

Marktleben

Der Genuss in unserer Region.



Stadtliebe
Großes Reinemachen
Eine ganze Flotte Feger

Erdäpfel
Leidenschaftlicher Bauer
Allein unter Frauen

Kreuzbrötchen
Echte Völkerverständigung
Bakerman Berger

Küchenkunst

Jetzt wird Zukunft zubereitet



Liebe Leserin, lieber Leser,

„Und plötzlich weißt du: Es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.“ So alt das Zitat von Meister Eckhart, dem mittelalterlichen Philosophen, auch sein mag, so schön ist es auch heute noch. Denn wer kennt es nicht, das Gefühl von Neubeginn, mit diesem ganz besonderen Prickeln und dem Wunsch, endlich loslegen zu können.

Im Lautertal haben wir uns mit einem getroffen, für den die Zeit reif war, Neues zu beginnen: Gastronom Marc Winter. Mit einer Menge Enthusiasmus hat er in Offenhausen den *Gestütsgasthof* aus dem Dornröschenschlaf geholt und füllt das Haus jetzt mit einer schwäbischen Küche, frisch und modern interpretiert.

Apropos Küche: Für alle, die sich zwischendurch auch gerne mal selbst an den Herd stellen, haben wir einen Kartoffelbauern mit echter Leidenschaft für seine Knollen besucht. Sein Erfolg heute spiegelt das Vertrauen, das er vor über 30 Jahren in seinen Unternehmensbeginn gelegt hat. Wir durften in die Backstube einer Bio-Bäckerei schauen, um herauszufinden, wie ein englisches Traditionsgebäck den Weg nach Reutlingen gefunden hat. Und weil diese Geschichte so britisch ist, haben wir sogar dafür mit unserem Credo – *Marktleben* frei von Anglizismen zu gestalten – gebrochen.

Wenn auf den nächsten Seiten der Vorfrühling hier und da schon aufblitzt, dann lohnt es sich, die Wanderstiefel zu schnüren. Ob in den Wäldern oder inmitten städtischer Natur, wir werden gerne erwartet. Und wenn wir gleich zweimal Menschen vorstellen, die sich mit ihrem Tun für unseren Seelenfrieden stark machen, mag auch das gut in unsere erste *Marktleben*-Ausgabe im noch jungen Jahr passen. Vielleicht entdeckt ja so mancher darin den Zauber eines Neubeginns.

Ihr Marktleben-Redaktionsteam

Inhalt



Marktleckereien
Jetzt ist Salatsaison! 3

Wegweiser
Fit bis nach innen 3

Frühlingskraut
Wald des Erwachens 4

Vertrauensübung
Verbindung zur Quelle 6

Pilzküche
Chapeau – Hut ab! 7

Küchenkunst
Jetzt wird Zukunft zubereitet 8

Kreuzbrötchen
Bakerman Berger 11

Erdäpfel
Allein unter Frauen 12

Fasnachtslaune
Narrentreiben von Albstadt bis Zwiefalten 14

Rundherum
Naturgeschehen auf unserer Erde, bewegte Einblicke in Frauenleben, gemeinsam für eine lebenswerte Zukunft 14

Stadtliebe
Eine ganze Flotte Feger 15

Impressum

Herausgeber & Konzeption: Olschewski Grafik & Gestaltung, Reutlingen, Fon 0 71 21 - 38 19 67, info@marktleben.de
Layout: Christine Olschewski
Text: Jochen Frank, Christine Olschewski
Fotos: Jürgen Lippert Photography (1, 2, 3/Claudia Veith, 8-11), Adobe Stock (2-5, 11, 5, 14, 15); Beate Armbruster Fotografie Gestaltung (12/Traktor), Olivier Gonnet/Das große Patt/Wildlife Photographer of the Year, Zodiac Pictures/Heldin (14)
Druck: Druckerei Raisch, Reutlingen



Wegweiser

Fit bis nach innen

Begonnen hat es mit der Kinesiologie. Mit der Methode, die es mithilfe von Muskeltests erleichtert, Schwachstellen oder Stressquellen aufzuspüren, begann für Claudia Veith der Weg, immer neue Methoden zu entdecken, mit



denen man nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich fit wird.

Sie hat herausgefunden: „Es beginnt mit dem Körper, dann entdeckt man, dass es geistige Paradigmen und Glaubensmuster sind, die ihn belasten, und dann schaut man noch tiefer. Erst dort entdeckt man eine Vertrautheit mit sich selbst, die wirklich stark macht gegenüber all den äußeren Einflüssen, die uns sorgenvoll machen und schwächen.“ In Tagesseminaren, Abendkursen und Einzelterminen gibt sie Methoden weiter, die helfen, den eigenen inneren Frieden zu finden. So am 15. Februar: „Finde dein inneres Glück – Startschuss für die Seele“. Alle Infos dazu finden sich auf veith-kinesiologie.de.

Marktleckereien



Jetzt ist Salatsaison!

Sommerzeit ist Salatzeit? „Ja auch“, könnte man sagen. Doch wenn's sich um den Ackersalat dreht, dann ist Winterzeit Salatzeit und das aus heimischem Anbau. Mitten in den frostigen Monaten trotzten die kleinen, grünen Blätter im Freiland der

Kochkunst kann im Garten geernteter Salat sein, der in letzter Minute gewürzt wurde.
Paul Bocuse (1926 – 2018)
Französischer Koch und Gastronom

Kälte und das bei bis zu minus 15 Grad! Apropos trotzdem: Funde von Feldsalatsamen in den Pfahlbauten am Bodensee beweisen, dass der Ursprung der Wildpflanze bis in die Jungsteinzeit zurückgeht.

Viel nussige Aromen stecken in den Pflänzchen und begeistern damit wohl so ziemlich jeden Salatfreund. Zugegeben, Ackersalat ist etwas aufwendiger zu put-

zen, denn niemand möchte auf Reste von Sand beißen, der oft zwischen den Blättern sitzt. Aber die Mühe lohnt sich. Neben dem feinen Geschmack steckt in den kleinen Blattrosetten – bestehend aus bis zu 20 Blättern – auch viel Gesundes. Eine Menge Vitamine und auch Mineralstoffe machen den Salat – den die Schweizer übrigens liebevoll „Nüsslisalat“ nennen, so wertvoll.

Wie bei allen Blattgemüsen macht es Sinn, Ackersalat aus ökologischem Anbau zu wählen. Hier sind die Nitratgehalte deutlich niedriger, als bei Salaten aus konventionellem Anbau mit intensivem Düngereinsatz. Am besten schauen Sie auf Wochenmärkten oder beim Gemüsehändler nach den blättrigen Wintervitaminen – da gibt's das beste Angebot.



Arbach Park
Wohlfühlen erleben

Arbach Park in Pfullingen
Fertigstellung 2025:

2- und 3-Zimmer-Wohnungen (60 - 90 m²)

- Lebenslanges Wohnen im eigenen Zuhause, dank Tagespflege der Kepler-Stiftung
- Energiekostensicherheit dank Geothermie und Photovoltaik
- Kindertagesstätte mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt



Jetzt online Wunschwohnung konfigurieren und Eigentümer werden!

www.urbach-park.de/kaufen

Ein Projekt der Schöller SI GmbH | www.schoeller-si.com



TAGESKURS:
„ICH BIN DAS GLÜCK“
STARTSCHUSS FÜR DIE SEELE

Wann: Sa., 15. Feb. 2025
10:00 - 17:00 Uhr

Wo: Claudia Veith Kinesiologie
Berggasse 157
72762 Reutlingen

JETZT BUCHEN!

CLAUDIA VEITH
KINESIOLOGIE
AKADEMIE - CONSULTING
Entdecke Deine Einzigartigkeit.

