



Krampf

Weil Frisches einfach besser schmeckt!



LIEBE KUNDEN,

langsam, aber sicher ist der Herbst im Anmarsch und hat dabei saisonale Highlights im Gepäck, die den Abschied vom heißen Sommer etwas leichter machen. Zum Beispiel den allseits beliebten Federweißen. Freuen Sie sich ab sofort auf den badischen Federweißen von der Winzergenossenschaft Weinland Baden und sichern Sie sich dazu bei uns im Markt auch gleich noch die passenden Begleiter wie Flammkuchen, Quiche und Co. Wärmstens empfehlen können wir Ihnen zudem für das spätsommerliche Grillvergnügen die Wurstspezialitäten von Salzbrenner aus Hamburg und für den Vitaminkick zwischendurch unsere neue Apfelvielfalt vom Obsthof Jonas aus dem Alten Land. Obendrauf erfahren Sie in der neuen Ausgabe unserer Marktzeitung alles über den Karriereweg unserer Azubis und unsere Bemühungen in Sachen nachhaltige Verpackungen.

Viel Spaß beim Stöbern wünscht Ihnen
Ihr Team von EDEKA Krampf!



ABENTEUER AUSBILDUNG: UNSERE AZUBI

JUSTIN SCHÄFER: VOM PRAKTIKUM ZUR AUSBILDUNG BEI EDEKA KRAMP

Während eines berufsvorbereitenden Jahres absolvierte Justin Schäfer ein halbjähriges Praktikum im Markt von EDEKA Kramp. Dabei bemerkte er schnell, dass die Arbeit im Lebensmitteleinzelhandel ihm große Freude bereitet. Selbstbewusst ging der 17-Jährige gegen Ende seiner Praktikumszeit auf Marktinhaber Tim-Tobias Kramp zu und sprach diesen auf die Möglichkeit einer Ausbildung an. „Ich habe mit Herrn Kramp geredet und er sagte sofort, dass wir das so machen können. Die Freude bei mir war riesig.

Seit dem 1. August bin ich im Markt als Azubi zum Verkäufer tätig und habe mich bereits gut eingelebt“, so der Hartenholmer. Im Markt kümmert sich der fußballinteressierte Teenager derzeit um das Verräumen der Ware in nahezu allen Abteilungen und hält dabei gleichzeitig das visuelle Erscheinungsbild der Regale in Schuss. „Bisher bin ich sehr zufrieden. Alle Kollegen und auch die Kunden sind sehr nett. Ich freue mich, die verschiedenen Abteilungen nach und nach genauer kennenzulernen. Ganz besonders die Obst- und Gemüseabteilung. Die stelle ich mir besonders spannend vor“, so Justin Schäfer.



PATRICIA LÜTJHE: DIE ANGEHENDE EINZELHANDELSAZUBI

Die 24-Jährige absolviert bei EDEKA Kramp... Auch die Nienwohlderin war schon vor dem Start eines einjährigen Praktikums sammelte sie... men. „Das Praktikum eingeschlossen, bin ich... schon relativ routiniert und weiß, wo alles... die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich im Kir... nur überall da mit an, wo sie gerade gebrauc... federführend um die Konservenabteilung, wo... bis hin zur Bestellung alles eigenverantwortli... ist schön, einen eigenen Verantwortungsbere... den Konserven bin ich auch viel in der Molke... tätig. Auch dort kenne ich mich bestens a... und an auch die Bestellungen und kümmerge... und Wünsche der Kunden“, so Lütthje, die... Atmosphäre bei EDEKA Kramp genießt und ei... Ausbildungsabschluss anstrebt.

ROBIN HELLWICH: DER MOTORRADFAN MIT KLAREN ZIELEN

Robin Hellwich ist am 1. August dieses Jahres in das zweite Jahr seiner Ausbildung zum Verkäufer gestartet und fühlt sich bei EDEKA Kramp pudelwohl. „Ich kann mir keinen besseren Ausbildungsplatz vorstellen“, so der 17-Jährige: „Egal ob beim Obst und Gemüse, in der Getränkeabteilung oder am Infotresen – es gibt überall allerhand zu tun und Langeweile kommt definitiv nicht auf.“ Der begeisterte Motorradfahrer wollte nach seinem Schulabschluss eigentlich mit einer Ausbildung im Bereich Büromanagement ins Berufsleben starten, musste dann aber kurzfristig umplanen. „Zum Glück, wie sich heute zeigt. Das mit dem Ausbildungsplatz hat damals kurzfristig doch nicht geklappt und ich musste mich anderweitig umschauen. Da ich in meiner Schulzeit bereits einen Nebenjob bei EDEKA Kramp absolviert hatte und mir die Arbeit Spaß gemacht hat, habe mich direkt bei Herrn Kramp beworben. Der hat dann relativ schnell zugesagt“, blickt Robin Hellwich zurück. Sein Ziel ist es nun, im kommenden Sommer einen guten Abschluss zu schaffen, eventuell die Weiterbildung zum Einzelhandelskaufmann hinten dranzuhängen und anschließend von Tim-Tobias Kramp übernommen zu werden.



