

- GRATIS FÜR SIE -

DEZEMBER 2021 / JANUAR 2022

von hier

Das Magazin aus dem Allgäu



SÜSSES AUS DEM OFEN

WINTER-DESSERTS FÜR KALTE TAGE



Die exklusiven Allgäu Wings Erlebnisflüge
ab dem Allgäu Airport Memmingen

- SAMMELN UND FLIEGEN -

„Von hier“-Punkte für atemberaubende Rundflüge einlösen

Allgäu Wings – eine kleine, aber professionelle Fluggesellschaft ist „die Verbindung von Leidenschaft und Geschäft“, sagen die Geschäftsführer Heiko Böhrner und Thomas Daubner. Beide seit 25 Jahren selbst in der Luft unterwegs.

Besonderes Flugzeug

Der Stolz von Allgäu Wings ist die Cessna P210N und ihre vielen Besonderheiten. Die Hochleistungsmaschine kann, fast wetterunabhängig fliegen, verfügt u.a. über Wetterradar, einziehbares Fahrwerk, Autopilot und sogar eine Druckkabine. Das haben sonst nur Airliner. Ledersitze machen das Fliegen zum Komfort-Erlebnis.

Die Maschine ist größer und schneller als viele für Rundflüge eingesetzte Maschinen, kann dank Druckkabine in besonders ruhigen Luftschichten fliegen und Ziele ansteuern, die sonst unmöglich wären. Der 310 PS Motor bringt 6 Personen ca. 1.750 km weit und bis zu ca. 7 km hoch.

Besondere Ziele

Besonders sind die Ziele von Allgäu Wings. Lust auf die Highlights der Alpen? Etwa über den gesamten Schweizer Alpenhauptkamm zum Matterhorn oder zu Europas höchstem Berg, dem Mont Blanc? Der Großglockner ruft genauso wie die Ötztaler, die Zugspitze mit Flug über Schloss Neuschwanstein oder klassische Ziele wie der Bodensee oder die Allgäuer Alpen. Besonders beliebt ist der Dolomiten-Gardaseeflug. Eine einmalige Kombination von Bergen und Wasser, vorbei an Seiseralp, Drei Zinnen, Marmolata, Sirmione u.v.m.! Erlebnisse, die man wahrlich nicht vergisst! Auf den langen Flügen gibt's sogar etwas zu essen.

Gutscheinbox – einfach und hochwertig schenken

Ob für Freunde, Verwandte oder gute Kunden: Fluggutscheine werden in einer hochwertigen Geschenkbox mit Flug-DVD abgegeben. Das steigert die Vorfreude, macht das

Schenken einfach und sieht sehr gut aus. Die Gutscheine laufen bis zu 3 Jahre.

Geflogen wird ganzjährig – nur bei gutem Wetter. Die kalten Jahreszeiten locken mit traumhaften Fernsichten. Aufgrund einer Kooperation mit Feneberg, können Sie „Von hier“ Punkte sammeln und auf die Flüge von Allgäu Wings einlösen (www.feneberg.de/vonhier-punkte) oder den Wert anrechnen lassen. Ganz gleich wie – ein Rundflug mit Allgäu Wings ist ein unvergessliches Erlebnis!



Allgäu Wings GmbH
Am Postwäldle 8 | 88171 Weiler

T 08387 3924328 | F 08387 3732
info@allgaeu-wings.de
www.allgaeu-wings.de

www.allgaeu-wings.de

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Duft von Lebkuchen und Tannenzweigen breitet sich nun auch in den letzten Ecken der Region aus – und so langsam schleicht sich die Weihnachtsstimmung ein. Wir nehmen einen tiefen Atemzug an der frischen Winterluft und stimmen uns auf das Ende des Jahres ein, das mit den schönsten Momenten aufwartet: Tischen Sie Ihren Lieben – ob zum Weihnachtsfest, zu Silvester oder zur Geburtstagsfeier – unsere raffinierten Festtagsgerichte wie Kohlrabi-Carpaccio und Bergkäserisotto auf. Süße Absacker servieren die „ZweiSchwestern“ mit ihren pfiffigen Dessert-Rezepten. Filigrane Glasperlenkreationen passend zum Fest zaubert Glasbläserin Patricia Mund, die wir in ihrer Werkstatt besucht haben.

Außerdem widmen wir uns einem barmherzigeren Umgang mit unserer Erde: Wir bei Feneberg setzen uns bereits seit Jahren für mehr Nachhaltigkeit ein und geben dieser Kampagne nun mit Amelie Feneberg ein neues Gesicht. Wir erklären Ihnen in dieser Ausgabe, wie wir die Region gemeinsam mit unseren Mitarbeitenden und Partnern verantwortungsvoll mitgestalten.

Genießen Sie die Feiertage und starten Sie gut in das neue Jahr.



Nun wünschen wir Ihnen
viel Spaß beim Lesen

Christof Feneberg *Hannes Feneberg*

Christof Feneberg und
Hannes Feneberg

~ hier genießen ~

08 | Für die Festtagstafel
Raffinierte Winterrezepte



16 | Teigarten für Süßgebäck
Warenkunde

18 | ZweiSchwestern am Ofen
Pfiffige Dessertinspirationen

26 | Unser Leserrezept
Asiatische Rettich-Suppe

30 | Miteinander. Füreinander.
Nachhaltigkeit bei Feneberg

~ hier produziert ~

06 | Glas ist ihre Leidenschaft
Einzigartige Perlenkunst



~ hier entdecken ~

46 | Blasmusik für Kinder
Unsere Kinderseite

48 | Kolumne
Vorbereitet sein

TITELFOTO: Anna Feneberg

~ hier erleben ~

40 | Sagenhafte Dunkelheit
Fackelwanderung in
Obermaiselstein



42 | Münchner Symphoniker
klassikBOX ALLGÄU

45 | Stimmen für den Klimaschutz
Jetzt ist unsere Zeit

~ hier gestaltet ~

44 | Schenken & Schlemmen
Nachhaltig feiern

WEISST DU, WIE VIEL *Sternlein* STEHEN

Unter dem schimmernden Firmament
bettet sich der Blaichacher Ortsteil
Bihlerdorf unter einer glühenden
Wolkendecke sanft zur Ruh, während
einzig der Grönten still Wache hält.

Foto Benjamin Zapf







DIE GLASPERLENSPIELERIN

Die Arbeit mit Glas ist ihre Leidenschaft, für die sie mit ganzem Herzen brennt. Vor allem Schmuck aus Perlen hat es ihr angetan. Jede Perle braucht viel Hingabe, Wissen, Fingerspitzengefühl und Zeit. Und in jeder Perle steckt ein eigener Kosmos, der Kosmos von Patrizia Mund.

Text Carina Jungchen-Wenzlick **Fotos** Patrizia Mund, Carina Jungchen-Wenzlick

Die Welt von Patrizia Mund ist voller Farben, Formen und Feuer. Es ist die Welt der Glasperlen. „Nach dem Abitur war ich viel unterwegs und habe nach meiner Erfüllung gesucht. Und plötzlich habe ich etwas gefunden, das genauso exotisch war wie ich – Glasperlen.“ Ihre Augen strahlen, wenn sie vom Perlenziehen erzählt, denn sie ist unheimlich froh, dass sie ihr Schicksal auf diesen Weg geführt hat. Obwohl sie sich nicht sicher ist, ob sie das Glas oder das Glas sie gefunden hat. Glas ist für die Künstlerin der Spiegel der menschlichen Seele, ein Ruhepol und Rückzugsort. Hierin kann sie sich

ausleben und erfindet immer wieder neue raffinierte Muster. In den letzten zwei Jahren hat sie zehn Kollektionen entworfen – und sie sprudelt weiter vor Ideen. Unter der Marke „Heart Bead“ – ein Wortspiel aus Herzperle und Herzschlag – vertreibt Patrizia Mund ihre Schmuckstücke in ihrem Onlineshop. Einen eigenen Laden gibt es noch nicht.

SCHICHT UM SCHICHT

Patrizia Mund baut ihre Kunstwerke Schicht um Schicht auf. In der Flamme des Brenners schmilzt sie verschiedenfarbige Glasstäbe ein und zieht das flüssige Glas um einen

speziellen Metallstab, den Dorn. Je öfter sie das Glas im Feuer verflüssigt und neu bindet, desto mehr Facetten hat das Muster. Für eine Perle braucht sie zwischen fünf Minuten und einer Stunde. Perlenmuster gibt es unendlich viele, jedoch verwendet die Glaskünstlerin am liebsten die sogenannte Zanfirico-Technik – ein vielschichtiges gedrehtes Muster. Signore Zanfirico war ein venezianischer Kaufmann, der diese Glas-technik um 1830 in Murano wieder aufleben ließ. Patrizia Mund macht daraus Schmuck. Das ist nicht nur ihr Lebensunterhalt, sondern auch ihr Lebensinhalt.

DER WEG ZUM GLAS

Patrizia hat in ihren jungen Jahren schon einiges erlebt. Sie ist viel gereist, hat sich in einem Studium versucht, merkte aber schnell, dass dies so gar nicht ihre Welt war. „Mein Interesse an Glas wurde geweckt, weil es mir Fragen aufwarf. Ich war fasziniert davon, was man mit Glas alles anstellen konnte“, erzählt die Künstlerin. Nach einigen Praktika bei verschiedenen Glasmachern führte sie der Weg an die österreichische Glasfachschule Kramsach, wo sie ihr Diplom mit Bravour absolvierte. „Eigentlich zielten die Studieninhalte kaum aufs Glasperlenmachen ab. Das war eher ein Nebenfach, aber ich bin schon im ersten Semester irgendwie daran hängen geblieben.“ Das war der Grundstein für ihren weiteren Lebensweg.

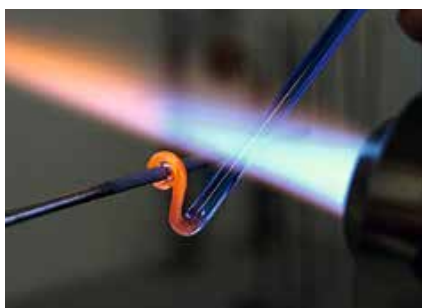
VERRÜCKTE SELBSTSTÄNDIGKEIT

Das Handwerk des Glasperlendrehers gibt es eigentlich so gar nicht, aber Patrizia hat ihren eigenen Beruf daraus bestimmt und sich sogar im April 2020 damit selbstständig gemacht – mitten im ersten Lockdown. Für die 27-Jährige war dieser Schritt das Verrückteste, was sie bisher in ihrer Glaskünstlerlaufbahn gemacht hat. Bereut hat sie es nie. Ursprünglich aus der Rosenheimer Gegend stammend, zog es sie ins Allgäu – ihre Wunsch- und Wahlheimat. Hier betreibt sie auch ihre Werkstatt, in der sie ihren neuen Lebensmittelpunkt gefunden hat.

In den Räumlichkeiten hat sie Ruhe und Muße für all die Dinge, die ihr wichtig sind. Sie tüftelt an freien Kunstwerken – immer nach dem Motto „Das Suchen und Streben nach der freien Form“ –, entwirft kreative Kollektionen und veranstaltet gelegentlich Privat-Kurse. Durch Medienauftritte und ihre Social-Media-Kanäle macht sie auf sich aufmerksam. „Glasperlen sind für mich viel mehr als das Element Glas. Sie sind mein Leben und dafür brenne ich“, beschreibt die Künstlerin

ihre Gefühle. Und es klingt tatsächlich wie eine perfekte und lebenslange Symbiose, denn „egal ob in Höhen oder in Tiefen – ich bleibe dabei“.

Folgen Sie Patrizia Mund auch auf Instagram und Facebook. Dort teilt sie mehrmals pro Woche Infos, Neuigkeiten und Hintergrundinformationen zu ihrer Arbeit.



Patrizia Mund
Tel. 0831 52740175
patrizia-mund@web.de
www.heartbead.shop



GENUSSMOMENTE AN DER

Festtafel





Jedes Jahr zu den Feiertagen
kommt etwas Besonderes
auf den Tisch. Wir geben
Ihnen dafür raffinierte
Winterrezepte an die Hand.
Wie immer mit vielen frischen
Zutaten aus der Region.

