

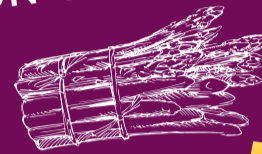
# KOPIE SALAT

Ausgabe 10 // März/April 2013



Das frische Magazin für Gastronomie-  
und Verpflegungs-Profis

VORGESTELLT:  
DIE SPARGELHÖFE  
VON CF GASTRO



## Saisonal: Feines von der Stange

Spargel und seine  
klassischen Begleiter



# 10



**Saisonal:** Bärlauch,  
Waldmeister  
und Rhabarber –  
aromatische Höhe-  
punkte der Saison



**pikante  
Alternativen** zur  
heimischen  
Gartenkresse



Leiter Einkauf bei CF Gastro  
**Marcel Freise**

## „Frühjahrskur“ für den KOPFSALAT

### Liebe Gastro- und Verpflegungs-Profis,

die Tage werden länger, das Vogelgezwitscher wird lauter und die ersten Bäume erscheinen in zartem Grün – kein Zweifel, der Frühling ist da. Wir haben uns die Natur zum Vorbild genommen und die Gelegenheit genutzt, um etwas frischen Wind in den KOPFSALAT zu bringen. Wir freuen uns, Ihnen heute die neue Ausgabe unseres Magazins zu präsentieren. Wie Sie sehen, hat sich einiges geändert. Nicht nur das Layout wurde einer „Frühjahrskur“ unterzogen, auch inhaltlich dürfen Sie sich auf manch Neues freuen.

Im Sinne von Nachhaltigkeit und Frische stellen wir Ihnen künftig noch mehr saisonale und regionale Produkte vor. Denn wer zum richtigen Zeitpunkt kauft, bekommt nicht nur volles Aroma zum günstigen Preis, er leistet auch einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz. Eine gute Übersicht über das, was gerade geerntet wird, bietet unser neuer Saisonkalender.

Weil ein einzelnes Produkt noch keinen kulinarischen Höhepunkt verspricht, präsentieren wir Ihnen auf einer Doppelseite köstliche Begleiter für den Saisonliebling Spargel und stellen unsere Spargelregionen vor. Auf der letzten Seite präsentieren wir Ihnen fortan einen unserer Lieferpartner. Die Rubriken „Der frische Ticker“ und „Zur Sache“, die Sie über Neuigkeiten im Bereich Lebensmittel informieren, bleiben auch weiterhin erhalten. Mit einer Ausnahme: In diesem Heft nutzen wir die Gelegenheit, Ihnen Ulrike Zimmering, unsere neue Ansprechpartnerin im Qualitätsmanagement, vorzustellen.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen Ihr

# AROMATISCHE HÖHEPUNKTE DER SAISON *"kleine Warenkunde"*



Knoblauch-  
Schnittlauch

Der Knoblauch-Schnittlauch, auch Chinesischer Schnittlauch oder Schnittknoblauch genannt, hat seinen Ursprung in Asien – er gedeiht mittlerweile aber auch in europäischen Ländern. Die zur Gattung Lauch gehörende Pflanzenart wird traditionell in der ostasiatischen Küche verwendet. Auch hierzulande finden immer mehr Menschen Geschmack an seinem intensiven Aroma. Eingesetzt wird er ähnlich wie Bärlauch.

**WICHTIG: Die Blätter sollten immer nur frisch verwendet werden.**

#### Und außerhalb der Küche

Medizinische Anwendung findet der Knoblauch-Schnittlauch aufgrund seiner antibakteriellen Wirkung.



Waldmeister

Waldmeister gehört zur Familie der Rötengewächse und gedeiht hierzulande auf schattigen Waldböden. Verwendet werden die dünnen vierkantigen Stängel vor allem als Würzpflanze, etwa zur Herstellung von Maibowle – woraus sich wohl auch die volkstümliche Bezeichnung „Maikraut“ ableitet. Das typische Aroma verdankt der Waldmeister dem Cumarin. Aufgrund seines intensiven Geschmacks findet er auch in der Süßwaren- und Likörindustrie Anwendung.