Claudia Veith
Berggasse 157
72762 Reutlingen

Tel.: 0172-7039706
claudia@veith-kinesiologie.de
<https://veith-kinesiologie.de>



Wenn der Frühling seine Fühler ausstreckt, steht schon der Bärlauch in den Startlöchern. Wer jetzt den richtigen Riecher hat, sammelt dann das Wildkraut selbst und genießt besondere Aromen.

Wald des Erwachens

Was erinnert eigentlich heute noch an den Bären, der einst auch durch unsere Wälder streifte? Tatsächlich wohl wenig. Außer vielleicht eine Legende, die vor allem im nahenden Frühling wieder sprießt. Danach sollen es die großen Pelzträger gewesen sein, die sich nach ihrem Winterschlaf an besonders vitaminreichen Blättern bedient haben – was ihnen zu Bärenkräften verhalf und dem Bärlauch zu seinem Namen. So die Legende.

Grünes Blättermeer

Wer sich heute die Wanderstiefel schnürt, um durch unsere Wälder zu spazieren, kann – je nach Witterung – Mitte Februar bis Mitte März die ersten Bärlauchblätter entdecken. Schnell verwandelt die Frühlingssonne, die durch die noch kahlen Bäume strahlt, den Waldboden in ein grünes Meer aus Bärlauch. In Buchenwäldern bilden die Wildkräuter besonders oft ganze Blätterteppiche. Aber auch in anderen Laubwäldern ist Bärlauch unter Ahorn, Eschen, Ulmen und

Eichen zu finden. Dass die krautige Pflanze zu den Lauchgewächsen gehört, verrät schnell der Duft, den die lanzettförmigen Blätter in den Wäldern verströmen – Knoblauch, Schnittlauch und Zwiebeln gehören damit zur Verwandtschaft.

Leckeres Küchenkraut

Bereits vor 5.000 Jahren soll Bärlauch schon als Küchen- und Heilkraut bekannt gewesen sein. Nachdem er eine ganze Weile in Vergessenheit geraten war, gewinnt er nun immer mehr Freunde. Zu Recht, denn das Frühlingskraut hat sich als gesundes Lauchgemüse entpuppt, das reich an Mineralstoffen wie Eisen, Magnesium und Mangan ist. Außerdem toppt Bärlauch mit viel Vitamin C – vor allem in rohem Zustand. Mit seinem knoblauchartigen Geschmack mischt er toll in frischen Salaten mit und lädt als Gemüse zu vielseitiger Kreativität in der Küche ein. Und wer sein Aroma noch über die Frühlingszeit hinaus genießen möchte, findet im Handel eine ganze Reihe von Produkten verfeinert mit Bärlauch.

Sobald der Bärlauch blüht, endet die Bärlauchernte – doch die hübschen Blüten sind dann eine leckere, essbare Dekoration



Kartoffel-Gnocchi mit Bärlauchbutter

Zutaten (4 Personen):

250 g mehligkochende Kartoffeln • 4 EL Butter • 60 g Parmesan • 400 g Ricotta • 2 Eier • 150 g Mehl • Mehl zum Bestäuben
Salz • frischer Pfeffer • 100 g Bärlauch

Zubereitung:

- 1 Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser circa 20 Minuten kochen. 1 EL Butter schmelzen. 2/3 Parmesan reiben. Ricotta, Eier, geriebenen Parmesan, 1/2 TL Salz, 150 g Mehl und flüssige Butter verrühren. Kartoffeln abgießen, mit einer Gabel oder einer Kartoffelpresse fein zerdrücken und unter die Ricottamasse rühren (es entsteht ein ziemlich weicher Gnocchiteig). Kalt stellen und mindestens 30 Minuten quellen lassen.
- 2 Mit zwei Esslöffeln vom Teig kleine Gnocchi abstechen und nebeneinander auf eine dick mit Mehl bestäubte Platte legen. Etwa 1 Stunde kalt stellen. Bärlauch waschen, trocken schütteln, Stiele entfernen und sehr fein hacken.
- 3 Gnocchi portionsweise in kochendem Salzwasser circa 4 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Fertige Gnocchi mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.
- 4 3 EL Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Gnocchi darin unter Wenden kurz braten. Mit Salz und frischem Pfeffer würzen und Bärlauch unterheben. Restlichen Parmesan darüberhobeln und in großen Pastatellern servieren.

Achtsames Sammeln

Ganz genau hinschauen und riechen! Das ist das oberste Gebot beim Sammeln von Bärlauch. Denn die Bärlauchblätter ähneln denen des Maiglöckchens, der Herbstzeitlose und den jungen Blättern des Gefleckten Aronstabes. Alles hochgiftige Pflanzen, die lebensgefährliche Vergiftungen beim versehentlichen Genuss auslösen können. Am besten macht man, auch als kräuterkundiger Mensch, den Geruchstest, indem man die Blätter zwischen den Fingern zerreibt. Den typischen Knoblauchgeruch verbreiten dabei nur Bärlauchblätter.

Da das Frühlingskraut sehr druckempfindlich ist, halten sich die Blätter nur für kurze Zeit frisch. Deshalb macht es Sinn, nur so viel zu sammeln, wie man in der Küche frisch verarbeiten möchte. Außerdem sollten pro Pflanze nur ein oder zwei Blätter geerntet werden, damit sich die Zwiebel im Boden weiter vermehren kann. Echte Bärlauchliebhaber können das Wildkraut natürlich auch im eigenen Garten anbauen – er bevorzugt einen schattigen Standort auf feuchtem, nährstoffreichem und kalkhaltigem Boden.

Wenn im April die weißen, sternförmigen Bärlauchblüten erscheinen, werden die Blätter bitter und schmecken nicht mehr. Doch die Blüten bleiben noch ein Genuss für's Auge – auch als hübsche, essbare Deko.



Bärlauchblätter kann man als **Kräuter** vielseitig genießen. Feingeschnitten bringen sie zum Beispiel Pepp in bunte Salate, schmecken lecker auf einer Scheibe Brot mit Frischkäse oder Quark und lassen sich wunderbar in Dips, Kräuterbutter oder auch Gemüsesmoothies verarbeiten.

Alle, die Lust auf das lauchige Aroma haben, werden das Wildkraut auch als **Gemüse** schätzen. Ob Suppe, Quiche, Gemüsepfanne, Pasta, Gnocchi oder Risotto – Bärlauch passt einfach in die Gemüseküche. Grundsätzlich gilt: Je kürzer die Garzeit, desto mehr Vitamine stecken noch in den Blättern.



Wer **Pesto** liebt, kann auch zum Bärlauch greifen. Bärlauchpesto ist eine feine Alternative zu der meist aus Basilikum hergestellten Würzsauce. Ein herkömmliches Pestorezept lässt sich hierfür abwandeln. Außerdem finden sich Pesto und auch **Senf** verfeinert mit Bärlauch im Handel.

Nicht nur als frisches Gemüse schmeckt Bärlauch lecker zu **Nudeln**. Die Wildkräuter werden auch in Nudelteig verarbeitet – so wie wir das mit Steinpilzen oder anderem kennen. Mit einer feinen Sauce aus sonnenreifen Tomaten schmeckt dann der Frühling auch noch im Sommer.



Auch vor **Käse** macht der Bärlauch nicht Halt. Ganz unterschiedliche Käsesorten werden mit dem Frühlingskraut verfeinert: vom kräftigen Schnittkäse, über Brie bis hin zum Frischkäse reicht das Angebot. Letzteres lässt sich dabei auch ganz leicht selbst zubereiten.

Auch als **Heilpflanzensaft** sind die positiven Wirkungen des Bärlauchs bekannt. Viele Inhaltsstoffe, besonders die schwefelhaltigen Verbindungen und Flavonoide, haben einen positiven Einfluss auf die Blutfettwerte und unterstützen so die Funktion von Herz und Blutgefäßen.



FIT FÜR DEN FRÜHLING?

Teste jetzt dein Wissen mit dem NABU-Vogeltrainer!

