

DIREKT

AUSGABE 1 | 2022

MAGAZIN DER
ENERGIEVERSORGUNG
LIMBURG

PORTRÄT

GANZ IN WEISS

Im Limburger Fachgeschäft „Elaine Ferlita
SPOSA“ findet jede Braut ihr Traumkleid. → Seite 4

EVL
Energieversorgung Limburg

www.evl.de

E-MOBILITÄT

Mehr Flexibilität: Die EVL
kooperiert mit Ladenetz → Seite 7

GESUND UND LECKER

Vitaminreiche Gerichte, die toll aus-
sehen und schmecken → Seite 12



**OHNE UNS SPRINGT
DER FUNKE NICHT ÜBER.**

EVL
Energieversorgung Limburg

WWW.EVL.DE



EDITORIAL



Gert Vieweg,
Geschäftsführer der
Energieversorgung
Limburg

Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling steht schon in den Startlöchern. Die ersten Sonnenstrahlen blitzen durch die Bäume, begleitet von fröhlichem Vogelgezwitscher. Klar, dass es uns da wieder mehr nach draußen zieht an die frische Luft, um das schöne Wetter in vollen Zügen zu genießen. Eine Wohltat nach den langen, dunklen Wintertagen. Und eine willkommene Abwechslung zum meist stressigen Alltag.

In unserer Titelgeschichte dreht sich diesmal alles um den wohl schönsten Tag im Leben: die Hochzeit. Genauer gesagt um das Hochzeitskleid. Denn Elaine Ferlita, Inhaberin und Geschäftsführerin der Brautboutique „Elaine Ferlita SPOSA“ in Limburg, berät Bräute in ihrem Laden auf der Suche nach dem perfekten Kleid – von der Anprobe über die Änderungen in der Schneiderei bis hin zum individuellen Traum in Weiß. Lassen Sie sich verzaubern von der glamourösen Welt der Brautkleider.

Auf Seite 7 erfahren Sie mehr zur Kooperation der EVL mit „Ladenetz“, durch die das E-Tanken in Limburg jetzt noch flexibler gestaltet wird. Denn mit der „ladeapp“ geht das Aufladen ab sofort auch ganz einfach per Smartphone. Zudem gibt es in dieser Ausgabe der DIREKT interessante Tipps rund um die richtige Mülltrennung, natürlich eine Kinderseite, leckere Rezeptideen und ein kniffliges Kreuzworträtsel mit der Chance auf einen tollen Gutschein.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre.

Herzlichst Ihr

SO ERREICHEN SIE UNS

Service-Nummer:

0800 655 49 00

EVL-Servicecenter
Bahnhofstraße 17

Mo, Di, Mi, Fr

8 bis 16 Uhr

Do 8 bis 18 Uhr

Sa 10 bis 13 Uhr

Geschäftsstelle

Ste.-Foy-Straße 36

Mo bis Fr 8 bis 16 Uhr

Service-Nummer

Telefon (064 31) 2903-800

Telefax (064 31) 2903-692

**Störungsnummer Strom,
Wasser und Wärme:**

Telefon (064 31) 2903-111

Störungsnummer Erdgas:

Telefon (064 31) 2903-444

E-Mail: evl@evl.de

Internet: www.evl.de

SPENDEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Zum Start ins neue Jahr überreichte die Energieversorgung Limburg die alljährliche Weihnachtsspende. Dieses Mal gingen je 1500 Euro an pro familia und an die AdA Adoptionsberatung e. V. Die Freude war riesig. „Wir sind sehr dankbar für die Unterstützung und möchten verstärkt in die Arbeit mit Jugendlichen investieren. Zum Beispiel in unsere

Workshops „Wilde Zeiten“, erklärt Katrin Hannappel von pro familia. Auch die AdA Adoptionsberatung in Limburg freut sich über die Spende: „Wir werden das Geld nutzen, um Prozesse der ‚Wurzelsuche‘ zu finanzieren. Denn viele Adoptierte verspüren den großen Wunsch, mehr über ihre leibliche Familie zu erfahren“, erklärt Susana Katz, Leiterin der Adoptionsberatung.

Auch die Sonderaktion „evl | initiativ“ auf Instagram war ein voller Erfolg. Hier unterstützte die EVL mehrere auf der Spendenplattform veröffentlichte Projekte mit einem Gesamtbudget von 1500 Euro.

