FELLBACHER

Wochenmarkt

Stadt Fellbach
Stadt der Weine und Kongresse

Seit Oktober 1986 findet der Wochenmarkt beim Rathaus statt

DER FELLBACHER WOCHENMARKT

Fellbacher Wochenmärkte damals und heute

Wochenmarkt um 1890

Der Markt – seit der Antike der Ort einer Siedlung, an dem sich das öffentliche Leben abspielte. Das wohl berühmteste Beispiel ist das Forum Romanum des alten Roms. Dort, wo die Menschen zusammen kamen, konnte Handel entstehen. Auch der Marktplatz des Mittelalters erwies sich oft als Mittelpunkt und Verkehrszentrum des Dorfes oder der Stadt. In Fellbach, damals noch ein Dorf, spielte im 19. Jahrhundert weniger der Wochenmarkt als vielmehr der Jahrmarkt eine Rolle. Seit 1811 besaß Fellbach die Marktgerechtigkeit, die das Abhalten von Märkten erlaubte, was Fellbach seit 1812 reichlich nutzte: Es gab den Frühjahrsmarkt, der sich aus dem Viehmarkt und dem Holzmarkt zusammensetzte; gleichzeitig fand auch immer der Krämermarkt statt. Der Herbstmarkt verlief ähnlich wie der Frühjahrsmarkt, nur dass im Hinblick auf den nahenden Herbst vor allem Kübelwaren und Fässer angeboten wurden. Zwischen dem Frühjahrs- und dem Herbstmarkt bestimmtem vor allem die fliegenden Händler das Marktgeschehen. Einen regelmäßigen Wochenmarkt gab es noch nicht – die Fellbacher versorgten sich mit „Aigenem". 1903 führte die Gemeinde neben den bisherigen zwei Märkten im Jahr einen weiteren Viehmarkt ein. Zwei Jahre später beherbergte Fellbach etwa 5000 Einwohner, von denen sich viele nicht mehr selbst mit Lebensmitteln versorgen konnten. Deshalb fanden ab September 1905 mittwochs und freitags regelmäßig Wochenmärkte statt. Bis heute durchlebte der Wochenmarkt viele Veränderungen. Beispielsweise war er während der Kaiserzeit wohl nicht mehr so beliebt und wurde mit Genehmigung der königlich- württembergischen Regierung des Neckarkreises aufgehoben. 1921 bekamen die Wochenmärkte eine gesetzliche Grundlage und der Gemeinderat setzte am 3. August eine Marktordnung fest. Dennoch fand der Wochenmarkt über die Jahre nur noch unregelmäßig statt, so dass der Gemeinderat 1929 die Wiedereinführung beschloss.

Mittlerweile gibt es zwei regelmäßige Wochenmärkte, auf denen regional eingekauft werden kann: Freitags der Markt in Schmiden auf dem Otilia-Frech-Platz beim Großen Haus und samstags der Markt beim Rathaus in Fellbach.

www.fellbach.de

Foto: Küstner

Backkunst wie zu Ur-Großmutters Zeiten

Bereits seit fünf Jahren bietet die Bäckerei Saur ihre Waren in Fellbach auch auf dem Wochenmarkt an. Doch die Unternehmenstradition reicht viel weiter zurück und so wird auch heute noch großen Wert auf die handwerkliche Herstellung der Backwaren gelegt. „Dadurch können wir unseren Kunden täglich optimale Frische und Qualität präsentieren und außerdem flexibel auf individuelle Wünsche reagieren“, so Bäckermeister Christian Saur.

„Alle unsere Brote werden noch immer sorgfältig von Hand aufgearbeitet“, erklärt er. Auf dem Marktplatz in Fellbach herrsche jeden Samstag „eine super Atmosphäre“. „Alle Marktbeschicker verstehen sich gut und helfen sich gegenseitig, wenn mal Not am Mann ist“, berichtet Saur.

Übrigens: Wer es am Samstag nicht auf den Markt geschafft hat, muss am Sonntag trotzdem nicht auf das Frühstücksbrot verzichten: Zwischen acht und zehn Uhr ist das Verkaufsmobil der Bäckerei Saur im Stadtgebiet unterwegs.

Den Stationsplan des Verkaufsmobils findet man auf

www.baeckerei-saur-fellbach.de.

Tipp: Brot hält sich im Brotkasten am längsten
Unverpacktes Brot, das nicht sofort verzehrt wird, hält sich in sauberen, trockenen und belüfteten Behältnissen bei 12 bis18 °C am besten.
Die Behältnisse nehmen überschüssige Feuchtigkeit auf und geben diese bei Bedarf wieder an das Brot zurück. Sie garantieren außerdem eine gute Belüftung, die wiederum Schimmelbildung vermeidet. Wenn Sie zusätzlich das Brot mit der Schnittfläche nach unten drehen, ist das Backwerk doppelt geschützt. Den Brotkasten möglichst wöchentlich mit Essigwasser reinigen. Denn Brotkrümel und Feuchtigkeit fördern die Schimmelbildung.

Äpfel und Birnen sind hier Chefsache

Bereits in der dritten Generation ist die Wein und Obstbau Firma von Stefan Beck auf dem Wochenmarkt in Fellbach vertreten. Sein Vater kann gar auf eine 55 jährige Markttätigkeit zurückblicken, die auf dem damaligen Marktplatz, dem Cannstatter Platz, begann.

Die Jahrzehntelange Präsenz hat bei den Kunden längst ein tiefes Vertrauen geschaffen. „Wir haben sehr viele langjährige Kunden, mit denen schon einmal ein privates Schwätzle abgehalten wird. Und auch bereits unsere zukünftige Kunden, die Kinder, wissen, dass sie beim Einkauf ihrer Eltern einen Apfel oder eine Karotte geschenkt bekommen, den sie auch auf Nachdruck einfordern, sollten wir es einmal vergessen“, verrät Stefan Beck augenzwinkernd.

