

BÄCKER BLUME

45

08. November 2024



Vereinigt mit
Bäckerstolz



*Schokolade:
Zum Dahinschmelzen*

*Heizkosten sparen -
so geht's!*



*Für Naschkatzen –
Süße Hauptgerichte*

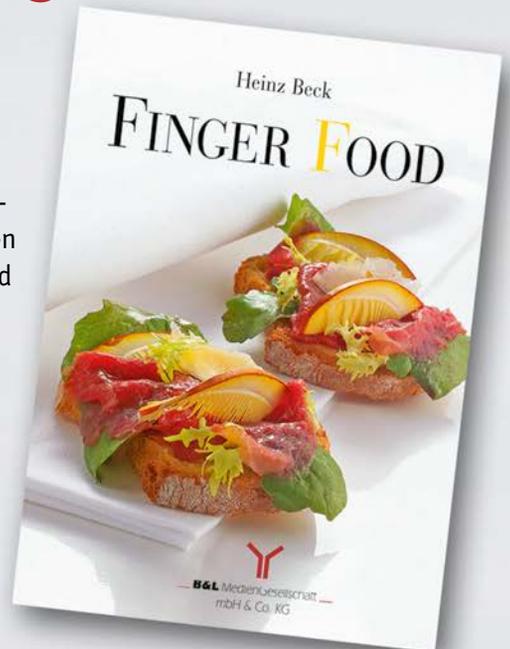
HEINZ BECK:

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...

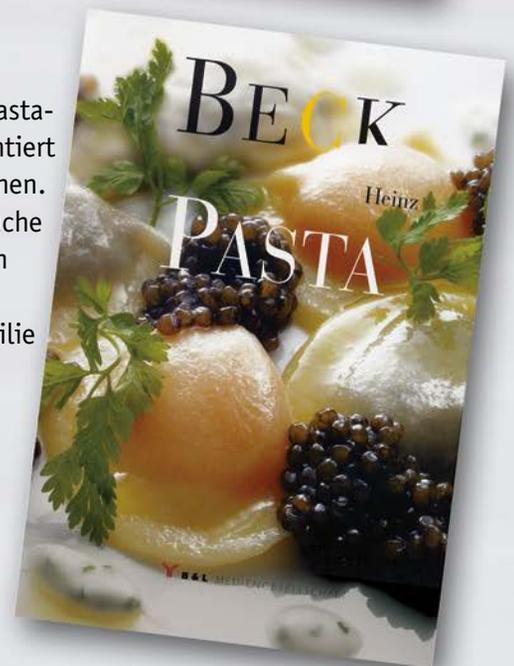
102 Seiten,
47 Fotos, 43 Rezepte
€ **39,80**



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.

Schokolade

Zum Dahinschmelzen

Ob Schoko-Croissant, Schoko-Muffin, Schokoladentorte oder ein zarter Schoko-Aufstrich auf frisch gebackenem Brot vom Handwerksbäcker – Schokolade ist ein Genuss für jedermann, nicht nur für eingefleischte Schokoholics. Wussten Sie schon? In Deutschland wird neben der Schweiz besonders viel Schokolade genossen: Ca. 9 kg pro Person im Jahr, das entspricht etwa 90 Tafeln!

Geschichte der Schokolade

Bereits vor etwa 3.500 Jahren stellten die Ureinwohner Amerikas aus gerösteten und zermahlenden Kakaobohnen das Getränk „Xocoatl“ her. Für sie war Kakao ein Geschenk des gefiederten Gottes Quetzalcoatl, der Himmel, Erde und Wind vereinte. Die herbe, ungesüßte Kakaozubereitung „xocoatl“ setzt sich aus den Begriffen xococ (= sauer, herb, würzig) und atl (= Wasser) zusammen. Mit der Eroberung Amerikas gelangte das Getränk samt Kakaobohne nach Europa, fand dort jedoch zunächst wenig Anklang. Erst durch die Zugabe von Honig oder Rohrzucker begann der Siegeszug der Kakaoerzeugnisse weltweit. Aus „xocoatl“ entwickelte sich allmählich die Schokolade, wie wir sie heute kennen. Die Spanier kombinierten das bittere Kakaopulver mit Milch und Zucker, und Kakao wurde zum beliebten Heißgetränk wohlhabender Europäer. Im 19. Jahrhundert machte die industrielle Produktion das einstige Luxusgut auch für die breite Masse erschwinglich. Die erste feste Schokolade kam 1848 auf den Markt.