Weitere Infos unter
www.profamilia.de
www.ada-adoption.de
www.evl-initiativ.de



Von links: Katrin Hannappel (pro familia),
Gert Vieweg (EVL) und Susana Katz (AdA
Adoptionsberatung)

Impressum

Herausgeber: Energieversorgung Limburg GmbH,
Ste.-Foy-Straße 36, 65549
Limburg, Telefon (064 31)
2903-800, www.evl.de
Redaktion: Laura Keiper
(verantw.), Simone Kalck.
Verlag: trurnit GmbH,
Putzbrunner Straße 38,
85521 Ottobrunn.
Gestaltung: trurnit GmbH –
trurnit Publishers, Ottobrunn
Druck: hofmann infocom
GmbH, Emmericher Straße 10,
90411 Nürnberg.
Die Rechte am Titel „DIREKT“
liegen beim Verlag.
Chlorfrei gebleichtes Papier

Brautboutique mit besonderem Flair

Wer das perfekte Traumkleid für den großen Tag finden möchte, ist in der Brautboutique „Elaine Ferlita SPOSA“ genau richtig. Der Name „Sposa“ stammt aus dem Italienischen und bedeutet

Braut. Eine Hommage an die eigene Familie. Denn Besitzerin Elaine Ferlita ist mit einem Italiener verheiratet. Seit Februar 2021 präsentiert sie im Walderdorffer Hof, einem denkmalgeschützten Adelshof von 1665, auf gut 286 Quadratmetern rund 200 Modelle.

Damit sie immer genug Zeit für ihre Kundinnen hat, sind Beratungen ausschließlich nach vorheriger

Terminvereinbarung möglich: über das Kontaktformular auf der Website, telefonisch unter (06431) 5847758 oder per E-Mail an mail@die-erlebnishochzeit.de.

Einen ersten Eindruck von der Boutique und den Kleidern finden Interessierte unter: www.die-erlebnishochzeit.de



GANZ IN WEISS

In der Limburger Brautboutique „Elaine Ferlita SPOSA“ finden zukünftige Bräute das passende Kleid für ihre Hochzeit. Individuelle und kompetente Beratung in historischem Ambiente inklusive.

Als Elaine Ferlita den meterhohen Vorhang zurückschlägt, steht vor ihr eine strahlende Braut. Bis vor wenigen Minuten hatte Henrike R. ihre Alltagskleidung an. Nun steht sie in einem Brautkleid ganz in Weiß und glitzernd in einem Saal im historischen Limburger Walderdorffer Hof. Ihre Augen leuchten: „Beim allerersten Mal ist das ein ungewohntes Bild. Der Anblick ist überwältigend.“ Ihr eigentliches

Brautkleid ist schon bestellt, die kirchliche Trauung für dieses Jahr geplant. Heute schlüpft die 30-Jährige extra nochmal für das Fotoshooting in ein Kleid, um zu zeigen, wie das so ist mit dem Brautkleiderkauf.

„Die meisten Frauen können sich nicht vorstellen, wie es sich anfühlt, solch ein Brautkleid zu tragen“, verrät Elaine Ferlita. Die 35-Jährige ist Inhaberin der Brautboutique „Elaine Ferlita

SPOSA“. Sie hat bereits viele Dutzend Kundinnen bei der Kleiderauswahl beraten.

Individuelle Beratung

In einem ersten Gespräch auf der Couch geht es zunächst um den Hochzeitstermin, die Art der Hochzeit und natürlich um die individuellen Vorstellungen rund um das Brautkleid. Anschließend steht die Auswahl an: „Wir bieten den Bräuten die Möglichkeit,

ganz ohne Zeitdruck alles anzuprobieren, was sie möchten“, erzählt die Geschäftsführerin.

Auch mit Henrike R. schreitet sie die langen, schimmernden Kleiderreihen ab, fragt: „Soll es in diese Richtung gehen, eher was Enges?“ Als sie ein passendes Modell ausgewählt haben, verschwinden beide hinter dem Ankleidevorhang. Wenig später steht Henrike R. auf einem quaderförmigen Podest, damit das





Fotos: Michael Schmidt

Sich das erste Mal in einem Brautkleid zu sehen, ist ein ganz besonderer Moment.

Kleid direkt optimal fällt, und blickt in einen gewaltigen Spiegel mit Holzrahmen an der Wand. „Der Schleier fehlt noch“, bemerkt Elaine Ferlita.

Sie weiß, welche Bedeutung Brautkleider haben: „Das ist wie ein wahr gewordener Mädchen- Traum. Und ein ganz besonderer Moment, in dem ich solch ein Kleid trage.“ Für die Geschäftsfrau stand früh fest: „Irgendwann habe ich meine eigene kleine

Brautboutique.“ Schon als Mädchen verfolgte sie jeden Samstag neugierig von der Fensterbank im Wohnhaus ihrer Eltern aus die Hochzeiten gegenüber in der St.-Johannes-Kirche von Elz. Das Spannendste für Sie: Was für ein Kleid trägt die Braut?

