

# meinsüdhessen

Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

1. April 2023

Das Leben in und um Kelsterbach und Hattersheim, Auflage 29.823

mein süd

# hessen

  
auf Facebook

www.facebook.com/  
rheinmainverlag



Alle E-Paper, Nachrichten  
und Anzeigen  
Einfach scannen und mehr lesen  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



Rätselseiten

Sudoku  
und  
Rätsel



Seiten 8-9



Einige Hühnerrassen legen von Natur aus farbige Eier! Die Farbe ist genetisch bestimmt. Über eine Drüse werden der Schale verschiedene Farbpigmente beigemischt.

Mehr zu unserem Thema der Woche lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Silvia/pixabay

## Ostereier färben

Kinderleicht auch mit Naturfarben

# Ostereier färben

Kinderleicht auch mit Naturfarben



(AK-O). Das Osterfest naht und zu Hause wird farbenfroh dekoriert – bunte Ostereier gehören einfach dazu! Es ist ein schöner Brauch, der richtig Spaß machen kann: Eier zu färben und zu verzieren, um die Ostertafel zu schmücken, oder sie im Garten zu verstecken. Ob gefärbt oder bemalt – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt – jeder kann sich hier austoben.

Viele Familien erinnern sich an alte Traditionen und färben die Eier wie ihre Mütter und Großmütter mit natürlichen Farbstoffen. Das ist nicht schwer – Pflanzen, Gemüse, Kräuter und Tees aus Küche und Garten können dazu verwendet werden. Die Färbungen sind oft nicht so intensiv, aber dafür frei von Zusatzstoffen, die in Lebensmittelfarben enthalten sind, und es ist kinderleicht.

## Vorbereitungen

Verwenden Sie Eier aus dem Bioladen. Die Schale der Eier von freilaufenden Hühnern ist härter, daher zum Färben besser geeignet. Reinigen Sie die Eier vor dem Färben mit Essigwasser, damit sie die Farbe besser annehmen. Weiße Eier eignen sich für hellere Farbtöne, braune Eier intensivieren die dunkleren Farbtöne. Pieksten Sie die Eier vor dem Kochen nicht an, so gelangt keine Farbe ins Innere und die Eier sind länger haltbar. Damit sie beim Kochen nicht aufplatzen, am besten vor dem Kochen einige Stunden bei Zimmertemperatur aufbewahren.

## Farbsud erstellen

Der Sud von frischen Pflanzen, Tee, Kaffee oder Gemüse kann sofort verwendet werden. Rinden, Blätter und Beeren sollten erst einige Stunden einweichen und dann mindestens 30 Minuten aufgekocht werden.

Rote Farbe mit Rote Bete oder blaue Farbe mit Blaukraut: 500 g des frischen, klein geschnittenen Gemüses in einem Liter Wasser für 30 bis



Fotos: pexels.com/ak-o, Cico Zeljko/pixabay

40 Minuten kochen. Anschließend das Färbewasser durchsieben. Gelbe Farbe mit Kurkuma oder Safran: 3 bis 4 Teelöffel für 30 Minuten

in einem Liter Wasser einweichen und anschließend 30 Minuten kochen lassen.

Grüne Farbe mit Holunderbeeren: 100 Gramm in einem Liter Wasser zwei Stunden einweichen und danach 30 bis 60 Minuten kochen. Anschließend das Färbewasser durchsieben.

Braune Farbe mit schwarzem Tee: 100 g Tee mit 1 Liter Wasser aufkochen, ca. 1/2 Stunde ziehen lassen, danach die Teeblätter abgießen.

## Eier färben

Kochen Sie die Eier 10 Minuten und schrecken Sie sie danach mit kaltem Wasser ab. Die Eier sollten mindestens eine halbe Stunde in dem erkalteten Farbsud liegen. Zwischendurch die Eier mit einem Löffel herausholen und die Farbtintensität prüfen. Um einen kräftigeren Farbton zu erhalten, ist bei manchen Farben eine Färbedauer von ein bis drei Stunden notwendig. Ein Farbbad über Nacht intensiviert das Ergebnis. Ist die gewünschte Färbung erreicht, Eier zum Trocknen auf ein Küchentuch legen. Für einen intensiven Glanz reiben Sie die Eier mit einem in Pflanzenöl getunkten Tuch ein oder verwenden Sie eine Speckschwarte.

## „Als wäre der Heuschnupfen einfach weg“

Natürliches Arzneimittel wird derzeit zum Geheimtipp

-ANZEIGE-

(djd-p). Laut Robert Koch-Institut leidet heute schon jeder 7. Erwachsene in Deutschland an Heuschnupfen. Ob Fließschnupfen, juckende und gerötete Augen, allergischer Husten oder quälender Juckreiz, Betroffene fürchten die Symptome. Da viele Heuschnupfengeplagte nicht auf Antihistaminika oder kortisonhaltige Nasensprays zurückgreifen möchten, aber dennoch dringend Abhilfe suchen, entwickelt sich das von Robert Koch-Mitarbeiter Dr. Carl Spengler entwickelte Spenglersan Kolloid K immer mehr zu einem echten Geheimtipp.



djd/Spenglersan/ndabcreativity/Adobe Stock

Von Jahr zu Jahr vertrauen immer mehr Allergiker auf das bewährte natürliche Arzneimittel

Spenglersan Kolloid K, das allergiespezifische Antigene und Antitoxine enthält und so das überschießende Immunsystem „trainiert“ und wieder einregelt. Und das ganz ohne unangenehme Nebenwirkungen, wie etwa Müdigkeit oder Abgeschlagenheit.

