

Frohsinns G'schichtn



Themen in dieser Ausgabe

- Miteinander Garten - Futterhaus und Aussäen
- Winterimpressionen
- Caritas Landau und Fair Trade
- Neuigkeiten aus dem Team „Frohsinn“
- Alberts Künstlerseite
- Neues aus der Küchenecke...
- ... und der Backstube
- Servus Julia



Miteinander Garten - Futterhaus und Aussäen

Die Freude für Amsel, Spatz und Co. ist groß. Wenn es draußen friert und schneit, dann wissen die gefiederten Freunde eine Snackbar besonders zu schätzen. Ein schöner Platz dafür fand sich am Pavillon bei den Hochbeeten auf der Landauer Quartiersgarage.



Gemeinsam wurde mit den interessierten Besucherinnen und Besuchern in der Holz- und Kreativwerkstatt ein Vogelfutterhaus für den Gemeinschaftsgarten gestaltet. Auch die Mitglieder der Gruppe „Landau im Wandel“ fanden dies eine tolle Idee und Bereicherung für den „Miteinander Garten“.

In regelmäßigen Abständen wird nach dem Rechten gesehen: Futter, wie Sonnenblumenkerne, nachgefüllt und zwischendurch auch einmal gereinigt.

In den nächsten Winter- und Frühjahrsmonaten beschäftigen sich Interessierte mit dem Aussäen. Die Mitglieder der

Gruppe „Landau im Wandel“ bereiten im Frühjahr die Beete vor, sodass die Setzlinge gemeinsam gepflanzt werden können.

Anfang März werden erstmal die Tomaten und Paprika ausgesät. Die entstandenen Pflänzchen kommen dann Mitte Mai, wenn die Eisheiligen vorbei sind, in die Hochbeete. Ebenso werden Chili-, Basilikum- und Schnittlauch-Pflänzchen eingesetzt. Das Tageszentrum freut sich schon jetzt, frisches Gemüse und Kräuter für das gemeinsame Mittagessen zu ernten.



Natürlich brauchen die „Hobbygärtner“ auch ein wenig Geduld, da wir zum ersten Mal selbst Aussäen und manche Gemüsesorten, wie Paprika, sehr lange brauchen, bis da ein Pflänzchen zu sehen ist.

Winterimpressionen



Caritas Landau und Fair Trade

Der Kreis-Caritasverband Landau unterstützt seit Anfang diesen Jahres Fair Trade. Aber was ist das eigentlich?

Fairtrade heißt übersetzt „gerechter Handel“. Das bedeutet, dass Käufer und Hersteller einer Ware fair miteinander umgehen und die Hersteller einen gerechten Preis für ihre Produkte bekommen.

Im gesamten Caritasverband und somit auch bei uns im Tageszentrum „Frohsinn“ gibt es nur noch einen Kaffee mit dem FAIRTRADE-Siegel.



Kaffee ist das wichtigste Agrargut im globalen Nord-Süd-Handel und nach Erdöl weltweit der zweitwichtigste Exportrohstoff. Kaffee als ehemaliges „Kolonialprodukt“ zeigt die unfairen Bedingungen am Weltmarkt besonders gut auf, und ist der Pionier unter den Fairtrade-Produkten.

Mit dem Kauf von Fairtrade-Kaffee wird ein wertvoller Beitrag zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen von Kaffeebauernfamilien in Ländern des globalen Südens geleistet.



Das bekannteste Fairtrade-Siegel: Fairtrade International

Die Mission dahinter: den Handel gerechter gestalten. Vor allem für die Menschen, die am Anfang der Produktionskette stehen. Dafür folgt Fairtrade fünf Punkten. Diese umfassen bessere Bedingungen für die Produzenten und ihre Arbeitskräfte, höhere soziale und ökologische

Standards, neue Kooperationen mit Märkten, Einflussnahme auf die Politik sowie den Aufbau eines internationalen, transparenten Systems.

Neuigkeiten aus dem Team Frohsinn



Mein Name ist Tanja Brunner und ich bin seit 11. Januar 2021 vormittags als Verwaltungsfachkraft im Tageszentrum Frohsinn. Hier kümmere ich mich im Büro um alle anfallenden Verwaltungsaufgaben, übernehme Fahrdienste und darf euch am Telefon begrüßen.

Als gelernte Industriekauffrau habe ich bisher in verschiedenen Büros gearbeitet, zuletzt in einer Wohnungsverwaltung. Ich arbeite gerne mit anderen Menschen und freue mich, dass ihr mich hier so herzlich begrüßt habt.

Ich bin 40 Jahre jung, verheiratet und habe drei Kinder, die mich, zusammen mit unseren beiden Hunden, immer auf Trab halten. Wenn ich Zeit für mich habe, dann arbeite ich gerne im Garten, lese ein Buch oder widme mich meinem liebsten Hobby, der Kalligrafie (= die Kunst des schönen Schreibens).

Alberts Künstlerseite



THE TASTE OF THERESA



Neues aus der K chenecke ...



Krautwickel mit ...

