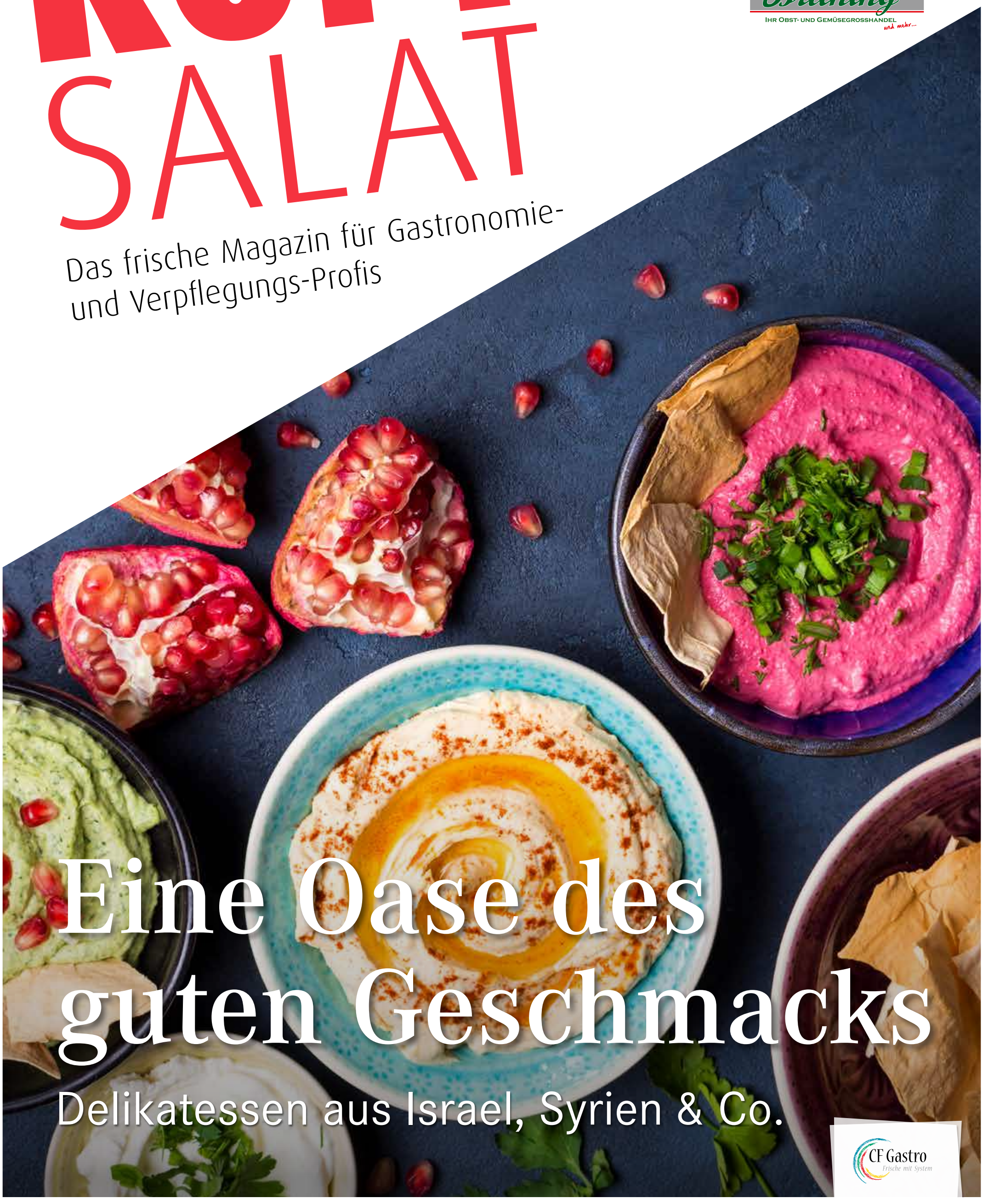
KOPF SALAT

Ausgabe 42 // Juli / August 2018

Lieferpartner der CF Gastro

Brüning
Ihr Obst- und Gemüsegrosshandel und mehr...

Das frische Magazin für Gastronomie- und Verpflegungs-Profis



Eine Oase des guten Geschmacks

Delikatessen aus Israel, Syrien & Co.

