



PRESSEMITTEILUNG

HERZHAFTER KLASSIKERAUS SÜDTIROL: MARENDE MIT SÜDTIROLER SPECK g.g.A. UND STILFSER KÄSE g.U.

Bozen/Italien, 06. Dezember 2023 – Wenn sich Südtiroler nachmittags zum Essen niederlassen, dann nicht etwa zu Kaffee und Kuchen. Das ist vielmehr ihre Zeit für eine schöne, herzhaftere Marende. So nennt sich das traditionelle Zwischenmahl, das die Südtiroler zu sich nehmen: Ein Brett'l mit den klassischen Erzeugnissen der Region, voran leicht geräucherter Südtiroler Speck g.g.A. und würziger Stilsfer Käse g.U., die von Schüttelbrot und vielleicht einem Gläschen Vernatsch begleitet werden.

Die Marende ist also so etwas wie Südtirols Entsprechung zu Jause, Vesper oder Brotzeit – aufgrund der herkunftstypischen, unverwechselbaren Zutaten aber keinesfalls damit zu verwechseln. Kein Wunder, dass die zahlreichen Besucher der mit natürlichen, kulturellen, aber auch gastronomischen Attraktionen gesegneten Region die Marende längst zu genießen gelernt haben. Ob nach dem Skifahren, in der Wanderpause oder einfach nur zuhause: Gerade im Herbst und Winter macht sie die Pausen zu einem Erlebnis für sich. Irgendwo gibt es immer eine herzhaftere Marende mit Südtiroler Speck g.g.A. und Stilsfer Käse g.U., die auf Sie wartet.

Und wenn die Urlauber derart auf den Geschmack Südtirols gekommen sind, müssen sie auch nach ihrer Heimkehr nicht darauf verzichten. Denn gerade in Deutschland und Österreich sind Stilsfer Käse g.U. und Südtiroler Speck g.g.A. in vielen gut sortierten Lebensmittelgeschäften erhältlich. Das jeweilige Gütesiegel der Europäischen Union weist den Weg zu den Originalprodukten garantierter Herkunft und Qualität. Begleitet von selbstgemachtem Schüttelbrot – siehe das folgende Rezept – holt man sich die Zutaten einer echten Marende auf den Tisch. Und damit ein typisches Stück Südtirol.

Schüttelbrot mit Südtiroler Speck g.g.A. und Stilsfer Käse g.U.

Zutaten für 4 Personen

Für das Schüttelbrot (knuspriges Roggenbrot, typisch für Südtirol)

- 230g Dinkelvollkornmehl
- 90g Kamutmehl
- 6g Kreuzkümmel
- 4g Anis
- 4g Fenchel
- 350g Wasser
- 8,5g Salz
- 5g Hefe

Sonstiges

- 100g gewaschener junger Blattspinat
- 1 Zwiebel
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 80g Südtiroler Speck g.g.A. in Streifen geschnitten
- 80g Stilsfer Käse g.U. in Würfel geschnitten
- Natives Olivenöl extra
- Rotweinessig
- Salz
- Pfeffer



Südtiroler Speck Konsortium
Lauben 71
I-39100 Bozen
Tel. +39 0471 451 111
info@speck.it
www.speck.it



Consortium Stilsfer Käse
Innsbrucker Straße 43
I-39100 Bozen
Tel. +39 0471 451 111
info@formaggiostelvio.it
www.stelviostilsfer.it



Zubereitung

Für das Schüttelbrot:

Mehl, Gewürze und Salz mischen, die Hefe im Wasser auflösen und zu den restlichen Zutaten geben, mit dem Mixer zu einem Teig kneten und anschließend mit einem Nudelholz auf Backpapier dünn ausrollen.

Bei 160°C goldbraun backen, aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Schneiden Sie die Zwiebel in Würfel und braten Sie sie in etwas Olivenöl goldgelb an. Die Frühlingszwiebel in sehr dünne Scheiben schneiden.

Den Spinat mit Rotweinessig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Knoblauch, gedünsteten Zwiebeln und Frühlingszwiebeln marinieren, den Stilsfer Käse g.U. und die Streifen vom Südtiroler Speck g.g.A. hinzufügen und einen Teil der Mischung auf den Teller geben.