Vom Büro in die Brautboutique

Beruflich geht Elaine Ferlita erst einmal andere Wege, sie wird Kauffrau, arbeitet unter anderem

im medizinisch-technischen Bereich. Später wird sie Assistenz der Geschäftsführung eines Unternehmens in der Gastronomiebranche, das auch Hochzeiten ausrichtet. „Ich wollte immer selbstständig sein“, erklärt die heutige Boutique-Inhaberin. Also sparte sie, eignete sich Fachwissen an und knüpfte Kontakte mit Designern. „Gut fünf Jahre lang hatte ich meinen Businessplan in der Schublade“, erinnert sie

sich. Doch 2018 wagte sie den Schritt und eröffnete an der Limburger Lahnbrücke eine kleine Boutique. Finanziell ein gewisses Risiko, denn Kommissionsware ist unüblich, daher muss sie alle Kleider kaufen. Zudem gibt es jedes Jahr neue Modelle. Da geht es immer um hohe Investitionen. Rückblickend denkt sie: „Es war gut, dass ich mir Zeit gelassen

Lesen Sie weiter auf Seite 6 >>

Der letzte Schliff. Ein Schleier macht das Braut-Outfit perfekt.



Ganz in ihrem Element: Lydia Langolf an der Nähmaschine.



Aus rund 200 Modellen können Bräute ihr Traumkleid auswählen.

Immer auf der Suche nach Neuem für ihre Kundinnen: Elaine Ferlita (rechts) und Janina Böcher-Klein.



Fotos: Michael Schmidt

Volle Konzentration: Marwan Issa passt die Modelle ganz individuell an.



Ist dieses Modell das perfekte Kleid? Bei der Vorauswahl geht Elaine Ferlita genau auf die Wünsche der Braut ein.

>> Fortsetzung von Seite 5

habe und alles durchdenken konnte. Denn eine Brautboutique bedeutet, neben dem Glamour, auch immer Termindruck und vor allem den Wunsch nach Perfektion.“

2021 wechselte die Brautboutique in größere Räume in den Walderdorfer Hof – eine mutige Entscheidung. „Durch die Pandemie wurden natürlich viele Hochzeiten verschoben“, berichtet die Inhaberin. „Zum Glück gibt es für Brautausstatter aber keine nennenswerte Konkurrenz im Onlinehandel. Unsere Kundinnen legen Wert auf eine individuelle Beratung. Und die erhalten sie eben nur vor Ort“, erklärt sie. Einen richtigen Nachfrageschub brachte die VOX-TV-Sendung „Zwischen Tüll und Tränen“, in der ihre Brautboutique ebenfalls zu sehen ist.

Auch abseits ihres Ladens spielt das Thema „Hochzeiten“ für die Geschäftsfrau eine große Rolle. Schließlich singt sie seit etwa 17 Jahren auch auf Hochzeiten und kann auf rund 400 Auftritte zurückblicken. „Besonders schön ist es, wenn ich auf Feiern singen

darf, bei denen ich die Bräute vorher in meiner Boutique beraten habe.“

Absolute Königsdisziplin

In einem Atelier, direkt neben dem Verkaufsraum, rattert die Nähmaschine von Lydia Langolf. Sie ist Schneiderin und seit zwei Jahren hier angestellt. Daneben steckt Marwan Issa mit Nadeln an einer Schneiderbüste Spitzen bei einem weißen Kleid ab. „Egal welchen Wunsch die Braut hat, wir setzen ihn um. Am Ende wird die Braut glücklich“, sagt er feierlich. Er arbeitet seit 15 Jahren als Schneider, erst in Syrien, jetzt in Deutschland.

In Ehringshausen führt er eine eigene Schneiderei und unterstützt parallel das Team in Limburg. Seine Auftraggeberin verrät: „Unter Schneidern sind Hochzeitskleider die Königsdisziplin.“ Die Änderungsarbeiten an einem Kleid können vier, fünf Stunden, aber auch bis zu zwei Tage dauern. Die Stoffe sind oft zart und filigran. Dazu kommen Sonderwünsche – von neuen Trägern über tiefere Rückenausschnitte bis hin zur Neuankfertigung von Jacken oder Capes:

„Manchmal erkennen wir die Brautkleider anschließend kaum wieder“, scherzt die Boutique-Inhaberin.