CF Gastro
Frische mit System

Zwischen Teller und Vase: Essbare Blumen im Fokus

De-Processing: Weniger ist mehr

EDITORIAL

Sonnige Aussichten

Liebe Leserin, lieber Leser,

endlich ist er da, der Sommer! Die Temperaturen steigen, die Sonne verwöhnt uns mit ihren Strahlen und es blüht und gedeiht an allen Orten! Grund genug für uns, einmal zu schauen, was man mit Blüten noch so alles anstellen kann, als sie nur in die Vase zu stellen. Denn auch auf dem Teller sind viele Blumen eine ungewöhnlich schmackhafte Abwechslung.

In dieser Ausgabe finden Sie allerdings noch mehr aktuelle Food-Trends. Freuen Sie sich auch auf unsere Titelstory über die Levante-Küche, ein Geschmack, der momentan in aller Munde ist: Die leckere Küche aus dem Mittelmeerraum überzeugt mit aufregenden Gewürzen, abwechslungsreichen Aromen und einer entspannten Haltung.

Inspiriert vom traditionellen Grillabend haben wir zudem mal das Räuchern genauer unter die Lupe genommen. Denn wer dachte, dass man dafür spezielle Öfen und wahnsinnig viel Geduld braucht, den können wir hier eines Besseren belehren. Außerdem haben wir einmal Milchalternativen miteinander verglichen und uns in diesem Zuge mit dem Thema Nahrungsmittelunverträglichkeiten beschäftigt.

Sie sehen, es ist wieder ein bunter Strauß an Themen geworden. Ich wünsche Ihnen von daher eine spannende Lektüre und einen herrlichen Sommer,

Ihr Carl-Friedrich

YAM! YAM!

Momentan gibt es in den sozialen Medien einen unübersehbaren Hype: Egal ob Eis, Latte macchiato oder Muffins – alles erstrahlt in einem kräftigen Violett. Verantwortlich dafür ist eine kleine Knolle aus Fernost: **die Ube-Wurzel.**

Ihren Ursprung hat die violette Wurzel auf den Philippinen, wo sie schon seit Ewigkeiten fester Bestandteil der einheimischen Küche ist. Die Ube-Wurzel gehört übrigens zur Familie der Yamswurzelgewächse, von denen es bis zu 800 Arten gibt, die hauptsächlich in den Tropen verbreitet sind. Die meisten Yamswurzeln ähneln geschmacklich und optisch den Süßkartoffeln, sind aber nicht mit ihnen verwandt.

Die trendige Ube-Wurzel kann aber nicht nur mit ihrer violetten Farbe auftrumpfen, auch ihr süß-nussiger Geschmack, der leicht an weiße Schokolade erinnert, macht sie zu einer besonders beliebten Zutat für Süßspeisen. Und sie ist mehr als eine optische Spielerei, denn sie enthält viel Vitamin A, C und E. Hinzu kommt der Pflanzenfarbstoff Anthocyan, der für die lila Färbung verantwortlich ist und dem eine antioxidative Wirkung zugeschrieben wird. Endlich mal wieder ein Trend, der nicht nur gut aussieht, sondern auch lecker und gesund ist!

Hier blüht Ihnen was

Zu einem schön gedeckten Tisch gehören immer frische Blumen. Aber wie wäre es denn, wenn Sie Ihren Gästen die Blüten mal nicht in der Vase, sondern auf dem Teller präsentieren?

Üppige Bouquets sind schön anzusehen, aber es ist ein wenig in Vergessenheit geraten, dass man viele Blüten auch in der Küche verwenden kann. Ob als schmackhafte Farbtupfer im Salat oder aromatische Überraschungen im Dessert, die Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig. Und auch als ausgefallene Alternativen zu Limonaden oder Säften können die zarten Blätter überzeugen. Wir stellen Ihnen die interessantesten essbaren Blüten einmal vor:

Hibiskus

Als Tee ist die Hibiskusblüte für ihren leicht säuerlichen Geschmack bekannt, aber sie eignet sich ebenfalls für mediterrane Fischgerichte oder exotische Currys.