JULIAN WIEDER: DER EHRGEIZIGE GETRÄNKEEXPERT

Der 23-Jährige startete seine Ausbildung zum... wechselte nach einem Jahr in den Markt von... jahr und steuert geradewegs auf seine Abschl... gewechselt habe ich aufgrund der Nähe zu m... Adresse in der Region ist“, so der Todesfelde



S IM PORTRÄT

THJE

SKAUFFRAU MIT VIEL ERFAHRUNG

bereits ihr 3. Lehrjahr auf dem Weg zur Einzelhandelskauffrau. Sie hat nun schon drei Jahre hier im Markt tätig. Da ist man natürlich schon seinen Platz hat“, berichtet die sympathische angehende Kauffrau, die im Lebensmittelbereich engagiert. Im Marktalltag packt Patricia Lühje nicht nur die Ware, sondern kümmert sich auch um die Kunden. Sie greift sich vom Verräumen der Ware bis zum Kassieren alles in die Hand. „Es ist sehr abwechslungsreich zu haben. Neben der Lebensmittelabteilung übernehme ich auch die Kundenbetreuung. Ich freue mich um Fragen und die freundliche Zusammenarbeit mit den Kollegen.“



): ERTE MIT VIELSEITIGEN INTERESSEN

Julian Wied ist Einzelhandelskaufmann in einem EDEKA-Markt in Hamburg und hat seinen Ausbildungsinhaber Tim-Tobias Kramp. Jetzt befindet er sich im dritten Lehrjahr und absolviert die Abschlussprüfungen im kommenden Sommer zu. „Den Ausbildungsplatz habe ich bei meinem Wohnort und natürlich auch, weil EDEKA Kramp eine gute Ausbildung bietet.“ Die Stimmung im Markt ist super. Alles ist recht familiär und das gefällt mir gut. Wir haben ein junges Team im Markt und der Zusammenhalt stimmt.“ Julian Wied, der in seiner Freizeit leidenschaftlich kocht, Kart fährt und sich ab und an als Synchronsprecher versucht, kümmert sich bei EDEKA Kramp vorwiegend um die Wein- und Spirituosenabteilung, ist aber auch im Bereich Obst und Gemüse sowie an der Information anzutreffen. „Die Arbeit füllt mich total aus und ich lerne jeden Tag noch etwas dazu. Ich freue mich auf die Zukunft und möchte, wenn ich einen entsprechend guten Abschluss schaffe, gerne auch noch die Ausbildung zum Handelsfachwirt machen. Das Ganze natürlich bei EDEKA Kramp“, erklärt Julian Wied.

EDEKA KRAMP SUCHT NEUE SUPERHELDEN (M/W/D)

Du bist ein echter Teamplayer und suchst eine Herausforderung in einem krisensicheren Job?
Dann bist du bei uns genau richtig!

**Wir suchen zum nächsten Ausbildungsbeginn
08/2021 Nachwuchskräfte für unseren Markt
in Stukenborn.**

Schickt eure Bewerbung per Post oder Mail an:

EDEKA Tim-Tobias Kramp e. K.
z. Hd. Tim-Tobias Kramp
Kalte Wiede 22
24641 Stukenborn
info@edeka-kramp.de



RAN AN DEN GRILL MIT SALZBRENNER-WÜRSTCHEN



... das knackige Vergnügen.

Seit über 50 Jahren werden bei SalzbreNNer Wurstwaren produziert. Das Geheimnis des Erfolgs liegt in den optimierten Rezepturen, die den charakteristischen Geschmack der Brüh- und Bratwürste ausmachen. Das weiß auch EDEKA Kramp zu schätzen und bietet allen Grillfreunden, die den Rost im Spätsommer noch einmal so richtig zum Glühen bringen und ihre Gäste verführen wollen, die leckeren Grillwürstchen von SalzbreNNer an.

DER TRADITION VERPFLICHTET

Als der im Jahr 2013 verstorbene Firmengründer Karlheinz SalzbreNNer 1958 nach Hamburg kam, arbeiteten er und seine Frau in einer Hamburger Schlachtereier. Doch bevor 1965 in eigenen Räumen in Hamburg-Billstedt mit der Wurstproduktion begonnen wurde, zog es das Ehepaar SalzbreNNer über den großen Teich. In den USA lernte der Firmengründer – wie er zu sagen pflegte – wie man Würstchen ganz bestimmt nicht macht. Seit 1978 befindet sich die Produktionsstätte auf dem Gelände des Fleischgroßmarkts Hamburg, wo im Sommer 2006 der Neubau bezogen wurde.



KNACKIG-FRISCH UND NUR AUS BESTEN ZUTATEN

Die Tochter von Karlheinz SalzbreNNer Kerstin und Ehemann Mathias Theurich erhalten die Tradition des Familienunternehmens aufrecht. Die beiden wissen genau, was in eine gute Wurst gehört: Neben erstklassigem Fleisch werden nur noch Wasser, Salz und Gewürze benötigt. Weitere Zutaten sind, wenn überhaupt, nur ganz beschränkt zugelassen. Für den unvergleichlichen Geschmack der SalzbreNNer Würstchen werden die Gewürze – nach über Generationen weitergegebenem Familienrezept – angemischt.

Ob begehrte Brüh- und Bratwürste in verschiedenen Ausformungen – als Bratwurst, Grillbratwurst, Krakauer mit und ohne Käse oder Hamburger Knacker – sie alle machen sich hervorragend auf dem Grill, sind aber auch der Pfanne nicht abgeneigt. Außerdem haben sie eine überzeugende Güte gemeinsam. Die Rohwaren werden von ausgesuchten Händlern aus dem norddeutschen Raum bezogen, die hinter den Qualitätsansprüchen von SalzbreNNer stehen. Hochwertige Rohstoffe, strenge Kontrollen, Qualitätssicherung bei jedem Bearbeitungsschritt, die Erfahrung, das Know-how, Gewürze und Kräuter sowie die Liebe erzeugen das beste Endprodukt.

