Quer Beet

Liebe Vereinsmitglieder und Freunde des Obst- und Gartenbauvereins Frieding e.V., heute erhalten Sie die
8. Ausgabe unserer Zeitschrift
„Quer Beet mit dem Obst- und Gartenbauverein Frieding e.V.“

4 Wochen lang ist der Advent,
4 Wochen in denen ein Kerzlein brennt,
4 Wochen der Entspannung und Ruhe
4 Wochen in denen man Gutes tue
4 Wochen wo man sich macht bereit,
auf die schöne Weihnachtszeit

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen ein geruhsame Adventszeit und viel Spaß beim Lesen.
Ihr Vorstand des Obst- und Gartenbauvereins Frieding e.V.

Oktober 2015

Quer Beet

AKTUELLES

In eigener Sache

Wir freuen uns, dass wir nun auch unsere **Zeitschrift** in **FRIEDING** drucken lassen können.

Mit freundlicher Unterstützung der Firma michael hirschel computer publishing GmbH, die seit über 20 Jahren besteht und jetzt auch ihren Firmensitz in Frieding hat, ist das Drucken unserer Zeitschrift in Frieding ab dieser Ausgabe möglich.

Die Firma michael hirschel computer publishing versteht sich als Ihr Ansprechpartner für alle Fragen rund um Ihre Drucksachen und hilft Ihnen gerne bei der Umsetzung ihrer Ideen. Adresse und Telefonnummer finden Sie auf der Rückseite dieser Ausgabe.

Der Obst- und Gartenbauverein hat seit diesem Jahr auch einen **eigenen Vereins-Laptop**, dies wurde im Zuge der immer höheren Anforderungen an den Datenschutz bezüglich Onlinebank notwendig. Wir würden uns freuen, wenn Sie uns bei PC-Problemen unterstützen könnten. Gerne können Sie sich bei uns melden.

Seniorennachmittag

Am 16.03.2015 folgten viele Friedinger Seniorinnen und Senioren der Einladung des Obst- und Gartenbauvereins zu einem gemütlichen Nachmittag im Feuerwehrhaus. Bei Kaffee und Kuchen zeigte Herr Werner Abbrecher sen. Bilder von seiner Reise zur Tulpenblüte im Keukenhof. Dieser ist eine niederländische Gartenanlage, liegt im Süden Hollands und öffnet nur ca. 8 Wochen im Jahr, zur typischen Tulpenblütezeit, seine Pforten. Auf dem ca. 32ha großen Gelände blühen Blumen von 7 Millionen Blumenzwiebeln. Hauptsächlich Tulpen in ungefähr 800 verschiedenen Sorten, aber auch Hyazinthen, Narzissen etc. Auf dem Gelände gab es spektakuläre Blumenschauen, überraschende Inspirationsgärten und einzigartige Kunstwerke zu sehen und zu bewundern. Der Anblick dieser Blumenpracht war ein unvergessliches Erlebnis.

Quer Beet

Ausflug der Obst- und Gartenbauvereine Frieding und Machtlfing nach Innsbruck

Der Jahresausflug führte uns gemeinsam mit dem Obst- und Gartenbauverein Machtlfing nach Innsbruck. Dort angekommen erkundete jeder zuerst den Botanischen Garten der Universität Innsbruck. Das ca. 2 ha große Gelände unterteilte sich in verschiedene Bereiche, wie Alpinum, Heil-, Gift- und Gewürzpflanzen, Duft- und Tastgarten und den dazugehörigen typischen Pflanzen. Im Anschluss sahen wir bei einer kleinen Rundtour mit dem Bus einige Sehenswürdigkeiten der Stadt, wie die Bergisel Sprungschanze und die Basilika Wilten. Zu Fuß setzten wir unsere Besichtigungsrunde über den Hofgarten und die Kaiserliche Hofburg bis zum bis zum Goldenen Dachl fort. Nach dem Mittagessen ging es mit der Hungerburgbahn hinauf bis zum Stadtteil Hungerburg. Von dort hatte man einen einmaligen Blick über die Dächer Innsbrucks. Bei Kaffee, Kuchen und Eis liesen wir die vielen Eindrücke auf uns wirken und traten anschließend die Heimreise an. Es war wieder einmal ein schöner gemeinsamer Ausflug. Bis zum nächsten Jahr.