So erkennen Sie hochwertige Schokolade

Die Qualität von Schokolade lässt sich bereits an der Zutatenliste erkennen: Je weniger Zutaten sie enthält und je höher der Kakaoanteil, desto hochwertiger ist das Produkt.

Schokolade richtig lagern

Grundsätzlich sollte Schokolade kühl, trocken, dunkel und geruchsneutral gelagert werden. Wenn sie zu warm aufbewahrt wird oder großen Temperaturschwankungen ausgesetzt ist, verliert sie ihren Glanz und es können sich weiße Schlieren, sogenannter Fettreif (engl.: *Fat bloom*), bilden. Zuckerreif (engl.: *Sugar bloom*) hingegen erkennt man an einer rauen, ungleichmäßigen Schicht auf der Schokolade. Auch wenn diese Erscheinungen nicht auf Schimmel hinweisen, geht damit ein Qualitätsverlust einher. Schokolade sollte nicht in der Nähe stark riechender Lebensmittel aufbewahrt werden, da sie fremde Gerüche leicht annimmt. Besonders weiße Schokolade ist geruchsempfindlich. Dunkle Schokolade beginnt aufgrund ihres höheren Kakaoanteils später zu „schwitzen“ als helle Sorten. Dunkle Schokolade ist etwa 2 Jahre haltbar, Milchschokolade rund 1,5 Jahre und weiße Schokolade etwa 1 Jahr. Die optimale Lagertemperatur für Schokolade liegt zwischen 12 und 18 °C. Schokolade sollte nicht im Kühlschrank oder Gefrierfach aufbewahrt werden, da sie sonst bröckelig wird und ihren Glanz verliert.

Schokoladensorten im Vergleich

Bitterschokolade:

Sie zeichnet sich durch einen besonders hohen Kakaoanteil von 70 % aus, während Zartbitterschokolade etwa 55 % Kakao enthält. Bitterschokolade enthält nur wenig oder gar keine Milch und hat eine feste Konsistenz. Je höher der Kakaoanteil, desto intensiver und herber der Geschmack.

Vollmilch- oder Milkschokolade:

Diese Schokolade enthält neben Kakao- masse auch Milch oder Milchpulver und ist dadurch süßer und kalorienreicher als Bitterschokolade. Ihre Konsistenz ist weich und cremig. In Deutschland ist Milkschokolade die beliebteste Schokoladensorte.

Weißer Schokolade:

Streng genommen ist weiße Schokolade keine echte Schokolade, da sie kein dunkelfärbendes Kakaopulver enthält. Stattdessen besteht sie aus Kakaobutter, deren hellgelbe Farbe typisch für weiße Schokolade ist. Weitere Zutaten sind Zucker, Milch und Aromastoffe wie Vanille.

Gesundheitsfaktor: Dunkle oder Vollmilch-Schokolade?

Aus ernährungswissenschaftlicher Sicht ist dunkle Schokolade gesünder als Vollmilch- oder weiße Schokolade. Dunkle Schokolade ist zudem kalorienärmer und enthält mehr Mineralstoffe. Je höher der Kakaoanteil (ideal sind 70 bis 85 %), desto geringer ist automatisch der Zuckeranteil.

Manchmal muss es einfach etwas Süßes sein: Wenn Aprikosen-Kokos-Crumble, Apfelaufauf, süße Hefeklöße oder Bananen-Pfannkuchen mit Schokosauce auf den Tisch kommen, werden sofort Kindheitserinnerungen wach. Hier finden Sie süße Hauptgerichte, die uns glücklich machen und auch schon mal wahre Seelentröster sind. Verführung pur!

Mmh... Süße Hauptgerichte Für Naschkatzen



Zur Aprikosen-Saison können Sie natürlich auch frische Früchte verwenden.

Unser Titelrezept!