Die Wirksamkeit von Spenglersan Kolloid K wurde nicht nur in einer randomisierten

und doppelt verblindeten Studie, sondern in einer Anwendungsbeobachtung belegt, an der 121 Allergiepazienten teilnahmen. Das Ergebnis: eine deutliche Symptomverbesserung von mindestens 79 %. Kein Wunder, dass immer mehr Allergiker und Heuschnupfengeplagte auf Spenglersan Kolloid K zurückgreifen. Spenglersan K ist als praktisches Spray in allen Apotheken und Versandapotheken rezeptfrei erhältlich (10 ml: PZN 00958358, 20 ml: PZN 03525246, 50 ml: PZN 01563751).

Pflichttext: Spenglersan® Kolloid K ist ein registriertes homöopathisches Arzneimittel nach § 38 Arzneimittelgesetz.

# Leckeres Dessert zu Ostern

Käsekuchen mit dem gewissen Etwas

(AKZ-O). Zum Osterfest kommen wieder zahlreiche Leckereien auf den Tisch, um unsere Liebsten zu verwöhnen und gemeinsam zu feiern. Ein etwas anderes Dessert ist Käsekuchen mit Schafskäse. Zu Hause ist dieser hauptsächlich auf Sardinien sowie in kleinen Gebieten in der Region Latium und in der südtoσκanischen Provinz Grosseto. Das Zusammenspiel aus den einheimischen Schafrassen, den geografischen und klimatischen Bedingungen und der langen Herstellungstradition schafft einen Käse, der nirgendwo sonst genauso hergestellt werden könnte. Damit dies so bleibt, schützt die Europäische Union nicht nur den Pecorino Romano, sondern auch viele andere traditionsreiche Lebensmittel mit dem Siegel der geschützten Ursprungsbezeichnung (g. U., auf Italienisch DOP). Damit sorgt sie dafür, dass diese Produkte nur in ihren Ursprungsgebieten und nach überlieferten Methoden hergestellt werden dürfen – und somit ihre Unnachahmlichkeit bewahren.

## Würziger Käsekuchen zum Osterfest

### Zutaten:

**400 g Mehl**  
**2 Msp. Backpulver**  
**185 g kalte Butterwürfel**  
**1 Ei**

**1 Prise Salz**  
**4 EL kaltes Wasser**  
**Olivenöl und Mehl für die Form**  
**100 g Pecorino Romano DOP**  
**300 g Magerquark**  
**200 g Mascarpone**  
**150 g Sauerrahm**  
**1 Knoblauchzehe gerieben**  
**1 kleine unbehandelte Zitrone (geriebene Schale und Saft)**  
**35 g Speisestärke**  
**3 Eier**  
**Salz**

### Zubereitung:

Für den Teig Mehl und Backpulver mischen, mit Butterwürfeln, Ei und Wasser zuerst zu Bröseln, dann zu einem glatten Teig verkneten. In Klarsichtfolie 1 Stunde kühl stellen. Für die Füllung den Schafskäse reiben, mit Quark, Mascarpone und Sauerrahm cremig rühren. Knoblauch und Zitronenschale unterrühren. Zitronensaft mit 1 EL Wasser und Speisestärke verrühren und unter die Masse rühren. Die Eier nacheinander unterrühren. Mit Salz abschmecken. Eine 26er Springform mit Öl bepinseln, mit Mehl bestäuben. Den Teig ausrollen, in die vorbereitete Form setzen und mit einer Gabel mehrfach einstechen. Nochmals 20 Min. kalt stellen, dann im vorgeheizten Backofen bei 175 °C 15 Min. vorbacken. Nach dem Abkühlen Füllung hineingeben und 1 Std. backen. Foto: Pecorino Romano/akz-o



## Geschenktipp

Scharfe Klingen zu Ostern verschenken

(AKZ-O). „Messer verschenkt man nicht“, besagt ein alter Aberglaube, denn sie könnten die Freundschaft zerschneiden. Deshalb erbitten auch heute noch viele vom Beschenkten eine symbolische Bezahlung von ein paar Cent, wenn sie ein Messer als Präsent überreichen. Ob was dran ist, darüber scheiden sich die Geister. Manch einem ist dieser Mythos gänzlich unbekannt oder völlig egal, andere greifen sofort zum Portemonnaie, um das drohende Unheil abzuwenden.

### Schöne Box mit Koch- und Universalmesser

Doch ob man nun dran glaubt oder nicht – für ambitionierte Hobbyköche und -köchinnen oder Hausfrauen und -männer, die noch mit den alten Messern ihrer Erstausrüstung hantieren, ist ein edles, scharfes Küchenmesser (Shin Black Serie, Kyocera) immer ein willkommenes Geschenk, nicht nur zu Ostern.

### Messerscharfe Tipps

Keramikmesser rosten nicht, sind geruchsneutral und können auch

in der Spülmaschine gereinigt werden. Bei guter Pflege halten sie extrem lange. Grundlage aller guten Schnitte ist das Schneidbrett. Während Holz und Kunststoff die Klingen schonen, sind Unterlagen aus Glas, Stein oder Metall eher nicht geeignet.