Rezepte Sandra Huber
Fotos Anna Feneberg

BERGKÄSE- RISOTTO MIT BIRNE

4 Personen | ca. 60 Min.

ZUTATEN

Für das Risotto

3 EL VonHier-Rapsöl

1 VonHier-Zwiebel,
gewürfelt

300 g Risottoreis

250 ml Weißwein

800 ml FeBio-

Gemüsebrühe

240 g VonHier-Berg-
käse „Der Alte“

100 g VonHier-Butter,

in Stückchen

Abrieb von ½

Bio-Zitrone

Etwas Muskatnuss,
gerieben

Für die Birnen

2 FeBio Birnen

1 EL VonHier-Butter

1 Zweig Thymian

Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Den Reis hinzugeben und kurz mitdünsten.
2. Mit Weißwein ablöschen und ca. 2 Min. reduzieren lassen. Dabei gut umrühren.
3. Temperatur reduzieren und gut die Hälfte der Gemüsebrühe dazugeben. Den Reis ca. 15 Min. köcheln lassen. Dabei regelmäßig umrühren und Brühe nachgießen. Das Risotto darf nicht zu trocken werden.
4. Sobald der Reis den richtigen Biss hat, die Kochtemperatur erneut verringern. Nun den Bergkäse und die Butterstückchen unterrühren, bis das Risotto schön cremig ist.
5. Mit dem Zitronenabrieb, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Birnen in dünne Scheiben schneiden, Butter in einer Pfanne erhitzen und die Birnenscheiben kurz andünsten. Thymian hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Risotto mit Birnen anrichten und nach Wunsch mit etwas geriebenem Bergkäse bestreuen.

Stück ca. 757 kcal, 16 g E/ 69 g KH/ 44 g F



SCHWEINEBRATEN GLASIERT

6 Portionen | ca. 315 Minuten

ZUTATEN

½ Bund Thymian
Ca. 2,5 kg Schweinebraten
1 kg grobes Salz
150 g Zuckerrübensirup
1 kleiner VonHier-Apfel, gerieben
2 EL mittelscharfer FeBio-Senf
2 EL VonHier-Sonnenblumenöl
1 EL grober schwarzer Pfeffer
2 Blatt Backpapier

ZUBEREITUNG

1. Ofen vorheizen (E-150° C/Umluft: 125° C). Thymian waschen und trocken schütteln. Fleisch waschen und trocken tupfen. Backblech mit beiden Backpapieren auslegen. Salz auf dem Backblech verteilen.
2. Fleisch auf das Salzbett legen und den Thymian darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen ca. 5 Stunden braten.
3. Zuckerrübensirup, geriebenen Apfel, 2 EL Öl, Senf und Pfeffer verrühren. Nach ca. 2 Stunden den Braten oben und an den Seiten mit der Zuckerrübenmischung einstreichen und fertig braten. Evtl. zum Schluss mit Backpapier abdecken.

Stück ca. 947 kcal, 70 g E/ 28 g KH/ 62 g F

Allgäu®

ALLGÄUER ALPENGENUSS

Käse kommt aus Kimratshofen



Allgäu Milch Käse eG
natürlich und nachhaltig



Herz Käse
traditionelle Spezialitäten



Die Käsemanufaktur Allgäu
unvergleichliche Innovationen





GEMÜSEHAPPEN IM BIERTEIG MIT DIP

4 Portionen | ca. 50 Minuten

ZUTATEN

1 kleine rote Zwiebel
Je 4 Stiele Petersilie und Dill
2 EL Kapern
250 g Schmand
120 g Salatcreme
Salz, Pfeffer, Edelsüßpaprika
200 g Gemüsezwiebel
200 g Blumenkohl
200 g Rosenkohl
2 VonHier-Eier (Gr. M)
150 g VonHier-Dinkelmehl 630
50 g VonHier-Dinkelmehl 630
75 g Speisestärke
ca. 250 ml helles VonHier-Bier
ca. 1 Liter VonHier-Rapsöl zum Frittieren

ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Kräuter waschen, trocken schütteln und alles fein hacken.

2. Kapern fein hacken. Schmand, Salatcreme, Zwiebeln, Kräuter und Kapern verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Gemüse putzen, waschen und trocknen. Zwiebel in Ringe schneiden, Blumenkohl in mundgerechte Stücke teilen. Für den Teig das Ei trennen. Eiweiß steif schlagen.

4. Eigelb, Mehl, Stärke und Bier verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eischnee sanft unterheben.

5. Öl in einem Topf auf ca. 180°C erhitzen (wenn es die Gradzahl erreicht hat, bilden sich an einem Holzspieß beim reinhalten Bläschen). Gemüse in Mehl wenden. Nacheinander durch den Teig ziehen und etwas abtropfen lassen.

6. In kleinen Mengen im heißen Öl 8 – 10 Min. (Rosenkohl ca. 10 Min., Blumenkohl ca. 8 Min., Zwiebeln ca. 8 Min.) goldbraun frittieren. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.

7. Über das fertige Gemüse etwas Salz und Paprika streuen und mit dem Dip servieren.

Stück ca. 886 kcal, 17 g E/ 61 g KH/ 62 g F

Wohnen
ganz
anders

Wohn
Raum
Werk
statt

DEMMLER
RAUMKONZEPTE
SCHREINEREI

eine Marke der Demmler KG



Komplettausbau - genau unser Thema!



**Wohnraumplanungen für Neu- und Umbau
Innenarchitektur, visuelle Darstellung,
Möbelhandel, alles aus einer Hand.**

Schreinerei Demmler KG
Bayersrieder Str. 14

87634 Obergünzburg-Willofs

Tel: 08306-603 - www.schreinerei-demmler.de

CARPACCIO AUS KOHLRABI

MIT ORANGEN

4 Portionen | ca. 25 Minuten

ZUTATEN

2 Kohlrabi
Salz
80 g Rucola
2 Bio-Limetten
2 FeBio-Orangen
2 EL FeBio-Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote rot
Pfeffer
½ TL Zucker

ZUBEREITUNG

1. Kohlrabi schälen und in feine Scheiben hobeln, dann mit etwas Salz bestreuen und ziehen lassen.

2. Rucola putzen, waschen und zum Trocken auf ein Papiertuch legen. 1 Limette und 1 Orange heiß abwaschen und trocken reiben. Jeweils ein Stück Schale (1 EL) in feine Streifen schneiden. Limetten auspressen. Beide Orangen filetieren. Die restliche Orange mit der Hand auspressen.

3. Danach den Limettensaft, Orangensaft und das Olivenöl miteinander verrühren.

4. Die Knoblauchzehe schälen und pressen. Bei der Chilischote die

Kerne entfernen und klein hacken. Knoblauch und Chili mit den Säften mischen. Die Marinade mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

5. Die Scheiben vom Kohlrabi abspülen und trockentupfen. Die Scheiben mit dem Rucola und den Orangenfilets auf einem großen oder mehreren kleinen Tellern anrichten. Marinade darüber träufeln.

6. Im Anschluss mit den feinen Orangen- und Limettenstreifen bestreuen.

Stück ca. 146 kcal, 5 g E/ 13 g KH/ 7 g F



Badespaß & Saunavielfalt bei jedem Wetter!

10 Jahre Alpen THERME EHRENBURG
in Reutte/Tirol

5 Saunen • 1 Dampfbad • 4 Ruheräume • Saunalounge • 250 Liegemöglichkeiten





10 Jahre

GEBURTSTAGS-GEWINNSPIEL-COUNTDOWN

... folgt uns auf   rätstelt mit und gewinnt wöchentlich Preise im Wert von bis zu 200 €!
(@alpentherme.ehrenberg)

FEIERT MIT UNS!

Samstag, 18. Dez. ab 14 Uhr
Heißkalte Überraschungen bis Mitternacht in der Sauna
Sonntag, 19. Dez. ab 11 Uhr
Familientag in der Badewelt mit Juhui und buntem Programm




REDDY KÜCHEN

KEMPTEN

DIE SCHÖNSTE KÜCHE FÜR IHR GELD!

DIE WELT Service-Champions
im wirtsch. Bundeswettbewerb
REDDY KÜCHEN
An der Spitze der Küchenhersteller
www.diewelt-servicechampions.de
Service-Champion 2018



Mozartstr. 23 | 87435 Kempten | Tel. 08 31-20 69 19 20 | www.kempten.reddy.de | Kostenlose Parkplätze am Haus



Allgäu-Brennerei
Werkstatt des puren Genusses

FEINE TROPFEN

Entdecken Sie über 50 verschiedene hausgemachte Obstbrände, Liköre, Whiskys und Gin!

Ideal auch zum Verschenken!

Allgäu-Brennerei
Gewerbepark 1 | 87477 Sulzberg
www.allgaeu-brennerei.de



KLEINE Teig-Kunde

MIT DEN ZWEISCHWESTERN

Welchen Teig brauchen wir für welches Gebäck?
Und wie gelingt er garantiert?
Die ZwiSchwestern Moni Kreisel und Elisabeth Ostheimer haben ein paar praktische Tipps und Tricks, die sie Ihnen verraten.

BISKUIT

TEIG OHNE FETT – FÜR TORTEN UND OBSTKUCHEN.

Es gibt zwei Alternativen: Eier getrennt (Eigelb mit Zucker aufschlagen, Eiweiß separat) oder zusammen aufschlagen. Wichtig: Zucker mit Eiern immer mehrere Minuten dickschaumig aufschlagen – ein Schluck heißes Wasser hilft, dass sich der Zucker besser löst. Mehl immer über die Eimasse sieben, vorsichtig unterheben und dann sofort in die Form füllen und backen. Backen mit Ober-/Unterhitze, da der Kuchen sonst eher austrocknet.



RÜHRTEIG

EIN EINFACHER UND SCHNELLER TEIG FÜR ALLE GELEGENHEITEN.

Wichtig: Alle Zutaten (vor allem die Butter) sollten Zimmertemperatur haben, so wird der Teig schön cremig und luftig. Als Backtriebmittel verwenden wir Backpulver (Weinstein oder konventionell). Rührteig lässt sich gut mit Vanille, Rum oder Zitronenabrieb oder -saft aromatisieren. Der Teig sollte vor dem Backen nicht zu lange stehen, da sonst die Wirkung des Backtriebmittels nachlässt.



MÜRBTEIG

FÜR KEKSE, TARTES UND KUCHENBODEN

Alle Zutaten (vor allem die Butter) müssen kalt sein und der Teig sollte schnell zusammengeknetet werden, da er sonst zäh wird. Einfachster Mürbteig: 1 Teil Zucker, 2 Teile Butter, 3 Teile Mehl. Ei macht den Mürbteig geschmeidiger und gehaltvoller. Joghurt sorgt für einen noch mürberen Teig. Der Teig sollte mindestens eine Stunde in die Kühlung, damit er später gut verarbeitbar ist. Ausrollen kann man ihn mit wenig Mehl.



WIE BEI
UNSEREN PIES



PLUNDERTEIG

EINE EINFACHE VARIANTE MIT HEFETEIG

Diese Variante muss nur einmal touriert – also gefaltet werden. Wichtig ist das Einschlagen der Butter, damit dann beim Falten die unterschiedlichen Schichten entstehen können. Ruhezeit nach dem Tourieren (Falten) ist wichtig!



WIE BEI UNSEREN FRANZBRÖTCHEN

HEFETEIG

DER KLASSIKER

Wichtig beim Hefeteig ohne Vorteig: Zehn Minuten mit den Knethaken des Handrührgerätes (oder der Küchenmaschine) kneten, eine Minute ohne Salz und dann erst das Salz zugeben, damit es nicht direkt an die Hefe kommt. Die Hefe braucht Zucker als Nahrung, deshalb diesen gleich dazugeben. Wenn geschmolzene Butter mit der Milch vermischt wird, braucht diese nicht extra erwärmt zu werden. Den Teig beim Gehen unbedingt abdecken, damit er keine Haut bekommt



PFANNKUCHENTEIG

EIN SCHNELLER TEIG

Pfannkuchenteig muss unbedingt 10 bis 20 Minuten ruhen, bevor er gebacken wird. Man kann ihn wunderbar mit Zitronenabrieb, Rum oder Vanille aromatisieren. Geht beim Backen sehr stark auf, fällt aber dann wieder etwas zusammen. Die Ofentür darf beim Backen auf keinen Fall geöffnet werden. Schmeckt am besten warm.



WIE BEI UNSEREM DUTCH-BABY

BRANDTEIG

FÜR LUFTIGE GEBÄCKE MIT FEINEN FÜLLUNGEN

Wichtig ist das Abbrennen, dazu den Teig (ohne Ei) in einem heißen Topf hin- und herbewegen, bis sich eine weiße Schicht am Topfboden gebildet hat – dieser Vorgang ist wichtig, da sonst der Teig nicht aufgeht. Bevor die Eier dazugegeben werden, muss die Mehlmasse Zimmertemperatur haben. Mit einem Spritzbeutel können Formen auf das Backpapier gespritzt werden. Unbedingt Platz lassen zwischen den Gebäcken, da diese stark aufgehen. Erst kurz vor dem Verzehr füllen. Brandteiggebäcke können ungefüllt auch eingefroren werden.