Unsere Tipps:

Hefeklöße mit zerlassener, gebräunter Butter, Zimt-Zucker oder mit Kompott servieren. Gegarte Hefeklöße mit 2 Gabeln etwas aufreißen, damit Dampf entweichen kann.

Aprikosen-Kokos-Crumble

Zutaten (für 4 Personen)

1 Dose	Aprikosen (ca. 480 g Abtropfgewicht)
90 g	Zucker
2 TL	Vanilleextrakt
1 Prise	Zimt (n. B.)
100 g	Mehl
50 g	Haferflocken
1 Prise	Salz
100 g	kalte Butter (in kleine Stücke geschnitten)
50 g	Kokoschips
250 g	Ricotta
1 EL	Puderzucker

Zubereitung

- Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Dosenaprikosen abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Mit 10 g Zucker, 1 TL Vanilleextrakt und Zimt (nach Belieben) vermischen. Die Mischung in eine gefettete Auflaufform geben.
- In einer weiteren Schüssel Mehl, Haferflocken, 80 g Zucker und Salz vermengen. Die kalte Butter hinzugeben und mit den Fingerspitzen zu Streuseln verarbeiten. Zum Schluss die Kokoschips unterheben.
- Streusel gleichmäßig über die Aprikosenmischung in der Auflaufform verteilen und in den vorgeheizten Ofen stellen. Für etwa 20–25 Min. backen, bis der Crumble goldbraun ist und die Aprikosen leicht gebräunt sind.
- Während der Crumble im Ofen ist, den Ricotta in einer kleinen Schüssel mit dem Puderzucker und 1 TL Vanilleextrakt als Topping glatt rühren.
- Den Aprikosen-Crumble aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Den Crumble warm servieren, dabei jeweils einen Löffel Ricotta-Topping auf jede Portion geben.

Klassische süße Hefeklöße

Zutaten (für 4 Portionen)

125 ml	Milch
50 g	Butter
300 g	Weizenmehl
je 1 Pck.	Trockenbackhefe und Vanillezucker (z. B. Dr. Oetker)
50 g	Zucker
1/2 TL	Salz
1	Ei (Gr. M)

Zubereitung

- Milch in kleinem Topf erwärmen, Butter darin zerlassen. Mehl mit Trockenbackhefe in Rührschüssel sorgfältig vermischen. Restliche Zutaten und lauwarmer Milch-Fett-Mischung hinzufügen.
- Zutaten mit Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu glatten Teig verarbeiten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen – bis er sich sichtbar vergrößert hat (etwa 40 Min.).
- Teig leicht mit Mehl bestreuen, aus Schüssel nehmen und auf leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. Teig zur Rolle formen, Teigrolle in etwa 8 gleich große Stücke schneiden, mit bemehlten Händen zu Klößen formen, auf ein bemehltes Brett legen. Klöße an warmen Ort nochmals gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben (etwa 15 Min.).
- Ein Tuch recht straff über einen möglichst breiten Topf mit kochendem Wasser spannen. Tuch mit einem Band (z. B. Paketband) festbinden, mit Mehl bestreuen, Klöße darauflegen und eine hitzebeständige Schüssel als Deckel daraufsetzen. Hinweis: Schüssel kann sehr heiß werden. Klöße bei mittlerer Hitze in 20–25 Min. garen (zur Garprobe mit einem Holzstäbchen in die Klöße stechen, es darf kein Teig mehr daran kleben).



Unser Tipp:
Den Pfannkuchenteig
statt mit Buttermilch
mit Milch zu-
bereiten.

Mini-Bananen-Pfannkuchen mit Schokosauce

Zutaten (für 4 Personen)

2	Bananen
400 ml	Buttermilch
1	Ei (Gr. M)
1 Pck.	Pfannkuchen-Mischung (190 g, z. B. Dr. Oetker)
etwas	Butterschmalz
etwa 100 ml	Schokoladensauce

Zubereitung

1. Bananen schälen und in kleine Stücke schneiden.
2. Buttermilch in eine Rührschüssel geben. Ei sowie Pfannkuchen-Mischung hinzufügen und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Bananenstücke unterrühren.
3. Etwas Fett in der Pfanne erhitzen. Pro Pfannkuchen etwa 1 1/2 EL Teig hineingeben und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun backen. Auf diese Weise etwa 14 kleine Pfannkuchen backen.
4. Bananen-Pfannkuchen mit Schokoladensauce besprenkeln und warm servieren. Nach Belieben die Bananen-Pfannkuchen mit Puderzucker bestreuen und mit Bananenscheiben verzieren.