Erfolgreiche Zusammenarbeit

Die Vierte im Team ist Janina Böcher-Klein. Sie ist studierte Modedesignerin und Dozentin und hat bereits eine Brautboutique in Bad Camberg geführt. Als Assistentin von Elaine Ferlita kümmert sie sich um den Kundenkontakt. Die hohen Erwartungen der Kundinnen kennt sie genauso gut wie die Besonderheiten der hochwertigen Textilien: „Jedes Modell ist eine andere Herausforderung. Die Kleider haben zwar die üblichen Konfektionsgrößen, doch für den perfekten Sitz passen wir das aus-

gewählte Kleid individuell an die Figur der Braut an“, erklärt Janina Böcher-Klein.

Nach ihrem Fotoshooting zur Brautkleidanprobe schwärmt Henrike R.: „Elaine ist ganz toll. Sie macht das mit Herzblut und viel Liebe.“ Viel Liebe zum Detail hat auch das Ritual, das Elaine Ferlita bei einem gelungenen Brautkleidkauf mit ihren Kundinnen zelebriert. Dann holt sie eine kleine Spieluhr hervor und lässt den Hochzeitsmarsch „Treulich geführt“ aus Richard Wagners Lohengrin erklingen. Dazu reicht sie etwas Prickelndes zum Anstoßen. Es ist eben ein Ort großer Gefühle. Die Boutique-Chefin fasst es so zusammen: „Neben dem Sekt fließen hier auch jede Menge Freudentränen.“

Kontakt

Elaine Ferlita SPOSA – Die Erlebnishochzeit
 Fahrgasse 5, 65549 Limburg
 Telefon: (06431) 584 7758
 E-Mail: mail@die-erlebnishochzeit.de

NEUER PARTNER LADENETZ

Um die Elektromobilität in der Stadt voranzutreiben, arbeitet die Energieversorgung Limburg mit einem neuen Partner zusammen: Der Verbund „Ladenetz“ sorgt durch ein vereinfachtes Bezahlungssystem für mehr Flexibilität beim Aufladen an Limburgs Ladesäulen.



Seit Dezember 2021 arbeitet die Energieversorgung Limburg mit „Ladenetz“ zusammen – und sorgt auf diese Weise dafür, dass das Stromtanken in Limburg jetzt noch einfacher und komfortabler wird. Als Teil der smartlab Innovationsgesellschaft handelt es sich bei „Ladenetz“ um einen Verbund aus 232 Stadtwerken und Energieversorgern, die sich gemeinsam für den Ausbau der Ladeinfrastruktur starkmachen. Mit flexiblen Lademöglichkeiten und einem vereinfachten Bezahlungssystem an den Ladesäulen wird auch Limburg so in Sachen E-Mobilität attraktiver. Die EVL erweitert dadurch ihre Tarifstruktur und passt ihre Preise einem marktgerechten Niveau an.

Mehr Flexibilität an der Ladesäule

An allen öffentlich zugänglichen Ladesäulen in Limburg und dessen Stadtteilen ist das klassische Laden per Ladekarte nach wie vor möglich – und dank Roaming anbieterunabhängig. Strom- und Erdgaskunden der Energieversorgung Limburg haben die Möglichkeit, ihr

E-Fahrzeug mit einer EVL Ladekarte zu einem vergünstigten Tarif zu laden. Die Karte ist jederzeit beim regionalen Energieversorger erhältlich. Neu durch die Kooperation mit „Ladenetz“: Das Laden an den öffentlich zugänglichen Ladesäulen ist nun auch via Smartphone über die „Ladenetz“-App möglich. Für das sogenannte Ad-hoc-Laden einfach den QR-Code auf der Ladesäule einscannen, „ladeapp“ öffnen und der Anleitung in der App folgen. Mehr Komfort und vereinfachte Bezahlungsmöglichkeiten an den öffentlichen Ladesäulen sollen der E-Mobilität vor Ort mehr Schub geben, was zusätzliche Vorteile mit sich bringt: „Indem wir die E-Mobilität in Limburg und den Stadtteilen weiter vorantreiben, wollen wir den Schadstoffausstoß verringern, Lärm reduzieren und die Stadt insgesamt klimafreundlicher machen“, erklärt Gert Vieweg, Geschäftsführer der EVL.

Mehr Informationen zur Kooperation mit Ladenetz und zu den Tarifen unter: **www.evl.de > E-Mobilität > E-Tanken in Limburg**

Jetzt die
persönliche
EVL Ladekarte
beantragen und
Vorteile nutzen!

Mit der EVL Ladekarte lässt sich beim Stromtanken ganz einfach Geld sparen.