Veilchen

Die zarten, violetten Blüten haben einen leicht seifigen Geschmack und eignen sich vor allem für die Herstellung eines Sirups, der in Desserts und Getränken eingesetzt werden kann. Tipp: Probieren Sie Veilchensirup mit Sekt als sommerlich-frischen Aperitif.

Rosen

Die Königin der Blumen macht auch in der Küche eine gute Figur. Vor allem bei herzhaften orientalischen Rezepten wird oft zu Rosenwasser gegriffen, aber auch Süßspeisen verleiht sie einen Hauch Eleganz.

Geranien

Geranien sind hierzulande die am meisten verbreiteten Balkonpflanzen. Duftgeranien können allerdings auch in der Küche eingesetzt werden, vor allem in Kombination mit roten Beeren oder sahnigen Crèmes kommt ihr besonderer Geschmack gut zur Geltung.

Veilchensirup

- 3 Handvoll Veilchenblüten
- 500 ml Wasser
- 500 g Zucker
- 1 Zitrone

1. Die Blätter von den Veilchenblüten abzupfen, in eine Schüssel geben und mit 500 ml kochendem Wasser übergießen. Zugedeckt über Nacht stehen lassen.
2. Am nächsten Tag die Flüssigkeit durch ein Tuch abseihen, die Blüten wegwerfen. Den Sud in einen Topf geben, mit dem Zucker und dem Saft der Zitrone aufkochen und dann leise köcheln lassen, bis die gewünschte sirupartige Konsistenz erreicht ist.
3. Den Veilchensirup in sterile Flaschen abfüllen und im Kühlschrank lagern.

WIR TRINKEN KERNE, NÜSSE & GETREIDE

In den letzten Jahren hat sich der Markt für vegane Produkte rasant entwickelt. Was früher belächelt wurde, ist mittlerweile in der gesellschaftlichen Mitte angekommen. Denn viele Verbraucher achten verstärkt auf eine bewusste Ernährung und versuchen immer öfter, auf tierische Produkte zu verzichten. Vor allem Alternativen zur Kuhmilch sind sehr gefragt – Grund genug, um die milchigen Stellvertreter mal genauer unter die Lupe zu nehmen.

Mandeln

eignen sich für...

- Müsli
- Gebäck
- Shakes & Smoothies

In Spanien wird Mandelmilch aufgrund ihres nussigen Geschmacks schon seit Jahrhunderten verwendet. Sie enthält viele Spurenelemente und Vitamine, allerdings wenig Kalzium und Eiweiß. Doch Vorsicht: Viele Hersteller setzen ihren Produkten Zucker zu, um den Geschmack zu verbessern, dadurch wird der Drink zur Kalorienbombe.

Reis

besonders gut für...

- Müsli
- Süßspeisen
- Shakes

Reis gehört zu dem am meisten verbreiteten Grundnahrungsmittel der Welt. Insofern ist es nicht verwunderlich, dass Reis auch als Grundlage für eine Milchalternative dient. Vor allem für Allergiker ist Reismilch die beste Alternative, ist sie doch gluten- und laktosefrei. Der Geschmack ist eher süßlich, weshalb sie sich besonders gut für Desserts eignet. Sie enthält zwar viele Kohlenhydrate, aber ansonsten wenig Nährstoffe.

Umsatz in Deutschland mit Pflanzenmilch in 2017*

246
Mio. EUR

Hafer

sehr lecker zu...

- Müsli
- Süßspeisen
- Gebäck

Hafermilch hat zwar mit 41 kcal/100 ml viele Kalorien, aber sie enthält immerhin mehr ungesättigte als gesättigte Fettsäuren. Da Hafer ein Getreide ist, enthält auch der Drink viel Gluten, dafür aber keine Laktose.

Soja

meist verwendet zu...

- Müsli
- Süßspeisen
- Kaffee/Milchschaum

So ein Milchschaum hält, und hält, und hält. Er ist der Vorreiter aller Milchalternativen: der Sojadrink. Schon vor 2000 Jahren in China verwendet, schmeckt er leicht nussig und ist cholesterinfrei. Der Eiweißgehalt entspricht ungefähr dem der Kuhmilch, dafür enthält Sojamilch weniger Vitamin B2 und Kalzium. Der Anteil an Kohlenhydraten und Fett liegt ebenfalls unter dem des tierischen Originals. Sojamilch eignet sich übrigens am besten zum Aufschäumen für Kaffeespezialitäten.

