

**Aktion**  
**Fr. 2.70**  
**statt 3.90**

28. Juli bis  
3. August



#### Produkt der Woche

Das Fleisch für den «Aus der Region. Für die Region.» Schweinsnierstück-Braten stammt von Bauernhöfen aus der Zentralschweiz und ist auch mit dem Label TerraSuisse ausgezeichnet. Nach der Verarbeitung wird das Fleisch noch am selben Tag in alle Filialen der Migros Luzern an die Fleischtheke und in die Selbstbedienung geliefert. Das Rezept von Josef Limacher aus Flüeli für einen Josefs-Braten gibts auf jeannettekocht.



#### Ihre Region

Neues aus der  
Genossenschaft  
Migros Luzern



Genau richtig für die Ernte: Kurt Heimberg prüft die Reife der Maiskolben.

#### Grillgemüse

Taschen zum  
Selberfüllen vom  
28.7.-3.8. in allen  
Filialen der Migros  
Luzern

#### Freizeit-Tipp

#### Der Koch auf der Terrasse

**Sommerzeit – die Gäste des «Au premier»** im Golfpark Holzhäusern freuen sich auf lange, gemütliche Sommerabende – und der Koch freut sich mit. Auch ihn zieht die grosse Terrasse mit der tollen Aussicht magisch an. Wann immer er kann, verlegt er seinen Arbeitsplatz nach draussen.



Frisch serviert auf der Terrasse des Golfparks Holzhäusern: Tatar

Raffinierte Speisen und Feines vom Grill bereitet er vor den Augen seiner Gäste zu. Ein frisches Tatar etwa, wie es an warmen Tagen besonders gut schmeckt. Live-Cooking, der Pro richtet an, Golferinnen und Nichtgolfer geniessen.

**Tisch reservieren:**  
golfpark-holzhaeusern.ch  
oder unter 041 799 70 10

#### Aus der Region

# Süss und knackig

Mais wurde erst in den 70ern als Gemüse bekannt. Kurt Heimberg, «Aus der Region. Für die Region.»-Produzent der Migros Luzern, hat hier Pionierarbeit geleistet.

**Text und Bild:** Antonia Reinhard

**L**ange Zeit wurde Mais in der Schweiz nur als Futtermittel verwendet. «Als wir vor 38 Jahren mit der Produktion von Zuckermais begannen, kannte man das Gemüse hierzulande nicht als Lebensmittel. Wir waren unter den Ersten, die den Versuch wagten», erklärt Kurt Heimberg. Seit 1979 beliefert er die Migros. Heute ist der Maiskolben von den Schweizer Grillen nicht mehr wegzudenken.

Unicorn heisst der von Kurt Heimberg gegründete Betrieb, der die Migros Luzern mit regionalem Zuckermais versorgt.

**Vom eigenen Feld, aber auch von Landwirten aus der Region, stammen die Kolben, die er verarbeitet.** Am Morgen geerntet, wird der Mais noch am selben Tag gerüstet, verpackt und in die Migros Betriebszentrale in Dierikon geliefert. «Am liebsten beisse ich in einen frischen

Maiskolben mit etwas Butter», meint Kurt Heimberg. «Wenn es aber schnell gehen muss, sind unsere vorgekochten, geschnittenen Maiskolben sehr praktisch. Sie sind vakuumiert verpackt und etwas länger haltbar.» Die vorgekochten Maiskolben aus der Region sind das ganze Jahr über in den Migros-Filialen erhältlich, die frischen jedoch nur in der Saison von Juli bis Ende Oktober. **MM**

klubschule

MIGROS



**Landwirtschaft macht Schule**

# Wie viel Milch gibt eine Geiss?

**Junge Landwirte** bringen Schulklassen die Grundlagen und Zusammenhänge der Landwirtschaft und Lebensmittelproduktion näher. Agro-Image heisst die Organisation hinter diesem Projekt, das auch von der Migros Luzern unterstützt wird.

**Text und Bilder:** Antonia Reinhard

**M**artina Schmid, angehende Agronomin und Referentin von Agro-Image, steht im Hauswirtschaftszimmer im Schulhaus Gersag 1 in Emmenbrücke. Sie erzählt den Sekundarschülern der Klasse 2d aus dem Arbeitsalltag auf dem Hof ihrer Eltern. Sie bewirtschaften einen Bauernhof, der zum Kloster Gubel in Menzingen gehört. Neben den Milchkühen gehören knapp 100 Ziegen zum Betrieb. Aus der Milch wird Ziegenkäse hergestellt. Die Schüler staunen, als sie erfahren, dass eine Ziege durchschnittlich 3 Liter Milch pro Tag gibt, die Tiere zwei Mal pro Tag gemolken werden müssen oder dass das Futter einen Einfluss auf die Milchmenge hat. «Mein Ziel ist es, das Interesse der Schüler zu wecken, damit sie sehen, wie viel Arbeit in einem Produkt steckt und was für Zusammenhänge bestehen», meint Martina Schmid.



