

Infos zur Folge 4

Kulinarische Schätze rund um Krefeld

Vom Siebengebirge durch die Kölner Bucht und entlang des Niederrheins bis nach Emmerich führt die diesjährige kulinarische Reise die "Lecker an Bord"-Crew. Endlich ist auch die unaone wieder flott und mit voller Kraft unterwegs. Gut gelaunt schippern Björn Freitag und Frank Buchholz mit ihrem Skipper Heinz-Dieter Fröse heute dem Yachtclub in Krefeld entgegen ...

Die erste Etappe führt die Köche heute gemeinsam auf den **Lammertzhof** bei Kaarst-Büttgen. Ein Familienbetrieb, der sich auf den ökologischen Anbau von Obst, Gemüse und Kartoffeln spezialisiert hat.

Senior-Chef **Heiner Hannen**, hat den Hof vor über 30 Jahren von seinen Eltern übernommen hat. Damals war der Lammertzhof noch ein großer Schweinemastbetrieb. Nichts für Heiner und seine Frau Petra. Mit dem Generationswechsel kam auch die komplette Umstellung von konventioneller Landwirtschaft zu einem Bio-Betrieb. Die Umstellung hat zehn Jahre gedauert, aber seither wird hier auf dem Hof Bio und Nachhaltigkeit in jedem Bereich groß geschrieben und immer weiter entwickelt.

So kommt zum Beispiel zweimal in der Woche ein kleines Team von Lebensmittelrettern auf den Hof, um auf den bereits geernteten Feldern „nachzuernten“. Dadurch werden gute Lebensmittel vor der Tone gerettet, die nur aufgrund ihrer Größe, Form oder kleiner Makel für den Supermarkt nicht in Frage kommen.

Die Köche decken sich auf dem Lammertzhof mit Kartoffeln, Äpfel, Zuckermais, Möhren und Gurken ein.

Bioland Lammertzhof

Familie Hannen

41564 Kaarst

Telefon: 02131 / 75747-0

Mail: info@lammertzhof.de

Internet: <https://www.lammertzhof.net/>

Lecker AN BORD

Björn radelt durch die schöne niederrheinische Landschaft weiter in Richtung Krefeld. Dort besucht er den **Steveshof**. Der Biohof liegt idyllisch am Ortsrand von Hüls. **Finn Bönninger** hat den Hof von seinen Großeltern übernommen und führt ihn heute mit seiner Frau Stephanie. Erst seit 3 Jahren sind die beiden Vollzeit-Landwirte und haben direkt auch eine Hofmetzgerei und einen Laden eröffnet. So können sie das Fleisch ihrer Tiere komplett – von „nose to tail“ – verarbeiten und anbieten.

Auf einer Weiden im Naturschutzgebiet Hülser Bruch halten sie Galloway Rinder. Die Tiere stehen, verteilt auf drei Herden, das ganze Jahr über im Freien. Neben den Rindern halten die Bönningers auch Hühner. Die Legehennen und Masthühner leben in großen mobilen Ställen und haben deutlich länger Zeit, um zu wachsen als in einem konventionellen Betrieb. Auch bei den Hühnern wird das ganze Tier verwertet. Aus den Knochen kocht Finn einen Hühnerfond, den der Koch nur zu gerne miteinpackt. Außerdem nimmt Björn noch die Spezialität des Hofes mit: Dry-Age-Fleisch vom Galloway Rind.

Steveshof

Finn und Stephanie Bönninger
Krüserstraße 22
47839 Krefeld-Hüls
Telefon: 02151 73 52 60
Mail: info@steveshof-hofladen.de
Internet: <https://steveshof-hofladen.de/>

Frank ist mit seinem E-Bike unterwegs zu **Chris Starke**. Die Krefelderin hat ihren 2500 qm großen Garten in ein wahres Paradies verwandelt und baut diverse Gemüsesorten an. Ihre große Leidenschaft sind aber Tomaten. 40 verschiedene Sorten sind es in diesem Jahr! Ihre Lieblinge aus aller Herren Länder werden von ihr sorgfältig gepflegt – und ordentlich mit Pferdedung und Brennnessel-Jauche "verwöhnt". Neben den verschiedensten Tomatensorten darf der Koch auch noch Luftknoblauch aus dem üppigen Garten mitnehmen. Die Miniatur-Knoblauchzehen haben einen intensiven Geschmack und schmecken toll in Schmorgerichten, verrät Chris dem Koch.

Chris Starke

Mail: chris.bei.leckeranbord@web.de

Lecker AN BORD

Zurück an Bord der unaone machen sich die Köche daran, ihre kulinarischen Schätze zu einem leckeren Essen zu verarbeiten: Der Zuckermais wird mit Äpfeln und Kokosmilch zu einem köstlichen Süppchen. Die leckeren Tomaten dienen als Bett für das saftige Roastbeef vom Galloway Rind und das Huhn wird à la Björn Freitag geschmort und gegrillt. Und als Überraschung hat Björn noch eine Spezialität vom Niederrhein besorgt: eine köstliche Grillage-Torte! Ein gelungener Abschluss eines tollen Tages rund um Krefeld.

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de