

SO GELINGT MZ-KOLUMNE
NACHHALTIGKEIT



TIPPS VON
Birgit Dörr

Lehrerin an der
Fachschule für
Hauswirtschaft
in Abensberg

Die Genussregion vor der Haustüre entdecken

Frau Dörr, könnten wir nicht mal Kartoffelmaultaschen und Fingernudeln machen?“, so lautete der Wunsch der Studierenden unserer Fachschule.

Als gebürtiger Fränkin sind mir die beiden Gerichte eher fremd. Sie wecken deshalb bei mir auch keinerlei fröhliche Kindheits Erinnerungen. Kartoffelteig kennt man in Franken vor allem als Kartoffelklöße – ja, die sind echt lecker! Und ab und an muss ich diese Spezialität unbedingt auf meinen Speiseplan setzen. „Meine Oma hat immer Apfelmaultaschen gebacken. Ich möchte auch lernen, wie das geht.“

Bei meiner Recherche im Internet bin ich auf die „Genussregion Niederbayern“ gestoßen. Diese Initiative hat sich zum Ziel gesetzt, die Menschen für die hervorragenden, niederbayerischen Lebens- und Genussmittel zu begeistern.

Auf dem Rezeptindex finden sich Gerichte aus ganz Niederbayern wie Auszogne, Bruckbaum mit Apfelkompott, Gschwollne mit Vogelmeiere-Kartoffelsalat, Koida Bron, aber auch siasse Maitascherl und Fingernudeln im Hanfkleid.

Die Lebensmittel dazu findet man im eigenen oder Nachbars Garten oder beim Direktvermarkter nebenan. Sogar Hanf wird in der Nähe von Laberweinting angebaut. Man kann ihn zum Beispiel am Langquader Bauernmarkt kaufen. Im Kochunterricht haben die Studierenden die „Genussregion Niederbayern“ mit ihren Gerichten und entsprechenden Lebensmitteleinkauf gefeiert. Feiern Sie doch mit!

Für Kartoffelmaultaschen braucht man 750 g mehlig-kochende Kartoffeln. Die Kartoffel werden mit der Schale gekocht, geschält und heiß gepresst oder kalt gerieben. Zu den ausgekühlten Kartoffeln gibt man 1 - 2 Eier, ½ TL Salz und 125 - 150 g Mehl - eigentlich immer so viel Mehl, dass der Teig nicht mehr klebt. Nun nicht zu lange kneten! Das schadet dem Teig und er wird klebrig. Anschließend wird der Teig zu einer Rolle geformt und in acht Teile geteilt.

Jedes Teil wird auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu einem kuchenellergroßen Fladen ausgerollt und mit ca. 2 EL Apfelfülle gefüllt. Für die Apfelfülle werden 750 g einer süßsäuerlichen Apfelsorte in kleine Stücke geschnitten und mit 80 g Zucker, 125 g saurer Sahne, Zimt und 2 Pr. Salz vermenget. Anschließend wird der Fladen zusammengeklappert und der Rand zusammengedrückt. Jetzt werden die Maultaschen wie die Heringe – eng an eng – in eine Rainne mit ca. 80 g flüssigem Butterschmalz gelegt. Damit alle hineinpassen, schiebt man die Maultaschen etwas zusammen und bestreicht sie mit Butterschmalz. Bei 200 °C Umluft werden sie ca. 45 Minuten gebacken.

Besondere Geschmackserlebnisse versprechen alte Apfelsorten wie sie in alten Obstgärten oder auf Streuobstwiesen vorkommen. Das Thema Streuobst und Streuobstvermarktung ist ein Schwerpunkt der Ökomodellregion Kelheim. Streuobstwiesen sind wichtiger Lebensraum für viele Tiere und erhalten genetische Ressourcen.

Die Autorin: **Birgit Dörr** ist Expertin für Ernährung und Fachlehrerin an der Fachschule für Ernährung und Haushaltsführung; Kontakt: birgit.doerr@eif-al.bayern.de, Tel. 09443/17040



Jung und Alt haben sich in der neuen Formation, die regelmäßig im Aventinum probt, gefunden.