Foto: EVL

FÜR DIE TONNE

Dürfen Briefumschläge mit Fenster ins Altpapier?
In welche Abfalltonne kommen Korken? Wohin mit
den alten CDs? Mülltrennen ist oft knifflig. Ein
Überblick, wie Sie Ihren Hausmüll richtig entsorgen

Schraubdeckel von Verkaufsverpackungen gehören in den gelben Sack, die gelbe Tonne oder in manchen Kommunen in die Wertstofftonne. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie aus Plastik oder Weißblech sind. Wichtig: In den gelben Sack oder die gelbe Tonne dürfen nur Verkaufsverpackungen, also Verbundmaterialien wie Joghurtbecher, Getränkekartons, Dosen, Folien und Einwickelpapier vom Metzger oder Käsestand. Glas und Papier haben dort nichts zu suchen. Übrigens: Leere Verpackungen müssen Sie nicht spülen, löffeltrein reicht vollkommen aus.

CD- und DVD-Sammlungen

CDs und DVDs, die noch abspielbar sind, kann man weiterreichen oder verkaufen. Was aber, wenn die Silberlinge nicht mehr funktionieren? CDs und DVDs bestehen zu 99 Prozent aus hochwertigem Polycarbonat und enthalten in der Beschichtung wertvolles Silber. Daher sollte man sie unbedingt recyceln! Große Elektronikmärkte bieten Sammelstellen an. Eine weitere Abgabemöglichkeit sind Wertstoffhöfe der Kommunen. Die Hüllen kann man getrennt im gelben Sack oder der gelben Tonne entsorgen.

Korken

Flaschenkorken sammeln Sie am besten in einem großen Glas ohne Deckel. So kommt Luft rein – und es bildet sich an den Weinresten kein Schimmel. Die Sammlung geben Sie beim Wertstoffhof oder Weinhändler ab. Naturkork wird oft zu Granulat recycelt, das Wände und Böden dämmt. Für den Restmüll, der nur verbrannt wird, ist Kork viel zu schade.

LEDs und Leuchtstofflampen gehören nicht in den Hausmüll. Sie müssen bei kommunalen Sammelstellen für Elektroschrott entsorgt werden. Auch Baumärkte und Elektrofachgeschäfte nehmen die Lampen zurück. Der Grund: Neben elektronischen Bauteilen enthalten Energiesparlampen bis zu fünf Milligramm, Leuchtstofflampen bis zu zehn Milligramm gesundheitsschädliches Quecksilber, das nicht in die Umwelt gelangen darf.

Blaue Glasflaschen: Es gibt Container für weißes, braunes und grünes Glas. Aber wohin mit blauen, gelben oder roten Flaschen? In den Container für weißes und braunes Glas müssen farbrein sein. Wichtig: Es dürfen nur Glasflaschen und Einweggläser in die Container, keine Trinkgläser oder Fensterglas.

Medikamente auf keinen Fall in der Toilette oder im Waschbecken entsorgen. Man kann sie bei manchen Apotheken oder bei Schadstoffsammelstellen der Entsorgungsunternehmen abgeben – Stichwort „Giftmobil“. Eine weitere Möglichkeit ist der Restmüll. Vorher sollte man aber die Bestandteile trennen: Die Packung aus Pappe wandert in den Papiercontainer, der Salbentiegel aus Plastik, das Pumpspray oder Blisterverpackungen in den gelben Sack oder die gelbe Tonne, die Glasfläschchen in den Glascontainer. Nur das eigentliche Arzneimittel muss in den Restmüll.

Briefumschläge mit Fenster dürfen in den Papiercontainer. Das Gleiche gilt für die Nudelverpackung aus Pappe mit Klarsichtfenster. Denn in der Sortieranlage wird das Papier im Wasser aufgeweicht, so dass die schwere Papiermasse absinkt und der leichte Kunststoff oben schwimmt. Trennprofis entfernen die Folie trotzdem aus dem Briefumschlag oder der Papp-Verpackung.

Verschmutzte Eierkartons, vollgeschneifte Taschentücher oder Einwickelpapier mit Essensresten: Verunreinigtes Papier kommt immer in den Restmüll. Auch nicht in die Papiertonne dürfen: Fax- und Thermodruckerpapier, wie etwa Kassenbons oder Fahrkarten aus dem Automaten (Ausnahme: die neuen blauen Papiere – diese dürfen in den Papiercontainer), imprägnierte und beschichtete Papiere, wie etwa Käsepapier oder Backpapier, Styropor, Tapetenreste und Fotos. Das gehört alles in den Restmüll.

Mehr Wissen über Müll

Mülltrennung ist von Region zu Region verschieden. Unter www.awb-lm.de finden Sie Tipps des Abfallwirtschaftsbetriebs für den Landkreis Limburg-Weilburg zur korrekten Entsorgung.

