



8. Juni 2023

NEWSLETTER

VG VERBRAUCHERGEMEINSCHAFT

Liebe Mitglieder, liebe Kund:innen der VG Verbrauchergemeinschaft eG,

mittlerweile grünt und blüht es allerorts, frisches Frühjahrsgemüse erfreut die Gaumen und das Leben findet wieder zunehmend draußen statt. Licht, Farben, Wärme und Düfte - ein Aufatmen geht durch alles und jeden! In diese Stimmung schwingen wir gerne mit unserem Newsletter ein.

Das erwartet euch in der aktuellen Ausgabe: In unserem Firmenportrait nehmen wir mit Essig Schneider einen Regionallieferanten in den Blick, dessen würzige Bio-Produkte gerade jetzt in der Grillsaison ein i-Tüpfelchen auf viele Speisen setzen. Das Familienunternehmen mit Sitz in Colmnitz hat eine bald 100jährige Geschichte, ist seinen

Wurzeln treu geblieben und hat sich doch immer weiter entwickelt. Apropos Entwicklung: Die vegane Ernährung ist buchstäblich in vieler Munde. Doch vegan ist nur wirklich gut, wenn die Lebensmittel zugleich auch bio sind. Warum? Das lest ihr in diesem Newsletter. Dazu gibt es schmackhafte Rezepte von süß bis herzhaft und eine Auswahl an interessanten und schönen Veranstaltungen in Dresden und der Region.

Wir wünschen euch viel Freude beim Lesen ... und beim Ausschwirren in den Frühsommer!

Eure Verbrauchergemeinschaft eG

INHALT

- 2 Vegan & bio ist (viel) besser!
- 3 NEU im NWL: Periodenunterwäsche von Comazo
Rezeptidee: Grillen mit Tofu
- 4 Essig Schneider: Produkte für (fast) jeden Bedarf
- 5 Viel Dinkel, viel Nudel, voll lecker!
- 6 Günstiger für euch: Gelierzucker
Rezeptidee: Marmelade einmal anders
- 7 Veranstaltungstipps Juni 2023

VEGAN IST GUT?

VEGAN & BIO IST (VIEL) BESSER!

Mit den warmen Frühlingstagen hat die Grillsaison begonnen. Was liegt denn bei euch auf dem Rost: Fleisch, Käse oder Veganes? Mittlerweile sind zahlreiche vegane Fleischersatzprodukte sowie Milchalternativen im Handel erhältlich, sowohl in Bio-Qualität als auch konventionell. Und die Nachfrage steigt. So wurden 2022 jeweils 4% mehr Bio-Fleischersatz und Bio-Pflanzendrinks als noch im Jahr zuvor gekauft¹.

Zu den Beweggründen für den Konsum veganer Produkte zählen das Tierwohl und der Klimaschutz. Der Verzicht auf tierische Produkte soll Tieren haltungsbedingtes Leid ersparen. Zudem möchte man eine Verringerung der Tierbestände und damit eine Senkung von Treibhausgasemissionen erreichen. So weit, so gut. Doch auch für die vegane Ernährung gilt: Einen ganzheitlich positiven Effekt hat sie nur dann, wenn die Lebensmittel biologisch produziert werden. Warum?

1. In der **Bio-Landwirtschaft** werden keine chemisch-synthetischen Pestizide angewendet. Diese schaden bekanntermaßen (nicht nur) der Artenvielfalt. Durch eine Kreislaufwirtschaft und die Anwendung langsam wirkender organischer Dünger wird außerdem das Grundwasser viel weniger mit Nitrat belastet².

2. Im Bio-Anbau und in der -Verarbeitung darf **keine Gentechnik** und nur eine begrenzte Anzahl von **Zusatzstoffen** angewendet werden. Das regelt die EU-Öko-Verordnung. Demnach sind im Bio-Bereich derzeit 56 Zusatzstoffe erlaubt, 300 dagegen in der konventionellen Herstellung^{3, 4, 5}. Zusatzstoffe verändern Lebensmittel u.a. in ihrer Farbe, Konsistenz oder Haltbarkeit. Der maßvolle Einsatz dieser Stoffe in der Bio-Produktion entspricht den Erwartungen von Bio-Verbraucher:innen an die Lebensmittel und deren Ursprünglichkeit. Andererseits entsprechen etwa vegane Fischalternativen geschmacklich und in ihrer Textur ihren tierischen Vorbildern oft nur dann, wenn sie stark verarbeitet und künstlich aromatisiert sind⁶. In der Bio-Herstellung ist beides nicht

erwünscht und letzteres nicht erlaubt. Bio-Alternativen mögen daher in Geschmack und Konsistenz von ihren tierischen Pendanten abweichen, beinhalten dafür aber weniger Zusatzstoffe. Auch die Anreicherung mit isolierten Vitaminen und Mineralstoffen ist nach EU-Öko-Verordnung für Bio-Produkte untersagt.

