

DEUTSCHLAND 4,95 € | EU 6,20 €
SCHWEIZ 10,20 CHF

WWW.AUSZEIT.BIO

JULI | AUGUST | SEPTEMBER 2015

Auszeit
NATÜRLICH. GESUND. LEBEN.

Auszeit

NATÜRLICH. GESUND. LEBEN.

Du bist schön

Der Schlüssel zum Glück

Stärke dir eine Möglichkeit, dir eine Woche lang nicht um deinen Arbeitsplatz zu kümmern. Mache während der Pause fünf 5-minütige Gymnastikübungen, steige ein paar Treppen mehr als nötig oder lege müde Augen zu. Ein gesunder Lebensweg.

Sammelkarten
im Heft

Auf dem Weg zu dir selbst

Auszeit-Klänge

Vol. 2

Spirituelle
Klangreisen

INFO
PROGRAMM
gemäß §14 JuSchG

Alles fließt

Mein Tag mit Wasser
Quellenzauber

Natürlich schön

Naturkosmetik
Schönheitsideale

Verwöhne dich



Veganes Eis
Hautpeeling



4 198849 304956 03



Wo das Glück zu Hause is(s)t

Familienpower in der Toskana

Als wäre die Toskana an sich nicht schon romantisch genug, erzählt die Geschichte der Fattoria La Vialla von lachenden Schäfern und glücklichen Schafen, von Mondphasen und Familienglück. Alles nur geschicktes Marketing? Mitnichten!

Schon allein das Wort „Toskana“ löst gerade bei uns Deutschen automatisch die Lust aus, sofort die Koffer zu packen und hinzufahren. Wenn man dann auch noch die Bilder der Fattoria La Vialla, einem kleinen Familienbetriebes, sieht, kommt man unweigerlich ins Schwärmen. Auch die Geschichte der Fattoria hört sich an, wie aus guten alten Zeiten oder wie aus einer anderen Welt. Ende der 70er durch den Landkauf der Eltern begründet und bis heute weitergeführt durch die drei Söhne Gianni, Antonio und Bandino Lo Franco, ist mitten in der Toskana eine eigene kleine Welt entstanden: Olivenhaine, Getreidefelder, Weinreben, Weiden voller Kräuter und saftigem Gras, und mitten drin traditionell erbaute Bauernhäuser, die Familienvilla, Manufakturen, ein kleines Ladengeschäft und kleine Ferienhäuser. Von hier aus geht in alle Welt Paket für Paket auf die Reise, voll mit lauter

feinen Sachen für echte Genießer: Ob Pasta oder Pesto, Schafskäse oder Fenchelsalami, Olivenöl oder Balsamico, oder eben der wunderbare Wein – all das findet seine begeisterten Abnehmer.

Alles ist echt

Der Familienbetrieb orientiert sich weitgehend an bio-dynamischen Anbaugrundsätzen und wurde außerdem für die Naturbelassenheit der Produktion, für die Lösungen,

sich mit Energie selbst zu versorgen und einen halbwegs autarken Kreislauf von eingesetzten Ressourcen, mehrfach prämiert. Schon allein damit weiß die Fattoria sich im harten Wettstreit der Anbieter durchzusetzen, sich von anderen abzuheben. Dazu kommt noch ein solches Maß an Herzlichkeit, welches man als moderne Kunde schon gar nicht mehr gewöhnt ist. Da das gesamte Marketing bei aller Herzlichkeit höchst professionell wirkt, mag so