**WICHTIG: Bei zu hoher Dosierung oder häufigem Genuss können Kopfschmerzen auftreten.**

#### Und außerhalb der Küche

In der Homöopathie kommt Waldmeister aufgrund seiner gefäßerweiternden, entzündungshemmenden und krampflösenden Wirkung zum Einsatz.



Bärlauch

Bärlauch wächst in ganz Deutschland. In den Bundesländern Brandenburg und Hamburg ist das zur Gattung Lauch gehörende Kraut jedoch vom Aussterben bedroht. Auch wenn die Pflanze komplett essbar ist, werden vorwiegend die Blätter und Stängel verarbeitet, zum Beispiel als Gewürz für Dips, Kräuterbutter und Pesto. Geschmacklich ähnelt der Bärlauch dem Knoblauch – was ihm im Volksmund den Namen Waldknoblauch einbrachte.

**WICHTIG: Durch Hitzeeinwirkung verliert der Bärlauch seinen charakteristischen Geschmack.**

#### Und außerhalb der Küche

Aufgrund seiner entgiftenden Wirkung eignet sich Bärlauch hervorragend für eine Frühjahrskur.



Rhabarber

Bei den Chinesen bereits vor 5.000 Jahren für seine gesundheitsfördernde Wirkung bekannt, gelangte der Rhabarber im 18. Jahrhundert nach Europa. Zunächst wurde das Knöterichgewächs nur in Norddeutschland angebaut, später auch im südlichen Teil des Landes. Für manchen überraschend: Auch wenn Rhabarber vornehmlich zu Süßspeisen verarbeitet wird, zählen die pikant-säuerlichen Stangen zum Gemüse – nicht zum Obst. Verarbeitet werden sie traditionell zu Saft und Most oder aber zu Kompott, Konfitüre und Kuchen.

**WICHTIG: Die im Gemüse enthaltene Oxalsäure reagiert mit Aluminium und Metall. Die daraus resultierenden chemischen Verbindungen sind giftig.**

#### Und außerhalb der Küche

Nach den Chinesen erkannten auch die Europäer die heilsame Wirkung der Rhabarberwurzel, die hierzulande bereits vor 200 Jahren zu verdauungsfördernder Medizin verarbeitet wurde.

# FRISCH VOM FELD

# SPARGEL aus Deutschland

Spargel ist eine Delikatesse – vor allem, wenn er frisch auf den Tisch kommt. In Deutschland hat das edle Gemüse von April bis Juni Saison. In dieser Zeit setzt CF Gastro weitgehend auf regionale Produzenten. Drei davon möchten wir Ihnen im Folgenden vorstellen.



Heinrich Thiermann,  
Geschäftsführer

## Region Kirchdorf

Fernsehkoch Steffen Hensler weiß frische Zutaten schon von Berufswegen zu schätzen. So nutzte er seinen freien Tag, um sich auf dem Thiermann-Hof selbst von der Qualität der Früchte zu überzeugen. Auch einen Schnupperlehrgang im Spargelstechen ließ er sich nicht nehmen.

Was den Starkoch begeistert, ist auch für viele Otto Normalverbraucher interessant. „Viele Besucher kommen wegen der Betriebsbesichtigung. Da

zeigen wir, wo der Spargel herkommt, wie man ihn erntet und verpackt“, erläutert Geschäftsführer Heinrich Thiermann. Während beim Sortieren und Verpacken zunehmend Maschinen zum Einsatz kommen, erfolgt die Ernte selbst bei einem so großen Betrieb nach wie vor von Hand. Was heute ein großes Unternehmen mit rund 150 Mitarbeitern ist, begann mit Milchvieh- und Schweinezucht auf etwa 30 Hektar Land. Mittlerweile verfügt die

Thiermann GmbH & Co. KG über rund 1.000 Hektar, auf denen u. a. Spargel, Erdbeeren und Heidelbeeren angebaut werden. Seit 2001 bewirtschaftet die Familie auch den im Havelland gelegenen „Vielfruchthof“. Wie auf dem Thiermann-Hof werden hier Betriebsbesichtigungen angeboten – und natürlich das berühmte „Spargel zum SATT ESSEN“.