### Bei den Schnitttechniken werden drei Arten unterschieden

1. Beim Wiegeschnitt hat das Messer ständig Kontakt zum Brett und wird mit aufgesetztem vorderen Klingenberg durch das Schnittgut geführt.
2. Beim Druckschnitt trifft das Messer von oben mit dem vorderen Bereich oder der gesamten Schneide auf das Schnittgut.
3. Beim Zugschnitt berührt das Messer das Brett nur mit der Spitze und wird in Richtung Körper durch das Schnittgut gezogen.

Damit die Messer immer schön scharf bleiben, sollten sie nicht zweckentfremdet und – wenn überhaupt notwendig – nur mit speziell für Keramik entwickelten Diamant-Messerschärfen geschärft werden.

Foto: pexels.com/akz-o



## Anerkennung auf Augenhöhe

Asklepios Schlossberg Klinik Bad König veranstaltet 2. Jubiläums-Kaffee zur Ehrung langjähriger Mitarbeitender

**BAD KÖNIG (PM).** Eines der größten Komplimente, welches Arbeitgeber ihren Angestellten machen können, ist ihnen Anerkennung und Wertschätzung entgegenzubringen. An der Asklepios Schlossberg Klinik in Bad König setzen sich die Mitarbeitenden aus Überzeugung und mit bedingungslosem Einsatz für die Patient:innen ein. Wie wichtig solch ein Team ist, weiß auch die Klinikleitung. Aus diesem Grund hat sie im vergangenen Jahr das Jubiläums-Kaffee in Leben gerufen, um langjährige Kolleginnen und Kollegen für ihren Einsatz besonders zu ehren. Vor Kurzem fand bereits die zweite Veranstaltung statt. „Engagierte und gleichzeitig fachlich hoch qualifizierte Mitarbeitende zu finden ist keine Selbstverständlichkeit. Wir können unserem Team gar nicht genug da-



für danken, was jeder einzelne hier jeden Tag leistet. Das schöne Zusammentreffen bei Kaffee und Kuchen ist deshalb eine nette Geste, um fernab vom Alltag „Danke“ zu sagen“, sagt Desiree Schumacher, Geschäftsführerin der Asklepios Schlossberg Klinik in Bad König. Alle sechs Monate sollen so die Jubilare des vorherigen halben Jahres geehrt werden. Wie bei der Erstauflage im vergangenen August, setzte sich die Gruppe auch dieses Mal

aus Mitarbeitenden verschiedener Bereiche zusammen. „Gerade das macht dieses Jubiläums-Kaffee so spannend. Ob Mitarbeitende aus dem ärztlichen Dienst, der Pflege, Verwaltung oder Therapie - alle sitzen zusammen und kommen ins Gespräch – alle sitzen zusammen und kommen ins Gespräch. Und das in absolut entspannter Atmosphäre. Einfach mal eine kurze Pause vom oftmals stressigen Alltag. Außerdem zeige es, dass alle an einem

Strang ziehen und zu einem Team gehören. „Hier ist keiner wichtiger als der andere. Jeder einzelne hat seinen Aufgabenbereich und ist ein wichtiger Baustein im Klinikalltag.“ Insgesamt neun Mitarbeitende wurden beim Jubiläumskaffee geehrt, die seit mindestens zehn Jahren bereits zum Kollegium gehören. „Es ist heutzutage nicht mehr die Regel, dass Mitarbeitende über viele Jahre oder sogar über mehrere Jahrzehnte hinweg beim selben Arbeitgeber bleiben. Wir wissen das wirklich zu schätzen und sind stolz darauf. Wir sehen es als Bestätigung dafür, dass die Schlossberg Klinik ein Arbeitsplatz mit Zukunftsaussicht ist, an dem sich die Mitarbeitenden wohlfühlen. Und daran werden wir immer weiter arbeiten“, verspricht die Geschäftsführerin.

Foto: Asklepios Bad König

## Kunterbuntes für das Osternest

Mit kreativen Fotogeschenken die Lieben überraschen



**(DJD).** Endlich ist der Frühling da. Das Grün im Garten sprießt und mit den Temperaturen steigt auch die Laune. Das lange Osterwochenende bietet die passende Gelegenheit, um mit der Familie und lieben Freunden den Beginn der wärmeren Jahreszeit zu feiern. Lieb gewonnene Rituale dürfen dabei nicht fehlen. Beim Färben und Bemalen der Ostereier zum Beispiel helfen alle mit, auch kunterbunte Nester mit kleinen Überraschungen werden versteckt und nach dem gemütlichen Osterbrunch gemeinsam gesucht. Aus eigenen Fotos lassen sich mit wenig Aufwand individuelle und kreative Geschenke gestalten.

### Selbst gemachte Osterkette mit Familienbildern

Ob für die eigenen vier Wände oder als Geschenk für die Großeltern: Eine selbst gebastelte Osterkette mit Familienfotos bringt gemeinsame Erinnerungen besonders gut zur Geltung. Dazu braucht es lediglich Bastelkarton in frühlingshaften Farben, Schere, Klebstoff, eine Kordel sowie verschiedene Lieblingsbilder. Besonders schnell ist die Deko mit Sofortfotos gemacht, die sich beispielsweise an einer Cewe



Fotostation ausdrucken lassen. Aus dem Bastelkarton österliche Motive wie Hasen oder Eier ausschneiden, Fotos aufkleben und verzieren. Anschließend alles auf eine hübsche Kordel fädeln – fertig ist der Osterwandschmuck.

