

BÄCKER BLUME

46

15. November 2024



Vereinigt mit
Bäckerstolz

23/24

*Knackige Alleskönner:
Haselnüsse*

*DIY: Zauberhafte
Weihnachtskarten*

Foto: Diamant Zucker



*Nüsse –
Powerpakete mit Biss*

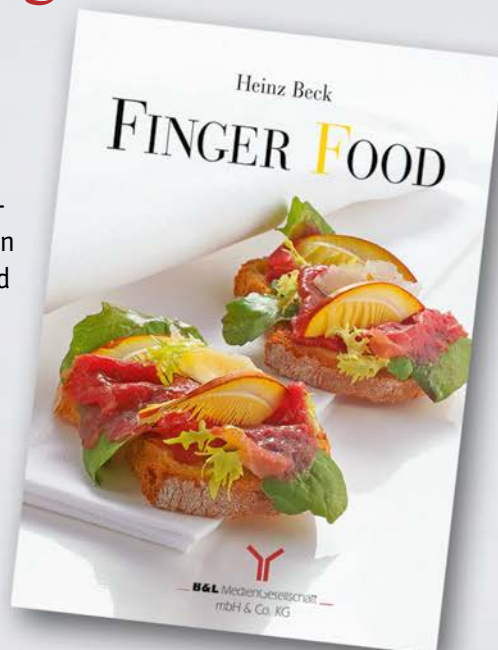
HEINZ BECK:

Gourmetküche leicht gemacht!

FINGER FOOD

In diesem Buch hält der berühmte 3-Sterne-Koch Heinz Beck eine Auswahl seiner kreativsten Finger-Food-Rezepte für Sie bereit. Die raffinierten kleinen Köstlichkeiten sind eine wahre Freude für Auge und Gaumen und das kulinarische „i-Tüpfelchen“ auf jeder Party. Heißen Sie liebe Gäste doch einmal mit einem extravaganten „Rührei-Duo“ oder „Sardinenspießchen mit Zitrone“ willkommen. Das Buch lässt Ihnen die Wahl aus 43 großartigen Rezepten – alle detailliert beschrieben und bebildert...

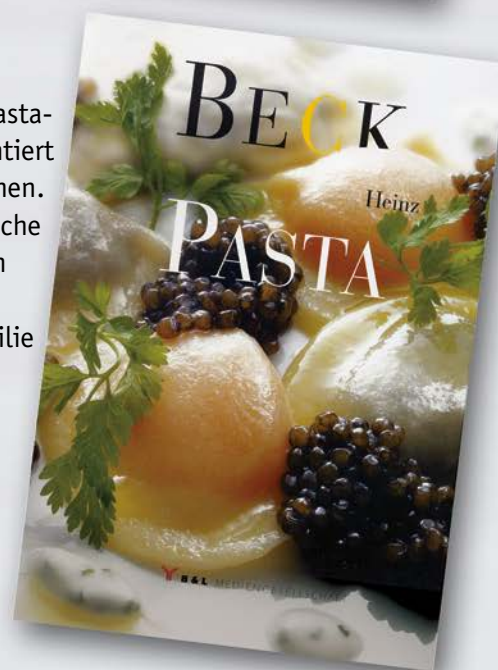
102 Seiten,
47 Fotos, 43 Rezepte
€ **39,80**



PASTA

Erhalten Sie exklusive Einblicke in die berühmte Pasta-Küche von Heinz Beck. Auf über 100 Seiten präsentiert der Sterne-Koch seine ausgefallenen Pasta-Kreationen. Selbst erfahrene Freunde der mediterranen Pastaküche werden an den vielen außergewöhnlichen Rezepten ihre Freude und so manches „Aha-Erlebnis“ haben. Lassen Sie sich inspirieren und begeistern Sie Familie und Gäste mit Pasta-Küche vom Feinsten.