Je nach Saison werden bei SalzbreNNer täglich bis zu 25 Tonnen Wurstwaren in den Produktionsräumen hergestellt. „So viel moderne Technik wie möglich und so viel Handarbeit wie nötig“, lautet die Devise. Das „knackige Vergnügen“ finden Sie in Ihrem EDEKA Kramp. Greifen Sie zu. Es lohnt sich!



OBSTHOF JONAS

Der Obsthof Jonas in Hamburg hat eine lange Tradition. Das Anwesen selbst war einst Teil des Abthofes Neuenfelde und wurde im 19. Jahrhundert von Johann Diedrich Stehr vom Kloster Harsefeld gekauft. Im Jahr 1878 wurde das Haus gebaut. Seitdem wird der Hof von Generation zu Generation weiter vererbt und befindet sich heute im Besitz von Werner Jonas und seiner Frau, die den Hof mit ihren vier Kindern bewohnen und bewirtschaften. Neben der Familie arbeiten hier außerdem drei weitere Mitarbeiter sowie fünf bis zehn saisonale Erntehelfer.

Auf insgesamt 15 bis 16 Hektar Land werden Obst und Gemüse angebaut. Die Ware kommt direkt vom Hof frisch auf den Tisch. Je nach Saison gibt es Birnen, Zwetschgen, Pflaumen, Quitten, Beerenobst und Kirschen. Äpfel gibt es sogar rund ums Jahr. Ein weiteres Highlight sind die Kochbirnen, die meist ab Mitte Juli geerntet werden. Mit modernsten Anbau- und Kühlmethoden



VIelfalt und Geschmack aus dem Alten Land

sowie kurzen Transportwegen und wenig Energieaufwand tut Familie Jonas nicht nur etwas für die gesunde Ernährung ihrer Kunden, sondern außerdem auch für die Umwelt.

Jeden Morgen ist Werner Jonas schon früh unterwegs, zum Hamburger Großmarkt, wo er seine Ware an Gastronomen oder auch Gemüseläden verkauft. Auch EDEKA Kramp wird von ihm mit frischer Qualitätsware versorgt. „Wir sind froh, dass wir unsere Obst- und Gemüseabteilung mit den stets frischen Produkten vom Obsthof Jonas noch breiter und regionaler aufstellen können. Empfehlen kann ich besonders die Äpfel vom Obsthof Jonas aus dem Alten Land. Von Elstar über Breaburn bis Grafensteiner haben wir alles in den Regalen, was das Herz von Apfelfans begehrt. Auch Kirschen, Zwetschgen, Quitten und Birnen haben derzeit Saison und werden vom Obsthof Jonas mehrmals frisch in der Woche zu uns geliefert“, erklärt Marktinhaber Tim-Tobias Kramp.

Wer Produkte aus der Region wählt, unterstützt nicht nur die Produzenten vor Ort, sondern tut außerdem noch etwas für Umwelt und Gesundheit. Zudem ist das Obst vom Obsthof Jonas ein ganz besonderes Geschmackserlebnis. Das sollte man sich einfach gönnen.





Für Ihre Gäste nur das Beste: Unser Partyservice in Stuvvenborn bietet Ihnen und Ihren Lieben unvergessliche Genussmomente. „Wir sorgen dafür, dass Ihr Fest zu einem kulinarischen Erlebnis für Sie und Ihre Gäste wird. Wir planen und bereiten alles vor – und Sie feiern ganz entspannt“, erklärt Koch Frank Fischer, der das Zepter in Sachen Catering und Herstellung selbst gemachter Produkte im Bedienbereich bei EDEKA Kramp schwingt.



IHRE PARTY, UNSER SERVICE

Ob Canapés, Suppen und Eintöpfe oder rustikale und mediterrane Büfets: „Wir liefern nur feinste Spitzenqualität und Ihre kalten Platten mit Fisch, Käse oder Wurst dekorieren wir wunderbar festlich“, beschreibt Frank Fischer das vielfältige Angebot. Auch besondere Spezialitäten wie zum Beispiel der Schinkenkrusten- oder Spießbraten, hergestellt nach Geheimrezept, oder zum Weihnachtsfest knusprige Gans mit Rotkohl und Sauce hat der Partyservice im Programm. Die vorgegarten Köstlichkeiten müssen zu Hause nur noch aufgewärmt werden und das Schlemmen kann losgehen.

Frank Fischer und sein Team stehen Ihnen bei der Planung und Auswahl Ihres Festes gern fachkompetent mit Rat und Tat zur Seite und sind jederzeit ansprechbar. Bestellungen sind telefonisch unter der Nummer 0 41 94/9 80 30 90 oder persönlich im Markt möglich. Die gewünschten Speisen können Sie zu Ihrem Wunschtermin entweder persönlich im Markt abholen oder Sie lassen sich Ihre Bestellung gegen eine Gebühr bequem in die eigenen vier Wände liefern.



