

Infos zur Folge 3

Kulinarische Schätze rund um Leverkusen

Björn Freitag und Frank Buchholz sind heute per Fahrrad von Mondorf Richtung Leverkusen unterwegs. Für den Kapitän Heinz-Dieter Fröse heißt es noch weiter warten auf das Ersatzteil für das defekte Getriebe und noch eine weitere Woche im Mondorfer Hafen verweilen. Derweil machen sich die Köche schon per Fahrrad auf die Jagd nach guten Produkten. Heute sind sie im Umkreis von 15 Kilometern um den Yacht-Club Hitdorf unterwegs und besorgen alles fürs gemeinsame Abendessen an Bord.

Franks erstes Ziel ist in Hürth bei Köln. Er besucht **René Esser**, der hier ein ziemlich beeindruckendes Gewächshaus hat. Auf einer Fläche von 1600 Quadratmetern kultiviert er Kräuter, Gemüse und exotische Früchte. Vor einigen Jahren hat Rene das Gewächshaus übernommen. Als Quereinsteiger, ohne gärtnerische Ausbildung, aber dafür mit einer klaren Vision und viel Leidenschaft.

Die wurde bei ihm entfacht, als er eine Auszeit auf einem Bergbauernhof in Südtirol verbrachte. Die Bäuerin dort ließ ihn an ihrem großen Wissen über Kräuter teil haben, und ihn Rene reifte eine Idee. Wieso nicht auch ein Kräuterparadies in der Stadt schaffen? Mit „**Kräuterkind**“ hat er seinen Plan umgesetzt. Seit 2014 wachsen und gedeihen hier jetzt unzählige Kräuter, Heil- und Wildpflanzen und saisonale Salate in Bio-Qualität.

Kräuterkind - Naturprodukte Esser

René Eßer

Gewächshaus

Decksteiner Str. 167

50354 Hürth-Stotzheim

Mail: info@kraeuterkind.de

Internet: www.kraeuterkind.de

Lecker AN BORD

Björn ist unterwegs in Richtung Dormagen zur **Gärtnerei Peters** - ein Familien- und Traditionsbetrieb in der 4. Generation. Aus einem ehemaligen Hühnerhof hat sich im Lauf der Jahrzehnte der heutige Betrieb entwickelt. Die Familie baut mittlerweile mehr als 40 Gemüsekulturen an und hält noch immer einige Hühner. Heute führt Felix Frason mit seiner Freundin Vivien den Betrieb. Ihr Ziel ist es, gesundes Obst und Gemüse anzubauen und auf kurzen Wegen anzubieten. Deswegen wird hier weitgehend auf chemische Pflanzenschutzmittel verzichtet und die Produkte werden feldfrisch, d.h. ohne Zwischenlagerung verkauft.

Gärtnerei Peters

Hackenbroicher Straße 8

41540 Dormagen

Mail: verkauf@hofladen-peters.de

Internet: <https://www.hofladen-peters.de/index.php>

Frank ist mit seinem E-Bike weiter unterwegs Richtung Solingen. Seine nächste Station liegt ein wenig oberhalb des Flusslaufs der Wupper. Direkt neben Burg Hohenscheid liegt der Bio-Bauernhof „**Et Höffken**“ von Theo und Julia Höffken. Julia ist durch ihre Heirat mit Theo zur Landwirtschaft gekommen. Fast dreißig Jahre ist das nun schon her. Gemeinsam haben sie aus einer damals konventionellen Schweinemast einen idyllischen Bio-Betrieb gemacht. Neben einem üppigen Gemüsesortiment haben die Höffkens auch noch ein einige Tiere: Hühner und Gänse - natürlich artgerecht und freilaufend. Frank ist allerdings am meisten gespannt auf die Schweine.

Denn auch die werden hier freilaufend gehalten, das ist sehr selten. Den Tiere scheint es zu gefallen. Sie fühlen sich sichtlich wohl und holen sich bei Frank erst mal eine Kraul-Einheit ab. Die Höffkens halten eine Kreuzung aus verschiedenen alten Rassen. Die Schweine sind besonders robust und wachsen langsamer. Dafür ist ihr Fleisch aber auch sehr gleichmäßig marmoriert und besonders geschmackvoll.

Ett Höffken

Hohenscheid 1

42659 Solingen

Telefon 0212 – 478 23

Mail: julia@et-hoeffken.de

Internet: <https://www.et-hoeffken.de/>

Lecker AN BORD

Björns letzte Station führt ihn nach Köln. Im Stadtteil Ehrenfeld hat sich hier an einem alten Güterbahnhof eine kleine Vertical Farm versteckt. Die Brüder **Steffen und Phillip Schröer** produzieren hier ein lokales Spitzenprodukt für die Gastronomie: Microgreens. Das sind Keimlinge von Gemüsesorten, die sonst im Großformat auf dem Teller liegt: Brokkoli, Radieschen, Kräuter ... Die Keimpflanzen der **Microgreen Brothers** werden jung geerntet und sind daher sehr intensiv im Geschmack und enthalten viele Vitamine. Häufig werden die Microgreens zum Dekorieren und Würzen verwendet, als Salatzusatz, Topping auf Suppen oder auch in Smoothies.

Die Brüder produzieren ihr Superfood frei von Plastik, zudem wird hier ohne Fungizide, Pestizide oder künstlichen Dünger gearbeitet. Die Ware gibt es außerdem nur auf Vorbestellung und immer frisch. So wird garantiert nichts weggeworfen.

Microgreen Brothers

Steffen und Philipp Schröer

Telefon: 0221-17052665

Internet: <https://microgreens.cologne/>

Von leicht bis ziemlich deftig alles dabei

An Bord wird mit den erbeuteten Zutaten wieder ein Festmahl zubereitet. Björn hat für Skipper und Fischliebhaber Heinz-Dieter Fröse sogar extra noch ein Stück Lachs besorgt. Der findet seinen Einsatz in einem leckeren Nizzasalat. Frank kümmert sich derweil darum, den Schweinebauch auf dem Grill möglichst knusprig hinzubekommen. Dazu gibt es Süßkartoffeln, die mit allerlei Kräutern aromatisiert wird.

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de