Apfelauflauf

Zutaten (für 4 Personen)

Für die Auflaufform (Inhalt ca. 2 Liter)
etwas Fett

Für den Apfelauflauf

800 g Äpfel, z. B. Elstar
100 g Butter
4 Eier (Gr. M)
125 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker (z. B. Dr. Oetker)
je 1 TL Zimt und Backpulver
125 g Weizenmehl
250 ml Milch
50 g gehobelte Mandeln
(z. B. Dr. Oetker)
etwas Puderzucker

Zubereitung

1. Äpfel schälen, vierteln und in Spalten schneiden. Butter zerlassen. Auflaufform fetten. Backofen vorheizen (Ober- und Unterhitze: etwa 180 °C, Heißluft: etwa 160 °C).
2. Eier mit Zucker, Vanillezucker und Zimt in einer Rührschüssel mit einem Mixer schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen und kurz unterrühren. Milch und zerlassene Butter zuletzt unterrühren. Die Apfelspalten unter den Teig heben und in der Auflaufform gleichmäßig verteilen. Mit gehobelten Mandeln bestreuen.
3. Apfelauflauf im Backofen etwa 35 Min. backen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.





Unser Tipp:
Vanillesauce
schmeckt dazu
besonders gut.

Buchteln mit Pflaumen-Cranberry-Mus

Zutaten (für 12 Buchteln)

Für das Mus:

350 g	Pflaumen (entsteint gewogen)
150 g	frische Cranberrys (vorbereitet gewogen)
100 g	Einmachzucker (z. B. Diamant)
je 1	Zimtstange und Sternanis

Für die Buchteln:

1	Bio-Zitrone
250 ml	Milch
75 g	Butter (oder Margarine)
20 g	frische Hefe
75 g	Zucker (z. B. Diamant)
500 g	Mehl
1 Pck.	Vanillezucker
1 Prise	Salz
1	Ei (Gr. M)
30 g	Butter zum Bestreichen
2–3 EL	Puderrucker (z. B. Diamant)

Zubereitung

1. Für das Mus Pflaumen und Cranberrys mit Einmachzucker und Gewürzen mischen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Frucht-Zucker-Mischung erhitzen und bei kleiner Hitze im offenen Topf unter Rühren ca. 45 Min. dick einkochen lassen. Immer wieder rühren. Gewürze entfernen. Mus sofort in Gläser füllen und gut verschließen.
3. Für die Buchteln Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und Schale abreiben. Die Hälfte der Milch mit 75 g Butter erwärmen. Dann restliche Milch dazugeben. Hefe zerbröckeln und mit 1 EL Zucker mischen. Stehenlassen, bis sich die Hefe verflüssigt hat. Mehl mit Hefe, restlichem Zucker, Vanillezucker, Salz, Ei, Zitronenschale und lauwarmer Milch-Butter-Mischung ca. 5 Min. zu glattem Teig verkneten. Abgedeckt, ca. 45–60 Min. gehen lassen, bis sich der Teig deutlich vergrößert hat.
4. Teig kurz per Hand durchkneten. Dann in 12 gleich große Stücke teilen. Zu Kugeln formen, flach drücken, jeweils 1–2 TL Mus in Mitte geben, mit Teig umschließen und wieder zu Kugeln formen. Gefüllte Kugeln in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (26 cm ø) nebeneinander setzen. 30 g Butter zerlassen, Kugeln damit bestreichen und nochmals ca. 30 Min. gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 20–25 Min. goldbraun backen. Mit Puderrucker bestreuen und warm servieren.