Weitere nützliche Links:

mehr.fyi/abfall-wissen
mehr.fyi/muelltrennung
mehr.fyi/recycling
mehr.fyi/arzneimittel

Info

Blitzblank ohne Chemie

Bewährte Hausmittel wie Essig, Soda oder Backpulver reinigen gründlich und umweltfreundlich.

Weitere Infos unter:

www.energie-tipp.de/blitzblank

SCHWAMM DRÜBER

Foto: Getty Images – Elva Etienne

Wenn Streifen und Schlieren das Glas verschmutzen, wird's Zeit zum Fensterputzen. Die richtige Technik und Ausrüstung sorgen im Handumdrehen für eine klare Sicht.

Die richtigen Putzmittel

Das beste Mittel gegen verdreckte Fenster ist warmes Wasser mit einem Spritzer Geschirrspülmittel. Die Menge richtet sich nach dem Schmutz auf der Scheibe, vor allem an der Außenseite des Fensters. Ein Schuss Essig löst zuverlässig die Kalkablagerungen, zusätzlich ein Tropfen Spiritus im Putzwasser lässt die Scheiben schnell und streifenfrei trocknen. Bei Minusgraden verhindert Frostschutzmittel, dass das Wasser beim Putzen an der Scheibe gefriert. Übrigens: Bei direkter Sonneneinstrahlung bringt auch das beste Putzmittel nichts. Dann verdunstet das Wasser zu schnell und bildet unschöne Schlieren auf der Scheibe.

Die ideale Ausrüstung

Neben Eimer und Schwamm einen Handbesen für den groben Schmutz, ein fusselfreies Geschirrtuch und einen Abzieher zum Trocknen bereitlegen. Zusätzlich bietet sich noch ein Mikrofasertuch oder ein saugfähiges Fensterleder zum abschließenden Polieren der Scheiben an. Früher wurde oft zu Zeitungspapier als Mittel der Wahl geraten, heute gibt es bessere Lösungen. Denn die Drucker-schwärze kann die Fensterrahmen verfärben. Bevor es losgeht, noch schnell die Fensterbretter freiräumen und den Fußboden mit einem alten Handtuch abdecken – dann sind Teppich oder Parkett gut vor der Nässe geschützt.

Die perfekte Technik

Vor der Scheibe den Fensterrahmen und das Fensterbrett putzen, damit der Schmutz nicht aufs Glas gelangt. Mit einem Handbesen Blätter und Spinnweben entfernen, alles feucht abwischen und mit dem Geschirrtuch trocknen. Anschließend mit Schwamm und Putzwasser die Scheibe in kreisenden Bewegungen von oben nach unten und von innen nach außen gründlich reinigen. Dann mit dem Abzieher das Putzwasser in waagerechten Bahnen entfernen. Nach jeder Bahn die Gummilippen des Abziehers mit einem fusselfreien Tuch abwischen und zu guter Letzt polieren.

SO GEHT ESSEN RETTEN

Ein Drittel aller Lebensmittel in Deutschland landet im Müll. Dabei lassen sich Reste oft weiterverwenden – mithilfe von Apps und Online-Portalen.

Übriggebliebenes weitergeben

Ungenutzte Lebensmittel weitergeben statt wegschmeißen – das ist die Idee von Food-sharing. Ob Supermarkt oder Privatperson: Wer Nahrungsmittel übrig hat, trägt sie im Internet auf einer Karte ein. Die „Essenskörbe“ können andere Foodsharer dann kostenlos abholen.

www.foodsharing.de

Überschüssiges günstig anbieten

Unverkaufte Brote, Buffetreste, liegen gebliebene Frischwaren, vorbereitete, aber nicht bestellte Gerichte: In Bäckereien, Hotels, Supermärkten und Restaurants stapeln sich überschüssige Nahrungsmittel und Mahlzeiten in bester Qualität. Über die Plattform „Too Good To Go“ kann man die kulinarischen Reste zu vergünstigten Preisen reservieren und mit nach Hause nehmen.

www.toogoodtogo.de

Aus Resten Leckerer kochen

Was ergeben ein paar Pilze, Kartoffeln, drei Eier und eine Zucchini? Im Idealfall eine leckere Mahlzeit. Damit dies gelingt, bieten verschiedene Apps und Portale eine Rezeptsuche nach Zutaten für die kreative Resteküche an. Zum Beispiel die App „Zu gut für die Tonne“ des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, kostenlos im AppStore und bei GooglePlay erhältlich.

www.zugutfuerdietonne.de

75 Kilogramm Lebensmittel wirft jeder Deutsche pro Jahr im Durchschnitt weg.



Weitergeben statt wegschmeißen: Viele Initiativen schaffen digitale Plattformen, die der Lebensmittelverschwendung entgegenwirken.

