanden Archäologen fast 12.000 Jahre alte Trockenerbsen.
<b>BLATTSALATE</b>	Kopf-, Eichblatt-, Eisberg-, Römersalat und Lollo rosso sind Züchtungen aus verschiedenen Ländern.
<b>CHICORÉE</b>	Chicorée bringen die Gärtner in einem raffinierten Verfahren im Dunkeln zum Treiben.
<b>FELDSALAT</b>	Zart, aber winterhart: Verträgt Frost bis minus 15 Grad, kann aber nicht gefroren geerntet werden.
<b>MANGOLD</b>	Wächst wild an den Mittelmeerküsten, aber auch sehr gut in unseren Gärten.
<b>PORTULAK / POSTELEIN</b>	Recht unbekannt, aber als schnellwüchsige Pflanze von Biogärtnern geschätzt.
<b>RADICCHIO</b>	Die herbe Schönheit aus Italien gedeiht besonders in den warmen Teilen Deutschlands.
<b>RUCOLA / RAUKE</b>	In jüngster Zeit hat die fast wilde Pflanze eine steile Karriere gemacht.
<b>SPINAT</b>	Freiland- und Biospinat enthalten weniger Nitrat.
<b>AUBERGINE</b>	Die asiatische Stammform ist weiß und eißgroß, daher der andere Name: Eierfrucht.
<b>GURKE</b>	Gedeiht bei uns vor allem in wärmeren Gebieten oder im beheizten Gewächshaus.
<b>KÜRBIS, HOKKAIDO</b>	Indianer im tropischen Amerika kultivierten Kürbisse schon vor 8000 Jahren.
<b>PAPRIKA</b>	1514 legte Kolumbus die erste Paprika aus Südamerika stolz dem spanischen König zu Füßen.
<b>TOMATE</b>	Vor 100 Jahren den Deutschen noch beinahe unbekannt, inzwischen ihr Lieblingsgemüse.
<b>ZUCCHINI</b>	Das italienische Wort Zucchini bedeutet - botanisch zutreffend - „kleiner Kürbis“.
<b>BLUMENKOHL, BROKKOLI</b>	Aus nur einer Wildform züchtete man Blumen-, Rosen-, Weiß- und Rotkohl, Wirsing, Brokkoli, Kohlrabi.
<b>CHINAKOHL, PAK-CHOI</b>	Wie Chinakohl wird der verwandte Pak-Choi roh oder - zum Beispiel im Wok - gegart verzehrt.
<b>GRÜNKOHL / BRAUNKOHL</b>	Die Stärke in den Blättern wird erst bei Frost zu Zucker - dann entfaltet sich der volle Geschmack.
<b>KOHLRABI</b>	Wird nirgends sonst so viel gegessen wie in den deutschsprachigen Ländern.
<b>ROSENKOHL</b>	Die Röschen wachsen als Triebknospen in den Blattachsen.
<b>WEISSKOHL, SPITZKOHL, ROTKOHL</b>	Tatsächlich wird „Kraut“ - in England Spitzname für Deutsche - bei uns besonders viel angebaut.
<b>WIRSING</b>	Wie die meisten Kohlarten wurde Wirsing am Mittelmeer gezüchtet.
<b>RHABARBER</b>	Obst oder Gemüse? Wohl eher letzteres, da nicht Früchte, sondern Blattstiele gegessen werden.
<b>SPARGEL</b>	Spargelstangen wachsen an einem feuchtwarmen Tag bis zu sechs Zentimeter.
<b>FENCHEL</b>	Liebt Wärme, wird deshalb bei uns vor allem im Rheinland und Süddeutschland kultiviert.
<b>KARTOFFEL</b>	Der Spanier Pizarro soll die ersten Kartoffeln 1526 aus Südamerika nach Europa gebracht haben.
<b>MÖHRE / KAROTTE</b>	Prince Charles, so heißt es, züchtet in seinen Gärten 20 verschiedene Möhrensorten.
<b>PASTINAKE / MOORWURZEL</b>	Die uralte Gemüsepflanze wurde in den letzten Jahren wieder entdeckt.
<b>RADIESCHEN</b>	Jeder Deutsche isst im Schnitt 500 Gramm Radieschen im Jahr - nur Franzosen lieben sie noch mehr.
<b>WEISSER RETTICH / SOMMERRETTICH</b>	Einst im alten Ägypten, heute vor allem in Asien und bayerischen Biergärten („Radi“) beliebt.
<b>SCHWARZER RETTICH / WINTERRETTICH</b>	Hat im Gegensatz zum Sommerrettich eine rundliche Form.
<b>ROTE BETE</b>	Wichtiger Bestandteil des russischen Nationalgerichts „Borschtsch“.
<b>SCHWARZWURZEL</b>	Das mühselige Schälen lohnt: Der „Spargel des kleinen Mannes“ ergibt ein edles Wintergemüse.
<b>KNOLLESELLERIE / WURZELSELLERIE</b>	Gilt als Aphrodisiakum - eine harmlose und wohl ebenso wirkungslose Alternative zu Nashorn-Horn.
<b>MAIRÜBE</b>	Die kleine Rübe mit weißem Fleisch muss schon im Mai oder Juni für andere Früchte das Feld räumen.
<b>STECKRÜBE, SPEISERÜBE</b>	War im Mittelalter, vor Einführung der Kartoffel, eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel.
<b>TELTOWER RÜBCHEN</b>	Goethe liebte diese feinste Variante der Speiserübe.
<b>KÜCHENZWIEBEL, SCHALOTTE</b>	Eine der ältesten Kulturpflanzen mit Ursprung in Zentralasien.
<b>LAUCH / PORREE</b>	Nero, der gerne sang, aß einmal monatlich Lauch, um seine Stimme wohlklingender zu machen.
<b>LAUCHZWIEBEL, FRÜHLINGSZWIEBEL</b>	Frühlingszwiebeln bilden eine kleine Zwiebel; Lauchzwiebeln sind an der Basis kaum verdickt.