CANAPÉS	KALTE PLATTEN	ITALIENISCHES BÜFETT
<ul style="list-style-type: none"> • garnierte Baguettescheibe • Baguette gebuffert, Salatzeit, reichlich Belag und feine Garnitur • Köstlichdreh, Wirscholeoni Sorten Käse, Mettwurst, Käselebraten, Rucolabrot, Thüringer Mett mit Zwiebeln, Kochschinken, Fleischsalat 2,20 € je Stück^{1/2/3} • Schweinebraten, Rölchsbeef, Katerschinken, Löffelwurst, Matjesrost, Geflügelsteak 2,50 € je Stück^{1/2/3} • Foiegras, Räucherlachs, Krabbenessig, Heilbutt, Makrele, Rindersteak 2,80 € je Stück^{1/2/3} 	<ul style="list-style-type: none"> • Inkl. Brotkorb und Butter • Fischplatte (Räucherlachs, Forellenfilet, Heilbutt, Makrele und Sahneherbstzeit) 11,00 € pro Person^{1/2/3} • Käseplatte (Tomate-Mozzarella, verschiedene Sorten Weich- und Schnittkäse, Ananas und Weintrauben) 5,50 € pro Person^{1/2/3} • Wurstplatte (Mettwurst, Katerschinken, Thüringer Mett mit Zwiebeln, Käselebraten, Rölchsbeef, Schweinebraten, Rempfadentaujeu) 6,50 € pro Person^{1/2/3} 	<ul style="list-style-type: none"> • Antipasti: bunter Salat mit Italien-Dressing, mediterrane Nudelplatte, Makrele mit Schinken, Vito tomatato, Pesto, Oliven, Tomatenbutter, Baguettebrot • Käseplatte mit Tomaten, Spinat, Feta und Gorgonzolasauce, Hähnchenpiccata mit Thymiankartoffeln • Trüffel, Parme cotta 25,90 € pro Person^{1/2/3/4/5}
SUPPEN & EINTÖPFE	BRATKARTOFFEL-BÜFETT	SCHINKENKRUSTENBRATEN
<p>500 ml</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kartoffelsuppe mit Eritage und Baguette 4,90 € pro Person^{1/2/3} • Erbseneintopf mit Kesselsau, Wurst und Baguette 5,20 € pro Person^{1/2/3} • Ungarische Gulaschsuppe mit Baguette 5,80 € pro Person^{1/2/3} • Chili con Omelett Fladenbrot 5,50 € pro Person^{1/2/3} 	<ul style="list-style-type: none"> • Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln • Katerschinken, Rölchsbeef, hausgemachtes Sauerkraut, eingediegte Braterringe, Matjesfilets, Hausfrau-essens und Rempfadentaujeu, gemischter Salat mit Essig und Öl und American Dressing 15,90 € pro Person^{1/2/3/4} 	<p>kalt</p> <ul style="list-style-type: none"> • mit dunklem Kartoffelsalat, bayrischem Kraut, Lauchwurst-Beleg-Salat, gemischtem Salat mit Essig und Öl und American Dressing 15,50 € pro Person <p>warm</p> <ul style="list-style-type: none"> • mit Kartoffelgratin, Gemüseplatte und Bratenauce, gemischtem Salat mit Essig und Öl und American Dressing 16,90 € pro Person^{1/2/3}
RUSTIKALES BÜFETT	DESSERT	
<ul style="list-style-type: none"> • gemischter Salat mit Essig und Öl und American Dressing, Brot, kleine Räucherlachsplatte mit Silberräucherlachs, Hering-Senf-Sauce, Krautsalat und Speisekartoffeln, Knollenbraten mit Kartoffelgratin, Zitronensaft und Reis, rote Grütze mit Vanillesauce, Mousse au Choccolato 27,50 € pro Person^{1/2/3/4/5} 	<ul style="list-style-type: none"> • rote Grütze mit Vanillesauce 3,50 € pro Person^{1/2/3} • Mousse au Choccolato mit 3,90 € pro Person^{1/2/3} • Trüffel mit Früchten 3,90 € pro Person^{1/2/3} 	

Sie haben nichts Passendes gefunden oder wünschen eine andere Zusammenstellung? Wir stellen Menüs gerne auch ganz individuell nach Ihren Wünschen zusammen! Sprechen Sie uns an!



EIN KULINARISCHES TRAUMDUO ZUM VERLIEBEN

In Kürze im Weinregal! Der badische Federweiße

Pünktlich zum Start der Federweisersaison stehen in Kürze der badische Federweiße und der badische rote Federweiße von der Winzergenossenschaft Weinland Baden frisch gekeltert im Weinregal von EDEKA Kramp bereit. Fans der erfrischenden Herbstvorboten können sich auf einen Federweißen der Extraklasse freuen – garantiert erntefrisch, gesund und reich an Vitaminen. Greifen Sie also schnell zu, denn der Zeitraum, in dem der prickelnde badische Federweiße im Markt von Inhaber Tim-Tobias Kramp zu bekommen ist, ist begrenzt. Frischer Federweißer ist nämlich je nach Beginn der Weinlese nur bis etwa Ende Oktober erhältlich.

Federweißer sollte immer stehend gelagert und transportiert werden: Die Flaschenverschlüsse sind aufgrund der weiteren Gärung luft- und somit auch feuchtigkeitsdurchlässig.

Kein Federweißer ohne Flammkuchen

Federweißer und Flammkuchen gehören zusammen wie das farbenprächtige Laub und die Herbstzeit. Süß oder herzhaft der eine, prickelnd und frisch der andere. Beide schmecken einfach wunderbar und zusammen noch besser. „Federweißer und Flammkuchen sind im Herbst einfach ein kulinarisches Muss“, meint Kaufmann Tim-Tobias Kramp.

