

KOCHEN MIT PFIFF UND DEN STEIRERN

Das perfekte Inklusionsrezept

Kochen macht Spaß. Zumindest auf Österreichisch. Und: wenn man es gemeinsam macht. Das haben jedenfalls die 16 Kochschüler in den Steirer Stubn erlebt, die für eine Benefiz-Veranstaltung vom Inklusionspartner „PfiFF“ wild zu Paaren zusammen gewürfelt wurden – oder auch: genau passend.

VON NINA PRAUN

Dachau – Renate Schrehardt ist sauer. „Lauch mog i ned“, sagt sie. „Na, des is nix.“ Sie schüttelt den Kopf und legt die Rezeptmappe weg. „Aber probieren kannst du ihn doch?“, fragt Josef Karl. „Na.“ Renate Schrehardt bleibt stur.

Später probiert sie ihn dann aber doch. Weil Küchenchef Artur Lackner in seiner steirisch-charmanten Art allen Kochkurs-Teilnehmern einfach einen kleinen Teller mit dem soeben gemeinsam gekochten Linsensalat unter die Nase hält – da kann nicht einmal Renate nein sagen. Oder doch: „Aber ned so vui von dem Kürbiskernöl“, sagt sie. Solch eine Ablehnung muss ein tiefer Stich in das steirische Herz Lackners sein – unverdrossen tröpfelt er ihr trotzdem ein bisschen von dem grünen Öl über den Salat, und siehe da: Es schmeckt. Allen. Das heißt: der gesamten bunten Truppe, die sich da zum „inklusive Koch-Erlebnis“ in den Steirer Stubn in Dachau eingefunden hat. „PfiFF“, ein Tochter-Programm des Franziskuswerks Schönbrunn (siehe Kasten), hatte diesen Nachmittag organisiert, damit sich behinderte und nichtbehinderte Menschen einfach und ungezwungen zusammen treffen – in Zweier-Kochteams.

Vielleicht ist es die urige Gemütlichkeit, vielleicht ist



es die freundliche Art, jedenfalls helfen alle mit, und zwar voller Elan. Bei dem Salat, bei den Nockerln, bei den Topfenknödeln. Und Lackner erzählt ganz nebenbei, was denn wichtig ist an so einem Topfenteig. Erstens: der Quark. Magerquark muss es sein, wer weiß schon, was in den fetteren Quarks so als Fett zugesetzt wird, sagt Lackner. Also lieber: selbst die Butter dazu mischen. Und zu den Eiern: Nicht die teuersten, sondern die besten soll man finden. Also: Erstmal jemanden suchen, bei dem man die Eier selber kaufen kann, und schauen, wie es den Hühnern da geht. Denn Eier sind wichtig, Eier sind reichhaltig, Eier sind einfach perfekt.

Und so geht es weiter, hurtig und schnell. Die Teilnehmer lernen, wie man Teig vermischt, warum er in den Kühlschrank muss, und wie er dann am besten angefasst wird: mit Händen, die tief ins Mehl eingetaucht wurden. Lackner erklärt auch, warum in jeden Teig Salz gehört: Das Salz sorgt dafür, dass der Mensch überhaupt etwas



Das Rezept: Topfenknödel

Was man braucht: 500 g Topfen / Magerquark; 60 g Butter; 1-2 Eier; 250g Mehl; Prise Salz; Füllung (z.B. Marille oder Nougat)
Die Zubereitung: Die weiche Butter mit dem Quark und Salz glattrühren, die Eier nach und nach einrühren, zum Schluss das Mehl mit einem Kochlöffel einrühren. Aus dieser Masse gefüllte Knödel (mit Marille, Zwetschge, Kirsche, Himbeere – oder auch Nougat) formen. In leicht gesalzenem Wasser ca. 10 Minuten köcheln lassen. Knödel aus dem Wasser nehmen, in Butterbrösel wälzen und mit Puderzucker bestreuen. (Marillknödel: Marille öffnen, Stein herausnehmen, ein Stück Würfelzucker hineinlegen.)

schmeckt. Also gehört es auch in das Kartoffel- oder Nudelwasser. Aber Achtung: Nach Salz sollen die Gerichte aber auch nicht schmecken. Auf die Dosierung kommt es also an.

