

30. August 2022

Hallo zusammen,

die Tage werden kürzer, die Hitzeperiode bzw. die fast unerträglich hohen Temperaturen gehen zurück, Zeit zum Durchatmen, zum Luft holen und Zeit, sich auf die kommenden Monate einzustellen und vorzubereiten.

Ich hoffe, die Vorratskeller sind mit Eingemachtem gefüllt, und auch ihr habt wie ich das eine oder andere Rezept neu ausprobiert.

Gestern habe ich zum ersten Mal Cocktailtomaten zum Fermentieren ins Glas. Das Rezept habe ich von Marie von Wurzelwerk <https://www.youtube.com/watch?v=T4XzDg2X4pg>.

Ergänzt habe ich die Rezeptur noch mit einem Schuss EM, damit die Tomaten einen schönen Start in die Fermentation haben.

Was jetzt noch kommt ist Sauerkraut, das darf im Moment jedoch noch etwas wachsen. Hier noch einmal das Rezept:

Sauerkraut im Glas (oder auch Sauergemüse)

Unsere Methode:

Wir hobeln das Kraut fein, auf 10 kg Weißkraut geben wir 50 - 60 g gutes Salz (Sie können Steinsalz, Meersalz oder auch das Emiko-Salz verwenden). Ca. 50 ml EM1 sorgen für einen guten Start der Gärung. Wachholderbeeren und Lorbeerblätter sind für den feinen Geschmack zuständig. Und manchmal kommt auch noch ein guter Schuss Wein oder Sekt dazu!

Lage für Lage wird das Kraut in einem großen Gefäß gestampft, bis Saft austritt. Wir verwenden dann Einmachgläser mit Gummi-Schnappverschluss und stampfen das Kraut hinein. Auch hier bitte darauf achten, dass genügend Saft austritt. Die richtig voll gestopften Gläser schließen und auf ein Tablett stellen (das ist wichtig, weil während der Gärung immer wieder Wasser austritt) und bei Zimmertemperatur ca. zwei Wochen stehen lassen. Wenn der Gärprozess zur Ruhe kommt, die Gläser kühl und dunkel – am idealsten natürlich in einem Naturkeller – lagern.

Einige von euch waren ja beim Workshop dabei, als wir einen Kartoffelturm und einen Salatturm gebaut haben. Aktuelle Fotos findet ihr auf der Homepage <https://www.emja.de/effektive-mikroorganismen-em/fotos/>

Was jetzt noch zu säen ist, sind Wintersalate, vor allem auch der Feldsalat, der uns in der kalten Jahreszeit mit frischem Grün versorgt.

Wir pflanzen ihn nicht direkt ins Beet, sondern auf Anzuchtplatten, die es für wenig Geld zu kaufen gibt und setzen ihn dann, sobald er groß genug ist, ins Beet.

Gestattet mir an dieser Stelle einen kleinen Rückblick auf das zurückliegende Jahr bzw. die zurückliegenden Jahre.

Bei allem was wir erlebt haben, ist bei vielen auch die Erkenntnis gewachsen, dass wir in hohem Maße wieder in die Eigenverantwortung gehen müssen und vieles überdenken bzw. neu denken müssen.

Erfreulich ist, dass gerade in diesem Jahr viele jüngere Menschen sich für den Garten interessieren und neue Wege gehen möchten. Projekte für Solidarische Landwirtschaft gibt es zuhauf, Wildkräuterkurse haben Hochkonjunktur und auch das Konservieren von Lebensmitteln erlebt eine Renaissance. Und bei all dem rücken wir wieder enger zusammen, sehen wir doch, wie zerbrechlich auf der einen Seite unsere Lieferketten sind. Und schmecken auf der anderen Seite aber auch, was gutes Obst und Gemüse von künstlich erzeugten Nahrungsmitteln unterscheidet. Lebensmittel als Mittel zum Leben! Das muss unsere Zukunft sein, denn nur so bleiben wir gesund!

Lasst uns diesen Weg weitergehen und vor allem auch die heimische Landwirtschaft unterstützen, die es immer schwerer hat, gegen die groß-industriellen landwirtschaftlichen Erzeuger zu bestehen.

Vergangene Woche kam die neueste Ausgabe der Zeitschrift „Raum&Zeit“. Der Artikel auf der Titelseite „Big Money greift nach der Landwirtschaft“ hat mich dermaßen aufgewühlt, dass ich ihn letzte Woche sogar zum Thema beim Stammtisch gemacht habe. Ich möchte jetzt hier nicht ins Detail gehen, das würde den Rahmen dieser Mail sprengen, ich appelliere nur, hier die Augen offen zu halten.

Auf der anderen Seite ist gerade in diesem Heft auch ein Artikel über den neuesten Film von Bertram Verhaag, in dem wir auf die Reise zu mutigen Ökobauern und innovativen Ansätzen in der biologischen Landwirtschaft mitgenommen werden. Schaut euch einfach mal den Inhalt auf www.denkmal.film an und entscheidet, ob ihr dieses Projekt auch unterstützen möchtet.

Ich habe noch einige Hefte von „Raum&Zeit“ nachbestellt, sie müssten jedoch auch an einem gut sortierten Kiosk erhältlich sein.