### CF Gastro-Produzent

Thiermann GmbH & Co. KG  
Scharringhausen 23  
27245 Kirchdorf  
Tel.: 04273 9320-0  
info@thiermannspargel.de

## Region Straubing

In der Zeit von April bis Juni wird das kleine Labertal alljährlich zum begehrten Treffpunkt für Spargelfreunde. In dieser von verschiedensten Bodenarten geprägten Landschaft finden sich ausgewählte Felder, auf denen das zarte Edelm Gemüse hervorragend gedeiht.

„Es ist der gehaltvolle, mineralhaltige Boden, der für das einmalige Aroma

unseres Gäuboden-Spargels sorgt“, erklärt Dr. Rose-Marie Baumann, die den Spargel- und Beerenhof zusammen mit ihrem Mann Karl führt. Im Auftrag von Geschmack und Frische setzen sie bei der Qualitätssicherung hohe Maßstäbe an. „Wir arbeiten nach den Richtlinien des integrierten, kontrollierten Anbaus. Seit 1995 dürfen wir zudem das Herkunftszeichen 'Qualität aus

Bayern' verwenden“, erläutert Dr. Karl Baumann stolz. Das Ergebnis? Ein Spargel, der sein volles Aroma entfaltet und ganz nebenbei durch seine gesunden Inhaltsstoffe überzeugt.

### CF Gastro-Produzent

Spargel + Beeren  
Baumann GmbH  
Dingolfinger Straße 26  
94333 Geiselhörin  
Tel.: 09423 94335-0  
info@spargel-net.de



Dr. Karl Baumann,  
Geschäftsführer

## Region Bruchsal

Seit Juli 1994 bewirtschaftet die Firma „Spargelbau Schreiber“ rund 82 Hektar Ackerland im nordbadischen Wiesental. Im klassischen Frühanbaugebiet, in der Nähe von Bruchsal, gedeihen Spargel und Erdbeeren besonders gut. Aber auch Johannisbeeren, Sonnenblumen sowie Winterroggen und Winterrapen gehören zum Sortiment des Betriebs, der von Jörg und Hans-Dieter Schreiber betrieben wird.

Die einzelnen Kulturen werden nach den Richtlinien des kontrollierten, integrierten Anbaus bewirtschaftet. Seit 2005 sind Spargel und Beerenobst zudem nach den Richtlinien von QS und

GLOBALG.A.P. zertifiziert. Über die schonende Produktion und die nitratreduzierte Düngung freut sich nicht nur die Umwelt. Sie sind darüber hinaus ein Garant für erstklassige Qualität und vorzüglichen Geschmack.

### CF Gastro-Produzent

Spargelhof Schreiber  
Am Bellenplatz 27  
68753 Waghäusel-Wiesental  
Tel.: 07254 71244  
js@spargelhof-schreiber.de



