

# Mendel Post

## In den Wind gesprochen....

Hans Selye hätte seine Erfindung doch irgendwie zum Patent anmelden müssen. Einmal das Wort "Stress" gesagt oder "Ich bin gestresst" - zehn Cent für Hans Selye. Seine Erben würden sich heute unvorstellbaren Wohlstands erfreuen. Einfach erfunden hatte der Wiener Arzt das Wort Stress im Jahr 1936. Er wollte ein Zeitgeistphänomen beschreiben, und tatsächlich nahmen die Menschen den Begriff begierig auf. Offenbar half er ihnen zu beschreiben, wie sie sich fühlten. Auch in Deutschland brächte eine Stress-Steuer gewaltige Summen ein. Das haben in den vergangenen Tagen erneut zwei Umfragen bewiesen. Am Dienstag zeigten AOK und Deutsches Studentenwerk, dass selbst das fröhliche Studentenleben von einst, als sich junge Leute noch freuen, an der Universität ihren Horizont zu erweitern, dem Gefühl von Dauerstress gewichen ist.



Und am Mittwoch präsentierte die Techniker Krankenkasse ihre neueste Umfrage, für die das Meinungsforschungsinstitut Forsa 1200 volljährige Personen befragt hat: 61 Prozent der Deutschen, so heißt es darin, fühlen sich gestresst. Besonders hoch ist der Stresspegel bei den Erwachsenen unter 40 Jahren, von ihnen stehen dreiviertel unter Druck. Insgesamt gab fast jeder vierte Befragte an, häufig gestresst zu sein.

Das mag einem merkwürdig vorkommen, wo doch die Lebenssituation der Menschen zur Jahrhundertwende nicht minder belastend war - in einer Zeit also, als gewöhnliche Häuser nicht einmal Terrassen hatten, weil Ausruhen ohnehin nicht zum Plan des Lebens gehörte - und die Leute in den 1960er-Jahren mit ihrer Sechs-Tage-Woche keineswegs über mehr Freizeit verfügten. Und wir sind heute gestresst?

"Unser Problem ist, dass wir überall performen wollen", sagt Klaus Lieb, Direktor der Psychiatrischen Klinik an der Universität Mainz. Das gelte vor allem für die jüngere Generation: "Man will toll im Job sein, ein guter Partner, ein guter Vater und auch noch sportlich top." Und gewiss sind auch die Anforderungen im Beruf zum Teil stressiger geworden - vor allem, wenn man nie richtig abschalten kann. "Das Problem ist, dass uns heute oft die Inseln der Erholung in unserem Alltag fehlen", sagt der Psychiater Lieb. "Früher gab es außer dem Hörfunk und zwei Fernsehprogrammen eben keine Möglichkeit, sich ständig weiter mit Reizen zu überfluten." Heute sei dagegen auch die Freizeit zum Optimierungsfeld geworden, auf dem man ständig Leistung bringt. "Ich wundere mich immer, dass da ein Manager, der sich am Wochenende einfach um seine Familie kümmern könnte, meint, da auch noch Marathon laufen oder stundenlang fahrradfahren zu müssen", sagt Klaus Lieb.

Bei all dem ist es keine Frage, dass auch persönliche Faktoren dazu beitragen, wie gestresst ein Individuum ist und über wie viel Resilienz, also psychische Widerstandskraft, es verfügt. Zweifellos gibt es Kollegen, die über ein Arbeitspensum stöhnen, das andere mit Freude angehen. Dem Ersten mag es schon zu viel sein, zwei Termine zu koordinieren, der Zweite gerät erst in Bedrängnis, wenn es offenkundig Ärger gibt. Und dem Dritten ist selbst das egal. Manches steckt davon in den Genen, wir sind mit den Anlagen zu mehr oder weniger Resilienz geboren. Aber die Hirnchemie ist nicht alles. Persönliche Eigenschaften tragen zur seelischen Widerstandskraft ebenso bei wie das soziale Umfeld und die Erziehung. Und wie wir am Ende mit Stress umgehen, ist vor allem eine Strategie, die wir - auch später im Leben noch - erlernen können.

Was hilft, ist mehr Gelassenheit. Muss wirklich alles perfekt vorbereitet sein? Tut's nicht auch 'ne Nummer kleiner? Kinder freuen sich auch auf ihre Geburtstagsfeier, wenn nicht alles durchgestylt ist, in einer unaufgeräumten Wohnung lässt es sich auch leben, oft sogar besser, und wenn man die Arbeit mit leichter Qualitätsminderung erledigt, merkt das meist niemand außer einem selbst. Also her mit den Inseln der Unvollkommenheit. Man muss sie aktiv besetzen, wenn man seine Ruhe vor der Hektik und den (eigenen) hohen Ansprüchen haben will. Danach hat man dann auch wieder Lust auf Stress. Die ist uns nämlich auch angeboren. Schon Hans Selye sprach vom guten Stress, vom Eu-Stress. Schade, dass der bisher keine so tolle Karriere hingelegt hat.