Zum Angebot gehören verschiedene Salate, Beeren, Steinobst und Gemüse aus eigenem Anbau. Ab Mitte März kommen dann schon die ersten unbehandelten Produkte wie verschiedene Kräuter, Tomaten, Gurken, Paprika und Auberginen, des langjährigen Partners Fa. Kiemle aus Bietigheim dazu. Hochwertige Äpfel und Birnen, die unter strenger Kontrolle des Senior-Chefs erzeugt werden, sind das ganze Jahr über erhältlich.

Zur Bereicherung der Produktpalette gehören auch Säfte und edle Spirituosen, die aus eigenem Grundmaterial bestehen.

Foto: Küstner

Rezept: Apfelkompott
Zutaten: 800 g Äpfel, 1 EL Zitronensaft, 250 ml Wasser, 2 EL Zucker
Zum Verzieren: 1/2 TL gemahlener Zimt
Den Zitronensaft mit dem Wasser in eine Schüssel geben. Die Äpfel waschen, schälen, vierteln, entkernen, in Scheiben schneiden und in das Zitronenwasser geben. Die Apfelscheiben mit dem Zitronenwasser und dem Zucker zum Kochen bringen, bei mittlerer Hitze 15 - 20 Minuten köcheln lassen. Das gegarte Kompott in eine Glasschüssel füllen und mit Zimt garniert servieren. Wenn man das Apfelkompott kochendheiß in gut gereinigte Gläser (randvoll) füllt und diese sofort mit einem Deckel verschraubt, ist es mehrere Monate haltbar.

Die Könige der Bienen auf dem Wochenmarkt

Eckard (Foto rechts) und Moritz Berlin, das sind Vater und Sohn und Berufsimker aus Leidenschaft. Im Bezirksimkerverein Waiblingen begleiten sie die Ämter des Zuchtwarts (der Vater) und des Honigobmanns (der Sohn). Das Duo besitzt mehr als 200 Bienenvölker, die über das gesamte Remstal verteilt sind. Der von den fleißigen Bienen produzierte Honig von Eckard und Moritz Berlin ist bereits mehrfach vom Landesverband Württembergischer Imker ausgezeichnet worden. „Wir werden immer prämiert", verrät Eckard Berlin nicht ohne Stolz. „Das liegt an der Bioaktivität unserers Honigs." Eckard Berlin verfügt über ein ungemeines Fachwissen, dass er auch gerne teilt:

„Ein interessanter Punkt ist auch der gute Boden im Raum in und um Fellbach. So ist keinerlei Industriestaub in den Pollen zu finden.", erläutert der Bienenvater. Für die gesunde Wirkung des Honigs ist er selbst das beste Beispiel: „Ich bin nun 77 Jahre alt und kümmere mich jeden Morgen um unsere Bienen." Auf den Wochenmarkt nach Fellbach komme er immer sehr gerne. Der Rhytmus hängt dabei von der Produktionsphase ab. So sind Vater und Sohn beispielsweise ab Ende Juni (KW26) nur noch alle vier Wochen in Schmiden (freitags) und Fellbach (samstags) vertreten und das immer mit großer Freude: „Wir sind hier stark mit unseren Kunden verbunden."

Sein persönlicher Lieblingshonig ist übrigens der Lindenhonig und jeder Kunde bekommt noch ein Honigbonbon obendrauf geschenkt.

Rezept: Salat mit Honig-Senf-Dressing
Zutaten (Für 2 Portionen): 2 El Weißweinessig, 1 Tl mittelscharfer Senf Salz, Pfeffer, 2 El flüssiger Honig, 5 El kaltgepresstes Rapsöl
2 Römersalatherzen
Zubereitung: 2 El Weißweinessig mit 1 El Wasser, 1 Tl mittel¬scharfem Senf, Salz, Pfeffer und 1-2 Tl flüssigem Honig verrühren. 5 El kalt gepresstes Rapsöl nach und nach unterrühren.
Römer-salatherzen putzen, waschen und in Streifen schneiden.
Salat mit dem Honig-Senf-Dressing beträufelt servieren.

„Nur Bio ist uns nicht mehr genug"

Bereits seit Jahrzehnten ist das Familienunternehmen Bleyer auf dem Fellbacher Wochenmarkt mit einem Stand vertreten. „Schon mein Großvater hat hier unsere Waren verkauft", erzählt Joachim Bleyer. Zum Angebot gehören unter anderem frisches Hähnchen-, Puten-, Kaninchen- und Lammfleisch wie auch regionale Eier aus verschiedenen Haltungen, wie zum Beispiel Bio oder Freiland.

Dabei liegt dem Familienunternehmen nicht nur das Wohlergehen seiner Kunden am Herzen: „Hinsichtlich der Nachhaltigkeit, gehen wir momentan neue Wege: Bio ist uns nicht mehr genug, daher bieten wir unseren Kunden auch Bio Bruderhahn-Eier an. Dadurch unterstützen unsere Kunden bewusst und aktiv die Aufzucht von männlichen Küken.", so Bleyer. Hausmacher Eier- und Dinkelnudeln, sowie Maultaschen, Schupfnudeln und Spätzle erweitern das Sortiment.

Nach Fellbach komme man immer gerne sagt Bleyer: „Die Familiäre Atmosphäre gefällt uns sehr. Die Marktbeschicker untereinander sind eine gute Gemeinschaft, in der man sich untereinander hilft. Auch die Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung und dem Marktaufseher verlaufen reibungslos. Ideen und Anregungen werden gerne angenommen."