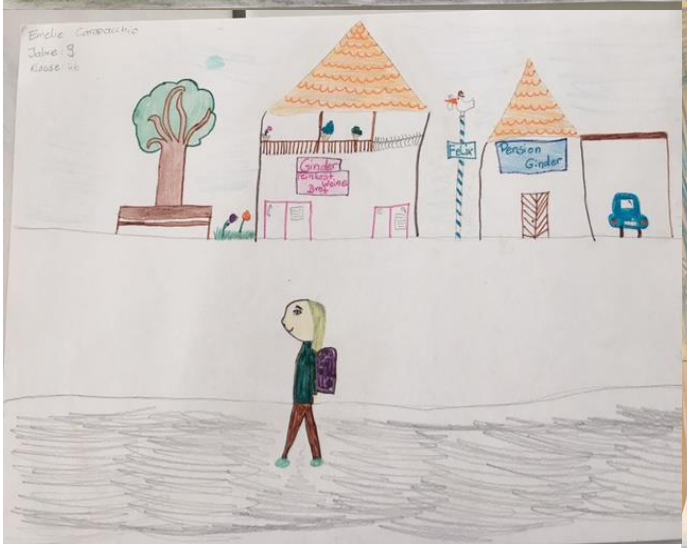
Friedinger Kartoffelfeuer

Wetterbedingt musste das Kartoffelfeuer leider in diesem Jahr entfallen.
Die Bilder, die unter dem Motto

„Pflanzen, Bäume und Blumen
auf meinem Schul- oder Kindergartenweg“

von Kindergarten- und Schulkindern beim Pflanzenmarkt abgegeben wurden, werden bei der Blumenschmuckveranstaltung prämiert und ausgestellt. Nachfolgend sehen Sie die Werke unserer jungen Künstler.

Quer Beet



GEMÜSE

Linsen-Kunde

Linsen hatten lange als "Arme-Leute-Essen" einen schlechten Ruf. Heute wird wieder vermehrt mit Linsen gekocht und sie haben sogar in der Sterneküche Einzug gehalten. Und das ist gut so, denn Linsen sind richtig gesund.

Weltweit gibt es ungefähr 70 verschiedene Linsensorten.

- **Gelbe Linsen** sind auch geschält, nicht so süß wie rote und zu verwenden für Püree, Dips oder Linsenbällchen
- **Berglinsen, Alblinsen**, beide Sorten sind klein, fest und aromatischer als Tellerlinsen. Für fast jedes Linsengericht geeignet.
- **Rote Linsen** sind geschält, leicht gar und schmecken leicht süßlich. Ideal als Suppe, Püree oder für raffinierte Füllungen.
- **Braune Tellerlinsen** sind die größten Linsen mit der längsten Kochzeit. Ihr erdig- sämiger Geschmack passt in deftige Eintöpfe.
- **Grüne Puy-Linsen** sind in ihrer Konsistenz weniger mehlig und schmecken sehr nussig. Dazu bleiben sie beim Kochen bissfest.
- **Schwarze Beluga-Linsen** sind klein und knackig und eignen sich hervorragend für Salate, beispielweise mit Fenchel

Verträglichkeit von Linsen verbessern

Einige Menschen reagieren auf Linsen mit Blähungen. Das liegt an dem Inhaltsstoff Stachyose, einem unverdaulichen Kohlenhydrat.