Dann erklärt Lackner, wie man Zwiebeln schneidet (längs, horizontal, längs), wie man dabei nicht weint (Fenster öffnen), welche Pfanne die richtige fürs Gemüse ist (beschichtete) und welches Öl

Mit dabei waren in der einen Gruppe (Foto oben) OB Florian Hartmann (2.v.l.) mit Nadine Wraný (hinter ihm verdeckt), SZ-Reporterin Petra Schafflik mit Thomas Prange (4. und 5. v.l.), die Schauspielerin Daniela März (2.v.r.) mit David Grüner (nicht auf dem Bild), Küchenchef Artur Lackner (r.), und Melanie Kalinash (l.) mit Herbertshausens Bürgermeister Richard Reischl (nicht auf dem Bild). Die 2. Gruppe (Foto links): Bürgermeister Kai Kühnel (r.) mit Jamina Hentschel (nicht auf dem Bild), Tobias Wolf (l.) mit der Keramikünstlerin Claudia Flach (2.v.l.), Renate Schrehardt (Mitte) mit dem Unternehmer Josef Karl (2.v.r.) und DN-Redakteurin Nina Praun mit Julia Weiß (nicht auf dem Bild). FOTOS: KN

man zum Anbraten nimmt (kein kaltgepresstes). Außerdem lernen die Dachauer Steirisch: Kartoffel heißt Erdapfel, Tomate Paradeiser und eine Aprikose ist eine Marille. Aha!

Gleichzeitig dürfen alle alles ausprobieren, und zwar mit Unterstützung von jeglicher Seite: Koch Christopher König und die Azubis Lukas Eickhoff, Konstantin Grigo-

Das ist PfiFF

PfiFF ist „ein Partner für Familienunterstützung, Inklusion, Fachberatung und Freizeit. PfiFF schafft etwa neue inklusive Veranstaltungen. Es bietet dazu ein buntes Freizeit-Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene – und zwar immer für Menschen mit und ohne Behinderung. Das Programm gibt es unter 0 81 31/ 66 66 67 0 oder unter info@pfiFF-franziskuswerk.de. PfiFF vermittelt auch Assistenz, damit Menschen mit Behinderung an allgemeinen Angeboten teilnehmen können. Der familienunterstützende Dienst richtet sich an betreuende Angehörige von Menschen mit Behinderung. Er ist für sie da, wenn sie eine Auszeit brauchen – auch abends und am Wochenende. Außerdem beraten sie Menschen mit Behinderung und deren Angehörige kostenlos und trägerneutral. Weitere Infos gibt es unter www.pfiFF-franziskuswerk.de. dn

riou und Emile Lagois stehen um die Schüler herum und sind ständig bereit – um beim richtigen Schnitt zu helfen, das kleingeschnipselte Gemüse einzusammeln, die Arbeitsflächen abzuwischen oder auch mal Hände zu waschen, wenn sie vor lauter Teig am Tisch kleben bleiben.

Der Nachmittag ist lehrreich. Und: Er macht unglaublich viel Spaß. Weil alle engagiert mitmachen, weil jeder jedem hilft – und weil unglaublich viel gelacht wird. So einfach kann sie sein, die Inklusion. Man braucht dazu nur: Quark, Eier und Mehl. Und eine Prise Salz

Die Kochschule

Die Steirer Kochschule findet immer sonntags statt, von 13 bis 17 Uhr, danach essen alle gemeinsam das Menü. Termine sind noch ab Juni frei. Infos gibt es unter www.vinoteksteirer.de oder unter Telefon 08131/86611. Unter http://lacknerartur.blogspot.de/ gibt es News und Rezepte.