Zutaten für 4 Portionen

1	mittelgroßer Kopf Weißkraut
	kochendes Salzwasser
40 g	Fett

Zutaten für die Soße

300 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Tomatenmark
	etwas süßen Rahm

Zutaten für die Fleischfüllung

250 g	Gemischtes Hackfleisch
	Salz, Pfeffer
2 EL	Petersilie
1 EL	Majoran
1 TL	Paprika
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe fein gehackt
1	Ei
1	alte Semmel, in Wasser eingeweicht

1. Den Krautkopf vom Strunk befreien, im Ganzen auf eine Fleischgabel stechen und im kochenden Wasser die Blätter nacheinander vorsichtig lösen. Die Blätter sollten halbweich sein. Den Strunk am unteren Ende der Blätter rausschneiden.

2. Das Hackfleisch mit der kleingeschnittenen Zwiebel, dem gehackten Knoblauch, der ausgedrückten Semmel und den Gewürzen mischen. In Portionen einteilen und auf die vorgekochten Blätter aufstreichen. Die Ränder einschlagen und aufrollen.

3. Die Krautrollen in heißem Fett im Schmortopf von allen Seiten anbräunen, die Gemüsebrühe zugeben und in der Röhre bei 180° etwa 30 Minuten garen. Die Soße nach Belieben verbessern und abschmecken.



... Kartoffelpüree

Zutaten für das Kartoffelpüree

1 kg	rohe Kartoffeln (mehligfestkochende Sorte)
250 - 375ml	kochende Milch
	etwas süßen Rahm
20 g	Butter
	Salz, evtl. Muskat

1. Kartoffeln waschen, schälen und geviertelt als Salzkartoffeln dämpfen.

2. Wenn die Kartoffeln gar sind, durch die Kartoffelpresse pressen und mit kochender Milch, Butter, Salz und Muskat gut vermengen.

Tipp: Den Kartoffelbrei unmittelbar vor Gebrauch herstellen und nicht mehr kochen lassen. Zum Warmhalten evtl. in ein heißes Wasserbad stellen.

... und der Backstube

Schwarzwälder Kirsch

Zutaten für den Biskuit

5	Eier
5 EL	heißes Wasser
250 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
250 g	Mehl
1 Pck.	Backpulver
2 EL	Kaba



Zutaten für das Dekor

3 Becher	Sahne
2 Pck.	Sahnesteif
2 Pck.	Vanillezucker
	Raspelschokolade

Zutaten für die Füllung

1 Glas	Sauerkirschen bzw. Schat-
3 EL	Kirschmarmelade oder
4 Becher	Sahne
3 Pck.	Sahnesteif
3 Pck.	Vanillezucker

Zubereitung:

1. Zuerst werden die Eier mit dem Wasser schaumig gerührt. Dann Zucker mit Vanillezucker zugeben und nochmals gut durchrühren. Zum Schluss das Mehl mit Backpulver und Kaba unterheben.

2. Nun bei einer 28-er Springform den Boden einfetten oder mit Backpapier auslegen.. Die Springform mit dem Teig befüllen und bei 180 Grad Ober/Unterhitze etwa 35 Minuten backen.



3. In der Zwischenzeit das Glas Sauerkirschen abseihen und den Saft auffangen. Eine kleine Tasse Sauerkirschsaft mit der Marmelade vermengen. Von den Sauerkirschen 18 Stück zur Seite stellen, diese brauchen wir zum Verzieren.

4. Die Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen. Den Tortenboden zwei Mal waagrecht durchschneiden.

5. Den untersten Boden mit dem Sauerkirschsaft tränken, und die Hälfte der Marmelade draufstreichen. Dann gut $\frac{1}{3}$ der Sahne draufgeben und verteilen. Auf die Sahne die Hälfte der Sauerkirschen verteilen.

6. Den zweiten Boden drauf setzen und Schritt 5 damit wiederholen. Zum Schluss den dritten Boden drauf setzen und die restliche Sahne auf den Boden und an den Tortenrand streichen.

7. Zum Dekorieren die Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen. Nochmals die ganze Torte damit bestreichen. Oben drauf 18 Sahnetuffs spritzen. Darauf die 18 zur Seite gestellten Sauerkirschen setzen. Den Tortenrand mit Raspelschokolade verzieren.





caritas

**Kreis-Caritasverband
Landau a. d. Isar e.V.
Tageszentrum „Frohsinn“
Marienplatz 6
94405 Landau a. d. Isar**

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag
09:00 - 16:00 Uhr

Telefon: 09951 6034536
Telefax: 09951 6043516
E-Mail:
tageszentrum@caritas-
landau.de

**Heiterkeit und Frohsinn
sind die Sonne unter der
alles gedeiht!**

Servus Julia

- schön war´s mit Dir



Abschied von unserer SpDi-
Semesterpraktikantin für soziale
Arbeit - Du warst uns immer eine
große Unterstützung und hast mit
deiner offenen und lebensfrohen
Art eine tolle Lebendigkeit in un-
seren Alltag gebracht.

*Dankeschön!
Alles Gute für Dich.*

Impressum

Herausgeber: Tageszentrum „Frohsinn“
Marienplatz 6; 94405 Landau a. d. Isar

Verantwortliche: Friedberger Stephanie

Gestaltung: teilnehmende Besucher des Redaktionstreffs „Frohsinns G'schichten“
Bildrechte: Einverständniserklärung für die Veröffentlichung von Fotos der gezeigten
Personen liegt vor

Auflage: 1. Ausgabe Frühjahr 2021

Quellenangaben: pnp.de al, Chefkoch.de,
www.fairtrade-deutschland.de