

Fragen zu Kräutern und Essen:

Welche Farbe haben **Schnittlauchblüten**? _____

Nach was schmeckt **Bärlauch**? _____

Wie wird **Bohnenkraut** in alten Rezepten noch genannt? _____

Was sind **Giersch** und **Gundermann**? _____

Als was ist der **Spitzwegerich** schon lange bekannt, wofür wird er gerne verwendet? _____

Welche Kräuter gehören traditionell zur „**Frankfurter Grünen Soße**“? _____

Wie wird der **Boretsch** noch gerne bezeichnet? Wogegen soll es helfen? _____

Wofür wurde **Eisenkraut** früher verwendet, wo kommt die Pflanze ursprünglich her? _____

Mit welcher Pflanze wird **Bärlauch** gerne verwechselt? _____

Wie wird der Acker- Schachtelhalm im Volksmund noch genannt? Welche Wirkung wird ihm zugesprochen? _____



Hefiges Kräuter-Käse-Zupfbrot mit Schinken, Kräutern und herrlich aromatischem Bergkäse.

Zutaten:

500g Mehl

1 Tütchen Trockenhefe

5g Meersalz

30ml Olivenöl

300ml Wasser

2 Knoblauchzehen

150g Margarine

1 Bund gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch und Sauerampfer)

100g Schinkenwürfel

100g Parmesan/50g Bergkäse

Zubereitung:

1. Die Trockenhefe im Wasser auflösen und 5 Minuten stehen lassen. Den Knoblauch hacken.
2. Das Mehl in eine Schüssel geben, Salz und den Knoblauch hinzufügen und alles miteinander vermischen. Das Hefe-Wasser-Gemisch und das Öl hinzufügen und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
3. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen.
4. In der Zwischenzeit den Käse reiben und die Kräuter grob hacken. Die weiche Butter mit den Kräutern schaumig schlagen.
5. Den Hefeteig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und rechteckig ausrollen (ca. 50×60 cm). Anschließend mit der Kräuterbutter bestreichen und mit den Schinkenwürfeln und dem Käse bestreuen.
6. Den Teig in ca. 10×10 cm große Stücke schneiden, übereinander legen und hintereinander in eine gefettete Kastenform stellen und den Teig nochmals abgedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen.
7. Das Zupfbrot im vorgeheizten Backofen (Heißluft etwa 175°C) etwa 50 bis 60 Minuten backen, bis das Zupfbrot schön gebräunt und komplett durchgebacken ist.
8. Anschließend ca. 15 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form nehmen und auf einem Rost komplett auskühlen lassen.

Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt...

Vico Torriani

Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt
Und vom Himmel die bleiche Sichel des Mondes blinkt
Ziehen die Fischer mit ihren Booten aufs Meer hinaus
Und sie legen im weiten Bogen die Netze aus
Nur die Sterne, sie zeigen ihnen am Firmament
Ihren Weg mit den Bildern, die jeder Fischer kennt
Und von Boot zu Boot das alte Lied erklingt
Hör von fern, wie es singt
Bella, bella, bella, bella Marie, bleib' mir treu
Ich komm' zurück morgen früh'
Bella, bella, bella, bella Marie, vergiss' mich nie
Sieh den Lichterschein, draußen auf dem Meer
Ruhelos und klein, was kann das sein?
Was irrt da spät nachts umher?
Weißt du was da fährt, was die Flut durchquert
Ungezählte Fische, deren Lied von fern man hört
Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt
Und vom Himmel die bleiche Sichel des Mondes blinkt
Ziehen die Fischer mit ihren Booten aufs Meer hinaus
Und sie legen im weiten Bogen die Netze aus
Bella, bella, bella, bella Marie, bleib' mir treu
Ich komm' zurück morgen früh'
Bella, bella, bella, bella Marie, vergiss' mich nie
Bella Marie



Fragen rund um den deutschen Schlager:

Welche Farbe hat das von Wencke Myhre besungene Gummiboot?

- a) bumsgelb
- b) penggrün
- c) knallrot

Welche Einschlafhilfe braucht Mimi jeden Abend?

- a) Einen Krimi
- b) Musik hören
- c) Fernsehen gucken

Woran denkt Fräulein Josephin als sie träumend vor ihrer Schreibmaschine sitzt?

- a) An das knallrote Kleid, dass sie sich Samstag kaufen möchte
- b) An den sonntäglichen Segelausflug mit Ihrem Süßen
- c) Daran, dass sie vergessen hat den Herd auszuschalten

Welche Beleuchtung wird zum Sinnbild des Wiedersehens?

