

VEREINE

Besuch

Die Landfrauen Minden-Porta-Oeynhausens besuchen am Montag, 23. April, die Mindener Sauerteig-Fabrik E. Böcker, Ringstr. 55-57. Die Führung beginnt um 14 Uhr, im Anschluss Besuch des Puppen-Museums in der Altstadt zum Kaffeetrinken. Anmeldungen und Info bei Christina Stühmeier, Tel. (05 71) 5 21 48 oder bei Heike Korff-Fertl, Tel. (05 71) 5 09 26 81. Die Veranstaltung im Mai 2012: „Malen mit Frau Kreutzberg“ findet nicht statt.

Grillsaison

Der Neustädter Schützenverein und Spielmannzug eröffnet am Ostersonntag, 7. April, die Grillsaison und lädt ein. Ort der Veranstaltung ist die Schießsportanlage, Westerfeldstraße. Start ab 18 Uhr.

Monatsversammlung

Die Monatsversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Werste findet aufgrund des Osterfestes, erst am Samstag, 14. April, im Werster Hof statt. Beginn ist wie gewohnt um 20 Uhr.

Klönabend

Am Freitag, 6. April, um 19 Uhr findet im Vereinslokal „Zum Wilden Schmied“ der Klönabend des Treckervereins Bad Oeynhausens statt.

Lieder und Geschichten

Mitglieder des Plattdeutschen Klönkreises werden am Samstag, 7. April, um 16 Uhr wieder die Senioren und Seniorinnen des Stifts Eidingsen besuchen. Sie möchten sie mit plattdeutschen Liedern und Geschichten ein wenig unterhalten.

Miteinander reden

■ Kreis Minden-Lübbecke (nw). Miteinander reden – so der Titel eines Kurses, den das Projekt FaBiAn anbietet. Zuhören und mitreden ist gerade bei schwierigen Themen eine Kunst, die erlernt und trainiert werden kann. Wie kann ich mich positiv einbringen? Wie kann ich mich abgrenzen, wenn es zu viel wird und wann fühle ich mich wohl im Gespräch? Diese und mehr Fragen werden im Kurs angesprochen. Kurstermin ist Mittwoch, 18. April, um 19 Uhr. Veranstaltungsort ist das FaBiAn-Haus in Lübbecke, Geistwall 12. Weitere Informationen und Anmeldungen im Büro des Landfrauenservice, Tel. (0 57 41) 85 23 oder per E-Mail an landfrauenservice@t-online.de.

radio WESTFALICA

95.7 | 95.1 | 106.6

Telefon: 0571/837830
www.radiowestfalica.de
info@radiowestfalica.de

Heute im Programm

„Guten Morgen“ mit Nadine Hofmeier
6.20 Comedy
„Baumann und Clausen“
7.20 Comedy
„Das verrückte Telefon“
8.20 Comedy
„Baumann und Clausen“
In der Champions League haben die Bayern gespielt, in Lübbecke haben ganz viele Ostereier Farbe bekommen und wir schicken Sie zu Atze Schröder live in Minden – alle Infos bei uns...
„Am Vormittag“ mit Jan-Philipp Ehlers
10.10 Aktuelles aus dem Mühlenkreis
11.10 Comedy
„Baumann und Clausen“
11.40 Thema des Tages
„Am Nachmittag“ mit Janine Mosler
16.40 Comedy
„Das verrückte Telefon“
17.10 Aktuelle Infos
Lokalnachrichten aus dem Mühlenkreis – immer um halb zwischen 06.30 Uhr und 19.30 Uhr
Der offene Kanal
21.00 – 22.00 „Modern Times“

„Es muss nicht immer Lamm sein“

Einfach und lecker: Die NW hat kulinarische Tipps für das Osterfest zusammengetragen

VON JESSICA KLEINEHELFTEWES

■ Bad Oeynhausens. Was kommt zu Ostern auf den Esstisch? Diese Frage stellt sich jedes Jahr für zahlreiche Menschen, die ihrer Familie oder Freunden ein leckeres Essen zubereiten wollen. Im Gespräch mit der NW verriet zwei Köche und ein Hobbykoch ihre Rezepte für die Osterfeiertage.