Jörg Schreiber,  
Geschäftsführer



# Immer ein Genuss: Frischer Spargel und seine klassischen Begleiter

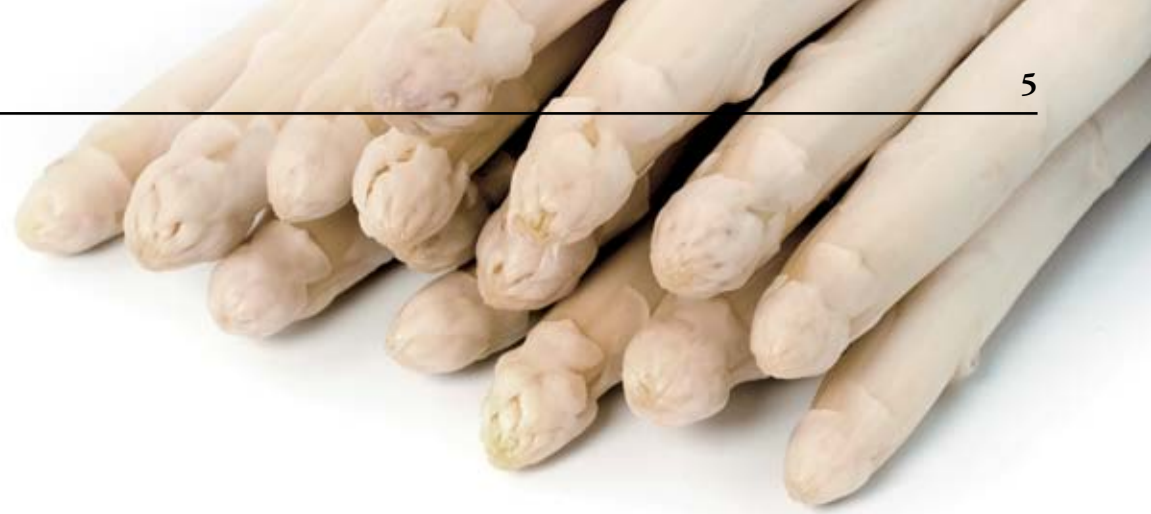
Ob als Vorspeise, Hauptgang oder Dessert, umhüllt von zartem Schinken, serviert als Auflauf mit deftigen Kartoffeln oder mit cremiger Sauce Hollandaise angerichtet – Spargel ist ein wahrer Alleskönner. Und so ist er in der Zeit von April bis Juni nicht von den Speisekarten wegzudenken – und das deutschlandweit.

Mit gutem Grund, denn neben seinen geschmacklichen Qualitäten überzeugt das edle Stängengemüse durch seine gesunden Inhaltsstoffe: Spargel besteht zu etwa 93 Prozent aus Wasser. Mit seinem hohen Anteil an Kalium, Phosphor, Calcium, Folsäure sowie den Vitaminen A, B1, B2, C und E und gerade mal 20 Kalorien pro 100 g verspricht er gesunden Genuss – weshalb gehaltvolle Beilagen bei ihm durchaus erlaubt sind.



## BESTES AUS IHRER REGION

Bei der Auswahl der Spargelerzeuger stehen kurze Lieferwege und regionale Spitzenqualität im Fokus. CF Gastro arbeitet deshalb mit den besten Spargelproduzenten aus ganz Deutschland zusammen.



## Spargel geschält – Sortiment 2013

Art.-Nr.	Marke	Artikel	Kaliber	Gebinde	Haltbarkeit
25.330.258	napuro Gold	Spargel geschält, weiß, premium	18-24 mm	4 kg	6 Tage
25.330.250	napuro	Spargel geschält, weiß, gleichmäßige Stangen	16-24 mm	4 kg	6 Tage
25.330.260	napuro	Spargel geschält, weiß, Portionen à 250 g im Kochnetz gebündelt	14-18 mm	16 x 250 g	5 Tage
98.002.681	napuro	Spargel gegart, Cook & Chill – in eigenem Sud	16-24 mm	1,5 kg	10 Tage
25.330.255	cold'n'fresh	Spargel geschält, weiß/violett	16-26 mm	4 kg	6 Tage
25.330.257	cold'n'fresh	Spargel geschält, small, weiß/violett	14-18 mm	4 kg	6 Tage
25.335.000	cold'n'fresh	Spargelbruch mit Köpfen (3-4 cm)	Bruch	4 kg	6 Tage

## Kartoffeln



Art.-Nr.	Marke	Artikel	Ursprungsland	Gebinde	Beschreibung	Verzehrempfehlung/Zubereitung
13.890.050		Charlotte	Frankreich	10 kg	Festkochend, helle Schale, feines und gelbes Fruchtfleisch	Auch mit Schale zu genießen
13.870.520		Anna Belle	Italien/Zypern	25 kg	Festkochend, in roter Erde gewachsen	Ideale Begleitung zum Spargel, aber auch als Salat
23.916.005	Aviko	Garkartoffel, Spalten (1/8) mit Schale, Steam Fresh		2 kg	Frisch gedämpft	Zubereitung in Fritteuse, Dampfgarer und Pfanne
23.485.192	Amberger	Garkartoffel/Butterkartoffel		2,5 kg	Hochwertige Garkartoffeln, in Butter geschwenkt, leicht gesalzen	Sämtliche Regenerationsverfahren möglich, auch Cook & Chill geeignet, da durchgegart.