Das macht Linsen bekömmlicher

- Auf ausreichende Garzeiten achten.
- Einweichwasser nicht zum Kochen verwenden, da darin schwer verdauliche Substanzen gelöst sind, die Blähungen begünstigen können.
- Kräuter wie Bohnenkraut, Fenchelsamen, Majoran oder Kümmel verbessern die Verträglichkeit.
- Rote und gelbe Linsen sind zudem meist verträglicher, da sie geschält sind.

DEKORATIONS-TIPP

Ein Kranz der im Herbst sowie auch zur Adventszeit verwendet werden kann.

Material
Strohkranz
Moos
Mohnkapseln
Eibe
Eukalyptus-Zweige
kleine Zapfen und alles was gefällt

Zum dekorieren
Kleine Weihnachtskugeln und welligen feinen Draht.

Binden sie Zweige und Moos um den Strohkranz.
Vorsicht wenn sie die Moospolster binden, den Draht bitte nicht zu fest anziehen.
Auch immer verschiedene Zweige, Zapfen usw. mit einbeziehen.
Zum Schluss noch den Draht leicht um den Kranz wickeln und mit Weihnachtskugeln verzieren.

Quer Beet

Praktische Gartentipps für den Winter

Sommerflieder

Der Sommerflieder ist einer der prächtigsten Blütensträucher im sommerlichen Garten. Hier ein paar Tipps, wie Sie den Sommerflieder schneiden müssen, um seine Blütenfülle zu steigern.

Der Sommerflieder ist ein anspruchsloser Blütenstrauch, der auf nicht zu schweren Boden gut wächst. Er zieht Schmetterlinge magisch an, deshalb auch Schmetterlingsstrauch genannt.

Wie bei fast allen sommerblühenden Gehölzen bildet auch der Sommerflieder am sogenannten neuen Holz seine Blüten. Das bedeutet, dass der im Spätwinter noch in den Knospen steckende Austrieb, bereits im Sommer am Trieb-Ende und auch an den Enden seiner kurzen Seitentriebe Blütenstände trägt.

Schneiden sie im Spätwinter zurück, bekommen sie mehr Blütenfülle in ihren Sommerflieder.
Sie können alle Blütentriebe aus dem Vorjahr einkürzen, damit treibt der Sommerflieder kräftig aus und er bekommt schöne lange neue Triebe mit großen Blütenkerzen. Die maximale Blütengröße erzielen Sie, wenn Sie von jedem vorjährigen Trieb nur einen kurzen Stummel mit jeweils zwei Augen stehen lassen.

Damit die Blütezeit nicht zu spät beginnt, ist ein Rückschnitt bis spätestens Mitte Februar zu empfehlen. Tun sie das bitte an einem frostfreien Tag, damit das spröde Holz des Sommerflieders beim Schneiden nicht splittert. Sollte es nach dem Rückschnitt noch einmal kalt werden, ist das nicht weiter schlimm - der Sommerflieder ist härter im Nehmen, als angenommen wird.

Weitere Tipps für Pflanzung, Aussaat und Überwinterung

- Stauden können gesetzt werden, solange der Boden nicht durchgefroren ist.
- Blumen-Zwiebeln, Tulpen, Narzissen oder Hyazinthen oder vieles mehr können bei frostfreiem Wetter bis Ende Dezember in den Boden gesetzt werden.
- Rosen bitte mit Erde anhäufeln.
- Kübelpflanzen (Fuchsie, Geranie, Enzianstrauch oder auch Lorbeer) überstehen den Winter am besten, wenn sie bei fünf bis zehn Grad Celsius an einem halbdunklen Standort stehen.
- Pampasgras am besten zusammenbinden und mit einer Strohmatten einwickeln. Auch Bambus gehört zusammengebunden da er die kalte Nässe nicht mag.
- Immergrüne Laubgehölze müssen gegossen werden, aber nur bei mildem Wetter, damit sie lange Frostperioden besser überstehen, dazu gehört auch der Bambus.
- Stauden jetzt (November, Dezember) zurückschneiden.
- Ziergräser werden erst im Frühjahr zurückgeschnitten, die Halme geben sich nämlich Winterschutz
- Rosen bitte im Herbst wenig schneiden, im Frühjahr werden sie kräftig zurück geschnitten.
- Wenn Sie einen Gartenteich besitzen, nehmen Sie die einjährigen Pflanzen heraus und heben die Samen eventuell auf. Schilf und Rohrkolben am Teich lassen Sie bis zum Frühling stehen.
- Die meisten bei uns üblichen Hortensien sind winterhart. Es empfiehlt sich jedoch, die Hortensie mit etwas Reisig oder einer dicken Mulchschicht vor starkem Frost zu schützen. Hortensien in Kübeln oder Töpfen sollten an einem frostfreien Ort überwintern. Müssen die Kübel im Freien überwintern, sollten sie auf jeden Fall mit Sackleinen geschützt werden.

