

Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge
Herausgeber: Bioforum Schweiz
Band: 48 (1993)
Heft: 5

Rubrik: VSBLO

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 29.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

herzhafte Eintöpfe, süsse und pikante Aufläufe, frische Blatt- oder gemischte Salate. In Fruchtsalaten, feinen Crèmes sind die wertvollen Samen immer eine willkommene Geschmackszutat. Laut Volksmedizin können Erkältungen, Bronchialasthma und Arthritis durch regelmässigen Sonnenblumenkern-Verzehr gebessert werden.

Hauptbestandteil der flachen und hell-grauen Kerne ist ein hochwertiges Pflanzenöl (bis zu 63 Prozent) mit grossem Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren (z.B. Linolsäure). Sie kann erhöhte Blutfettwerte und den Cholesterinspiegel – Risikofaktoren für Herz- und Kreislauferkrankungen – günstig beeinflussen. Das aus keimfähigen Saaten gewonnene kaltgepresste Sonnenblumenöl ist eines der am häufigsten verwendeten Speiseöle in der Vollwertküche. Für einen Liter dieser Qualität werden etwa 66 000 Samen benötigt.

Wegen ihres geringen Wassergehaltes und des hohen Vitamin E-Gehaltes sind Sonnenblumenkerne ungeschält lange lagerfähig. Ihr Eiweiss enthält viel von der Aminosäure Tryptophan, die sehr gut das Getreide ergänzt. Mit ihrem Gehalt an Eisen übertreffen sie nahezu alle anderen Samen. So ist es nicht verwunderlich, dass Sonnenblumenkerne als Kräftigungsmittel und zur Hebung der Leistungsfähigkeit eingesetzt werden.

Sesam verfeinert die Vollwertküche

Die kleinen, ovalen, nussartig schmeckenden Samen werden gerne als Backzutat von Brot, Kuchen und Waffeln verwendet. Sie eignen sich zudem sehr gut als Beigabe und Würze für Reis und andere Getreidegerichte, für Kartoffeln und ganz besonders für Vollkornteigwaren. Sesam passt auch vorzüglich zu Huhn- und Fischgerichten. Zum Überstreuen von Mueslis, Obstsalaten, aber auch pikanten Gemüsesalaten sind sie ebenso geeignet.

Mit Käse vermischt, schmecken Samskörner besonders lecker als Belag für Aufläufe. Als Panierung, zum Beispiel bei Tofu-, Getreide- oder Gemüsebratlingen, sehen sie nicht nur schön aus, sondern machen die Speisen auch kerniger. Wenn Samskörner gemahlen werden, können auch süsse oder pikante Pasten daraus hergestellt werden, die als Brotaufstrich besonders beliebt sind. Ihr ohnehin delikater Nussgeschmack wird intensiviert, wenn sie etwa 20 Minuten bei mittlerer Hitze im Backofen goldgelb geröstet werden. Beliebte Sesam-Spezialitäten sind vor allem Gomasio und Tahin. Das gelbe bis bernsteinfarbene kaltgepresste Sesamöl wird wegen seines exklusiven Geschmacks gerne für exotische Speisen verwendet. Es ist auf Grund seines hohen Sesamol- und Sesamolingehaltes besonders haltbar. Sesam gibt es ungeschält und geschält.

Gerhard Elias

Gentechnik in Bio-Lebensmitteln

Eine Ergänzungsregelung zur EG-Bio-Verordnung sieht die Zulassung gentechnisch erzeugter Zutaten zu Bioprodukten vor, zum Beispiel durch gentechnische Veränderungen entstandene Hefen oder Säuerungsmittel. Für die Glaubwürdigkeit von Produkten mit dem EG-Biozeichen ist diese skandalöse Entscheidung der Brüsseler Technokraten ein schwerer Schlag.

UGB-Forum 2/93

Baer lanciert mit Unicef den Yasoya Fonds

Die Baer Weichkäseerei in Küssnacht unterstützt über einen von ihr gegründeten Fonds das Kinderhilfswerk der UNO mit namhaften Beiträgen. Pro verkaufte Packung gehen 10 Rappen an den kürzlich ins Leben gerufenen Fonds, der das Geld jährlich wechselnden Projekten aus den Bereichen Ernährung, Umwelt und Entwicklung zuspricht.