	JANUAR	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI
ERDBEERE					☀	☀
HEIDELBEERE / BLAUBEERE						☀
HIMBEERE						☀
JOHANNISBEERE, STACHELBEERE						☀
APFEL	☀	☀	☀	☀	☀	☀
SÜSKIRSCHKE						☀
BOHNE					☀	☀
DICKE BOHNE						☀
ERBSE						☀
BLATTSALATE				☀	☀	☀
CHICORÉE	☀	☀	☀	☀		
FELDSALAT	☀	☀	☀	☀		
MANGOLD				☀	☀	☀
PORTULAK / POSTELEIN	☀	☀	☀	☀	☀	☀
RADICCHIO	☀	☀	☀			
RUCOLA / RAUKE	☀	☀	☀			☀
SPINAT	☀	☀	☀	☀	☀	☀
AUBERGINE				☀	☀	☀
GURKE				☀	☀	☀
KÜRBIS, HOKKAIDO	☀	☀	☀	☀		
PAPRIKA						☀
TOMATE					☀	☀
ZUCCHINI					☀	☀
BLUMENKOHL, BROKKOLI					☀	☀
CHINAKOHL, PAK-CHOI	☀	☀	☀	☀		☀
GRÜNKOHL / BRAUNKOHL	☀	☀	☀			☀
KOHLRABI				☀	☀	☀
ROSENKOHL	☀	☀	☀	☀		
WEISSKOHL, SPITZKOHL, ROTKOHL	☀	☀	☀	☀	☀	☀
WIRSING	☀	☀	☀	☀		☀
RHABARBER				☀	☀	☀
SPARGEL				☀	☀	☀
FENCHEL					☀	☀
KARTOFFEL	☀	☀	☀	☀	☀	☀
MÖHRE / KAROTTE	☀	☀	☀	☀	☀	☀
PASTINAKE / MOORWURZEL	☀	☀	☀	☀		
RADIESCHEN				☀	☀	☀
WEISSER RETTICH / SOMMERRETTICH	☀	☀	☀	☀		
SCHWARZER RETTICH / WINTERRETTICH	☀	☀	☀	☀		
ROTE BETE	☀	☀	☀	☀		
SCHWARZWURZEL	☀	☀	☀	☀		
KNOLLESELLERIE / WURZELSELLERIE	☀	☀	☀	☀		
MAIRÜBE				☀	☀	☀
STECKRÜBE, SPEISERÜBE	☀	☀	☀			
TELTOWER RÜBCHEN					☀	☀
KÜCHENZWIEBEL, SCHALOTTE	☀	☀	☀	☀	☀	☀
LAUCH / PORREE	☀	☀	☀	☀	☀	☀
LAUCHZWIEBEL, FRÜHLINGSZWIEBEL					☀	☀