**1** Martina Schmid, angehende Agronomin, erzählt von den Tieren und der Produktion auf dem Hof ihrer Eltern in Menzingen.

**2** Genau hinschauen: Welches Label steht wofür? Die Schülerinnen und Schüler nehmen Produkte unter die Lupe und lernen die Unterschiede zwischen den Produktionsstandards kennen.

#### Lernprogramm

### Agro-Image

Agro-Image ist ein **Verein junger Agronomen und Landwirte**. Seit 1995 bietet der Verein Schullektionen für die Oberstufe, für Gymnasien, Berufsschulen und Fortbildungsklassen an.

**Vermittelt werden dabei Grundlagen** und Zusammenhänge aus der Landwirtschaft und der Lebensmittelproduktion. **Bereits über 900 Schülerinnen und Schüler profitierten** in der Zentralschweiz von diesem Projekt, das für Schulen kostenlos ist. Die Migros Luzern unterstützt mit dem Label «Aus der Region. Für die Region» das Lernprogramm. Mehr auf [www.agro-image.ch](http://www.agro-image.ch)



### Was steckt hinter den Labels und welche Richtlinien gibt es?

In einem zweiten Teil werden anhand von Lebensmitteln die verschiedenen Labels und die damit verbundenen Produktionsrichtlinien und Haltungsstandards im In- und Ausland thematisiert. «Mir ist es wichtig, dass die Schüler angeregt werden, bewusst zu konsumieren und die Produkte genau anschauen», erklärt Daniela Iseli, die Hauswirtschaftslehrerin.

Was ist der Unterschied zwischen IP-Suisse und Bio Suisse? Ist Bio, produziert in Deutschland, dasselbe, wie Bio aus der Schweiz? Martina Schmid erklärt die Bedeutung am Beispiel vom Einsatz von Spritzmitteln oder von Antibiotika. Schnell wird klar: Gerade im Vergleich zum Ausland müssen die Schweizer Landwirtschaftsbetriebe zahlreiche Vorschriften und Gesetze einhalten. Und: Die Schweiz hat eines der strengsten Tierschutzgesetze überhaupt. **MM**

### Verlosung:

5 Gratisstarts für die Seeüberquerung, Teilnahme auf [Migrosluzern.ch](http://Migrosluzern.ch)



Ein Sommerspektakel: Die Seeüberquerung Luzern schlägt mit rund 600 Teilnehmenden grosse Wellen. Das Migros-Kulturprozent verlost fünf Gratisstarts.

#### Migros-Kulturprozent

## Badekappe auf!

Wo sonst grosse Dampfschiffe wenden, passieren Hunderte Wasserratten das Luzerner Seebecken: Mit Unterstützung des Migros-Kulturprozents findet am 16. August die Luzerner Seeüberquerung statt. Badekappe auf, los gehts! Über 600 Teilnehmer machen an diesem Sonntag das Luzerner Seebecken zum grossen Sommerspektakel. **Der Start zur Seeüberquerung fällt im Strandbad Lido, Ziel ist das Strandbad Tribtschen.** Die 1,1 bis 3,1 Kilometer langen Strecken werden schwimmend oder paddelnd mit einem Stand-Up-Paddling-Board überquert. Neben guten Schwimfähigkeiten wird ein Alter von 16 Jahren, beziehungsweise 12 Jahren in Begleitung einer erwachsenen Person, vorausgesetzt.

«Eine Teilnahme lohnt sich schon nur der Aussicht wegen», meint Hans Peter Lüthi vom OK Verein Seeüberquerung Luzern lachend und fügt hinzu: «Die Seeüberquerung ist ein unvergessliches Erlebnis!» Auf das Warm-Up um 11.30 Uhr folgt der sportliche Teil. Im Zielgelände erwartet die Teilnehmenden Verpflegung und eine Siegerehrung. Wer das Spektakel mit trockenen Füssen verfolgen will, kann das im Start- oder Zielgelände tun oder als Helfer mit dabei sein. **MM**

#### Anmeldung und Informationen:

[www.seeueberquerung-luzern.ch](http://www.seeueberquerung-luzern.ch)

**MIGROS**  
kulturprozent