Glaubwürdig handeln

Wenn wir in einer bestimmten Aufgabe stehen – und das tun wir alle – kommen wir nicht umhin, ab und zu innezuhalten, um uns neu zu orientieren: Sind wir noch auf dem richtigen Weg, passt die ursprüngliche Zielsetzung noch in die heutige Zeit, sind die Mittel, sie zu erreichen, noch tauglich?

Mit dem biologischen Landbau ist es nicht anders.

Welches waren die Ziele der Gründer?

Sie hatten eine Vision. Visionär haben sie zu einer Zeit, da «moderne» Landwirtschaft rückblickend gesehen noch in den Anfängen lag, erkannt, welche immense ökologische Katastrophe das Denken, das ihr zugrunde liegt, dereinst auslösen wird. Sie haben auch erkannt, dass in der Schöpfung alles angelegt ist, dessen die Menschheit zum Leben bedarf. Dies ihre Schüler zu lehren, war ihr Lebensinhalt.

Stimmt dieses «Ur-Ziel» noch?

Ich meine, es stimmt nicht nur, sondern ist von einer in der Menschheitsgeschichte noch nie erreichten Aktualität. Was eine falsch verstandene Auslegung des Wortes «Macht euch die Erde untertan» heute vor unseren Augen jeden Tag anrichtet, hat ein gigantisches Ausmass erreicht. Dabei ist es kein prinzipieller Unterschied, ob sich dieses Denken in der Ausbeutung des Bodens auf einem einzelnen Bauernhof, in der Abholzung der Tropenwälder, im Glauben an die Machbarkeit eines riesigen Staudammprojekts, der Manipulation von Lebewesen oder in der Zelebrierung einer ungebremsen Mobilität manifestiert.

Angeichts der fast unvorstellbaren Ausmasse der ökologischen Verirrung unseres Jahrhunderts nimmt sich der Beitrag, den eine einzelne Biobauernfamilie für die Gesundheit der Umwelt zu leisten vermag, lächerlich klein und unbedeutend aus, so klein, dass manch eine sich nach dem Sinn ihres Engagements zu fragen beginnt.

Allen, die ihre Arbeit angesichts Arbeitsüberlastung oder wirtschaftlicher Engpässe so hinterfragen, möchte ich ein Wort Albert Schweitzers zurufen: «Alles was du tun kannst, ist in Anschauung dessen, was getan werden sollte, immer nur ein Tropfen statt eines Stromes, aber es gibt deinem Leben den einzigen Sinn, den es haben kann und

macht es wertvoll.» Das ist ein Motto, das ich über unsere Arbeit als Biobauern stellen möchte.

Eine Warnung

Erlaubt mir, als einem Vertreter der älteren Generation, die es noch auf sich genommen hat, sich dem Spott ihrer Mitmenschen preiszugeben, eine Warnung auszusprechen. Ich habe in vielen Kursen Gelegenheit gehabt, mit vielen Interessenten für biologischen Landbau ins Gespräch zu kommen. Dabei ist mir aufgefallen, dass die Frage nach dem Sinn unseres Tuns selten gestellt wurde, wohl aber die Frage nach der Rendite. Ich weiss es aus fast 40jähriger Praxis als Biobauer: Von einer noch so gut klingenden Philosophie allein kann ich meine Rechnungen nicht bezahlen. Wenn aber die Frage nach dem Verdienst Vorrang hat vor der Frage nach dem Dienst in dem ich stehe, bleibt mit der Zeit auch der Sinn meines Tuns auf der Strecke. Die beiden letztjährigen Generalversammlungen unseres Verbandes haben deutlich gezeigt, dass die Diskussion um den Sondernutzen einzelner immer mehr Raum einnimmt. Wir laufen damit Gefahr, dass das grundsätzliche Anliegen, das uns verbindet, längerfristig auf der Strecke bleibt.

Sollte diese Einstellung zum Normalfall werden, könnte die VSBLO das gleiche Schicksal erleiden wie der Bauernverband oder der Staat. Weil alle nur von der Dachorganisation profitieren wollen und keiner sich für das übergeordnete Gesamtinteresse engagiert, kann die Dachorganisation niemanden ganz zufriedenstellen, und ihre Arbeit wird zunehmend in Frage gestellt. Eine Dachorganisation kann nur dann ihrer Aufgabe gerecht werden, wenn sich jedes einzelne Mitglied in den Dienst des Ganzen stellt. Wenn es das Bestreben der Mitglieder ist, aus der Mitgliedschaft den grösstmöglichen persönlichen Nutzen zu ziehen, dann ist die Arbeit der Gemeinschaft von vorneherein zum Scheitern verurteilt. Dabei spielt es keine Rolle, um welche Art von Zusammenschluss es sich handelt, ob um eine Betriebsgemeinschaft, einen Verband wie der unsrige, den Staat oder die UNO.

