



Das Vorstandsteam der Landfrauen Kleve verabschiedete seine langjährige Schriftführerin Marlies Wollschläger (M.) gebührend.

gerahmt von zwei beeindruckenden Tanzdarbietungen der Tanzgruppe der Landfrauen Weeze aus dem Nachbarbezirk. Was Landfrauen nicht alles – im wahrsten Sinne – auf die Beine stellen! Weiter ging es im Programm mit dem selbst umgeschriebenen Märchen „Lara im Glück“, bei dem alle Bezirksvorstandsmitglieder ihre schauspielerischen Qualitäten unter Beweis stellten. Die Moral von der Geschichte diente Hildegard Geurtz als Aufhänger für ihre Gedanken zum Thema Glück: „Glück

kann so viel bedeuten, jede beurteilt es anders, aber es ist immer die eigene innere Haltung.“ Zum Glücklichein gehöre es, sich wie in dem Märchen den jeweiligen Situationen anzupassen und die Vorteile in Veränderungen zu sehen. Das trage zur eigenen Weiterentwicklung bei. „Erziehung und Lebenssituation haben uns geprägt, aber jeder von uns kann sich zum Glücklichein entwickeln. Positiv denken! Denn die Qualität deiner Gedanken bestimmt die Qualität deines Lebens.“

Ganz praktisch ging es mit dem Glück dann weiter, als Glücksfee Marlies Wollschläger das Glücksrad drehen durfte. Jede Besucherin hatte am Eingang ein Glückslos bekommen. Unter Regie von Carola Jacobs und Assistenz von Hildegard Geurtz wurden einige kleine Glücksgewinne im Saal verlost; Hauptpreise waren zwei pinkfarbene RhLV-Fahrradklingeln. Abschließend wurden gemeinsame Lieder angestimmt: „Froh zu sein bedarf es wenig“ und „Viel Glück und viel Segen“ wurden sogar im Kanon von den Landfrauen gemeinsam gemeistert. So konnten alle den Abend glücklich ausklingen lassen. *as*



Spannung bei der Glücksrad-Verlosung mit der zweiten Vorsitzenden Carola Jacobs.

Fotos: Sabine Aldenhoff

Landfrauen beim Fermentier-Kurs

Fast in Vergessenheit geratene Methoden zum Haltbarmachen und Bevorraten von Lebensmitteln waren Anlass für zwei informative und anregende Treffen der Hubbelrath-Ratinger Landfrauen. Im Frühjahr trafen sich interessierte Landfrauen bereits zum Thema Haltbarmachen von Obst und Gemüse. Nach dem theoretischen Vortrag durch eine Ernährungsberaterin aus eigenen Reihen durften sich alle Landfrauen in der Praxis üben. Gemeinsam wurden Äpfel geschält, geschnitten und eingekocht. Für jede gab es zum Schluss ein gefülltes Einmachglas mit einem leckeren Nachtisch.

Im Oktober folgte der Fermentier-Kurs mit professioneller Hilfe: Marianne Radtke und ihre Tochter vom Natursteinhof Radtke in Langenfeld leiteten den Nachmittag. Zunächst erhielten alle Teilnehmerinnen diverse Kostproben von bereits fermentiertem Gemüse und ge-

trocknetem Obst. Marianne Radtke, eine ausgebildete Kräuterpädagogin, erklärte die Theorie und die verschiedenen Möglichkeiten des Fermentierens (trocken oder nass) und stellte ihre Rezepte vor.

Danach hieß es, selbst Hand anzulegen. Jede Teilnehmerin hatte Schneidebrett, Messer und Gläser mitgebracht. So war es kein Problem, Blumenkohl, Möhren, Rotkohl, Weißkohl und so weiter zu zerkleinern, zu kneten und zu stampfen, um diese dann in die Gläser zu füllen. Diese wurden gegebenenfalls mit Salzlake aufgefüllt. Nach eigenem Ermessen konnten noch Gewürze zugegeben werden. Das zu fermentierende Gemüse wurde in den Gläsern durch Blätter abgedeckt, durch Steine beschwert und danach verschlossen.

Täglich müssen nun die Gläser, die zunächst warm und im Licht stehen, geöffnet werden, um die entstehenden Gase

entweichen zu lassen. Nach etwa einer Woche kann dann endlich probiert werden. Wenn der richtige Säuregrad erreicht ist, müssen die Gläser kühl und dunklen stehen. *Sigrid Rüttger*



Im Frühjahr und vor Kurzem im Oktober gab es zwei sehr lehrreiche Veranstaltungen, die bei den Hubbelrath-Ratinger Landfrauen noch lange nachwirken und schmecken.

Foto: privat