112 Seiten,
77 Fotos, 50 Rezepte
€ **39,80**



Bestellcoupon



B&L MedienGesellschaft

Bitte ausfüllen und per Post oder Fax senden:

B&L MedienGesellschaft mbH & Co. KG,
Postfach 100220, 40702 Hilden
Fax: 0 21 03 / 204 204
info@blmedien.de, www.blmedien.de

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Datum/Unterschrift

Ja, ich bestelle die aufgeführte Anzahl Bücher zum ausgewiesenen Preis:

Anzahl	Titel	Preis/Stück
	FINGER FOOD	€ 39,80
	PASTA	€ 39,80

Preise inklusive MwSt. frei Haus innerhalb Deutschlands. Auslandsbestellungen: Preise wie vor, unverzollt und unsteuerert, Übersee zzgl. Versandkosten. Preisänderungen vorbehalten.
Widerrufsrecht für Endverbraucher: Die Bestellung kann innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail) oder durch Rücksendung der Ware widerrufen werden. Die Frist beginnt frühestens mit Erhalt dieser Belehrung. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung der Ware an die B&L MedienGesellschaft mbH & Co. KG. Bei einem Bestellwert bis 40,- € trägt der Besteller die Kosten für die Rücksendung.

Knackige Alleskönner: HASELNÜSSE



Ob in Nusschnecken, Nussstriezel, Engadiner Nusstorte, Nussecken oder Haselnussbrot von Ihrem Handwerksbäcker – eines haben all diese Leckereien gemeinsam: die Haselnuss. Diese vielseitige braune Nuss ist nicht nur schmackhaft, sondern auch sehr beliebt. Ohne sie wäre die Welt der süßen Köstlichkeiten um einiges ärmer und langweiliger.

Schon gewusst?

Der Haselnussstrauch gehört zu den ältesten Pflanzen Europas. Schon vor 9.000 Jahren nutzten Menschen seine nahrhaften Früchte als wertvolle Energiequelle. Der botanische Name der Haselnuss lautet „Corylus“, abgeleitet vom griechischen Wort „Korys“, das „Hut“ oder „Helm“ bedeutet. Es wird vermutet, dass sich dies auf die helmartige Fruchthülle der Nuss bezieht.

Einkauf: Frische erkennen

Beim Kauf von Haselnüssen mit Schale sollte darauf geachtet werden, dass die Nüsse in der Schale nicht klappern. Frische Haselnüsse füllen die Schale vollständig aus. Wenn die Nüsse klappern, sind sie älter, da pflanzliche Fette und Öle bereits entwichen sind und die Kerne dadurch vertrocknen. Auch die Farbe des Fruchtfleisches gibt Aufschluss: Eine

frische Haselnuss hat ein helles Fruchtfleisch, während ältere Nüsse einen fast gelblichen Kern besitzen.

Lagerung & Haltbarkeit

Ganze Haselnüsse mit Schale sollten kühl, dunkel, trocken und luftdicht verpackt aufbewahrt werden – so sind sie bis zu sechs Monate haltbar. Ein Tipp: Lagern Sie die Nüsse am besten trocken in einem löchrigen Sack, damit die Luft gut zirkulieren kann und die Nüsse weitgehend vor Schimmel geschützt sind. Geknackte oder gemahlene Nüsse sollten luftdicht verschlossen im Kühlschrank aufbewahrt werden, wo sie etwa vier Wochen lang haltbar sind.

Gesunder Power-Snack

Haselnüsse sind reich an pflanzlichen Fetten und Ölen, weshalb sie leider auch viele Kalorien enthalten – etwa 700 Kalorien pro 100 Gramm. Doch die knackigen Nüsse punkten mit wertvollen Inhaltsstoffen: Rund 60 % des Fetts in der Haselnuss bestehen aus ungesättigten Fettsäuren, die den gesunden Fettstoffwechsel ankurbeln. Außerdem liefern Haselnüsse wertvolles Eiweiß, die Vitamine A, B, C und E sowie wichtige Mineralstoffe wie Phosphor, Magnesium, Kalium und Eisen. Schon 50 Gramm Haselnüsse decken den gesamten Tages-



bedarf an Vitamin E, das als Zellschutz gegen freie Radikale wirkt und für gesunde Haut und Haare sorgt. Haselnüsse senken nachweislich den Cholesterinspiegel, stärken das Gedächtnis und fördern die Nervenfunktionen, weshalb sie oft als „Nervennahrung“ bezeichnet werden.