Ihre Heimatzeitung

...vor 50 Jahren, Donnerstag, 28. April 1966: Im Hörhammerbräu findet die Wiedergeburt des Kreisjugendringes Dachau statt. Bezirksjugendleiter Dr. Hans Apfelbacher, der unermüdete Kämpfer für die Jugend, hat dazu eingeladen. Für die Vorstandschaft werden Dr. Apfelbacher, Hoffmann (kath. Jugend), Reiner (evang. Jugend), Wagner (Naturfreunde) und Moser (Solidarität) vorgeschlagen.

...vor 25 Jahren, Sonntag, 28. April 1991: Die Sonne lacht vom Himmel, als der Festzug nach einem Konzert des Musikvereins Altomünster vor dem Kapplerbräu in Richtung Volksfestplatz marschiert – vorneweg Reiter, gefolgt von Festwirt und Bedienungen, Vereinen und dem Gespann des Kapplerbräu mit Familie Wiedemann. Bürgermeister Konrad Wagner zapft das 13. Altomünsterer Volksfest an.

vor 10 Jahren, Freitag, 28. April 2006: „Bewegungsfreiheit ohne Stolperstellen“: Das ist das Ziel der Planung für den Pausenhof an der Dachauer Klosterschule, die der Bauausschuss einstimmig beschließt. Die Vergrößerung des Areals ist nach dem Schulbau nötig, die Stadt hat dafür das ehemalige Moosrainer-Anwesen gekauft. Das relativ starke Gefälle der neuen Fläche wird dem Pausenhof angeglichen.

Eine Investition mit Sinn und Verstand
Studenten-Apartments in München (begehrte Lage)

Full-Service für Eigentümer
 attraktiver Neubau
 bezugsfertig 31.12.2018
 keine Käuferprovision

z.B. 21 m² Wohnfläche,
 voll möbliert € 169.550

Wir beraten Sie gerne!
 08131 73-1260

Sparkasse Dachau

Wer lebt da im Wasser?

Landkreis – Im Rahmen der „Bayern Tour Natur“ bietet das Wasserwirtschaftsamt München am Samstag, 30. April, unter dem Titel „Wer lebt denn da im Wasser?“ eine kostenlose geführte Wanderung für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren entlang

der Glonn zwischen Arnbach und Hörgenbach an. Die ca. 4,5 km lange Tour beginnt um 10 Uhr am Parkplatz der S-Bahnhaltestelle Arnbach und endet dort gegen 14 Uhr. Infos gibt es unter Telefon 0 89/2 12 33 27 76 oder unter www.wwa-m.bayern.de. dn

Der Drache Nieswurz

Dachau – Im Frühjahr lädt der Verein Echo wieder ein ins DAKS, die Kinder- und Jugendkunstschule in der Stadtbücherei Dachau Süd, zur „Dachauer Geschichtenkiste“. Am morgigen Freitag ist Christa Knappiks. „Der kleine Drache Nieswurz“ an

der Reihe. Bei der „Dachauer Geschichtenkiste“ lädt Echo Autoren ein, um Kindern ihre Bücher vorzustellen. Im Anschluss an die Lesung gibt es ein Mitmachprogramm. Das Programm am Nachmittag ab 15 Uhr ist ohne Anmeldung, der Eintritt ist frei. dn

Gedenkfeier

Dachau – Die Gedenkfeier an die Opfer des Todesmarsches findet am Samstag, 30. April, um 18 Uhr am Todesmarsch-Mahnmal an der Theodor-Heuss-Straße Ecke Sudetenlandstraße statt. Es sprechen Abba Naor (Überlebender des Todesmarsches),

Albert Knoll (Archivar der KZ-Gedenkstätte Dachau) und Vorsitzender des Vereins Forum Homosexualität München), Agathe Halmen (ASF-Freiwillige aus Rumänien) und OB Florian Hartmann. Musik spielt die Familie Huber-Ewald. dn

TIPPS FÜR DIE ABITURIENTEN

Ablenken, entspannen und Hintergrundweckdienst organisieren

Für über 300 angehende Abiturienten wird es morgen ernst: Denn am Freitag beginnen die ersten Prüfungen in Mathematik. Was man für den letzten Tag noch beachten sollte, verrät Schulpsychologin Kristina Albrecht.

