

„Regional essen! Mach mit!“ 2025

Schnippeln und Schnattern im Bürgerhaus Erfttal

Schon die Ankündigung, die Carina Flick, Sozialwissenschaftlerin im Lotsenpunkt Erfttal, in die Runde warf, erzeugte Aufmerksamkeit bei den Seniorinnen, die sich regelmäßig im Bürgerhaus in Neuss- Erfttal treffen.

Carina Flick informierte im Vorfeld über die Aktionswoche des ERNÄHRUNGSRATES IM RHEIN-KREIS NEUSS „Regional essen! Mach mit!“.

„Schnippeln - was sollen wir schnippeln, war die Frage der interessierten Gäste und Besucher:innen im Bürgerhaus Erfttal. Zutaten und deren Herkunft sollten regional sein und im September Saison haben, sie sollten aus dem eigenen Garten, aus Nachbarsgarten oder auch aus dem Supermarkt mitgebracht werden.

Dann am 12.09. 2025, 10:00Uhr ist es so weit.

Zwölf Seniorinnen und ein Senior, ausgestattet mit Schürzen, Brettchen und Messern starten die **Schnippelaktion!**

Möhren, Äpfel, Zucchini, Tomaten, Joghurt, Frischkäse – das sind die mitgebrachten Zutaten

Gemeinsam wird überlegt, was wir zubereiten können. Schnell werden mit vereinten Kräften Möhren und Äpfel geschält und gerieben, gut gewürzt und der Möhren-Äpfelsalat ist fertig.

Als Hauptgericht soll es Ofengemüse geben. Zwei große Bleche werden mit geschnippeltem Gemüse belegt. Salz, Pfeffer, Rosmarin, Thymian, Oregano und gutes Öl sollen den Geschmack abrunden. Doch bevor das Blech in den Ofen wandert, holt eine der Damen noch frischen Salbei und frischen Thymian aus ihrem nahen Garten.

Nun braucht es ca. 25 min, dann ist das Ofengemüse verzehrfertig.



Doch zuvor wird der zu Beginn der Schnippelaktion vorbereitete Apfelkuchen aus dem Backofen geholt.

Ein Duft durchströmt das Bürgerhaus. Ein schön gedeckter Tisch, den Möhren-Apfelsalat als Vorspeise, zum Hauptgericht wird noch schnell ein Joghurt-Frischkäse Dressing gerührt und alle lassen es sich gut schmecken.

Apfelkuchen als Dessert mit einer Tasse Kaffee, frisch an der Infotheke des Bürgerhauses zubereitet.

Es wird geschnattert und geschnattert, es kommen Fragen zu Lebensmittel auf und auch die Wichtigkeit der regionalen und saisonalen Produkte wird im Hinblick auf die Gesundheit diskutiert.



Eine Wiederholung wird gewünscht!!!!

Rita Dunker-Kauhausen für den ERNÄHRUNGSRAT IM RHEIN-KREIS NEUSS

Der ERNÄHRUNGSRAT IM RHEIN-KREIS NEUSS ist Mitglied von neuss agenda e.V.
Mail: regionalessen@ernaehrungsrat-rkn.de
Web: www.ernaehrungsrat-rkn.de