

SCHAUFENSTER

100 raffinierte
Blitzrezepte

Kochen für zwei, da hat man oft nicht genügend Zeit oder wenig Ideen. Hinzu kommt, dass die meisten Kochbücher ihre Vorschläge für vier Personen berechnen. Dagegen hilft eine handliche Rezept-Box, herausgegeben von der «Annabelle»: wenig Kochbuch mit viel Raffiniertem.

(ele.) Seezungenröllchen auf Lauch-Kartoffel-Bett, Zackenbarsch auf Frühlingsgemüse oder Linsensalat mit Rauchlachs. Oder wie wär's mit Kokosnuss-Poulet, Truthahnchnusperli und Siedfleischgulasch mit Champignons? Oder: Feta-Toast, Auberginen-Pizza oder Zitronenrisotto mit Kalbfleisch? Wer Bekanntschaft mit dem neusten «Annabelle»-Rezeptbuch macht, lernt diese und noch 91 andere raffinierte Gerichte kennen.

Unter dem Titel «100 kreative Blitzrezepte» ist der Redaktion ein kleiner Hit gelungen: Ein Wettbewerb in der Illustrierten rief vor einiger Zeit zur Einsendung von speziellen Menüs für zwei Personen auf, die nicht länger als 30 Minuten Arbeit benötigen. Und die Rezepte, Vorschläge und Ideen kamen. Unter den vielen Einsendungen wurden die 100 besten Vorschläge ausgewählt. Diese sind, übersichtlich präsentiert auf einer handlichen Karte in einer praktischen Box, nun erhältlich.

Die Rezepte richten sich an Liebhaber einer frischen und unkomplizierten Küche. Die 100 Ideen bringen schnelle, ausgewogene Gerichte, unterteilt in die Gebiete Fisch und Meeresfrüchte, Geflügel, Fleisch, Milchprodukte, Gemüse, Kartoffeln und Hülsenfrüchte, Pasta, Reis, Mais, Gries und Hirse.

Eine emsige «Ameise»

Die Weiningerin Erika Schellenberg leitet den Verein Schweizer Ameisen

Der Verein Schweizer Ameisen versorgte früher ärmere Menschen mit selbstgemachtem Strickwerk. Heute haben sich die Bedürfnisse verschoben: Es werden vor allem finanzielle Beiträge an wohltätige Organisationen vergeben. Die Sektion Zürich feiert dieses Jahr ihr 100-Jahr-Jubiläum.

(cst) «Die Idee ärmere Menschen mit Strickwerk zu unterstützen, stammt ursprünglich aus Liverpool», erklärt Vereinspräsidentin Erika Schellenberg aus Weiningen. 100 Jahre sind vergangen, seit die Sektion Zürich des Vereins Schweizer Ameisen nach Genfer Muster ihre Arbeit zugunsten bedürftiger Menschen aufgenommen hat. Das Bedürfnis nach gestrickten Kleidungsstücken war in der Schweiz, vor allem in den Nachkriegsjahren, gross; 1947 beispielsweise, wurden via Gemeindegewinnern rund 5000 Wäschestücke verteilt. Heute sind es noch 80. «Viele Sachen, die wir in den letzten Jahren bekommen haben, waren unbrauchbar. Ausserdem haben sich die Bedürfnisse mehr in Richtung finanzieller Unterstützung gewandelt», sagt Erika Schellenberg.

Im vergangenen Jahr konnten über 65 000 Franken gesammelt werden. Der Betrag von 100 000 Franken, den sich die rund 540 Ameisen für das Jubiläumsjahr zum Ziel gemacht hatten, wurde gar um 20 000 Franken überboten. «Wir verteilen das Geld an Institutionen, die uns um eine Spende bitten», erklärt Schellenberg. Ablehnen würden sie Anträge von Einrichtungen, die ihrer Meinung nach bereits ausreichend Subventionen erhielten. 36 Institutionen stehen zurzeit auf der Liste der Geldempfänger, darunter Kinder-, Jugend- und Betagtenheime, Heime für Behinderte, Alkoholranke und misshandelte Frauen. Die



Sammelt emsig für Bedürftige: Die Weiningerin Erika Schellenberg.