Christine Berndt auf SZ

## \*\*\* Die Eiche im Januar \*\*\*

### Unser Menü im Januar

Knödel - Carpaccio  
mit Kernöl und Champignons  
\*\*\*

Münchner Zwiebelkotelett  
mit Kartoffelpüree und Bohnenbündel  
\*\*\*

Geeister Ofenschlupfer mit frischem Obstsalat  
€ 15,-

### Unser „MUSIKER-Fahrplan“

Freitag, 11. Januar: Moni mit der Harfe

Freitag, 18. Januar: Erich mit der Zither

Freitag, 25. Januar: Moni mit der Harfe

Freitags immer abends ab 19 Uhr  
--- Änderungen vorbehalten ---

### UNBEDINGT PROBIEREN

Unser hausgemachter SCHLEHENLIKÖR

Ziegler Nr. 1 WILDKIRSCH

NONNINO GRAPPA Lo Chardonnay

ALTER APFEL vom Ziegler

VOGELBEERSCHNAPS vom Preiss



2cl € 3,00

2cl € 14,50

2cl € 4,50

2cl € 7,50

2cl € 4,50

## Ab Mitte Januar unsere Österreichisch - Steirischen Wochen

mit einer Vielzahl von steirischen Spezialitäten und den passenden österreichischen Weinen

Zum Beispiel gibt's:

Kaspeßknödel-Supp'n mit Gemüsestreifen - Tiroler Speckknödelsupp'n

Zweierlei vom bayerischen Weideochsen - Pfeffersteak und

Ochsen - Backerl - Tiroler Wildgulasch von Reh und Hirsch

Stainzer Wildsauschnitzel in der Kürbiskernpanade mit Schwarzwurzeln

Steirisches Knödel-Kuddel-Muddel

Blunzen-Gröstl G'röstete Blut- und Leberwurst

Unsere Hausgemachte Eichen-Schlutzkrappen mit Vogerlsalat -

und zur Nachspeis gibt's

Salzburger Nockerl auf Vanillepreiselbeeren - Bratapfellikör mit Rahmvanilleeis

Mohr im Hemd mit Schlagobers -



### (Gesetzliche) Feiertage und Schulferien 2019 in Bayern

Dienstag, 01. Januar - Neujahr

Sonntag, 06. Januar - Hl. Drei Könige

Samstag, 02. Februar - Maria Lichtmess

Donnerstag, 14. Februar - Valentinstag

Montag, 04. März - Rosenmontag

Dienstag, 05. März - Faschingsdienstag

Mittwoch, 06. März - Aschermittwoch

Sonntag, 14. April - Palmsonntag

Donnerstag, 18. April - Gründonnerstag

Freitag, 19. April - Karfreitag

Sonntag, 21. April - Ostersonntag

Montag, 22. April - Ostermontag

Mittwoch, 01. Mai - Tag der Arbeit

Sonntag, 12. Mai - Muttertag

Donnerstag, 30. Mai - Christi Himmelfahrt

Sonntag, 09. Juni - Pfingstsonntag

Montag, 10. Juni - Pfingstmontag

Winterferien: 04.03. - 08.03.

Osterferien: 15.04. - 27.04.

Pfingstferien: 11.06. - 21.06.

Donnerstag, 2. Juni - Fronleichnam

Donnerstag, 27. Juni - Siebenschläfer

Donnerstag, 15. August - Maria Himmelfahrt

Donnerstag, 03. Oktober - Tag der dt. Einheit

Donnerstag, 31. Oktober - Reformationstag

Freitag, 01. November - Allerheiligen

Samstag, 02. November - Allerseelen

Sonntag, 17. November - Volkstrauertag

Mittwoch, 20. November - Buß- und Betttag

Sonntag, 24. November - Totensonntag

Freitag, 06. Dezember - Nikolaus

Dienstag, 24. Dezember - Heiligabend

Mittwoch, 25. Dezember - 1. Weihnachtsfeiertag

Donnerstag, 26. Dezember - 2. Weihnachtsfeiertag

Freitag, 27. Dezember - Stephanietag

Dienstag, 31. Dezember - Silvester

Sommerferien: 29.07. - 09.09.

Herbstferien: 28.10. - 31.10./20.11.

Weihnachtsferien: 23.12. - 04.01.