WIE BEI UNSEREN CHURROS

Backinspirationen

FÜR SÜSSE WINTER-MOMENTE

Die ZweiSchwestern, Elisabeth (li.) und Moni (re.), teilen ihre Backleidenschaft in ihren Backkursen in Kempten, auf ihrem Blog und mit ihren Backinspirationsboxen. Heute verraten sie uns ihre liebsten Winter-Gebäcke für den gemütlichen Kaffeeklatsch!

Rezepte ZweiSchwestern
Fotos Anna Feneberg



DUTCH BABY

Für 1 Pfanne (ca. 25-28 cm Durchmesser) | ca. 60 Min. (davon 10-20 Min. Ruhezeit)

ZUTATEN

Für den Teig:

2 VonHier-Eier
25 g VonHier-Zucker
1 Prise Salz
1 EL Rum
90 g VonHier-Mehl
150 g VonHier-Milch

ca. 20 g VonHier-Butter

Für das Kompott:

1-2 FeBio-Orangen
20 g VonHier-Zucker
½ Vanilleschote
etwas Zitronensaft

Zum Verzieren:
Puderzucker

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig die Eier gemeinsam mit dem Zucker, dem Salz und dem Rum in eine Rührschüssel geben. Mit dem Schneebesen gut verrühren, dann das Mehl zugeben und danach die Milch unterrühren. Es entsteht ein sehr flüssiger Teig, der 10 Min. ruhen muss.

2. In der Zwischenzeit den Backofen auf 210 °C (Umluft) vorheizen und die Pfanne in den Ofen stellen.

3. Sobald die Pfanne heiß ist, aus dem Ofen nehmen (Achtung, unbedingt Topflappen verwenden!) die Butter hineingeben und schmelzen lassen. Den Pfannenboden und -rand mit der Butter einstreichen.

3. Dann den Teig von der Mitte aus in die Pfanne gießen und ca. 20-25

Min. backen. Achtung: Ofentür während des Backens nicht öffnen!

4. Für das Orangenkompott die Orangen filetieren und dabei den Saft in einem Topf auffangen, die Filets in einer Schüssel bereitstellen. Den Saft mit Wasser auf 50-60 ml aufgießen und den Zucker sowie die ausgekrazte Vanilleschote zugeben. Die Flüssigkeit erhitzen und für 5-6 Min. zu einem Sirup einkochen. Über die Orangenfilets gießen und ziehen lassen.

5. Das Gebäck aus dem Ofen nehmen und noch warm mit Puderzucker bestäuben, mit dem Orangensaft beträufeln und die Filets darüber geben. Am besten warm, direkt aus der Pfanne genießen.

Stück ca. 276 kcal, 8 g E/ 39 g KH/ 9 g F
(bei 4 Portionen)



APFELKUCHEN MIT KARAMELL

Für ca. 1 Blech | ca. 105 Min.

ZUTATEN

Karamell:

50 g VonHier-Zucker
20 g Wasser
30 g VonHier-Butter
60 ml VonHier-Sahne

Für den Boden und die Streusel

350 g VonHier-Butter
350 g VonHier-Zucker
700 g VonHier-Mehl

Für die Füllung:

3 VonHier-Äpfel
250 ml VonHier-Milch
2 Pkg. Vanillepudding
6 VonHier-Eier
500 g VonHier-Quark
500 g Frischkäse
150 g VonHier-Zucker

ZUBEREITUNG

1. Für das Karamell das Wasser und den Zucker in einen Topf geben und erst zu einem Sirup, dann zu Karamell einkochen. Sofort mit Butter und Sahne ablöschen, gut verrühren und auskühlen lassen.

2. In der Zwischenzeit die Streusel herstellen. Dazu die Butter schmelzen, den Zucker und das Mehl in einer Rührschüssel vermischen. Butter langsam in die Mehlmischung einlaufen lassen und mit der Gabel verrühren. Es entsteht eine krümelige Masse.

3. Ein tiefes Backblech mit Backpapier auslegen, etwas mehr als die Hälfte der Streuselmasse darauf geben und fest andrücken.

4. Für die Füllung die Milch mit dem Vanillepuddingpulver verrühren. Die Eier unterrühren und zuletzt Quark, Frischkäse und Zucker zugeben. Alles gut vermengen und auf den Boden gießen. Die Äpfel schälen, in schmale Spalten schneiden und auf der Masse verteilen. Das Karamell mit einem Löffel in Klecksen darüber geben.

5. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 175 °C (Umluft) ca. 20 Min. backen.

6. Dann die Streusel auf dem Kuchen verteilen und weitere 35 Min. backen. Im warmen Backofen weitere 10 Min. auskühlen lassen.

Stück ca. 451 kcal, 10 g E/ 48 g KH/ 24 g F
(bei 24 Stücken)

HAND-PIES MIT NOUGAT

Für ca. 15 Stück |
ca. 120 Min. (davon 60 min Kühlzeit)

ZUTATEN

Für den Teig:

220 g VonHier-Mehl
1 VonHier-Ei
70 g VonHier-Zucker
100 g VonHier-Butter
25 g VonHier-
Joghurt, Natur

Für die Füllung:

1 VonHier-Eigelb
1 TL Speisestärke
60 ml VonHier-Milch
135 g Nougat

Zum Verzieren:

Puderzucker

ZUBEREITUNG

1. Das Mehl auf ein Backbrett geben, in der Mitte eine Mulde machen und das Ei hineingeben. Den Zucker, die kalte Butter sowie den Joghurt zugeben und zu einem Mürbteig verkneten. Abgedeckt für ca. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Das Eigelb mit der Stärke und 1 EL Milch verrühren und beiseite stellen. Die restliche Milch aufkochen und das gewürfelte Nougat unterrühren und schmelzen lassen. Die Ei-Mischung unterrühren und unter ständigem Rühren puddingartig einkochen lassen. Dann abkühlen lassen.

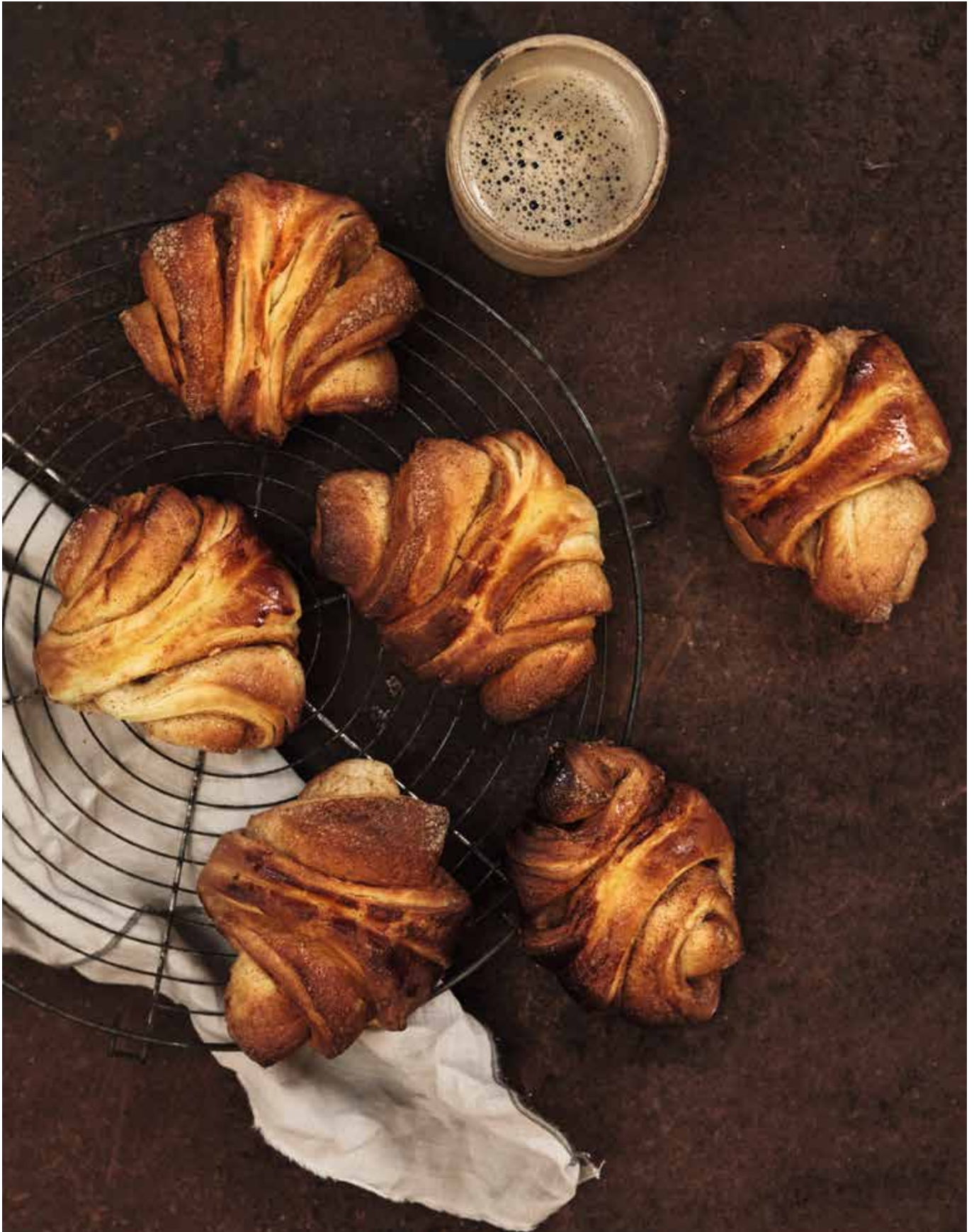
3. Den Teig ausrollen und mit Hilfe eines Glases Kreise ausstechen. Die Hälfte der Kreise auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und die



Füllung mittig darauf geben. Die andere Hälfte der Kreise kreuzförmig einschneiden und als Deckel auflegen. Ringsum mit einer Gabel den Rand andrücken.

4. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 175 °C (Umluft) ca. 15-20 Min. backen. Auskühlen lassen und dann mit Puderzucker bestäuben.

Stück ca. 180 kcal, 3 g E/ 22 g KH/ 9 g F



FRANZ-BRÖTCHEN

Für ca. 8 Stück | ca. 135 Min.
(davon 60 min Geh- und Ruhezeit)

ZUTATEN

Für den Teig:

300 g VonHier-Mehl

Typ 550

30 g frische Hefe

40 g VonHier-Butter

120 ml VonHier-Milch

1 VonHier-Ei

40 g VonHier-Zucker

¼ TL Salz

100 g VonHier-Butter (kalt)

Für die Füllung:

1 TL Zimt

75 g VonHier-Zucker

1 EL VonHier-Butter

1 VonHier-Eigelb

ZUBEREITUNG

1. Das Mehl in eine Rührschüssel sieben, die Hefe darüber bröseln und den Zucker zugeben. Die Butter schmelzen und mit der Milch und dem Ei verrühren. Zu den trockenen Zutaten geben und mit den Knethaken des Handrührgerätes ca. 1 Min. kneten, dann das Salz zugeben und für 5-10 Min. weiter kneten. Sollte der Teig sehr klebrig sein, ggf. etwas Mehl dazugeben. Abgedeckt für ca. 30 Min. gehen lassen.

2. Den Teig fingerdick zu einem Rechteck ausrollen. Die kalte Butter in feine Scheiben schneiden und mit etwas Rand gleichmäßig auf der Hälfte des Teiges auflegen. Die freie Hälfte des Teiges darüber schlagen und am Rand festdrücken. Nun wieder zur doppelten Größe ausrollen. Von der schmalen Seite auf 2/3 einklappen und das andere Drittel darüber schlagen (einfache Tour). Den Teig im Kühlschrank für 30 Min. kühl stellen.

3. Für die Füllung den Zimt mit dem Zucker mischen, die Butter schmelzen und beides bereitstellen. Den Teig auf eine Größe von 45 x 30 cm ausrollen und mit Butter bestreichen. Den Zimtzucker aufstreuen. Von der langen Seite aufrollen und trapezförmige Stücke abschneiden.

4. Die Stücke auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit einem Kochlöffel tief eindrücken. So stellt sich die gerollte Seite auf und die typische Franzbrötchen-Optik entsteht. Abgedeckt für weitere 20 Min. gehen lassen.