## OBST BEEREN

<b>BROMBEERE</b>	Der Name stammt vom althochdeutschen Wort für Dornstrauch: brama.
<b>ERDBEERE</b>	Die großen Sorten stammen von amerikanischen Ahnen ab, nicht von unserer Walderdbeere.
<b>HEIDELBEERE / BLAUBEERE</b>	Die meisten Waldheidelbeeren bleiben ungenutzt. Auf zum Sammeln!
<b>HIMBEERE</b>	Die alten Römer behandelten Schlangen- und Skorpionbisse mit Himbeeren - der Erfolg ist fraglich.
<b>JOHANNISBEERE, STACHELBEERE</b>	In Kleingärten wachsen oft Josta- und Jochelbeeren - Kreuzungen der verwandten Beeren.

## KERN-UND STEINOBST

<b>APFEL</b>	Im Mittelalter galt der Apfel als Symbol für Sündenreize oder die Erbsünde.
<b>BIRNE</b>	Die wilde Holzbirne ist fast ausgestorben, ihre Gene stecken aber zum Teil in Kulturbirnen.
<b>PFLAUME, REBEKLODE, MIRABELLE</b>	Die verschieden gefärbten und geformten Früchte gehören alle zur Art Prunus domestica.
<b>SAUERKIRSCH</b>	Zu den Sauerkirschen zählen Weichseln, Schattmorellen und die gelben Amarellen.
<b>SÜSSKIRSCH</b>	Die Schwarzmeer-Stadt Kerasos (türk: Kerasonda) gab der von dort stammenden Frucht den Namen.
<b>ZWETSCHGE / ZWETSCHKE</b>	Reift später als andere Pflaumen. Der weiße Wachsbelaag schützt vor Austrocknung.

## GEMÜSE HÜLSENFRÜCHTE

<b>BOHNE</b>	Stamm - wie Kartoffel, Tomate, Paprika, Mais und Kürbis - aus Amerika.
<b>DICKE BOHNE</b>	Wird vor allem im Norden Deutschlands angebaut.
<b>ERBS</b>	95 Prozent der Erbsen werden industriell verarbeitet, dabei schmecken sie frisch besonders gut.
<b>BLATTSALATE</b>	Treibhauhallate enthalten mehr Nitrat - am besten mit anderer Rohkost mischen.
<b>CHICORÉE</b>	Zufällig entdeckte ein Belgier 1844 Zichorienwurzeln, die im dunklen Keller zu treiben begannen.
<b>ENDIVIE</b>	Escariol (Glatte Endivie) hat breite ungeteilte, Frisée (Krause Endivie) wirt geschlitzte Blätter.
<b>FELDSALAT</b>	Früher sammelte man Feldsalat als Wildgemüse, das oft auf Getreidefeldern wuchs.
<b>MANGOLD</b>	Wurde aus der gleichen Pflanze gezüchtet wie Rote Bete.
<b>PORTULAK / POSTELEIN</b>	Die Pflanze war für mexikanische Indianer eines der wichtigsten Lebensmittel.
<b>RADICCHIO</b>	Gehört - wie Endivien und Chicorée - zu den Zichoriengewächsen.
<b>RUCOLA / RAUKE</b>	Wuchs in Deutschland lange unbeachtet auf Schuttplätzen und an Weingärten.
<b>SPINAT</b>	Das Wort Spinat leitet sich vom arabischen „Isfinatsch“ ab.
<b>AUBERGINE</b>	Zählt - wie Tomaten, Kartoffeln und Paprika - zu den Nachtschattengewächsen.
<b>GURKE</b>	Die Schale enthält wertvolle Inhaltsstoffe, also Bio-Salatgurken besser nicht schälen!
<b>KÜRBIS, HOKKAIDO</b>	Der leckere, praktische Hokkaido hat dem Kürbis ein grandioses Comeback verschafft.
<b>MAIS</b>	Zuckermais wird unreif geerntet, dann schmeckt er am süßesten.
<b>PAPRIKA</b>	In Deutschland sind Paprika erst nach 1945 bekannt geworden.
<b>TOMATE</b>	Kolumbus brachte 1498 die „tumatle“ der Azteken nach Europa.
<b>ZUCCHINI</b>	Erst um 1970 kamen Zucchini über die Alpen - und sind nun nicht mehr wegzudenken.