## Schinken



Art.-Nr.	Marke	Artikel	Gebinde	Beschreibung	Verzehrempfehlung/Zubereitung
80.001.248	Wilke	Delikatess-Hinterkochen	Stück, ca. 1,7 kg (klassischer Artikel)	Kal. 140, ohne Fett und Schwarte	Schinken am Stück, individuell portionieren
80.001.249	Wilke	Putenkochen	Stück, ca. 1,7 kg	Reines Geflügel, Kal. 140	Sofort verzehrbar, ohne Schweinefleisch
80.001.051	Wilke	Original spanischer Serrano-Schinken	300 g, vorgeschnitten	Qualitativ hochwertig	Vorportionierter Premiumschinken, ideal passend zum Spargel

## Saucen



Art.-Nr.	Marke	Artikel	Gebinde	Beschreibung	Verzehrempfehlung/Zubereitung
41.001.122/ 41.001.123	frischli	Sauce Hollandaise Cullus	12 x 1 Liter sowie Einzelgebinde 1 Liter	Delikate Sauce Hollandaise aus reinem Pflanzenöl. Zeichnet sich durch eine vollmundige und ausgewogene Würzung aus.	Verschiedenste Convenienceformen und Zubereitungsmöglichkeiten. Cook & Chill geeignet.



# Kresse

## EIN DEKORATIVES KRAUT, DAS ES IN SICH HAT

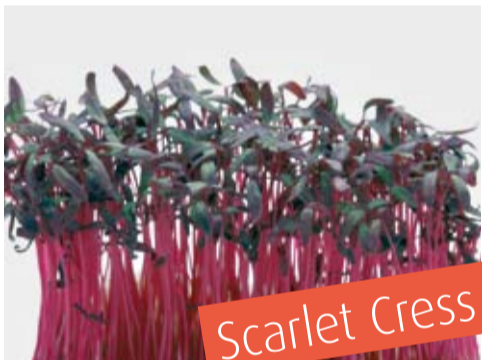
Wer das Wort Kresse hört, denkt vermutlich zunächst an die feinblättrigen Halme, die auf Fensterbänken und in heimischen Gärten zu finden sind. Tatsächlich verbirgt sich hinter dem Begriff eine Vielzahl von Variationen. Bei rund 80 Sorten reicht die Geschmacksvielfalt von nussig über fruchtig bis hin zu feurig-scharf.

Nicht nur das intensive Aroma spricht für das pikante Kraut. So gedeiht die einjährige Pflanze nahezu überall. Zudem ist sie die „Sprinterin“ unter

den Gemüsesorten: Oft keimt die Kulturpflanze schon nach 24 Stunden, geerntet werden die zarten Blätter bereits nach wenigen Tagen.

Ein weiterer Vorzug: Kresse ist fast das ganze Jahr über erhältlich. So versorgt sie uns auch in der kalten Jahreszeit – wo erntefrisches Gemüse rar ist – mit reichlich Provitamin A, B, C und E sowie Jod, Eisen, Kalium und Calcium.

Ein wahrer Fitmacher also, der das ganze Jahr über erhältlich ist – und fast jedem Gericht die nötige Würze verleiht.



Scarlet Cress

Das Aroma von milder Roter Beete eignet sich ideal als Ergänzung zu Fleisch, Wild und Fisch.



Kikuna Cress

Der an Möhre und Sellerie erinnernde Geschmack passt vorzüglich zu Salaten und Eierspeisen.



Persinette Cress

Das dekorative Gewürzkraut ist die raffinierte Alternative zu Petersilie.



Red Mustard Cress

Das intensive Aroma von Wasabi verleiht japanischen Gerichten die nötige Würze.



Grenotti Leaves

Aufgrund ihres leichten Haselnuss-Kastanien-Aromas ist die Kresse vielseitig einsetzbar – zum Beispiel in Kombination mit Schokolade, Wild oder Gemüsegerichten.