Ganz gleich ob zum Mittagessen, Kaffee oder Abendessen, eins steht fest: Schmecken soll es. Schließlich geht mit Ostern auch die Fastenzeit zu Ende. Schlemmen ist also wieder erlaubt. Dass ein leckeres Essen nicht kompliziert oder gar teuer sein muss, zeigen Stephan Miegel und Helmuth Huxohl. Die beiden Köche des Wittekindhofes zaubern zu Ostern ein Menü für rund 2.000 Leute. Statt Lamm kommt ein herzhafter Nackenbraten auf den Tisch. „Es muss nicht immer Lamm sein“, findet Stephan Miegel, Diakon und Koch. Allen Hobbyköchen rät er zur Ruhe am Herd. „Einfach denken“, lautet seine Devise. Der Meinung ist auch Helmuth Huxohl. „Es muss nicht alles perfekt sein.“ So gelingt das Osteressen ganz sicher.

Rainer Volland aus Volmerdingsen mag es zu Ostern gerne süß. „Den Osterfladen und die Ostermänner kenne ich noch aus meiner Jugend“, verriet der Vorsitzende des Arbeitskreises Volms Heimatfreunde.

Die Rezepte seien nicht nur lecker, sondern sähen auch noch gut aus.



Ostern steht vor der Tür: Damit der Teller nicht leer bleibt, gibt es in heute noch einige Rezeptideen für die Feiertage.

FOTO: ADPIP

Herzhaften Nackenbraten vom Schwein, Gemüsevariation und Petersilienkartoffeln

- (Für 6 Personen)
- 1.100 g Nackenbraten vom Schwein
- 2 Karotten
- 1 Gemüsezwiebel
- Eine halbe Knolle Sellerie
- 1 Stange Lauch
- 3 EL Tomatenmark
- 500 ml Brühe
- 1 Schuss Weißwein

Den Nackenbraten würzen (Salz, Pfeffer, Paprika). Den gewürzten Braten mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit ohem Rand scharf anbraten. Von allen Seiten eine braune Farbe nehmen lassen.

Nach dem Braten das Fleisch zur Seite legen und Sellerie und Möhren in walnussgroßen Stücken in der Pfanne anbraten. Die Zwiebel halbieren und mit der Schnittfläche auf die Herdplatte legen, bis sie schwarz ist. (Dann gibt sie der Soße eine kräftige Farbe ohne zuviel Geschmack abzugeben.) Den Lauch walnussgroß in die Pfanne geben, alle Gemüse schön Farbe nehmen lassen. Tomatenmark mitbraten und nach ca. 10 min. mit Weißwein ablöschen.

Den Wein verkochen lassen und anschließend die Gemüse mit Brühe auffüllen.

Den Braten in den Soßenansatz legen und alles abgedeckt ca. 90 min. bei 160° C im Ofen garen. Während der Garzeit den Braten mit dem Soßenansatz mehrmals übergießen.

Nachher das Fleisch aus dem Ansatz nehmen, ruhen lassen (10 min) und in Scheiben schneiden.

Den Soßenansatz durch ein feines Sieb gießen. 40 gr. Butter in einem Topf zerlassen und 40 gr. Mehl mitschwitzen lassen. Wenn sich ein weißlicher Belag am Topfboden bildet den schon etwas abgekühlten, gesiebten Fond hinzugeben und mit einem Schneebesen rasch verrühren. Soße abschmecken.

Das Fleisch mit der Soße bei ca. 90° C abgedeckt im Ofen bis zum servieren warmstellen.

- 1.200 g frisches Gemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Möhren, Kohlrabi, Zuckerschoten)
- 20 g Butter

Die verschiedenen Gemüse

von hell (Blumenkohl) nach dunkel (Brokkoli) bissfest im selben Fond garen. (Fond abschmecken mit Salz, Zucker, Muskat, Zitronensaft) Nach der Garzeit die Gemüse schnell mit kaltem Wasser abkühlen.

Die Butter in dem Gemüsefond geben und auflösen lassen. In diesem Butterfond alle Gemüse vor dem servieren wieder erhitzen.

- 1.200 g Kartoffeln
- 1 Bund Petersilie
- 10 g Butter

Kartoffeln wie gewohnt waschen, schälen und garen. Vor dem servieren noch in Butter und Petersilie anschwemmen, keine Farbe nehmen lassen.

- Dessert:
- Rote Grütze mit Sahne
- 500 g Beerenfrüchte
- 70 g Zucker
- Speisestärke
- 150 ml Johannisbeersaft
- Etwas Kirschwasser

Den Johannisbeersaft mit Zucker zum kochen bringen. Stärke in kaltem Wasser auflösen und den Saft andicken. Noch etwas kochen lassen, bis der Saft klar wird. Vom Herd nehmen und die gefrorenen Früchte vorsichtig unterrühren. Evt. noch Kirschwasser hinzugeben. Mit einem Tupfer geschlagener Sahne noch lauwarm servieren. Als Garnitur Minzblättchen anlegen.