Fotos: Wolfgang Abeltshauer

Liedertafel lebt in der „Singeria“ weiter

Abensberger Sängern und Sänger mit viel Erfahrung arbeiten an einem neuen Auftrittskonzept

Von Wolfgang Abeltshauer

Abensberg. Das kulturelle Angebot in Abensberg ist vielschichtig und umfangreich. Jetzt will sich ein neuer Chor namens Singeria beim traditionellen Singen unter dem Christbaum am Heiligen Abend am Stadtplatz präsentieren. Genau genommen sind unter seinen Mitgliedern aber alte Bekannte.

Wer an Heiligabend genau hinzuhört, kann die eine oder andere Stimme bestimmt identifizieren. Und der Chorleiter ist wirklich ein Abensberger Urgestein: Was Musik betrifft: Reinhold Rückel wird den Taktstock schwingen.

Blicken wir zurück ins vergangene Jahr. Georg Fuggenthaler, Chorleiter bei der Liedertafel, war zurückgetreten. „Seither haben wir einen neuen Leiter gesucht“, erinnert sich Christoph Hofmann im Gespräch mit der Mittelbayerischen. Er ist langjähriges aktives Mitglied der Liedertafel und derzeit kommissarischer Vorsitzender des Liedertafelvereins.

Er und zahlreiche weitere Mitglieder wollen nicht aufhören mit dem Singen – Fuggenthaler selbst ja auch nicht. Allerdings war die Suche lange nicht von Erfolg gekrönt. Bis eines Tages eines der Mitglieder mit Rückel ins Gespräch kam. „Das kann doch nicht sein“, habe der nach eigenem



Reinhold Rückel hat mit dem neuen Chor noch viel vor.

Bekunden reagiert, als er davon hörte, dass das Ende der Liedertafel drohte.

Mehr als Übergangslösung

Rasch habe er dann angeboten, vorübergehend die Funktion des Chorleiters zu übernehmen. Denn in Hofmanns Augen sei klar: Ohne offiziellen Chorleiter gehe es nicht. Genau so schnell habe man dann gemerkt, dass man auf gleicher Wellenlänge liege. Es sollte erst einmal weitergehen.

Letztendlich wechselten die rund 20 Sängern und Sänger des ehemaligen Liedertafelchors unter das Dach der Musikschule. Ein organisatorisches

Gerüst wollte man laut Hofmann haben, außerdem wirkt Rückel dort seit langem als Musiklehrer. Wichtig sei, dass man klar mache, dass es sich um einen anderen Chor handelt. Und so kam es zum Namen, der einfach erklärt ist. „Die gehen nach der Probe immer gern in die Pizzeria“, berichtet Rückel. Und so kam es zur Wortschöpfung – gebildet aus Singen und Pizzeria.

Mittlerweile gibt es auch schon musikalischen Nachwuchs. Immerhin haben sich in den vergangenen Monaten fünf weitere Sängern und Sänger dazugesellt. Sie kamen eben über den Weg der Musikschule zum Chor.

Die Liedertafel

Jetzt: Laut kommissarischem Vorsitzenden Christoph Hofmann ist noch keine Entscheidung darüber gefallen, ob die Liedertafel weiterbestehen soll. Derzeit seien alle aktiven Sängern und Sänger des ehemaligen Chors als passive Mitglieder im Verein gelistet.

Zukunft: Nach seinen Worten soll es im Frühjahr 2024 eine Mitgliederversammlung geben. In der soll entschieden werden, ob der Verein sich auflösen wird.

pelle zu hören sein. Aber nicht nacheinander, wie es bei früheren Auflagen war, sondern gemeinsam. Denn das „Gemeinsame“ sei Rückel nicht nur beim Chorgesang wichtig. Zu hören sein werden klassische Weihnachtslieder. Ansonsten solle sich der Chor ein Stück weg vom traditionellen Liedgut bewegen. Klassische Volkslieder und Kirchliches sei bei der Liedertafel schon ein Schwerpunkt gewesen, wie Hofmann feststellt. Rückel spricht von „moderner werden“, wenn er seine geplanten Änderungen im Repertoire beschreibt.

