Die Eschringer Home-Pages
Ausgabe 165
Oktober 2018

18.10.: Treffen der Geschichtswerkstatt Eschringen/VHS Halberg

Beim 6. Dorfgemeinschaftsfest hatte die Eschringer Geschichtswerkstatt ihr Jubiläumsjahr – vor 25 Jahren war sie im Anschluss an die 1100-Jahrfeierlichkeiten – gegründet worden mit dem Auftritt von Jacques Bistro ein erstes Highlight. Jacques alias Detlev Schönauer hatte wie gewünscht in seinem Vortrag auch lokale historische Bezüge eingebaut.

Angedacht sind nun noch 1-2 Veranstaltungen im November/Dezember, bei denen eine Auswahl an historischen Eschringer Fotos gezeigt werden soll, entweder als Einzelschau, oder in Kombination mit sehr unterschiedlichem Filmmaterial, das sich auf die 1100-Jahrfeier bezieht, und digitalisiert und neu geschnitten wurde. Unter anderem auch darüber soll am Donnerstag, den 18. Oktober, 19:30 Uhr, im Dorfgemeinschaftshaus beraten werden. Weiteres Thema wird die Drucklegung des nächsten Eschringer Heftes zu Flur- und Straßennamen sein.

Vermutlich wird auch Frau Judith Wiesen, Leiterin der VHS Halberg, zu Gast sein. Sie besucht im Herbst die jeweiligen Außenstellen

(red.)

Caritasausschuss der Pfarrei Heilige Veronika

Einladung an die osteuropäischen Betreuerinnen von Senioren

Am 13. Oktober von 14 bis 16 Uhr lädt der Caritasausschuss der Pfarrei Heilige Veronika nun schon zum fünften Mal die osteuropäischen Haushaltshilfen von Senioren zum Kaffeenachmittag ein, dieses Mal im Pfarrhaus Heckendalheim. In gemütlicher Atmosphäre, bei Kaffee und Kuchen haben die Damen und Herren Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Besonders viel Freude hatten sie bei den letzten Treffen daran, sich in ihrer Heimatsprache zu unterhalten und auszutauschen. Mitglieder des Caritasausschusses sorgen für eine leckere Kaffeetafel. Mit dem Nachmittag möchten wir uns dafür bedanken, dass Sie für alte oder pflegebedürftige Menschen da sind, obwohl das nicht immer einfach ist. Dafür, dass Sie den Mut haben, die eigene Familie für einige Zeit zu verlassen, um in einem fremden Land zu leben und sich ganz um Menschen zu kümmern, die sonst zu Hause nicht versorgt werden könnten.

Wir laden Sie ein zum gegenseitigen Kennenlernen, zum Gespräch untereinander und mit uns, zu Kaffee und Kuchen.

Am Samstag, den 13. Oktober 2018, von 14.00 bis 16.00 Uhr, im Pfarrheim in Heckendalheim, Pfarrer-Weiser-Straße 4 (direkt rechts an der Kirche vorbei nach hinten gehen). Wenn Sie abgeholt werden möchten, bitten wir Sie, bis Mittwoch, den 10. Oktober, Bescheid zu geben.

Pfarrbüro Heilige Veronika Ensheim
Telefon 06893/2237
E-Mail: Pfarramt.Ensheim@Bistum-Speyer.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr
Montag, Donnerstag und Freitag von 15.00 - 17.00 Uhr

Wir freuen uns auf Sie!

Wir bitten die Familien ihren Helferinnen diese kleine Auszeit zu ermöglichen. Kennen Sie jemanden in unserer Pfarrei? Machen Sie sie bitte auf den Termin aufmerksam!