Außerdem hat Fellbach einen sehr schönen Marktplatz, der vor allem im Sommer zum Verweilen einlädt.

Rezept: Gefüllte Eier
Zutaten: 6 Ei(er), 2 EL Joghurt - Salatcreme, 2 TL Senf, mittelscharfer 100 g Doppelrahmfrischkäse, Salz und Pfeffer, 1 Prise(n) Zucker Anchovis, Kaviar, Lachsschinken, Dill
Zubereitung: Die Eier 10 Minuten hart kochen, abschrecken und pellen. Halbieren und das Eigelb herauslösen.
Eigelb mit Salatcreme, Senf, Frischkäse und Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker verrühren. In einen Spitzbeutel mit Sterntülle füllen und in die Eihälften spritzen. Jedes Ei mit Anchovisfilets, Kaviar, Schinkenstreifen oder Dill garnieren.

Foto: Küstner

Mit Tradition nachhaltig für die Zukunft

Bereits mehr als 25 Jahre auf dem Fellbacher Wochenmarkt anzutreffen ist die Familie Mayer vom Haldenhof in Stuttgart-Plieningen. Den Stand haben sie von Wilhelm Langjahr (Foto) aus Fellbach übernommen, der schon damals biologisch-dynamisch angebautes Gemüse aus seiner Demeter- Gärtnerei verkaufte. Der Vorgänger ist auch selbst regelmäßig Kunde am Stand des Haldenhofs und nimmt sich Zeit für ein Pläuschchen. Die Familie Mayer bewirtschaftet den Haldenhof seit 1987 nach biologisch-dynamischen Richtlinien und kann mit dem Demeter Markenzeichen das angebaute Gemüse, Getreide und Eier vermarkten. In der Hofbäckerei wird aus eigenem Getreide Brot im Steinbackofen gebacken. Außerdem umfasst das Angebot neben den hofeigenen Produkten, zusätzlich eine breite Palette von zugekauftem Obst und Gemüse, aus anerkannt zertifiziertem biologischem Anbau.

„Der Fellbacher Marktplatz liegt ideal. Umgeben von Rathaus, Kirche, Geschäften und Cafes, sowie Parkmöglichkeiten in der Tiefgarage und Anschluss an öffentliche Verkehrsmittel. Wir vom Haldenhofteam kommen gerne mit viel Freude und Spaß auf den Fellbacher Wochenmarkt. Besonders schön ist auch das gute Verhältnis der Marktbeschicker untereinander. Jeden Samstag begrüßt man sich freudig und hilft sich gegenseitig“, verrät Monika Mayer.

Information: Demeter
Oberstes Gebot bei Demeter und auch der EG-Öko-Verordnung ist das Weglassen von chemisch-synthetischen Dünge- und Pflanzenschutzmitteln. Demeter-Betriebe gehen hier aber noch einen Schritt weiter: Zur Qualitätssteigerung des Bodens werden spezielle Kompost- und Spritzpräparate dem Boden zugefügt. Diese bestehen aus Heilpflanzen, Rindermist und Quarzmehl, was in den Demeter-Betrieben entsprechend verarbeitet und auf den Feldern in kleinen Mengen ausgebracht werden. Demeter-Bauern möchten nicht nur die Qualität des Bodens erhalten, sondern gehen noch einen Schritt weiter und verbessern die Qualität des Bodens für einen rundum gesunden Anbaubereich.

Mehr als nur Dreikäsehoch

Leckeren Käse von „Käse Stern“ gibt es seit September 2017 immer samstags auf dem Fellbacher Wochenmarkt. Zum Sortiment gehören verschiedene Sorten Bio-Käse, unter denen auch Schaf- und Ziegenkäse zu finden sind. Ebenso gehören Weich- und Hartkäse aus Deutschland, Italien, Schweden und Frankreich zur umfangreichen Produktpalette. Die „Neulinge“ haben sich in Fellbach schnell eingewöhnt: „Das Besondere am Fellbacher Wochenmarkt ist die freundliche Atmosphäre hier in Fellbach. Der Markt hat ein ganz besonderes Flair. Und auch die Kunden sind immer sehr, sehr freundlich“, berichten die zuvorkommenden Damen hinter der Käse-Theke.

Foto: Küstner

Rezept: Insalata Caprese (Tomaten-Mozzarella-Salat)
Zutaten: 2 Tomate(n), 1/2 Zwiebel(n), 1 Stück. Mozzarella, 1 EL Olivenöl 2 EL Balsamico, Salz und Pfeffer, Basilikum
Zubereitung: Tomaten und Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Basilikumblätter von den Stängeln zupfen. Balsamico mit Olivenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.Tomaten- und Mozzarellascheiben mit Basilikumblättern auf Teller verteilen. Mit Dressing beträufeln und Salz und Pfeffer würzen.

Foto: Küstner

Gutes aus dem Kloster Untermarchtal

Bereits seit August 2011 kommt das Klostermobil jeden Samstag auf den Fellbacher Wochenmarkt. Angeboten werden frische Fleischwaren und deftige Wurstspezialitäten. Die Produkte stammen aus eigener Klosterschlachtung und die Verarbeitung erfolgt in der Klostermetzgerei nach traditionellen, klösterlichen Rezepturen. Alles ohne Geschmacksverstärker und Zusatzstoffe. Zum vielseitigen Angebot gehören zudem Brot- und Backwaren aus der Klosterbäckerei. Auch das Klostergsälz wird in Handarbeit in der Klosterküche eingekocht. Handwerklich gefertigte Nudelkreationen aus Eiern der eigenen Hühner, wie Spätzle und Maultaschen, erweitern das Sortiment des Klosters. „Wir kommen sehr gerne nach Fellbach. Die Kunden sind ausgesprochen nett und freundlich. Viele kaufen schon lange bei uns und schätzen neben einer guten Fachberatung auch unsere frischen Produkte.“, freuen sich die Kolleginnen hinter der Verkaufstheke. Und weiter: „Wir wollen Kunden etwas Gutes aus der Region bieten.“ Die besondere Bewirtschaftung mit tiergerechter Haltung von Hühnern, Schweinen und Rindern, dem eigenen, genfreien Futteranbau gehören zum Selbstverständnis des Klosters, verantwortungsvoll und nachhaltig mit Tieren, der Umwelt und den Ressourcen umzugehen. Das wissen die Kunden in Fellbach zu schätzen.