Das Gemeinsame finden

Die erste offizielle Besprechung mit dem Ziel, gemeinsame Richtlinien für den biologischen Landbau aufzustellen, hat am 4. September 1976 in Olten stattgefunden. Die fünf Teilnehmer waren vom Anliegen durchdrungen, einen gemeinsamen Nenner zu finden, das uns Verbindende in die Mitte zu stellen, statt uns vor allem von den andern abzugrenzen. Dieser Prozess der Konsensfindung war gar nicht so einfach, und es gibt heute noch solche, denen die Abgrenzung wichtiger ist. Aber wir haben uns zusammenge-rauft, und dieses Zusammenfinden hat mit der Zeit auch jene überzeugt, die zunächst noch abseits standen.

Vielfältige Verbandsaufgaben

Seit jenen Jahren hat sich die Zahl der Biobauern etwa verdoppelt. Aus fünf Gruppierungen sind fünfzehn oder mehr geworden. Die zunächst recht allgemein gehaltenen Richtlinien mussten im Laufe der Jahre immer mehr verfeinert und einem zum Teil gewandelten Verständnis angepasst werden, es wurden Bestimmungen für die Verarbeitung erlassen, die Verbandszielsetzung hat sich vom anfänglich reinen Markenschutz zu einer komplexen Interessenvertretung entwickelt, die mit der Erlangung der EG-Kompatibilität und der damit verbundenen Restrukturierung einen vorläufigen Höhepunkt erreicht hat.

Besinnung auf das Wesentliche

Die Komplexität der von der VSBLO zu vertretenden Anliegen und die Vielzahl der in ihr zusammengeschlossenen Betriebsarten und -formen bergen die Gefahr des Sich-Verlierens in Detailfragen und Sonderinteressen. Gerade in dieser Situation scheint mir eine Rückbesinnung auf unser Grundanliegen und auf das Ackerbau-, Viehwirtschafts-, Weinbau-, Gemüsebau-, Obstbau-, Berg- und Talbetriebe gleichermaßen Verbindende immer wichtiger zu werden.

Die Formulierung von Richtlinien, der Auf-

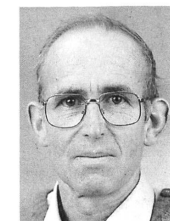
bau einer glaubwürdigen Kontrolle, das Engagement für die rechtliche Anerkennung des biologischen Landbaus, der Kampf um angemessene Direktzahlungen und das Aufspüren von Marktlücken sind wichtige Verbandsaufgaben. Aber alle diese Teilaspekte sind nicht Ziel und Zweck, sondern logische Folge einer Lebenshaltung. Uns Bauern ist ein Stück Schöpfung anvertraut, das wir verantwortlich zu verwalten haben, unabhängig von den politischen oder wirtschaftlichen Rahmenbedingungen. Nur wenn jeder einzelne von uns ein glaubwürdiger Vertreter einer solchen Lebenshaltung ist, wenn wir unsere Arbeit auf den Höfen und in der Öffentlichkeit unter das Motto Bewahrung der Schöpfung stellen, werden wir als Beispiel wirken können und wird sich die Anerkennung unserer Leistung als Frucht unseres Seins einstellen.

Wichtig ist dabei nicht, dass wir unsere Lebenshaltung bei jeder sich bietenden Gelegenheit jedem auf die Nase binden, sondern, dass sie im Alltag jedes einzelnen vom Präsidenten über die Funktionäre und Kommissionsmitglieder bis zum entferntesten Mitglied sichtbar und spürbar wird.

Das ist mein Wunsch für die Zukunft der VSBLO. Damit verbinden möchte ich den Dank für das mir entgegengebrachte Vertrauen und die erlebte Freundschaft. Beides hat mich reich beschenkt.

Werner Scheidegger

Mit diesem Votum hat sich W. Scheidegger am 10. September 1993 nach zwölfjähriger Amtszeit als Präsident der VSBLO verabschiedet.



Er wird abgelöst durch Ernst Frischknecht (Kurzporträt erschien in Kultur und Politik 3/93).