

Die Kochzutaten gibts bei


**S. Golly** am Feldweg 15 • 27474 Cuxhaven

## GEDANKENSPIELE

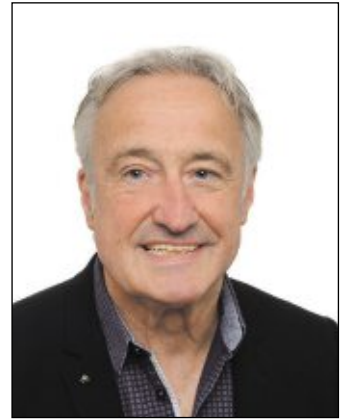
## Erwachende Natur

Bei meinen Fahrradtouren über Land ist mir aufgefallen, dass die Schneeglöckchen bereits in großen Büscheln mit ihren Köpfen winken.

Auch Krokusse blühen und die Tulpen sowie Narzissen sind ebenfalls neugierig und zeigen ihr Blattgrün. Diese frischen Blätter scheinen auch Gartenbesuchern zu schmecken, die heimlich

Schneeglöckchen. Deshalb lässt er es auch leben und so früh erblühen, wenn er es im Winter zugedeckt hat. Aber derzeit scheint er wohl die Erde bei uns nicht

mehr zu mögen. Und die künstlichen Schneekanonnen, die dafür sorgen, dass Skiläufer und Rodler unterwegs sein können, sind mit dem echten Schnee ja nicht zu vergleichen.



ziemlich viel bei einer Bekannten von mir im Garten abgeknabbert haben. Gesehen hat sie niemanden. Ich vermute, es sind Rehe, die im nahen Wald wohnen. Das Thermometer ist letzte Woche zum Teil auf elf Grad geklettert. Da brauchen wir auf Schnee und Eis wohl nicht mehr hoffen. In einem Märchen, das meine Lieblingsgeschichte erzählt, heißt es, dass der Schnee seine Farbe von den Schneeglöckchen bekommen hat. Niemand wollte dem farblosen Schnee eine Farbe abgeben. Nur das

Ich erfreue mich jedenfalls an der erwachenden Natur. Und so geht es wohl vielen Menschen. Am letzten Wochenende waren die Strände und Wege an unserer schönen Nordseeküste von vielen Strandwanderern aufgesucht worden. Da lohnt es sich auch einmal unsere Nachbarorte an der Wurst Nordseeküste zu besuchen. Sehr für einen spannenden Spaziergang zu empfehlen. Es wünscht Ihnen dafür ein sonniges, nicht allzu stürmisches Wochenende

Joachim Tonn

## Exotischer Käsesalat mit Camembert

In der Profiküche immer etwas Leckeres zubereiten

## Zutaten (4 Personen)

1 Mango  
1 Papaya  
2 Kiwis  
1 Orange mit unbehandelter Schale  
1/2 kleine Netzmelone  
Saft von 1 Zitrone  
125 g Camembert  
Zitronenmelisse zum Garnieren

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern lösen, in kleine Stücke schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Orange waschen, von der Schale dünne „Späne“ schnitzen und im Anschluss die Orange filetieren. Papaya schälen, mit etwas Zitronensaft beträufeln und das Fruchtfleisch mit Hilfe eines Melonenausstechers in Kugelform herausstechen. Kiwis schälen und würfeln. Camembert in kleine Streifen schneiden.

Käse und Früchte vorsichtig miteinander mischen und mit je einem Schnitz Netzmelone, ohne Schale, anrichten. Mit etwas Zitronenmelisse

se und der Orangenschale garnieren.  
Pro Person: 233 kcal (977 kJ), 8,1 g Eiweiß, 9,9 g Fett, 26,6 g Kohlenhydrate

Fotohinweis: Wirths PR  
Redaktion/Foto:  
PublicRelation Wirths



**BARUNKEKÜCHEN**


[www.barunkekuechen.de](http://www.barunkekuechen.de)  
Grodener Chaussee 63 – 65 · Cuxhaven  
Telefon 047 21 – 744 10

## BUCHTIPP



## Fair bleiben

Liebe Literaturfreunde,

live vom Dorfplatz in Schimpfhausen begrüßt das Team, die beiden Gänse Gitta und Gustav ihr Publikum. Gleich beginnt der beliebte jährliche Wettbewerb „Das große Schimpfen.“ Während Gitta Gans die Regeln erklärt, präsentiert Gustav Gans den 1. Preis, den großen goldenen Pokal! Um sie herum fröhliches Treiben. Alle

Vorbereitungen sind getätigt. Dem Mikrofon auf einem Podest nähert sich der 1. Teilnehmer: Theo Tapir. Mit einem hellblauen Hasen unter dem Arm, sein Kuschtier oder ein Glücksbringer, ist er in diesem Jahr ein Neuling unter den Vortragenden. Gespannt, mit welchem Wort er der Contest beginnt - PUDDINGPUPS! Die Jury (Geier, Hund + Frosch) lässt sich nichts anmerken, aber die Zuschauer sind außer Rand und Band. Die nächsten Teilnehmer stehen bereit, doch erst einmal Werbung. Was hat Gustav Gans in der Hand?

...IPSIE?... Und schon geht's weiter. Die „schimpfsten Schimpfwörter“ sausen um die Ohren. Und dann ist der Vorjahressieger an der Reihe, der große, unübertroffene Harald Hirsch!

Mit PETRIGERLACKLAPPENSAFTFINK schaffte er es aufs Siegerpodest. Doch was passiert da? Es sieht so aus, als habe der stolze Champion den Kopf zu hoch getragen. Bis zur letzten Moderation des Gänse-Duos bleibt es spannend.