Information: Das Kloster Untermarchtal

Die Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Vinzenz von Paul in Untermarchtal ist eine katholische Ordensgemeinschaft in der Diözese Rottenburg - Stuttgart.

Sie stellt sich auf der Grundlage des Evangeliums und nach dem Vorbild ihrer Ordensgründer, dem heiligen Vinzenz von Paul und der heiligen Luise von Marillac, in den Dienst von Kindern und Jugendlichen, von kranken, alten, armen, hilfsbedürftigen und suchenden Menschen.

Weltweit leben und wirken ca. 2 Millionen Menschen in 130 Ländern nach dem Vorbild des hl. Vinzenz von Paul und der hl. Luise von Marillac.

Ein Rekordhalter auf dem Fellbacher Wochenmarkt

Mit einem „Startkapital" von gerade mal vier Schweinen gründeten Irmtraud und Georg Häfele im Jahr 1954 in Fellbach eine Metzgerei. Seit mehr als 60 Jahren wird hier nun größten Wert auf Frische und Qualität gelegt und man ist in diesem Fall auch nach eigener Aussage sehr „oiga“: „Wir legen größten Wert auf die Frische und Qualität unserer Produkte!". Und beste Qualität erzeugt man nicht durch Fachwissen allein, sondern vor allem durch Liebe zum Handwerk, und die beginnt in der Metzgerei Häfele mit der eigenen Schlachtung. Und auch die Weiterverarbeitung geschieht nach höchsten Ansprüchen. Diese hohen Ansprüche hat 2011 sogar zu einem Eintrag ins Guiness-Buch der Rekorde geführt: 2011 schaffte es Peter Häfele mit seinen Metzgerkollegen eine 482 Meter lange Bratwurst herzustellen. „In Fellbach ….“, so Margit Häfele.

Foto: Küstner

Rezept: Bratwurst mit Apfel- und Zwiebelgemüse

Zutaten: 750 g Kartoffel(n), 400 g Zwiebel(n), 600 g Äpfel, 500 g Bratwurst, 30 g Butter, 150 ml Milch, Öl zum Braten, Salz, Majoran

Zubereitung: Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser kochen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und dann in feine Streifen schneiden. Die Äpfel schälen, entkernen, vierteln und in feine Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und zuerst die Zwiebelstreifen darin bei mittlerer Hitze andünsten. Dann die Apfelscheiben dazugeben und solange dünsten lassen, bis die Apfelscheiben weich sind. Das Apfel-/Zwiebelgemüse mit Salz und Majoran würzen. In einer anderen Pfanne die Bratwürste braten. Die fertigen gekochten Kartoffeln mit Milch und Butter zu einem lockeren Kartoffelpüree verarbeiten. Alles auf Tellern anrichten und heiß servieren.

Foto: Küstner

Information: Antipasto (italienisch)
Antipasto ist die italienische Bezeichnung für „Vorspeise“. Die Antipasti der italienischen Küche bestehen aus kleinen Gerichten als Auftakt eines mehrgängigen Menüs. Typisch sind luftgetrockneter Aufschnitt wie Schinken oder Salami, begleitet von gebratenem, in Olivenöl eingelegtem Gemüse wie Auberginen, Zucchini, Paprika, Pilzen oder frischem Gemüse oder Obst, marinierte Fische und Meeresfrüchte sowie pikant belegte, geröstete Brotscheiben.

Buon appetito!

Kulinarischer Kurzurlaub

Einen kleinen Kurzurlaub in mediterrane Gefilde erleben Sie auf dem Fellbacher Wochenmarkt am Stand von „Momeni Feinkost“. Hier steht Schahin Momeni der Antipasti-Spezialist persönlich hinter der Auslage. Zum Sortiment gehören edle Feinkost für Gourmets und hochwertige Antipasti. Die Geschichte der Firma „Momeni Feinkost“ fing in den 80er Jahren an, als Alireza Momeni während einer Urlaubsreise in Griechenland die Vielfalt der südländischen Frucht „Olive“ erkannt hat. Es entstand die Idee, mediterrane Früchte auch in Deutschland verstärkt einzuführen. Zur Olive kamen dann Peperoni, Schafskäse, Champignons und viele weitere Leckereien. Die mittlerweile etwa 30 Mitarbeiter suchen ständig nach Innovationen, damit deren Produkte einen exzellenten Geschmack erreichen und zum „verlieben“ schmecken. Dafür probieren und wählen sie ganz spezielle Zutaten aus. Überzeugen Sie sich selbst – am Stand gibt es auch immer ein „Probiererle“.

Übrigens: Der Fisch-Stand „Seybold“ ist nur freitags in Schmiden auf dem Wochenmarkt anzutreffen und nicht wie in der Ausgabe Nr. 21 behauptet, auf dem Fellbacher Wochenmarkt.