5. Kurz vor dem Backen mit verquirltem Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 175 °C (Umluft) ca. 18 Min. backen.

Stück ca. 359 kcal, 7 g E/ 42 g KH/ 18 g F



SCHREINEREI
HORST
ONTHEIMER

Individuell Wohnen

WIR SIND AM
5. UND 6. FEBRUAR
AUF DER
MESSE
BAUPLUS



ÖFFNUNGSZEITEN AUSSTELLUNG:

Mittwoch bis Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

Samstag von 10.00 bis 14.00 Uhr

Sonntag (ohne Beratung) von 10.00 bis 17.00 Uhr

Oder jederzeit nach telefonischer Vereinbarung.

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!

Schreinerei & Ausstellung:

Lauchdorfer Straße 18 | 87782 Warmisried

Telefon: 08269/675 | info@schreinerei-sontheimer.de

WWW.SCHREINEREI-SONTHEIMER.DE

RELAX 2000



3D-Spezialfederkörper für
perfekte Körperanpassung

Ihrer
Gesundheit
zuträglich
RELAX
Natürlich schlafen. Besser leben.

Das original **SCHLAFFSYSTEM** für Ihren gesunden Schlaf.

98,6 % der Kunden bewerten das Relax 2000 positiv.

Für noch mehr Entspannung in Zirbe erhältlich!

Kommen Sie zum Probeliegen und
Sie sparen **€ 150,00** beim Neukauf
Relax 2000 mit Matratze, Auflage & Kissen!

€ 150,00
GUTSCHEIN





CHURROS MIT SCHOKOLADEN-DIP

Für 4 Personen | ca. 60 Min.

ZUTATEN

Für den Brandteig:

60 g VonHier-Butter

¼ TL Salz

200 ml Wasser

130 g VonHier-Mehl

3 VonHier-Eier

Zum Frittieren:

2 Liter neutrales Öl

Zum Verzieren:

Zimt- oder Vanillezucker

Schokoladen-Dip:

100 g VonHier-Sahne

5 g VonHier-Butter

100 g Vollmilch-Kuvertüre

Nach Geschmack etwas Zimt

ZUBEREITUNG

1. Für den Brandteig die Butter und das Salz zusammen mit dem Wasser in einem Topf aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und das komplette Mehl mit einem Kochlöffel untermehren. Dann wieder zurück auf die Hitze geben und den Teigkloß so lange im Topf bewegen, bis sich am Topfboden eine weiße Schicht bildet. Dieser Vorgang („Abbrennen“) ist wichtig, damit der Brandteig später aufgeht. Den Teig in eine Rührschüssel umfüllen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

2. Nun die Eier einzeln mit dem Handrührgerät unter den Teig rühren. Wenn ein homogener, cremiger Teig entstanden ist, diesen in einen Spritzbeutel mit feiner Zackentülle füllen.

3. Das Pflanzenfett in einen Topf geben und zum Frittieren auf eine Temperatur von ca. 160 – 175 °C erhitzen.

4. Mit dem Spritzbeutel vorsichtig Teigstreifen in das heiße Fett spritzen. Den Teig mit einem Messer abtrennen. Die Churros rundum goldbraun frittieren. Mit der Schöpfkelle herausnehmen und sofort auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Noch warm in Zimt-, oder Vanillezucker wenden.

6. Für den Dip die Kuvertüre fein hacken und in eine Schüssel geben. Die Sahne mit dem Butter aufkochen, über die Kuvertüre gießen und schmelzen lassen. Die Churros noch am gleichen Tag genießen.

Stück ca. 680 kcal, 11 g E/ 38 g KH/ 53 g F

SCHNEE. SPASS. SAMMELN.


**OBERSTDORF
KLEINWALSERTAL**
Bergbahnen

**7 Berge, 7 Flüge: Halte deine rasanten
Skiabenteuer in Bild und Video fest.**



www.ok-bergbahnen.com/Adler7





LESERREZEPT

von Eri Kuwasaki
aus Pfronten

ASIATISCHE RETTICH-SUPPE

4 Portionen | ca. 150 Min.

ZUTATEN

300 g Fleischknochen vom Rind
1 Lauch
2 Zehen Knoblauch
FeBio-Ingwer (gleiche Menge wie Knoblauch)
Salz
Pfeffer
1 Rettich
400 g Tofu
1-2 Chilischoten (nach Geschmack)
2 EL Sojasoße
2 EL Sesamöl
2 EL Sesam, geröstet
2-3 Stiele frische Koriander

ZUBEREITUNG

1. Für die Brühe Fleischknochen, Knoblauch, Ingwer, Lauchgrün und die Chilischote in 2 Liter Wasser ca. 2 Stunden köcheln lassen, bis sich das Wasser um ca. die Hälfte reduziert. Dabei den Schaum regelmäßig abschöpfen.
2. Brühe abgießen und abkühlen lassen.
3. Rettich in feine Scheiben schneiden, Tofu würfeln, die weißen Teile vom Lauch in feine Ringe schneiden.

Gemüse in die Brühe geben und 10 Min. köcheln lassen. Danach mit Salz, Pfeffer, Sojasoße und Sesamöl abschmecken.

4. Suppe in eine Schüssel geben und mit geröstetem Sesam und gehacktem Koriander servieren.

Das Gericht gibt Kraft in der Erkältungszeit und bei Erschöpfung.

Portion ca. 413 kcal, 33 g E/ 9 g KH/ 27 g F

KOCHEN SIE FÜR UNS!

UND GEWINNEN SIE EINEN 50€-EINKAUFSGUTSCHEIN!

Wir veröffentlichen in jeder „von hier“-Ausgabe und online auf www.feneberg.de Ihre Rezepte! Teilen Sie mit uns und über 150.000 Lesern Ihre Lieblingsgerichte und verraten Sie uns Ihre Küchegeheimnisse. Aus allen eingesendeten Rezepten wählt eine Fachjury das Gewinnerrezept aus. Dieses wird im „von hier“-Magazin veröffentlicht. Der/Die Gewinner/-in erhält zudem einen Feneberg-Einkaufsgutschein im Wert von 50,-€.



WOHIN SOLL ICH DAS REZEPT SCHICKEN?

Bitte senden Sie Ihr Rezept entweder an **vonhier-magazin@feneberg.de** oder unter dem **Stichwort „Leserrezepte“** an **Feneberg Lebensmittel GmbH, Ursulasrieder Str. 2, 87437 Kempten.** Gerne dürfen Sie auch ein Bild von sich anfügen. Zudem benötigen wir Ihre Bestätigung, dass wir Ihr Rezept und Bild veröffentlichen dürfen.

Natur-
holzmöbel
mit höchstem
Anspruch



TEAM 7

✓ Erstklassige und
persönliche Beratung

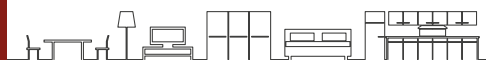
✓ Fachgerechte Lieferung
und Montage

MÖBEL
BOECK
KÜCHEN

www.moebel-boeck.de
87437 Kempten - Sankt Mang
Römerstr. 14 - Tel. 0831 62031

AUS TRADITION SEIT 1962

JETZT NEU BEI UNS





~hier erleben~

TANNHEIMER TAL — DAS WINTERWUNDERLAND FÜR DIE GANZE FAMILIE

Eine zauberhaft verschneite Landschaft, bestens präparierte Langlaufloipen und Winterwanderwege: Das Tannheimer Tal hat zur Winterzeit einiges zu bieten. Zudem locken das Ballonfestival, Langlauf-Trainings und der bekannte SKI TRAIL Tannheimer Tal – Bad Hindelang kommende Wintersaison in das „schönste Hochtal Europas“.

Text TVB Tannheimer Tal **Fotos** TVB Tannheimer Tal / Meurer Achim, Marco Felgenhauer, Willi Roth

GENUSSMOMENTE AUF PERFEKT PRÄPARIERTEN LOIPEN UND WINTERWANDERWEGEN

Wie lässt sich die Abgeschiedenheit des schönen Hochtals besser genießen als beim Winterwandern? Auf dem Wegenetz aus mehr als 80 geräumten Wanderkilometern stehen den Gästen 16 ausgewiesene Winterwander Routen zur Wahl. Gemütliche Rundwanderwege im verschneiten Tal bis hin zu malerischen Höhenwanderwegen garantieren unvergessliche Momente und traumhafte Ausblicke über die benach-

barte Bergwelt. Wer das Tal von unten aus auf zwei Skiern erkunden möchte, darf dies auf dem exzellent ausgebauten Loipennetz tun, welches mit dem „Loipengütesiegel des Landes Tirol“ ausgezeichnet wurde. Auf den insgesamt 140 Loipenkilometern dürfen Langlaufräus aus einer Vielzahl von Strecken wählen. Von leichten Runden über abwechslungsreiche Loipen bis hin zur Wettkampfstrecke – hier ist für jeden das Richtige dabei. Das Tannheimer Tal zählt nicht umsonst zu einem der besten Loipenreviere Europas.



EIN PARADIES FÜR LANGLAUFFANS

Am 27. und 28. Januar gibt es bei den Nordic-Fitness-Tagen neben ausführlichen Testangeboten auch persönliche Langlauf-Trainingsstunden mit dem Olympia-Silbermedaillen-Gewinner Peter Schlickerrieder. Für den nötigen Coolness-Faktor sorgt die Langlauf-event-Serie „Läuft bei uns“. Unter diesem Motto finden vom 1. bis 3. März 2022 Trainingsstunden mit Langlauflehrern statt: Coole Beats, Sonnenliegen an der Loipe, rustikale Schwedenöfen für die gemütliche Auszeit und Pistenbullys hautnah zum Bestaunen begeistern nicht nur Teilnehmer, sondern auch Zuschauer gleichermaßen. Fischer SKI sorgt für Testmaterial, wo die neuesten Modelle von Ski, Schuhe und Stöcke ausgeliehen werden können.

RODELN BEI FLUTLICHT

Riesenspaß für die ganze Familie bieten die vielfältigen Rodelbahnen im Tannheimer Tal. Die meisten sind perfekt für erste Schlittenfahrten und lustige Rodelerfahrten geeignet. Wer vom Abfahrtspaß auf zwei Kufen gar nicht genug kriegen kann, sollte unbedingt die längste Rodelstrecke im Tannheimer Tal ausprobieren. Sie befindet sich in Nesselwängle und bietet von der Bergstation Krinnenalpe aus eine 3,6 Kilometer lange Abfahrt. Für das ganz besondere Rodelerlebnis sorgt die Rodelbahn in Haldensee: Dort kann jeden Abend bis 22 Uhr bei Flutlicht gerodelt werden.

IN LUFTIGEN HÖHEN ÜBER DIE ALPEN

Es hat etwas Magisches: Geräuschlos schweben die Heißluftballons über die Bergketten und verschwinden am Horizont als bunte Tupfer. Dieses wunderschöne Spektakel bietet sich Teilnehmern und Gästen des Internationalen Ballonfestivals im Tannheimer Tal. Vom 9. bis 29. Januar 2022 erfreut das farbenfrohe Treiben wieder das „schönste Hochtal Europas“.

ROMANTIK PUR IM TIROLER HOCHTAL

Wenn die Piloten in der dunklen Winternacht die Ballons startklar machen, wird es im Tal besonders romantisch. Dann zaubern die Flammen ein faszinierendes Lichterspiel auf Schnee und Eis und sorgen für strahlende Gesichter und magische Momente. Das Ballonglücken im Tannheimer Tal findet an drei Abenden statt: Am 11. Januar in Nesselwängle, am 19. Januar in Jungholz und am 26. Januar 2022 in Schattwald.

DER PERFEKTE WINTERURLAUB

Das Angebot „Winterbergbahnen inklusive“ macht den Winterurlaub perfekt: Denn Gäste, die einen Mindestaufenthalt von drei Nächten gebucht haben, können die teilnehmenden Bergbahnen im Tannheimer Tal von Montag bis Donnerstag kostenlos nutzen. Das Angebot gilt vom 10. bis zum 27. Januar sowie vom 14. bis zum 17. März 2022 und lohnt sich nicht nur für Pisten-, sondern auch für Winterwanderer.



MITEINANDER. FÜREINANDER.

WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, SCHRITT FÜR SCHRITT BESSER ZU WERDEN.

Nachhaltigkeit ist unser Versprechen in der vierten Generation: Gemeinsam mit unseren Mitarbeitenden und Partnern in der Region wollen wir mit Engagement und Pioniergeist eine lebenswerte Zukunft gestalten. Deshalb setzen wir uns dafür ein, Schritt für Schritt nachhaltiger zu werden – entlang der gesamten Wertschöpfungskette.