Englischer Brotpudding mit Zimt

Zutaten (für 8 Portionen)

1	Weißbrot (550 g, vom Vortag, von Ihrem Handwerksbäcker)
350 ml	Milch
250 ml	frische Schlagsahne (z. B. Milram)
3	Eier (Gr. M)
1 Prise	Zimt
1 TL	Vanille-Extrakt
100 g	Zucker
40 g	Rosinen
40 g	Butter
1 EL	Puderzucker
300 ml	Dessert-Sauce (z. B. Milram)

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Das Weißbrot in kleine Stücke schneiden oder zupfen und in eine gefettete Auflaufform schichten.
2. Milch, Sahne, Eier, Zimt, Vanille-Extrakt, Zucker und Rosinen mit einem Schneebesen verquirlen. Die Mischung über das Brot gießen und darauf achten, dass die Rosinen nicht oben aufliegen, da sie beim Backen sonst verbrennen könnten.
3. Die Butter in einem Topf schmelzen und über das Brot gießen. Die Auflaufform in den Ofen stellen und in 25 Min. goldbraun backen.
4. Den Brotpudding aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Noch warm mit Puderzucker bestreuen und mit Dessert-Sauce servieren.

Ursprünglich zur Verwertung alter Brotreste erfunden, zählt der „Bread and Butter Pudding“ heute zu den beliebtesten Süßspeisen in Großbritannien und erinnert damit an den deutschen Scheiterhaufen oder Ofenschlupfer.



HEIZKOSTEN SPAREN – SO GEHT'S!



Wenn es draußen kälter wird, freut man sich über eine wohlig-warme Wohnung. Aber: Nur wenige denken darüber nach, wie viel Energie beim Heizen verbraucht wird. Tatsächlich machen Heizkosten den größten Anteil der Nebenkosten in privaten Haushalten aus. Sie möchten Geld sparen? Dann sollten Sie unsere Tipps zum günstigen Heizen beherzigen.

Der richtige Dreh Mit Hilfe eines Heizkörperthermostats – das ist der zylinderförmige Plastikgriff an der Seite eines Heizkörpers – lässt sich die Temperatur in jedem Raum individuell einstellen. Einmal richtig eingestellt misst das Thermostatventil laufend die Raumlufttemperatur, sorgt dafür, dass die gewünschte Zimmertemperatur konstant bleibt. Damit das funktioniert, müssen Sie wissen, was die Ziffern oder Striche auf dem Thermostat bedeuten: Den Zahlen 1–5 werden grob die Temperaturen in 4er-Schritten zugeordnet, beginnend von 12 °C (1) bis 28 °C (5). Die Striche oder Punkte zwischen den Ziffern sind entsprechen 1-Grad-Schritte. Wenn Sie in einem Raum also 20 °C haben möchten – ideal für Wohn- und Badezimmer –, stellen Sie den Temperaturregler auf 3. In Schlafzimmer und Küche reichen 16–18 °C (2–2,5) völlig aus, das ist auch die richtige Temperatur um Schimmel zu vermeiden. Das Sternchen vor der 1 „heizt“ einen Raum auf ca. 5 °C, was dem Frostschutz in leeren Wohnungen oder Häusern dient.

Wohlfühltemperatur einstellen Schon eine um ein Grad niedrigere Raumtemperatur spart durchschnittlich rund sechs Prozent Energie. Deshalb ist es wichtig immer nur die Temperatur einzustellen, die sie am Ende erreichen möchten. Alles andere ist Verschwendung. Wenn Sie nicht sicher sind, wie

viel Grad Ihrer Wohlfühltemperatur entsprechen, testen Sie dies strich- nicht stufenweise aus. Kälter als 16 °C sollte selbst im Winter kein Raum sein, sonst kann sich Schimmel bilden. Nachts können Sie die Heizung in Bad und Wohnzimmer ruhig um 3–4 °C herunterdrehen, das spart zusätzlich Kosten.