Multitalent Haselnuss

Haselnüsse sind nicht nur als Snack oder in Backwaren beliebt, sondern bereichern auch viele andere Gerichte. Sie lassen sich wunderbar in Salaten, Müsli oder als Zutat in herzhaften Speisen verwenden. Geröstet und gehackt verleihen sie Pasta, Gemüsegerichten oder selbstgemachten Pestos eine nussige Note und eine angenehme Knusprigkeit. Auch in der veganen und vegetarischen Küche haben Haselnüsse einen festen Platz, da sie nicht nur Geschmack, sondern auch wertvolle Nährstoffe liefern. Selbst als Basis für pflanzliche Milchalternativen und Nussmus sind Haselnüsse hervorragend geeignet. So zeigt sich die Haselnuss als wahres Multitalent in der Küche.

NÜSSE

Powerpakete mit Biss

Dazu passt ein schneller Spinatsalat mit frischem Brot von Ihrem Handwerksbäcker!
Dazu 100 g Babyspinat waschen und verlesen. 2 EL Olivenöl, 1 EL Balsamico, Salz und Pfeffer zu einem Dressing vermengen und unter den Spinat mischen.

Sie schmecken köstlich, spenden Energie und sind auch noch gesund: Nüsse. Probieren Sie doch unsere knackigen Genießerideen und kernigen Kraftspender einfach einmal aus ...

Gefüllte Auberginen mit Kichererbsen und Paprika-Erdnuss-Dip

Zutaten (für 2 Personen)

Für die gefüllten Auberginen:

- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 2 Auberginen, mittelgroß
- 75 g getrocknete Tomaten, mit etwas Öl
- 100 g Kichererbsen, vorgegart
- Salz, Pfeffer
- 1/2 Bund Koriander
- 100 g würzigen Käse (z. B. Milram)

Für den Dip:

- 185 g Paprikaquark (z. B. Milram)
- 1/2 Orange
- 2 EL geröstete Erdnüsse

Unser
Titelrezept!



Dazu schmeckt
Apfelmus oder
Kompott!

Zubereitung

1. Für die gefüllten Auberginen diese längs halbieren und mit kleinem Löffel Fruchtfleisch herauslösen, dabei Rand stehen lassen. Innen mit Salz und Pfeffer würzen. Fruchtfleisch fein hacken.
2. Getrockneten Tomaten in kleine Stücke teilen. 1–2 EL Tomaten-Öl in Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Auberginen-Fruchtfleisch hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten und Kichererbsen dazufügen und 5 Min. weiter köcheln lassen.
3. Koriander fein hacken und Käse in kleine Stücke schneiden. Auberginen mit Tomaten-Mischung füllen, Koriander und Käse darauf verteilen und in Grillschale legen. Auf vorgeheiztem Grill 20–25 Min. grillen, bis gefüllte Auberginen weich sind und Käse verlaufen ist.
4. Für den Dip Paprikaquark in Schüssel geben. Orangenschale fein abreiben und Saft auspressen. Erdnüsse grob hacken und alles miteinander verrühren.

Schlesische Nudeln mit Mohn und Haselnüssen

Zutaten (für 2 Personen)

200 g	breite Bandnudeln
60 g	Butter
60 g	gehackte Haselnüsse
60 g	fein gemahlener Mohn
50 g	brauner Zucker (z. B. Diamant)

Zubereitung

1. Nudeln kochen, abgießen und kalt abschrecken.
2. Butter bei mittlerer Hitze schmelzen lassen, Mohn und Haselnüsse dazugeben, zuletzt braunen Zucker unterrühren.
3. Unter ständigem Rühren anbräunen lassen, dann sofort mit den heißen Nudeln vermischen.