Mit VonHier haben wir diesen Prozess schon vor etwa 25 Jahren begonnen – und ein einzigartiges Programm für regionale, partnerschaftliche Lebensmittelerzeugung nach höchsten Bio-Standards ins Leben gerufen. Aber das reicht uns nicht. Wir wollen in allen wichtigen Bereichen nachhaltig handeln – und uns stetig verbessern:

Der Feneberg-Weg führt uns Schritt für Schritt zu mehr Nachhaltigkeit – entlang der gesamten Wertschöpfungskette. Nachhaltiges Handeln fängt bei der Lebensmittelerzeugung an.

Aber auch die Verarbeitung der Rohstoffe in unseren Produktionsstätten, der Verkauf der Lebensmittel in unseren Filialen, das Miteinander mit unseren Mitarbeitenden und unser Engagement für Umwelt und Gesellschaft tragen einen wichtigen Teil dazu bei, die Zukunft gemeinsam zu gestalten.

SIE SIND UNSERE FÜNF SÄULEN DER NACHHALTIGKEIT.

Von der Erzeugung über unsere Produktionsstätten und Filialen bis hin zu unseren Mitarbeitenden sowie den Menschen und der Umwelt in unserer Region. Wenn jede und jeder Einzelne einen kleinen Teil beiträgt, können wir gemeinsam eine gute Zukunft gestalten. Miteinander. Füreinander.



REGIONALE LEBENSMITTEL- ERZEUGUNG



WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, WIE GLÜCKLICH UNSERE DAMEN SIND.

„Aus der Region, für die Region“ ist seit jeher unsere Philosophie. Mit dem VonHier-Programm gestalten wir seit fast 25 Jahren die Lebensmittelerzeugung in unserer Region nachhaltig und verantwortungsvoll mit: Kontrollierte Bio-Qualität, garantierte Regionalität und starke Partnerschaften mit den Erzeugern sorgen für wirtschaftliche Stabilität und den Erhalt der Kulturlandschaft unserer Region. So konnten auch zahlreiche Betriebe unserer VonHier-Erzeuger bereits in die nächste Generation gehen.

Durch höchste Bio-Qualität verbunden mit Regionalität, Transparenz und Rückverfolgbarkeit bieten wir unseren Kundinnen und Kunden mit VonHier jeden Tag die Gelegenheit, mit gutem Gefühl nachhaltig einzukaufen und mit dem Einkaufskorb unsere Region zu unterstützen. Dafür stehen unsere 8 VonHier-Garantien – und unser Feneberg Bio-Siegel für garantierte Bio-Qualität aus unserer Region.

Einen besonderen Stellenwert bei VonHier hat die enge Zusammenarbeit mit den Erzeugerbetrieben. Von und mit ihnen lebt das VonHier-Programm, dank ihnen können wir inzwischen über 400 verschiedene VonHier-Produkte anbieten. Heuer wurden wir dafür mit dem Preis „Faire Partner 2021“ der Fachmagazine „top agrar“ und „Lebensmittel Praxis“ ausgezeichnet. Dieser würdigt Projekte für faire Beziehungen zwischen Lebensmittelerzeugern

und -händlern. Er zeigt: Mit VonHier haben wir etwas Einzigartiges geschaffen, das deutschlandweit seinesgleichen sucht.

Aber natürlich achten wir nicht nur bei unserem VonHier-Programm auf Regionalität. Auch bei unseren anderen Eigenmarken spielt die regionale Erzeugung eine große Rolle: Brot und Backwaren aus unserer Feneberg-Bäckerei in Durach bei Kempten zum Beispiel. Hier kommen nicht nur die Rohstoffe zum größten Teil aus der Region. Unsere Bäcker verzichten zudem seit vielen Jahren auf künstliche Zusatzstoffe und backen nur mit natürlichen Zutaten – Na, Pur! Wir backen Klartext.

Bei den Fleisch- und Wurstwaren aus der Feneberg-Metzgerei gilt: Wir wissen, wo unser Fleisch herkommt: Von engagierten Landwirten aus der Region, mit denen wir seit Jahren eng und langfristig zusammenarbeiten. Nicht nur für VonHier: Das Fleisch unserer Prima-Marken stammt ebenfalls garantiert aus Bayern und Baden-Württemberg. Und auch hier ist es uns wichtig, dass unsere Kundinnen und Kunden über die Haltung der Tiere informiert sind.

Darüber hinaus ist es uns wichtig, unseren Kundinnen und Kunden auch jenseits unserer Eigenmarken regionale Produkte anbieten zu können.



RESSOURCENSCHONENDE PRODUKTION.

WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, WIE VIEL WIR REINSTECKEN UND RAUSHOLEN.

Ein schonender Umgang mit unseren Ressourcen, die Verarbeitung hochwertiger, möglichst regionaler Rohstoffe und der weitestgehende Verzicht auf Zusätze charakterisiert die Arbeit in unseren Produktionsbetrieben – der Feneberg-Metzgerei in Kempten und der Feneberg-Bäckerei in Durach bei Kempten.

Durch konsequentes Energiemanagement konnte der Energieverbrauch in unseren Produktionsstandorten zwischen 2014 und 2020 deutlich verringert werden. Maßnahmen wie die Modernisierung unserer Produktionsstätten, die ständige Prozessoptimierung und die Erneuerung der Anlagentechnik haben dazu geführt, dass wir 2020 23,6 Prozent weniger Energie verbraucht haben – gemessen pro Umsatz – als noch 2014.

Die Feneberg-Metzgerei ist eine der fortschrittlichsten Metzgereien Deutschlands. Als hochmoderner Handwerksbetrieb vereint die Metzgerei neueste Produktionstechnik und Handwerkskunst auf innovative Weise.

Damit garantieren wir Tag für Tag, dass das regional erzeugte Fleisch unter optimalen Bedingungen verarbeitet wird. Die Erfahrung unserer Metzger, gepaart mit besten regionalen Zutaten und modernster Verarbeitungstechnik, sorgt für den wahren Feneberg-Geschmack.

Aber das reicht uns noch nicht: Die Feneberg-Wurst ist zudem frei von Farbstoffen, künstlichen Geschmacksverstärkern, Gluten und Laktose. Es ist uns ein großes Anliegen, unseren Kundinnen und Kunden so natürliche Produkte wie nur möglich anzubieten und dadurch nachhaltig eine gesunde Ernährung zu fördern.

Eine moderne, ressourcenschonende Produktion, gepaart mit dem Anspruch, nur natürliche Zutaten zu verwenden, zeichnet zudem die Feneberg-Bäckerei aus. Der Anspruch ist auch hier, nachhaltig beste Qualität herzustellen. Daher gilt seit 2011: Na, Pur! Wir backen Klartext. Ohne künstliche Zusatzstoffe, nur mit besten, bevorzugt regionalen Zutaten.

KEMPTEN - HIRSCHDORF

möbel
mayer

- gestalten
- einrichten
- leben

WWW.MOEBELMAYER.DE

TRAUMKÜCHE

KOMPETENT BERATEN, FACHMÄNNISCH GEPLANT UND PERFEKT EINGEBAUT!

Maßgeschneiderte Lösungen zu planen, gelingt nur mit einem offenen Ohr für Kundenwünsche. So planen wir z.B. in unserem 360° Service erfolgreiche Umsetzungen mit Ihnen zusammen. Unser Fachwissen und Ihre Ansprüche ergeben das bestmögliche Ergebnis. Damit Sie sich am Ende in Ihren Traum-Räumen wohlfühlen.

“ Frau G. sagt: „Mit unserem Brauereigasthof & Hotel arbeiten wir schon seit Jahren mit r&s mayer zusammen, daher wussten wir: Hier sind wir bestens aufgehoben. Uns gefiel besonders, dass unsere Wünsche zu 100 % umgesetzt wurden. So fühlen wir uns gehört und dann in der Umsetzung sehen wir unsere Wünsche Wirklichkeit werden. Von der Planung bis hin zum Ergebnis waren wir wie immer sehr zufrieden. Wir haben jetzt unsere Traumküche – DANKE!“

Sie haben auch ein neues Projekt für mehr Wohlfühlen beim Wohnen im Blick? Oder Sie wollen sich gern vom Fachmann beraten lassen? Wir freuen uns auf einen Anruf von Ihnen. Oder kommen Sie doch einfach mal bei uns in Kempten-Hirschdorf vorbei!

VORHER



NACHHER



möbel mayer – r&s mayer GmbH

Laubener Straße 18
87439 Kempten-Hirschdorf
Tel. 0831 59129-0
www.moebelmayer.de

Unsere Öffnungszeiten

Mo. – Fr.: 9.30 bis 18.00 Uhr
Samstag: 9.30 bis 17.00 Uhr





EIN NACHHALTIGES EINKAUFSERLEBNIS

WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, WAS IN UNSEREM EINKAUFSKORB LANDET.

Energieeinsparung und Verpackungsoptimierung sind zentrale Anliegen in unseren Filialen. Denn wir wollen nicht nur, dass unsere Kundinnen und Kunden bei uns eine große Auswahl an regional und biologisch erzeugten Lebensmitteln erhalten. Auch im täglichen Geschäft spielt der nachhaltige Umgang mit Ressourcen eine große Rolle.

Durch ein konsequentes Energiemanagement haben wir es in den vergangenen zehn Jahren auch in den Filialen geschafft, den Energieverbrauch pro Fläche deutlich zu reduzieren. So etwas gelingt nur durch eine Vielzahl an Maßnahmen – bis Ende 2020 waren es über 218 dokumentierte Energiesparmaßnahmen.

Dazu gehören zum Beispiel die Erneuerung der Anlagentechnik, vor allem im Bereich Kälte und Beleuchtung, sowie die Eigenstrom-Erzeugung über PV-Anlagen an immer mehr Standorten.

Auch bei den Verkaufsverpackungen arbeiten wir Schritt für Schritt daran, zu verbessern und einzusparen. In den vergangenen Jahren ist uns das bei Obst und Gemüse, Fleisch, Käse, Joghurt, Milch und Nudeln in einem erheblichen Maß gelungen. Allein durch die Umstellung der SB-Hackfleisch-Verpackung auf die neue Schlauchbeutelolie konnten wir bis zu 70 % Plastik sparen – das sind etwa 36 Tonnen pro Jahr. 4,5 Tonnen kommen durch die neue SB-Käseverpackung hinzu sowie eine weitere Tonne durch den Verzicht auf Stülpdeckel bei den VonHier-Joghurt- und Quarkverpackungen. Doch das ist noch nicht alles: Derzeit planen wir, auch die Teigwaren und Soßen, Wurst-SB und das restliche SB-Fleischsortiment aus unserer Metzgerei auf die Schlauchbeutelverpackung umzustellen.

Kundinnen und Kunden, die gänzlich auf Verpackungen verzichten möchten, können an unseren Fleisch- und Wursttheken, an den Vorkassenbäckereien sowie an den Kaffeeautomaten mit ihren eigenen Behältnissen einkaufen. Für loses Obst

und Gemüse bieten wir wiederverwendbare Veggiebags an, die aus recyceltem Plastik hergestellt werden. In zwei Filialen testen wir derzeit zudem Unverpackt-Stationen. Hier können Trockenwaren wie Nudeln, Reis, Hülsenfrüchte und mehr selbst abgefüllt werden.

Natürlich liegt es uns am Herzen, Lebensmittelabfälle so gut wie möglich zu vermeiden. Dazu gehört nicht nur ein ausgeklügeltes Bestellsystem, welches wir in den vergangenen Monaten deutlich optimiert haben. Lebensmittel, die kurz vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums stehen, verkaufen wir zu reduzierten Preisen. Außerdem arbeiten wir an immer mehr Standorten mit Lebensmittelretter-Initiativen zusammen. Diese holen nicht mehr verkaufsfähige Lebensmittel, die aber noch verzehrfähig sind, ab und geben sie kostenlos weiter. Durch Maßnahmen wie diese ist es uns im vergangenen Jahr gelungen, Bio-Abfälle an einigen Standorten um 30 Prozent zu reduzieren.

Auch zukünftig wollen wir daran arbeiten, die Energieeffizienz der Filialen zu verbessern, indem die Erneuerung der Kältetechnik und Beleuchtung sowie die Eigenstromerzeugung durch Photovoltaikanlagen konsequent vorangetrieben wird.