## \*\*\* Die Eiche im Februar \*\*\*

### Unser Menü im Februar

**Kleine Breznsuppe**  
mit Bergkäse überbacken  
\*\*\*

**Münchner Tellerfleisch**  
mit Bouillonkartoffeln und frischem Meerrettich  
\*\*\*

**Apfelkücherl** mit Vanilleeis  
€ 15,-

### Unser „MUSIKER-Fahrplan“

Freitag, 01. Februar: Moni mit der Harfe  
Freitag, 08. Februar: Erich mit der Zither  
Donnerstag, 14. Februar mit Musik  
Freitag, 15. Februar: Moni mit der Harfe  
Freitag, 22. Februar: Erich mit der Zither

Freitags immer abends ab 19 Uhr  
--- Änderungen vorbehalten ---

Genießen Sie mit uns ab 18. Februar unsere

## Sylter Wochen

Zum Beispiel gibt's:

**Bunter Frühlingssalat** mit Scampispieß und Kräuterdip  
**Räucherfisch-Teller** mit Wildlachs, Pfeffermakrele und Forellenfilet  
**Krabbencocktail** mit Avokadofächer und Buttertoast  
**„Sylter Fischsuppe“** mit Safranfäden unter der Blätterteighaube  
\*\*\*\*\*

**Skrei** von den Lofoten

**Ganze Scholle „Finkenwerder Art“** mit Speck und Zwiebeln  
**Scampi-Pfandl** - Riesengarnelen mit Knoblauchbutter  
**Deichlamm-Haxerl** geschmort mit Bohnengemüse  
**Sylter Fischplatte** für zwei und mehr Personen  
\*\*\*\*\*

**Marillen-Topfenknödel** mit Aprikosenkompott  
**Erdbeerragout** mit geschlagener Vanillesahne und Knusperblätter  
**Rote Grütze** mit Vanillesoße



\*\*\*\*\*

Am Donnerstag, den 14. Februar ist Valentinstag

### „Unser Candlelight - Menü“:

**Kleines Räucherlachstartar**  
auf Kartoffelrösti und Frühlingskräuterdip  
\*\*\*

**Tafelspitzbrühe** mit gefüllten Maultaschen  
\*\*\*

**Truthahninvoltini** mit Parmaschinken  
auf Prosecco Sauce dazu Zucchini Gemüse und Kartoffel-Gratin  
\*\*\*

**Verliebter Brandteigschwan**  
mit Rahmvanilleeis und frischen Beeren  
für 2 (verliebte) Personen 51,00 € - für alle anderen 26,50 € pro Person



\*\*\*\*\*

Am Mittwoch, 06. März:

## ASCHERMITTWOCH mit großem FISCHESSEN

ab 19 Uhr mit altbayerischer Wirtshausmusik

Genießen Sie die Fischspezialitäten unserer Sylter Wochen mit  
Saibling - Zander - Wildlachs - Skrei - Austern, Muscheln und Scampi

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung.

mit Musik



mit Mehl und Fastenspeisen:

- Schlutzkrapfen
- Käsespätzle
- Gnocchi mit Saitlingen

für alle Andersgläubigen gibt's z.B.

- \* halbe Bauernente
- \* Wiener Kaiserschnitzel
- \* Deichlamm - Haxerl



## Skrei (Winterkabeljau)

Der Kabeljau (in Norwegen heißt er Torsk, daher Dorsch) ist einer der bekanntesten und wirtschaftlich bedeutendsten Meeresfische. Er ist besonders im Nordatlantik in verschiedenen Stämmen verbreitet. Dorsch gilt als einer unserer besten Speisefische, auch als Stock- und Klippfisch bekannt. Er kommt frisch, tiefgefroren und als Filet auf den Markt. Nebenerzeugnisse sind Lebertran und Rogen. Ein Kabeljau kann bis 1,8 m lang werden und 55,6 kg wiegen. Die Laichwanderungen des Kabeljaus sind noch immer die Grundlage für die wichtigste Saisonfischerei, die Lofotenfischerei. Das weiße Fleisch hat einen delikaten Geschmack, ist fein und fettarm und sein Bestand ist weiter stark gewachsen, so dass die Fangmenge 2010 verdoppelt wurde. Die ca. 5 jährigen Skreis wandern von den Barentsee südlich zu den Lofoten, ihren Laichplätzen. Bis zu 600 km legt der Skrei in dieser Wanderung zurück, weswegen sein Fleisch besonders fest ist. Skrei bedeutet auf Norwegisch „der Wanderer“. Gefischt wird nur mit kleinen Kuttern.