Wer beim Einkauf bei EDEKA Kramp zu den badischen Federweißen von der Winzergenossenschaft Weinland Baden greift, der sollte sich obendrauf auch gleich noch die passende köstliche Beilage für ein entspanntes Genusserlebnis an lauen Spätsommertagen sichern. Zum Beispiel den Elsässer Flammkuchen von Steinhaus oder von der Eigenmarke EDEKA La France, nach einem Rezept aus dem Elsass kreiert mit Speisequark, geräuchertem Bauchspeck und Zwiebeln aus Frankreich. Auch Zwiebelkuchen gibt neben dem Federweißen eine gute Figur ab. Daher lohnt sich auch der Griff zum Zwiebelkuchen von EDEKA La France. Er besteht aus einem Mürbeteig, der mit Zwiebeln und geräuchertem Bauchspeck aus Frankreich belegt ist.



REHRAGO

Zutaten (für 4 Portionen):

- 800 g Hirsch- oder Rehbraten aus der Keule
- Salz und Pfeffer
- 100 g Karotten
- 80 g Staudensellerie
- 80 g Lauch
- 100 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 10 g Peperoni, mittelscharf
- 10 g Ingwer
- 3 EL Pflanzenöl
- 20 g Tomatenmark
- 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Salbei
- 4 Blutorange
- 400 ml Wildfond
- 1 TL Speisestärke

DIE KULINARISCHE VIELFALT

BRUSCHETTA MIT PFIFFERLINGEN

Für den Belag:

- 40 g Frühlingszwiebeln
- 250 g Pfifferlinge
- 100 g Paprika, rot
- 300 g Tomaten
- 2 EL Olivenöl, kalt gepresst
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Petersilie, glatt
- 1 EL Basilikum, Blatt

Für das Brot:

- 8 Scheiben Ciabatta-Brot
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl, kalt gepresst
- Petersilie, glatt

Zubereitung:

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Pfifferlinge wie unten beschrieben säubern und kleinschneiden. Paprikaschote halbieren, Stielansatz, Samen und die weißen Trennwände entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Tomaten kurz blanchieren, kalt abschrecken, häuten, halbieren, Stielansatz und Samen entfernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Petersilie und Basilikum waschen, trocken schleudern und fein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge darin kräftig anbraten. Frühlingszwiebel kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Paprika- und Tomatenwürfel zufügen und 2 Minuten mitbraten. Kräuter untermischen. Warm halten. Brotsscheiben auf ein Backblech legen. Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse drücken. Mit dem Olivenöl mischen und die Brotsscheiben damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft 180 Grad) etwa 5 Minuten rösten. Herausnehmen und auf eine Platte legen. Pfifferlingsmischung darauf verteilen. Mit Petersilienblättchen garnieren und servieren.



UT MIT BLUTORANGEN

Zubereitung:

Das Fleisch in etwa 2 cm große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Staudensellerie waschen, putzen und evtl. vorhandene Fäden abziehen, in feine Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, beides fein hacken. Peperoni längs halbieren, Stielansatz, Samen und Scheidewände entfernen. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. 2 Blutorangen auspressen.

Öl in einem Schmortopf erhitzen, das Rehfleisch darin rundherum kräftig anbraten, Gemüse zugeben und 5 Minuten mitbraten, Tomatenmark einrühren. Kräuterzweige einlegen. Orangensaft und Wildfond angießen, aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen, Hitze reduzieren und zugedeckt etwa 70 Minuten schmoren.

Restliche Blutorangen filetieren. Dafür oben und unten einen Deckel abschneiden. Die Blutorangen auf die Arbeitsfläche stellen, gut festhalten und mit einem kleinen scharfen Messer die Schale von oben nach unten in Segmenten abschneiden. Jeweils zwischen den Trennwänden einschneiden und die Filets herauslösen. Den Saft aus dem an den Häuten verbliebenen Fruchtfleisch über das Ragout pressen.

Rehfleisch mit einer Gabel aus der Sauce stechen und beiseite stellen. Die Sauce passieren. In den Topf zurückgießen. Speisestärke mit wenig kaltem Wasser verrühren und die Sauce damit binden, einige Male aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Rehfleisch und die Blutorangenfilets in die Sauce geben, erhitzen. Rehragout anrichten und servieren.

DES HERBSTES



PFLAUMENLIKÖR

Zutaten (für 12 Portionen):

- 1 1/2 kg Pflaume
- 600 g Zucker, braun
- 1 Vanilleschote
- 2 Nelken
- 1 Zimtstange
- etwas Tonkabohne, gerieben
- 1 Liter Rum, braun

Zubereitung:

Für den Likör die Pflaumen waschen, trocknen, halbieren, entsteinen und zusammen mit dem braunen Zucker in einen hohen Tropf geben. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, auskratzen und zusammen mit dem Nelken, der Zimtstange und einer Messerspitze Tonkabohne zu den Pflaumen geben. Die Pflaumen aufkochen, mit einem Pürierstab pürieren und durch ein Sieb passieren. Den Rum unterrühren und den Likör in Flaschen abfüllen. Kalt oder warm genießen.



JETZT GEHT'S ANS EINGEMACHTE



ANHALTENDER GENUSS MIT WENIG AUFWAND

Beim Einmachen nur reifes und frisches Obst sowie Gemüse verwenden, denn nur so kann der volle Geschmack konserviert werden. Äpfel, Kirschen, Erdbeeren oder Gurken, Paprika, Erbsen und Bohnen sollten im Vorfeld gereinigt, geschält (nach Bedarf) und zerkleinert werden. Im Anschluss kommen die Stücke in ein zuvor gereinigtes und ausgekochtes Weckglas. Nun füllt man die Gläser. Früchte werden mit einer Wasser-Zucker-Mischung bis zum Rand aufgegossen, Gemüse mit einem Salz-Wasser-Gemisch oder einem Kräutersud.