3. Im Bio-Bereich gibt es zahlreiche Projekte und Kooperationen, die nicht auf maximalen Profit orientieren. Stattdessen wollen die Beteiligten aus Anbau, Verarbeitung und Handel den **Umwelt- und Klimaschutz sowie faire Handelsbedingungen und starke Lokalstrukturen** fördern.

Es spricht also viel für den Einkauf von veganen Lebensmitteln in Bioqualität. Umso mehr freuen wir uns, euch in der VG viele und vielfältige, auch regionale vegane Produkte anzubieten! Wer sich beim Einkauf an Labeln orientiert, schaut nach dem EcoVeg-Label. Es ist die einzige Kennzeichnung von veganen Produkten, die ausschließlich aus Bio-Produktion stammen.

Autorin: Kati Partzsch

Mehr Informationen zum Thema findet ihr hier:

¹ [BÖLW Branchenreport 2023](#)

² [Düngung im ökologischen Landbau](#)

³ [Zusatz- und Hilfsstoffe in der ökologischen Verarbeitung](#)

⁴ [Warum vegan auch bio sein sollte](#)

⁵ [EU Bio Verordnung - 30. Mai 2018](#)

⁶ [Vegane Bio-Fischalternativen](#)



NACHHALTIG GEREGLT

NEU IM NWL: PERIODENUNTERWÄSCHE VON COMAZO

Ob Menstruationstasse oder waschbare Baumwoll-Slipeinlage: Nachhaltige(re), wiederverwendbare Monatshygiene-Produkte erfreuen sich zunehmender Beliebtheit.

Mit der Perioden-Unterwäsche von Comazo Earth bietet euch der Naturwarenladen der Verbrauchergemeinschaft jetzt eine neue, umweltfreundliche und besonders bequeme Alternative.

Einfach Unterwäsche anziehen und der Tag ist geregelt, denn: Optisch ist die Perioden-Unterwäsche von Comazo kaum von normalen Slips oder Panties zu unterscheiden. Sicheren Schutz vor Auslaufen gibt die Wäsche durch eine Kombination aus mehreren dünnen Schichten: Der Oberstoff und auch der körpernahe Zwickel bestehen aus fair gehandelter Bio-Baumwolle mit Elasthan-Anteil. Diese sorgen für ein angenehmes Tragegefühl – eben wie bei ganz normaler Unterwäsche. Im Inneren verbergen sich ein Saugkern und eine flüssigkeitsundurchlässige Membran, die aus Polyester sowie Polyamid bestehen. Durch eine zusätzliche Polyurethan-Beschichtung bietet die Membran einen zuverlässigen Auslaufschutz.

Einfach tragen, waschen, wieder tragen

Die Perioden-Unterwäsche kann je nach Stärke der Menstruation mehrere Stunden und länger getragen werden. Danach sollte sie mit Wasser kurz ausgespült werden. Anschließend kann sie ganz einfach bei 40 Grad in der Waschmaschine gewaschen werden. Nach dem Trocknen ist die Wäsche sofort wieder bereit für einen neuen Einsatz – ganz ohne Müll oder das Nachkaufen neuer Perioden-Produkte. Damit schont frau nicht nur die Umwelt, sondern auch den eigenen Geldbeutel.

Die Periodenwäsche von Comazo ist bei uns als Slip und Panty in den Größen 36-44 jeweils in den Farben Schwarz und Rot sowie in den Ausführungen M (für eine schwache bis mittlere Periode) und S (für eine mittlere bis starke Periode) erhältlich.

Noch Fragen? Sprecht uns an! Im Naturwarenladen beraten wir euch gerne zu diesen und weiteren umweltfreundlichen Drogerie-Produkten!

Herzlichst
Euer Team des Naturwarenladens

REZEPTIDEE: GRILLEN MIT TOFU

GEMÜSE-TOFU SPIESSE MIT MARINADE

Eine leckere Alternative zum Steak auf dem Rost gesucht? Diese vegetarischen Spieße sind schnell vorbereitet und bringen euch Grill-Geschmack mit simplen und gut verfügbaren Zutaten: frisches Sommergemüse und Tofu, eingelegt in eine würzige Marinade mit Rauchnote.