### Leckere Mitbringsel zum Osterbrunch

Selbst gemachte Köstlichkeiten wie ein frisch gebackener Hefezopf oder leckere Marmelade für die Ostertafel kommen mit Sicherheit gut an und sind ein schönes Mitbringsel. Für einen zusätzlichen Aha-Effekt können kreative Hände sorgen, indem sie das Weckglas mit individuellen Foto-Anhängern verzieren – diese Marmelade gibt es garantiert nicht zweimal. Dazu ein Herz aus farbigem Papier ausschneiden, mit einem Sofortfoto sowie einem lie-

ben Gruß versehen und mit einem Geschenkband befestigen.

### Kreative Ostergeschenke für Kinder

Für Kinder ist Ostern ein besonders fröhliches Fest: Süßigkeiten naschen, Eier suchen, bunte Osternester finden – das macht allen Spaß. Aber es muss nicht immer etwas Süßes sein. In vielen Osternestern sind auch originelle Geschenke versteckt. Besonders beliebt sind Spiele, die die Kids gleich mit der ganzen Familie ausprobieren können. Ein personalisiertes Memo-Spiel lässt sich zum Beispiel unter [www.cewe.de](http://www.cewe.de) kreativ mit eigenen Fotos gestalten. Ob lustige Kinderbilder, schöne Reiseerinnerungen oder Aufnahmen von Familienfesten, jedes der 25 Kartenpaare erzählt eine ganz persönliche Geschichte.

Eine selbst gebastelte Osterkette mit Familienfotos bringt Farbe in jedes Haus und kommt als kreatives Geschenk mit Sicherheit gut an.

Fotos: djd/www.cewe.de



## Darf auf keiner Ostertafel fehlen

Was für die Kaffequalität entscheidend ist

(AKZ-O). Eine Tasse Kaffee gemeinsam zu genießen ist immer eine gute Idee. Nicht nur zum Osterfest kommt der Deutschen Lieblingsheißgetränk auf den Tisch. Dabei spielen auch Qualität und nachhaltiger Anbau eine immer größere Rolle. Kaffee ist ein landwirtschaftliches Produkt, in dem sehr viel Handarbeit steckt. Denn die Kaffeepflanze ist äußerst sensibel und der richtige Umgang mit ihr ist entscheidend für die Qualität.

### Gesundes Ökosystem

Ausschlaggebend für eine wirklich gute Tasse Kaffee sind vor allem zwei Faktoren: gesunde Ökosysteme und ein Know-how, das über den reinen Anbau hinausgeht. Darüber hinaus ist das Terroir für den Charakter eines Kaffees entscheidend. Dieser Begriff aus dem Weinanbau umschreibt das Zusammenspiel von Boden, Klima und Höhe.

### Mehr Bäume, mehr Vögel, bessere Kaffees

Es braucht widerstandsfähige Kaffeepflanzen und einen auf den Klimawandel abgestimmten Anbau, der Dürre und Hitze entgegenwirkt. Umso wichtiger ist daher eine Agroforstwirtschaft, die die Biodiversität fördert. Deshalb bietet Nespresso gezielte Schulungen an und pflanzt Bäume um oder zwischen Kaffeepflanzen. So nimmt

die Vogelpopulation zu, was wiederum den Insektenbefall reduziert, wodurch der Einsatz von Pestiziden verringert werden kann. Bäume wirken außerdem Bodenerosion entgegen und regulieren die Bodentemperaturen auf den Farmen. Das macht die Pflanzen widerstandsfähiger gegen Trockenheit, Schädlinge und Temperaturschwankungen.

### Tricks für bessere Qualität

Kaffeernte ist Handarbeit und rote Fingernägel, Schürzen oder Armbänder sind ein Trick, um die Farbe reifer Kaffeekirschen immer vor Augen zu haben. Das ist wichtig, denn schon wenige unreife Bohnen können den Geschmack des Kaffees beeinträchtigen. Übrigens, auch die Einkünfte und damit die Perspektiven verbessern sich in den Anbauländern, wenn die Qualität steigt.

### Eine Wissenschaft für sich

In einer einzigen Kaffeebohne stecken hunderte Aromen, die sich erst bei der Röstung entfalten. Daher müssen neben der Qualität der Rohbohnen auch Röstzeit und Rösttemperatur stimmen. Dabei gilt die Faustregel: Je länger der Röstvorgang bei möglichst niedrigen Temperaturen dauert, umso aromatischer und bekömmlicher wird der Kaffee.

## Kresse hat immer Saison

Kartoffelsalat mit Senfdressing und Roastbeef

(AKZ-O). Wann hat Kresse Saison – eigentlich immer! Und dafür muss man nicht auf die kleinen Pappschachteln aus dem Supermarkt zurückgreifen, sondern kann die zarten Keimlinge ganz einfach, schnell und ohne grünen Daumen auf der Fensterbank selbst ziehen, und das in bester Bio-Qualität. Insbesondere für Kinder ein Rießenspaß, wenn aus einem Keimling eine Pflanze wird!

Nicht nur lecker, sondern auch gesund

Denn neben dem Geschmack punktet die Kresse auch mit ihren Inhaltsstoffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Schon kleine Mengen täglich tragen wesentlich zur Nährstoff- und Vitalstoffversorgung des Körpers bei. Die Kresse enthält neben Vitamin A und C auch Eisen und Calcium. Auf der Fensterbank gelingt die Anzucht ganz einfach. Das Cresspad (<https://www.cressbar.com/startseite>), in dem die Samen schon enthalten sind, wird in die Anzuchtschale gelegt, gewässert und abgedeckt an einen hellen und warmen Ort gestellt. Ungeduldige müssen nicht lange auf Ergebnisse warten, denn schon nach wenigen Tagen sind die Keimlinge groß genug. Und wenn sich die ersten Blättchen gebildet haben, kann geerntet werden. Die Cresspads sind in vier unterschiedlichen Varianten erhältlich (GartenCress, RadiesCress, SenfCress und RucolaCress).