Grenotti Blossom

Die dekorativen Blüten sehen nicht nur appetitlich aus, sie veredeln auch den Geschmack, etwa von Pilzen und vegetarischen Gerichten.



Syrha Leaves

Die Milde unter den Kressen verfeinert Salate, Suppen und Fischgerichte.



Shiso-Mix

Abwechslungsreiche Mischung aus Shiso Purple, Shiso Green, Mustard Cress und Daikon Cress, die für jeden Geschmack das Passende bereithält.



Dulce-Mix

Die süße Seite der Kresse zeigt sich bei diesem Potpourri aus Atsina Cress, Honny Cress, Limon Cress und Sechuan Cress.



Sakura-Mix

Die delikate Zusammenstellung aus Affila Cress, Sakura Cress, Rock Chives und Tahoon Cress ist für echte Kenner.



# Saisonkalender

Weil's frisch einfach besser schmeckt

11 März //  
April // Mai //



Artikel	März	April	Mai
<b>Bärlauch breit/rund</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Bunte Salate</b> (Italien, Frankreich)	■	■	■
<b>Eisbergsalat</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Erdbeeren</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Erdbeeren</b> (Spanien, Italien)	■	■	■
<b>Frühlingszwiebeln</b> (Italien, Deutschland)	■	■	■
<b>Gurke</b> (Niederlande)	■	■	■
<b>Knoblauch-Schnittlauch</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Kopfsalat</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Mangold</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Orangen</b> (Spanien)	■	■	■
<b>Paprika</b> (Spanien)	■	■	■
<b>Paprika</b> (Niederlande)	■	■	■
<b>Petersilienwurzel</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Radieschen</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Rhabarber</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Schoten/Erbsen</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Schwarzwurzeln</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Spargel - grün</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Spargel - grün</b> (Spanien)	■	■	■
<b>Spargel - weiß</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Spargel - weiß</b> (Spanien)	■	■	■
<b>Speisefrühskartoffeln</b> (Zypern, Italien)	■	■	■
<b>Spinat</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Spitzkohl</b> (Deutschland)	■	■	■
<b>Tomaten</b> (Spanien)	■	■	■
<b>Tomaten</b> (Niederlande)	■	■	■
<b>Trauben - hell/dunkel</b> (Südafrika)	■	■	■
<b>Waldmeister</b> (Deutschland)	■	■	■



**Beginn/Ende der Saison**

Auftakt oder Schluss – jetzt kommen saftiges Obst und knackiges Gemüse erntefrisch auf den Tisch. Lassen Sie's sich schmecken.

**Hauptsaison**

Wer jetzt kauft, profitiert doppelt: Zum einen sind die Preise aufgrund des hohen Vorkommens jetzt entsprechend niedrig, zum anderen entfalten die Produkte erst in dieser Zeit ihr volles Aroma.

**Nicht im Angebot**

Leider können wir Ihnen diese Produkte derzeit nicht liefern. Aber greifen Sie doch auf eine unserer geschmackvollen Alternativen zurück.



1989 von Namensgeber Henning Broscheit gegründet, ist das Unternehmen heute einer der führenden Lebensmittelgroßhändler Nordrhein-Westfalens. Geliefert wird alles: von Rohware über Feinkost und High-Convenience-Produkte bis hin zu Molkereiartikeln. Zu den über 1.200 Kunden zählen Kliniken, Caterer und Betriebskantinen sowie namhafte Hotels.

Maßgeblichen Anteil am Erfolg des Unternehmens hat der betriebsweit spürbare Anspruch an Qualität. Jeder der 200 Mitarbeiter hat sich dem Thema Frische verschrieben. Und so lautet auch das Motto der GmbH: immer nah, immer frisch

und vor allem immer für die Kunden da. Vom Koch und Systemgastronomen über die Hotelfachfrau und den Berufskraftfahrer bis hin zum Facharbeiter für Lagerwirtschaft – jeder teilt das Ziel, der zuverlässigste Frischdienstleister der Region zu bleiben.