>

Bilder: Fattoria La Vialla & Hetty van Oijen





Weg auch weiter zu gehen. „Wir sind stolz darauf, dass wir uns nicht verbiegen“, sagen die Lo Francos. Insbesondere meinen sie damit ihre Entscheidung, den Betrieb nach Grundsätzen der biologisch-dynamischen Landwirtschaft zu führen. Diese auf Rudolf Steiner zurückgehende Methode der Landwirtschaft kommt in vielen Dingen der inzwischen verbreiteten ökologischen Landwirtschaft sehr nahe, auch wenn sie im Detail schon ihre – oft auch kritisierten – eigenen Wege geht. Für die Lo Francos heißt das vor allem eine Artenvielfalt zu gewährleisten, die wiederum die Grundlage einer weitgehend umgesetzten Eigenversorgung im Betrieb ist. Den Hof als Ganzes, als Organismus zu betrachten, hilft den Brüdern, der Fattoria eine Stabilität zu geben, die es erlaubt, Neues auszuprobieren und vor allem auch der Natur die Zeit zu geben, die sie braucht. Wenn es dann letztendlich gelingt, diese Geduld, diese Sorgfalt „im Erzeugnis sicht- und schmeckbar zu machen“, so Antonio Lo Franco, dann hat man den Kunden auf seiner Seite.

Alle sind begeistert

Über Kundenbegeisterung kann sich die Fattoria nicht beschweren. Sicher, die Geschmäcker sind



verschieden und nicht jeder kann oder will sich die großen Sammelpakete regelmäßig leisten. Aber wer einmal in den Genuss der toskanischen Leckereien gekommen ist, bleibt in der Regel auch dabei. Irgendwie gelingt es den Lo Francos, ihr eigenes familiäres Prinzip der Fattoria auf ihre Kunden zu übertragen. Man bekommt mit der Fattoria eben nicht nur einen Lieferanten von hoher Qualität und Zuverlässigkeit, sondern irgendwie auch eine ganze „Bande“ von neuen, interessanten und äußerst liebenswürdigen Freunden. Das wissen die Kunden zu schätzen, und viele von ihnen nehmen die Einladung in die Toskana an, um ganz persönlich im gut bestückten Hofladen herumzustöbern oder eine der legendären Brotzeiten zu genießen. Die Fattoria bietet auch regelmäßig Führungen durch das

Gelände an, Verkostungen inklusive. Dass es diese Führungen auch in deutscher Sprache gibt, versteht sich für die Brüder von selbst. Denn schließlich waren es gerade die deutschen Kunden, die in Europa als erste für sich den Wert des ökologischen, speziell des biodynamischen Wirtschaftens erkannten und somit dankbare Abnehmer der Fattoria-Produkte waren und es immer auch noch sind. Wenn dann am Ende eines Tages die Familie und die vielen Gäste an der legendären langen Tafel am Ende der Zypressenallee gemeinsam auf das Auftragen der genauso legendären Pasti warten, dann sind das die wunderbaren Momente, die ungesagt alles zusammenfassen: Familie, Natur, und ein ausgezeichnetes Mahl – Guten Appetit! <

UWE FUNK



Bio-dynamisch

Die Grundlagen der biologisch-dynamischen Landwirtschaft wurden in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts von Rudolf Steiner in mehreren Vorträgen entwickelt. Landbau, Viehzucht, Saatgutproduktion und Landschaftspflege sind hier nach anthroposophischen Grundsätzen zu betreiben, der einzelne Betrieb also als Organismus, als Individualität zu verstehen, was vor allem eine weitgehende Autarkie bedeutet.

mancher erst einmal misstrauisch in die Prospekte schauen. Aber sobald man näher hinsieht, sobald man die Menschen dahinter persönlich kennenlernt, merkt man – all das ist in ganz besonderem Maße authentisch. Und genau dies ist auch eines der Erfolgsgeheimnisse. Denn wenn jemand ehrlich ist wächst Vertrauen, man versteht den Aufwand, die Sorgfalt und das Engagement, das in all den Produkten steckt. Und man ist als Kunde bereit, dafür auch einen etwas höheren Preis zu zahlen, als in einem Markt um die Ecke. Das wiederum ermöglicht der Fattoria den einmal eingeschlagenen

Bilder: Fattoria La Vialla & Hetty van Oijen



„Man muss der Natur ihre Zeit lassen“

Romantik, Familie und Naturliebe - all dies scheint in der modernen Welt zugunsten des wirtschaftlichen Erfolgs zurückzutreten. Das muss nicht sein, drei Brüder beweisen das mit der Fattoria La Vialla. Antonio (Bildmitte) gibt Auskunft.