Ein buntes Angebot an Gewürzen

Ein großes Sortiment an qualitativ hochwertigen Kräutern und Gewürzen gibt es bei Silvia Munk auf dem Schmidener Wochenmarkt. Doch nicht nur das Kräutersortiment in der Küche profitiert von diesem Sortiment, denn verschiedene Tees, ob nun zu Genusszwecken oder fürs Wohlbefinden, finden sich ebenfalls am Stand von Silvia Munk. Abgerundet wird das Angebot durch Gemüsebrühe, Soßen und Nussmischungen. So bunt wie das Angebot von Silvia Munk ist, so vielfältig ist auch die Kundschaft. „Es kommen viele ältere Leute, aber auch viele junge Familien“, weiß die Standbetreiberin, die sich über die Mischung freut. „Ein wenig mehr Zulauf wäre schön“, findet Munk, allerdings wird dies mit der familiären Atmosphäre auf dem Schmidener Wochenmarkt wieder ausgeglichen, dies weiß auch die Marktfrau zu schätzen. Viele Kunden kommen regelmäßig, man kennt sich mit der Zeit, zumal auch Silvia Munk seit nunmehr zehn Jahren auf dem Markt vertreten ist. Zudem freut sie sich über die kleine Besonderheit des Marktes: Im Vergleich zu den meisten Wochenmärkten beginnt hier das bunte Treiben erst am Nachmittag.

Foto: Küstner

Tipp: Die 15 wichtigsten Küchenkräuter
Die Basics - Kräuter die in keiner Küche fehlen sollten:
Petersilie, Schnittlauch, Kresse, Dill

Lieben Sie es italienisch?
Basilikum, Oregano, Rosmarin, Thymian

Kräuter für die besondere Note:
Kerbel, Bohnenkraut, Lorbeer, Majoran

Die frischen Kandidaten:
Pimpinelle, Minze, Melisse

Foto: Küstner

Wellness für glückliche Hühner

Dass es bei Hühnereiern enorme Unterschiede gibt, hat wohl jeder Verbraucher mittlerweile spitz gekriegt. In Fellbach gibt es jeden Samstag auf dem Wochenmarkt am Stand des Hühnerhofs Neumair Eier von wirklich glücklichen Hühnern. Deren Stall gleicht einem All-Inclusive-Hotel: Die Hühner können sich in dem großen, geschützten Stall, der vom Aufbau einem Freilandhaltungsstall ähnelt, frei bewegen. Angebunden an den Stall befindet sich der Kaltscharrraum, der den Hühnern immer zur Verfügung steht und sehr gern genutzt wird. Diesen kann man mit einem Wintergarten vergleichen. Die Kaltscharrräume werden immer wieder frisch mit Beschäftigungsmaterialien wie: Stroh- und Heuballen, Dinkelspelzen, Grit (Kalkmineralfutter) und Pickschalen (Mineralfutter) ausgestattet. Diese Zusatzausstattungen werden erfahrungsgemäß sehr gut von den Tieren angenommen. Für Ruhepausen können die Sitzstangen auf den unterschiedlichen Ebenen benutzt werden. Des Weiteren wird die automatische Futter- und Wasserversorgung der Tiere täglich kontrolliert. Ein angenehmes Stallklima und gute Hygienebedingungen sorgen für gesunde Hühner und optimale Produktqualität. Ihre Eier legen die Hennen in Nestern ab, und samstags werden sie in Fellbach auf dem Markt angeboten.

Rezept: Omelett mit geräuchertem Lachs
Zutaten: 4 große Ei(er), ganz frisch und zimmerwarm
1 EL Crème fraîche, 5 EL Olivenöl, kalt gepresst, 150 g Lachs, geräuchert und in feine Streifen geschnitten, einige Stiele Schnittlauch, in kleine Röllchen geschnitten, Salz und Pfeffer, schwarzer aus der Mühle
Zubereitung: Eier in einer Schüssel mit der Crème fraîche, Salz und Pfeffer aufschlagen. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, die Eimasse dazugeben und etwa 2 Minuten bei mittlerer Flamme stocken lassen. Den Lachs auf dem Omelett verteilen und den Schnittlauch darüber streuen. Die Hitze reduzieren und das Omelett zugedeckt in etwa 4 Minuten bei niedriger Flamme stocken lassen. Zusammengeklappt auf einer Platte mit grünem Salat servieren.

Olivenöl aus eigenen Oliven

In der Sommerzeit stehen oftmals Salate auf den Speiseplänen – auch in Fellbach. Neben viel buntem Gemüse gehört zu den wichtigsten Dingen bei einem Salat das Dressing, zumeist aus Essig und Öl. Am Stand von Luigi Pignatoro werden Fellbacher seit gut drei Jahren in dieser Hinsicht fündig. Ein kleines, aber feines Sortiment an Olivenöl aus eigener Produktion wird von Luigi Pignatoro verkauft. Die Olivenbäume, die die Grundlage bilden, gehören zum kleinen Familienunternehmen, das bei der Herstellung Wert auf Qualität und faire Preise legt. Eine kleine Besonderheit gibt es ebenfalls bei Luigi Pignatoro zu entdecken: wem das Olivenöl in Flaschen nicht ausreicht, für den gibt es auch Abhilfe. In Kanistern, zu je fünf Litern abgefüllt, ist das Salatdressing für die restliche Saison wohl gesichert. Zudem gibt es ab und zu noch andere Leckereien: Balsamico-Essig oder ein wenig Antipasti – fast alles, was für einen Sommerabend mit ein bisschen Dolce Vita gebraucht wird.

Foto: Küstner

Tipp: Olivenöl
Olivenöl ist ein Naturprodukt, das nicht nur schmeckt, sondern auch als Quelle für Vitalität und Gesundheit gilt. Viele Studien und Untersuchungen zeigen, dass Olivenöl vor allem vorbeugend gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen wirkt und den Cholesterinspiegel senkt. Denn Olivenöl besteht zu 75 Prozent aus einfach ungesättigten Fettsäuren, der Ölsäure.
Ölsäure tut in der Tat unserer Gesundheit gut und ist unter anderem wichtig beim Aufbau der Zellen. Daneben hat Olivenöl viele Bestandteile, die auf andere Weise gesund sein sollen. Dazu gehören auch Stoffe mit stark antioxidativen Eigenschaften. Sie wirken blutverdünnend, hemmen Entzündungen und sollen sogar Krebs und das Altern vorbeugen.