WWW.VOGELTRAINER.DE

Die Katholische Erwachsenenbildung in Reutlingen bietet eine Fülle von Möglichkeiten, Entspannung und Energie für Körper, Geist und Seele zu finden. Eine neue Meditationsmethode verbindet naturheilkundliches Wissen und christliche Spiritualität.

Verbindung zur Quelle

Unruhige Zeiten? Für alle, die mal richtig zur Ruhe kommen möchten, haben zwei Reutlinger eine neue Meditationsmethode entwickelt. Der Mediziner und der Theologe verbinden dabei naturheilkundliches und theologisches Wissen.

Loslassen, das eigene Gewicht der Erde anvertrauen: So beginnt eine Reise hinein in ein inneres Erleben. Mit dem Heben und Senken der Bauchdecke verbindet sich ein Gefühl, als würde ein Baby auf den Armen seiner Mutter gewiegt. Es ist das Erleben von Getragenheit, von Vertrauen. Damit beginnt jede Art des Gesundwerdens, das ist die Erkenntnis des Arztes und Psychotherapeuten Dr. Stefan Steinert aus Reutlingen. Und es ist auch der Beginn christlicher Spiritualität, so ergänzt der Theologe Dr. Jochen Frank. Zusammen haben sie eine Methode entwickelt, die sie *Ganzheitliche Christliche Meditation* nennen.

Die fünf naturheilkundlichen Elemente Erde, Holz, Feuer, Metall und Wasser – sie stehen für unterschiedliche Aspekte des Lebens

Urvertrauen spüren

Unsere Haltung, in der wir Menschen und Situationen begegnen, unser Lebensmut, unsere Bereitschaft, kreative Lösungen zu finden, das ist alles verbunden mit einem meist unbewussten Körpergefühl. Über das Denken lässt sich das kaum beeinflussen. Daher wurden in der Psychotherapie Techniken entwickelt, die direkt dieses Körpergefühl ansprechen und verbessern können.

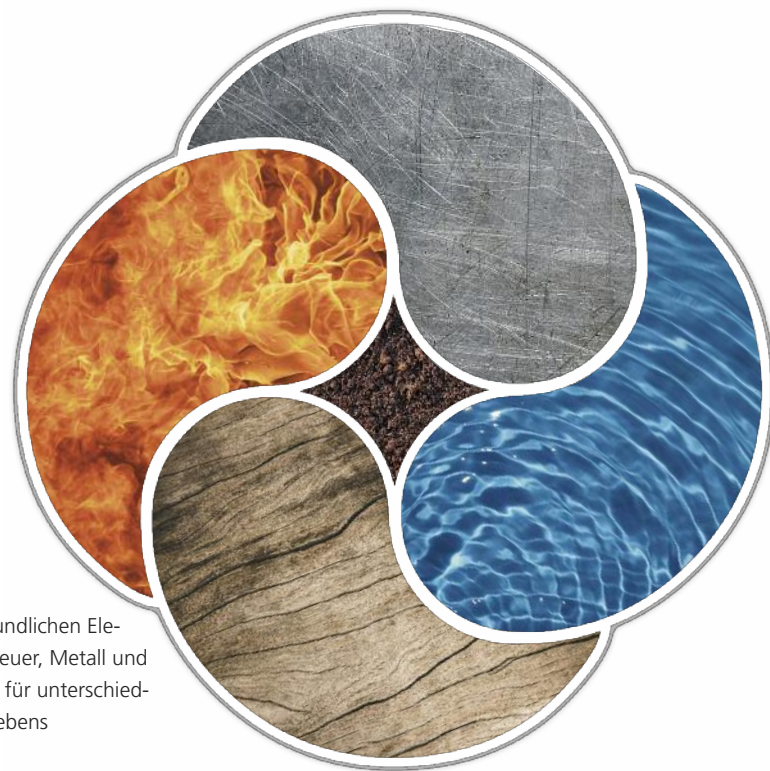
„Darüber“, so Jochen Frank, „eröffnet sich ein Weg, die eigene Seele mit dem in Verbindung zu bringen, was unsere tiefste Quelle von Lebensenergie und Liebe ist. Christen nennen es Gott. Wir üben ein, die Welt mit den Augen Jesu zu betrachten.“ So stellt man sich

in der Meditation Jesus als kleines Baby vor, das mit dem Babys angeborenen Urvertrauen in die Welt schaut.

Ganzheitlicher Ansatz

Weitere Meditationsbilder trainieren unterschiedliche Aspekte des Lebens, die in der Naturheilkunde als Elemente bezeichnet werden. Sie fördern Gelassenheit und die Kraft für Entscheidungen, geben dem Herzen weiten Raum, alles zu akzeptieren, was in der Seele wohnt, wecken eine Haltung offener Klarheit in der Begegnung mit Menschen, führen zur Quelle innerer Heilung, die nach dem Wissen der naturheilkundlichen Medizin im Unterbauch liegt. So werden Vertrauen, klare Präsenz, Schutz vor Überwältigung, Intuition und Selbstheilungskräfte angeregt und eine unverkrampfte Liebe kann besser ins Fließen kommen.

Wer Lust auf diese besondere Meditation hat, findet die Seminare der beiden Reutlinger im Angebot der *Katholischen Erwachsenenbildung* in Reutlingen. Schauen Sie doch mal auf keb-rt.de! Neben Angeboten für Spiritualität und Körperbewusstsein bietet die *keb* einen reichen Strauß von Seminaren, Vorträgen und Veranstaltungen zu Themen wie Politik, Umwelt und Gesellschaft, Beziehung und Familie, Kunst und Kreativität, Religion und Philosophie. Neue Impulse, die vielleicht auch zu Ihrer Quelle führen?



Pilze sind nicht nur lecker, sie sind auch kalorienarm und haben kaum Fett. Unter den Hutträgern haben wir uns nun einen

ganz großen angeschaut: den Austernpilz, der nicht nur für Pilzfreunde ein Genuss ist.

Chapeau – Hut ab!

Vermutlich haben Austernpilze ihren Ursprung in Südostasien. Heute kommen sie in ihrer Wildform aber auf der ganzen Welt vor und werden oft auch Austernseitling genannt – wen wundert's, gehören sie doch zur Familie der Seitlinge.

Gebraten und paniert

Wie der Champignon auch, stammen Austernpilze aus Pilzkulturen und werden somit saisonunabhängig das ganze Jahr über geerntet und angeboten. Genießen können wir die Seitlinge dann in weiß, gelb oder braun, mit einem sehr milden Aroma und stets weißen Fleisch. Apropos Fleisch: Es gibt Feinschmecker, die die Pilz-Konsistenz mit dem von zartem Kalbfleisch vergleichen.

Einen Durchmesser von über zehn Zentimetern kann der Hut des Pilzes erreichen. Sicher ist seine Größe auch mit ein Grund dafür, dass Austernpilze auch wie ein Schnitzel paniert und gebraten

werden können. Überhaupt bekommt den Austernseitlingen krosses anbraten gut – sie zu kochen empfiehlt sich nicht, da die Pilze dabei gummiartig und zäh werden.

Lecker und gesund

Austernpilze können sogar auch roh gegessen werden, vorausgesetzt, sie stammen aus einer Kultur. Nur wer die Pilze selbst im Wald gefunden und gesammelt hat, muss sie vor dem Verzehr unbedingt gut erhitzen, um so eventuelle Krankheitserreger unschädlich zu machen. Generell gilt: Wildpilze sollten Minimum zwei Minuten bei mindestens 70 Grad gegart werden. In Sachen Geschmack und auch im Hinblick auf eine leichte Verdauung sind Austernpilze aber angebraten der beste Genuss.

Und die Pilze sind nicht nur lecker. Austernseitlinge gelten als sehr gesunde Pilze: Sie stärken das Immunsystem, sind entzündungshemmend und schützen das Herz-Kreislauf-System.