Üppig und witzig präsentieren sich die Tierfiguren, fordern auf zum Anschauen, Vorlesen und phantasievollem Mitmachen. Die Geschichte verführt kreativ neue Wortschöpfungen zu finden.

**Michael Escoffier, Das große Schimpfen, mixtvision, ISBN 9783958541870, € 15, 40 S., durchgehend farbig illustriert von Kris Di Giacomo, aus dem Französischen von Bettina Bach, ab 4 J.**



Vorgestellt von Marianne Haring

**buch bar**  
www.buchbar-LeseAgentur.de

## „So viel Du brauchst...“ lautet diesjähriges Motto

Aufruf der Kirchen zum Klimafasten mit dem Schwerpunkt Ernährung

**HANNOVER/HILDESHEIM** re · Die Evangelisch-lutherische Landeskirche Hannovers ruft gemeinsam mit vielen evangelischen Landeskirchen und katholischen Bistümern - darunter aus das Bistum Hildesheim - und Brot für die Welt sowie MISEREOR dazu auf, sich in der Fastenzeit an der Aktion Klimafasten zu beteiligen. In diesem Jahr steht die Aktion unter dem Leitwort „So viel Du brauchst...“.

Landesbischof Ralf Meister sagt: „Ich freue mich sehr, dass sich jedes Jahr mehr Menschen an Klimafasten in der Passionszeit beteiligen. Die Passionszeit steht für ein individuelles und kollektives Innehalten und Bewusstmachen. Mit dem Klimafasten gelingt es, diesen besonderen Zeitraum vor Ostern mit dem Einsatz gegen den Klimawandel zu verbinden, dem Megathema der Gegenwart und Zukunft. Ich lade alle ein, auch in diesem Jahr beim Klimafasten dabei zu sein.“ Die Fastenzeit ist traditionell durch einen freiwilligen Verzicht auf Nahrung geprägt. An diese Ursprünge des Fastens knüpft das Klimafasten 2022 an. Das Klimafasten möchte Menschen gewinnen, schon beim Einkauf und der Zubereitung des Essens darauf zu achten, weniger Energie zu verbrauchen und den Alltag, die eigenen Gewohnheiten so zu verändern, dass sie sich klimafreundlicher ernähren und leben.

„Klimagerechtigkeit fängt bei uns zu Hause an. Dafür ist es wichtig, dass wir uns bewusster ernähren und weniger Lebensmittel wegwerfen. Wenn wir öfter regional und saisonal einkaufen, tragen wir dazu bei, dass für die Erzeugung und



Brot ist eines der wichtigsten Nahrungsmittel

Foto: Remmer

den Transport unserer Lebensmittel weniger CO<sub>2</sub> verursacht wird“, sagt Dagmar Pruin, Präsidentin von Brot für die Welt und Schirmherrin der Aktion Klimafasten. Der hohe Bedarf an Ressourcen in der konventionellen Landwirtschaft, etwa für Kunstdünger oder Pestizide, aber auch im Lebensmittelhandel, beispielsweise für energieintensive Kühlung und den Transport von Waren über weite Strecken, beschleunigen den Klimawandel. „Klimagerechtigkeit bedeutet auch Solidarität mit den Menschen, die schon jetzt am meisten unter der Erderüberhitzung leiden. Sie haben kaum dazu beigetragen, gleichzeitig haben sie kaum Möglichkeiten, sich gegen die Folgen zu schützen“, sagt Pruin.

Pirmin Spiegel, Hauptgeschäftsführer von MISEREOR und ebenfalls Schirmherr, ergänzt: „Unsere Partner auf den Philippinen und in Bangladesch treffen Stürme, Überschwemmungen, Dürren und das Versalzen von Böden durch den Meeresspiegelanstieg

hart. Ernten werden zerstört, Lebensmittel unerschwinglich. Anders leben und wirtschaften ist notwendig, um den Klimawandel einzudämmen. Dazu gehört es etwa auch, regionale und ökologische Produkte einzukaufen, unnötige Verpackungen zu vermeiden. Dabei können wir von unseren Partnerorganisationen im globalen Süden lernen, die uns zeigen, dass eine andere Form der Landwirtschaft und Ernährung möglich ist.“

Die Aktion „Fasten für Klimaschutz und Klimagerechtigkeit“ 2022 gibt vielfältige Anregungen, die eigenen Ernährungs- und Einkaufsgewohnheiten zu verändern. Jede Fastenwoche setzt einen besonderen Schwerpunkt. In der ersten Woche geht es etwa darum, weniger Lebensmittel zu verschwenden, in der dritten Woche darum, Verpackungsmüll zu reduzieren, in der vierten Woche darum, den Geschmack der Region zu entdecken und in der sechsten Woche darum, weniger Energie in der Kü-

che zu verbrauchen. Klimafasten ist eine ökumenische Initiative von 17 evangelischen Landeskirchen und katholischen Bistümern sowie MISEREOR und Brot für die Welt. Die Träger der Aktion Klimafasten laden ein, in den sieben Wochen vom 2. März bis zum 17. April 2022 zu erleben und zu erfahren, was für ein gutes Leben im Einklang mit der Schöpfung und die Verwirklichung von sozialer Gerechtigkeit wichtig ist – und bei der Aktion Klimafasten mitzumachen. Dabei freuen sie sich auch über Erfahrungsberichte. Weitere Informationen und Materialien wie die Broschüre, Plakate, Aufkleber, können unter [www.hkd-material.de/themen/umwelt-und-klimaschutz](http://www.hkd-material.de/themen/umwelt-und-klimaschutz) bestellt werden. Eine Übersicht über (online) Veranstaltungen gibt es unter <https://klimafasten.de/termine/>. Dort kann auch nach Terminen in der Landeskirche Hannovers gefiltert werden. In den sozialen Medien ist Klimafasten zu finden unter #klimafasten.