

### 3 Editorial



## APERRO

- 6 **Aktuelles**
- 9 **Hier sind die Guten**
- 10 **Im Slow Food Check.**  
Pumpernickel
- 14 **Das Fischportrait.**  
Ein Fisch für die Ewigkeit – der Hering
- 16 **Slow Food Youth.**  
Gut beraten – die SFY Akademie als Denkfabrik.  
Auf dem »Markt des guten Geschmacks«
- 19 **Standpunkt von Ursula Hudson.**  
Menschengesundheit nur mit  
Planetengesundheit!

## UNTERWEGS

- 20 **Genussreise durch Leipzig.**  
Viel mehr als Allerlei
- 29 **Simsseer Weidefleisch bei Rosenheim.**  
Biologisch, nachhaltig, visionär – und saugut
- 34 **Gastrotipp.**  
»Der Fleischladen« in Chemnitz

## AUS DER KÜCHE

- 36 **Heinzelcheese & Wein.**  
Gelebter Ziegenkäsetraum
- 40 **Zart im Frühjahr.**  
Spinat – grüner Küchenheld
- 44 **Krustentiere.**  
Heimische Krebse, edel und verdrängt
- 46 **Fünf aus Eins – das unendliche Gericht.**  
Es gibt Reis, Baby!



Fotos: Katrin Schießl, StockFood

## DOSSIER:

### WAS IST EIN GUTES LEBENSMITTEL?

- 52 **Aufmacher.**  
Die Slow-Food-Sicht
- 56 **Food Hero.**  
Arnd Erbel, Bäcker in Mittelfranken
- 60 **Interviews.**  
Frische, Nähe – und Liebe
- 64 **Guter Fisch?**  
Ebbe an der Fischtheke
- 66 **Plädoyer für Frische und Geschmack.**  
Milch vom Feinsten

## TISCHGESPRÄCH

- 68 **Qualität auf der Messe.**  
Was ist neu?
- 71 **Buchtipp.**  
»Lecker-Land ist abgebrannt«

# Was ist ein gutes Lebensmittel?

## SLOW FOOD

- 77 Kolumne von Carlo Petrini. Neue Ökonomiekonzepte müssen her
- 78 Slow Food aktuell
- 80 Slow Food Chef Alliance
- 82 Aus den Convivien

## RUBRIKEN

- 96 Leserbrief, Impressum
- 97 Vorschau
- 98 Kolumne Schluss damit!

### SLOW FOOD MESSE

Verschoben auf 8.–11. April 2021 aufgrund der aktuellen Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus

### REZEPTE IN DIESEM HEFT

- |   |   |
|---|---|
| 8 Grünspargel, Dicke Bohnen, Eier                 | 43 Spinatsalat mit Rosinen und Pinienkernen |
| 15 Gefüllter Hering                               | 47 Gebratener Reis                          |
| 15 Heringssalat Rote Zora                         | 47 Persischer Reis                          |
| 41 Pizza mit Spinat, Artischocken und Bohnenpüree | 48 Tomatensuppe Wiener Art                  |
| 42 Spinatröllchen mit Joghurt-Linsen              | 48 Reiskroketten                            |
| 42 Spinat-Frittata                                | 49 Reiskuchen                               |
|   | 81 Linsen-Spargel-Gemüse                    |

## FÜR KAFFEE-VOLLAUTOMATEN



Ein harmonischer, vollmundig körperreicher Kaffee mit dichtsamtiger Crema in Barista-Qualität. Im wunderbar feiwürzigen Duft und im angenehm herben Geschmackserlebnis dominiert ein Hauch von Bittermandel. Nuancen von edler Bitterschokolade und zartem Karamell begleiten den Ausklang.

Mehr Hochland Spezialitäten auf [www.lieblingsbohne.de](http://www.lieblingsbohne.de)