[Zum Rezept ...](#)



VOR ALLEM SÜSS, SAUER UND SCHARF

ESSIG SCHNEIDER: PRODUKTE FÜR (FAST) JEDEN BEDARF

Ob zur gegrillten Leckerei, im deftigen Eintopf oder für die würzige Pastasauce: Mit Bio-Senf, -Essig und -Ketchup von Essig Schneider bietet euch die VG Dresden regional hergestellte Klassiker zur Verfeinerung eurer Speisen. In Colmnitz, knapp 30km südwestlich von Dresden, nahe des Tharandter Waldes produzieren die derzeit acht Mitarbeitenden von Essig Schneider aktuell 20.000 Tonnen Senf und 70.000 Liter Essig pro Jahr. Das Familienunternehmen in 3. Generation ist heute breit aufgestellt.

GESCHÄFTSTÜCHTIGE GESCHICHTE

Mit Beharrlichkeit, Zuversicht und Innovationsgeist hat sich Essig Schneider in den letzten bald 90 Jahren beständig gut entwickelt. Gegründet 1936 von Großvater Walter Schneider war die Firma zunächst ein ambulanter Handel mit Lebensmitteln, Senf, Essig, Öl, Säften, Weinen und Spirituosen. Per Fahrrad, Pferdekutsche und später motorisiert wurden die Waren in die Region geliefert. Anfang der 1950er Jahre kam die eigene Essigproduktion hinzu. Ebenfalls seit der DDR-Zeit gibt es einen Hofladen, der heute eine Vielzahl an Waren der Umgebung bereithält. Mit Ulrike Schneider als Geschäftsführerin startete Essig Schneider 2008 in die lange angestrebte eigene Senfproduktion. Die Eröffnung des Onlineshops folgte wenig später. Auch ein Präsentations- und Verkaufsraum einschließlich Museum wurde gebaut. Hier erhalten Besuchergruppen informative Führungen verbunden mit einem kulinarischen Angebot rund um den Senf.

SORTIMENT, ROHSTOFFE UND NACHHALTIGKEIT

Das Kernsortiment von Essig Schneider umfasst diverse Essigsorten, vielfältige Öle, Ketchup, Spirituosen und natürlich Senf. Letzterer wird in klassischen, aber auch in saisonalen Variationen angeboten, etwa als Bärlauch- oder Vogelbeersenf. Der überwiegende Teil der Produkte wird zwar konventionell hergestellt. Doch seit 2010 sind auch Bio-Produkte fester Bestandteil des Sortiments. „Damit haben wir auf das gestiegene Bewusstsein der Verbraucher:innen in Bezug auf die Herkunft und Herstellung von Lebensmitteln reagiert“, so Ulrike Schneider. Die Rohstoffe der Bio-Produkte können nur teilweise regional beschafft werden. Jedoch wird versucht, sie

deutschlandweit einzukaufen. Für den Senf sei ein regionaler Bezug ohnehin sehr schwierig, weil hier kaum Senf angebaut werde. „Ich bin immer noch auf der Suche nach Bauern in der Region, die für uns Senf anbauen“, sagt Schneider. Zumindest aus Bayern konnte sie die Senfkörner schon beziehen. Die Glaubwürdigkeit von Bio und eine möglichst regionale Beschaffung sind Schneider wichtig. Daneben möchte sie in ihrem Unternehmen mit einer Photovoltaikanlage, die Strom für die Produktion liefert, einen Beitrag zum nachhaltigen Wirtschaften leisten. In diesem Sinne ist auch eine Abfüllung der Produkte in mitgebrachte Gefäße vor Ort angedacht.



HERSTELLUNG

In der Senfproduktion kommen altbewährte Techniken zum Einsatz: Die Senfmaische – ein Gemisch aus Wasser, Essig, Senfsaat und Gewürzen – wird in einer Steinmühle vermahlen. Die beiden Mahlsteine der Schneider'schen Senfmühle haben jeweils einen Durchmesser von 80cm und wiegen jeder eine beachtliche halbe Tonne. Pro 90min Mahl-Zeit ergibt die Mühle 100kg Senf. Nach dem Mahlen „ruht“ dieser für mindestens ein bis zwei Tage. Anschließend wird er, wie auch der Essig, per Hand abgefüllt. Der Prozess der Senfherstellung dauert etwa fünf Tage. „Das Ergebnis ist, wie es sich für ein Naturprodukt gehört, nie einheitlich, mal dünner, mal dicker, mal mehr, mal weniger scharf“, so Ulrike Schneider.