Linsenkugeln mit Erdnussauce



Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Linsenkugeln

- 200 g rote Linsen
- 5 EL Pflanzenöl
- 1 Prise Kreuzkümmelpulver
- 1 EL Tomatenmark
- 450 ml heißes Wasser
- 1 EL Zitronensaft
- 4 EL Semmelbrösel
- 1/2 Bund Koriander
- 2 Prisen Pfefferkörner (geschrotet)

Für die Erdnussauce

- 150 g Frischkäse Natur
- 120 g Erdnüsse (gehackt, geröstet)
- 1 Möhre
- 150 g Zuckerschoten
- 80 ml Gemüsebrühe

Zubereitung

1. Für die Linsenkugeln zuerst die Linsen in einem Topf mit 1 EL Öl anschwitzen. Kreuzkümmel und Pfeffer hinzu geben und kurz rösten. Dann das Tomatenmark mit kurz anrösten. Die Linsen und Gewürze mit Wasser und Zitronensaft ablöschen und abgedeckt ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen.
2. Semmelbrösel zur Linsenmasse geben und untermengen. Koriander waschen, trocknen und die Blätter abzupfen. Ein wenig zum Dekorieren beiseitelegen, je nach Geschmack den restlichen Koriander grob hacken und zu den Linsen geben.
3. Aus der Linsenmasse nun gleich große Bällchen. 4 EL Öl in eine Pfanne geben und die Linsenkugeln darin von allen Seiten anbraten.
4. Für die Erdnussauce nun die Nüsse grob hacken und das Gemüse vorbereiten. Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Zuckerschoten in Rauten schneiden. Frischkäse in einen Topf geben, langsam erwärmen und die Gemüsebrühe hinzugeben. Erdnüsse und Gemüse ebenfalls dazu geben und alles für etwa 10 Min. bei geringer Hitze köcheln lassen.
5. Linsenkugeln zusammen mit der Erdnussauce servieren. Dazu passt frisches Brot von Ihrem Handwerksbäcker!



Ofenpfannkuchen mit Buttermilch-Quark und Nuss-Topping

Zutaten (für 4 Personen)

65 g	Mehl
30 g	Zucker
2	Eier (Gr. M)
125 ml	Milch
1 Prise	Salz
2 EL	Butter
1 EL	Ahornsirup
150 g	Erdbeeren
100 g	Buttermilch-Quark (z. B. Milram)
1 Handvoll	Blaubeeren
2 EL	Haselnüsse, Mandelsplitter und gepuffter Amaranth gemischt

Zubereitung

1. Für die Ofenpfannkuchen den Backofen auf 230 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Mehl, 20 g Zucker, Eier, Milch und Salz verquirlen. 1 EL Butter in einer ofenfesten Pfanne schmelzen und die Mischung hineingießen.
2. Die Pfanne in den Ofen stellen und den Pfannkuchen in 15 Min. goldbraun backen. Die Erdbeeren waschen, entkernen und in Stücke teilen. Die übrige Butter in einer Pfanne erhitzen und die Erdbeerstücke 2–3 Min. darin anschwitzen. Den übrigen Zucker darüber streuen und 3–4 Min. einköcheln lassen.
3. Die Pfannkuchen mit Erdbeeren, Blaubeeren, Buttermilch-Quark und der Nussmischung servieren



Sollten Sie keine frischen Früchte bekommen, können Sie alternativ Tiefkühl-obst nehmen.





Dazu schmeckt
frisches Brot
von Ihrem Hand-
werksbäcker!

Zuccinisuppe mit Camembert-Creme und Honig-Mandeln

Zutaten (für 4 Personen)

4	Zucchini
2	Schalotten
3 EL	Butter
	Salz, Pfeffer
200 g	Schlagsahne
150 ml	Gemüsebrühe
3–4 EL	süßer Senf
250 g	Camembert-Creme natur (z. B. Alpenhain)
40 g	gesalzene Honig-Mandeln
	Majoranblättchen zum Garnieren
2–3 EL	Schlagsahne zum Garnieren

Zubereitung

1. Zucchini putzen und waschen. 2 Zucchini grob würfeln. 2 Zucchini mit einem Spiralschneider in „Spaghetti“ schneiden. Restliche Zucchiniabschnitte ebenfalls würfeln. Schalotten schälen und fein würfeln.
2. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten darin ca. 4 Min. andünsten. Zucchiniwürfel zugeben, weitere 7–8 Min. andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit 200 g Sahne und Brühe ablöschen, aufkochen. Senf und 125 g Camembert-Creme zugeben. Aufkochen und zugedeckt ca. 5 Min. köcheln.
3. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Zucchini-Spaghetti darin ca. 5 Min. dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Honig-Mandeln grob hacken. Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren, abschmecken. 75 g Camembert-Creme mit 2–3 EL Schlagsahne glattrühren oder pürieren.
4. Zucchini-Süppchen anrichten, Zucchini-Spaghetti mittig als „Nest“ daraufsetzen. Sahne-Mix darum verteilen. Restliche Camembert-Creme als Klecks und Majoran garnieren, mit Honig-Mandeln bestreuen.