(uk)

Veranstaltungen auf einen Blick

Oktober 2018

06	07:30	VdK	Jahresausflug, ehem. Gasthaus „Zur Post“
07	14:00	Bezirksrat Halberg	Seniorennachmittag, Sport- und Kulturhalle Ensheim
07	15:00	TuS-Fussball	TuS Eschringen – TuS Herrensohr 2, Sportplatz
16	18:30	FCS B2-Juniorinnen	1. FC Saarbrücken 2 – SV Bardenbach, Sportplatz
18	19:30	Geschichtswerkstatt	Treffen, Dorfgemeinschaftshaus
21	15:00	TuS-Fussball	TuS Eschringen – SV Walpershofen 2, Sportplatz
25	16:00	Kfd	Seniorennachmittag, Pfarrheim
28	13:00	FCS B2-Juniorinnen	1. FC Saarbrücken 2 – Wormatia Worms, Sportplatz

November 2018

04	14:30	TuS-Fussball	TuS Eschringen – Türkiyem Sulzbach, Sportplatz
11	15:00	TuS-Fussball	TuS Eschringen – FV Fechingen, Sportplatz
17	08:30	NABU	Nistkastenkontrolle und Säuberung, Ensheimer Tal
25	13:00	FCS B2-Juniorinnen	1. FC Saarbrücken 2 – 1. FFC Niederkirchen, Sportplatz

Reiseagentur
Daniela Jost
Pauschalreisen
Busreisen
Last-Minute
Tel. 0 68 93 / 7 02 37

Seniorennachmittag der Stadtteile Ensheim und Eschringen

Am Sonntag, dem 7.Oktober 2018, findet in der Sport- und Kulturhalle in Ensheim der diesjährige Seniorennachmittag für die Stadtteile Ensheim und Eschringen statt. Beginn ist um 14:30 Uhr, Einlass ist ab 14 Uhr. Für das leibliche Wohl gibt es kostenlos Kaffee und Kuchen sowie Schnittchen und Getränke. Ein buntes Rahmenprogramm verspricht wie auch in den letzten Jahren einen unterhaltsamen und gemütlichen Nachmittag. Dieser wird unter anderem gestaltet vom Jugendorchester MV Arion Ensheim. Die Bewirtung übernimmt der katholische Frauenbund und der Kirchenchor Ensheim. Bezirksbürgermeister Daniel Bollig und der Bezirksrat Halberg laden alle Seniorinnen und Senioren aus den genannten Stadtbezirken recht herzlich ein. Gäste aus Eschringen ohne eigene Fahrgelegenheit können sich gerne an Klaus Raabe Tel. 06893-3347 wenden.

(isw)

Protestantische Kirchengemeinde Ensheim-Eschringen-Mandelbachtal

Einladung zur Krabbelgruppe am 2. Oktober – Ein Treffpunkt für Kinder und Eltern

Die Krabbelgruppe trifft sich am Dienstag, den 02.10., um 10 Uhr. Neue Kursleiterin ist Elisabeth Weimerich.

Weiterhin ist Treffpunkt im großen Gruppenraum der Kreuzkirche in Ormesheim (Eingang über den Parkplatz hinter der Kirche).

Einladung zum Gottesdienst am 2. Oktober im cts-Seniorenhaus in Ormesheim

Am Dienstag, den 02.10.2018, findet um 16.00 Uhr im caritas-Seniorenhaus in Ormesheim

wieder ein Gottesdienst statt. Dieser ist öffentlich und kann von jedem besucht werden. Die evangelische Kirchengemeinde und die Caritas freuen sich auf Ihr Kommen.

Chortreffen am 2. Oktober

Am Dienstag, den 2. Oktober, trifft sich unser Chor zu einer weiteren Probe.

Wir treffen uns um 19.00 Uhr in der Kreuzkirche Ormesheim. Wir freuen uns auf viele „Sing-Begeisterte“, die unser Chorprojekt unterstützen möchten.

Einladung zum Gottesdienst am 7. Oktober in der Kreuzkirche Ormesheim

Am Sonntag, den 07.10.2018, laden wir um 10 Uhr zum Gottesdienst in die Kreuzkirche Ormesheim ein. Das Presbyterium und Pfarrer Glitt freuen sich auf Ihren Besuch. (hf)