Foto: Küstner

Die Königin der Blumen auf dem Fellbacher Wochenmarkt

Die Rose wird seit der griechischen Antike als „Königin der Blumen“ bezeichnet und bereits seit mehr als 2000 Jahren als Zierpflanze gezüchtet. Ihre Anmut wird nur durch ihren betörenden Duft übertroffen. Wenn der süße Duft der märchenhaften Blume über dem Rathausvorplatz schwebt, dann ist der Stand der Rosengärtnerei Fellbacher Schnittrosen nicht weit. Am Stand der Gärtnerei bekommen die Fellbacher jeden Samstag (in der Saison) frische Rosen aus eigener Erzeugung. Außerhalb der Saison finden sich eine große Auswahl im Direktverkauf im „Haus der Rosen“, Stuttgarter Straße 115. „Alle unsere Rosen wachsen in Fellbach, in der eigenen Gärtnerei, der zwischenzeitlich größten Schnittrosengärtnerei Süddeutschlands. Unsere besonderen Qualitätsmerkmale wie zum Beispiel die lange Haltbarkeit und die Frische unserer Rosen, überzeugen unsere Kunden seit Jahren. Wir haben uns dadurch einen herausragenden Namen gemacht, selbst über die Region hinaus“, verrät Geschäftsführer Peter Schwarzkopf. Die Rose ist übrigens die am häufigsten besungene oder in Lyrik und Prosa verherrlichte Blume. Das „Heidenröslein“ von Goethe wurde mehr als 50-mal vertont. Rosen spielen auch in einer Vielzahl von Sagen, Legenden, Märchen und Liedern eine Rolle. Sehr große Bekanntheit haben beispielsweise die Märchen „Dornröschen“ und „Schneeweißchen und Rosenrot“.

Tipp: Rosen trocknen
So macht man alles richtig und die Farbe bleibt erhalten
Material: Schnur zum Aufhängen, Haarlack
1. Hängen Sie die Rose oder den Strauß (maximal 8-10 Blumen, damit alle gleichmäßig trocknen können) zum Trocknen kopfüber mindestens einige Tage, doch besser für 1-2 Wochen an einem trockenen und luftigen Ort auf.

2. Sind die Blumen trocken, können Sie sie abhängen und in eine Vase stellen.

3. Um sie jedoch vor Staub und Schmutz zu schützen, sollten Sie die Blumen mit Klarlack einsprühen. Dies macht die Trockenblumen länger haltbar.

Saisonale Produkte aus eigener Schlachtung

Günter Roth ist seit 1989 auf dem Wochenmarkt in Schmiden anzutreffen. Über die Theke gehen Bayerisches Geflügel, Kaninchen aus eigener Schlachtung, Lammfleisch, sowie Eier aus der näheren Umgebung. Außerdem erhalten Sie bei Günter Roth, ebenfalls aus eigener Schlachtung, Zicklein zur Saison (April bis Juli) aus dem Nördliger Ries. Seit 2007 sind auch Bio-Freiland-Eier und Bio-Freiland-Hähnchen im Sortiment. Günter Roth achtet strengstens auf Frische, artgerechte Tierhaltung, sowie Qualität. „Deshalb kenne ich jeden Erzeuger unserer Waren persönlich“, betont Günter Roth.

Rezept: Broiler im Backofen gebraten
Zutaten: 1 großes Hähnchen, ca. 1300 g, Margarine oder Pflanzencreme Paprikapulver, Salz, Saucenbinder, dunkel
Zubereitung: Das Hähnchen mit Salz und Paprikapulver von innen und außen einreiben. Margarine in eine Auflaufform oder ein hitzebeständiges Kochgeschirr geben und in den auf 175 °C vorgeheizten Backofen geben.
Wenn das Fett geschmolzen ist, das Hähnchen hinein legen, 1/2 Stunde braten, dann wenden. Eine weitere halbe Stunde braten, dabei mehrfach mit dem Fett übergießen. Anschließend für eine 1/4 Stunde auf den Rost legen und dabei die Temperatur auf 220 °C erhöhen oder den Grill einschalten. Währendessen kann aus dem Bratensatz eine Soße gewonnen werden. Einfach Wasser hinzugeben, loskochen und mit Soßenbinder andicken.

Große Auswahl an heimischen Beeren

Bereits seit 28 Jahren ist der Betrieb „Obst und Beerenbau Andreas Schulz“ aus Kernen – Stetten mit einem Stand auf den Wochenmärkten in Fellbach und Schmiden anzutreffen. Über diesen Zeitraum ist bei den Kunden Vertrauen erwachsen: „Wir haben langjährige, treue Kunden, die uns Woche für Woche besuchen und unsere Ware sehr schätzen. Unsere Mitarbeiter und wir bemühen uns auch immer gerne auf die Wünsche unserer Kunden einzugehen“, freuen sich Familie Schulz und Mitarbeiter.

Mit dem Angebot der Familie Schulz kann die nun beginnende Beeren-Saison kommen. Aus dem eigenen Anbau gibt es immer zuerst Erdbeeren. Darauf folgen dann Himbeeren, Stachelbeeren, rote und schwarze Johannisbeeren, Kirschen, Trauben und viele mehr. Im Sortiment sind außerdem auch unter anderem Tomaten, Bohnen und 16 verschiedenen Apfelsorten zu finden, die das ganze Jahr über im Angebot sind. Und was ganz neu ist: Seit einem knappen Monat führt Familie Schulz einen Straßenverkauf zwischen Fellbach und Rommelshausen, an dem pflückfrische Beeren angeboten werden.