Fotos: Jan-Philipp Winkler, Lisa Wartack

VITAMINE ZUM ANBEISSEN

Die Tage werden wieder länger, überall sprießt und grünt es. Der Frühling bringt Farbe und Biss in den Speiseplan. Kreieren Sie mit diesen Rezepten vitaminreiche Geschmacksexplosionen und echte Hingucker.

MANGOLDRÖLLCHEN MIT PIKANTER FÜLLUNG

Zutaten für 4 Personen

1 Staude Mangold
(circa 800g)
1 l Wasser
Salz
30g Oliven
30g getrocknete Tomaten
150g Schafskäse
150g Sahnequark
4 EL Semmelbrösel
1 EL Olivenöl
1 EL gehackte
Zitronenmelisse
½ Kästchen Kresse
3 EL Olivenöl

Soße:

2 Eier
2 TL Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit:
40 Minuten

- 1 Vom Mangold die Blätter ablösen. Wasser mit Salz ankochen, Blätter darin eine Minute blanchieren und abtropfen lassen.
- 2 Für die Füllung Oliven und getrocknete Tomaten grob hacken, Schafskäse zerbröseln und mit den angegebenen Zutaten mischen.
- 3 Mangoldblätter mit der Füllung bestreichen und aufrollen. Mit Zahnstochern verschließen. Öl erhitzen, Röllchen darin auf jeder Seite eine Minute anbraten und dann vier Minuten dünsten.
- 4 Für die Soße Eier mit Zitronensaft im Kochtopf kalt verrühren und unter ständigem Rühren aufschlagen, bis die Masse dicklich wird. Soße abschmecken und zu den Mangoldröllchen servieren.

ALS BEILAGE BIETET SICH
OFENGEMÜSE AN.



Ein Gemüse, viele Namen: Die Karotte wird auch Gelbe Rübe, Möhre oder Rübli genannt. Es gibt sie in orange, weiß, gelb, rot, violett oder schwarz.



ALS BEILAGE PASST SALAT MIT GURKEN UND RADIESCHEN.

KAROTTENRÖSTI MIT SCHNITTLAUCHQUARK

Zutaten für 4 Personen

- 400g Karotten
- 300g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 EL Mehl
- 3 Eier
- Salz, Pfeffer
- Muskat
- 6 EL Öl
- 1 Bund Schnittlauch
- 250g Magerquark
- 5 EL Crème fraîche

Zubereitungszeit:
45 Minuten

- 1 Karotten und Kartoffeln grob raspeln, Zwiebel in feine Würfel schneiden.
- 2 Mehl mit Eiern verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Dann mit Karotten, Kartoffeln und Zwiebel mischen.
- 3 Öl erhitzen, aus dem Gemüseteig nacheinander zwölf Rösti formen und von jeder Seite zwei bis vier Minuten anbraten.
- 4 Schnittlauch in Röllchen schneiden und mit Quark und Crème fraîche verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fertig gebratene Rösti noch heiß mit der Quark-Schnittlauch-Creme servieren.



Einkaufszettel

Bildcode scannen und
Zutatenliste der Rezepte
aufs Smartphone laden

Kannst Du auf den Wolken liegen?

Nein, das kannst Du leider nicht. Das liegt daran, dass Wolken nur aus Wassertropfen bestehen – Du würdest hindurchfallen!

WOLKEN

IN SICHT!



Wie schwer sind Wolken?

Eine sommerliche Kumuluswolke – dick, weiß, 100 mal 100 Meter groß – wiegt schon mal zehn Tonnen. Eine Gewitterwolke kann bis zu elf Kilometer hoch und breit und mehrere Millionen Tonnen schwer sein!

Schaust Du Dir auch so gerne Wolken an? Das ist ein bisschen so wie Kino: Es passiert viel am Himmel, die Wolken verändern sich ständig. Gerade sahen sie noch wie ein Schweinchen aus und schon haben sie sich wieder in Luft aufgelöst. Das passiert mit unserem Wolken-Wissen ganz sicher nicht. Viel Spaß beim Lesen!

Nachgezählt...

Wie oft findest Du die Worte „Wolke“ und „Wolken“ auf den Seiten? Zähl sie zusammen und schreibe die Lösung dann in diese Wolke.

Was bedeutet „auf Wolke 7 schweben“?