Wieviel Romantik, wieviel Muße, die grandiose Natur um Sie herum zu genießen, haben eigentlich in Ihrem wahrscheinlich doch sehr anstrengenden Arbeitsalltag Platz?

Ich habe das große Glück, mit meinen Brüdern in einer der wunderbarsten Gegenden Italiens – zumindest empfinde ich das so – groß geworden zu sein. Als Kind ist das einem natürlich gar nicht so bewusst. Es war für uns ganz normal, jeden Tag auf Zypressenalleen und die Chiantihügel zu blicken. Sie waren und sind Teil unseres Alltags.

Aber Alltag ist eigentlich ein eher unpassendes Wort: kein Tag ist wie der andere, jedenfalls nicht für uns. Die wirkliche Schönheit des Fleckens Erde auf dem wir und die Fattoria zu Hause sind, ist mir aber erst richtig bewusst geworden, als ich angefangen habe zu reisen. Man sieht viele tolle, interessante und faszinierende Länder und Städte: doch die Ruhe, das Panorama, die Geschmäcker und Düfte die einen bei der Rückkehr wieder begrüßen, das ist schon einzigartig. Und obwohl wir mit unserem Familienbe-

trieb oft eine 7-Tage Woche haben, lasse ich es mir nicht nehmen, das Auto so oft wie möglich stehen zu lassen und die Wege vom Büro zum Weinkeller, zur Ölmühle oder in die Weinberge zu Fuß zu gehen. Das ist meine Art Romantik.

Liebe zur Natur heißt ja auch, sich selbst wieder stärker als Teil dieser Natur zu verstehen. Was können Sie immer noch, und Tag für Tag, von der Natur lernen?

Für unsere Arbeit heißt das zum Beispiel selbst Nebenprodukte der

Herstellung als Quelle für etwas Neues anzusehen: So kommen alle organischen Überreste auf den biodynamischen Kompost und werden zu Dünger für die Felder. Die Molke, die bei der Schafskäseherstellung über bleibt, wird wieder aufgekocht und so zu Ricotta (von ricuocere = erneut kochen). Zerbrochene Cantucci werden zerkrümelt und mit Ricotta zu einer Nachspeise zubereitet, usw.

Außerdem versuchen wir auch, so weit wie möglich autonom zu arbeiten, auch bei den Ressourcen. Neben der eigenen Herstellung von Naturdünger werden unsere Öfen in der Bäckerei mit Holz aus der eigenen Forstwirtschaft befeuert. Das Holz dient aber auch als Pfeiler in den Weinbergen oder für Zäune. Auslernen werden wir wohl nie; vor kurzem erst haben wir durch eigene Untersuchungen (in Zusammenarbeit mit der Universität Mailand) herausgefunden, dass das Vegetationswasser der Oliven, welches beim Pressen der Oliven vom Olivenöl getrennt und normalerweise weggeschmissen wird, reich an konzentrierten Antioxidantien ist: so haben wir daraus eine Trinkkur entwickelt, die u.a. kardiovaskuläre Krankheiten vorbeugen kann.

Auch die Vielfalt der Natur ist beeindruckend: in einem alten, nicht mehr „funktionstüchtigen“ Weinberg hat die Fattoria mehr als 120 verschiedene antike Rebsorten entdeckt: die Bauern pflanzten einst nicht „sortenrein“ an, sondern das, was eben da war. In einem langjährigen Projekt haben wir diese alten Rebsorten wieder angebaut, untersucht, zu Wein bereitet. Eine unglaubliche Vielfalt, die es zu bewahren gilt... und die ausgesprochen gut schmeckt!

Sie verfolgen den Ansatz des biologisch-dynamischen Anbaus, setzen diese Gedanken weitgehend auch bis zur Fertigstellung der Produkte um. Was muss ich mir darunter konkret vorstellen?