### Zutaten:

- 1 kg Kartoffeln (festkochend)
- 2 rote Zwiebeln
- 100 g Gewürzgurken
- 3 EL körniger Senf (Rotisseur-Senf)
- 2 EL heller Balsamico-Essig
- 2 EL Öl
- 300 ml Gemüsebrühe
- 2 Hände voll gemischter Blattsalat
- 1/2 Beet RadiesCress
- 12 Scheiben Roastbeef
- 1 Becher saure Sahne
- Salz, Pfeffer, Zucker
- frische Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie, Kresse

### Und so geht's:

Pell-Kartoffeln und Gewürzgurken in Scheiben schneiden und sie dann zusammen in eine Schüssel geben. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Die Zwiebeln nun in Öl anbraten. Essig, je 1 gestrichenen TL Salz sowie Zucker zugeben und Gemüsebrühe angießen. Alles kurz aufkochen lassen und den Senf einrühren. Die Marinade nun lauwarm über die Kartoffeln gießen und den Salat mindestens 20 Minuten durchziehen lassen. Jetzt Kräuter fein hacken, in die saure Sahne geben und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Blattsalat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Den Kartoffelsalat vor dem Servieren abschmecken und die Salatblätter vorsichtig unterheben. Den Kartoffelsalat mit Roastbeefscheiben, einem Klecks saurer Sahne und RadiesCress bestreut servieren.



Die feinen Blättchen der Kresse sind würzig und geben vielen Gerichten den gewissen Pep. Die zarten Keimlinge können ganz einfach und schnell auf der Fensterbank selbst angezogen werden, und das in bester Bio-Qualität.

Foto: Cressbar/akz-o



Wandern verbindet das Erlebnis, die Entspannung und auch Sinnesfreude.

Foto: pexels.com/akz-o

## Wandern: Entspannung pur

Im Frühjahr Neues entdecken und erleben

(AKZ-O). Es gibt nichts Schöneres, als einen Tag in der Natur zu verbringen. Natur entschleunigt, Natur verbindet und wer genau hinsieht, der entdeckt immer wieder von Neuem die Schönheit und Vielfalt auf Wiesen und in Wäldern. Wer wandert, bringt seinen Körper auf Touren: Herz und Kreislauf, Muskeln und Abwehrkräfte profitieren von der Bewegung unter freiem Himmel. Auch wer unter Verspannungen, Kopfschmerzen, Nervosität oder Stresssymptomen leidet, sollte die Wanderschuhe regelmäßig anziehen.

### Schöne Geschenkkidee zum Osterfest

Wer die Bewegung und die Natur liebt, der befasst sich auch mit den Tieren und Pflanzen in der Umgebung. Besonders schön ist es dann, wenn man das Gesehene erkennt und einordnen kann. Die beiden Bücher „Wildblumen in Wald und Flur“ (ISBN 978-3-928 382-06-9) und „Lebendiges in Wald und Flur“ (ISBN 978-3-928 382-07-6) eignen sich als Ratgeber für unterwegs ganz besonders gut und erfreuen Groß und Klein. Auf jeweils zwölf Seiten wird eine schnelle Übersicht

geboten. Die Bücher sind leicht, passen gut in jeden Rucksack und sind farbig markiert – so finden sich auch Laien-Botaniker und Neulinge schnell zurecht. Besonders praktisch: Mit einem farbigen Trageband lassen sich die Büchlein an jeden Rucksack hängen.

### Wetterfester Ratgeber

Wildblumen, Früchte, Pilze, Farne und Moose, aber auch Tiere, zum Beispiel Schmetterlinge oder Insekten, begegnen dem Wanderer. Allzu oft möchte man dann wissen, welche Art man da gerade betrachtet. Gerade mit Blick auf Pflanzen stellt sich unterwegs auch mal die Frage, ob man die soeben gepflückte Beere bedenkenlos essen kann – dies beantwortet dann schnell der Ratgeber, und zwar in Deutsch und Englisch, auch die lateinischen und somit botanischen Namen werden benannt. Ebenso spannend ist die Frage, ob man vielleicht gerade eine Heilpflanze entdeckt hat oder ob man aus dem gepflückten Löwenzahn einen Salat zubereiten kann. Beide Bücher sind übrigens wetterfest gestaltet, sodass es auch bei einem Regenschauer keinen Grund gibt, zu Hause zu bleiben.

## Das Geschmackserlebnis

Zum Osterfest

(AKZ-O). Essen soll nicht nur satt machen sondern im besten Fall auch unsere Geschmacksknospen erfreuen. Wer es natürlich und gesund mag, der setzt auf Schweizer Käse z. B. beim Oster-Familien-Brunch. Dieser Käse ist zu 100% ein reines Naturprodukt. Der Rohstoff – die Milch, mit nachweislich besonders hoher Qualität – hat kurze regionale Wege zu den Käsereien. Viele traditionelle Schweizer Käsesorten sind mit dem AOP-Siegel ausgezeichnet, das bedeutet, sie werden in einer klar definierten Region erzeugt, verarbeitet und veredelt. Der Käse wird mit Leidenschaft, traditioneller Handwerkskunst und Sorgfalt hergestellt und bekommt viel Zeit zu reifen. Das kann man sehen, riechen und schmecken.