Tipps & Wissenswertes zum Austernpilz

Nährstoffe: Austernpilze enthalten viele B-Vitamine wie B1, B2 und Folsäure. Außerdem stecken in ihnen verdauungsfördernde Ballaststoffe sowie die Mineralstoffe Kalium und Phosphor.

Einkauf: Im Angebot gibt's Austernpilze einzeln oder in kleinen Büscheln. Wählen Sie nur feste, unbeschädigte Pilze, am besten in Bio-Qualität.

Lagerung: Verpackt in einer Papiertüte halten sich Austernpilze im Gemüsfach des Kühlschranks zwei bis drei Tage frisch. Wer sie länger lagern möchte, kann die Pilze einfrieren und später verarbeiten (ohne sie aufzutauen).

Genuss: Wie alle Pilze sollte man auch den Austernpilz nicht baden. Am besten säubert man ihn mit einer Pilzbürste oder einem trockenen Küchentuch. Dann lassen sich die Pilze toll braten oder grillen und in Pastasaucen oder auch Pilzrisotto weiterverarbeiten. Im Ganzen kann man sie toll panieren (wie ein Schnitzel) und in Streifen geschnitten ergeben sie ein veganes Gyros.

Austernpilz-Gyros

vegetarischer Genuss

Zutaten (4 Personen):

400 g Austernpilze • 2 mittelgroße Zwiebeln • Olivenöl zum Braten

Für das Gyrosgewürz (mit getrockneten Gewürzen): je 2 TL Thymian und Oregano • je 1,5 TL Salz, frisch gemahlener Pfeffer und edelsüßes Paprikapulver • je 1 TL gemahlene Zwiebeln, Knoblauch, Rosmarin und Majoran • je 0,5 TL gemahlener Koriander und Kreuzkümmel • 1 Prise Zucker • 6 EL Olivenöl

Zubereitung:

1 Die Austernpilze mit einer Pilzbürste oder einem trockenen Küchentuch säubern und die Pilze in grobe Streifen schneiden. Die Streifen sollten nicht zu klein sein, da die Pilze beim Braten an Gewicht und Größe verlieren.

2 Für das Gyrosgewürz alle Zutaten, außer dem Olivenöl, in einem Schraubglas gut durchmischen. Die Hälfte der Gewürz-Mischung in einen tiefen Teller geben (die andere Hälfte für ein weiteres Gyrosgericht aufbewahren) und mit dem Olivenöl verrühren. Die Austernpilz-Streifen unter die Marinade mischen und mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

3 Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln und die marinierten Austernpilz-Streifen in die heiße Pfanne geben und alles kräftig goldbraun anbraten.

Lecker zum Gyros schmecken wie immer ein bunter griechischer Salat und ein frisches Fladenbrot.



Einen guten Appetit wünscht die MarktLeben-Küche





Sanfte Farbtöne und ein modernes Interieur geben dem neuen Gasthof eine tolle Atmosphäre – Inhaber Marc Winter sorgt mit seinem Team jetzt für den kulinarischen Genuss



Keine Frage, Goethe, der Freund guter Gasthäuser, hätte hier sicher auch gerne Platz genommen – und sich mit bleibendem Eindruck von Anja Winter bewirten lassen



Jetzt wird Zukunft zubereitet

Nach einem jahrelangen Dornröschenschlaf hat der *Gestüts-gasthof Offenhausen* wieder geöffnet. Mit guter Laune und hohem Anspruch heißt Marc Winter hier nun seine Gäste willkommen.

Sehr idyllisch, direkt an der Quelle der Großen Lauter, liegt der Gestüts-hof Offenhausen. Seine lange Geschichte führt zurück bis ins 13. Jahrhundert, als hier ein Kloster gegründet wurde, von dem noch heute die Klosterkirche zeugt. Seit Jahrhunderten gehört die Anlage zum *Haupt- und Land-gestüt Marbach* und wird in Teilen immer noch landwirtschaftlich genutzt.

Der Gasthof unweit der Straße, die durch das Dorf von Engstingen nach Münsingen führt, galt lange Zeit als Adresse besonderer Qualität, sein Wirt,

Dietmar Gulewitsch, als einer der Pioniere, die die Schwäbische Alb aus ihrer Verträumtheit auf die Höhe der Zeit des Tourismus führten. 2016 übergab er das ebenfalls von ihm geführte Landhotel auf der anderen Seite des Dorfes an die Familie Winter aus Holzmaden und blieb der Familie, bis zu seinem Tod vor zwei Jahren, freundschaftlich verbunden. Der *Gestüts-gasthof* aber verwaiste.

Der Sohn der Familie Winter, Marc, hatte jedoch lange schon ein Auge auf das traditionsreiche Haus geworfen. Mit 15 Jahren bereits hatte ihn die Leidenschaft fürs Kochen erfasst. Nach seiner Lehre suchte er eine Herausforderung nach der anderen, um seine Kunst zu kochen und ein Restaurant zu führen immer weiter zu verfeinern.

„Kochen lernt man nicht in drei Jahren“, weiß der inzwischen 36-Jährige, der sich jetzt vor einem halben Jahr seinen

Ob großen oder kleinen Hunger – im *Gestüts-gasthof Offenhausen* findet sicher jeder Gast etwas nach seinem Geschmack

Traum erfüllt hat, selbstständig zu werden. Davor ist er weit herumgekommen, hat in Österreich sein Können am Herd vertieft, auf einem Kreuzfahrtschiff die Meere bereist, war in renommierten Hotels bis nach Neuseeland tätig und stellte sich, zurück in Deutschland, den Herausforderungen der Edel-Gastronomie von Alfons Schuhbeck in München.

Koch zu sein ist kein Honigschlecken

„12- oder 14-Stunden-Tage waren da keine Seltenheit, es konnten aber auch mal 17 oder 19 Stunden werden“, erzählt er von den harten Zeiten. Heiße Küchen, extreme Hektik bei hohem Qualitätsanspruch, 380 Menüs am Abend, hierarchische Hackordnungen und choleriche Chefs – das Leben als Koch kann hart sein. „Je höher das Niveau, desto höher der Testosteronspiegel und der Stress“, beschreibt Marc Winter seine Erfahrungen.

Aber für ihn war es genau die Herausforderung, die er suchte. Nach drei Jahren in München war er einer der Dienstältesten, und wurde Küchenchef im prunkvollen *Schuhbeck's Orlando* am „Platzl“.

Ein Abstecher noch nach Leipzig, dann folgte die Schule zum Küchenmeister und

eine fruchtbare Zusammenarbeit mit seinen Eltern, Margit und Klaus Winter, im *Restaurant & Landhotel Winter* in Offenhausen. Bald jedoch warteten weitere, andere Herausforderungen auf ihn, denn Marc Winter wollte sein Herzensprojekt, den *Gestüts-gasthof*, endlich wiedereröffnen.

Aber der Sprung in die Selbstständigkeit stieß auf Hindernisse: Der Umbau zog sich, wie ja viele öffentliche Bauvorhaben, gewaltig in die Länge. Kredite waren schon abgeschlossen und kosteten Bereitstellungszinsen, Mittel aus einer *LEADER*-Förderung durch den Landkreis drohten auszulaufen. Wiederum waren starke Nerven gefragt.

Lang ersehnte Wiedereröffnung

„Als wir dann endlich eröffnet haben, haben wir bewusst erstmal keine Werbung gemacht“, erzählt Marc Winter. Trotzdem kamen an diesem Donnerstag die ersten Gäste, Freitag mehr, Samstag noch mehr, „und am Sonntag sind wir dann völlig überrannt worden.“ So läuft die Mund-zu-Mund-Propaganda auf der Alb und unter all denen, die schon so lange „ihren“ *Gestüts-gasthof* hatten entbehren müssen.