Die Verschlüsse sollten darauf nochmals abgewischt werden, da schon kleine Verunreinigungen die Verschlusskraft senken könnten. Nun sind die Gläser fest zu verschließen und sie können in den Topf. Es sollten nur Obst- beziehungsweise Gemüsegläser gemeinsam in einen Topf, die auch die gleichen Garzeiten aufweisen. Der Topf kann jetzt so hoch mit Wasser befüllt werden, dass nur noch ein Viertel des obersten Glasrandes aus dem Wasser schaut. Temperatur und Zeit einstellen und los geht's. Ist das Einkochen beendet, können die gefüllten Gläser auskühlen.

Tipp 1: Unterschiedliche Garzeiten:

Die Einkochzeit beginnt mit Erreichen der geforderten Gradzahl. Obst verhält sich relativ einheitlich und sollte im Wasserbad bei 75 bis 90 Grad und zwischen 25 und 30 Minuten eingekocht werden. Gemüse ist schwerer einzuschätzen. Gurken benötigen etwa 25 Minuten bei 75 Grad und Rotkohl 110 Minuten bei 100 Grad. Informieren Sie sich im Vorfeld. Übersichtliche Tabellen bietet die Internetseite: www.einkochen.info/einkochzeiten.

Tipp 2: Einkochautomatik oder Kochtopf

Einkochautomatik-Töpfe haben meist ein Bodengitter, auf das die Weckgläser gestellt werden können. Den Boden üblicher Kochtöpfe können Sie alternativ mit Spießen oder Zahnstochern befüllen, sodass die Gläser nicht auf dem flachen Topfboden stehen.

Tipp 3: Es darf auch mehr sein

Ist der Topf groß genug, können Gläser auch übereinander gestapelt werden. Das Wasser im Topf sollte dann so hoch gefüllt werden, dass es den Rand der obersten Glases beinahe erreicht – nicht überdeckt.

Tipp 4: Der ultimative Test

Sind die Gläser ausgekühlt, kann man die Klammern entfernen und versuchen, den Deckel abzuheben. Hebt man dabei das ganze Glas an, ist der Inhalt dicht und lange haltbar. Geht der Deckel leicht ab, hat das Einkochen nicht einwandfrei funktioniert.



Fast waren sie schon vergessen, die alten Kulturtechniken Einkochen, Einmachen oder Einlegen. Doch derzeit liegt die eigene Herstellung von Köstlichkeiten wie noch zu Großmutterns Zeiten wieder voll im Trend! Holen Sie sich die Geschmäcker von damals doch einfach zurück und kreieren Sie Ihre eigenen süßen und herzhaften Verführungen im Glas. Alles, was Sie dafür brauchen, sind etwas Geduld, Zeit und die passenden Produkte. Dabei ist es Ihnen überlassen, ob Sie Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Bohnen oder Erbsen aus Ihrem Garten pflücken oder zu den stets frischen Vitaminbomben aus der Obst- und Gemüseabteilung von EDEKA Kramp greifen. Weitere Zutaten wie passende Gelierzucker und hilfreiche Utensilien wie zum Beispiel Einweckgläser für ein sorgenfreies Einkochvergnügen stehen natürlich ebenfalls schnell griffbereit in den Regalen. Greifen Sie doch einfach zu.



FRAGEN UND ANTWORTEN ZUM THEMA „EINKOCHEN“ KANN ICH ÜBERREIFE FRÜCHTE EINKOCHEN?

Verwenden Sie zum Einkochen und für Konfitüre nur frisches Obst und Gemüse, denn überreife Früchte gären schnell und könnten das Einkochte verderben. Extra-Tipp: Wer Konfitüre selbst herstellen möchte, sollte darauf achten, das Obst erst zu putzen und erst danach sollte das Gewicht bestimmt werden, sonst kann es passieren, dass die Zuckermenge am Ende nicht passt.

Was brauche ich zum Einkochen?

Für das Einkochen benötigen Sie Einkochgläser in verschiedenen Größen mit Gummiringen und Federklammern, einen Automatiktopf, Einkochtopf oder großen Topf mit gut schließendem Deckel. Außerdem benötigen Sie ein Thermometer! Wichtig: Gläser für Konfitüren, Gelees, Chutneys und Kompott müssen nicht unbedingt sterilisiert werden – aber absolut sauber müssen sie sein!

Kann ich auch im Backofen einkochen?

Einkochen im Backofen klappt – dauert aber länger! Einfach den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Gläser in die mit Wasser gefüllte Fettpfanne oder ein tiefes Backblech stellen. Die Einkochzeit beginnt, sobald die Flüssigkeit im Glas zu köcheln beginnt.

Wie lange ist Einkochtes haltbar und wie lagere ich es?

Selbst hergestellte, gekochte Konfitüren und Gelees können Sie bis zu zwei Jahren aufbewahren. Einkochtes Obst und Gemüse ist etwa ein Jahr haltbar. Eingemachtes sollte kühl, dunkel und trocken gelagert werden. Zwischendurch regelmäßig kontrollieren, ob die Gläser noch fest verschlossen sind. Wenn nicht, haben sich Gase gebildet und den Deckel hochgedrückt. Der Inhalt ist dann verdorben und kann nicht mehr verzehrt werden!



Nachhaltigkeit ist eines der bedeutendsten Themen im täglichen Handel. Mehr denn je ist es an der Zeit, sich für Fairness und Respekt gegenüber unserer Umwelt, den an der Produktion beteiligten Menschen, dem Handelsgut und seinen Herstellern einzusetzen. Aus diesem Grund ist EDEKA Kramp mit an Bord, wenn die Lebensmittelmärkte einen Handschlag mehr tun können, um all dies zu bewahren und zu fördern.