*Quelle: Marktforschungsinstitut Nielsen

CF Gastro
Frische mit System

LEVANTE Küche*

Da geht die Sonne auf

Als Levante wird die östliche Mittelmeerküste und ihr Hinterland bezeichnet, dazu gehören die Staaten Syrien, Libanon, Israel, Jordanien und die palästinensischen Gebiete. Die Küche aus diesen Regionen ist DER Food-Trend 2018.

Die Levante-Küche hat ihren aktuellen Siegeszug in Israel, genauer gesagt in Tel Aviv begonnen, wo junge und hippe Gastronomen die traditionelle arabische Küche wieder zum Leben erweckt haben. Die großzügige Verwendung von Gewürzen, die komplexe Vielfalt der Aromen und die abwechslungsreichen Gerichte haben schnell dafür gesorgt, dass die orientalische Länderküche zu einem internationalen Exportschlager wurde. Nicht ganz unschuldig am Hype ist zudem der in England lebende Starkoch Yotam Ottolenghi, der mit seiner mediterran-orientalischen Kochkunst den Geschmack von Kreuzkümmel, Sumach oder Zaatar in ganz Europa populär machte.

Am bekanntesten in der Levante-Küche sind wahrscheinlich die „Mezze“, kleine Gerichte, die traditionell als Vorspeisen oder Zwischengerichte serviert werden. Der Name Mezze kommt vom persischen Wort mazze bzw. mazdan, was sowohl „Geschmack“ als auch „Imbiss“ bedeutet. Meist werden für die kleinen, oftmals vegetarischen Gerichte Zutaten wie Kichererbsen, Tahin, Joghurt, Auberginen, Tomaten und Olivenöl verwendet. Auf dem Tisch findet man dann Falafel, Taboulé, Baba Ghanoush (ein Auberginen-Sesam-Püree) und natürlich Hummus. Dazu wird entweder Fladenbrot oder Pita gereicht. Doch nicht nur der Geschmack ist für den Erfolg verantwortlich, auch die ungezwungene Art, das Essen gemeinsam und ausgiebig zu genießen, macht die Levante-Küche zu einem Erlebnis. Probieren Sie es doch mal aus und zelebrieren Sie mit Ihren Gästen einen geschmackvollen orientalischen Abend.

TABOULÉ

Taboulé ist ein Petersilien-Bulgur-Salat, der vor allem in der libanesischen und syrischen Küche seine Wurzeln hat, mittlerweile aber im ganzen Orient anzutreffen ist.

ZUTATEN

- 2 Bund glatte Petersilie
- 400 g Bulgur
- 400 ml Wasser
- 4 Tomaten
- 3 Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Olivenöl
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Bund Pfefferminze
- Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Bulgur in einem Sieb unter fließendem Wasser waschen, in eine Schüssel geben, mit 400 ml kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten quellen lassen. Eventuell überschüssiges Wasser abgießen.

Die Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden. Die Tomaten würfeln. Beides unter den noch warmen Bulgur heben.

Den Knoblauch pressen und mit dem Olivenöl und dem Zitronensaft zu einem Dressing verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ebenfalls unter den Bulgur rühren und etwas ziehen lassen.

Vor dem Servieren die Petersilie und die Minze fein hacken und ebenfalls unter den Bulgur heben. Mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Zitronensaft abschmecken und sofort servieren.

HUMMUS

Hummus ist eine orientalische Spezialität, die aus pürierten Kichererbsen, Sesammus, Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Gewürzen hergestellt wird. Der Name kommt aus dem Arabischen und bedeutet ganz treffend „Kichererbse“.