Fliegender Wechsel – auch in der *Gestüts-gasthof*-Küche eine „Gangart“, die Johannes Donut perfekt beherrscht

Schick und zugleich gemütlich sind die Gasträume, hell und modern passen sie zu einer Küche, in der traditionell Schwäbisches auf moderne junge Akzente trifft. Die traditionellen Rezepte werden dabei

von Marc Winter mit einer kreativen Note neu interpretiert. Teige, Saucen, ja selbst Eis und Sorbet sind selbst gemacht. Kresse oder farbige Früchte lassen auch das Auge mitessen. Sie sehen aber nicht nur gut aus, sie geben dem Essen darüber hinaus eine feine geschmackliche Note, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten.



Erlebnis Marbach



HAUPT- UND LANDGESTÜT

Marbach



Erleben Sie die Vielfalt des Kulturgutes Pferd bei einem Besuch in Marbach (Tel. 07385-9695 037)





Rund um den *Gestütsghasthof* gibt's vieles zu entdecken – die Quelle der Großen Lauter gehört auf jeden Fall dazu

Wie sein Vater, so ist auch Marc Winter selbst Jäger, und das Wild in seinem Restaurant kommt direkt aus der eigenen Pacht rund um Offenhausen sowie von befreundeten Jägern, die in eigenen Revieren in Buttenhausen oder Zwiefalten jagen. Dass auch sonst möglichst viele



Zutaten aus regionaler Produktion stammen, gehört hier sozusagen zum guten Stil. Das gilt sowieso für das Zwiefalter Bier, dessen Braumeister, Peter Baader, immer wieder gerne mal zum Essen in den *Gestütsghasthof* nach Offenhausen kommt.

Gastfreundlichkeit aus Leidenschaft

Abgerundet wird die lebensfrohe Küche durch das freundliche Personal rund um Restaurantleiterin Jasmina Wälonka. Bei ihr spürt man, dass man willkommen ist, dass ihr Gastfreundschaft Spaß macht. Zweimal 40 Plätze fassen die Gasträume, 120 die Terrasse. Platz genug für Feiern aller Art, aber auch für Rad- und Wandertouren ist Offenhausen ein idealer Ausgangspunkt oder Ziel für eine Rast.

Wer nicht weit laufen mag, hat mit der wunderschönen Lauterquelle und dem *Gestütsmuseum* zwei der interessantesten Ausflugsziele sogar direkt vor Ort. Das *Haupt- und Landgestüt Marbach*, eine Perle des Landes Baden-Württemberg, liegt nur wenige Kilometer entfernt. Ein Besuch in die Welt der Pferde lohnt sich zu jeder Jahreszeit, sei es bei einer *Gestütsführung* oder einer der vielen Veranstaltungen.

Glückliche Gäste zu haben, das ist das Ziel von Marc Winter, keinen Stern, nichts Elitäres, sondern bodenständige, ehrliche Gastronomie. Er sieht voll Optimismus in die Zukunft, von der Schlechtrede-



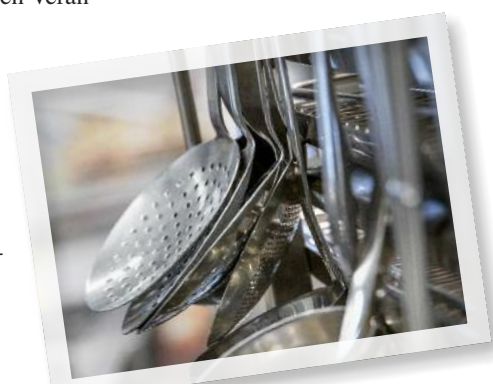
Klosterhof 1
72532 Gomadingen (Offenhausen)
Telefon: 073 85 354 98 72

Öffnungszeiten (aktuell bis 13. April)
Donnerstag | Freitag | Sonn- und Feiertag
jeweils ab 11.30 Uhr
Durchgehend warme Küche bis 20.30 Uhr

www.gestuetsghasthof.de

rei der Welt durch Fernsehen und andere Medien will er nichts wissen. In den Schätzen unserer Heimat sieht er das Potential für eine lebenswerte Zukunft.

Mit seiner Schwester Anja, die dieselbe zukunftsorientierte Fröhlichkeit ausstrahlt wie er und das elterliche Hotel führt, wird er, das ist sicher, Offenhausen zu einem Ort machen, der immer mehr zu einem Inbegriff für aktive Freizeit, Urlaub in der Region und herzliche Gastfreundschaft wird.



Schwäbische Völkerverständigung – Hubert Berger backt den englischen *Hot Cross Bun*, der jetzt in allen Berger-Bäckereien zu haben ist



Bakerman Berger

Die Reutlinger *Bio-Bäckerei Berger* hat zur Fastenzeit etwas traditionell Englisches im Angebot: den *Hot Cross Bun*, ein Frühstücksbrötchen mit scharfer Note.

Die Zeit vor Ostern ist traditionell eine Zeit für besondere Backwaren. Oft waren sie sehr lecker, da ihnen tierische Produkte wie Schmalz oder Eier in größeren Mengen zugesetzt wurden, die man während der Fastenzeit nicht essen durfte – im Teig waren sie nicht sichtbar. So backt auch die *Bio-Bäckerei Berger* süßes Osterbrot, Biskuihasen und Osterlämmer, auf die sich viele schon lange vorher freuen.

Schmeckt nicht nur am Karfreitag

Ein Oster-Gebäck, das weniger bekannt ist und dessen Rezept aus England stammt, ist der *Hot Cross Bun*. Das Kreuz, das das Brötchen ziert, erinnert daran, dass es ursprünglich am Karfreitag gegessen wurde.

Nun ist England ja nicht wirklich berühmt für kulinarische Glanzlichter und, ja, das Rezept ist auch ein wenig verändert, so wie Hubert Berger die *Hot Cross Buns* backt. Und so sind sie einen wirklich leckeren Versuch wert.

Mit England verbindet die Familie Berger tatsächlich eine Geschichte, die älter ist als ihre Bäckerei. Die ältere Schwester von Unternehmensgründer und Bäckermeister Hugo Berger ging nach dem Krieg nach England als *Au-pair-Mädchen*, blieb hängen (wo die Liebe hinfällt!) und heiratete einen

deutschen Konditormeister. Anfang der 60er-Jahre besuchte er seine Schwester in ihrer *Valdrey's Patisserie* in Ruislip, einem Vorort von London, und fand die Mischung aus deutscher und englischer Backkunst, die da praktiziert wurde, gar nicht schlecht.

Tatsächlich war die Auswahl an Backwaren damals in England eher eintönig, doch Hugo Bergers Schwager war ein Pionier seiner Zeit. In den 80ern ging auch sein Sohn, der jetzige Bäckerei-Inhaber Hubert Berger, für ein Jahr nach England. Er arbeitete bei seiner Tante und holte sich dort die eine oder andere Anregung für die eigene Backstube im Schwabenland.

Englisch für Schwaben

„Also, so wie bei uns schmecken die ja nicht“, stellte Hubert Bergers Tante, inzwischen 94 Jahre alt, fest. Aber das ist Absicht, und wer mal nach England fahren und dort die Originale versuchen möchte, wird Hubert Berger sicher Recht geben, dass seine Buns nicht ganz so scharf sind wie die von der Insel.

Gewürze wie Zimt, Ingwer, Kardamom und Nelken schmecken dem deutschen Gaumen durchaus ungewohnt im Frühstücksbrötchen. Hubert Berger bezieht die Gewürze fertig gemischt aus England, verwendet sie aber etwas sparsamer als dort üblich. Der bitter-scharfe Geschmack in einem süßen Mürbteig ist typisch für England. „Rösten Sie sich die Buns morgens auf dem Toaster etwas an und bestreichen Sie sie mit Orangenmarmelade“, empfiehlt der Bäckermeister. Ein Genuss auf die feine englische Art!