VON REGINA PETER

Dachau – Bammel vor den anstehenden Prüfungen, das haben die Schüler der drei Gymnasien, Josef-Effner (135 Prüflinge), Ignaz-Taschner (171 und neun Externe) und dem Gymnasium Markt Indersdorf (139 Prüflinge) wohl alle. Denn morgen startet die Abiturprüfung im Fach Mathematik. Schulpsychologin Kristina Albrecht weiß von der Nervosität der Schüler. Sie ist bereits seit 2004 am Ignaz-Taschner-Gymnasium. „Am letzten Tag vor einer



Und dann heißt es anstrengen: Ab Freitag schreiben die Abiturienten ihre Prüfungen. FOTO: DPA

Prüfung sollte man kein Buch mehr in die Hand nehmen. Lernen ist da eher kontraproduktiv“, erklärt sie. Ruhe ist das oberste Gebot. Am besten schon einmal mental auf die bevorstehende Prüfung vorbereiten. Den Bleistift spit-

zen, Lineale zurechtlegen, Tasche packen. Ein heißes Bad nehmen, sich mit einem spannenden Schmöker auf die Couch kuscheln oder aber sich mit Freunden treffen: „Jeder sollte das tun, wovon er weiß, dass es ihn beruhigt.“

Wichtig ist auch, früh schlafen zu gehen. Denn es hilft, „ausgeruht in den wichtigen Tag zu starten“. Wer die Probleme hat, einzuschlafen, könnte zum Beispiel einen Baldrian-Tee trinken. „Das ist ein homöopathisches be-



Kristina Albrecht. KN

währtes Hausmittel. Wer aber als Kind gerne heiße Milch mit Honig getrunken hat und das mit guter Erinnerung verbindet, kann auch darauf zurückgreifen.“ Wichtig sei, dass es einem gut tut, so Albrecht. „Dann: Den Wecker stellen, am besten noch die Eltern als Hintergrundweckdienst instruieren, dass man beruhigt einschlafen kann“. Am Tag der Prüfung vielleicht ein paar Minuten früher als sonst

aufstehen, so dass man sich gemütlich und ganz in Ruhe bei einem ausgewogenen Frühstück entspannen kann. Wer mit Bahn oder Bus zur Schule fährt, sollte vielleicht einen früher nehmen, und auch mit dem Auto gilt: Lieber Stau und anderen Unwägbarkeiten aus dem Weg gehen.

In der Schule angekommen, bleibt das oberste Gebot: Ruhe bewahren. „Auch von Schulkameraden nicht verrückt machen lassen. In den letzten zehn Minuten vor der Prüfung lässt sich eh nichts mehr lernen“, sagt Albrecht. Einen letzten Tipp hat sie aber noch: „Aufregung ist ganz normal und sogar gut für die Konzentration“, so die Schulpsychologin. „Denn Aufregung fördert die Konzentration und geistige Leistungsfähigkeit.“ Und hat man erstmal das Blatt umgedreht und mit der ersten Aufgabe begonnen, lernt sich diese meist eh. Also: Viel Glück.

AKTUELLES IN KÜRZE

DACHAU Im Kreistag

In der Sitzung des Kreistags am morgigen Freitag um 8.30 Uhr im großen Sitzungssaal geht es unter anderem um die Besetzung des Jugendhilfeausschusses; um die Berichterstattung des Kreisenioratenbeirats; um den Antrag zur Ausweisung eines Landschaftsschutzgebietes im östlichen Dachauer Moos; um den Antrag zur Errichtung einer Kreismusikschule; um die Weiterentwicklung der Gymnasialplanung; um die Neuerichtung eines vierten Landkreisgymnasiums in Karlsfeld und um den Antrag der Caritas zum Thema „Koordination Asyl im Fachbereich Asylsozialberatung“. dn

PELLHEIM Kinder basteln Muttertagsgeschenke

Die Kinder ab 6 Jahren des Gartenbauvereins Pellheim treffen sich am Samstag, 30. April, um 14 Uhr im Pfarrheim in Pellheim zum Basteln von Muttertagsgeschenken – bitte Wassermalfarben und Schere mitbringen. dn