Im Bezug auf die Produkte, besonders im sensiblen Bereich Obst und Gemüse, zeigen das innovative Apeelverfahren, das neue Natural Branding, das „bessere Banane“-Projekt der EDEKA und der WWF die Anstrengungen einer nachhaltigen Wirtschaftsweise der EDEKA bundesweit – daran beteiligt sich das Team gern und bieten auch unseren Kunden die Möglichkeit, nachhaltiger einzukaufen. Wir leisten unseren Beitrag dafür, dass der CO₂-Ausstoß geringer wird (zum Beispiel mit energieeffizienten Kühlregalen und emissionsmindernder Beleuchtung) und wir reduzieren Verpackungsmüll, indem wir alternative Produktverpackungen, wie z. B. Papiertüten und Gemüsenetze, anbieten.

IM EINSATZ FÜR DEN SCHUTZ UNSERER UMWELT

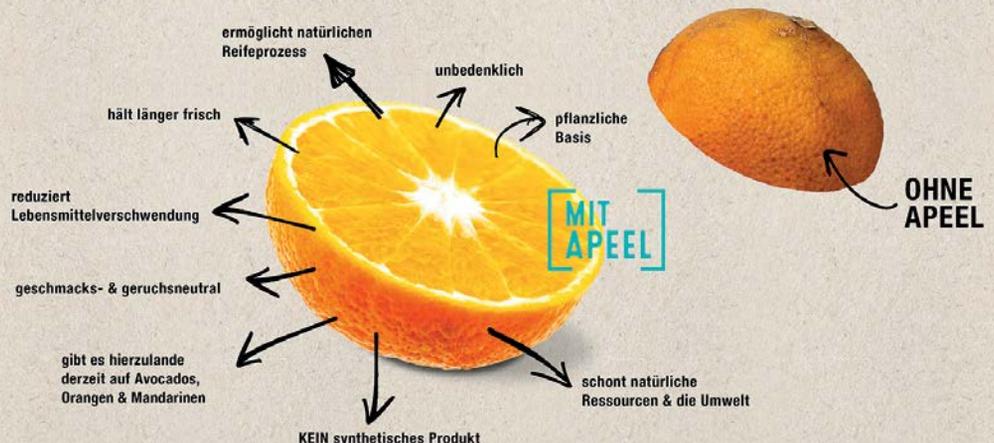
APEEL – SO BLEIBT'S LÄNGER FRISCH

Einfach nachhaltiger! Das neue Apeelverfahren trägt dazu bei, dass dank einer natürlichen Schutzschicht Obst und Gemüse länger frisch bleibt. Damit kann der Lebensmittelverschwendung entgegnet werden. Apeel wird aus pflanzlichen Materialien hergestellt, die sowieso schon in den Schalen, Samen und im Fruchtfleisch verschiedener Obst- und Gemüsesorten enthalten sind. So wird der Oberfläche frischer Produkte eine zusätzliche Schicht hinzugefügt, um den Wasserverlust und das Eindringen von Sauerstoff zu verlangsamen – zwei Hauptfaktoren, die deren üblichen Verderb verursachen. Die Produkte im Frischesafe sind an der entsprechenden Etikettierung mit dem Apeellogo zu erkennen.



OBST & GEMÜSE LÄNGER GENIEßEN UND WENIGER WEGWERFEN!

APEEL





NATURAL BRANDING: LASER STATT PLASTIK

Egal ob Mango, Süßkartoffel, Kokosnuss oder Ingwer: Immer mehr Obst- und Gemüsesorten im Sortiment von EDEKA Kramp sieht aus, als ob sie „tätowiert“ wären. Und das stimmt gewissermaßen auch – mit dem sogenannten Natural Branding (engl. natürliches Markieren). Damit ist eine Laserbeschriftung von Bio-Obst und -Gemüse gemeint. Mit einem hochauflösenden Laser werden Schrift und Logo in die äußere Schale der Frucht graviert. Dabei werden die Pigmente auf der äußeren Schale entfernt, ohne den Rest der Frucht zu beschädigen. Das Natural Branding macht Plastikverpackungen unnötig und schont somit die Umwelt.

SERES PLANETEN

DIE BESSERE BANANE

Durchschnittlich 70 Bananen isst jeder in Deutschland pro Jahr – nach Äpfeln zählen sie zu den beliebtesten Obstsorten. Der Großteil der Ware wird nach wie vor konventionell angebaut. Natur und Umwelt zuliebe und um bessere Arbeitsbedingungen auf den Farmen zu schaffen, haben EDEKA und WWF das Projekt für eine „bessere Banane“ ins Leben gerufen. Auf sechs Arbeitsfeldern wird der Anbau konventioneller Bananen neu gedacht – von Artenreichtum und Bodenfruchtbarkeit über Klima- und Süßwasserschutz bis Abfallentsorgung und Arbeitsbedingungen auf den Farmen vor Ort. Ein wichtiger Schritt in eine faire und nachhaltige Zukunft in der Wertschöpfungskette der leckeren Bananen.



VERPACK'S DOCH ANDERS

Der ökologischere Obstbeutel

Im Obst- und Gemüsebereich erhalten Sie sowohl Papiertüten als auch EDEKA-Obst-und-Gemüse-Netze aus recyceltem PET. Ein Netzbeutel enthält fünf wiederverwendbare Tüten.