Putensteaks in Sesam-Macadamia-Panade mit Avocado-Püree und scharfer Mayonnaise

Zutaten (für 4 Personen)

800 g	Putensteak
100 g	Sesamsamen (weiß und schwarz gemischt)
1 Handvoll	Macadamia-Nüsse (ca. 50 g, geschält)
1	Blumenkohl (ca. 350 g)
1	Avocado
	Salz, Pfeffer, Muskat, Knoblauch, Kreuzkümmel
1	Eigelb
1/2 TL	Weißweinessig
150–200 ml	Öl (Raps- oder Walnussöl)
1/2 TL	Dijon-Senf
1 TL	Xylit
1 TL	Zitronensaft
1 TL	Wasabipaste

Zubereitung

1. Backofen auf 150 °C vorheizen. Blumenkohl putzen, abwaschen, die Röschen abtrennen und in gleich große Stücke schneiden. Den Blumenkohl kochen bis er beim Einstechen vom Messer rutscht.
2. Für die Mayonnaise das Ei trennen, Eigelb mit Essig und Senf verrühren. Mit dem Stabmixer mixen und zeitgleich das Öl tröpfchenweise hinzugießen. So lange wiederholen, bis sich die Masse von der Gefäßwand löst, mit Salz, Pfeffer und Xylit abschmecken. Mit der Wasabipaste verrühren und kalt stellen.
3. Sesamsamen in eine flache Schüssel geben. Macadamia-Nüsse hacken und mit dem Sesam vermischen.
4. Putensteaks leicht trocken tupfen (die Panade muss noch an der Oberfläche haften können), mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen und in der Sesam-Macadamia-Mischung gründlich wenden. Putensteaks von beiden Seiten etwa 2 Min. scharf anbraten, im Ofen 8 Min. bei 150 °C fertig garen.
5. Blumenkohl abschütten und in einem Sieb abtropfen lassen. Avocado halbieren, Stein entfernen und Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben. Avocado mit Blumenkohl pürieren. Mit Muskat, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.





SELBSTGEMACHT: ZAUBERHAFT WEIHNACHTSKARTEN

Weihnachtskarten selbst zu basteln, ist eine schöne Möglichkeit, individuelle und kreative Festtagsgrüße zu verschicken. Auch im digitalen Zeitalter kommen selbst gestaltete Kunstwerke bei Freunden und Verwandten prima an – denn was zählt, ist die persönliche Geste. Hier ein paar Tipps:



Originell: Knopf-Weihnachtskugeln
Eine originelle und unkomplizierte Methode, Weihnachtskarten zu gestalten, ist die Verwendung von Knöpfen als Weihnachtskugeln. Diese Technik erfordert nur wenige Materialien und ist dennoch äußerst wirkungsvoll. Bunte Knöpfe in verschiedenen Größen werden auf die Kartenvorderseite geklebt. Malen Sie nun mit dem Stift einen geraden senkrechten Strich vom obersten Punkt der Kugel bis zum oberen Kartenrand. Optional: In derselben Farbe schreiben Sie unten rechts „Frohe Festtage“ oder einen anderen Weihnachtswunsch bzw. -gruß. Zusätzlich können Sie aus einem Band eine

kleine Schleife binden und auf den Punkt zwischen Kugel und Linie kleben.

Einzigartig: Mit Nadel & Faden
Sticken Sie einfache Motive wie Tannenbäume, Sterne oder Schneeflocken mit Garn auf Papier. Zunächst das gewünschte Motiv mit einem Stift vorzeichnen, dann mit einer Nadel entlang der Linien Löcher durch das Papier stechen, durch die schließlich das Garn gezogen wird. Diese Methode erfordert etwas mehr Geduld und Geschick, belohnt jedoch mit einer einzigartigen Haptik und einer besonderen Optik. Die Kombination verschiedener Basteltechniken bietet spannende Möglichkeiten: So können beispielsweise die zuvor beschriebenen Knopf-Kugeln mit gestickten Motiven, beispielsweise ein Tannenbaum mit Kugeln, auf einer Karte vereint werden.