STARKER BIO-PARTNER: VG DRESDEN

Neben dem Verkauf an Endkund:innen im Hofladen gehen Bestellungen über den Online-Shop aus ganz Deutschland, einzelne gar aus Belgien und aus der Schweiz ein. Außerdem werden die Produkte heute immer noch im Umkreis von 50 km ausgeliefert. Dabei ist die VG Dresden einer der stärksten Abnehmer der Bio-Produkte von Essig Schneider. „Unsere Bio-Produktlinie stellten wir anfangs den Bio-Händlern in Dresden vor“, erinnert sich Ulrike Schneider, „mit der VG kam eine gute Zusammenarbeit auf den Weg, die bis heute hält“.

AUSTAUSCH AUF MÄRKTEN UND FESTEN

Darüber hinaus ist Essig Schneider mit einem Verkaufstand auf regionalen Märkten und Festen vertreten. Beim jährlichen Hoffest des Unternehmens in Colmnitz sind Interessierte eingeladen, hinter den Kulissen in die Produktion zu schauen, die vielfältigen Produkte zu verkosten und mit dem Team vor Ort ins Gespräch zu kommen. Auch beim Regionalfest der VG im September könnt ihr Essig Schneider näher kennen lernen.

AUFRUF - REGIONALER SENFANBAU FÜR ESSIG SCHNEIDER

Bist du selber Bäuerin oder Bauer und könntest Senf für Essig Schneider anbauen? Oder kennst du eine:n Landwirt:in, an den/die du diesen Aufruf weitergeben kannst? Dann melde dich bei Ulrike Schneider per Email an info@essig-schneider.de. Wir freuen uns, wenn wir mit diesem Aufruf den regionalen Anbau sowie beständige Wirtschaftsweg in der Region stärken können.

In (fast) allen Biomärkten der Verbrauchergemeinschaft sind folgende Produkte von Essig Schneider für euch erhältlich:

- Bio-Senf
- Bio-Tomatenketchup
- Bio-Essige



Weitere Infos zu unserem Regional-Lieferanten Essig Schneider findet ihr unter www.essig-schneider.de.

Autorin: Kati Partzsch

IM ANGEBOT: DINKEL SPIRALEN IM MAXIPACK

VIEL DINKEL, VIEL NUDEL, VOLL LECKER!

Satte Dinkelernte in 2022: Im letzten Jahr fuhren Bio-Landwirt:innen eine überaus reiche Dinkelernte ein. Verarbeitet zu vielen guten Produkten will diese nun verteilt werden!

Zum Beispiel mit dem praktischen Vorratspack Dinkel Spiralen von der Spielberger Mühle: Mit dem Kauf des 2-kg Maxipacks unterstützt ihr Dinkel-Bauern und -Bäuerinnen und spart zugleich mehr als nur bei der Verpackung. Der Verpackungsbeutel besteht zu 100 % aus Papier und kann ganz einfach ins Altpapier gegeben werden. Zudem werden die Beutel in Mehrweg-Klappkisten geliefert und kommen so ohne Umkarton aus.

Die 2-kg Großpackung Dinkel Spiralen der Spielberger Mühle erhaltet ihr jetzt in allen unseren Biomärkten zum Angebots-Preis – solange der Vorrat reicht.



EINKOCHEN VOLLER GESCHMACK

GÜNSTIGER FÜR EUCH: GELIERZUCKER VON NATURATA UND AGAVA

Sommerzeit ist Einkochzeit! Ob eigene Ernte oder frisch gekauft: Was gibt es Schöneres, als den vollen Geschmack von Beeren und Früchten in Marmelade, Gelee und Fruchtaufstrich einzufangen?

Mit den Gelierhilfen von Naturata und Agava gelingen eure selbstgemachten Schätze ganz einfach – mit vollem Geschmack, auch ohne viel Zucker. Zwar unterstützt ein hoher Zuckergehalt tendenziell eine längere Haltbarkeit, für die richtige Konsistenz von Konfitüren und Co. sorgt aber Apfelpektin. Damit sind diese Gelierhilfen auch für eine vegetarische und vegane Lebensweise geeignet.



Die Gelierzucker von Agava und Naturata erhaltet ihr jetzt zum Start in die Einkochsaison in allen unseren Biomärkten besonders günstig:

**Naturata Gelierzucker 2:1
Agava Gelierzucker 3:1**



REZEPTIDEE: MARMELADE EINMAL ANDERS



TOMATEN-ERDBEERMARMELADE

Wer sagt, dass Marmelade immer süß sein muss? Diese fruchtig-pikante Marmelade aus Tomaten und Erdbeeren ist schnell gemacht und passt gut zu Frischkäse und Ziegenkäse – oder auch einfach pur auf Brot zu Gegrilltem.