Der Bauernhof ist dem biodynamischen Gedanken nach Teil der Natur, Teil eines größeren Organismus: er nimmt nicht nur, sondern gibt auch zurück. Außerdem hat alles seine Zeit: geerntet wird, wenn Früchte und Gemüse wirklich reif sind, und nicht vorher. Gepflanzt und beschnitten wird nach dem Mondkalender... das hört sich für manche nach einer Glaubenssache an, aber es funktioniert: man stelle sich nur vor, dass der Mond ganze Meere bewegt. Da ist es nur logisch, dass er auch Einfluss auf das Lymphsystem der Pflanzen hat. Es geht vor allem darum, dem Boden zu helfen,

zu können: so oxidiert das Öl nicht, und bewahrt seine wertvollen Eigenschaften und den Geschmack. Außerdem gibt es einen experimentellen Weinberg, in dem wir versuchen natürliche Alternativen zum auch in der biodynamischen Landwirtschaft erlaubten Kupfer zu finden: hier sind wir noch nicht am Ziel, aber wir geben auch nicht auf!

Sie sind inzwischen ein international bekanntes Unternehmen. Wie schaffen Sie die Balance zwischen wirtschaftlichem Erfolg und nachhaltigem, ressourcenschonendem Arbeiten?

In Europa ist La Vialla schon recht gut aufgestellt, treue Kunden aus einer guten Handvoll Nachbarländer bestellen regelmäßig unsere Erzeugnisse. Eine weltweite Zustellung ist noch ein bisschen ambitioniert, und

„...die Wege vom Büro zum Weinkeller, zur Ölmühle oder in die Weinberge zu Fuß zu gehen, das ist meine Art Romantik.“

sich selbst zu helfen: zum Beispiel ein starkes Immunsystem durch Artenvielfalt. Trotzdem verbinden wir immer moderne Techniken mit traditionellen Methoden... wenn man das Beste aus der alten und neuen Welt nimmt und zu etwas neuem, nachhaltigen verbindet, dann machen wir das. So zum Beispiel die traditionelle Ölmühle mit Granitmühlsteinen: wir haben eine Kuppel erfunden und den Mühlsteinen aufgesetzt, um in Ausschluss von Sauerstoff mahlen

es ist auch nicht in unserem Sinne, von einem auf den anderen Tag neue Kontinente zu erobern; wir haben das Glück seit über 35 Jahren langsam aber stetig zu wachsen, und das wünschen wir uns auch für die Zukunft. Auch mit den Böden der Fattoria verhält es sich so: es kommen neue Felder dazu, aber nicht immer sind diese auch schon „bereit“ für die biologische Landwirtschaft. Wenn die Fattoria neue Flächen mietet, kauft oder pachtet, die vorher konventionell behandelt

Bilder: Fattoria La Vialla & Hetty van Oijen

wurden, dann dauert es drei bis fünf Jahre, bis diese biologisch, bzw. biodynamisch bebaut werden.... eine Art „Entgiftungskur“. Wirtschaftlichen Druck macht man sich ja meist selbst: man darf nicht gierig sein, muss der Natur ihre Zeit lassen. Wir verstehen uns als Teil des ganzen, der Bauernhof als ein Organ im Organismus der Natur, neben den Menschen, Tieren, Pflanzen. Als wir 2008 die hauseigene Photovoltaikanlage eingeweiht haben, war das die Antwort auf den steigenden Energiebedarf des wachsenden Unternehmens. Ebenso ist eine neue Pflanzenkläranlage dazugekommen und das Regenwasser wird seit ein paar Jahren von den Dächern in ein Sammelbecken geleitet um die Felder zu bewässern. Natürlich ist das eine ziemliche Herausforderung, und man muss

