



## HEIKES REZEPT

### CHEESECAKE-APFEL

Zutaten für 4 Personen: 4 große Äpfel, z.B. Holsteiner oder Elstar, 250g Quark, 2 EL Zitronensaft, 1 TL abgeriebene Zitronenschale, 2 EL Honig, 3 Eigelbe, 2 EL Vanillepuddingpulver, Puderzucker

Die Äpfel halbieren, so dass die Hälften stehen können. Vorsichtig aushöhlen, bis ein ca. 1 cm dicker Rand bleibt! Den Quark mit allen Zutaten glatt rühren und in die Äpfel füllen. Die Äpfel in einer gefettete Auflaufform ca. 25-35 Min. im vorgeheizten Backofen (Umluft 160°C) backen. Ich hab immer mal geguckt, bis sie goldig braun waren. Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben. Am besten den Duft einatmen und noch warm genießen. Guten Appetit. Piep.

Alle lieben Wünsche sendet Ihre *Familie zum Felde* aus dem Alten Lande mit der ganzen Bande

## DAS APFELBLATT

MÄRZ 2017

Manchmal muss man nur auf sein Herz hören, um das Richtige zu tun. Dein Herz lügt nicht. Es weist dir den Weg, wenn Erfahrung und Vernunft noch überlegen.



Angelika Vothler | pixelio



# UND WEITER GEHT'S...

## NEUE IMPULSE FÜR BIO

---

Durch die beiden Messen Fruit Logistika und Biofach ist mir einmal mehr klar geworden, wie sehr sich der Biogedanke in alle Bereiche des Lebens weiterentwickelt hat. Bio wird überall angeboten und nachgefragt. Das Wachstum hält seit mehr als 20 Jahren an.

Dafür sind nicht nur die Sicherheit der Lebensmittel, sondern auch die Nachhaltigkeit und das Tierwohl im ökologischen Bereich nach meinem Ermessen entscheidende Faktoren.

Aber es gibt auch andere Interessen. So hat Monsanto jetzt auf gerichtlichem Wege die Zulassung von Gen-Soja vor

dem Europäischen Gerichtshof durchgesetzt. Ob wir Verbraucher dieses wollen, ist für das Gericht nicht entscheidend. Ob die Verbände der Verbraucher oder die Bioverbände dagegen vorgehen, ist nicht geklärt.

Dieses Soja wird irgendwann neben unseren Feldern stehen und dann müssen die Bioproduzenten sich gegen Verunreinigungen wehren.

Aber die Gerichte lassen die Hintertüren offen, auch wenn unsere Gesellschaft bereit ist, Geld für gesunde Nahrungsmittel und sauberes Trinkwasser zu geben.

*Heinrich*

*P.S.:* Wir freuen uns auf den Frühling, Sie auch?