„Hobbygärtnern wird teurer – Die Gartenbaubetriebe klagen über höhere Kosten für Düngemittel und Energie. Das möchten sie an ihre Kunden weitergeben. Hinzu kommt noch die Furcht vor einem Winter ohne Gas“

Das war der Titel eines Artikels auf der Wirtschaftsseite der „Acher-Rench-Zeitung“ vom 09. August. Sie als EM-Anwender dürfte das nicht so sehr berühren. Produzieren wir unseren Dünger doch weitgehend selbst, indem wir aus unseren Küchenabfällen hochwirksamen Bokashi herstellen und auch den Kompost mit EM und Gesteinsmehl schon so bearbeiten, dass Fäulnis weitgehend außen vorbleibt. Mulchen mit behandeltem Rasenschnitt und fermentiertes Laub tut ein übriges, den Boden bzw. die Helfer im Boden, die Regenwürmer, über den Winter zu füttern, so dass diese ganz kostenfrei unseren Boden mit Dünger versorgen.

Wer das Buch von Angelika Ertl „Das große Boden ABC“ (erhältlich bei uns im Geschäft) gelesen hat, weiss auch, dass wir aus eigener Kraft mit „Goldwasser“ den Boden exzellent versorgen können. Was bedeutet Goldwasser? Gemeint ist damit unser Urin, ein Liter enthält 7,4 g Stickstoff, 0,6 g Phosphor und 1,6 g Kalium, sozusagen „Der Strahl als Kapital“, wie sie schreibt und dabei auf Seite 51 auch folgenden Tipp gibt: *„Pippi-Pause für den Kompost: Gartenkompost sollte mit Kohlenstoff sowie Stickstoff angereichert sein. Oft ist es so, dass ein Zuviel an Kohlenstoff am Kompost landet (Häckselgut, Äste, etc.). Daher ist es gut und hilfreich, den Kompost hie und da mit Urin zu beschleunigen. Es gibt im Handel zwar Kompostbeschleuniger, aber das können Sie selbst besser und günstiger – mit Recycling-Produkten aus Ihrem Körper, Top-Treibstoff für Garten und Kompost!“* – und immer natürlich EM-aktiv dazu

(Bei Verwendung im Beet übrigens 1 Teil Urin mit 10 Teilen Wasser, immer auf dem Boden, nicht auf der Pflanze verwenden!)

Dies noch zur Info:

RoPro-Streu Pflanzenkohle von EM-Chiemgau

Ich habe derzeit nur die Pflanzenkohle in den kleinen 3-Liter-Beuteln für das Küchenbokashi hier. Die großen 45-Liter-Säcke auf Paletten werde ich erst zu Beginn des neuen Jahres wieder auf Vorrat nehmen.

In der Zeit vom 01.09. bis 30.09. sind diese großen Gebinde jedoch bei EM-Chiemgau im Sonderangebot, sodaß ich empfehle, unter Angabe meines Einkaufs-Codes „**em-assmann**“ direkt zu bestellen.

Statt 29,90 kostet die Kohle im September nur 25,90 €, zuzügl. Versand.

Und jetzt zum Abschluss noch das Thema Gesundheit: - **Das Gebot der Stunde heißt jetzt „Stärkung des Immunsystems vor dem Winter“**

Wir starten am 19. September 2022 mit einer vierwöchigen, begleiteten Body-Restart-Kur, bestehend aus Darmreinigung, Darmaufbau Vitalisierung und Entsäuerung. Dass dabei auch einige Kilos fallen werden, ist ein guter Nebeneffekt.

Ich werde dazu noch einmal eine separate Mail schreiben. Wir werden auch am 09. September 2020 bei Martina Lob-Hirsch im Atelier Frau Holle in Membrechtshofen dazu einen Ladies-Abend anbieten, an dem es ergänzende Informationen gibt, Ich wollte nur heute schon einmal darauf hinweisen. Aber natürlich dürfen auch Männer bei der Restart-Kur mitmachen.

So, dieser Brief ist nun länger geworden als ursprünglich geplant. Ich hoffe, Sie haben es bis hierher geschafft, deshalb auch noch etwas Nachdenklich zum Schluss:

Der Laden Gottes

Ich betrete ein kleines Lädchen, hinter dessen Theke steht ein Engel.
Verwundert frage ich „Was wird hier verkauft?“. Er antwortet mir „Alles, was Gott zu bieten hat!“.
Ich frage ihn, ob sie sehr teuer sind. „Nein“, antwortet der Engel „alles ist kostenlos!“
Ich schaue mich neugierig um und entdecke Flaschen mit Glauben, Päckchen mit Hoffnung, Glücksverpackungen... Ich nehme allen Mut zusammen, und gebe meine Bestellung auf. „Bitte geben Sie mir ganz viel Liebe, alles, was Sie an Vergebung vorrätig haben, eine Flasche mit Glauben, ausreichend Glück und die Errettung für mich und meine Lieben.“
Der Engel verpackte liebevoll mein Gewünschtes und reichte mir das Päckchen über den Tresen. Es war so klein, dass es Platz hatte in meiner Hand. Deshalb fragte ich: „Ist das alles?“.
Er lächelte mich an und antwortete: „Meine kleine Freundin, der Laden Gottes verkauft keine Früchte, nur Samen.“

In diesem Sinne wünsche ich euch allen eine gute Zeit

Johanna Assmann



EM-Fach- und Spezialitätengeschäft

Johanna Assmann

Rheinstraße 36a 77866 Rheinau-Freistett

Tel.: 07844 98736 info@em-vitalshop.de www.emja.de