Effektvoll: Der Glitzer-Baum
Für das schillernde Motiv brauchen Sie eine vorgefaltete Karte (z. B. weiß), Glitzerstreuer (z. B. goldfarben), Kleber, Bleistift und Schere. Zeichnen Sie zuerst mit einem Bleistift und einer Vorlage einen Weihnachtsbaum auf Ihre Karte. Füllen Sie das Motiv dann vollständig mit Kleber aus. Dann sorgfältig und möglichst gleichmäßig Glitzer darüberstreuen. Wenn der Kleber inklusive Glitzer getrocknet ist, die restlichen Glitzerteilchen von der Karte klopfen. Ob Elch oder Engel – diese Technik funktioniert natürlich auch mit jedem anderen weihnachtlichen Motiv.

SCHON GEWUSST?

Bevor die erste Weihnachtskarte verschickt wurde, schickte man sich hübsch verzierte Weihnachtsbriefe mit Gedichten, Sprüchen und guten Wünschen. Die vermutlich erste Weihnachtskarte ließ der Brite Henry Cole 1843 in England drucken – wahrscheinlich, weil ihm die Zeit oder Lust für den aufwendigeren Brief fehlte. Gestaltet wurde sie von dem Maler John Callcott Horsley. Das Motiv: eine bürgerliche Familie beim Abendessen. Der Text: „Merry Christmas and a Happy New Year to You.“ Insgesamt 1.000 Stück wurden gedruckt. Cole verschickte einen Teil selbst, den Rest verkaufte er für 1 Schilling pro Stück. Ein stolzer Preis für die damalige Zeit. Noch erstaunlicher ist der Betrag, der 2009 für eine der Ur-Weihnachtskarten bei einer Versteigerung gezahlt wurde: knapp 30.000 Euro.

SPRUCH DER WOCHE

Kreativität ist der Spaß, den man als Arbeit verkaufen kann.

Andy Warhol, amerikanischer Künstler und Pop-Art-Pionier (1928–1987)

Wochenhoroskop

WIDDER (21.03.–20.04.)

Ihre Neugierde eröffnet neue Wege und Ihre Entschlossenheit wird belohnt. Sie entdecken ungeahnte Möglichkeiten.

STIER (21.04.–20.05.)

Geduld und Beständigkeit führen zu stabilen Ergebnissen. Verlassen Sie sich auf Ihre innere Ruhe, um Herausforderungen zu meistern.

ZWILLINGE (21.05.–21.06.)

Ihre Kommunikationsfähigkeit öffnet Türen. Nutzen Sie sie, um Netzwerke zu knüpfen und wertvolle Verbindungen aufzubauen.

KREBS (22.06.–22.07.)

Tiefe Emotionen schaffen intensive Momente. Die Zeit ist günstig, um Beziehungen zu vertiefen und Anliegen zu klären.

LÖWE (23.07.–23.08.)

Ihre Ausstrahlung zieht andere magisch an. Nutzen Sie diese Kraft, um Ihre Visionen zu teilen und Unterstützung zu gewinnen.

JUNGFRAU (24.08.–23.09.)

Präzision und Klarheit bestimmen Ihren Weg. Die Fähigkeit, komplexe Details zu durchschauen, bringt Ihnen wichtige Erkenntnisse.

15.11.–21.11.2024

WAAGE (24.09.–23.10.)

Eleganz prägt Ihr Handeln. Genießen Sie die Schönheit des Moments und schaffen Sie harmonische Verbindungen.

SKORPION (24.10.–22.11.)

Leidenschaft und Intensität treiben Sie an. Ihre innere Kraft lässt Sie Hindernisse überwinden und Neues gestalten.

SCHÜTZE (23.11.–21.12.)

Abenteuerlust führt zu aufregenden Erlebnissen. Lassen Sie sich von Ihrer Entdeckerfreude leiten und genießen Sie die Reise.