Der Überlieferung nach waren es wahrscheinlich die norwegischen Wikinger, die im 10. Jahrhundert als erste begannen, mit dem Skrei zu handeln. Die große Bedeutung und Wertschätzung des Skreis zeigt sich Anfang der 12. Jahrhunderts, als König Øystein Magnusson der 1. jedem Fischer eine Steuer von fünf Skreien auferlegte! Eine Sage berichtet, dass der König ihnen dafür in einem der alten Fischerdörfer auf den Lofoten eine Kirche und Hütten bauen ließ. Historiker haben außerdem ermittelt, dass der Skrei bereits im 12. Jahrhundert in getrockneter Form exportiert wurde. Viel spricht somit dafür, dass dieser Fisch der erste norwegische Exportartikel war. Später entwickelte sich der Skreifang auf den Lofoten zur wichtigsten Saisonfischerei in Norwegen. In jedem Winter versammeln sich tausende Fischer auf den Lofoten, um den Skrei zu fangen und so teilzuhaben am Überfluss der Natur. Das alljährliche Einholen des Skreis hatte über Jahrhunderte hinweg bis heute eine große kulturelle und wirtschaftliche Bedeutung. Die größte Bedeutung für die Beschäftigung hatte der Skreifang Mitte des 19. Jahrhunderts. Zu dieser Zeit waren mehr als 30 000 Personen, das damals größte Arbeitskräfteaufgebot Norwegens, auf die eine oder andere Weise mit der Fischerei auf den Lofoten beschäftigt. Tausende Fischer kamen aus dem Norden und Süden angereist, damals noch in Ruder- und Segelbooten, und versammelten sich im Gebiet um die Inseln in der Hoffnung auf einen guten Fang und möglichst gute Verdienstmöglichkeiten während der Skreisaison, d.h. von Januar bis April.

\*\*\*\*\*

## Mariä Lichtmess Samstag, 02. Februar

Der Lichtmesstag war bis 1912 ein Feiertag, ein wichtiger Tag im Bauern- und Kirchenjahr. Die Kirche feiert an diesem Tag die Darbringung Christi im Tempel, und die Bibel berichtet, wie der greise Simeon über das endlich gefundene Licht der Welt jubelt. Gleichzeitig wird das Fest Mariä Reinigung begangen. Denn auch Maria musste, wie alle Frauen, die ein Kind geboren hatten und deshalb als unrein galten, nach der Niederkunft zur „Reinigung“ in den Tempel gehen. Die Hälfte des dunklen Winters ist vorbei, die Tage werden merklich länger. Seit der Antike gab es Anfang Februar Fackelzüge, auch bei uns hat man früher an Lichtmess Umzüge mit Lichtern um die Kirchen herum veranstaltet. Geblieben ist davon allein die Kerzenweihe. Unsere Großeltern noch haben den Lichtmesskerzen große Bedeutung zugemessen. Wenn der Lichtmesstag auf einen Sonntag fiel, hielt man das Wachs sogar für

zehnfach wirksam. Die Kerzen wurden nicht nur ganz einfach abgebrannt: Rote Wachsstücke hat man aufgedrösel und die geweihte Wachsschnur Wöchnerinnen um Hand- und Fußgelenke gebunden - damit waren sie und die Kinder vor den Hexen geschützt. Aus der roten Wachsschnur formte man einen fünfzackigen Stern, den Drudenfuß, zur Dämonenabwehr. Den hängte man ins Haus, in die Bäume, in den Stall, und legte ihn in den Strohsack gegen den nächtlichen Besuch der Drud. Das von den geweihten Kerzen heruntergetropfte Wachs schmierte man in die Balken von Stall und Tenne. Vereinzelt verzehrte man es sogar als Hausmittel gegen Hals und Kopfschmerzen und gegen Fieber. Drei Tropfen auf Brot galten als wirksam. Die Dochtreste und die Dochtasche der Kerze wurden im Berchtesgadener Land noch vor einem halben Jahrhundert dem Vieh zum Fressen gegeben - damit auch die Tiere durch die Kraft der Lichtmesskerzen gesund blieben.



\*\*\*\*\*

### UNSERE GESCHENKE UND MITBRINGSEL

Steinmasskrug mit Maibaum	EUR 14,00	Unser Griebenschmalz	EUR 4,00
Weißbierglas, Biergläser	EUR 3,00	Unsere hausgemachten Marmeladen	EUR 3,00
Eichenhaferl	EUR 4,00	im Stoffsackerl	EUR 7,00
Hausgemachter Schlehenlikör 0,2l	EUR 9,00		

## Alkoholfreies Bier

von Lara Fritzsche (stellv. Chefredakteurin des SZ Magazins)



Wie jeder normale Mensch bestellte ich mein erstes alkoholfreies Bier, als ich schwanger war. Es sah so aus wie ein richtiges. Gleiches Glas, gleiche Schaumkrone, gleiche Kühle.