Ausblick aufs Adventskonzert 2018

Die Sommerpause des Musikvereins „Lyra“ Eschringen ist vor wenigen Wochen zu Ende gegangen. Jetzt wird wieder eifrig geprobt für das Konzert am 3. Adventssonntag, 16. Dezember 2018, in der Eschringer Pfarrkirche St. Laurentius. In diesem Jahr ist der Musikverein unter der Leitung von Jürgen Nisius alleiniger Ausrichter und hat sich inhaltlich wieder einiges vorgenommen. „Gaudete“ (Freut euch!) lautet die Überschrift. Gaudete wird im Kirchenjahr traditionell der 3. Sonntag im Advent genannt. Was also liegt näher, als Sie – liebe Zuhörerinnen und Zuhörer – mit tollen Musikstücken auf die Weihnachtszeit einzustimmen. Ganz ohne Gesang geht’s dann doch nicht und wir freuen uns, dass mit Annika Weibel eine versierte Sängerin an diesem Abend ihr Mitwirken zugesagt hat. Annika Weibel geb. Peter ist Eschringerin und so bleiben wir quasi „unter uns“, es sei denn, Sie rühren wie in den vergangenen Jahren auch kräftig die Werbetrommel und sorgen dafür, dass die Eschringer Kirche richtig gut besetzt wird. Im Anschluss besteht erneut die Möglichkeit, am Kirchenportal miteinander ins Gespräch zu kommen und dem Namen des Tages die Ehre zu erweisen: Gaudete (Freut euch!)

(mw)

Wir suchen Austräger

die jeweils am Monatsende die Eschringer Home-Pages falten und austragen.

Infos unter
Tel. 0 68 93 - 65 53

Impressum:

Die Eschringer Home-Pages

Anzeigen- und Redaktionsschluss:
15. Oktober 2018

Verteilung:
alle Haushalte in Eschringen

Erscheinungsweise:
monatlich – 650 Stück

Chefredakteur:
Roland Schmitt

Anzeigen-/Satz, Layout:
Jean-Louis Güth

Marketing/ Digital-Druck:
Stefan Vogelgesang

Annahmestelle:
Vogelgesang, Ensheim

Herausgeber:
Arbeitsgemeinschaft Eschringer Vereine e. V.

Kontakt:
homepages@eschringen.de
Tel. 65 53 S. Vogelgesang

Notfall dienst

Notarzt Tel.	**19222**
Feuerwehr	**Tel. 1 12**
Polizei Tel.	**1 10**
ASB	**Tel. 06 81-880040**
Krankenhaus Halberg	**Tel. 06 81-8892711**
Krankenhaus Winterberg	**Tel. 06 81-96 30**
Frauenhaus	**Tel. 08 00-1110111**
Vergiftungen	**Tel. 06841-19240**
Gem. Praxis Ensheim	**Tel. 06893-1212**

Für die Richtigkeit dieser Angaben übernimmt die AG keine Gewähr!

02.09: Ein grauer Himmel kann uns die Laune nicht verderben!

6. Dorfgemeinschaftsfest wieder ein voller Erfolg

Am Vortag schien beim Aufbau der Zelte und Stände noch die Sonne, und am eigentlichen Festtag – beim traditionellen Frühschoppen, wieder kompetent und schwungvoll vom Musikverein „Lyra“ Eschringen gestaltet, – erhob sich über dem Eschringer Festplatz ein blauer, mit freundlichen Wolken versetzter Himmel. Doch leider trübte es sich zum Mittag hin ein. Und die folgenden Stunden blieb es weitgehend grau – was aber die allgemein positive Stimmung nicht wirklich beeinträchtigen konnte. AG-Vorsitzender Arno Schmitt freute sich, dass Oberbürgermeisterin Charlotte Britz den Weg nach Eschringen gefunden hatte; auch Bezirksbürgermeister Daniel Bollig und Pfarrer i. R. Fridolin Flieger zählten zu den Ehrengästen.

Die in der AG Eschringer Vereine e. V. versammelten Vereine hatten zeitig ihre Stände besetzt: die NABU-Ortsgruppe Eschringen-Ensheim servierte ab dem Mittag die beiden Hauptgerichte, Gefüllte sowie Rollbraten, der von der CDU-Ortsgruppe und dem MV „Lyra“ betreute Rost- und Currywurst-Stand war bis in die Abendstunden gefordert, ebenso der von der Freiwilligen Feuerwehr besetzte Bier- & Getränkestand. Überdurchschnittlich gute Umsätze konnte der VdK-Weinstand verbuchen. Etliche BesucherInnen zogen angesichts eher lauer Temperaturen süffige Weine dem kühlen Gerstensaft vor. Ein neu aufgestelltes Team kümmerte sich vorbildlich um die Kaffee- und Kuchentheke; ein großer Dank geht diesbezüglich an die zahlreichen BäckerInnen, die über 30 Kuchen und Torten gespendet hatten! Eher im Hintergrund, aber unverzichtbar, bestückte ein TuS-Team die Spülmaschine.