STEINBOCK (22.12.–20.01.)

Ihre Zielstrebigkeit zahlt sich aus. Langfristige Pläne nehmen Gestalt an, und Sie kommen Ihren Träumen einen Schritt näher.

WASSERMANN (21.01.–19.02.)

Unabhängigkeit und Einfallsreichtum bringen frischen Wind. Ihre kreativen Ideen setzen neue Impulse und inspirieren Ihr Umfeld.

FISCHE (20.02.–20.03.)

Einfühlungsvermögen stärkt Ihre Beziehungen. Ihr feines Gespür für Stimmungen schafft eine Atmosphäre der Geborgenheit.

Lassen Sie sich im nächsten Heft von den Traditionen und Aromen der Adventsgewürze verzaubern.

Ausgabe 47
gibt es ab dem 22.11.2024
in Ihrem Fachgeschäft.



Foto: Diamant Zucker

HERAUSGEBER UND VERLAG:
B&L MedienGesellschaft mbH & Co.KG,
Max-Volmer-Straße 28, 40724 Hilden
Tel.: 0 21 03/20 40, Fax: 0 21 03/20 42 04
E-Mail: leserservice@blmedien.de
Internet: www.blmedien.de
Erscheinungsweise: wöchentlich



vereinigt mit Bäckerstolz

REDAKTION:
Verantwortlich: Stephan Toth (V.i.S.d.P.)
Redaktion & Grafik: Judith Kröning,
Miriam Distel, Franziska Lühmann
Eine Teilaufgabe der deutschen Ausgaben
beinhaltet ein TV-Programm.
Programmredaktion:
Hansen, Lietzenmayer & Toth GmbH & Co. KG,
Max-Volmer-Straße 28, 40724 Hilden

VERTRIEB:
Peter Groll (Vertriebsanschrift siehe unter Verlag)

ANZEIGENMARKETING UND -VERWALTUNG:
B&R MedienService GmbH,
Zeithstr. 30–38, 53721 Siegburg
Tel. 0 22 41/17 74-0, Fax: 0 22 41/17 74-20
E-Mail: kontakt@brmedien.de
Anzeigenleitung: Martin Wetzel
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Martin Wetzel, Tel.: 0 22 41/17 74-14
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 56 vom
01.01.2024

ÖSTERREICH-REPRÄSENTANTZ:
Österreichischer Kundenzeitschriften-Verlag
Medien- und Marketing Gesellschaft mbH,
Hirschstettner Str. 19/Z/212, 1220 Wien
Telefon: 01/406 79 80, Fax: 01/408 82 40
E-Mail: oekv-medien@oekv-medien.at
Internet: www.oekv-medien.at
Erscheinungsweise: 14-täglich
Redaktion: Harald Schachinger
Anzeigenrepräsentanz Österreich:
Österreichischer Kundenzeitschriften-Verlag
siehe unter Österreich-Repräsentanz
Gültige Anzeigenpreisliste Nr. 56 vom 01.01.2024

DRUCK:
Radin Print, 10431 Sv.Nedelja/Croatia

Für unverlangt eingesandte Beiträge wird keine Haftung übernommen. Nachdruck oder sonstige Verbreitung in Papierform oder digital ist weder in Auszügen noch als Ganzes ohne vorherige Genehmigung des Verlages gestattet.

Lukullus

Das Kundenmagazin aus Ihrer Fleischerei

**Entdecken,
kochen und
genießen!**

Lukullus-online.de

Foto: Alexander Raths, stock.adobe.com

Jetzt wieder erhältlich

Carmol[®] tut wohl[®]

Originalrezeptur seit 1611

flüssiger „Alleskönner“
hilft mit der Kraft
traditioneller
Heilpflanzen

- Einschlafprobleme
- Nervosität,
Schlafstörungen
- Unwohlsein,
Magenbeschwerden
- Völlegefühl
- Husten bei Erkältung



Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Unterstützung der Verdauungsfunktion, zur Besserung des Befindens bei Unwohlsein ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Erhältlich in Ihrer Apotheke.

Schuck GmbH • 90571 Schwaig • www.carmol-tropfen.de

ZUM SCHMUNZELN ...