### Tipps für einen genussvollen Oster-Brunch

Auch Genießen will gelernt sein. Vor dem ersten Bissen durchatmen und Zeit nehmen. Denn, wer gestresst ist, atmet schneller und fla-

cher und hat weniger Kapazitäten, den Geschmack voll zu erleben.

### Mit allen Sinnen genießen

Nehmen Sie sich Zeit für eine schön angerichtete Käseplatte. Nicht umsonst heißt es, das Auge isst mit. Riechen – das Aroma klettert den Rachenraum hoch und befeuert die entsprechenden Geruchsknospen. Schmecken – Den Käse auf der Zunge zergehen lassen, darauf achten, was beim Kauen passiert. Welcher Geschmack, welche Textur entfaltet sich?

### Gemeinsam (er)leben

Sich austauschen: Neben den klassischen Sinnen ist für den Genuss noch eine Komponente essenziell: die Begleitung. Die Menschen, die gemeinsam mit uns „erleben“, mit denen wir uns austauschen. Denn Geschmack ist auch Kopfsache. Gemeinsam die Sinne schärfen, das Essen beschreiben, sich über die vielfältigen Nuancen austauschen.



Für ein Schweizer Käse-Tasting braucht es nicht viel Aufwand oder Vorbereitung.

Foto: Käse aus der Schweiz/akz-o

## Tiere der Woche



### Fernando

Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.

Fernando (m, 1,5 Jahre, 45 cm, 13 kg) ein absolut liebenswerter Hund. Ein richtiger Traumhund. Sehr menschenbezogen, verschmust und aufmerksam und sucht die Nähe seiner Menschen. Er geht sehr gut an der Leine und versteht sich

super mit anderen Hunden. Er ist geimpft, gechippt und kastriert. Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V. – www.htb-ev.de – Tel. 06068-4785493 oder 0162-2939838.

Foto: HTB e.V.

### Finnie und Nepomuk

TSV Seligenstadt e.V.

Nepomuk lebte mit einem weiteren männlichen und unkastrierten Böckchen zusammen. Die beiden konnten sich nicht über die Rangfolge einigen, böse Beissereien waren die Folge.

Als Nepomuk zum Tierschutzverein kam, war er zunächst sehr ängstlich. Er wurde beim TSV kastriert. Nepomuk (geb. am 01.04.2022) wiegt etwas mehr als 3 kg und ist damit ein mittelgroßes Kaninchen. Winterfell ist vorhanden.

Finnie kam ins Tierheim, weil sie aggressiv auf ihre Besitzer reagierte, wenn diese das Gehege betreten.

Beim TSV ist sie zwar nicht aggressiv, aber auf das Leckerchen-Füttern aus der Hand wird lieber verzichtet. Finnie – knapp 11 Monate alt- ist extrem lebhaft und benötigt sehr viel Auslauf. Anfangs hatte sie sehr schwer Anschluß gefunden – bis Nepomuk ins Tierheim kam.

Mehr Infos über die beiden Kaninchen erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt u. U. e.V. auf der Homepage: <https://tsvseligenstadt.de>; per Tel.: 06182-26626 oder auch gerne per Mail: [info@tsvseligenstadt.de](mailto:info@tsvseligenstadt.de).

Foto: TSV Seligenstadt e.V.



rheinmaintv



Moderatorenteam  
Benjamin Matthews  
und Anke Seeling

## Das Wichtigste aus Rhein- Main immer IM BLICK.

Fakten.  
Hintergründe.  
Emotionen.

Mo-Fr  
18:30 Uhr und  
19:30 Uhr

Zu empfangen über ASTRA Satellit, im hessischen Kabelnetz, per DVB-T2 und Magenta TV sowie im Livestream unter [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de)

### Neu in der Mediathek

#### Hühner erobern die Stadt

Der geplante Fahrradstreifen auf der Waldstraße in Offenbach ist ein viel diskutiertes Thema. Die Initiative „Radentscheid Offenbach“ und der Magistrat der Stadt haben sich nun auf eine einjährige Testphase geeinigt. Damit wird die Waldstraße ab dem Hessenring in Richtung Innenstadt von vier auf zwei Spuren reduziert. Die äußere Fahrbahn ist dann auf beiden Seiten nur noch für Fahrräder und Busse befahrbar, den Autofahrern bleibt eine Spur. Ein Teil des Magistrats Offenbach steht dem Vorhaben jedoch skeptisch gegenüber. Er befürchtet neben dichtem Verkehr auch einen Nachteil für die ansässigen Gewerbetreibenden. Aktuell misst eine Verkehrszählung die Auslastung der Strecke. Die Testphase des Fahrradstreifens soll noch in diesem Frühjahr starten.

#### Rechtslenker bei der Deutschen Post

Dass sich das Lenkrad im Auto auf der rechten Seite befindet, kennt man in Europa eigentlich nur in England, Irland, Malta oder Zypern. Der Linksverkehr in diesen Ländern kann den ein oder anderen Urlauber durchaus auf die Probe stellen. Noch schwieriger wird es aber, mit einem Rechtslenkerfahrzeug auf der rechten Straßenseite zu fahren. Kein Problem für Carina Haselbach. Seit November 2022 fährt die Zustellerin der Deutschen Post einen Rechtslenker und befördert damit tagtäglich Briefe sowie Pakete. Deutschlandweit sind rund 140 dieser besonderen Fahrzeuge für die Post im Einsatz. Am Standort Bensheim gibt es einen davon.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de).