Papier-Tragetasche

Die Papiertaschen in verschiedenen Größen bestehen zu 100 % aus Recyclingpapier – natürlich FSC-zertifiziert und erstaunlich stabil.

Sicher verPappt

Da passt ordentlich was rein. Die große Pappbox ist FSC-zertifiziert und somit nicht nur umweltfreundlich, sondern gleichzeitig auch das ideale Behältnis für den Großeinkauf.

Klappe zu – Umwelt geschützt

Für mehr Umweltschutz bietet EDEKA Kramp die wiederverwendbaren Joghurtdeckel, die Plastikdeckel werden abgeschafft. Wird der Joghurt nicht leer, ist er also umweltfreundlicher wieder zu verschließen. Damit sollen jährlich 300 Tonnen Plastik allein bei EDEKA bundesweit eingespart werden.

Pappschalen und -becher

Anstatt die Salate der Salatbar in gängigem Plastik anzubieten, setzt EDEKA Kramp ab sofort auf recycelte Pappbecher. Der Umweltgedanke des Kramp-Marktes kennt keine Grenzen.

Alternative Produkte wie Naturreise oder Pandoo

EDEKA Kramp bietet ein großes Sortiment an alternativen Produkten, die das Plastik ersetzen und stattdessen schnell nachwachsende Rohstoffe wie Zuckerrohr und Bambus nutzen.



AUSMALSPASS FÜR KIDS





DAS SEPTEMBERQUIZ

Welche Frucht wird im September geerntet?

- Heidelbeere (H)
- Apfel (G)
- Zitrone (T)

Was passiert mit unserer Erde im Herbst?

- Sie wird dunkler (U)
- Die Atmosphäre wird dicker (E)
- Sie dreht sich schneller (R)

Wie nennt man die warme Periode Ende September, Anfang Oktober?

- Altweibersommer (i)
- Herrensommer (N)
- Frühherbstperiode (S)

Welche Baumfrüchte sind ab Herbst zu genießen?

- Eicheln (A)
- Maronen (L)
- Kastanien (C)

Welche ist die Königin der Herbstblumen?

- Rose (K)
- Gerbera (P)
- Dahlie (L)

Welches Phänomen findet jährlich um den 22. September statt?

- Sommersonnenwende (i)
- Tagundnachtgleiche (E)
- Sonnenfinsternis (O)

Welchen Aktionstag gibt es im September

- Tag des Butterbrotes (N)
- Weltmundgesundheit (T)
- Rettet die Kastanie (M)

Der Sommer geht langsam über in den Herbst. Die Tage sind noch warm und die Bäume beginnen ihr buntes Kleid anzuziehen. Eine herrliche Phase. Im Übergangsmontat September passiert einiges in der Natur. Was das so ist? Wenn Sie es wissen, kreuzen Sie die richtige Antwort an.

LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

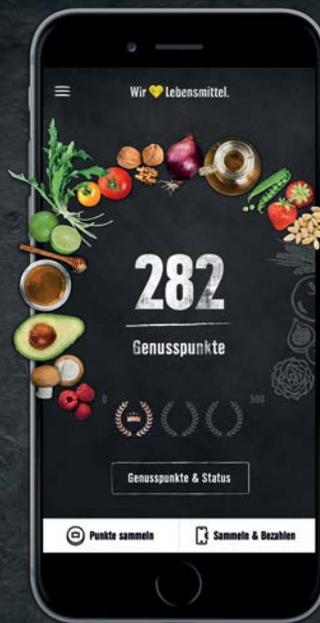


Für Jäger und Sammler.

Kurz gesagt:

- Punkte sammeln und genießen!
- Wöchentliche Genuss-Coupons und Gutscheine
- Attraktive Partner-Coupons
- Regelmäßig Überraschungen
- **Mobiles Bezahlen, ganz einfach per App**
- Kombinierbar mit der EDEKA App

Genuss kann man
jetzt sammeln.



**Gutscheine
für kostenlose
Produkte!**

Scan mich!



Jetzt gratis runterladen!



Bargeldauszahlung gebührenfrei!

Neu! Ab dem Kauf eines Produktes
bis zu 200 Euro Bargeld abheben.
(Nur bei Zahlung mit girocard)



**Ab dem
Kauf eines
Produktes!**



FOLGE UNS AUF ...



Impressum Auflage: 10 000 Exemplare

Herausgeber (v. i. S. d. P.):
EDEKA Tim-Tobias Kramp e. K.
Kalte Weide 22
24641 Stukenborn
Tel.: (041 94) 980 30 90
www.edeka-kramp.de

Objektleitung/Druck:
ProExakt GmbH
Bahnhofstraße 17
38170 Schöppenstedt

Tel.: (053 32) 96 86-54
Fax: (053 32) 96 86-58
E-Mail: marktzeitung@proexakt.de
www.proexakt.de

Redaktionsleitung:
Sebastian Nickel
E-Mail: s.nickel@proexakt.de
Tel.: (053 32) 96 86-486

Gestaltung und Anzeigensatz:
Sabrina Bergmann
E-Mail: info@proexakt.de
Tel.: (053 32) 96 86-484

Das geistige Eigentum in Wort, Bild, Idee und Design liegt, soweit nicht anders angegeben, bei der ProExakt GmbH. Alle gestalteten Anzeigen sind ebenfalls urheberrechtlich geschützt. Nutzung und Nachdruck sind nur mit schriftlicher Genehmigung der ProExakt GmbH gestattet. Angaben zu Terminen etc. sind ohne Gewähr.

Bei dem Projekt Marktzeitung mit einer Gesamtauflage von zurzeit 6 000 000 Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.