Dennoch: Es schmeckte nach Verzicht. Es war der erste Abend, an dem ich früher nach Hause ging als alle anderen. An dem ich nicht beseelt besoffen auf dem Rad raste, sondern langsam und vorsichtig fuhr, trotzdem keuchte und mir abends im Bett einsickerte, dass ich auch deshalb so früh gegangen war, weil ich plötzlich allein dastand. Ich war diese Person gewesen, mit der alle zu Beginn kurz reden wollten, damit sie es erledigt hatten. Später, als es witzig wurde, wollten sie nicht mehr. Weil ich eben nicht mehr witzig war, ich war ja schwanger. Ich verstand das sogar. Ich befand mich außerhalb jeder partyrelevanten Skala. Man wollte nicht mit mir flirten. Denn auch wenn der Flirt nur ein Tanz um eine Option ist: Eine schwangere Frau ist die leibhaftige Anti-Option. Und sie ist dick. Beruflich war ich auch nicht interessant, ich würde ja bald ohne Relevanz sein. Und sozial abgemeldet: Niemand braucht eine neue Freundin, die bald ungewaschen, müde und kaum aufnahmefähig ist. In meiner Zeitrechnung ging ich von einem Jahr aus. Aber die Umwelt signalisierte mir, dass ein Kind ALLES FÜR IMMER ändern würde. Als sei noch nicht ganz klar, ob man mich je wieder aufnehmen könne. Zu Hause weinte ich ein bisschen. Schwanger zu sein macht demütig. Man ist einsam, so einsam man zu zweit nur sein kann. Man schützt jemanden, den man noch nicht kennt, dafür aber gleich mit allem, was man hat. Den eigenen Körper gibt man her, die Freiheit, die Attraktivität, die Relevanz und sogar das Feierabendbier. Schwanger zu sein macht selbstsicher: Man sieht, wer man ist, wenn vieles von dem wegfällt, was einen tagtäglich definiert hat. Man erkennt, womöglich selbst überrascht, was man dann noch ist. Gerade noch ordentlich verkontextet gewesen, kann man sich plötzlich noch mal nackt und roh erleben - im Kreißaal dann im wahrsten Sinne. Das ist ein Geschenk. Noch eins. Wenn ich heute ein Glas alkoholfreies Bier bestelle, dann immer stolz und sogar ein bisschen trotzig. Ein tolles Getränk. Erst ein erzwungener Verzicht, inzwischen eine wissende Entsagung. Ein Vereinbarungsgetränk. Vereinbarkeit ist ein belastetes Wort. Davon gibt es einige. Die Sprachwissenschaftlerin Elisabeth Wehling erklärt immer wieder, dass Wörter Bilder im Kopf entstehen lassen. Dass es einen Unterschied macht, ob man »Flüchtlinge« oder »Geflüchtete« sagt, und dass man nicht an Frauen in akademischen Spitzenpositionen denkt, wenn jemand von »Professoren« spricht, sondern nur, wenn sie im Wort enthalten sind: Professor-Innen. Dass so Realität geschaffen wird. Nur so eine Idee: Jever Vereinbarkeitsliebe.

Das alkoholfreie Bier hilft, die besten Dinge des Lebens miteinander zu verbinden. Früher: Schwanger sein und trotzdem in einer Bar sitzen. Heute: Ausgehen und morgens für sein Kind sorgen können.

Ganz grundsätzlich: Den üblichen -Ablauf mitmachen und trotzdem bei sich bleiben können.

Es ist für mich nicht mehr das Getränk, dem etwas fehlt. Es ist das Getränk, das vieles möglich macht.

Dieses Kind, das mir den Ausschluss und die Einsicht beschert hatte, saß neulich bei mir in der Küche und malte. Die Sonne schien durchs Fenster, und weil es Sonntag und eh schon fast Mittag war, hab ich mir ein Bier aufgemacht.

\*\*\*\*\*

## Akte „München“: Das Baureferat meldet in München



32.000.000 m<sup>2</sup> öffentliche Verkehrsflächen  
4.210.000m<sup>2</sup> Straßenbegleitgrün  
2.235 ha Grün- und Parkanlagen  
290 ha Friedhofsflächen  
161 ha Spielplätze  
185 kommunale Brunnen  
516 kommunale Denkmäler und Kunstwerke



## Zauberpflanzen

Früher war die Pflanzenwelt eine göttliche Gabe und wurde von den Menschen dankbar in Form von Nahrung und als Heilpflanze angenommen und verehrt. Hier stellen wir Ihnen jeden Monat ein Hexen- oder Teufelskraut, eine Liebes-Heil-, Signatur- oder Sympathiepflanze, ein Weihkraut, eine Orakel- oder Wetterpflanze vor.

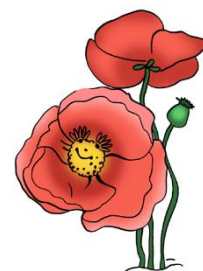
### **Diesmal: Mohn**

Der Klatsch-Mohn galt früher als bedeutsame Heilpflanze. Die Kronblätter wurden auch zur Herstellung roter Tinte verwendet. Die Mohnblume wurde zum Symbol für die Gefallenen, da seine rote Farbe an das Blut der Soldaten auf den Feldern erinnert.