Gelagert werden die Waren auf rund 5.000 Quadratmetern Kühlfläche. Für den Transport steht ein Fuhrpark mit 47 Kühlfahrzeugen zur Verfügung. Vom Eintreffen der Ware über die Lagerung bis hin zur Auslieferung unterliegt jeder Arbeitsbereich einem strengen Qualitätsmanagement. Dieses ist seit 1996 nach DIN EN

ISO 9001:2000 zertifiziert. Seit 2007 darf das Unternehmen auch das Logo des International Food Standard (IFS) verwenden.

#### CF Gastro-Lieferpartner

Henning Broscheit GmbH  
Alexanderstraße 55  
45472 Mülheim  
Tel.: 0208 70028  
info@broscheit.de

## „Regionalfenster“ geht in die Testphase

Das von Bundesverbraucherministerin Ilse Aigner ins Leben gerufene „Regionalfenster“ geht in die erste Testphase. Mit dieser freiwilligen Kennzeichnung für regionale Waren bietet das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) den Herstellern die Möglichkeit, mit einem einheitlichen Zeichen auf entsprechende Waren zu verweisen. Für die Verbraucher soll somit eine transparente, übersichtliche und verlässliche Kennzeichnung sichergestellt werden. Seit Mitte Januar 2013 sind in jeweils vier Lebensmittelgeschäften der fünf Testregionen (Berlin/Brandenburg, Baden-Württemberg, Hessen, Nordrhein-

Westfalen und der Metropolregion Hamburg) erste regionale Produkte mit dem neuen Label erhältlich. Die Testphase geht bis April 2013.

[www.regionalfenster.de](http://www.regionalfenster.de)



## CF Gastro setzt auf Qualität

Wie überall setzt CF Gastro auch in puncto Qualitätskontrolle auf Leute vom Fach. In den vergangenen Jahren verantwortete Anna Klein diesen Bereich. Nun übernimmt Ulrike Zimmering ihre Funktion. Die studierte Gartenbauwissenschaftlerin verfügt über Erfahrungen im Qualitätsmanagement und in den Bereichen Anbau, Lagerung, Produktion und Lieferung. Das qualifiziert sie als Ansprechpartnerin für Kunden und Lieferanten, wenn es um Prüfung und Kontrolle geht.



Qualitätsbeauftragte  
bei CF Gastro  
**Ulrike Zimmering**

Auch die Organisation von Probenahmen und Zertifizierungen fallen in ihren Zuständigkeitsbereich.

**Wir möchten die Gelegenheit nutzen, Anna Klein an dieser Stelle für die erfolgreiche Zusammenarbeit zu danken und Ulrike Zimmering im Team willkommen zu heißen.**

#### Herausgeber:

CF Gastro Service GmbH & Co. KG  
Beusselstraße 44 N-Q  
10553 Berlin  
Tel.: 030 3940640-0  
Fax: 030 3940640-200  
[www.cf-gastro.de](http://www.cf-gastro.de)

#### Konzeption, Redaktion und Gestaltung:

familie redlich Agentur für Marken und Kommunikation GmbH

#### Bildnachweise:

Soweit nicht anders angegeben:  
CF Gastro Service GmbH & Co. KG  
familie redlich GmbH  
S. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 Shutterstock  
S. 8 Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

#### CF Gastro Service GmbH & Co.KG

Beusselstr. 44 N-Q // 10553 Berlin  
Tel.: 030 3940640-0 // Fax: 030 3940640-200  
[www.cf-gastro.de](http://www.cf-gastro.de) // [info@cf-gastro.de](mailto:info@cf-gastro.de)



## Der frische Ticker

Kapuzinerkresse ist Arzneipflanze des Jahres 2013 // Granatapfelsaft kann helfen, das Atherosklerose-Risiko zu senken // Viel mehr als nur aromatisch – Fachkompendium belegt gesundheitliche Relevanz von Kräutern und Gewürzen // Stiftung Warentest urteilt: Nahrungsergänzungsmittel für Kinder wenig geeignet //