Foto: cst

Spendengelder werden alle unbürokratisch, ohne administrative Abzüge weitergegeben.

Organisiert sind die Zürcher Ameisen in 29 Gruppen, welcher je eine Sammlerin vorsteht. «Früher waren es vor allem Mädchen und Frauen aus alteingesessenen, gutsituierten Zürcher Familien, die miteinander gestrickt haben», erzählt die Präsidentin, «mit den Jahren ging diese Tradition verloren.» Heute besteht der Verein vor allem aus älteren Ameisen; Erika Schellenbergs Bestreben ist es jedoch, die Frauen zu ermutigen, jüngere Mitglieder zu werben. «Als ich den Verein vor vier Jahren übernommen habe, stand er kurz vor der Auflösung», erinnert sich die Weiningerin, «in diesem Jahr haben wir lediglich 55 000 Franken gesammelt.» Ihr schien eine Weiterführung trotzdem sinnvoll: «Wenn, wie kürzlich, eine Gruppe von mongoloiden Frauen eine Aufführung der «Zauberflö-

te» besuchen kann, finde ich, lohnt sich der Aufwand schon.»

Ein Aufwand, der zuweilen viele Stunden in Anspruch nimmt. Gerade jetzt wird zum Beispiel an neuen Vereinsstatuten gearbeitet. Die Ameisen sollen ein grösseres Mitspracherecht bekommen, die Präsidentin soll zukünftig von den Mitgliedern gewählt werden können.

Sie wolle angesichts der allgegenwärtigen Not mindestens ein bisschen Abhilfe schaffen, erklärt Erika Schellenberg auf ihre Motivation hin angesprochen. «Es gibt immer Leute, die Hilfe brauchen, von vielen hört man einfach nichts.»

Männer übrigens sind im Mitgliederverzeichnis kaum zu finden. Die Präsidentin findet das schade, man würde gern mehr Männer aufnehmen. «Wahrscheinlich glauben diese aber immer noch, Stricken sei eine Aufnahmebedingung», lautet ihre Erklärung für deren Abseitsstehen.

PARTEIEN

Metzgete
auf dem Bauernhof

(mst) Zurück zu den Wurzeln fand vor einigen Jahren die Dietiker SVP und organisierte Metzgeten auf dem Bauernhof, dem traditionellen Platz dieser herbstlichen Genüsse. Zur Freude aller gewährten Heidi und Willi Müller an der Weinbergstrasse den rund 80 Gästen auch in diesem Jahr wieder Gastrecht.

Nachdem Willi Müller, seit vier Jahren Gemeinderat, kein Grossvieh mehr hält, konnte der Kuhstall in diesem Sommer von der Familie umgebaut werden. Jetzt präsentiert sich dort, wo es vorher nach frischem Kuhladen und Milch roch, eine mit viel Geschmack eingerichtete «Festhütte». Zusammen mit der Scheune, wo ebenfalls Tische und Bänke sowie eine gut funktionierende Behelfsküche samt Buffet aufgebaut war, verfügen die Organisatoren nunmehr über ausreichende Infrastruktur für einen reibungslosen Ablauf.

Im Vorfeld hatte das Metzgete-OK, unter Mitwirkung von Kollegen, Jung-Handwerkern und Hobbyköchen ganze Arbeit geleistet. Parteipräsident Roger Brunner durfte wieder auf die Stabsarbeit von Peter Forster bauen, welcher die Quantitäten langsam in den Griff bekommt. Metzger Paul Hildebrand lieferte die sagenhafte Menge von 90 Blut-, 60 Leber- sowie 100 Bratwürsten. Ferner wurden 40 Koteletts, 18 Kilo Sauerkraut sowie 30 Kilo Rösti vertilgt. Daneben konnte man noch Apfelmus, diverse Kuchen und die verschiedensten Getränke haben. Die Bewältigung der anfallenden Rüst- und Backvorbereitungen war ein hartes Stück Arbeit.

Doch die Mühen hatten sich gelohnt, denn man war der einhelligen Meinung, dass diese Metzgete die reichhaltigste gewesen sei. Leider stellte sich heraus, dass die meisten das Volumen ihrer Mägen gehörig überschätzt hatten. Manche mussten kapitulieren, ohne von allem gekostet zu haben. SVP Dietikon