Am Nachmittag startete dann das weitere kulturelle Programm. Die Eschringer Geschichtswerkstatt/VHS Halberg hatte anlässlich ihres 25-jährigen Bestehens den Comedian und Kabarettisten Detlev Schö-

nauer alias Jacques Bistro für einen Auftritt der besonderen Art verpflichtet. Der liebenswerte Mann mit der Baskenmütze kannte sich offenkundig mit der regionalen und lokalen Geschichte bestens aus, vergnügte das aufmerksam lauschende Publikum mit witzigen und hintergründigen Geschichten und Anekdoten, scheute sich nicht, auch das für Nachbardörfer typische Konkurrenzverhältnis am Beispiel Ensheim – Eschringen auf die Schippe zu nehmen.

Einen fließenden Übergang gab es dann zum Duo Franz Raab & Ricardo Angel-Peters. Raab, der als virtuoser Gitarrist und Sänger bereits 2016 beim Dorfgemeinschaftsfest für Furore gesorgt hatte, wurde nunmehr durch einen rundum humorigen Kompagnon ergänzt: einen exquisiten Saxophonisten und Sänger, der auf sensationelle Weise Peter Maffay in seiner typischen Art singen ließ. Nach dem Motto „Augen zu und durch“ intonierten die beiden fast die ganze Maffay'sche Hitpalette: von „Du“ über „Josie“ bis hin zu „Und es war Sommer“ und „Über sieben Brücken musst Du gehen“. Sie unterhielten das geneigte Publikum aber auch mit Instrumentalklassikern wie z. B. „Apache“ oder SANTANAs „Europa“. Zum Ausklang ihres makellosen Auftritts ließen es Raab und Angel-Peters etwas

härter angehen, was vor allem die jüngeren bzw. „mittelalterlichen“ Gäste erfreut haben dürfte. Da erklangen u. a. Hardrock-Gassenhauer wie „Highway To Hell“, „Stairway To Heaven“ oder „Smoke On The Water. Da begeisterten Raab als Sologitarrist und Angel-Peters als fulminante Rockröhre!

Der Jahreszeit angemessen dunkelte sich der Festplatz nach und nach ein, und es wurde auch merklich kühler. Ein durch und durch gelungenes Fest im Zeichen der Dorfgemeinschaft ging langsam zu Ende. AG-Vorsitzender Arno Schmitt zollte den Aktiven der einheimischen Vereine zum Abschluss ein großes Lob, würdigte auch das Engagement vieler ehrenamtlicher HelferInnen, die z. B. bei der Kaffee- und Kuchentheke oder dem Flammkuchenstand die altbewährten Kräfte ersetzten bzw. ergänzten. Toll, dass vor allem NeubürgerInnen sich ohne größere „Berührungsängste“ in die jeweiligen Teams integriert hatten!

Dieses solidarische Erlebnis kam auch am Montag, dem Tag des Abbaus, zum Tragen. Da hatte es nämlich im Vorfeld Bedenken gegeben, ob es genügend HelferInnen gäbe, die tatkräftig mitwirken würden. Und: Es gab sie in ausreichender Besetzung. Also, auf ein Wiedersehen 2020!

(rs)

Anzeige

Presse emma

Mittwochnachmittag geöffnet!

Postbank
Postagentur
Lotto, Toto
Tabak
Schreibwaren
Geschenkartikel
Neckermann-Agentur

Huy + Ziplies GbR
Provinzialstr. 92
66130 Fechingen
Telefon (0 68 93) 24 25
Telefax (0 68 93) 24 85

P
Parken am Haus!

Öffnungszeiten:
Mo., Mi., Do. und Fr. 8:15 – 12:30 Uhr
und 14:00 – 18:00 Uhr
Dienstag u. Samstag 8:15 – 12:30 Uhr

Eschringer Schwimmerin erfolgreich

Unsere 17-jährige Nachwuchsschwimmerin Caroline Utzig war in der vergangenen Woche Mitglied einer deutschen Junioren-Auswahl, die die DLRG bei den Atlantic Games in St. Nazaire vertrat.