ZUTATEN

- 800 g Kichererbsen in der Dose
- 4 EL Sesammus (Tahina)
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Zitronensaft
- 4 Knoblauchzehen
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer

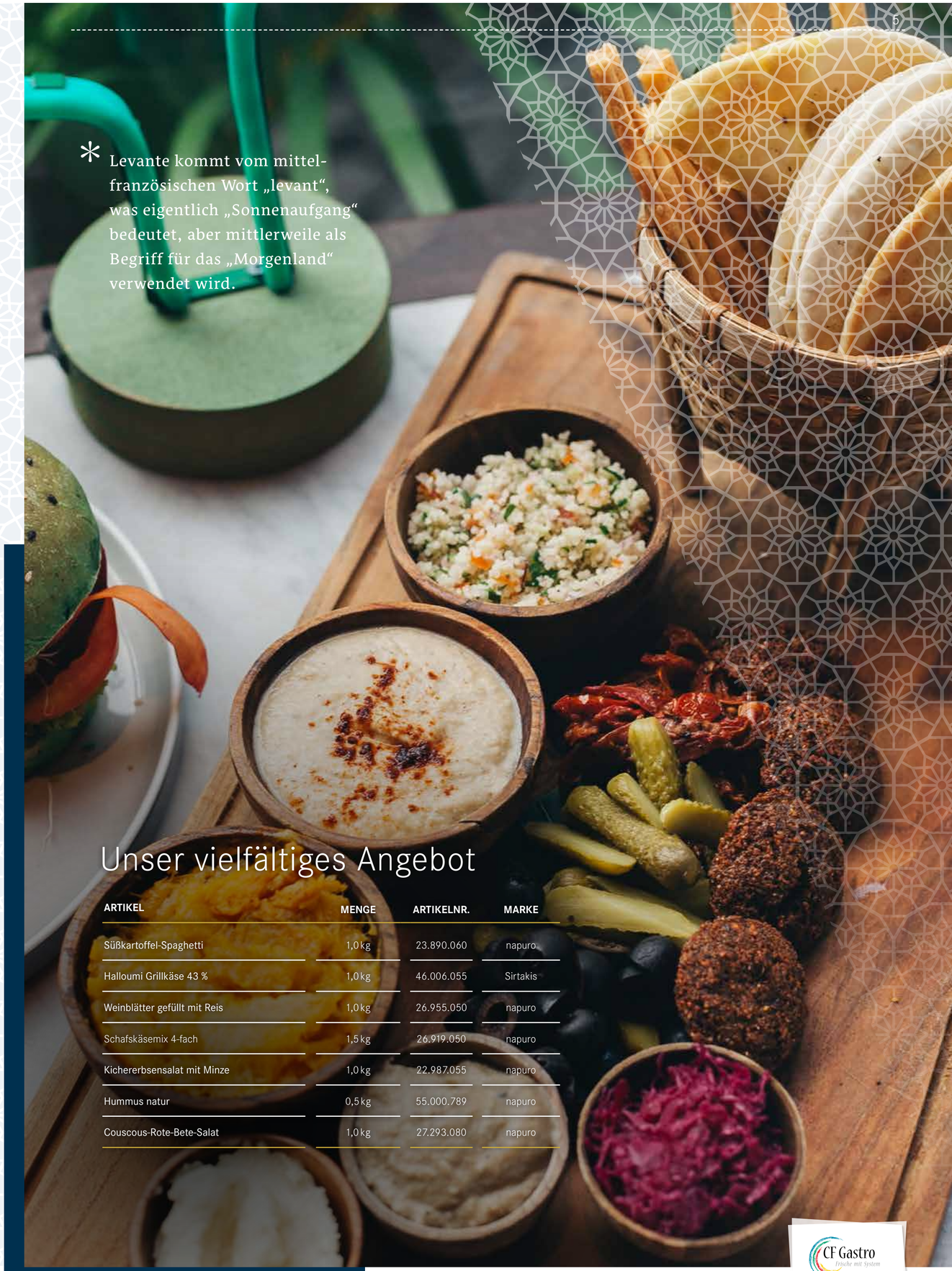
ZUBEREITUNG

Die Dose öffnen und etwas von dem Kichererbsensud auffangen. Dann die Kichererbsen in ein Sieb geben, abspülen und gut abtropfen lassen.

Die Kichererbsen mit einem Stabmixer zu einem Brei pürieren. Tahina, Olivenöl, etwas Kichererbsenwasser und Zitronensaft zugeben und cremig rühren. Sollte die Mischung zu fest sein, etwas mehr Kichererbsenwasser hinzugeben.

Mit dem zerstoßenen Knoblauch, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen und glatt rühren.

Zum Servieren mit einem Löffel kleine Wellen auf die Oberfläche zeichnen, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Paprikapulver bestreuen.