Klatschmohn wurde als Liebesorakel benutzt: man schlug auf die Blütenblätter und die Stärke des Knalls zeigte den Grad der Gegenliebe. Warf man in der Andreasnacht Mohnkörner hinter sich, so sah man den Liebsten im Traum.

Nach Theokrit ist der Schlafmohn aus den Tränen der Aphrodite entsprungen, als sie um den Verlust ihres Geliebten Adonis weinte. Bei den alten Griechen war der Schlafmohn ("Blume der Träume" nannten sie ihn) dem Gott der Träume Morpheus geweiht und ist Sinnbild des Schlafes (Todes). Deshalb findet man Mohnkapseln oft auf Grabsteinen eingemeißelt.

In Deutschland ist der Anbau - auch einzelner Pflanzen - im Privatgarten verboten.



## Irrtümer der Allgemeinbildung - Aufgedeckt und richtig gestellt

**Edelstahl ist am schärfsten:** Edelstahl ist ein besonders reiner Stahl. Nicht zwangsläufig, aber meistens ist er besonders korrosionsbeständig und rostet (fast) nicht. Er hat jedoch eine andere Struktur und ist weicher als normaler Stahl. Für scharfe Klingen ist Edelstahl deshalb nicht geeignet. Gute Messer und Profischeren, z.B. für Gärtner, sind deshalb nicht aus rostfreiem Edelstahl hergestellt. Wer es rostfrei möchte, bezahlt mit der Schneidequalität.

**Bleistifte enthalten Blei:** In der Antike und im Mittelalter hat man tatsächlich mit Stiften und runden Scheiben aus legiertem Blei gezeichnet. Dieses war jedoch sehr hart, so dass man leicht das Papier damit beschädigen konnte, und - was man allerdings noch nicht wusste - ziemlich gesundheitsschädlich. Im 17. Jahrhundert entdeckte man in England Graphit als Ersatz, das man jedoch für Bleierz hielt, weswegen die Stifte immer noch Bleistifte heißen, obwohl sie keine Spur des Metalls mehr enthalten. Heute bestehen die Minen der Bleistifte aus einer Mischung aus gemahlenem Graphit und Ton in unterschiedlichen Härtegraden.

**Feuerzeuge sind moderner als Zündhölzer:** Das erste Feuerzeug wurde 1816 von Johann Wolfgang Döbereiner (1780-1849) gefertigt. In diesem Feuerzeug entstand durch die Reaktion von Salzsäure mit Zink Wasserstoff, der durch die katalytische Reaktion mit Platin entzündet wurde. Zündhölzer mit einem Phosphorkopf, die sich bei Reibung selbst entzündeten, wurden dagegen erst 1832 hergestellt. Diese ersten Zündhölzer entflammten jedoch allzu leicht. Da bedurfte es oft nur der geringsten, zufälligen Reibung. 1848 stellte Döbereiners Schüler Rudolf Christian Böttger (1806-84) deshalb Sicherheitszündhölzer mit weniger leicht entflammaren Schwefelköpfen her.



aus: 1000 Irrtümer der Allgemeinbildung, Christa Pöppelmann, Compact Verlag

\*\*\*\*\*

## Das Leben für Anfänger

Diesmal: Business

Ich beschloss, meine Seele dem Teufel zu verkaufen. Die Seele ist das Kostbarste, was der Mensch besitzt. Ich hoffte also, ein kolossales Geschäft zu machen. Der Teufel, der zum Rendezvous erschien, enttäuschte mich: ein Huf aus Plastik, den abgerissenen Schwanz mit einer Schnur befestigt, der Pelz zerschlissen und wie von Motten zerfressen, winzige, unterentwickelte Hörner. Wieviel kann so ein Kümmerling für meine unschätzbare Seele geben? „Sind Sie wirklich ein Teufel?“ fragte ich. „Ja. Wieso, haben Sie Zweifel?“ „Ich erwartete den Fürsten der Dunkelheit, und Sie sind irgendwie so, na ja, Ramsch, würde ich sagen.“ „Wie die Seele, so der Teufel“, sagte er. „Kommen wir zum Geschäft.“

Von Slawomir Mrozek

\*\*\*\*\*

## Die Deutsche Eiche

lädt am Sonntag, 17. Februar zum Original Münchner

Schäfflertanz ein

Beginn: 13:00 Uhr Ort: Deutsche Eiche, Ranertstr. 1

## Ursprung

Der Münchner Schäfflertanz

Die Entstehung datiert vom Jahre 1517, als die Pest in München wütete. Die Läden waren geschlossen, die Bauern trauten sich nicht mehr in die Stadt und nicht nur die Nahrungsmittelversorgung, sondern auch das gesellschaftliche Leben kam fast gänzlich zum Erliegen.