BIO ISST BESSER!

EINFACH GUTES BROT

baecker-berger.de



#BESCHDE HALBE



Das Abo

Ein Jahr
25 Euro
6 Ausgaben

WIR BRINGEN

DEN GENUSS
ganz frisch!
NACH HAUSE

Marktleben
Der Genuss in unserer Region.

Wir freuen uns über Ihre Abo-Bestellung und sind gerne für eventuelle Fragen da:

> Redaktion Marktleben
c/o Olschewski Grafik & Gestaltung
Rilkestraße 7 | 72760 Reutlingen
Fon 07121 - 38 19 67 | info@marktleben.de |

Erdäpfel



Auch nach der Kartoffelernte gibt's in den Wintermonaten noch eine Menge zu tun – vom Sortieren bis hin zum Verpacken

Allein unter Frauen

Marc Wörz bewegt sich (fast) allein unter Frauen. Doch anders als dem Protagonisten in Sönke Wortmanns gleichnamiger Filmkomödie, geht's ihm dabei sehr gut. Denn er ist Kartoffelbauer aus Leidenschaft.

In Oberstetten geben die Frauen den Ton an. Theresa, Laura, Simonetta, Annabelle – und das sind bloß einige der zahlreichen klangvollen Namen. Nur Kater Charly durchkreuzt hier die Frauendomäne und natürlich der Kartoffelbauer Marc Wörz, der morgens erstmal zur Begrüßung seinen Schnurrer auf den Arm hebt.



Die perfekte Knolle

Rund 400 Quadratmeter misst die Halle, in der wir uns treffen. Der riesige Traktor, der hier parkt, scheint, trotz seiner mannshohen Räder, fast zu verschwinden. Dass Marc Wörz nicht nur leidenschaftlicher Kartoffelbauer ist, sondern auch Perfektionist, das kann man erleben, wenn man ihm bei seiner Arbeit zuschaut und zuhört. An der Sortiermaschine tönen heute die Gloriettas über's Laufband. Mit geübtem Blick greift sich Marc Wörz die Kartoffeln, die nicht seinem Anspruch genügen. „Wir sortieren zwei Mal aus“, erzählt der Landwirt. „Das erste Mal bei der Ernte, direkt auf dem Acker, das zweite Mal hier vor dem Abpacken.“

Ich staune über das, was in der großen Holzkiste als Ausschuss landet. Vollerorts würden solche Knollen in den Verkauf kommen und nicht in die Biogas-Anlage. Doch die Kartoffeln, die hier verpackt werden, haben ein Bilderbuchaussehen. Wer sich von uns Frauen je gefragt hat, warum Kartoffeln eigentlich weibliche Namen tragen, könnte jetzt vielleicht hier eine (versöhnliche) Antwort finden.

Mit Handarbeit und Technik

Zwischen 250 und 300 Tonnen Kartoffeln holt Marc Wörz jedes Jahr aus den Äckern in Oberstetten und Tigerfeld. Ein Team aus fleißigen Händen



12,5 Kilo wiegen heute die Kartoffelsäcke maximal – für Marc Wörz ein Leichtes

steht dann auf der Erntemaschine, die der Kartoffelbauer mit seinem Traktor über den Acker zieht. Seine „Erntefrauen“ sind dabei das Wichtigste für den Bauern, der es beherrscht, den Traktor geradeaus zu steuern und dabei immer wieder den Blick nach hinten zu seinen Helferinnen zu werfen. Rund 20 Hektar Ackerland treibt Marc Wörz mit dem Kartoffelanbau um. Durch eine Kooperation mit Landwirten in Tigerfeld wahr er nicht nur die Fruchtfolge, sondern verfügt auch immer über genug Boden zum Bewirtschaften. Stets auf Qualität bedacht, arbeitet er nach dem Motto: so wenig Pflanzenschutz wie möglich, so viel wie nötig.

Bei fünf bis sechs Grad Celsius werden die Erdäpfel schließlich gelagert, bevor sie nach und nach in die Sortierung und Verpackung kommen. Mit modernster Technik werden die Kartoffelsäcke dann gefüllt, etikettiert und verschlossen. „Was nützt mir ein dickes Konto, wenn ich mir hier das Kreuz kaputt mache – da mach' ich's lieber umgekehrt“, sagt Marc Wörz mit seinem verschmitzten Lachen.

Seit Jahrzehnten aufgetischt

Vor über 30 Jahren war der erste seiner Kunden der *Gestütsghasthof Offenhausen*. Heute tischen viele Gastronomien im Umkreis von 30 Kilometern die Wörz'schen Kartoffeln auf. Natürlich auch der neue *Gestütsghasthof*



Lust auf Kartoffelsalat oder Püree? In den *Knollenboxen* gibt's rund um die Uhr die richtige Kartoffelsorte

Offenhausen, den wir in der Titelgeschichte dieser Ausgabe vorstellen.

Wer sich selbst mit Annabelle und ihren „Schwestern“ in die Küche stellen möchte, findet Knollen für jeden Geschmack rund um die Uhr in den *Knollenboxen*. Ein Häuschen steht in Nehren im Gassert 3, eines am Hof in Oberstetten, in dem auch immer frische Eier aus mobiler Freilandhaltung zu haben sind. Und natürlich führen auch Supermärkte in der Region die Erdäpfel – schließlich wollen die vielen Tonnen vermarktet werden.



TOLLE KNOLLEN FÜR JEDEN GESCHMACK
RUND UM DIE UHR IN DEN KNOLLENBOXEN
in Hohenstein-Oberstetten + Nehren



www.woerz-kartoffeln.de

Fasnachtslaune



Narrentreiben

- ☞ **Albstadt | 16. Februar**
So 13.30 Uhr | Jubiläumsumzug | Innenstadt Ebingen
- ☞ **Blaubeuren | 9. Februar**
So 13.11 Uhr | Narrensprung | Altstadt
- ☞ **Burladingen | 15. Februar**
Sa 15.00 Uhr | Fasnetsspiel | Festplatz Josengasse
- ☞ **Engstingen | 1. März**
Sa 13.31 Uhr | Fasnetsumzug | Großengstingen
- ☞ **Kirchheim u. T. | 23. Februar**
So 14.14 Uhr | Fasnetsumzug | Innenstadt
- ☞ **Rottweil | 3./4. März**
Mo 8.00 Uhr / Di 8.00 + 14.00 Uhr | Rottweiler Narrensprung | Historische Innenstadt
- ☞ **Trochtelfingen | 3. März**
Mo 13.31 Uhr | Rosenmontagsumzug | Historische Kernstadt
- ☞ **Tübingen | 16. Februar**
So 13.30 Uhr | Fasnetsumzug | Altstadt
- ☞ **Zwiefalten | 2. März**
So 14.00 Uhr | Fasnetsumzug | Hauptstraße

Rundherum

Naturschauspiel

Der *Wildlife Photographer of the Year* gilt als Oskar in der Naturfotografie. Jedes Bild, das hier prämiert wird, ist ein einmaliges Kunstwerk. In Reutlingen werden nun wieder die besten Fotos gezeigt. Großartige Landschaftsaufnahmen, außergewöhnliche Tierfotos und faszinierende Unterwasser-Fotografien spiegeln die atemberaubende Schönheit der Natur wider und laden zum Staunen aber auch Nachdenken ein. Wer sich darauf einlässt, blickt in das großartige und auch dramatische Naturgeschehen auf unserer Erde.

➤ **Reutlingen | Naturkundemuseum | bis 16. Februar | Di-Sa 11–17 Uhr | Do 11–19 Uhr | So+Fei 11–18 Uhr | reutlingen.de/naturkundemuseum**



Frauenstärken

Zehn preisgekrönte Dokumentar- und Spielfilme aus zehn Ländern, das präsentieren die *FrauenFilmTage Tübingen*. Es sind faszinierende, berührende und motivierende Einblicke in die Lebenswelten von beeindruckenden Frauen ganz unterschiedlicher Kulturen und Länder. Den Auftakt macht der Spielfilm *Heldin*, der spannungsgeladene Belastung und solidarische Schwesternschaft in der Pflegearbeit enthüllt – ein brandaktuelles Thema!