## BLATTGEMÜSE

## FRUCHTGEMÜSE

## KOHL

<b>BLUMENKOH, BROKKOLI</b>	Die „Blume“ ist der fleischig-verdickte, noch nicht voll entwickelte Blütenstand.
<b>CHINAKOHL, PAK-CHOI</b>	Chinakohl ist bei uns erst seit wenigen Jahrzehnten bekannt.
<b>GRÜNKOHL / BRAUNKOHL</b>	Die Grünkohlsaison wird im Bremer und Oldenburger Land mit wilden Gelagen gefeiert.
<b>KOHLRABI</b>	150 Gramm Kohlrabi decken den Vitamin-C-Tagesbedarf.
<b>ROSENKOH</b>	Die relativ junge Kohlsorte entstand vor etwa 150 Jahren bei Brüssel.
<b>WEISSKOH, SPITZKOH, ROTKOH</b>	Der zipfelmützige Spitzkohl, die früheste Weißkohl-Spielart, ist nicht lagerfähig.
<b>WIRSING</b>	„Adventswirsing“ verträgt Frost bis minus 15 Grad Celsius.

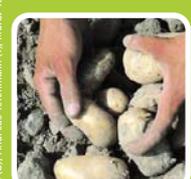
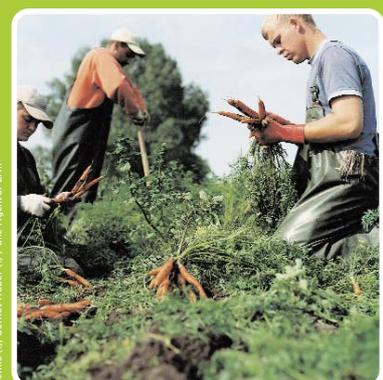
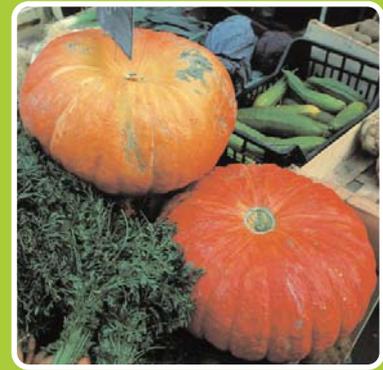
## STIELGEMÜSE

## WURZELN & KNOLLEN

<b>STANGENSELLERIE</b>	Die auch Bleich- oder Staudensellerie genannte Variante ist in anderen Ländern viel populärer.
<b>FENCHEL</b>	Nach Hildegard von Bingen sind Fenchelseele fröhlich und riechen gut.
<b>KARTOFFEL</b>	Friedrich Wilhelm I. befahl den Kartoffelanbau - bis dahin glaubten die Bauern, sie machten dumm.
<b>MÖHRE / KAROTTE</b>	Das Wort „carota“ stammt von den alten Römern, „Möhre“ aus dem Althochdeutschen.
<b>PASTINAKE / MOORWURZEL</b>	Die robusten Wurzeln waren Grundnahrungsmittel, bis die Kartoffel sie verdrängte.
<b>RADIESCHEN</b>	Weiße Radieschen kamen im 16. Jahrhundert aus Fernost nach Europa, wo man rote Sorten züchtete.
<b>WEISSER RETTICH / SOMMERRETTICH</b>	Die Arbeiter an der Cheopspyramide stärkten sich mit einer Rettich-Zwiebel-Knoblauch-Mischung.
<b>SCHWARZER RETTICH / WINTERRETTICH</b>	Schwefelhaltige Senföle verleihen der würzigen Wurzel eine Heilwirkung für Atemwege und Verdauung.
<b>ROTE BETE</b>	Die Blätter (grün mit roten Stielen) kann man wie Spinat zubereiten.
<b>SCHWARZWURZEL</b>	Stammt aus Spanien und wird erst seit etwa 1700 gemüsebaulich genutzt.
<b>KNOLLENSELLERIE / WURZELSELLERIE</b>	Die Kulturform geht auf den Sumpfsellerie zurück, der im salzigen Marschland wächst.
<b>STECKRÜBE, SPEISERÜBE</b>	Es gibt viele Formen und Spezialitäten. Im Ersten Weltkrieg dienten Steckrüben als Brotersatz.
<b>TELTOWER RÜBCHEN</b>	Früher nur in Teltow bei Berlin, inzwischen auch andernorts kultiviert.
<b>TOPINAMBUR / ERDARTISCHOCKE</b>	War Hauptnahrungsmittel brasilianischer Indianerstämme und ist nach den „Tupinambas“ benannt.
<b>KÜCHENZWIEBEL, SCHALOTTE</b>	Schalotten, die feinsten und mildesten Zwiebeln, werden oft in Hausgärten angebaut.
<b>LAUCH / PORREE</b>	Man kann abgeschliffene Porreewurzeln in einen Topf pflanzen und nach drei Wochen erneut ernten.
<b>LAUCHZWIEBEL</b>	Jung und grün geerntet, werden diverse Zwiebel-sorten als Lauchzwiebel vermarktet.