Die am täglichen Leben inspirierten Einrichtungslösungen interpretieren mit Natürlichkeit die Einzigartigkeit eines jeden Zuhauses.

Kommen Sie vorbei
in unserem modernem

**Wohn-Studio von
NOVAMOBILI**



MÖBEL FORSTER

GmbH · Dieselstraße 2 · 87437 Kempten
Telefon (0831) 73450 · Fax 72546
www.moebelforster.de · wohnen@moebelforster.de



UNSERE MITARBEITENDEN. UNSERE BASIS.

WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, GEMEINSAM ETWAS ZU BEWEGEN.



Unsere Mitarbeitenden sind unsere wichtigste Basis. Dank ihres Engagements konnten wir werden, was wir sind: Einer der größten Arbeitgeber und Ausbilder in unserer Region. Nur gemeinsam mit ihnen können wir den Feneberg-Weg gehen – und uns Schritt für Schritt nachhaltig entwickeln. Miteinander und füreinander.

Wir sehen uns als bodenständigen, verantwortungsvollen Arbeitgeber. Unser Ziel ist es, unseren Mitarbeitenden eine gute Ausbildung und eine anschließende Übernahme zu ermöglichen und sie dauerhaft im Unternehmen zu halten. Dazu gehört ein fundiertes Aus- und Weiterbildungskonzept sowie natürlich ein angenehmes, familiäres Betriebsklima. Wir unterstützen unsere Mitarbeitenden bei ihrer Entwicklung und berücksichtigen die individuellen Lebenssituationen bei der Gestaltung der Arbeitsabläufe bestmöglich.

Wir sind besonders stolz auf die vielen, langen Betriebszugehörigkeiten. Und darauf, dass Familien über mehrere Generationen hinweg bei uns arbeiten.

Natürlich möchten wir uns auch als Arbeitgeber stetig weiterentwickeln und verbessern. Um die Ausbildung unserer Verkaufsmitarbeitenden noch einfacher und effizienter zu gestalten, haben wir ein neues E-Learning-Programm für den Bereich Warenkunde entwickelt. Dadurch entfallen nicht nur erhebliche Anfahrtszeiten und -wege und Papiermengen. Ebenso wird der Warenverlust deutlich reduziert. Durch die zur Verfügung gestellten Lehrvideos können die Inhalte zeitlich flexibel vermittelt und nach dem Prinzip „training-on-the-job“ vor Ort vertieft werden. Auch bei der Gehaltsabrechnung arbeiten wir nachhaltig und papiersparend – über ein Online-System.

VERANTWORTUNG FÜR UMWELT UND GESELLSCHAFT



WEIL WIR ES IN DER HAND HABEN, WIE WIR UNSERE REGION GESTALTEN.



Unsere Region, die Umwelt und die Menschen, die hier leben, liegen uns schon immer Herzen. „Aus der Region, für die Region“ ist nicht ohne Grund seit vielen Jahren unser Motto. Deshalb engagieren wir uns – damals wie heute – für die Umwelt in unserer Region und übernehmen gesellschaftliche Verantwortung.

Schon in den 1980er Jahren haben wir damit begonnen, Initiativen für mehr Umweltschutz ins Leben zu rufen – im Rahmen von Säuberungs- oder Baumpflanz-Aktionen. Aus dieser Zeit stammt auch die langjährige Zusammenarbeit mit dem

Vogelschutzbund, die wir bis heute aufrechterhalten konnten. An den großen Renaturierungsprojekten in unserer Region, im Werdensteiner Moos und am Widdumer Weiher, haben wir uns gerne beteiligt.

Heute unterstützen wir nicht nur durch unsere Marke VonHier den Erhalt der Kulturlandschaft unserer Region. Mit der Adelegg-Stiftung und der Stiftung Kulturlandschaft Günzburg engagieren wir uns für zwei Initiativen, die mit ihrer Arbeit die Pflege und den Erhalt dieser besonderen Regionen möglich machen.

LOCKER MACHEN



★★★★★

Frank's

OBERSTDORF

- + 1800 qm Wellness & Spa
- + à la carte Dinner
- + Freude schenken

Info und Reservierung:
T 08322-7060 | www.hotel-franks.de



An allen vier
Adventssonntagen
im Bräustüble:

Allgäuer Advent mit
Dreigesang Dreierloi
von 14-17 Uhr

Jetzt Tisch reservieren:
08381/1573



~Meckatzer Löwenbräu~

ECHTE ALLGÄUER KÜCHE GENIESSEN!

Text und Fotos Meckatzer Löwenbräu

Am Ursprung des Flusses Leiblach liegt der Heimenkircher Teilort Meckatz. Der kleine Ort ist nicht nur Ausgangspunkt für verschiedene Winterwanderungen wie beispielsweise den rund sieben Kilometer langen Rundwanderweg, sondern auch die Heimat der Allgäuer Familienbrauerei Meckatzer. Seit 1738 wird an dieser Stelle Bier gebraut und im zugehörigen Bräustüble echte Allgäuer Küche serviert.

Genuss definiert die Brauereifamilie Weiß jedoch vielfältiger als nur eine zünftige Brotzeit, schmackhafte Kässpätzlen oder ein Weiss-Gold, von dem viele sagen, es sei das Allgäuer Sonntagsbier. Das zeigt sich schon an der gesamten Gestaltung des Areals. Alte Kastanien stehen im spannenden Kontrast zur modernen Gartengestaltung, historische Gebäude wechseln sich mit einer klaren Architektur ab.

Gemeinsam ist diesen Gegensätzen, den Gästen und Besuchern der Brauerei und des Bräustübles einen Raum zu schaffen, in dem sie sich begegnen oder einfach einmal kurz durchschnaufen können. Die efeumrante Mauer trennt das Brauereigelände von der Bundesstraße und ist quasi der Übergang von der hektischen Außenwelt zum idyllischen Innenhof – gerade im Winter ein ganz besonderer Ort. Zum Frühschoppen bringt dann schon mal

die Wintersonne den tief verschneiten Park zum Glitzern, während zur Kaffee- und Kuchenzeit ein gemütliches Feuer im gläsernen Kamin lodert. In Meckatz wird darüber hinaus noch eine ganz besondere Tradition gelebt: der Allgäuer Sonntagsbraten, der, wie es der Name schon sagt, immer nur sonntags im Bräustüble serviert wird. Ein knuspriger Schweinebraten mit selbst gemachten Spätzle öffnet erfahrungsgemäß schnell die Herzen.

UNSER TIPP FÜR DIE WINTERZEIT:

MECKATZER GLÜHBIER

ZUTATEN

2 Flaschen Meckatzer Fest-Märzen, 0,33 l
300 ml Kirschsaff
200 ml Apfelsaff
10 g Allgäuer Glühbier-
Gewürzmischung – gibt's im
Meckatzer Geschenkestadel
50 g Brauner Zucker

ZUBEREITUNG

1. Kirsch- und Apfelsaff gemeinsam mit der Glühbier-Gewürzmischung sowie dem braunen Zucker in einen Topf geben. Erhitzen und kurz aufkochen lassen.
2. Vom Herd nehmen und 20 Minuten ziehen lassen.
3. Flüssigkeit wieder erhitzen, Bier zugeben und erwärmen (nicht mehr kochen!).
4. Dann die Gewürze absieben und in vorgewärmten Gläsern servieren.



Die Glühbier-Gewürzmischung gibt es im Meckatzer Geschenkestadel auf dem Gelände der Brauerei oder im Webshop auf www.meckatzer.de



VOM FEUER VERZAUBERT

Einen stimmungsvollen Abend erleben Besucher der Fackelwanderung in Obermaiselstein. Manche der vielen Sagen des Ortes erscheinen im flackernden Licht gar nicht mehr so abwegig.

Text und Fotos Tourismus Hörnerdörfer

Olympische Spiele, Walpurgisnacht oder Großer Zapfenstreich – alles undenkbar ohne ein kleines, schlichtes, uraltes Utensil: die Fackel. Eine einfache Fackel. Im Grunde nur ein Holzstab, früher mit Pech und Werg, heute mit Wachsstoff umwickelt, der brennt. Aber die Flamme, die an der Spitze der Fackel lodert, ist eben nicht nur Feuer. Diese tragbare Flamme ist seit ewigen Zeiten ein Symbol für Frieden, sie steht für Wissen und

Weisheit und im Allgäuer Winter nicht zuletzt für die Überwindung der dunklen Frostgeister und klirrenden Winterdämonen. Und ganz abgesehen davon ist Fackelschein, der seine Muster über den nächtlichen Schnee tanzen lässt, ein bezaubernder Anblick. In den Hörnerdörfern sind Fackelwanderungen deshalb ab Dezember ein festes Ritual im Kalender und bei Gästen sowie Einheimischen jeden Alters beliebt.

FANTASIE ENTFLAMMT

In Obermaiselstein ist die Atmosphäre bei der wöchentlichen Fackelwanderung vielleicht noch ein wenig zauberhafter als andernorts – also verzauberter. Denn im Hörnerdorf zu Füßen des Hirschsprungs, unter den Augen des königlichen Besler tummeln sich besonders viele Mythen, Märchen und Sagengestalten. Von schlafenden Drachen und Goldschätzen in der Sturmannshöh-

le weiß man lange, und dass am Schwarzenberg die Wilden Fräulein und die Venedigermännle umgehen, ist allgemein bekannt. Kann man dann überhaupt sicher sein, dass der winkende Elf dort hinten nur ein schneeschwere Zweig ist, der sich neigt? Würde man schwören, dass dieses ferne, silberhelle Lachen nicht vom Fräulein Maringga stammt, sondern bloß ein Eiszapfen ist, der dem bronzenen Hirtenbub am Dorfbrunnen von der Hutkrem-

pe fällt? Und weil nichts gewiss ist, weil man's nicht wissen und nicht schwören muss, darf man erzählen: Nach dem Spaziergang mit kleinen Fackeln sitzt man nämlich am Grillplatz Burgschrofen noch gemütlich am großen Lagerfeuer bei Punsch und Glühwein beisammen. Seine Tasse nimmt man anschließend gut gefüllt mit – randvoll mit Erinnerungen und mit den Geschichten, die das Fackelfeuer einem in den Schnee gemalt hat.

WAS? WANN? WO?

Treffpunkt für die Fackelwanderung in Obermaiselstein ist von Januar bis März dienstags um 18.45 Uhr das Foyer im Haus des Gastes. Fackel, Erinnerungstasse und Glühwein oder Punsch bekommen Erwachsene für sieben und Kinder für vier Euro. Der Verkehrsverein Obermaiselstein bittet um Anmeldung in der Gästeform oder unter der Telefonnummer 083 26/277.



Eine Fackelwanderung ist eine gute Gelegenheit für ein **MIKRO-ABENTEUER**. Einen – vielleicht altbekannten – Weg in buchstäblich neuem Licht zu sehen, ist eine spannende Sache: Die umgebende Dunkelheit, das ungewohnte Requisit in der Hand und das flackernde Licht berühren alle Sinne.





~bigBOX ALLGÄU~

KLASSISCH VERPACKT IN DER BOX

Für alle Liebhaber der
klassischen Musik:

Die klassikBOX ALLGÄU startet
mit einem abwechslungsreichen
und hochwertigen Programm
in die neue Saison.

An insgesamt drei Terminen
wird das Orchester der Münchner
Symphoniker in Kempten spielen.

Text Carina Jungchen-Wenzlick Foto bigBOX ALLGÄU

In einem Wiener Café sitzen, eine Zeitung aufschlagen und neugierig darin schmökern. Lesen, was es Neues vom Tag gibt. Schon 1703 blätterte man in Wien im „Wienerische Diarium“, dem Vorgänger der heutigen „Wiener Zeitung“. Sie ist eine der ältesten noch erscheinenden Tageszeitungen der Welt. Für musikalisch interessierte Leser war sie besonders spannend, waren doch die Feuilleton-Seiten herrlich bunt, vielseitig und kritisch. In dieser Zeit entstand auch der „Feuilleton“-Walzer, den Johann Strauß komponierte. In der klassikBOX ALLGÄU wird diese Stimmung durch Musik lebendig. Blättern Sie am 5. Januar 2022 genussvoll durch das Programm des Neujahrskonzerts der Münchner Symphoniker, das unter dem Motto „Neues vom Tage“ steht. Durch das Konzert führt TV-Schauspieler Max Müller, der sich mit einem großen Stapel Zeitungen, Mode- und Salonblättern, stapelweise Feuilleton- und

Klatschspalten eingedeckt und daraus eine herrlich unterhaltsame Presseschau der goldenen Zeit des Wiener Walzers zusammengestellt hat. Dirigent ist Andreas Kowalewitz.