* Levante kommt vom mittelfranzösischen Wort „levant“, was eigentlich „Sonnenaufgang“ bedeutet, aber mittlerweile als Begriff für das „Morgenland“ verwendet wird.

Unser vielfältiges Angebot

ARTIKEL	MENGE	ARTIKELNR.	MARKE
Süßkartoffel-Spaghetti	1,0 kg	23.890.060	napuro
Halloumi Grillkäse 43 %	1,0 kg	46.006.055	Sirtakis
Weinblätter gefüllt mit Reis	1,0 kg	26.955.050	napuro
Schafskäsemix 4-fach	1,5 kg	26.919.050	napuro
Kichererbsensalat mit Minze	1,0 kg	22.987.055	napuro
Hummus natur	0,5 kg	55.000.789	napuro
Couscous-Rote-Bete-Salat	1,0 kg	27.293.080	napuro

CF Gastro
Frische mit System

HOLZ & Rauch

Was während der Grillsaison immer versucht wird zu vermeiden, ist in der Food-Szene momentan absoluter Trend: Rauch. Egal ob Fleisch, Fisch oder Gemüse – überall qualmt und dampft es gerade in den Töpfen und Pfannen. Wir haben uns den Trend mal genauer angesehen.

Seit Jahrhunderten wird das Räuchern eingesetzt, um Lebensmittel zu konservieren und zu aromatisieren. Da es früher keine Kühlschränke gab, musste man Lebensmittel anders haltbar machen. So wurden Fisch und Fleisch gesalzen bzw. gepökelt und dann für längere Zeit über dem Rauch von Holzfeuer aufgehangen. Dabei sank der Wassergehalt, was die Haltbarkeit verlängerte, und die äußere Haut wurde fester, was das Eindringen von Mikroorganismen und Insekten verhinderte. Zugleich wirkte sich der Rauch positiv auf das Aroma aus.

Beim Räuchern gibt es drei wesentliche Methoden:

Das **Heißräuchern** bei hohen Temperaturen (60 bis 120 °C), geht relativ schnell und ruft ein besonders intensives Aroma hervor. Beim **Warmräuchern** arbeitet man mit Temperaturen von rund 30 bis 50 °C und beim **Kalträuchern** werden sogar nur Temperaturen von 15 bis 25 °C eingesetzt. Diese Methode braucht am meisten Zeit und wird z. B. oft für Schinken genutzt.

Die besten Ergebnisse erzielt man natürlich in einem Räucherofen, aber für den Anfang genügt auch die Standard-Küchenausstattung. Man braucht lediglich einen Topf mit Deckel, ein Gitter bzw. Dampfeinsatz, etwas Alufolie, Holzmehl und Gewürze.

Den Boden des Topfes einfach mit Alufolie bedecken und das Holzmehl sowie – falls gewünscht – die Gewürze darauf verteilen. Dafür eignen sich Lorbeer, Rosmarin oder auch schwarzer Tee. Das Gitter in den Topf stellen und die Herdplatte auf die höchste Stufe schalten. Kurz abwarten, bis der erste Geruch wahrnehmbar ist, das Räuchergut (z. B. Fisch) auf das Gitter legen, den Topf sofort mit einem Deckel verschließen und ca. 15 bis 20 Minuten räuchern lassen. Fertig ist der selbstgeräucherte Fisch.

Wichtig: Achten Sie unbedingt darauf, dass die Wohnung während des Räucherns ausreichend gelüftet wird!

HICKORY HOLZ

Hickory-Holz gehört zur Familie der Walnussgewächse und eignet sich besonders gut für das Räuchern von Fleisch. Vor allem in den USA setzt man schon lange bei Barbecues auf das besonders rauchige, fast schon scharfe Aroma des sehr belastbaren und haltbaren Holzes.

DER RICHTIGE RAUCH

Welches Holz eignet sich für welche Speisen?