## ZWIEBELGEMÜSE

	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
Brombeere	☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️		
Erdbeere	☀️☀️					
Heidelbeere / Blaubeere	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️			
Himbeere	☀️☀️	☀️☀️	☀️			
Johannisbeere, Stachelbeere	☀️☀️	☀️☀️	☀️			
Apfel	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Birne		☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	
Pflaume, Rebeklode, Mirabelle	☀️☀️	☀️☀️				
Sauerkirsche	☀️☀️	☀️☀️				
Süßkirsche	☀️☀️	☀️☀️	☀️			
Zwetschge / Zwetschke		☀️☀️	☀️☀️	☀️		
Bohne	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️		
Dicke Bohne	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️			
Erbs	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️		
Blattsalate	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Chicorée				☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Endivie			☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Feldsalat			☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Mangold	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Portulak / Postelein	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Radicchio		☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Rucola / Rauke	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Spinat	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Aubergine	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Gurke	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Kürbis, Hokkaido	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Mais		☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Paprika	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️		
Tomate	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️		
Zucchini	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️		
Blumenkohl, Brokkoli	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Chinakohl, Pak-choi	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Grünkohl / Braunkohl	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Kohlrabi	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Rosenkohl			☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Weisskohl, Spitzkohl, Rotkohl	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Wirsing	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Stangensellerie	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Fenchel	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Kartoffel	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Möhre / Karotte	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Pastinake / Moorwurzel			☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Radieschen	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Weisser Rettich / Sommerrettich	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Schwarzer Rettich / Winterrettich				☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Rote Bete	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Schwarzwurzel				☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Knollensellerie / Wurzelsellerie	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Steckrübe, Speiserübe	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Teltower Rübchen	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Topinambur / Erdartischocke			☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Küchenzwiebel, Schalotte	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Lauch / Porree	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️
Lauchzwiebel	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️	☀️☀️



Fotos: Thorsten Rath (14), Ronald Fromann (2), Andreas Reichmann (1), Murat Tueremis (1), Gernot Huber (1) / alle Agentur LAUF

**EIN PRODUKT DES  
greenpeace  
magazin.**

Zu bestellen mit dem Sonderheft  
**KESSER ESSEN** unter:  
 HOTLINE 040/708 12 90-90, Fax 808 12 90-99  
 E-MAIL [shop@greenpeace-magazin.de](mailto:shop@greenpeace-magazin.de)  
 ADRESSE Greenpeace Media GmbH,  
 Große Elbstr. 142d, 22767 Hamburg

V.I.S.d.P.: Jochen Schildt  
 REDAKTION Wolfgang Hassenstein, Vera Stadie  
 BILDREDAKTION Kerstin Leesch  
 GESTALTUNG Isabel Bünemann/Büro Hamburg  
 LITHO nEco MediaServices  
 DRUCK Jöhler Druck;  
 gedruckt auf 100% Recyclingpapier

[www.greenpeace-magazin.de](http://www.greenpeace-magazin.de)