Heizkörper und -thermostat überprüfen Heizungen arbeiten nur effektiv, wenn sie auch voll funktionsfähig sind. Gluckert die Heizung oder sie wird nicht richtig warm, dann ist vermutlich Luft im Heizkörper. Er muss entlüftet werden. Je nach Art der Heizung können Sie dies mit einem Entlüftungsschlüssel (z. B. erhältlich im Sanitär-Fachgeschäft) selber machen. So können Sie Ihre Heizkosten um bis zu 15 % senken. Auch ein nicht mehr voll funktionstüchtiges Thermostat verschwendet Energie. Hier gilt: Nach ca. 15 Jahren Thermostate unbedingt erneuern.

Heizkörper nicht verdecken Viel Heizkörper stehen in Nischen. Das bedeutet, dass die Wände hinter ihnen oft dünner sind. Handelt es sich dabei um Außenwände, geht Wärme nach draußen verloren. Dagegen helfen mit einer Aluminiumschicht bezogene Styroporplatten. Diese gibt es im Baumarkt zu kaufen. Schneiden Sie diese auf die richtige Größe zu und klemmen Sie sie hinter den Heizkörper. Bei weniger Platz hilft auch eine Dämmfolie. Vor dem Heizkörper sollte hingegen alles frei sein. Möbel oder Vorhänge vor der Heizung würden dafür sorgen, dass der Raum nicht optimal beheizt wird. Das gilt auch für eine Fußbodenheizung: Schwere, dichte Teppiche vermindern den Heizeffekt.

Wichtig fürs Raumklima: Lüften Ob Atmen, Kochen, Duschen oder Wäschewaschen – all diese Dinge geben Wasser in Form von

Dampf ab. Damit das Wohnklima angenehm bleibt und sich in den Räumen kein Schimmel bildet, müssen Sie also lüften. Ideal ist eine Luftfeuchtigkeit von 40–60 %. Um diese zu erreichen, sollte selbst an eiskalten Wintertagen mindestens 2x täglich gelüftet werden. Die Fenster zu kippen ist dabei keine Option: Denn so tauscht sich die verbrauchte Luft am langsamsten aus. Ein großer Wärmeverlust und somit hoher Energieverbrauch ist die Folge. Effektiv ist das sogenannte Stoßlüften. Dabei öffnen Sie alle Fenster eines Raumes so weit wie möglich, ideal ist es, wenn Sie Durchzug erzeugen können. Bei Temperaturen unter dem Gefrierpunkt reichen 6–8 Min., bei kühlen Temperaturen über 0 °C sollten Sie rund 10 Min. lüften. Wichtig: Vor dem Lüften die Heizung abstellen. Da sich frische, kalte Luft schnell wieder aufheizt, geht so kaum Energie verloren.

Zugluft aussperren Ihnen ist öfter kalt, obwohl die Heizung wohl temperiert ist? Dann machen Sie den Flackertest: Stellen Sie ein Teelicht oder eine Kerze vors Fenster und schauen Sie, ob die Flamme flackert. Falls ja, sollten Sie Dichtungsgummi für die Fensterfugen dort anbringen. Auch der untere Türspalt lässt gerne kalte Luft durch. Wenn sich also hinter der Tür ein kalter Raum befindet, unbedingt abdichten! Z. B. mit speziellen Leisten oder einer Stoffrolle.

Rolläden nachts schließen Eigentlich sind Rolläden ja als Sichtschutz gedacht, sie können aber auch helfen, Heizkosten zu sparen. Wer die Rolläden nach Einbruch der Dunkelheit schließt, reduziert den Wärmeverlust des Raumes um bis zu 20 %. Das bedeutet weniger Heizkosten. Wer Rollos runterlässt und Vorhänge zuzieht, spart ebenfalls ein paar Prozent.

Wochenhoroskop

08.11.-14.11.2024

WIDDER (21.03.-20.04.)

Verträumte Momente fördern kreative Prozesse. Ihre Sensibilität lässt Sie tief in Ihre Fantasie eintauchen und Neues erschaffen.

STIER (21.04.-20.05.)

Visionäre Gedanken inspirieren zu Veränderungen. Setzen Sie Ihre Ideen in die Tat um, um positive Entwicklungen anzustoßen.

ZWILLINGE (21.05.-21.06.)

Verantwortungsbewusstsein und Disziplin stehen im Vordergrund. Ihre konsequente Haltung bringt langfristigen Erfolg.

KREBS (22.06.-22.07.)