Holz	Fisch	Geflügel	Gemüse	Schwein	Rind	Lamm
Ahorn	✓	✓	✓	✓		
Apfel		✓	✓	✓	✓	
Birke		✓	✓	✓	✓	
Birne	✓	✓		✓		
Buche	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Eiche	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Erle		✓	✓			✓
Hickory		✓	✓	✓	✓	
Kirsche		✓		✓	✓	✓
Mesquite	✓	✓	✓		✓	
Pappel		✓	✓	✓	✓	✓

Saisonkalender

Weil's frisch einfach besser schmeckt

Juli	August	September	Artikel
●	●	●	Apfel – Piros, Helios (Deutschland)
●	●	●	Aprikosen (Frankreich)
●	●	●	Birnen – Williams, Santa Maria (Italien)
●	●	●	Waldheidelbeeren od. Blaubeeren (Deutschland, Polen)
●	●	●	Kulturheidelbeeren (Deutschland)
●	●	○	Fenchel (Deutschland)
●	●	●	Schmorgurken, Landgurken, Einlegegurken (Deutschland)
●	●	●	Kirschen – süß (Deutschland, Griechenland, Türkei)
●	●	●	Kopfsalat (Deutschland)
●	●	●	Lollo rosso / Lollo bionda (Deutschland)
●	●	○	Mangold – bunt (Deutschland)
●	●	●	Stielmus (Deutschland)
●	○	●	Mirabellen (Frankreich, Deutschland)
●	●	●	Johannisbeeren – rot (Deutschland)
●	○	●	Johannisbeeren – schwarz (Deutschland)
○	●	●	Pflaumen (Deutschland)
○	●	●	Steinpilze (Osteuropa)
●	●	○	Pfirsiche, Nektarinen (Spanien, Frankreich)
○	●	●	Bamberger Hörnchen (Deutschland)
●	●	●	Rucola / Rauke (Deutschland)
●	●	●	Schoten / Erbsen (Deutschland)
●	●	●	Busch- und Stangenbohnen (Deutschland)
●	●	●	Staudensellerie (Deutschland)
●	●	●	Portulak (Deutschland)
●	●	●	Spinat (Deutschland)
●	●	●	Saubohnen (Deutschland)
●	●	●	Pfifferlinge (Osteuropa)
●	●	●	Zucchini (Deutschland)
●	●	●	Löwenzahnsalat (Deutschland)
●	○	●	Stachelbeeren (Deutschland)

Beginn / Ende der Saison
Auftakt oder Schluss – saftiges Obst und knackiges Gemüse – schon oder noch – erntefrisch auf den Tisch. Lassen Sie's sich schmecken.

Hauptsaison
Wer jetzt kauft, profitiert doppelt: Zum einen sind die Preise aufgrund des hohen Vorkommens jetzt entsprechend niedrig, zum anderen entfalten die Produkte erst in dieser Zeit ihr volles Aroma.

Nicht im Angebot
Leider können wir Ihnen diese Produkte derzeit nicht liefern. Aber greifen Sie doch auf eine unserer geschmackvollen Alternativen zurück.

Unser Saisonkalender – nicht nur in jeder KOPFSALAT-Ausgabe, sondern auch im Web:
www.cfgastro.de/produkte/saisonkalender/

CF Gastro
Frische mit System

Zur Sache

ALLERGIE ODER INTOLERANZ?

Wenn Lebensmittel nicht vertragen werden

Ob auf der Speisekarte im Restaurant oder dem Zutatenverzeichnis bei verpackten Lebensmitteln: Allergene sind mittlerweile deutlich gekennzeichnet. Denn immer mehr Menschen vertragen bestimmte Zutaten nicht mehr. Seit 2014 müssen daher die häufigsten Auslöser von Lebensmittelallergien und -intoleranzen auf der Zutatenliste optisch gekennzeichnet werden (z. B. durch Fettdruck). Zu den häufigsten Allergenen gehören u. a. Gluten, Erdnüsse, Soja, Laktose, Sellerie und Senf.

Selten sind es Allergien

Allerdings leiden nur sehr wenige Menschen wirklich an Nahrungsmittelallergien – lediglich zwei Prozent der Deutschen sind davon betroffen. Der Großteil, der sich eingeschränkt ernähren muss, leidet „lediglich“ an einer Lebensmittelunverträglichkeit bzw. Intoleranz. Da gilt es zu unterscheiden, denn auch wenn die Begriffe Allergie und Intoleranz mittlerweile synonym verwendet werden, gibt es vor allem Unterschiede in der Symptomatik.
Bei Lebensmittelallergien reagiert das Immunsystem auf ein bestimmtes Lebensmittel in Form von körperlichen Reaktionen wie z. B. Schleimhautschwellungen, Übelkeit, Verengung der Bronchien, Ekzeme und Juckreiz. In seltenen Fällen kann es sogar zu einem lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock kommen.