Eine Maus und ein Elefant baden am See. Während der Elefant schon fröhlich im Wasser plantscht, rennt die Maus aufgeregt am Ufer hin und her. Nach einer Weile ruft sie dem Elefanten zu, er möge doch mal aus dem Wasser kommen. Schwerfällig bequemt sich das große Tier aus dem Wasser. Die Maus guckt kurz und sagt: „Ach, schon gut, du kannst wieder reingehen. Ich wollte nur sehen, ob du aus Versehen meine Badehose angezogen hast.“



Paulchen zu seiner großen Schwester: „Rate mal, was das ist: Es ist rund zwei Zentimeter groß, hat einen abgeflachten Körper und Klammerbeine mit Klauen.“ Die Schwester genervt: „Keine Ahnung, sag es mir schon.“ Paulchen: „Ich weiß es auch nicht, aber es krabbelt auf deinem Hals.“

Die begeisterte Hobbymalerin ist im Zoo, um einen Elefanten zu malen. Als sie fertig ist, zeigt sie das Kunstwerk voller Stolz ihrem Enkel und fragt: „Soll ich es auch dem Elefanten zeigen?“ Klein Peter überlegt kurz und rät: „Besser nicht. Elefanten sind sehr empfindsam und vergessen nichts.“

Treffen sich zwei Zwiebeln zum Knobeln. Kommt eine Zehe dazu und sagt: „Ich Knoblauch.“



... UND RÄTSELN!

Lösen Sie das Kreuzworträtsel!

Postenkette, Abspernung	Raserei, ungezügelter Wut	dunkel, finster	von Wasser umgebenes Land	Entwicklungsabschnitt	belgischer Kurort	akust. Signalgerät	Stadt im Sauerland (NRW)
→		↓		↓	→		
Tierhöhle			Hundekrankheit	↓			fressen (Wild)
→							
Hartschalenfrucht	früher; lieber				ein Himmelskörper	chem. Zeichen für Radium	
→			dünnes Blättchen, Scheibe				
Musical von A. Lloyd Webber				persönl. Fürwort (dritte Person)		Lotterieteilschein	
→							
Raumtonverfahren (Kzw.)	griechische Friedensgöttin					Abk. für Europäische Union	
→					hager, mager		

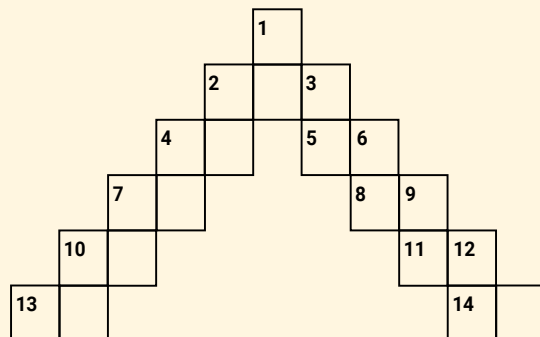
Füllen Sie diese Silbentreppe wie ein normales Silbenkreuzworträtsel aus. In jedes Feld gehört eine Silbe.

Waagrecht

2 Tiefen-, Höhenmessgerät; 4 italienischer Fluss; 5 Kultgegenstand; 7 Pfingstvogel; 8 Europäer; 10 Zierlatte; 11 Regierungsorgan einiger Städte; 12 Tageblatt; 14 Zeitpunkt, Frist

Senkrecht

1 Autozubehör (Kurzwort); 2 männl. Borstentier; 3 Glücksspiel; 4 Alpenland; 6 Geschwindigkeit; 7 Rennbahn; 9 Traubenernte; 10 Führung, Führerschaft; 12 Schlange



Lösung: Waagrecht: 2) Echo; 3) Lot; 4) Tiber; 5) Totem; 6) Tiro; 7) Prol; 8) Pole; 9) Leiste; 10) Senat; 11) Zeitungs; 12) Termin; 13) Zeitungs; 14) Termin; Senkrecht: 1) Tacho; 2) Echlot; 3) Eber; 4) Tiber; 5) Tiber; 6) Tiro; 7) Prol; 8) Pole; 9) Leiste; 10) Senat; 11) Zeitungs; 12) Termin; 13) Zeitungs; 14) Termin