

# der spatz

Magazin für Ökologie und Gesundheit

Vegane Mode  
Vegan – Trend oder Lebensart  
Naturkosmetik fair und vegan  
Allergien und Unverträglichkeiten  
Energiewende nur mit Wärmewende  
Tipps und Trends rund  
um Öko-Urlaub

Gewinnen Sie:  
BIO HOTELS Urlaubsgutschein  
PRIMAVERA „VIEL FREUDE“ Set  
DENTTABS Zahnpflegetabletten



# Sommerurlaub

MorgenLand

VOM ANBAU BIS ZUM REGAL  
»»» ALLES AUS EINER HAND! «««

## Die sonnengetrocknete Superfruit von MorgenLand: Gojibeeren

aus der Inneren Mongolei



Wang Yongsheng bewirtschaftet mit seinen beiden Töchtern zwei Bio-Bauernhöfe in der Inneren Mongolei mit insgesamt 50 Hektar

Land. Zwei Leidenschaften prägen sein Leben: Der ökologische Landbau und die Gojibeeren.

Er hat sich auf Sonnentrocknung und Reinigung der Gojibeeren spezialisiert und verarbeitet nur selbst angebaute Bio-Gojibeeren.

Die große Stärke von MorgenLand: Wir kennen Bauern und Verarbeiter in den Anbauländern persönlich und machen uns vor Ort selbst ein Bild über die Gegebenheiten. Wir schließen über Anbau, Verarbeitung und Qualität feste Vereinbarungen.

Erhältlich bei basic, Alnatura und in ihrem gut sortierten Bio-Markt oder online unter [shop.morgenland.bio](http://shop.morgenland.bio)



[www.morgenland.bio](http://www.morgenland.bio)

MorgenLand Gojibeeren

## Superfruit mit chinesischen Wurzeln

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) weiß um die Bedeutung der Gojibeeren bereits seit über 6.000 Jahren. Lange bevor Nährstoffanalysen belegen, dass die Gojibeere einen außergewöhnlich hohen Gehalt an Mineralien und Vitaminen aufweist und ihr eine antioxidative und entgiftende Wirkung zugesprochen wird.

Als moderne Superfruit wird die Gojibeere zur Aufwertung des täglichen Speiseplanes als wertvolle Nahrungsergänzung gesehen, um Nährstoffdefizite auszugleichen. Umso wichtiger ist es, dass die kleine, rote Frucht keine chemischen und synthetischen Rückstände aus Landwirtschaft und Verarbeitung aufweist und dass es sich um mikrobiologisch einwandfreie Qualität handelt.

Eines der traditionellen Hauptanbaugelände liegt in China. Deshalb lag der Gedanke von MorgenLand auch Nahe, dort Gojibeeren in Bio-Qualität nach europäischen Standard anbauen zu lassen. Der MorgenLand Projektleiter für Bio-Anbauprojekte Kees Maris wurde vor einigen Jahren in der Inneren Mongolei – einem autonomen Gebiet der Volksrepublik China – fündig. Nach einer Zeit der Gespräche und Vorbereitungen wurde eine Kooperation vereinbart und es hat sich eine enge Partnerschaft entwickelt.

Seit 2014 baut der visionäre Umweltschützer und Bio-Landwirt Mr. Wang mit seinen beiden Töchtern auf zwei Bio-Bauernhöfen auf insgesamt 50 Hektar Anbaufläche Bio-Gojibeeren für MorgenLand an. Im Juni und August werden die Gojibeeren dort von Hand geerntet und anschließend sonnengetrocknet. Der europäische Bio-Standard ist von der

Kontrollstelle Ecocert zertifiziert und bei dem international tätigen und akkreditierten Labor Eurofins wird die Analytik durchgeführt.

MorgenLand ist seit über 35 Jahren im Anbau und der Verarbeitung von Nüssen und Früchten nach dem Leitsatz des Unternehmensgründers Orhan Yilmaz „Vom Anbau bis zum Regal – alles aus einer Hand!“ befasst. Heute stammen weit über die Hälfte der eingesetzten Rohstoffe aus eigenen Bio-Anbauprojekten und dieser Anteil steigt kontinuierlich. Das MorgenLand Projektteam steht den Anbauern dabei mit Rat und Tat zur Seite und unterstützt von der Ernteplanung bis zur Bio-Zertifizierung. Langfristige Partnerschaften, laufende Qualitätskontrollen und die ständige Verbesserung von Abläufen und Verfahren garantieren die hohe Produktqualität und eine verlässliche Lieferfähigkeit.

Nicht zuletzt deshalb sind die dort erzeugten Bio-Gojibeeren ein Qualitätsmaßstab für Premiumqualität, wie das Ergebnis des letzten Ökotests unterstreicht. MorgenLand Gojibeeren erhielt beim Test Superfruit im Ökotest-Magazin 04/2016 als einziger Testsieger das Ergebnis „Sehr gut“. Mehr Informationen unter [www.morgenland.bio](http://www.morgenland.bio)

### Superfood im Obstsalat: Apfel-Goji-Salat – vegan

Dieser etwas andere Obstsalat ist als Frühstück perfekt für einen guten Start in den Tag. Aber auch als Snack für zwischendurch und Nachtisch am Abend kann er sich sehen lassen. Durch die Superfood Goji-Beere kann er das Immunsystem stärken und liefert durch die Kerne und Nüsse viele wichtige Fettsäuren.

#### Zutaten:

2 Äpfel, 3 TL MorgenLand Walnüsse, 3 TL MorgenLand Pinienkerne, 3 TL Sonnenblumenkerne, 3 TL MorgenLand Goji-Beeren, 1 Prise Zimt, MorgenLand Apfelsüße nach Belieben

#### Zubereitung:

1. Für den Salat sollten die Goji-Beeren mindestens eine halbe Stunde, besser über Nacht in Wasser oder Fruchtsaft eingeweicht werden.

2. Anschließend die Flüssigkeit abgießen und die Beeren grob hacken. Die Äpfel würfeln und mit den Beeren, Nüssen und

Kernen in eine Schüssel geben.

3. Nun kann der Salat abgeschmeckt werden mit einer Prise Zimt und etwas Apfelsüße. **Tipp:** Mit unterschiedlichen Toppings kann der Salat werden. Wer es etwas cremiger mag, gibt noch einen Löffel Joghurt hinzu oder für die extra Power Chiasamen darüber streuen.