Quer Beet

NATURHEILKUNDE

Beschwerden im Mund

- Bei Entzündungen im Mundraum mit einer Salbeitinktur spülen
  - (15g Salbeiblätter + 250ml heißes Wasser)
- Bei schlechtem Atem, Aniskörner oder Dillsamen kauen
- Gegen Aphten hilft, Zitronensaft + Honig 1:1 mischen und auf die betroffene Stelle tupfen
- Einen Eiswürfel lutschen hilft gegen Zahnschmerzen
- Auch einen Knoblauch kauen hilft gegen Zahnschmerzen

- Bei Bläschen im Mundraum hilft oft das Kauen auf grünen Teeblättern
- Nelkenöl oder eine zerkaute Nelke tötet Bakterien im Mundraum ab
- Bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum helfen Mundspülungen mit Kamillentee. Dazu wird handelsüblicher Kamillentee aufgebrüht und mit diesem der Mund gründlich ausgespült

FÜR DIE KÜCHE

Rote Linsen - Kokos - Suppe

Zutaten

1 Dose	Tomate (Pizzatomaten)
1 Dose	Kokosmilch
1	Zwiebel
175 g	Linsen, rote
3 TL	Chilipulver
2 TL	Kurkuma
600 ml	Gemüsebrühe
	Öl (Sonnenblumenöl), Salz

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Im Sonnenblumenöl glasig anschwitzen. Rote Linsen, Tomaten mit Saft und Kokosmilch hinzufügen und gut umrühren. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Suppe ca. 20 Minuten köcheln.

Zum Schluss mit Salz, Chili- und Kurkumapulver abschmecken. Die Suppe schmeckt am nächsten Tag doppelt so gut. Dazu passen Garnelenspieße und Baguette.

Schoko-Orangen- Stiefel

Zutaten
100 g Blockschokolade
6 Eier
450g Puderzucker
200g Butter
Salz
140g gemahlene Haselnüsse
160g Mehl
1 unbehandelte Orange
3 Essls. Orangenlikör

Zum Verzieren: Mandelplättchen oder Krokant oder Schokostreußel

Ofen auf 175 Grad vorheizen. Die Schokolade hacken und auf warmen Wasserbad schmelzen.
Die Eier trennen und die Eigelbe mit 200g Puderzucker, der Butter und 1 Prise Salz schaumig rühren.
Dann nacheinander die flüssige Schokolade, die Nüsse und das Mehl unterrühren. Die Eiweiße steif schlagen und unter die Schokomasse heben. Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen. Ca. 15 Min. backen.