Intoleranzen: Symptome erkennen und lindern

Bei einer Lebensmittelunverträglichkeit wiederum ist der Körper nicht in der Lage, bestimmte Nahrungsbestandteile zu verdauen. Von daher treten bei einer Intoleranz meist Symptome wie Blähungen, Durchfall oder Bauchkrämpfe auf. Allerdings wissen viele Betroffene gar nicht, dass sie unter eine Unverträglichkeit leiden, da sie sich mit der Zeit an die Symptome gewöhnt haben und ihnen keine besondere Beachtung schenken.
Im Gegensatz zu einer Allergie reicht es jedoch bei einer Intoleranz mitunter, den Konsum des jeweiligen Lebensmittels einzuschränken oder einige Wochen darauf zu verzichten, um die Symptome zu lindern. Bei schweren Beschwerden sollte jedoch ein Arzt aufgesucht werden, um mögliche Allergien auszuschließen.

DE-COMPRESSING
BITTE KEINE ZUGABE

Das Konsumverhalten der Verbraucher hat sich in den letzten Jahren verändert: Der anhaltende Trend im Bereich der Bioprodukte, die verstärkte Nachfrage nach regionalen Produkten und der Wunsch nach natürlichen Zutaten zeigt, dass es im Lebensmittelbereich einen Sinneswandel gibt.

SAUBERE SACHE

Schon lange sind Essen und Kochen nicht mehr nur routinierte Nahrungsaufnahme, sondern für viele Verbraucher ist eine ausgewogene Ernährung Teil der eigenen Lebensqualität. Insofern ist es nicht verwunderlich, dass immer mehr Konsumenten die langen Zutatenlisten mit Konservierungsstoffen, Stabilisatoren und Geschmacksverstärkern kritisch hinterfragen. „Clean Eating“ ist der neue Trend, bei dem möglichst frische, saisonale und unverarbeitete Lebensmittel auf dem Speiseplan stehen. Und darauf reagiert auch die Lebensmittelbranche.

WENIGER IST MEHR

„De-Processing“ lautet hier das Zauberwort und ist eines der großen Themen in diesem Jahr. Dabei geht es darum, möglichst wenig verarbeitete Lebensmittel anzubieten, die natürliche und qualitativ hochwertige Zutaten als Basis haben und deren Herstellung zudem weitestgehend transparent ist.

Junge Food-Start-ups haben diesen Trend zum natürlichen Genuss bereits vor einiger Zeit aufgegriffen und beliefern den Markt mit Produkten, die so gut wie ohne Zusatzstoffe auskommen und möglichst fair und regional produziert wurden. Doch auch die großen Player der Lebensmittelindustrie haben diesen Trend mittlerweile erkannt und entwickeln Produkte und neue Rezepturen, um den „unverfälschten“ Geschmack der Verbraucher zu bedienen.

Ein Trend, der mehr auf Qualität als Quantität setzt und in der nächsten Zeit seinen Siegeszug fortsetzen wird. Manchmal ist weniger eben mehr.

Brüning
Ihr Obst- und Gemüsegrosshandel und mehr...

Brüning - Obst- und Gemüsegroßhandel GmbH & Co.KG
Große Mühlenstraße 38
24589 Nortorf

Tel.: 04392-92486-0
Fax: 04392-92486-93
E-Mail: info@bruening-nortorf.de
www.bruening-nortorf.de

Herausgeber: CF Gastro Service GmbH & Co. KG | Beusselstraße 44 N–Q | 10553 Berlin | Tel.: 030–394 06 40–0 | Fax: 030–394 06 40–200 | www.cfgastro.de
Konzeption, Redaktion und Gestaltung: STÜRMER & DRÄNGER – Visuelle Kommunikation
Bildnachweise (soweit nicht anders angegeben): CF Gastro Service GmbH & Co. KG, S. 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8 Shutterstock