erlaubt uns, noch weniger Schwefelsulfite (weniger Kopfschmerzen) einzusetzen, als die biodynamische Regulierung erlaubt. Als wir diese Weine zum ersten mal bei internationalen Weinpreisen einreichen, haben viele die Nase gerümpft: ein trüber Wein, das ist doch fehlerhaft... mittlerweile hat der erste ungefilterte Wein (Barricato Bianco) eine Goldmedaille (bei MundusVini Biofach 2015) gewonnen. Da ist man schon stolz! Dazu kommt die große Ehre, als Bester Bioerzeuger 2015 (MundusVini Biofach) ausgezeichnet worden zu sein, nachdem man jahrelang belächelt wurde, von seinen italienischen Nachbarn wegen der biodynamische Landwirtschaft, aber auch international, weil wir darauf beharrt haben, unsere Erzeugnisse ausschließlich direkt, und

Mitarbeitern auf dem Hofplatz herumspazieren, einem also dieses bunte aber harmonische Zusammenspiel von Mensch, Natur und Tieren vor Augen geführt wird, dann weiß ich, wir haben etwas richtig gemacht. Ein Lieblingsplatz ist der lange Tisch unter dem Feigenbaum am oberen Ende der kleinen Zypressenallee von La Vialla: hier mit einem Glas (ungefilterten!) Sekt mit den Gästen anzustoßen und auf die Weinberge, den Olivenhain und Gemüsegarten zu blicken, das lässt niemanden, auch nach über dreißig Jahren nicht, kalt.

Was bedeutet für Sie persönlich und für die Fattoria die Familie? Wie familär sieht die Zukunft der Fattoria aus?

La Vialla ist die Familie, und die Familie ist La Vialla, das ist unmittelbar miteinander verwoben. Als unsere Eltern Piero und Giuliana 1978 das erste Landhaus, Ca' dell'Oro, gekauft haben, wurde der Grundstein für unsere Zukunft gelegt... auch wenn das damals noch niemandem bewusst war. Es war zunächst ein Rückzugsort für Familie und Freunde an Wochenenden. Die Entscheidung, dass alle drei Brüder in den Betrieb einsteigen, fiel ganz natürlich, jeder von uns hätte nach dem Studium auch etwas anderes machen können, aber alle wollten das Abenteuer Familienbetrieb mitgestalten. Natürlich ist das nicht immer einfach, jeder hat ja seinen eigenen Kopf, und es gibt jeden Tag viele Entscheidungen, die getroffen werden wollen. Die Familie ist mit den Jahren auch gewachsen, nicht nur um die eigenen Kinder,

sondern eben auch um langjährige Mitarbeiter, die aus der Fattoria nicht mehr wegzudenken sind. Sie sind das Fundament von La Vialla. Mein Traum ist es, dass sich eines Tages auch alle acht Kinder von uns drei Brüdern mit dem „La Vialla –Fieber“ anstecken lassen. Um das nicht falsch zu verstehen, ich wünsche mir vor allem, dass jedes seine eigene Persönlichkeit realisiert und deshalb bin ich mir darüber bewusst, dass mein Traum eine Utopie ist. Aber das hält mich nicht davon ab, ihn trotzdem zu träumen. Denn La Vialla ist nicht nur ein Betrieb; die Fattoria ist etwas schönes und lebendiges. Sie verlangt viel, hat aber auch viel zu geben. Zu sehen, wie die eigenen Kinder und Enkelkinder Teil davon werden, würde bedeuten zu wissen, dass der Betrieb voranschreiten und sich in die richtige Richtung weiterentwickeln kann. Das ist auch das, wovon meine Eltern vor 37 Jahren geträumt haben.

Was sind die für Sie interessantesten Kunden-Reaktionen auf die Fattoria und deren Produkte gewesen und welches Ziel verfolgen Sie gemeinsam mit ihnen?