Nachdem Caroline bereits zu Beginn des Jahres von der Bundestrainerin zu einem Pool-Länderkampf in Belgien nominiert wurde, waren am und im Atlantik ihre Fähigkeiten in den Ocean-Disziplinen gefordert.

Caro rechtfertigte ihre Nominierung mit starken Einsätzen in der Board. u. der Taplin Staffel, die beide siegreich waren. Auch am 2. Platz im Board Rescue Race hatte sie großen Anteil.

Neben diesen 3 Medaillen gewann sie zudem die Gesamtwertung mit dem deutschen Team und zeigte auch in ihren Einzelstrecken gute Leistungen. Gratulation an Caro zu diesem Erfolg!

(fb)

TuS richtete Mini-Turnier aus

10 Mannschaften auf dem Sportplatz

Wie in der letzten Ausgabe der „Homepages“ berichtet, versuchen wir in Eschringen den Jugendfußball wieder zu etablieren. Das ist schwierig genug, auch weil diese Vereinssparte lange brach lag und es jetzt gilt, wieder bei „null“ anzufangen!

Von daher hatten wir die Idee, durch die Ausrichtung eines Mini-G-Jugend-Turniers, zunächst nochmal als TuS Eschringen im Jugendfußballbereich auf sich aufmerksam zu

Anzeige

vogelgesang Das Fachgeschäft in Ihrer Nähe !
Ihr Spezialist für TV, Sat und Hausgeräte

vogelgesang
Ihr Spezialist für Alarm- und Sicherheitstechnik

Sicherheit für Ihr Haus

Zögern Sie nicht bei diesem wichtigen Thema der Gegenwart.

Hauptstraße 42 66131 Ensheim Tel. 0 68 93 / 65 53
Adenauerstraße 62 66399 Ormesheim Tel. 0 68 93 / 83 74 80

www.vogelgesang.saarland

machen. Zum zweiten wollten wir den Eschringer Kindern und deren Eltern den „Geschmack“ am Jugendfußball durch diese Initiative vermitteln.

Vor diesem Hintergrund fand am 15. September dieses Jahres ein offizielles Turnier des Saarländischen Fußballverbandes auf unserem Sportplatz statt.

Ergebnisse unter www.tus.eschringen.de.

Das Wetter meinte es gut mit uns und so konnten insgesamt 10 Mannschaften in zwei 5-er-Gruppen ihre Spiele unter hervorragenden Rahmenbedingungen austragen. Der erste Schritt ist somit gemacht, nun müssen wir versuchen, aufbauend auf dieser Bewerbung des Jugendfußballs, in Eschringen eine Mini-Mannschaft auf zu bauen!

Da gilt es sicherlich behutsam vor zu gehen und einen langen Atem zu bewahren!

Ich bedanke mich ganz herzlich bei denen, die jetzt schon den Jugendfußball beim TuS mit Rat und Tat unterstützen.

Herzlichen Dank auch an alle, die durch Ihr Engagement zum Gelingen des Mini-Turniers beigetragen haben! (hb)

„Post reloaded“: Kleinkunst-Konzerte neu aufgelegt

Interview mit „Macher“ Roland Schmitt

HP: Seit dem letzten Dorfgemeinschaftsfest gibt es Gerüchte, demnach Du wieder Folk- und Blues-Konzerte in der alten Schule organisieren willst. Ist da was dran? Du hattest ja vor ein paar Jahren offiziell „Das war's“ gesagt.

RS: Tja, vor zwei Jahren hatte ich ehrlich gesagt keine Lust mehr. Da gab's zwei tolle Konzerte mit MY DARLING CLEMENTINE, dem Country-Duo mit Michael Weston King aus Birmingham, der mit Frau und

Anzeige

Öffnungszeiten:
tägl. von 11.30 – 14.00 + 17.30 – 23.30 Uhr
Dienstag Ruhetag außer an Feiertagen!
Wir nehmen Bestellungen ab 10.30 Uhr entgegen!

Bel Paese
Da Marcello
Pizzeria - Heimservice
Hauptstraße 15, 66130 Eschringen,
Telefax 8010867
Telefon 06893-70640/41
Speisekarte online unter www.speisekarte24.de
Alle Gerichte zum Mitnehmen!
Sommerterrasse mit Platz für ca. 80 Personen.