VON BEETHOVEN BIS TSCHAIKOWSKY

„Beethoven und Tschaikowsky“ lautet der Titel des Frühlingskonzerts, das die Münchner Symphoniker am 20. März 2022 unter der Leitung von Mark Rohde in der KlassikBOX spielen. Hierin wird Ludwig van Beethoven, der im letzten Jahr sein 250-jähriges Jubiläum feierte, geehrt – gemischt mit russischen Einschlägen Pjotr Tschaikowskis. Mit 46 Jahren bereiste Tschaikowski als Dirigent Europa und Amerika, hatte zwei Klavierkonzerte und vier Sinfonien geschrieben. Er und seine jüngeren Kollegen versuchten, mit der Beethoven-Büste auf dem Klavier, einen eigenen musikalischen Weg einzuschlagen – immer voller

Ehrfurcht vor dem großen Meister Beethoven, aber in revolutionärer Manier. Unüberhörbar strampelten sie sich in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts von der Wiener Klassik frei. Frei für eine russische Klassik. Und eine russische „Pathetique“ ...

DEM ANDENKEN EINES ENGELS

Wo bewahren Sie Ihre Andenken auf? Jene kleine Erinnerung an einen Moment oder einen geliebten Menschen. Und wie lange? Im Sommerkonzert am 22. Mai 2022, das unter dem Motto „Andenken“ steht, werden diese Fragen musikalisch beantwortet. Und zwar mit einem Stück von Gustav Mahler, dessen hinterbliebene Frau Alma nach seinem Tod eine eiserne Kassette in ihrem Wiener Wohnhaus fand. In dieser waren die Skizzen zu seiner 10. Symphonie. Unfertig, aber voller Anmerkungen. Anmerkungen des Wahnsinns. Ein Wahnsinn, der die persönliche Situation der Eheleute Mahler beschrieb: Herzkrank und verliebt in sie schrieb er „Für dich leben! Für dich sterben!“ über die letzten Noten der Sinfonie. Als Mahler das aber schreibt, liebt seine Alma bereits Walter Gropius. Am 18. Mai 1911

stirbt Mahler. Einige Jahre später heiraten Alma Mahler und Walter Gropius. 1916 wird die Tochter Manon Gropius geboren. Und als sie mit nur 18 Jahren an den Folgen einer Polio-Infektion stirbt, schreibt Alban Berg gerade ein Violinkonzert. Er widmet es der toten Manon und nennt es „Dem Andenken eines Engels“. Dies wird den zweiten Teil des Sommerkonzerts und den Abschluss der Klassik-Saison in der klassikBOX krönen. Dirigent ist Kevin John Edusei.

Natürlich besteht wieder die Möglichkeit, für alle drei klassikBOX-Konzerte der Saison 2021/22 ein Abo abzuschließen.

Die Vorteile: Keine Wartezeiten an der Abendkasse, Wunschplätze können dauerhaft gesichert werden, 20% Ermäßigung auf den Einzelpreis, Erhalt von Vorab-Infos zur neuen Klassik-Saison.

Weitere Infos unter Tel. 08 31/57055 1000 oder entertainment@bigboxallgaeu.de.

WIR VERSTEHEN ENERGIE.®

PRÄG



FÜR DEN UMWELT-
BEWUSSTEN KUNDEN:
PRÄG ÖKOSTROM AUS
NATÜRLICHER
WASSERKRAFT



STROM

**STROM FÜR ZU HAUSE.
SERVICE STARK UND REGIONAL.**

WWW.PRAEG.DE

FEIERN, ABER NACHHALTIG

Die leuchtenden Augen unserer Lieben und das vertraute Lachen guter Freunde:

Eine gute Feier braucht nicht viel. Vor allem auf Plastikbecher, Lametta und Geschenkpapier kann auch unsere Umwelt gut verzichten.

Viele der Dinge, die bisher nach einer Party auf dem Müll gelandet sind, lassen sich ganz einfach nachhaltig ersetzen.

SCHENKEN

Ob Geburtstage oder Weihnachten: Die gemeinsam verbrachte Zeit ist wichtiger als materielle Geschenke, aber trotzdem ist die Freude über eine kleine Aufmerksamkeit groß – solange das Geschenk durchdacht ist. Wer etwas besorgt, das gut zum Beschenkten passt und was derjenige gebrauchen kann, hat eine große Chance, dass es lange glücklich macht. Wer dabei auf Öko-Siegel oder regionale Herstellung achtet, schenkt auch ein bisschen Umweltschutz mit. Statt ein unliebsames Geschenk wegzuworfen, kann man es natürlich auch weiterverschenken – das sollte kein Tabu sein. Selbstgemachte Geschenke aus Abfallprodukten (sog. Upcycling) sparen nicht nur Ressourcen, sondern tragen auch eine persönliche Note zum Präsent bei.

Zu Weihnachten wird in Deutschland über zehn Prozent mehr Müll produziert als zu jeder anderen Zeit des Jahres.

VERPACKEN

Das perfekte Geschenk zu finden, ist die eine Hürde. Die nächste kommt für viele direkt danach: das Einpacken. Auch wenn man zwei linke Hände hat, muss man aber nicht auf die schnöde Plastikpräsenttüte zurückgreifen: Körbe, Stoffaschen oder Waschlappen dienen nicht nur als umweltfreundliche Verpackungsvariante, sondern sind gleichzeitig ein weiteres Geschenk zum Weiterverwenden. Statt zu beschichtetem Geschenkpapier sollte man zu Pack- oder Zeitungspapier greifen – verziert mit Stoffbändern, Zweigen und einer selbstgemalten Karte wird das Präsent trotzdem ein Hingucker.



SCHLEMMEN

Feiern bedeutet immer auch gutes Essen, besondere Getränke und gemeinsamer Genuss. Wer selbst kocht, sollte auf regionale und saisonale Produkte setzen und dementsprechend Menü oder Buffet planen. Wenn man selbst keine Zeit zum Kochen hat, kann man seine Gäste fragen, ob jeder etwas beisteuern möchte – so vermeidet man die Verpackungen vom Lieferdienst. Die Reste nehmen Freunde und Familie bestimmt gerne in Tupperdosen mit nach Hause – für den nächsten Tag. Plastikteller, Pappbecher und Co. müssen auch bei Geschirrmangel nicht sein: Besteck, Teller und Glas kann jeder Gast für sich selbst mitbringen. Und bei einer gemeinsamen Spülaktion nach dem Festmahl kann man die Feier vor der Aufbruchsstimmung noch einmal Revue passieren lassen.



Deko-Tipps

FÜR EIN „GRÜNES“ WEIHNACHTSFEST

- Naturmaterialien verwenden: Strohsterne, getrocknete Orangen, Zimtstangen, Tannenzweige
- Mit energiesparenden LEDs leuchten & Zeitschaltuhr nutzen
- Bienenwaxkerzen statt Kerzen aus Paraffin oder Stearin
- Selbstgemachter Adventskalender ohne Plastik

UMWELTSCHUTZ FÜRS OHR

Mit einem gemeinsamen Song erheben über 20 Künstlerinnen und Künstler ihre Stimmen für den Klimaschutz. „Jetzt ist unsere Zeit“ soll noch mehr Menschen dafür sensibilisieren, wie dringlich es ist, jetzt Verantwortung für unsere Umwelt zu übernehmen.

Text Vivid Curls, Jana Pfeiffer Foto Walter Rist



WWW.JETZT-IST-UNSERE-ZEIT.DE

Die Musikerinnen und Musiker von Vivid Curls, Konstantin Wecker, Alin Coen und viele weitere nutzen ihre Stimmen, um die Vision einer klimagerechten Welt zu verbreiten. Mit dem Song „Jetzt ist unsere Zeit“, der im vergangenen September veröffentlicht wurde, möchten sie dazu beitragen, dass das gesellschaftliche Bewusstsein für den Klimawandel steigt. Durch die Emotionalität der Musik sollen möglichst viele Menschen für die Thematik sensibilisiert werden. Der Song stammt aus der Feder des Allgäuer Singer-Songwriter-Duos Vivid Curls. Für Inka Kuchler und Irene Schindele ist das Projekt eine Herzensangelegenheit. „Das Thema Klimawandel geht uns alle an und es wird Zeit

zu handeln, damit (...) alle nachfolgenden Generationen die Chance auf eine gute Zukunft haben“, sagt Kuchler. Ihre Bandkollegin ergänzt: „Wir glauben fest daran, dass wir es gemeinsam schaffen können, den Klimawandel abzumildern (...), aber (...) wir brauchen die Unterstützung von euch allen!“ Jeder Mensch kann in seinem Alltag Maßnahmen umsetzen, um die Umwelt zu schützen – so der Appell des Musik-Projekts „Deine Stimme fürs Klima“. Mindestens 50 Prozent aller Einnahmen werden an ein deutsches Umweltprojekt gespendet, das sich mit der Aufforstung von Wäldern beschäftigt.

Meine hiergemachte Energie

NEU: Wechseln auch Sie zur einzigen 100 % lokal und nachhaltig erzeugten Energie aus dem Allgäu, für das Allgäu.

www.allgaeustrom.de/100

100%
HIER
erzeugt

100%
HIER
verbraucht

AllgäuStrom 100%

GESCHENKTIPP

FINI, LUIS UND DIE Blasmusik

Nach einem langen Ausflug an der frischen Luft kuscheln wir uns in dieser Jahreszeit am liebsten zusammen aufs Sofa. Mit einem tollen Buch, einem Hörspiel oder einer Musik-CD vergeht die Zeit wie im Nu. Heute stelle ich euch die Geschichten rund um Fini und Luis aus Haselried vor: Das sind zwei Kinder, die in ihrem Dorf richtig viel erleben!



KINDERBUCH „DAS JAHRES-KONZERT“

Das Jahreskonzert einer Dorfkapelle ist meist spät abends. Deswegen können Kinder leider oft nicht dabei sein. Im Kinderbuch „Das Jahreskonzert“ finden Fini und Luis das sehr schade, denn sie würden gerne dabei sein, wenn die Blaskapelle ihre Lieder spielt. Aber der Papa von Fini, der Dirigent ist, hat eine Idee: Fini, Luis und ihre Freunde aus Haselried bekommen ihr ganz eigenes „Konzert“ am Vormittag. Sie dürfen bei der großen Generalprobe vor dem Auftritt dabei sein und können sich so alle Lieder anhören.



Das Papp-
bilderbuch
hat 16 Seiten.

... HÖRSPIELE ...

Auf den beiden Hörspiel-CDs erlebst du noch mehr Abenteuer mit Fini und Luis in Haselried. In „Das Dorffest“ sind die beiden Kinder beim alljährlichen Dorffest dabei: vom Aufbauen bis zur Eröffnung durch die Bürgermeisterin. Doch dann steht das Fest plötzlich auf der Kippe. Fini und Luis müssen helfen, um das Fest doch noch zu retten. Auf der neuesten Hörspiel-CD „Die Vorweihnachtszeit“ dürfen Fini und Luis mit Finis Papa in den Wald gehen, um einen Christbaum zu schlagen. In der zweiten Geschichte bekommen sie Besuch vom Nikolaus und dem Krampus. Im letzten Teil des Hörspiels gehen die Freunde dann gemeinsam auf den Haselrieder Weihnachtsmarkt.

AUSSERDEM GIBT ES ...

... UND DIE CD „NEU GEDACHT ... VOLKSLIEDER MAL ANDERS!“

Die passende Musik findest du auf der CD „Neu gedacht ... Volkslieder mal anders!“. Dort wurden altbekannte Volkslieder in traditionellen Blasmusikstücken wie Marsch, Polka und Walzer umgewandelt. Aber weil auf der Hülle „Blasmusik nicht nur für Kinder“ steht, freuen sich sicher auch deine Eltern und Großeltern, wenn ihr die Lieder gemeinsam hört.