Der persönliche Kontakt mit unseren Kunden ist auch der Hauptgrund, weshalb wir auf Zwischenhändler verzichten wollen: es gibt keine Quelle, keine Marktforschung, die so interessant, informativ, ehrlich und unverfälscht ist wie die direkte Reaktion unserer Kunden auf die Erzeugnisse oder Mitteilungen und Broschüren. Vor allem die Kritik ist ein wichtiger Antrieb, um Dinge zu verbessern, und manchmal gibt es Fragen, die uns selbst neue Denkfenster öffnen. Daraus sind auch schon Rezepte verändert worden und neue Erzeugnisse entstanden. Sehr interessant ist die Reaktion derjenigen, die die Fattoria zum ersten Mal in der Toskana besuchen: sie sind oft überrascht. Überrascht, dass „es ja tatsächlich genau so ist, wie in den Prospekten“. Das sagt viel darüber aus, wie wachsam und kritisch Kunden heutzutage (zurecht!) mit Inhalten umgehen, die sie von Produzenten dargeboten – und oft eben vorgegaukelt – bekommen. Was außerdem sehr bewegend ist, ist wie sich unsere Kunden für La Vialla und die Idee dahinter, ganz ohne unser zutun, einsetzen, sie ver-

teidigen und weitergeben: in Foren und sozialen Netzwerken, aber auch privat und direkt. Unser Ziel ist es möglichst vielen Menschen Zugang zu guten, gesunden Lebensmitteln aus nachhaltiger Herstellung zu ermöglichen. Nicht nur durch die Fattoria, sondern vor allem durch das Weitergeben des Bewusstseins für „gute“ Lebensmittel generell. Dafür haben wir vor einigen Jahren die Stiftung „Fondazione Famiglia Lo Franco“ gegründet: sie fördert die Umwandlung konventioneller Landwirtschaftsbetriebe zur biologischen und biodynamischen Methode. Dafür werden Schulungen organisiert, eben nicht nur für Mitarbeiter der Fattoria, sondern für alle interessierten Unternehmen, Bauern, Schulen, etc. Es ist ein langer Weg, auch nicht immer einfach, wir wurden auch enttäuscht, vor allem von Behörden und Lobbys. Aber wenn man nicht anfängt ihn zu gehen, kommt man nie ans Ziel. Der Zuspruch und jeder neue biodynamisch bestellte Acker machen uns Mut. Durch unsere Erzeugnisse vermitteln wir unseren Kunden diesen Gedanken, und Sie tragen ihn für uns weiter. Das macht uns sehr glücklich! <

„La Vialla ist die Familie, und die Familie ist La Vialla, das ist unmittelbar miteinander verwoben.“

sich manchmal selbst ein wenig bremsen, aber nur mit Geduld und Akribie können wir bewahren, was La Vialla ausmacht: Naturbelassene Zutaten, Handarbeit, Detailliebe. Besonders stolz bin ich aber darauf, dass wir uns nicht verbiegen, ganz im Gegenteil: in der Herstellung versuchen wir immer den biodynamischen Gedanken so gut wie möglich im Erzeugnis sicht- und schmeckbar zu machen. So gibt es mittlerweile 4 ungefilterte Weine, sie sind trübe, da die Weinhefen nicht herausgefiltert wurden. Das

nicht über Zwischenhändler oder Wiederverkäufer an die Kunden zu versenden. Solche Anerkennungen sind natürlich Balsam für die „violinische“ Seele.

Was sind für Sie ganz persönlich die liebsten Momente, die liebsten Orte auf der Fattoria?

Wenn man, wie ich, zu Fuß auf dem Gelände der Fattoria ankommt, und einen das Gackern der Hühner begrüßt, die ganz ruhig zwischen den Hofkatzen, dem Bäcker, den Gästen und

Bilder: Fattoria La Vialla & Hetty van Oijen

Toskana

Die Toskana ist bekannt für ihre hügelige Landschaft, geprägt durch die vielen Pinien, Säulenzypressen, Olivenbäume und Weinreben. Die toscanische Hauptstadt ist Florenz. Der höchste Berg ist der Monte Prado (2054 m). Die Toskana besitzt Waldgebiete von einer Million Hektar Fläche.



Genau hier befindet sich die legendäre Tafel der Fattoria La Vialla.