Rezept: Himbeermarmelade wie von Oma
Zutaten: 1 kg geputzte Himbeeren kommen 500 g Gelierzucker (2:1) und 1 Vanilleschote.
Zubereitung: Himbeeren und Zucker in einen großen Topf geben und gut vermengen. Vanilleschote einschneiden und das Mark herauskratzen. Mark und Schote in den Topf geben. Die Himbeeren unter ständigem Rühren aufkochen lassen und dann exakt 3 Minuten sprudelnd kochen. Die Uhr stellen! Die Vanilleschote entfernen. Die Konfitüre randvoll in vorbereitete saubere Schraubdeckelgläser füllen.
Die Gläser fest verschließen und für 10 Minuten auf den Kopf stellen. Dadurch entsteht ein Vakuum.

Von A wie Aal bis Z wie Zander

Seit nunmehr 22 Jahren wissen Fellbacher, wo sie frischen Fisch kaufen können: bei Seybold auf dem Wochenmarkt. Der Fischspezialist aus Lauffen am Neckar ist seit mehr als 450 Jahren ein Familienbetrieb. Auch wenn auf dem Markt mittlerweile ausschließlich Seewasser-Fische angeboten werden, verfügt die Berufsfischer-Dynastie immer noch über ein 14 Kilometer langes Stück des Neckars. Zum Sortiment gehören neben frischem Fisch auch Räucherfisch (aus der eigenen Räucherei), hausgemachte Marinaden und etwas, was nicht aus dem Wasser gezogen wird: frisches Wild aus eigener Jagd. In der Kappelbergstadt und Schmiden kommt dieses Konzept offensichtlich gut an, Geschäftsführer Markus Seybold freut sich über viele Stammkunden in Fellbach und in Schmiden. „Diese legen großen Wert auf Qualität und Frische“ weiß er. Auch um die positiven Aspekte für die Gesundheit weiß der Familienbetrieb: Omega-3-Fettsäuren sind in Fischen wie Lachs, Makrele, Hering und Heilbutt sowie Meeresfrüchten enthalten. Im Sortiment von Seybold findet sich für jeden Geschmack der richtige Fisch.

Information: Was sind Omega 3 Fettsäuren?
Omega 3 Fettsäuren sind mehrfach ungesättigte Fettsäuren und müssen täglich über die Nahrung aufgenommen werden.
Omega 3 Fettsäuren sind für einen optimalen Stoffwechsel und ein gesundes Herz-Kreislauf-System unentbehrlich.
Zu ihren wichtigsten Eigenschaften gehört außerdem ihre positive Wirkung auf die Haut, das Gehirn, das Muskel-Skelett-System sowie das Immunsystem.
Omega 3 Fettsäuren verringern die Bildung entzündungsfördernder Stoffe und stärken mentale und visuelle Fähigkeiten.
Hervorragende Omega 3 Fettsäure Lieferanten sind fettreiche Seefische, Pflanzenöle aus Leinsamen, Raps und Soja.

Foto: Küstner

Rezept: Brotscheiben mit Gemüse und Käse überbacken
Zutaten: 8 kleine Scheibe/n Weißbrot, 8 EL Weißwein, 1 große Lauch - Stange 1 große Karotte(n), 1 große Zucchini, 2 x 100 g Käse, (Gruyereu u. Emmentaler), 1 Bund Petersilie, fein gehackt, etwas Salz und Pfeffer, 1 Prise(n) Muskat
Zubereitung: Die Brotscheiben auf ein mit Backpapier belegtes Ofenblech legen und mit je einem Esslöffel Weißwein beträufeln. Das Gemüse waschen, vom Lauch nur das Weiße und die hellgrünen Teile verwenden. Den Lauch in feine Ringe schneiden. Zucchini und Karotte raffeln. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen, Gemüse darin 2 Minuten blanchieren, abschütten und kalt abschrecken. Gut abtropfen lassen. Das Gemüse in eine Schüssel geben, den Käse raffeln und dazu geben. Gehackte Petersilie beigeben, abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat, gut vermischen. Die Masse auf die Brotscheiben streichen und im Ofen bei 220 Grad etwa 15 Minuten backen.

Qualität aus dem Holzbackofen

Als kleiner Familienbetrieb bietet die Bäckerei Weller & Munz ausschließlich Produkte aus dem Holzbackofen. Heute kaum mehr vorstellbar, sind die Holzöfen ohne technische Hilfsmittel ausgestattet. „Unsere aus Schamotten gemauerten Öfen werden durch das Feuer direkt im Backraum aufgeheizt. Die Schamottsteine können diese Hitze speichern wie ein Schwamm das Wasser. Ist das Feuer abgebrannt, wird der Ofen sauber geputzt und die richtige Einschubtemperatur mit einer Handvoll Mehl, die in den Ofen geworfen wird, geprüft. An der Bräunungsgeschwindigkeit des Mehles erkennen wir die Temperatur im Ofen“, erklärt Bäckermeisterin Dorothee Weller. Sie, die ausgebildete Bäckerin, und ihr Mann, Landwirt und Bäcker Ulrich Weller, backen aus Überzeugung so natürlich wie nur möglich. „Fellbach setzt sich deutlich in der Nachfrage ab“, verrät Ulrich Weller, „hier interessieren sich nicht nur die älteren Generationen für unser ursprünglichen Bauernbrote, auch die jungen Leute besinnen sich zunehmend auf traditionelle Werte“.

