

Die Kochzutaten
gibts bei

E S. Golly am Feldweg 15 • 27474 Cuxhaven

Käs'spatzn mit Schweinefilets

In der Profiküche immer etwas Leckeres zubereiten

Zutaten (4 Personen)

400g Mehl (Type 405)
4 Eier
100ml Wasser
Salz
50g Butter
2 kleine Schweinefilets
(600g)
weißer Pfeffer
250g Mozzarella (oder ein
anderer milder Käse)
2 Zwiebeln

Mehl, Eier, Wasser und Salz durch kräftiges Schlagen zu einem zähflüssigen Teig verarbeiten. Kurz ruhen lassen. Einen großen Topf zur Hälfte mit Wasser füllen, 1 TL Salz und 1 TL Butter zugeben und zum Kochen bringen. Inzwischen die Schweinefilets kalt abrausen, trocken tupfen, in Scheiben schneiden und von beiden Seiten pfeffern. Mozzarella in Würfel schneiden. Den Teig portionsweise in einen Spätzlehobel füllen

und ins kochende Wasser hobeln. Die fertig gekochten Spätzln, die nach oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen lassen, in eine große Auflaufform geben und warm halten. Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Schweinefilets von beiden Seiten kräftig anbraten, anschließend salzen und zu den Spätzln in die Auflaufform geben. Die Käsewürfel darüber verteilen und das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 5-8 Minuten überbacken. Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und in dem heißen Bratfett rösten. Die Käs'spatzn mit den gerösteten Zwiebelringen bestreut servieren.

Pro Person: 794 kcal (3322 kJ), 62,4 g Eiweiß, 28,7 g Fett, 72,6 g Kohlenhydrate

Fotoinweis: Wirths PR
Redaktion/Foto:
PublicRelation Wirths



KLARTEXT

Der Mai ist gekommen...

Der Mai ist gekommen ... und nicht nur die Bäume schlagen aus. Der Strand bekommt Farbe, denn neben dem Blau des Wassers und dem gold schimmerndem Sand bringen die Strandkörbe ein weiteres Leuchten in die Natur. Diese haben sich hier im Norden wirklich bewährt, denn der Schutz vor Wind ist eine großartige Erfindung. Im kuscheligen Korb mit Blick aufs Meer ist das Urlaubsfeeling auch schon bei niedrigeren Temperaturen zu ertragen. Aber nicht nur am Strand buntes Treiben ist zu beobachten. Das Trappeln der Pferde zeigt mir, dass die ersten Wattwagen bereits unterwegs nach Neuwerk sind. Auf den Wagen ist es zwar nicht so kuschelig wie im Strandkorb, doch warm angezogen und mit Decken umhüllt, ist so eine Wattwagenfahrt ein großes Erlebnis. Diese hohen Kutschen, die von Sahlenburg oder Duhnen über das Watt nach Neuwerk fahren, sind hier einmalig auf der ganzen Welt. Ich kenne eine Menge Leute, die in dieser Gegend zuhause sind und noch nie in ihrem Leben eine Fahrt mit dem Wattwagen gemacht haben. Da sind ihnen viele Urlauber voraus. Sollte



wirklich jeder mal erlebt haben, denn das schönste bei der Fahrt über den Meeresboden ist die frische Nordseebrise mit klarer jodhaltiger Luft, die einem um die Nase weht. Und das Weltnaturerbe Wattenmeer mit seiner einzigartigen Pflanzen- und Tierwelt. Die ständig wechselnden Gezeiten machen den Weg zu etwas Besonderem, das sich das Meer diesen immer wieder zurückerobert. Somit ist auch die Insel Neuwerk etwas Außergewöhnliches. Natürlich kann man auch zu Fuß rüberlaufen, am besten mit einem erfahrenen Wattführer. Zurück geht es dann mit dem Schiff, denn 3 bis 3,5 Stunden muss man für die gut 11 Kilometer schon rechnen. „Wenn einer meint er kann die Tour wieder zurücklaufen, werden wir ihn nicht mehr sehen“, lachte einmal einer von den Wattführern. Das Meer hat seine Tücken, die sollte man immer ernst nehmen. Die Priele sind tiefer als man es ihnen ansieht und der Sog stärker als der beste Schwimmer. Das sollte man auch beim Baden im Meer immer im Blick haben. Aber wenn es wärmer wird, erzählt Ihnen darüber Ihr