➤ **Tübingen | Kino Museum und Deutsch-Amerikanisches Institut | 26. Februar–2. März | Termine/Filme: frauenfilmtageuebingen.de**

Lebenswert

Die ganze Welt steuert auf 3,1 Grad Klimaerwärmung zu, immer mehr Menschen leiden unter Überschwemmungen, Rekordhitze und Bränden, und in den USA steigt der neue Präsident aus dem *Pariser Klimaschutzabkommen* aus. *Fridays For Future* geht eine Woche vor der Wahl überall in Deutschland auf die Straße, um sich gemeinsam für eine lebenswerte Zukunft stark zu machen. Gehen wir mit. Die Erde braucht uns nicht, aber wir brauchen sie!

➤ **Reutlingen | Marktplatz | 14. Februar | 13.30 Uhr | fridaysforfuture.de**



Stadtliche

Auch in diesem Jahr wird Reutlingen wieder herausgeputzt. Am 15. März treffen sich dazu eine Menge Reutlinger Bürger zur gemeinsamen *Stadtputzete*. Seien Sie doch dabei, wenn Ihre Stadt gerade rechtzeitig zum Frühling auf Vordermann gebracht wird. Denn jeder kann mitmachen – aus Liebe zur Stadt.



Eine ganze Flotte Feger

Liebe, was für ein großes Wort. Dass sie weit mehr als nur Menschen zuteilwerden kann, das hat uns spätestens im vergangenen Juni eine Werbekampagne großplakativ vorgeführt. Von Hamburg bis München, die ganze Republik weiß: Reutlingen kannst du nur lieben.

Und doch mag sich nun so mancher die Augen reiben – sei es beim Joggen im Wasenwald, beim Bummeln durch die Innenstadt oder beim Pausieren im Volkspark: Es gibt sie doch noch, die Achtlosen, die Vandalen, ja die Nicht-Liebenden.

Großes Reinemachen

Für sie scheint der Weg zum Papierkorb eine unüberbrückbare Hürde zu sein, und so bleibt die Einweg-Verpackung einfach liegen, andere glauben sich um ihre Sperrmüllkarte betrogen und sehen ihre Umwelt als Entsorgungsort für die alte Matratze an. Würden wir diesen Müll liegen lassen, wir hätten wohl in kurzer Zeit Verhältnisse wie in manchen Ländern des Südens.

Deshalb setzen auch in diesem Jahr die *Technischen Betriebsdienste Reutlingen (TBR)* ein Zeichen gegen den „wildes Müll“. Am 15. März rufen sie wieder zur *Stadtputzete* auf und jeder, der Spaß an einer sauberen Stadt hat, kann mitmachen. Alle *Flotten Feger* sind um 10 Uhr zum großen Reinemachen an verschiedenen Treffpunkten herzlich willkommen: Pomologie am Glashaus, Kreuzteichstadion am Ein-

gang, Scheibengipfelparkplatz, Eishalle in der Rommelsbacher Straße, Gutenbergschule in Orschel-Hagen. Außerdem gibt's in weiteren 12 Stadtteilen eine Putzaktion – deren Beginn erfährt man beim jeweiligen Rathaus. Und jeder, der sein ganz persönliches Lieblingsstück Natur putzen möchte, meldet sich einfach im Vorfeld bei den *TBR* an, dann stehen auch dort Müllsäcke, Handschuhe und Zangen bereit.

Tolle Putzmomente

Dass die *Stadtputzete* eine echte Gute-Laune-Aktion ist, belegt jedes Jahr eine regelrechte Flotte von Fegern. Mit ihrem Tun schärfen sie das Bewusstsein für ein sauberes Reutlingen und pflegen ganz nebenbei ein fröhliches Beisammensein als Bürger einer gemeinsamen Stadt. Übrigens: Jeder

Flotte Feger-Infos:

Technische Betriebsdienste Reutlingen
Am Heilbrunnen 107 • 72766 Reutlingen
Telefon: 0 71 21/303 50 50
Mail: saubere.stadt@reutlingen.de
www.tbr-reutlingen.de

Fleißige kann seinen witzigsten, nachdenklichsten oder kuriossten Putzmoment fotografisch festhalten und an saubere.stadt@reutlingen.de unter dem Stichwort „Fotowettbewerb“ einsenden.

Also schlüpfen Sie doch in eine alte Klamotte, seien Sie am 15. März dabei und zollen Reutlingen so Ihren persönlichen Liebesdienst. Als Belohnung gibt's nicht nur eine blitzsaubere Stadt. Nach dem Großputz erwartet alle Helfer ein kleines Geschenk als Dankeschön und ein stärkendes Vesper auf dem Gelände der *TBR*. Liebe geht eben auch durch den Magen.



Flotte Feger braucht die Stadt.

Stadtputzete am 15. März 2025

Telefon 0 71 21/3 03 50 50
saubere.stadt@reutlingen.de



14.02. Klimastreik zur Bundestagswahl



Marktleben

Wer sucht, der findet –

hier erhalten Sie **Marktleben** – das Magazin rund um den Genuss in unserer Region

In Reutlingen

Achalmbad Albstraße 17-19 | **Achalmbad Hotel & Restaurant** Achalm 1 | **Alteburg Hofgut** | **Altschulzenhof Engst** Wochenmarkt | **Arabica** Oberamteistraße 6 | **Bäckerei Bosch** Jettensburgerstraße 16 | **Bantle Paul Schwarzwald-Metzger** Wochenmarkt | **Bäckerhaus Veit** Wilhelmstraße 88 | **Bäckerei Wucherer** Wilhelmstraße 9 | **better2gether** Bismarckstraße 63 | **Bioland Bäckerei Stumpp** Wochenmarkt | **Bioland Hofgut Gaisbühl** Gaisbühl Hofgut 12 | **Bio-Bäckerei Berger** Willy-Brandt-Platz 13 / Römersteinstraße 3 / Sonnenstraße 83 / Steinachstraße 10 / Wilhelmstraße 127 | **Bioland Hofladen Fuhr** Käthe-Kollwitz-Straße 16 | **Bioland Gärtnerhof Werner** Wochenmarkt | **Café Rebental** Rebentalstraße 3 | **Citykirche** Nikolaiplatz 1 | **Da Capo** Emil-Adolf-Straße 14 | **Easy Sports** Lembergstraße 9 | **EBK Blumenmönche** Wochenmarkt | **E-Center** Emil-Adolf-Straße 21 | **E-Center Getränkemarkt** Birnenweg 8 | **Edeka Möck** August-Lämmle-Straße 17 / Friedrich-Naumann-Straße 31 | **Fahrrad Sauer** Steinachstraße 46 | **Feinkost Landmesser** Wochenmarkt | **franz. K** Unter den Linden 23 | **GartenBaumschule Schlotterbeck** Poststraße 7 | **Geniesserscheune** Leyrenbachstraße 39 | **Heimatmuseum** Oberamteistraße 22 | **Himmelbrett** Burgplatz 1 | **Kaffeehäusle** Alteburgstraße 15 | **La Perla** Deckerstraße 3 | **Landratsamt** Bismarckstraße 47 | **Längossnack** Wochenmarkt | **Leslie Bernd** Wochenmarkt | **Liebe** Wochenmarkt | **Litzke** Wochenmarkt | **Loretto** Wochenmarkt | **Markthalle** Obere Wässere 3-7 | **Metzgerei Schneider** Wilhelmstraße 70 | **Metzgerei Zeeb** Gustav-Groß-Straße 10 / Katharinenstraße 3 | **Mikeler Nikolaus** Wochenmarkt | **Naturkundemuseum** Am Weibermarkt 4 | **Naturschutzzentrum** Untere Gerberstraße 19 | **Nestel** Steinachstraße 15 | **Nübling & Holwein** Georgenstraße 26 | **Raisers Kartoffeln** Bei der Kirche 3 | **Rathaus** Marktplatz 22 | **Reutlinger Essig-Manufaktur** Nürtingerhofstraße 10 | **REWE** Föhrstraße 40 | **Schmauders Hof** Wochenmarkt | **Schur Reinhard** Wochenmarkt | **Sikora Michal** Wochenmarkt | **Sonnen-Apotheke** Wilhelmstraße 10 | **SPACEPORT by Die Gute Laune** Max-Planck-Straße 68/1 | **Stadtbibliothek** Spendhausstraße 2 | **Teelädle** Oberamteistraße 7 | **Tiroler Spezialitäten** Wochenmarkt | **Tourist Information** Marktplatz 14 | **Umweltbildungszentrum Listhof** Friedrich-List-Hof 1 | **Claudia Veith Kinesiologie** Berggasse 153 | **Vinum** Oberamteistraße 2 | **Volkshochschule** Spendhausstraße 6 | **Vom Fass** Katharinenstraße 13 | **Weltladen** Rathausstraße 10 | **Wollwinder Getränkevertrieb** Heppstraße 91