- a) Die Laterne vor der Kaserne
- b) Die Kerze auf dem Tisch
- c) Die Lampe an der Decke

Welches Wetterereignis lässt uns im Walzertakt wiegen?

- a) Regen
- b) Sonne
- c) Schnee

Wo küsst sich Jan und Antje zärtlich?

- a) Bei der Laterne
- b) Bei der uralten Mühle
- c) Vor dem Gasthaus

Liebe Besucherinnen und Besucher des Seniorenzentrums,

der Frühling gilt ja als Aufbruch der Natur und Wiedererwachen.

Und nachdem es in den letzten Wochen ja immer wieder kleine Wettereinbrüche gab und wir tatsächlich nochmal Pullover, Schal und Handschuhe auspacken mussten, erleben wir jetzt, dass die Sonne immer mehr Kraft bekommt.

Es ist schön, an einem sonnigen Nachmittag spazieren zu gehen oder auf einer Bank sitzend die Abendsonne zu erleben.

Und die Tage werden länger und angenehmer.

Auch unser Gaumen wird wieder neu verwöhnt.

Nach den kräftigeren Wintergerichten ist es nun an der Zeit, die Vielfaltigkeit der Natur wieder neu zu erleben.

Im Seniorenzentrum werden wir nun auch wieder viele Kräuter pflanzen, die wir zur Geschmacksverfeinerung unserer Speisen für den Mittagstisch verwenden wollen.

Wir freuen uns sehr, dass Ihnen unser Speiseangebot zusagt. Wir freuen uns aber auch über Rückmeldungen und Anregungen von Ihnen.

Ihnen und Ihren Familien eine schöne Frühlingszeit und bleiben Sie gesund.

Ihr Team aus dem Seniorenzentrum

Jürgen Reichenbach Sabine Hartmann Manuela Rigato

Kreuzworträtsel

Teil in der Netzhaut	Herzengedächtnis	Zustimmung	Kirchlicher Ehrentitel	Schalltrichter	Prüfungsergebnis
Gartengerätschaft	Mehrzahlartikel	Flaschenverschluss	Oberbürgermeister	gelzen	
Baustoff		Abkürzung Sekunde	Zahlenlotto		
größte Provinz Kanadas			Bleichmittel	Dienstgrad Marine	
	Schlinge		Lippenlaut		
Bündnis	Geschossdurchmesser	Wurfseil			Primzahl
bringt Haare in Form	Luftsaurestoff früher	freundlicher Hinweis		open	
				Helden-erzählung	
Schafhüter		Indogermanien aufbrausend			Brillenfachmann
Weinpflanze			Atemstillstand dreist, flott		
		Toilette Katzenrasse			KFZ Pinneberg die Besten
Singvogel			Garnitur		Bindewort
elterlicher Selbstbewunderer			Depot, Spelcher	Augenteil Eisenbahnfahrzeug	
alte Bezeichnung Schwiegersohn	Kirchengebäude				
	KFZ Darmstadt		Wassertiefen messen		
durchgekocht		Kartenspiele			

LÖSUNGEN:

1. Das Hemd ist einem näher als die Hose; Ende gut, alles gut; es ist nicht alles gold, was glänzt; eine Schwalbe macht noch keinen Sommer; der Apfel fällt nicht weit vom Stamm; lieber den Saptz auf der Hand als die Taube auf dem Dach; Hunde die bellen, beißen nicht; geteiltes Leid ist halbes Leid; viele Köche verderben den Brei; Schuster bleib bei deinem Leisten.
2. Ball, Muskeln, Gewichte, Übung, Atem, Turnen, Laufen, Körper.
3. Schwimmen, radfahren, wandern, Ball spielen, Gymnastik, Yogaübungen, Denksport, Laufen.
4. Boot, die Drei von der tankstelle, Italien, Neumayer, Sissi, Götz George.



Wochengruß aus dem Senioren- zentrum KW 16

Seniorenzentrum Handschuhsheim

Obere Kirchgasse 5, 69121 Heidelberg

Tel.: 06221-401155

www.seniorenzentren-hd.de

e-mail:

j.reichenbach@drk-rn-heidelberg.de

s.hartmann@drk-rn-heidelberg.de


SeniorenZentrum
Handschuhsheim
Begegnung im Stadtteil

 Deutsches
Rotes
Kreuz