Sauerrahmbutter frisch aus dem Allgäu

Käse aus kleinen Käsereien in Österreich, der Schweiz oder auch Frankreich gibt es bei Käse Widmann auf dem Schmidener und Fellbacher Wochenmarkt. „Schon von Anfang an“ werden die beiden Wochenmärkte der Kappelbergstadt bedient, wie Geschäftsführer Markus Widmann weiß. Doch neben den eingekauften Spezialitäten werden auch verschiedene Käsesorten im heimischen Betrieb selbst veredelt. Seit 67 Jahren ist der hausgemachte Kräuterkäse ein Kassenschlager und auch die gefüllten Brie-Torten kommen gut an. Die Füllungen werden ebenfalls selbst hergestellt – und je nach Saison wechselt das Angebot, beispielsweise zu Rucola oder Bärlauch. „Ich selbst habe in Frankreich alles von der Pike auf gelernt“ erzählt Widmann, der die Qualität der Produkte zu schätzen weiß. Die Lieferanten produzieren den Käse mit Leidenschaft und Herzblut. Auch die Kunden, freut sich Widmann, legen Wert auf die hohe Qualität und das vielfältige Angebot. Ein weiteres Highlight ist offene, frische Sauerrahmbutter aus dem Allgäu. „Wir kriegen immer so viel frisch geliefert, wie wir brauchen“ erklärt Widmann.

Foto: Küstner

Information: Bärlauch hat Bärenkräfte
Kaum ein Frühlingsbote wird so sehr herbeigesehnt wie der Bärlauch! Kein Wunder, denn die zarten grünen Bärlauchblätter sind nicht nur ein kulinarisches, sondern auch ein gesundheitliches Highlight! So wirkt der wilde Knoblauch entgiftend und hilft überdies dabei, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel zu senken. Sogar eine bestehende Arterienverkalkung soll er bekämpfen und zusätzlich vor Bakterien und Pilzen schützen. Neben reichlich Vitalstoffen findet sich im Bärlauch zudem der Wirkstoff Alliin, ein natürliches Antibiotikum mit vielfältiger Heilwirkung.

WARUM AUF DEM WOCHENMARKT EINKAUFEN?

Clara Deile-Colosi, Schmiden:
„…Weil ich die regionalen Erzeuger unterstützen möchte. Außerdem schätze ich die kurzen Wegen und die Frische der Waren.“

Sonja und Rolf Herzog, Bad Cannstatt:
„…Weil wir die netten Gespräche mögen und die gute, frische Ware schätzen. Wir sind treue Kunden. Wir kommen jeden Freitag auf den Wochenmarkt in Schmiden, obwohl wir in Bad Cannstatt gleich drei Wochenmärkte hätten. Markt ist nicht gleich Markt – da sind wir uns sicher!“

Susanne Siegle, Fellbach:
„…Weil alles frisch und aus der Gegend ist. Mir gefällt die familiäre und freundliche Atmosphäre auf dem Wochenmarkt.“

Wolfgang Seidel, Luginsland:
„…Weil ich hier so freundlich bedient werde. Ich freue mich über den persönlichen Kontakt auf dem Wochenmarkt und schätze es sehr, dass ich hier unverpackte Ware bekomme.“

Familie Ohmeiss, Fellbach:
„…„Weil wir bei der Ernährung großen Wert auf regionale Produkte legen. Wir unterstützen den Wochenmarkt mit unseren Einkäufen, weil uns wichtig ist, dass so ein Angebot wie der Wochenmarkt, erhalten bleibt.“

Sylvia Brandt, Fellbach:
„…„ Weil hier viele gute Anbieter regionale und unverpackte qualitative Waren anbieten. Ich komme regelmäßig jeden Samstag auf den Fellbacher Wochenmarkt.“

Stefan Krauße, Fellbach:
„…„Weil der Besuch auf dem Wochenmarkt perfekt zu meiner Laufrunde passt. Das ist schon fast ein samstägliches Ritual. Toll finde ich hier auch, dass man zum Einkauf dazu auch gleich ein paar Tipps zur Zubereitung bekommt.“

Nathalie Soysa, Fellbach:
„…„Weil das ganze Flair auf dem Wochenmarkt einfach schön ist. Hier bekommt man frische Produkte, die bei uns auf den Feldern wachsen. Hier gibt es ist keine Standardware, sondern auch mal eine krumme Karotte.“

MARKTTAG IN FELLBACH

Samstag 7-12 Uhr: Marktplatz,
größter Markt mit über 20 Ständen

MARKTTAG IN SCHMIDEN

Freitag 13-18 Uhr:
Otilia-Frech-Platz beim Großen Haus

Märkte übers Jahr

Zusätzlich zu den Wochenmärkten locken in Fellbach weitere Märkte zum Besuch: Der Fellbacher Weihnachtsmarkt taucht den Platz um Rathaus und Lutherkirche alljährlich in der Vorweihnachtszeit in märchenhaften Glanz. Der Oeffinger Adventsmarkt versetzt die Besucherinnen und Besucher traditionell am 1. Advent in festliche Stimmung. Beim weihnachtlichen Bauernmarkt im Schmidener Schnitzbiegel-Hof (Freitag und Samstag vor dem 2. Advent) bieten Landwirte aus dem gesamten Rems-Murr-Kreis ihre Produkte an. Der Krämermarkt beim Fellbacher Herbst gehört zu den Attraktionen dieses Jahrmarktes und ist unbedingt einen Besuch wert. Auch der Kunsthandwerkermarkt lockt regelmäßig zahlreiche Besucher in die Schwabenlandhalle. Flohmärkte privater Veranstalter laden das ganze Jahr über an verschiedenen Plätzen der Stadt zum Stöbern und Entdecken ein.

FELLBACHER

Wochenmarkt

Stadt Fellbach
Stadt der Weine und Kongresse