120 km Draht und Gitter  
1900 Türen und Tore am Lager

**DRAHT  
WEISSBÄCKER**

### ZÄUNE · GITTER · TORE

#### Draht-Weissbäcker KG

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

[www.draht-weissbaecker.de](http://www.draht-weissbaecker.de)

E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- auch **Montagen**
- auch **Privatverkauf**

# Sicher ist sicher

Wertsachen und wichtige Dokumente gehören in einen Tresor

(DJD-K). Wertsachen im Kleiderschrank oder hinter einigen dicken Romanen im Bücherregal aufbewahren? Das ist keine gute Idee, denn Einbrecher kennen diese Verstecke ganz genau. Deutlich mehr Sicherheit bieten Tresore. Sie schützen nicht nur Wertgegenstände, sondern ebenso wichtige Unterlagen. Beim Kauf sollte man auf eine hochwertige Qualität achten, die von einem unabhängigen Prüfinstitut zertifiziert wurde. „Die Zertifizierungsplaketten finden sich in der Regel auf der Innenseite der Tresortür“, erklärt Markus Hartmann, Vorstand des Vertriebs der Hartmann Tresore AG. Beim Schließsystem stehen neben gängigen Doppelbartschlössern mit zwei Schlüsseln auch Zahlenschlösser und biometrische Systeme zur Wahl. Beispielsweise unter [www.hartmann-tresore.de](http://www.hartmann-tresore.de) gibt es Tipps zum Kauf eines Wertschranks.



Bargeld oder wertvollen Schmuck im Kleiderschrank verbergen? Deutlich sicherer ist die Aufbewahrung in einem hochwertigen Tresor.

Foto: djd-k/Hartmann Tresore/Getty Images/Vyacheslav Dumchew

## Sudoku | Rätsel

				6	5		4	
		9	5	1		3	2	6
	5	8	4		2		9	1
	4		3			1		9
	2						3	
9		3			4			6
1	6		2		3	9	5	
3	9	5		4	7	8		
7		2	9					

4						1		8
		3	8			2	7	
	9	7		3			6	
	1	9	3	6				
		6	4		7	3		
				8	1	6	9	
	2			1		4	5	
	7	4			3	9		
9		1						6

Auflösungen  
der KW 12

■■■S■F■A■T■K■M■E■P■  
 SUCHEN■GAENSELEBER■  
 GRANIT■E■RIGID■E■O■  
 ■NT■E■KNETE■E■GRAF■  
 ■E■ARGOT■I■DREI■SI■  
 DRAIN■K■FAHNENMAST■  
 ■■N■SERAJUJIP1■I■  
 IMMUNITAET■E■PERLE■  
 ■AE■JET■H■SPILL■UR■  
 ALSO■G■FIXER■I■ETE■  
 ■AS■GEORG■R■TEFLON■  
 SIEBEN■A■ABER■PIN■  
 SEN■W■HURRIKAN■T■B■  
 ■■SIDIVON■U■SEIL■  
 ■HAENSEL■M■LEGENDE■  
 NAGEN■R■HEBEN■R■EI■  
 ■N■A■BODEN■C■FARO■  
 ■SPATEN■I■SKALPELL■  
 GELL■R■INRI■NAH■OE■  
 ■■AWIRR■ABI■MEGGO■  
 ■STAENDIG■Y■AMORE■  
 HITZIG■D■KLAUE■I■P■  
 ■GE■M■SISAL■FRIESE■  
 ■M■MACAU■GEYSIR■INI■  
 TAGTRAUM

RECHTMAESSIG

3	4	8	6	1	2	7	5	9	7	2	4	8	5	3	6	1	9
2	1	5	9	4	7	3	8	6	1	3	6	9	7	2	5	4	8
8	6	7	8	3	5	4	1	2	8	5	9	4	6	1	2	3	7
4	5	3	2	9	8	6	7	1	6	4	5	2	8	7	1	9	3
8	7	9	1	5	6	2	3	4	2	7	8	1	3	9	4	6	5
1	2	6	4	7	3	5	9	8	3	9	1	6	4	5	8	7	2
5	9	2	3	6	1	8	4	7	4	1	3	5	9	8	7	2	6
6	3	1	7	8	4	9	2	5	9	8	2	7	1	6	3	5	4
7	8	4	5	2	9	1	8	3	5	6	7	3	2	4	9	8	1

Alle E-Paper, Nachrichten  
und Anzeigen  
Einfach scannen und mehr lesen  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)





# Anzeigen | Markt

## ▶ Markt

Suche antike Möbel, Gemälde, Uhren, Silber, Militaria, Bücher, Krüge, Fotoapparate ☎ 06108 - 9154213

**Ankauf von:** Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn- gold, Goldschmuck, Münzen, Perrücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Bilder, Zinn, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernsteinschmuck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschine, Bücher, Uhren, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös u. diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

**Haushaltsauflösungen,** Kleinumzüge, Umzüge, Lasttaxi, Sperrmüll, Renovierungen zum günstigen Preis ☎ 06150-590216 o. 0171-3146823

**Frau Menzen kauft:** Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Schallplatten, Eisenbahnen, Leder- und Krokotaschen, Gardinen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelins, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge, Komplett Nachlässe und Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung. 100% seriöse und diskrete Barabwicklung vor Ort. Täglich Montag-Sonntag von 8-21 Uhr. ☎ 06196/4026889

**Verkaufe zu Ostern frisch geschlachtete Kaninchen.** Bis 2,5 kg und 5 kg, 10 €/kg ☎ 0171/2046766, Mühlthal

**Trapezbleche 1. Wahl + Sonderposten aus eigener Produktion, TOP-Preise, cm-genau, 98646 Eishausen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung!** ☎ 03685 - 409140. 5% Online-Rabatt sichern. [www.dachbleche24.de](http://www.dachbleche24.de)

**Frau Milli kauft:** Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken. Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 7.30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 59772692

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen,** ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.