Wer im „siebten Himmel“ ist oder „auf Wolke 7 schwebt“, ist total glücklich! So wie frisch Verliebte, die ganz viele Schmetterlinge im Bauch haben, wann immer sie sich sehen – aber das mit den Schmetterlingen ist schon wieder eine ganz andere Frage.



ANGEBERWISSEN



Regenwolken

Oha – wenn solche Wolken den Himmel verdunkeln, gibt's bald Regen. Sie sind schwer und hängen meistens nur zwei Kilometer über dem Boden.



Schäfchenwolken

Wenn die Sonne den Boden schon richtig aufgeheizt hat, bilden sich Kumuluswolken – so der Fachausdruck für Schäfchenwolken. Und das bedeutet (meistens) schönes Wetter!



Schleierwolken

Diese zarten Gebilde sind oft ein Anzeichen dafür, dass das Wetter sich verschlechtert. Legen sie sich wie ein Schleier vor die Sonne, dann fängt es spätestens nach 36 Stunden an zu regnen.

Sieht der Flugkapitän eigentlich was, wenn er durch eine Wolke fliegt?

Das ist ungefähr so, wie Du das aus dem Herbst kennst, wenn Du mit Mama und Papa im Auto durch Nebel fährst. Die Sicht verschlechtert sich, aber sehen kann man immer noch was.



WETTER IM GLAS

Unten etwas Asche, darüber Kies, dann Erde, in die Du eine Sukkulente pflanzt – eine besonders saftreiche, robuste Pflanze. Dann gießt Du sie und verschließt das Glas mit Klarsichtfolie – fertig ist Deine eigene, kleine Welt.

GUTSCHEINE FÜR BRAUT- BOUTIQUE ZU GEWINNEN!

Lösen Sie unser Kreuz-
worträtsel und gewinnen
Sie mit etwas Glück einen
von zwei Gutscheinen für
die Brautboutique „Elaine
Ferlita SPOSA“ in Limburg
im Wert von je 100 Euro.

Glamour und Glitzer pur. Das perfekte
Kleid für den Hochzeitstag finden und sich
ganz individuell beraten lassen in ent-
spannter, herzlicher Atmosphäre. Genau
das Richtige für Sie? Dann nehmen Sie
an unserem Gewinnspiel teil! Unter allen
richtigen Einsendungen verlosen wir zwei
Gutscheine für die Brautboutique „Elaine
Ferlita SPOSA“ im Wert von je 100 Euro
zur freien Verfügung.
Schreiben Sie einfach Ihr Lösungswort des
Kreuzworträtsels auf eine Postkarte und
senden Sie diese an:

EVL Limburg
Kennwort: Preisrätsel
Postfach 1362
65533 Limburg

Natürlich können Sie auch eine E-Mail
mit Ihrem Lösungsvorschlag schicken:
raetsel@evl.de

Mitarbeiter der EVL und deren Familien-
angehörige dürfen leider nicht teilneh-
men. Die Gewinner werden persönlich
benachrichtigt.



fester Zeit- punkt	Import	▼	Safe	franzö- sisch: eins	▼	kurz für: an dem	▼	▼	Frage nach einem Ort	Zupf- instru- ment	▼	sibir. Eich- hörn- chenfell	sprinten
►	▼	5				früh am Tag	►			▼			▼
►			10	ohne musik. Beglei- tung					Laut des Ekels	►		Beob- achter	
Zone niedri- gen Luft- drucks		3	kurze Filmein- stellung	▼					winziger Faden			Adels- prädikat	►
Ablich- tung	►			▼					11		4		
Gebirge zwischen Europa u. Asien	►		2						►				
Ver- mäch- tnis		kampf- unfähig (Abk.)	►			englisch: bei	▼	▼	Abk.: Neben- ausgabe	Be- dürftig- keit	6	chem. Zeichen Germa- nium	►
►				griechi- scher Buch- stabe	►		8		optisch wahr- nehmen	►			

RÄTSELN UND GEWINNEN

Die Buchstaben aus den blau
umrandeten Kästchen der Rei-
henfolge nach rechts eintragen
und fertig ist das Lösungswort.

Einsendeschluss ist der
31. März 2022

Mit der Teilnahme akzeptieren Sie die folgenden Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind. Der Rechtsweg ist aus-
geschlossen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Alle personenbezogenen
Daten werden ausschließlich zum Zweck des Gewinnspiels erfasst und verwendet und nach Ablauf der Verlosung gelöscht. Das Lösungswort des Kreuzworträtsels
in Heft 4/2021 lautete ACHTSAMKEIT. Die Gewinner der Gutscheine für Kaiser Naturfellprodukte wurden persönlich benachrichtigt.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11