Tochter aufgetreten war, und Andy Irvine, einer irischen Folk-Legende. Zu seinem Auftritt waren leider nicht so viele Fans (auch von außerhalb) gekommen wie ich es erwartet und erhofft hatte. Den Entschluss, unsere kleine Konzertreihe einzustellen, kam aber Monate später. Bislang hatte es keine finanziellen Forderungen seitens der (deutschen) Künstlersozialkasse (KSK) gegeben. In der Regel hatte ich ja auch fast ausnahmslos Interpreten von britischen Inseln und aus Frankreich geholt. Nun stellte aber die neu aufgestellte KSK ihren Gebühreneinzug nach veränderten Kriterien auf, und Anfang 2017 erhielt ich eine mehrseitige, restriktiv formulierte Nachzahlungsrechnung. Da war ich erst mal bedient.

HP: Und was bewog Dich zum Umdenken?

RS: In gewisser Weise ein Ur-Eschringer, nämlich Zippo Zimmermann. Er wollte schon immer mal in der alten Schule, also dem Dorfgemeinschaftshaus auftreten, und da wollte ich ihm natürlich keine Steine in den Weg legen. Sein Konzert im Trioformat (wenn auch als „Solo-Zippo“ deklariert) war ein schöner Erfolg, und es hatte auch keine bürokratischen Hemmnisse gegeben.

HP: Die neue Konzertreihe nennst Du „Post reloaded“. Weshalb?

RS: Immer wieder treffe ich bei auswärtigen Konzerten Künstler, die mit Eschringen und vor allem der alten und legendären Spielstätte, dem Gasthaus „Zur Post“, sehr intensive und positive Erinnerungen verbinden. Ende Juni dieses Jahres besuchte ich einen Gig von Julian Dawson, dem englischen Singer/Songwriter, der vor allem als Produzent von BAP-Chef Wolfgang Niedecken hierzulande bekannt geworden war. Er schwärmte von seinem Auftritt 2007 im alten „Post“-Saal und wollte wissen, ob er dort nochmals spielen könnte. Das musste ich ja leider verneinen, aber als ich ihm spontan die alte Schule anbot, sagte er gleich: „Machen wir!“. Nun tritt Julian im Dezember in Stuttgart auf und schlug vor, in diesem Rahmen auch nach Eschringen zu kommen. Schließlich sollte dann auch sein neues Soloalbum fertig sein.

HP: Hast Du noch andere ehemalige „Post“-Künstler in petto?

RS: Klar, Charlie Hart war ebenfalls 2007 in der „Post“, als sideman (Fiddle und Akkordeon) von Chris Jagger, und er erinnert sich auch sehr gerne an diese einzigartige „location“. Die beiden würden gerne im März 2019 zu uns nach Eschringen kommen. Chris kennt auch schon den Schulraum, war 2012 mit seinem Trio dort und ist ja fast jährlich bei mir zu Gast.

Im Gespräch bin ich inzwischen auch mit Robin Laing, dem schottischen Barden und Whisky-Entertainer, und Seán Tyrrell, dem irischen Folksänger und -Poeten, der seinerzeit ohne Gesangsanlage in der „Post“ auftreten musste (er und sein Kumpel hatten sie in Kusel vergessen!) und von der (dadurch notwendigen) Konzentration und Ruhe des Publikums begeistert war.

HP: Na, dann hoffen wir das Beste und freuen uns auf die künftigen Konzerte im Dorfgemeinschaftshaus.

RS: ...nach dem Motto „Sag niemals nie“!

(rs)

Unsere Kräuterküche:

Ein unechter wohlschmeckender „Franzose“

Das Knopfkraut oder Franzosenkraut mag Gärtner zur Verzweiflung bringen, doch das wohlschmeckende und sehr gesunde Gemüse hat viel Potential für kulinarische Experimente.