In der Zwischenzeit ziehe ich von der Orange die Schale mit einem Zestenreißer ab und presse die Orange danach aus. Für den Guss 250g Puderzucker, den Likör und 5 Eßl. Orangensaft zugeben und verrühren.
Sobald der Schokoboden fertig ist, stürze ich ihn auf ein Brett, ziehe das Papier ab und streiche den Guss auf den Kuchen. Darauf streue ich dann die Orangenzesten und steche dicht an dicht mit einer Ausstechform Stiefel aus, die dann noch verziert werden, ergibt ca. 40 Stück

GESCHENKE SELBST GEMACHT

Schoko – Gewürzkuchen im Glas

Zutaten

125 g	Schokoflocken, zartbitter
5 m.-große	Ei(er), getrennt
1 Prise(n)	Salz
80 g	Zucker, fein
2 EL	Vanillezucker, Puddingpulver – Vanille
1 TL, gehäuft	Aroma, Orange Finesse, oder frisch geriebene Orangenschale
150 g	Marzipanrohmasse
1 EL	Amaretto
150 g	Margarine, weich
200 g	Dinkelmehl, 630er
2 TL, gehäuft	Backpulver, Weinstein
2 EL	Kakaopulver, gehäufte
1 TL	Zimt, Lebkuchengewürz
1 Msp.	Ingwer, Muskat, Nelkenpulver
3 EL	Milch
150 g	Kirsche(n), Amarenakirschen, abgetropft, bzw. bemehlte Sauerkirschen
	Fett, und Semmelbrösel für die Gläser

Quer Beet

Zubereitung

6 Einmachgläser (300 ml) mit Schraubverschluss leicht einfetten und mit Semmelbröseln ausstreuen und überschüssige Brösel ausklopfen. Wichtig: der Rand muss ganz sauber sein, damit die Schraubverschlüsse korrekt schließen.

Für den Teig die Eier trennen und das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und 2 EL vom Zucker dazu rühren und beiseite stellen. Anschließend die Marzipanrohmasse zerpflücken und mit der Orangenschale und dem Amaretto cremig verrühren. Aus dem Eigelb, dem restlichen Zucker, Vanillezucker und der Margarine eine Schaummasse herstellen. Mehl, Puddingpulver, Backpulver, Kakao, und sämtliche Gewürze vermischen und zusammen mit der Raspelschokolade unter die Eischaummasse rühren. Etwa 3 EL Milch und das Gemisch aus Marzipan- Orangenschale und Amaretto hinzufügen und zuletzt das geschlagene Eiweiß mit einem Schneebesen locker unterziehen. Sollte die Konsistenz zu fest sein, ruhig etwas mehr Milch hinzufügen! Zuletzt die abgetropften Amarenakirschen unter die Teigmasse heben (man kann genauso gut Sauerkirschen aus dem Glas verwenden, sollte diese wegen der Feuchtigkeit aber vorher in etwas Mehl wenden).

Jedes Glas gut zur Hälfte mit Teig befüllen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze ca. 45 Min. offen backen (Stäbchenprobe).

Unbedingt noch heiß mit den Schraubdeckeln verschließen! Kühl und trocken gelagert hält sich der Kuchen mindestens 4-6 Monate!

Bunte Cookies als Backmischung im Glas

Zutaten

180 g	Mehl
1/2 TL	Backpulver
1 Prise(n)	Salz
75 g	Zucker, braun
75 g	Zucker, weißer
75 g	Zucker, braun
50 g	Haferflocken
90 g	Süßigkeiten (M&Ms oder andere bunte Schokolinsen)

Zubereitung

Das Mehl mit dem Backpulver und der Prise Salz mischen. Dann die Zutaten d Reihe nach in ein schönes Glas füllen und folgende Beschreibung anbringen (als Zettel anhängen oder als Etikett aufkleben):

"Den Glasinhalt in eine Schüssel geben und mit einem Ei und 150 g weicher Butter zu einem Teig vermengen. Daraus etwa 20 - 25 Kugeln formen, diese mit viel Abstand auf ein Backblech setzen und etwas flach drücken. Bei 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 7 min. backen. Die Cookies dürfen in der Mitte noch etwas roh wirken, dann haben sie später die perfekte Konsistenz. Guten Appetit!"

Zum Befüllen ein schlichtes Einmachglas von 750 ml verwenden.

Bei den Schokolinsen funktionieren M&Ms etwas besser als Smarties, da diese ihre Farbe beim Backen besser behalten.