Eine Scheibe Brot darauflegen und noch etwas marinierten Spinat daraufgeben. Zwei weitere Schichten auflegen und schließlich mit weiteren Streifen von Südtiroler Speck g.g.A. und Würfeln vom Stilsfer Käse g.U. abschließen.

Ernährungstipps

Richtwerte für die Nährwerte pro Portion

Energie(kcal) 390

Fette(g) 12

Kohlenhydrate(g) 54

Eiweiß(g) 20

Spinat gehört zu den Gemüsesorten mit einem beträchtlichen Kalziumgehalt, der uns helfen kann, die empfohlene Menge dieses für die Knochen und die Muskelfunktion wichtigen Mineralstoffes aufzunehmen. Kalziumquellen, die eine bessere Aufnahme ermöglichen – und gleichzeitig reichhaltiger sind – sind Milch und Milchprodukte: Unter diesen enthalten gereifte Käsesorten – wie der Stilsfer Käse g.U. – die höchsten Mengen pro Portion, da für ihre Herstellung große Mengen an Milch verwendet werden.

Weitere Rezepte sowie Informationen zum Südtiroler Speck g.g.A. und Stilsfer Käse g.U. sowie zu den europäischen Gütesiegeln sind unter qualitaeteuropa.eu abrufbar.

Originale von den Gipfeln Europas: Südtiroler Speck g.g.A. und Stilsfer Käse g.U.

Der Stilsfer Käse g.U. wird aus Milch von 100 Prozent Südtiroler Bergbauernhöfen hergestellt. Er hat 2007 von der EU als einziger Käse Südtirols die geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.) erhalten. Diese steht für unverfälschte Qualität, Authentizität und über Generationen überlieferte Rezepturen: Die Herstellung des „Stilsfer“ lässt sich bis ins Jahr 1914 zurückverfolgen. Für ihn wird täglich frische Kuhmilch von 350 Südtiroler Bergbauernhöfen, die zu 97 Prozent oberhalb von 1.000 Metern Höhe liegen, abgeholt und innerhalb kürzester Zeit verarbeitet. Der Stilsfer Käse g.U. ist mindestens 60 Tage gereift und wird von der Molkereigenossenschaft Mila – Bergmilch Südtirol sowie der Sennerei Burgeis nach überlieferter Rezeptur produziert.

Der Südtiroler Speck g.g.A. trägt seit 1996 die geschützte geografische Angabe (g.g.A.). Die sorgfältige Auswahl des Schweinefleisches sowie klare Leitlinien und Kontrollen bei der Produktion machen den Südtiroler Speck unverwechselbar.



Südtiroler Speck Konsortium

Lauben 71

I-39100 Bozen

Tel. +39 0471 451 111

info@speck.it

www.speck.it



Consortium Stilsfer Käse

Innsbrucker Straße 43

I-39100 Bozen

Tel. +39 0471 451 111

info@formaggiostelvio.it

www.stelviostilsfer.it



Kofinanziert von der
Europäischen Union

DIE EUROPÄISCHE UNION UNTERSTÜTZT
KAMPAGNEN ZUR FÖRDERUNG DES ABSATZES
LANDWIRTSCHAFTLICHER QUALITÄTSERZEUGNISSE.



Typisch für den Südtiroler Speck g.g.A. sind sein würziger und leicht geräucherter Geschmack – nur der beste Speck bekommt das historische Brandsiegel. Von den jährlich 7,1 Millionen Speck-Hammen aus Südtiroler Herstellung dürfen nur rund 46,5 Prozent das begehrte Gütesiegel tragen. Der beste Beweis dafür, wie streng und wirksam die Qualitätskontrollen sind.

Pressekontakt:

Sopexa Deutschland

Telefon: +49 211 49 808 05

E-Mail: presse-deutschland@sopexa.com

Pressefoto:



Foto: © IDM Südtirol / Klaus Peterlin



**Südtiroler Speck
Konsortium**
Lauben 71
I-39100 Bozen
Tel. +39 0471 451 111
info@speck.it
www.speck.it



Consortium Stilsfer Käse
Innsbrucker Straße 43
I-39100 Bozen
Tel. +39 0471 451 111
info@formaggiostelvio.it
www.stelviostilsfer.it