Wir kennen zwei Sorten: das eher kahle kleinblütige Knopfkraut und das behaarte Knopfkraut, dessen Name sich von den längeren Drüsenhaaren an der Blütenhülle und den behaarten Blättern und Stielen herleitet. Beide Arten lassen sich in der Küche auf gleiche Weise verwerten. Wegen seiner schmackhaften Blätter wurde das Knopfkraut noch vor wenigen Jahren in Frankreich landwirtschaftlich angebaut. Unsere Nachbarn nennen es „Russenkraut“. Der bei uns gebräuchliche Name „Franzosenkraut“ stammt aus der Zeit des Napoleonischen Feldzugs (1812). Weil die Pflanze sich wegen ihrer Vermehrungsfreude damals in Deutschland stark verbreitete, glaubte man, die Franzosen hätten sie mitgebracht. Tatsächlich aber liegt ihr Ursprung in Südamerika.

Die Abneigung der Bauern und Gärtner vor dem „Franzosen“ liegt an seiner extremen Vitalität. Eine einzige Pflanze kann bis zu 100.000 Samen hervorbringen. Kaum vier Wochen nach dem Keimen beginnt das Kraut schon wieder zu blühen. Die Selbstbestäuber sind auf Insekten nicht angewiesen und schaffen bis zu drei Generationen pro Jahr. Wildkrautfreunde betrachten das Knopfkraut

als leckeren Vitamin- und Mineralspender. Geschmacklich kommt es dem Kopfsalat nahe, ist jedoch sehr eiweißhaltig und reich an Mineralien, darunter hauptsächlich Kalium und Phosphor, und es enthält fünfmal mehr Magnesium und elfmal mehr Calcium als eine vergleichbare Menge Kopfsalat. Auch bei den Vitaminen hat es die besseren Karten und bringt viermal mehr Vitamin A und neunmal mehr Vitamin C auf den Teller. Das Franzosenkraut gilt als eine der eisenhaltigsten Pflanzen, übertrumpft den Kopfsalat um das zwölffache. Auch Mangan ist reichlich enthalten. Mangan ist wichtig für die Stärkung des Knochen- und Bindegewebes und reguliert den Fett- und Kohlehydratstoffwechsel.

Da das sehr gesunde Kraut bis in den November hinein zu finden ist, stellen wir hier einen herbstlichen Kräutersalat vor, der mit Vogelmiere und Labkraut angereichert werden kann. Alle drei Kräuter sind mild im Geschmack, weich und zart im Blattgrün.

Das Rezept:

1. Vogelmiere in mundgerechte Stücke schneiden
2. Die abgezupften Blätter vom Labkraut und Franzosenkraut dazu geben
3. Für die Sauce Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zwiebel verkleppern und über den Salat geben
4. Zur Dekoration Walnüsse grob hacken und über die angerichteten Teller streuen.

Guten Appetit zu diesem gesunden Salat aus selbst gesuchten wilden Kräutern! (WA)

Foto: Wikimedia Commons, Kleinblütiges Knopfkraut Foto AnRo0002

Anzeige

KAROSSERIE JOST FACHBETRIEB

Karosserie • Instandsetzung • Lackierung

Hauptstraße 63
66130 Eschringen
Tel 0 68 93 / 27 50
www.karosserie-jost.de
E-Mail: service@karosserie-jost.de

Qualitätsmanagement ISO 9001:2008
Regelmäßige freiwillige Überwachung
DEKRA Certification
DEKRA zertifiziert

Karosserie Fachbetrieb

WSV
BERATENDE INGENIEURE

Unser Maß aller Dinge
ist Ihre Zufriedenheit

Daher unterstützen wir Sie in allen Fragen des Tiefbaus – von der Planung bis zur Umsetzung:

- Infrastruktur
- Stadtentwässerung
- Ingenieurbauwerke
- Verkehrsanlagen
- Vermessung

WSV Beratende Ingenieure GmbH
Heinrich-Barth-Str. 31
66115 Saarbrücken
Tel.: 0681 950833-0

www.wsv-ingenieure.de

Sie brauchen nicht mehr zum TÜV...

...auch wir prüfen Ihr Fahrzeug.
PKW...LKW...BUS...KRAD

VERTRAGSPARTNER GTÜ WALTER

66130 Sbr.-Eschringen • In der Kimmbach 1
Tel. 0 68 93 / 7 09 16
66333 Völklingen • Nordring 99a
Tel. 0 68 98 / 8 52 08 31
www.isv-walter.de

ING.-&SACHVERSTÄNDIGENBÜRO WALTER