Dies war natürlich auch für die Zunft der Fassmacher existenzberaubend. So kamen die Schäffler auf die Idee, die Menschen durch ein fröhliches Schauspiel aufzumuntern und aus den Häusern zu locken. Musik erklang und die Schäffler führten mit grün belaubten Bögen einen Rundtanz auf. Bald wurde es wieder lebhaft auf den Straßen Münchens und die Schäffler hatten ihren Zweck erreicht.

Zur Ehre und Erinnerung wird alle 7 Jahre von Heilig-Drei-König bis zum Faschingsdienstag diese Tradition weitergeführt. Auch in Aschheim findet seit 1886 und zum nächsten Mal wieder 2019 der Schäfflertanz statt. Jede Generation unserer Wirtsfamilie war bisher Teilnehmer bei diesem Ereignis.



Sponsoring by CSU



## Wer hat den Krapfen erfunden?

Jetzt in der Faschingszeit dreht sich alles um den Krapfen. Danach ranken sich Römer, Bayern und Österreicher um die Herkunft der Krapfen. Verschiedene Theorien und Geschichten gibt es. Schon die Römer kannten vor rund 2000 Jahren krapfenartige Süßspeisen als Fruchtbarkeitssymbol. Ein Rezept aus dem Jahr 140 vor Christus beschreibt einen breiartigen Teig aus Dinkelmehl und geronnener Milch, der zu kleinen Bällchen geformt und anschließend im heißen Fett gebacken wird. Nach dem Ausbacken hat man die „Krapfen“ mit Honig bestrichen und mit Mohn bestreut. Danach kamen die „Globuli“ (Kügelchen) noch heiß auf den Tisch. Das vermutlich älteste bisher gefundene Krapfenrezept stammt aus Bayern, genauer gesagt aus München. Zu finden ist es in der Würzburg-Münchener Handschrift, einem Rezeptbuch von 1350 mit dem Titel: „Das Buch von guter Speise“. Und dann gibt es da noch zwei Geschichten, die in den Bereich Legenden einzuordnen sind. Eine Wienerin namens Cäcilie Krapf soll nämlich 1690 den ersten Krapfen gebacken haben. Aber eigentlich war die Entstehung ja einem Lehrbub zu verdanken. Der hatte sich an diesem historischen Tag besonders tölpelhaft benommen. Voller Wut soll die Bäckersfrau dem „dotschaten“ Lehrling einen Teigklumpen entgegengeschleudert haben. Der Bub konnte gerade noch seinen Kopf einziehen und das Wurfgeschoss landete in einer Pfanne mit siedendem Fett. Als Cäcilie Krapf entdeckte, welch köstliches Gebäck sich da in ihrer Siedepfanne entwickelte, da war ihre gute Laune wieder hergestellt. Auch ein Berliner Zuckerbäcker steht auf der Liste der Krapfenerfinder im Jahr 1750 nämlich sollte ein Berliner Konditor als Kanonier in die preußische Armee eingezogen werden. Aber er wurde als untauglich eingestuft und durfte deshalb als Feldbäcker beim Regiment Friedrichs des Großen dienen. Dieser Zuckerbäcker war darüber sehr erfreut, dass er aus Hefeteig kleine Kanonenkugeln geformt und im heißen Fett über dem offenen Feuer gebacken hat. Und so verteilte sich diese ganz und gar pazifistischen Kanonenkugeln bei den Eroberungsfeldzügen der preußischen Armee über ganz Deutschland.

### Rezept für Krapfen Selber backen ist nicht schwierig:

Dafür einen Hefeteig kneten aus

500g Mehl

1 Würfel Hefe (42g)

200 ml Milch

2 Eiern

2 Eigelb

50g Zucker

50g Butter

1 Prise Salz



Den Teig gehen lassen, zu einem Strang formen, diesen in 15 Portionen teilen. Jede Portion zu einer Kugel rollen. Die Krapfen zugedeckt gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. 500 ml Pflanzenöl oder Butterschmalz in einem Topf auf 160 Grad erhitzen, die Krapfen portionsweise darin ausbacken - auf jeder Seite 2 Minuten. Herausheben, abtropfen lassen und mithilfe eines Spritzbeutels und Krapfentülle mit Aprikosen- oder Erdbeermarmelade füllen.

\*\*\*\*\*

### **Von Montag bis Samstag unsere täglich wechselnden Blitzgerichte\***

z.B. **Tiroler Bauerngröstl** mit Spiegelei und Blattsalaten, **Cordon Bleu** vom Truthahn mit Pommes und Sc. Remoulade, **Seelachsfilet** mit Sauce Tartar und Röstkartoffeln, **Gefüllte Paprika** mit Rahmkartoffelpüree und Tomatensoße

Jedes Blitzgericht € 7,00. Kleine Suppe oder Dessert auf Wunsch für € 1,50

**Möchten Sie einmal wöchentlich die Blitzgerichte zugeschickt bekommen?** Dann füllen Sie bitte folgenden

Abschnitt aus und faxen ihn uns an die **089 86490098**

oder schreiben Sie uns eine Mail an [info@deutsche-eiche-mendel.de](mailto:info@deutsche-eiche-mendel.de)

-----  
Ja, ich möchte bis auf Widerruf einmal wöchentlich die Blitzgerichte zugeschickt bekommen.

per Fax

per Email

Fax Nr. \_\_\_\_\_

Email-Adresse: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

\* Immer mittags, solange bis' aus is'.

