

Wir schauen aufs Ganze.  
Die Biobäuerinnen & Biobauern



Mehr Infos zum EU-Bio-Logo unter  
[bio-austria.at/eu-bio-logo](http://bio-austria.at/eu-bio-logo)

# Bio-Gemüse

Fragen zu Bio-Gemüse?  
Wir haben Antworten.



Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

 Bundesministerium  
Land- und Forstwirtschaft,  
Regionen und Wasserwirtschaft

**WIR leben Land**  
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

# WIR MACHEN LEBENSMITTEL MIT VERANTWORTUNG UND VOLLEM GESCHMACK!

Für einen Liter Stickstoffdünger braucht es die Energie von rund einem Liter Erdöl. Würden alle heimischen Bauern und Bäuerinnen biologisch wirtschaften, könnte pro Jahr so viel Erdöl eingespart werden wie 150.000 Österreicher:innen jährlich mit dem Auto verfahren.

## Gut für uns, gut fürs Klima

Biobäuerinnen und Biobauern düngen nicht die Pflanzen direkt, sondern den Boden. Unter anderem durch geeignete Fruchtfolge, Kompost, Gründüngung oder Stallmist. Damit die Pflanzen von Grund auf kräftig werden statt künstlich hochgepuscht. Und weil es nachhaltig ist.

## Starke Pflanzen, starker Geschmack

Wir wählen robuste, auch alte Sorten aus, die an den Standort angepasst sind. Das macht die Pflanzen widerstandsfähig – so können wir auf chemisch-synthetische Pestizide verzichten<sup>1</sup> und sie durch die Förderung von Nützlingen und kräftigende Kräutertees unterstützen. Die Pflanzen wachsen langsamer und haben mehr Zeit zum Reifen – das schmeckt man.

## Bio sagt Nein, wo nötig

Zum Beispiel zu chemisch-synthetischen Pestiziden. Zahlreiche Studien weisen auf einen möglichen Zusammenhang von Pestiziden und Krankheiten wie Allergien, kognitiven Entwicklungsstörungen, etc. hin.<sup>1</sup> Da fördern wir lieber die Regenwürmer und Insekten, um unsere Bio-Böden lebendig und wasserdurchlässig zu halten.

<sup>1</sup>In der Studie des EPRS (European Parliamentary Research Service), Scientific Foresight Unit (STOA): Human health implications of organic food and organic agriculture. European Parliament, Brussels, 2016, werden zahlreiche Studienergebnisse über den möglichen Zusammenhang von Pestiziden und Krankheiten wie Allergien, kognitiven Entwicklungsstörungen etc. angeführt. Quellen: [www.bio-austria.at/quellen](http://www.bio-austria.at/quellen)

### Bio-Zutaten für 4 Personen

500 g Kürbis (zB. Butternuss oder Hokkaido)  
500 g Erdäpfel, gekocht und geschält  
2 Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe

4 Zweige Rosmarin  
2 feste Birnen  
150 g Fetakäse  
Kräutersalz  
Pfeffer  
1 EL Olivenöl

Kürbis halbieren, schälen (alle außer Hokkaido), und gemeinsam mit Erdäpfeln in 1 cm dicke Scheiben schneiden, Knoblauch in dünne Scheiben, Zwiebeln in Ringe schneiden. Birnen ebenfalls in Scheiben schneiden und Kerngehäuse entfernen. Alles abwechselnd aufs Backblech schichten, dazwischen salzen und pfeffern und Rosmarinzwige verteilen. Alles mit Olivenöl beträufeln und gewürfelten Feta darauf verteilen. Ca. 15 Minuten im Rohr bei mittlerer Hitze braten.



Gebratenes  
Kürbisgemüse