Hinter dem Projekt stehen Hans Daxer, Christoph Ranz und Peter Hutterer von der Blaskapelle Altenstadt.
Weitere Infos: www.finiundluis.de



Schaufenster



Wildfräulein
Lodenkleidung
für Berg und Tal
Handgefertigt im Allgäu

Neuer Showroom! Wir sind umgezogen!
WiNN-Park, Gewerbestr. 8, 87787 Wolfertschwenden
Öffnungszeiten, Onlineshop und mehr auf
www.wildfraeulein.de



**Nähmaschinen
Fachgeschäft**

Nähmaschinen | Stoffe | Kurzwaren & Zubehör
Näh- & Patchworkkurse | Reparatur & Wartung

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do., Fr. 10.00 – 12.30 Uhr & 14.30 – 18.00 Uhr
Samstag 10.00 – 12.00 Uhr | Mittwoch geschlossen

NÄH HAUS PETRA ZIRM
Reichsstr. 10/St. Mang-Platz 1 | 87435 Kempten



AlpenStyle
MODE • TRADITION • SCHNEIDEREI

Alpenstyle
Mode * Tracht * Tradition
Allgäuer Straße 26
87459 Pfronten
<http://www.alpenstyle.de>

BECHTELER GMBH
SAUNAMANUFAKTUR & SCHREINEREI
seit 1968



Am Fichtenholz 5 • 87477 Sulzberg
info@bechteler.de • www.bechteler.de



VORBEREITET SEIN

GESCHICHTEN
VON HIER



„Wer sich nicht vorbereitet, der ist wenigstens vorbereitet zu scheitern!“ Mit dem knackigen Spruch warnt ein oberbayrischer Video-Blogger auf Youtube seit Monaten vor einem kommenden Blackout. Tatsächlich schrammten unsere Stromnetze im letzten Jahr einige Male nur knapp an der gefürchteten Kettenreaktion vorbei. Heutzutage ist Überfluss die Normalität. Alles geht leicht und automatisch! Aber halt nur, wenn auch Energie da ist.

Schon damals, vor 20 Jahren, hatte ich mir als Bauer einen Zapfwellen-Stromerzeuger angeschafft. Mir war klar: Ich krieg' nicht einmal mehr mit meinem eigenen Holz die Bude warm, denn die hochmoderne Öko-Hackschnitzel-Heizung läuft ohne Strom nicht. Und die Kühe von Hand melken? Niemals! Keiner hätte heute mehr die Kraft und Ausdauer dazu.

Mein Vater würde mich wahrscheinlich auslachen bei solchen Gedanken. Als „Vorkriegs-Kind“ kam er noch aus einer Zeit, in der man ohne den heutigen, komfortablen Schnickschnack überleben konnte. Dementsprechend brachte er uns allerlei Nützliches und Althergebrachtes bei. Und die „Vorsehung“ gehörte dazu! Wir lernten von ihm, dass es nie 100-prozentige Sicherheit geben kann. Dass man immer „auf der

Hut“ sein muss. Nicht aus blanker Angst oder Blauäugigkeit. Sondern aus selbstbewusster Eigenverantwortung für sich und seine Familie.

Die Zeichen der Zeit stehen eindeutig auf „weniger“ und „schwieriger“. Doch ich meine, es muss nicht zwingend zu „schlechter“ führen. Unser wahres „Brauchtum“ ist doch das, was wir wirklich zu unserem Glück brauchen. Dankbarkeit, Solidarität, Mut und Zuversicht werden aus Sinn und Liebe geboren. Nicht aus Überfluss und Verschwendung.

Mein herzlicher Wunsch an Sie: Bereiten Sie sich vor!

Die Advents- und Weihnachtszeit ist eine wunderbare Gelegenheit, mal bewusst den Strom in allen Facetten abzuschalten, um die heimelige Geborgenheit unserer Allgäuer Heimat zu spüren.

von hier-Kolumnist

Alois Wohlfahrt

Weiteres zu unserem Kolumnisten erfahren Sie unter www.bergbauern.de



Impressum

HERAUSGEBER

Feneberg Lebensmittel GmbH

Ursulasrieder Straße 2, 87437 Kempten/Allgäu,
Telefon: 0831/57 17-0, Fax: 0831/57 17-344,
E-Mail: info@feneberg.de, www.feneberg.de

Projektleitung: Sonja Kehr, Kehr Kommunikation,
info@kehr-kommunikation.de

VERLAG UND DRUCK

AZ PUBLISHING

Allgäuer Zeitungsverlag GmbH
Heisinger Str. 14, 87437 Kempten

Reiner Elsinger (verantw.)
Telefon: 0831/206-464, E-Mail: elsinger@azv.de

Redaktion: Christian Mörken,
Telefon: 0831/206-5347, E-Mail: moerken@azv.de
Carina Jungchen-Wenzlick, Jana Pfeiffer,
Anne-Sophie Schuhwerk

Anzeigen: Franziska Zinnecker
Telefon: 08 31/2 06-121, zinnecker@azv.de
Lisa Dietrich
Telefon: 08 31/2 06-54 49, dietrich@azv.de

Grafik/Layout: Gloria Zrenner, Sarah Giersig
Autoren: Oliver Willmer, Sonja Kehr



Bildnachweis: stock.adobe.com: Ann Lukashenko (Zopf S. 17), FlowersForBear (Ple S. 16, Keks S. 16, Churros S. 17), Good Studio (Grafik S. 48), gudrun (S. 42-43), Jenteva (Hintergrund S. 46), Julija (Noten S. 46), kitsune (Hintergrund S. 16-17), lumikk555 (Hintergrund S. 28-29), nurofina (Grafiken S. 38-39, Peter (Foto Schlemmen S. 44), SvetaArt (Biskuit S. 16, Rührteigkuchen S. 16, Plunderstück S. 17, Dutch-Baby S. 17), svetlanais (Hintergrund S. 38-39, 48), toyotoyo (Musikinstrumente S. 46), wooster (Grafiken S. 44); bildagentur.panthemedia.net: zlonov (Berge S. 28-29)



BERGKÄSE-RISOTTO MIT BIRNE 4 Portionen

- | | |
|--|---|
| ☐ 3 EL VonHier-Rapsöl | ☐ 100 g VonHier-Butter, in Stückchen |
| ☐ 1 VonHier-Zwiebel, gewürfelt | ☐ 1 EL VonHier-Butter |
| ☐ 300 g Risottoreis | ☐ Abrieb von ½ Bio-Zitrone |
| ☐ 250 ml Weißwein | ☐ Etwas Muskatnuss, gerieben |
| ☐ 800 ml FeBio-Gemüsebrühe | ☐ 2 FeBio Birnen |
| ☐ 240 g VonHier-Bergkäse „Der Alte“ | ☐ 1 Zweig Thymian |
| | ☐ Salz & Pfeffer |



SCHWEINEBRATEN GLASIERT 6 Portionen

- | | |
|--|---|
| ☐ ½ Bund Thymian | ☐ 2 EL mittelscharfer FeBio-Senf |
| ☐ ca. 2,5 kg Schweinebraten | ☐ 2 EL VonHier-Sonnenblumenöl |
| ☐ 1 kg grobes Salz | ☐ 1 EL grober schwarzer Pfeffer |
| ☐ 150 g Zuckerrübensirup | ☐ 2 Blatt Backpapier |
| ☐ 1 kleiner VonHier-Apfel, gerieben | |



GEMÜSEHAPPEN IM BIERTEIG MIT DIP 4 Portionen

- | | |
|--|--|
| ☐ 1 kleine rote Zwiebel | ☐ 200 g Blumenkohl |
| ☐ Je 4 Stiele Petersilie und Dill | ☐ 200 g Rosenkohl |
| ☐ 2 EL Kapern | ☐ 2 VonHier-Eier (Gr. M) |
| ☐ 250 g Schmand | ☐ 150 g VonHier-Dinkelmehl 630 |
| ☐ 120 g Salatcreme | ☐ 50 g VonHier-Dinkelmehl 630 |
| ☐ Salz, Pfeffer | ☐ 75 g Speisestärke |
| ☐ Edelsüßpaprika | ☐ ca. 250 ml helles VonHier-Bier |
| ☐ 200 g Gemüsezwiebel | ☐ ca. 1 Liter VonHier-Rapsöl zum Frittieren |



CARPACCIO AUS KOHLRABI MIT ORANGEN 4 Portionen

- | | |
|--|--|
| ☐ 2 Kohlrabi | ☐ 2 EL FeBio-Olivenöl |
| ☐ Salz | ☐ 1 Knoblauchzehe |
| ☐ 80 g Rucola | ☐ 1 Chilischote rot |
| ☐ 2 Bio-Limetten | ☐ Pfeffer |
| ☐ 2 FeBio-Orangen | ☐ ½ TL Zucker |



ASIATISCHE RETTICH-SUPPE 4 Portionen

- | | |
|---|--|
| ☐ 300 g Fleischknochen vom Rind | ☐ 1 Rettich |
| ☐ 1 Lauch | ☐ 400 g Tofu |
| ☐ 2 Zehen Knoblauch | ☐ 1-2 Chilischoten (nach Geschmack) |
| ☐ FeBio-Ingwer (gleiche Menge wie Knoblauch) | ☐ 2 EL Sojasoße |
| ☐ Salz | ☐ 2 EL Sesamöl |
| ☐ Pfeffer | ☐ 2 EL Sesam, geröstet |
| | ☐ 2-3 Stiele frische Koriander |

DUTCH BABY 1 Pfanne

- ☐ 2 VonHier-Eier
- ☐ 25 g VonHier-Zucker
- ☐ 1 Prise Salz
- ☐ 1 EL Rum
- ☐ 90 g VonHier-Mehl
- ☐ 150 g VonHier-Milch

- ☐ ca. 20 g VonHier-Butter
- ☐ 1-2 FeBio-Orangen
- ☐ 20 g VonHier-Zucker
- ☐ ½ Vanilleschote
- ☐ etwas Zitronensaft
- ☐ Puderzucker zum Verziern



APFELKUCHEN MIT KARAMELL ca. 1 Blech

Für das Karamell

- ☐ 50 g VonHier-Zucker
- ☐ 20 g Wasser
- ☐ 30 g VonHier-Butter
- ☐ 60 ml VonHier-Sahne

Für den Boden und die Streusel

- ☐ 350 g VonHier-Butter
- ☐ 350 g VonHier-Zucker
- ☐ 700 g VonHier-Mehl

Für die Füllung

- ☐ 3 VonHier-Äpfel
- ☐ 250 ml VonHier-Milch
- ☐ 2 Pkg Vanillepudding
- ☐ 6 VonHier-Eier
- ☐ 500 g VonHier-Quark
- ☐ 500 g Frischkäse
- ☐ 150 g VonHier-Zucker



FRANZ-BRÖTCHEN ca. 8 Stück

Für den Teig:

- ☐ 300 g VonHier-Mehl Typ 550
- ☐ 30 g frische Hefe
- ☐ 40 g VonHier-Butter
- ☐ 120 ml VonHier-Milch
- ☐ 1 VonHier-Ei
- ☐ 40 g VonHier-Zucker
- ☐ ¼ TL Salz

Für die Füllung:

- ☐ 1 TL Zimt
- ☐ 75 g VonHier-Zucker
- ☐ 1 EL VonHier-Butter
- ☐ 1 VonHier-Eigelb
- ☐ 100 g VonHier-Butter (kalt)



HAND-PIES MIT NOUGAT ca. 15 Stück

Für den Teig:

- ☐ 220 g VonHier-Mehl
- ☐ 1 VonHier-Ei
- ☐ 70 g VonHier-Zucker
- ☐ 100 g VonHier-Butter
- ☐ 25 g VonHier-Joghurt, Natur

Für die Füllung:

- ☐ 1 VonHier-Eigelb
- ☐ 1 TL Speisestärke
- ☐ 60 ml VonHier-Milch
- ☐ 135 g Nougat
- ☐ Puderzucker zum Verziern



CHURROS MIT SCHOKOLADEN-DIP 4 Portionen

Für den Brandteig:

- ☐ 60 g VonHier-Butter
- ☐ ¼ TL Salz
- ☐ 200 ml Wasser
- ☐ 130 g VonHier-Mehl
- ☐ 3 VonHier-Eier

Zum Frittieren:

- ☐ 2 Liter neutrales Öl

Zum Verziern:

- ☐ Zimt- oder Vanillezucker
- ☐ Schokoladen-Dip:
 - ☐ 100 g VonHier-Sahne
 - ☐ 5 g VonHier-Butter
 - ☐ 100 g Vollmilch-Kuvertüre
 - ☐ Nach Geschmack etwas Zimt



**Bringt Farbe und
Frische ins Büro.
Business Ink Drucker.
www.offino.de**

offino 
BÜRO. INTELLIGENT GELÖST.



bürolösungen
systemlösungen
hotel- und wohnkonzepte
büro- und objekteinrichtungen

offino  location
offino  rooms

Offino Bürolösungen GmbH · Heisinger Straße 13 · 87437 Kempten



UNSER BIER

ALLGÄUER BÜBLE BIER



❁ UNSER BIER ❁ ALLGÄUER BÜBLE BIER ❁