Designed by freepik

## ▶ Stellen

**Nebenbeschäftigung als Zeitungszusteller für Jugendliche ab 13 Jahren am Wohnort. Bei Interesse melden: 06104-49700**

Nette deutschspr. Frau möchte ältere oder behinderte Personen rund um die Uhr betreuen ☎ 06053-8099809

**Junge Rumänin 45 Jahre, sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt!** Bin erfahren in der Betreuung von älteren Menschen. Ich habe sehr viel Einfühlungsvermögen für schwer kranke Menschen, ich trinke keinen Alkohol und bin Nichtraucherin. Gerne langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

# Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen (einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Edeka, Marktkauf, Adler, Apotheke St. Peter, Bauhaus, BodyFit, Deichmann, Easy Apotheke, Esser Apotheke, Expert Klein, Fressnapf, Alpha Apotheke, Apotheke im Ärztezentrum, Einhorn Apotheke, Flora Apotheke, Palatium Apotheke, Paracelsus Apotheke, Rathaus Apotheke, Rats Apotheke, Rosen Apotheke, Sonnen Apotheke, Stadt Apotheke, Tannen Apotheke, Globus, Hellweg, HIT, JYSK, K&K Schuhe, LIDL, Netto, Norma, REWE, ROFU, Rossmann, Thomas Philipps



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

„Wir helfen krebskranken und chronisch kranken Kindern und ihren Familien während der ambulanten Therapie und in der Nachsorge.“

[www.krebskranke-kinder-darmstadt.de](http://www.krebskranke-kinder-darmstadt.de)

## ANZEIGEN

Telefon 061 02 - 86 88 20  
[info@mein-suedhessen.de](mailto:info@mein-suedhessen.de)

## KFZ-ANKAUF

**WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG  
JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND**



**ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD**

**EINFACH & SICHER!**

**Jederzeit erreichbar (Montag - Sonntag)!**

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt  
[a.g.automobile1@web.de](mailto:a.g.automobile1@web.de) • [www.kfz-ankauf-24h.de](http://www.kfz-ankauf-24h.de)

## Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH  
Anschrift: Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen  
06102/86882-0 - [info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)

Geschäftsführung: Bernd Maas - Angelika Hofferberth  
Redaktion: Beate Tomann  
[beate.tomann@rheinmainverlag.de](mailto:beate.tomann@rheinmainverlag.de)

Alle unter der Anschrift des Verlages.  
Gesamtauflage: 708.445

Erscheint am Wochenende mit den Regionalausgaben Darmstadt, Bergstraße, Vorderer Odenwald, Odenwaldkreis, Griesheim/ Hessisches Ried, Dieburg, Münster, Rodgau, Rödermark, Seligenstadt, Mühlheim/Obertshausen, Rüsselsheim, Offenbach, Main-Taunus-Kreis, Heusenstamm/Dietzenbach, Neu Isenburg, Dreieich, Hattersheim/Kelsterbach, Langen/Egelsbach und Frankfurt. Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Layout, Satz, Anzeigenschluss und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen

Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH  
Obertshausen - Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Preisliste Nr. 34, gültig ab 1.2.2023.  
Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr  
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreibungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein südhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.  
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de).

mein südhessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag - Freitag von 8.00 - 16.30 Uhr: 06104-4970-0



**Rhein Main Verlag**

**12**

Zeitungen

**29**

Ausgaben

**708T**

Haushalte



**Südhessen in einem Verlag**

**meinsüdhessen**

**Rodgau Zeitung**

**HEIMATBLATT RÖDERMARK**

**MÜNSTERER ANZEIGEBLATT**

**DER FRANKFURTER HEIMATZEITUNG MIT HERZ**

**Gerauer Rundblick**

**NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN Unsere Heimat**

**LOKALANZEIGER**

**EPPERTSHAUSENER ANZEIGEBLATT**

**NEUE NACHRICHTEN BESSUNGER**

**Odenwälder Journal**

**DER ISEBORJER**

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



## Zusteller gesucht!

Du willst dein Taschengeld aufbessern, du brauchst Guthaben für den PlayStation oder Xbox Store oder du willst für den Führerschein sparen? **Dann werde Zusteller bei uns und verdiene bis zu 520 Euro pro Monat!**

### **Für Jugendliche ab 13 Jahren.**

Bewirb Dich jetzt telefonisch unter  
**0 61 04 / 49700**

oder per Whatsapp  
**0 61 04 / 4 97 00**

### **Deine Aufgaben:**

Prospekte, Broschüren, Zeitungen, Flyer sind in einem Gebiet zu verteilen, du kannst in deinem Wunschgebiet verteilen!

**mein  
südhessen**

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe  
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen



**Egro-Direktwerbung GmbH**

Bieberer Str. 137  
63179 Obertshausen

Tel: +49 6104 4970 0  
Fax: +49 6104 4970 15