Diese Mischung ist ein schnell gemachtes und individuelles Geschenk, welches bisher immer sehr gut angekommen ist.

Quer Beet

Walnuss-Schoko-Kekse – Backmischung im Glas

Zutaten	Zubereitung
160 g glattes Mehl 1 EL Backpulver 1 Prise Salz 90 g Haferflocken 130 g Kristallzucker 1 Pkg. Vanillezucker 100 g Schoko-Blättchen 50 g Walnüsse 100 g Smarties oder M&M‘s	Mehl, Backpulver und Salz vermischen und als unterste Schicht in das Glas füllen. Haferflocken als zweite Schicht darüber einfüllen. Zucker mit Vanillezucker vermischen und als dritte Schicht einfüllen. Darauf folgen die Schoko-Blättchen. Die Walnüsse grob hacken und über den Schoko-Blättchen verteilen. Mit Smarties oder M&M’s abschließen. Tipp: trocken und kühl gelagert hält sich die Backmischung einige Monate.

**"Den Glasinhalt in eine Schüssel geben und mit einem Ei und 150 g weicher Butter zu einem Teig vermengen.
Aus dem Teig kleine Kugeln formen und auf ein Backblech setzen.
Bei 175°C ca. 15 min. backen.
Gutes Gelingen!"**

Wir hoffen, dass Sie unsere Zeitschrift mit Genuss gelesen haben und dass für Sie die eine oder andere Anregung dabei war.

Ihr Vorstand des

Obst- und Gartenbauvereins Frieding e.V.

Dank unserer nachfolgend genannten Sponsoren war es uns möglich diese Zeitschrift zu erstellen. Dafür nochmals ein herzliches „Vergelt`s Gott“. Sollten Sie ebenfalls Interesse haben, an dieser Stelle für Ihren Betrieb zu werben, würden wir uns freuen, wenn Sie uns ansprechen.
Ihr Redaktionsteam: Carola Bauer Tel. 08152/40827 und Anita Groß Tel. 08152/397740

Impressum:
Herausgeber und Redakteur: Obst- und Gartenbauverein Frieding e.V.
Widdersberger Straße 31
82346 Frieding
Erscheinung: jährlich

Ab Mittwoch,
21. Oktober 2015
sind wir wieder
für Sie da!

Andechser Wildspezialitäten

Öffnungszeiten:
Mi., Do., Fr., 14.30–18.00 Uhr
Sa. 8.00–12.00 Uhr

WOCHENANGEBOT
VOM 21.10. bis 24.10.2015
solange Vorrat reicht

Hirschleberkäse
versch. Sorten
100 g 0,99 €

Hirschmettwurst
mit Rum
100 g 0,99 €

Hirschbraten vom
Blatt ohne Knochen
100 g 1,45 €

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Andechser Wildspezialitäten
Starnberger Straße 2, 82346 Andechs
Infos unter 08152/3433
www.wild-andechs.de

ALPINA
SKI- UND SNOWBOARDSCHULE

Andechser Str. 31, 82346 Andechs
Telefon:08152 9984546

Roger
Sicherheitssysteme

Planung Installation Service

- Alarmanlagen
- Videoüberwachung
- Brandschutzanlagen
- Zutrittskontrollen

☎ +49 (0)8152 3961080
info@roger-sicherheitssysteme.de
www.roger-sicherheitssysteme.de

Ernst G. Roger
Herrschinger Str. 24a
82346 Frieding-Andechs

... sind Sie Zuhause sicher?

- Alarmanlagen
- Videoüberwachung
- Rauchmelder
- Notruf
- Störmeldungen

... von der Planung bis zur Installation
sowie Service, alles aus einer Hand

Roger
Sicherheitssysteme
www.roger-sicherheitssysteme.de

Tel.: 08152 3961080
Herrschinger Str. 24a
82346 Frieding Andechs

Bildquelle: Rike /pixelio