Flotter und moderner

So könnten eben Volkslieder flotter, moderner aufgelegt werden. Außerdem seien Nummern wie „Lolipop“ durchaus gern gesehen, wie auch Hofmann befindet. In den kommenden Wochen wolle man sich in diese Richtung ein Programm aufbauen.

Fest stehe, dass man 2024 eigene Konzerte geben wolle. Sowohl Aktive als auch Chorleiter betonten aber, dass es da noch einige Monate der Probenarbeit bedürfe.

Denn an einer professionellen Vorbereitung gehe kein Weg vorbei. Rückel hat keine Zweifel, dass dies gelinge: Mit Blick auf den Chor stellt er fest: „Die sind alle total offen und gut drauf.“

Abensberger Judokas ehren ihre Europameister

Große Gratulationscour für Raffaella Igl und Kevin Abeltshauer

Abensberg. Den glanzvollen Abschluss des Judo-Jahres bildete das traditionelle Nikolausturnier. Dazu hatte sich in der Josef-Stanglmeier-Halle neben der großen Judo-Familie auch eine Reihe von Ehrengästen eingefunden. Höhepunkt der Veranstaltung war natürlich die Ehrung der frischgebackenen U23-Team-Europameister Raffaella Igl und Kevin Abeltshauer.

Ein Zuschauer bei der Europameisterschaft schilderte gegenüber dem MZ-Mitarbeiter die dramatischen Szenen der Finalkämpfe. Im Halbfinale habe es am Ende 3:3 gestanden, nachdem Kevin Abeltshauer, der in den letzten Monaten ein Auf und Ab durchmachen musste, seinen Kampf verloren hatte.

Nun wurde nach den Regeln ein Entscheidungskampf in der Gewichtsklasse U73 ausgelost – die erste Wertung sollte ent-



Glanzvoller Abschluss des Judo-Jahres mit dem traditionellen Nikolausturnier: Raffaella Igl und Kevin Abeltshauer. Foto: Peter Hübbl

scheiden. Also wieder Kevin Abeltshauer gegen seinen vorherigen Bezwinger. Doch während sich Kevin zurückzog und sich mental darauf vorbereite-

te, genoss sein Gegner weiterhin seinen Erfolg und ließ sich siegesicher feiern. Und das sollte sich schließlich rächen, denn schon nach fünf oder

sechs Sekunden erzielte Kevin die erste Wertung! Nun stand dem Einzigen ins Finale nichts mehr im Wege.

Dazu trat aber Kevin nicht mehr an, denn „einen solchen Erfolg kann man nicht mehr toppen“. Hier trug Raffaella mit ihrem Erfolg zum Gewinn der Europameisterschaft bei. Sie hatte zudem noch Silber im Einzel gewonnen.

Zur Ehrung der beiden Judokas hatte sich auch Bürgermeister Bernhard Resch eingefunden. Er gratulierte zu den sportlichen Erfolgen und lobte die gute Nachwuchsarbeit der Judoabteilung.

Zudem wurden die U15- und U18-Mädchen-Teams geehrt, die am vorausgegangenen Wochenende bei den deutschen Mannschaftsmeisterschaften erfolgreich waren. Im Anschluss klang der Abend mit einer Tombola und Radu's Weihnachtsfeier aus. *dph*

IN KÜRZE

Wasserzweckverband teilt Öffnungszeiten mit

Abensberg. Der Wasserzweckverband Rottenburger Gruppe in Pattdorf ist vom Montag, 25. Dezember, bis einschließlich 1. Januar geschlossen. Ab dem 2. Januar ist wieder Normalbetrieb. In dringenden Angelegenheiten wie Rohrbruch ist der Bereitschaftsdienst zu jeder Zeit unter der Festnetznummer des Wasserzweckverbandes (08781) 94130 zu erreichen. Nach einer Durchsage erfolgt die Weiterleitung an den Bereitschaftsdienst. *dph*

Waldweihnacht bei der Grotte in Abensberg

Abensberg. Die Kolpingsfamilie lädt alle Interessierten ein zur besinnlichen Waldweihnacht an der Grotte. Termin für die Traditionsveranstaltung ist der zweite Weihnachtsfeiertag. Treffpunkt ist um 14 Uhr bei der ehemaligen BayWa.