Freiheitsdrang und Optimismus treiben Sie an. Nutzen Sie Ihre positive Einstellung, um neue Abenteuer zu erleben.

LÖWE (23.07.-23.08.)

Innere Stärke und Entschlossenheit zeichnen Sie aus. Ihre intensive Art hilft, wichtige Projekte erfolgreich abzuschließen.

JUNGFRAU (24.08.-23.09.)

Gleichgewicht und Ausgeglichenheit prägen Ihre Tage. Fokussieren Sie sich auf das Schöne und genießen Sie die Harmonie.

WAAGE (24.09.-23.10.)

Effizienz und Ordnung bringen Sie voran. Ihre Fähigkeit, komplexe Aufgaben zu strukturieren, wird besonders wertvoll sein.

SKORPION (24.10.-22.11.)

Selbstvertrauen führt zu glänzenden Momenten. Ihre Präsenz wird geschätzt, und Sie übernehmen mühelos eine führende Rolle.

SCHÜTZE (23.11.-21.12.)

Herzlichkeit und Fürsorge stärken familiäre Bande. Ihre liebevolle Art schafft eine harmonische Atmosphäre im Zuhause.

STEINBOCK (22.12.-20.01.)

Abwechslung und Spontaneität sorgen für frischen Wind. Lassen Sie sich von Ihrer Neugier leiten, entdecken Sie neue Interessen.

WASSERMANN (21.01.-19.02.)

Ein Moment der Reflexion bringt Klarheit. Nutzen Sie die Ruhe, um Prioritäten zu überdenken und neue Wege zu planen.

FISCHE (20.02.-20.03.)

Entschlossenheit und Durchhaltevermögen bringen Sie voran. Setzen Sie Ihre Energie gezielt ein.

Lukullus

Das Kundenmagazin aus Ihrer Fleischerei

Entdecken, kochen und genießen!

Lukullus-online.de

The smartphone screen shows the Lukullus website interface. At the top, there's a navigation bar with 'Home', 'Kategorie', and 'Angaben'. Below that, a featured recipe 'Rippen in Biermarinade' is highlighted. A grid of other recipes follows, including 'Schweinekammsteaks in Biermarinade', 'Schweinebraten in Biersoße', 'Flämische Karbonade', 'Zwiebel-Kotelett in Biersauce', 'Südkartoffelsuppe mit Bacon', 'Fleischröhren-Spieße mit Kartoffelknödeln und Schinken', 'Pikantes Bruschetta mit frischen Feigen', 'Feldsalat mit Speck und Walnüssen', and 'Rindercarpaccio mit Büffelmozzarella und Rucola'. A QR code is located at the bottom left of the phone screen.

Nüsse neu entdecken: Rezepte, Tipps und gesunde Genussmomente im nächsten Heft.

Ausgabe 46 gibt es ab dem 15.11.2024 in Ihrem Fachgeschäft.



HERAUSGEBER UND VERLAG:

B&L Medien-Gesellschaft 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

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

**BÄCKER
BLUME**



vereinigt mit Bäckerstolz

ÖSTERREICH-REPRÄSENTANZ:

Österreichischer Kundenzeitschriften-Verlag
Medien- und Marketing Gesellschaft mbH,
Hirschstettner Str. 19/2/212, 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.

missner

Treppenlifte ab 2.990 €

Gern helfen wir
Ihnen, den

**4.000 €
Zuschuss**

zu erhalten!

Kontaktieren Sie uns jetzt!

Detlev Missner Treppenlifte

An der Dorfeiche 1
32429 Minden

 **0571 85447**

oder

0151 10252113

info@missner-treppenlifte.de



- ✓ Bundesweiter Kundendienst
- ✓ Über 20.000 gebaute Treppenlifte
- ✓ Vertrauensvolles Familienunternehmen

Handicare lässt seine Freecurve Anlagen freiwillig vom TÜV Süd prüfen und kann für seine Produkte eine Prüfbescheinigung seitens des TÜV Süd vorweisen. Damit bescheinigt der TÜV, dass die Anlagen den geforderten Sicherheitsstandarts entsprechen und die Produktion überwacht wird.