# START FREI FÜR KLUGE KÖPFE

Gewinnen Sie einen ESSENSGUTSCHEIN im Wert von € 20,00!  
Schicken Sie die Lösung bitte an: Landgasthof Deutsche Eiche  
Ranertstraße 1, 81249 München



**Einsendeschluss: 25.02.2019**

Der Gewinner unseres November / Dezember-Rätsels mit der richtigen Lösung „Tanne“ ist:  
Alfred Grund- Herzlichen Glückwunsch!

Eindruck, etw. schon erlebt zu haben	Monat	Frage- wort	land- wirtsch. Tätigkeit	Frage- wort	Mineral	Warthe- zufluss in Polen	amerik. Filmstar (Burt)	mexik. Indianer- volk	amerik. Gelände- wagen	gefloch- tener Behälter	feier- liches Gedicht
Waldge- biet in den Nie- derlanden	wohnen, beher- bergen			Kurz- form von 'Ignatius'			5	Geschick- lichkeits- spiel		Staats- organ in alten Athen	3
2		Textilfär- bever- fahren		zweijähr. Kultur- veranstal- tung	Schiff Noahs		7		eine der Gezeiten	1	
Kose- name der Mutter	Moder- fleisch	Jazzstil				höchste Genauig- keit	Wäh- rungs- einheit in Laos			Ge- brauchs- gegen- stand	kämp- fender Soldat
					dt. Kom- ponist des Ro- koko			Einheit der el. Strom- stärke	lustiger Unfug, Spaß		
Währung in Para- guay	chem. Element (Au)	Kopfbe- deckung	früher: Erlass von Mo- narchen				arab. Gruß- wort				Nickel- Eisen Erdkern (Kw.)
			Hafen- stadt am Don		span.: drei			meist ungiftige Schlange	Grautier		
japan. Birne (Apfel- birne)	afrik. Völker- gruppe				nordi- sche Toten- maske	Vorname der von Fürsten- berg		Schüler- sprache: höhere Schule			
			indische Anrede		8		frei, leger, zwan- glos			voll- endete Ent- wicklung	
höfliche Anrede für Damen	engl. Mathe- matiker †1864				Bantu- volk in Sambia		4				
Abk.: mobile Datener- fassung		junger Hund				Mühlen- besitzer		6			

\* RateFLUX 2019-145-003

Lösung: \_\_\_\_\_

Ihnen gefällt die Zeitung? - Sie möchten Sie gerne jeden Monat haben? Kein Problem! Schreiben Sie uns Ihre Adresse, dann schicken wir sie Ihnen ein Jahr lang kostenlos nach Hause.

NAME: \_\_\_\_\_


STRASSE: \_\_\_\_\_


ORT/PLZ: \_\_\_\_\_

VORNAME: \_\_\_\_\_

Landgasthof Deutsche Eiche Ranertstr. 1, 81249 München		Tel: 089 8649000 Fax: 089 86490098	<a href="http://www.deutsche-eiche-mendel.de">www.deutsche-eiche-mendel.de</a> <a href="mailto:info@deutsche-eiche-mendel.de">info@deutsche-eiche-mendel.de</a>
---	---	---------------------------------------	--

Hotel Langwieder See Kreuzkapellenstr. 89, 81249 München		Tel: 089 864 860 Fax: 089 864 862 98	<a href="http://www.langwiedersee.de">www.langwiedersee.de</a> <a href="mailto:info@langwiedersee.de">info@langwiedersee.de</a>
---	---	---	--

Schloßschänke Blütenburg Seldweg 15, 81247 München		Tel: 089 8119 808 Fax: 089 81009572	<a href="http://www.schlossschaenke-blutenburg.de">www.schlossschaenke-blutenburg.de</a> <a href="mailto:kontakt@schlossschaenkeblutenburg.de">kontakt@schlossschaenkeblutenburg.de</a>
Dienstag Ruhetag! Montag, Mittwoch, Donnerstag, Sonntag bis 18:00 Uhr geöffnet			

Restaurant Goldene Gans Planeggerstr. 31, 81241 München		Tel: 089 83 70 33 Fax: 089 83 70 34	<a href="http://www.schlossschaenke-blutenburg.de">www.schlossschaenke-blutenburg.de</a> <a href="mailto:kontakt@schlossschaenkeblutenburg.de">kontakt@schlossschaenkeblutenburg.de</a>
Montag und Dienstag Ruhetag			