In der Region

Albstadt **Gota** - **Krone Lautlingen** | Bad Urach **BeckaBeck** - **Forum 22** - **Hotel Graf Eberhard** - **Kurverwaltung** | **Rudis Hühnerhof** Wochenmarkt | Bempflingen **Bäckerhaus Veit** - **Cotonea Outlet** - **Trost Mühle** | Burladingen **Optik Gut** | Burladingen-Hörschwag **Gasthof Rössle** | Dettingen **BeckaBeck** - **Brennerei Walter** - **Hofladen Strasser** - **Rathaus-salzglück** | Ehingen-Berg **Berg Brauerei** | Ehingen-Granheim **Biohof Rapp** | Eningen **Bäckerei Sautter** - **Edeka Aktiv Markt Vrakas** - **Rall Baumschulen** - **Rathaus** | Engstingen **Bäckerei Marquardt** - **Edeka Roggenstein** - **Salzgrotte & Natursalzläden** | Frickenhausen **NaturHaus Walz** | Gönningen **Reiff Strickwaren** - **Wanderheim Roßberg** | Gomadingen **Bäckerei Glocker** | Gomadingen-Dapfen **Lagerhaus** | Gomadingen-Marbach **Gestüttschop** | Gomadingen-Offenhäuser **Gestüttschop** | Gomaringen **Edeka Möck** - **Emmy Lindgrün** | Grabenstetten **Wild-Lädle** | Gruorn **Schulhaus** | Hayingen-Ehestetten **Biohotel und Restaurant Rose** | Hayingen-Mündsdorf **Altschulzenhof Engst** | Hohenstein-Eglingen **Rudis Hühnerhof** | Hohenstein-Odenwaldstetten **Brauerei Gasthof Lamm** - **Hohensteiner Hofkäserei Raucher** | Hohenstein-Oberstetten **Marc Würz Kartoffeln** | Hohenstein-Meidelstetten **Islandpferdegestüt Hohenstein** | Holzelfingen **Disana** | Kohlberg **AlbVerführer-Lädle** | Kohlstetten **Kohlstetter Laden** | Lauterach **Lauteracher Alb-Feld-Früchte** | Lichtenstein **Annegret Rehm** | Lichtenstein-Honau **Forellenhof Rössle** - **Forellerie** - **Lichtensteinmühle Mühlenlädle** | Mehrstetten **Marktplatz 11** - **Schmauders Hof** | Merklingen **H-Albzeit** | Metzlingen **Flomax** - **Handel Baumschulen** - **Kulturforum Metzlingen** - **Löwenzahn Naturkost** - **Rathaus** - **Sahnehäubchen** - **Stadtbibliothek** - **Tourist Information** - **Weinbaumuseum** - **Weingärtnergenossenschaft** | Metzlingen-Neuhausen **Auhof Familie Reusch** - **Reusch Fruchtsäfte** - **Haus- und Gartenmarkt** | Mittelstadt **Bäckerei Bayer** | Mössingen **Café Pausa** - **Rathaus** | Münsingen **BeckaBeck** - **Biolandhof Maier** - **Failenschmid** - **Mobilitätszentrum** - **Optik Gut** - **Rad + Sport Schwald** - **Rathaus** - **Schmauders Hof** - **TV Münsingen e.V.** - **Textilkunst Lina Andrea Dippel** - **Tourist Information** - **Tress Nudeln** | Münsingen-Auigen **Albmaler Museum** - **Alb-Ölmühle** - **Biosphärenzentrum** - **Emmas Springerle** - **Flomax** - **Lagerhaus** - **Tress Nudelmanufaktur** | Münsingen-Buttenhausen **Blütenwerkstatt** - **Mühlenladen Luz** | Münsingen-Hundersingen **Metzgerei Seiffert** | Nagold **Stadtbibliothek** | Nagold Wochenmarkt **Mikeler Nikolaus** | Neckartailfingen **Häussermann Fruchtsäfte** | Oferdingen **Häussermann Fruchtsäfte** - **Oferdinger Mühle** | Owen **Berghof Rabel** | Pfullingen **Bäckerhaus Veit** - **Bäckerei Marquardt** - **BeckaBeck** - **Bio-Bäckerei Berger** - **ENGEL** - **gesundhaus** - **Marktapotheke** - **Optik Wörner** - **Rosenkranz Genuss** - **Schairsers ESSKULTUR** | Riederich **Vinitesse** | Römerstein-Böhringen **Mühlengenossenschaft Römerstein** | Sonnenbühl **Bäckerei Haug** - **Bioland Gärtnerhof Werner** | St. Johann **Hofladen beim Gestüt** | St. Johann-Gächingen **Failenschmid** - **Flomax** | St. Johann-Upfingen **Bäckerei Stoß** | St. Johann-Würtlingen **Dorfbäckerei Tiefenbach** | Trochtelfingen **ALB-GOLD** - **Bäckerei Glocker** - **Edeka Roggenstein** | Tübingen **BOXENSTOP Museum** - **Hofgut Rosenau** - **Silberburg am Markt** | Tübingen-Unterjesingen **Gasthof-Hotel LAMM** - **Volker Theurers Spezialitäten** - und **Whiskybrennerei** | Wannweil **Gärtnerei Hochstetter** - **Leckerbissen** | Westerheim **Gemeindeverwaltung** | Zwiefalten **Bierhimmel** - **Brauhaus** - **Loretto** - **Optik Gut** - **Rathaus** - **Schwabenpower** | Zwiefalten-Sonderbuch **Sonderbücher Spezialitäten**

Möchten Sie das Magazin **Marktleben** Ihren Kunden anbieten? Teilen Sie uns dies gerne mit: Fon 0 71 21 - 38 19 67 oder info@marktleben.de

Zum guten Schluss.



Pflegegeld- Was tun wenn...

comitor
Pflegegeldhilfe von A bis Z

Pflegeberatung ist eine Leistung der Pflegekasse
Siegfried Janser ist Pflegeberater nach § 7a SGB XI und berät Sie vom Antrag bis zur Zahlung des Pflegegeldes!
www.pflegegeldhilfe.org
Telefon: 071 21 - 695 45 15

DRUCKFRISCHE QUALITÄT AUS DER REGION

Druckerei Raisch GmbH & Co. KG
Auchtertstraße 14 · 72770 Reutlingen
Tel. 07121 / 5679-0 · info@druckerei-raisch.de
www.druckerei-raisch.de

Raisch
D R U C K T