[Zum Rezept ...](#)

VERANSTALTUNGSTIPPS JUNI 2023

GENERALVERSAMMLUNG DER VERBRAUCHERGEMEINSCHAFT

SAMSTAG, 10.06.2023 9:00-15:00 UHR | ORT: MARTA-FRAENKEL SAAL, DEUTSCHES HYGIENE-MUSEUM DRESDEN, LINGNERPLATZ 1, 01169 DRESDEN

An diesem Samstag treffen sich die Mitglieder der Verbrauchergemeinschaft und besprechen alle wichtigen Angelegenheiten der VG. Hier entscheiden wir gemeinsam über die großen Fragen unserer Genossenschaft – seid also dabei! Im Rahmen der Generalversammlung findet die Wahl zum Aufsichtsrat statt. Die Liste der Kandidierenden gibt's [auf unserer Webseite](#).



VG Verbrauchergemeinschaft
FÜR UMWELTGERECHT ERZEUGTE PRODUKTE EG

BUSFAHRT ZU UNSEREN REGIONAL-LIEFERANTEN

**SONNTAG, 11.06.2023, 09:00 – 18:00 UHR | TREFFPUNKT: BIOMARKT MITTE, JAHNSTR. 5A, 01067 DRESDEN
KOSTEN: 10 EURO (ERWACHSENE), 5 EURO (KINDER). TICKETS AN ALLEN KASSEN UNSERER BIOMÄRKTE.**

Einsteigen, entdecken und Bio in der Region kennen lernen: Am Sonntag, den 11.06.2023 bieten wir Euch wieder die Gelegenheit, bei der Regionalbusfahrt der VG gleich mehrere [Biohöfe und Biobetriebe in unserer Region](#) zu besuchen. Unsere Tour führt uns zu Bio Planète – Ölmühle Moog GmbH, dann zum Auenhof Biogemüse, anschließend zurück nach Dresden zu Nicama-Apinima GmbH. Die Tour endet an unserem Biomarkt Friedensstraße.



Verbrauchergemeinschaft für
umweltgerecht erzeugte Produkte e.V.

GRUNDVORLESUNG ÖKOLOGISCHE NACHHALTIGKEIT

BIS EINSCHLIESSLICH 06.07.2023 ALLER ZWEI WOCHEN DONNERSTAGS, 13:00-18:00 UHR | ORT: WIRD NOCH BEKANTT GEGEBEN | KOSTENLOSE TEILNAHME | INFOS UND ANMELDUNG: [TU DRESDEN](#).

Die Grundvorlesung ökologische Nachhaltigkeit bietet ein Praxissemester an. Dabei erhaltet ihr theoretischen und praktischen Input zu Lösungsansätzen für den Klimawandel. Folgende Themen werden behandelt: Biodiversität in der Stadt und biodiversitätsabhängige Ökosystemleistungen, Nachhaltigkeit in Wirtschaft und Politik, Kreislaufwirtschaft und nachhaltige Ernährung.



tu umwelt
initiative
tuuwi.de

PLASTIC WORLD! WARUM SIND KUNSTSTOFFE ÜBERALL?

DONNERSTAG, 22.06.2023, 19:00 – 21:15 UHR | ORT: ONLINE

KOSTENLOSE TEILNAHME | INFORMATIONEN UND ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#).

Kunststoffe sind allgegenwärtig. Aber warum ist das eigentlich so? Im Rahmen des Online-Vortrags zeigen spannende Experimente die Kunststoffe unseres Alltags auf – vom Wegwerf-Löffel bis zum Smartphone. Der Zugang zur Veranstaltung über einen PC oder Laptop wird empfohlen, ein Internetzugang ist erforderlich.



VHS
Volkshochschule
Dresden e.V.

MAHLITZSCHER JUBILÄUMS-HOFFEST 2023

SAMSTAG, 01.07.2023, AB 14 UHR | ORT: HOF MAHLITZSCH, MAHLITZSCH NR. 1, 01683 NOSSEN

KOSTEN: 2 EURO ERWACHSENE, 1 EURO KINDER | MEHR INFOS: [VERANSTALTUNGSSEITE HOF MAHLITZSCH](#).



Der Hof Mahlitzsch wird 30! Das gilt es zu feiern – mit einem bunten Hoffest am 1. Juli 2023. Auf euch warten Köstlichkeiten vom Hof, Live-Musik, Kindertheater und vieles mehr. Seid dabei und lernt einen der ältesten Regional-Partner der Verbrauchergemeinschaft aus der Nähe kennen!



Nicht vergessen: Am **14.06.2023** findet zum dritten Mal unser **Kochen mit Regionalpartnern** statt!

Noch mehr aktuelle Veranstaltungen und Events findet ihr in unserem [Online-Kalender](#).