Joachim Tonn



www.barunkekuechen.de
Grodener Chaussee 63 – 65 · Cuxhaven
Telefon 04721 - 74410

Opernball im Sommer

Erster Show-Act für Top-Ereignis

STADE re · Was eigentlich am 5. März im Stadeum stattfinden sollte wird nun am 9. Juli ein sommerlicher Opernball zum Tanzen, Flanieren und Genießen – erstmals auch mit Außenbereich vor dem Theaterbistro Stadissimo. Und einen ersten tänzerischen Höhepunkt gab das Stadeum jetzt schon bekannt. Für beeindruckende Tanzeinlagen à la Cirque du Soleil wird am 9. Juli das französische Duo „MainTenant“ sorgen. Das sinnliche Tanzpaar besteht aus der zweifachen Weltmeisterin in Akrobatik Ludivine Furnon, Olympiateilnehmerin 1996 und im Jahr 2000 Europameisterin im Bodenturnen, und ihrem Ehemann Nicolas Besnard. Mit ihrer

einzigartigen Kombination aus Tanz und schwierigsten akrobatischen Elementen tritt das Paar weltweit auch tatsächlich beim Cirque du Soleil auf. Einem größeren Publikum bekannt geworden ist das Duo durch seine Teilnahme an der amerikanischen, französischen und italienischen Ausgabe des „Supertalents“, wo sie sich bis ins Finale tanzten. Tickets für den sommerlichen Opernball kosten 79 Euro für einen Sitzplatz und 49 Euro für einen Stehplatz – erhältlich unter (04141) 40 91 14 und www.stadeum.de. Die Veranstaltung wird zu den dann gültigen Corona-Regeln durchgeführt. Tagesaktuelle Informationen finden sich auf der Homepage des Stadeums.



Duo „MainTenant“

Foto: Agentur

Alter Schwede, so viel Geschichte gespeichert

Museum in Stade dokumentiert Historisches der Stadt und der Region

STADE sh · Wer wissen will, wie es um die eigenen Wurzeln bestimmt ist, findet in Stade einige Antworten. Genauer gesagt im Schwedenspeicher, dem historischen Museum zur Geschichte der Stadt Stade, der Hansezeit und der Urgeschichte des Elbe-Weser-Raumes. Auf rund 1650 qm zeigt eine Dauerausstellung was war, teilweise was ist.

Für so ein Museum ist der Schwedenspeicher genau der richtige Ort. Schließlich dokumentiert schon der Name „hier ist was historisches am Platze“. Zudem dem Namen kam der Schwedenspeicher in Folge der schwedischen Besatzung im 17. Jahrhundert. Der wurde nämlich als Provi-anthaus zur Versorgung der Garnison errichtet, als Stade Verwaltungssitz und Festung der Nordmannen war. Da Schweden gerne klotzen und weniger kleistern bauten sie lange Zeit größte Profangebäude in der Stadt am heute Alten Hafen. So war es nicht nur über Elbe und Schwinge über das Wasser sicher zu erreichen, sondern diente auch Dank starker Befestigung als durchaus wehrhaft.

Nach der schwedischen Besatzung diente es weiter den nachfolgenden dänischen, kurhannoverschen und preußischen Truppen als Lagerraum. Und verfiel, galt sogar als Schandfleck der Stadt und sollte abgerissen werden. Diese Pläne aber verhinderte Mitte der 70er Jahre eine Bürgerinitiative in Zusammenarbeit mit



Stadtgeschichte und die Bedeutung der Hanse für Stade finden Platz im Schwedenspeicher
Fotos: Museum

dem Stader Geschichts- und Heimatverein. Der Schwedenspeicher wurde von Grund auf saniert und zum größten Museum zwischen Ham-burg, Bremer-haven und Bremen umgebaut.

Heute ist allerhand zu sehen. Zur Hanse beispielsweise. Seit der Neueröffnung des Museums präsentiert das Haus eine große Ausstellung zur Hansezeit. Nach mehr als 20 Jahren handelt

es sich um die erste Schau zu diesem Thema. Stade, im 14. Jh. eine mittelgroße Hansestadt, dient dabei immer wieder als Bezugspunkt. Dabei wird schnell deutlich, wie exemplarisch die Rolle der Schwingestadt für viele andere Hansestädte des ausgehenden Mittelalters ist. Und was die Hanse eigentlich war. Ein Stockwerk tiefer geht es um Stade als Stadt. Eine spannende Inszenierung der Stader Stadtgeschichte mit einem dreidimensionalen Multimediamodel zeigt in sechs Episoden die geschichtliche Entwicklung. Die wichtigsten Exponat-Highlights sowie

eine exklusive Auswahl der Stader Hafenfunde bilden weitere zentrale Ausstellungselemente. Und dann ist da noch die Ur- und Frühgeschichte. Denn von Interesse für die Menschen war die Elbe-Weser-Region schon immer. Vom Neandertaler bis zu den Wikingern reicht die Zeitreise durch sechs zentrale Epochen dieser Menschheitsgeschichte. Daneben locken im Erdgeschoss kulturgeschichtliche Sonderausstellungen zehntausende Besucher in dieses einmalige Museum. Wer sich vorab informieren will, ohne den weiten Weg nach Stade direkt zu fahren, findet auf der Internetseite www.museen-stade.de/schwedenspeicher/ausstellungen/ zahlreiche Informationen in Form von Videos, Bildern und kurzen Geschichten. Einen Besuch im Schwedenspeicher kann das nicht ersetzen, aber bestens vorbereiten. Das Museum ist Dienstag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr und Samstag und Sonntag von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Und es liegt günstig am Alten Hafen und ist fußläufig zu zahlreichen kleinen Cafés und Restaurants.