- Broccoliremesuppe mit Rauchlachsstreifen, gerösteter Sesam
- Etwas 750 g Brokkoli
- 2 mittelgroße Kartoffeln
- 1 l Gemüsebrühe
- 250 ml Sahne
- 180 g Rauchlachs
- Sesam

Brokkoli waschen und in kleine Röschen putzen. Zusammen mit den Kartoffeln in der Gemüsebrühe garen. Einige Röschen nach der Garung herausnehmen und schnell abkühlen. Diese werden später als Suppenbeleg gebraucht.

Brühe, Kartoffeln und Brokkoli im Topf pürieren und abschmecken. Evt. Die Suppe mit etwas Stärke nachbinden. Die pürierte Suppe durch ein feines Sieb geben.

Sahne hinzugeben und die



Gut gerührt: Stephan Miegel und Helmuth Huxohl vom Wittekindhof kochen an Ostern für rund 2.000 Menschen. Nach dem herzhaften Nackenbraten gibt es für sie Rote Grütze mit Sahne. Da darf ein Schuss Zitronensaft nicht fehlen.

FOTO: KLEINEHELFTEWES

Suppe vor dem servieren erhitzen aber nicht mehr aufkochen lassen. In einer Pfanne mit wenig Öl den Sesam goldgelb rösten. Lachs in feine Stücke schneiden und mit der Suppe auf einem Teller anrichten. Sesam dazugeben und mit frischen Kräutern garnieren.

Osternest (ergibt 4 Nester)

- 1 Würfel frische Hefe, 42 g
- 500 g Weizenmehl, Typ 405
- 75 g Zucker
- 200 ml lauwarme Milch
- 100 g weiche Butter
- abgeriebene Schale von einer unbehandelten Zitrone

- 1 Prise Salz
- 75 g Sultaninen
- 1 Ei
- 1 Eigelb

- Zum Verzieren:
- 4 Eier
- eventuell Eierfarbe zum Kaltfärben
- 1 Eigelb

Hefe in die Milch bröckeln, mit 1/2 TL Zucker verrühren und zugedeckt an einem warmen Ort 10 Minuten gehen lassen.

Mehl, Butter, Ei, Eigelb, Zitronenschale und den restlichen Zucker in eine Rührschüssel geben. Die Hefemilch dazugießen und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zur Ku-

- 75 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 300 ml Milch
- 100 g Butter
- 1 Ei
- 1 Eigelb
- 200 ml lauwarme Milch
- 75 g Sultaninen
- abgeriebene Schale von einer unbehandelten Zitrone

- Zum Verzieren:
- 2 Eier
- eventuell Eierfarbe zum Kaltfärben
- 4 Sultaninen
- 1 Eigelb

Mehl, Butter, Ei, Eigelb, Zitronenschale und Zucker in eine Rührschüssel geben. Die Hefemilch dazugießen und alles zu einem Teig verkneten. Den Teig zur Kugel formen und zugedeckt an einem warmen Ort 45 Minuten gehen lassen.

Inzwischen die rohen Eier nach Packungsanleitung färben, trocknen lassen und jeweils am dicken Ende anstecken.

Den Teig noch einmal kräftig durchkneten.

1/4 des Teigs für die Männer beiseite legen. In den restlichen Teig die Sultaninen einkneten, den Teig zu einer Kugel formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen (Platz für die Männer lassen). Zugedeckt nochmals etwa 15 Minuten gehen lassen.

Inzwischen für die Männer den Teig halbieren. Aus jeder Hälfte eine etwa 15 cm lange Rolle formen und diese flach leicht flach drücken. Jeweils an einem Ende für die Beine etwa 5 cm tief einschneiden. Für die Arme an den Seiten 3 cm tief einschneiden. Das obere Ende zum Kopf formen, die Sultaninen als Augen eindrücken. Jeweils 1 Ei leicht in den Bauch drücken und die Arme unten herumschließen. Männer und Fladen zugedeckt nochmals etwa 15 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Das Eidgelb mit einer Gabel etwas verquirlen und mit einem Kuchenpinsel, jedes Teignest ringsum dünn einstreichen. Die gefärbten Eierschalen freihalten. Die Osternester auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen, danach auf einem Küchegitter auskühlen lassen.

Osterfladen und Ostermänner (ergibt 1 Fladen und 2 Männer)

- 500 g Mehl
- 1 Würfel frische Hefe
- 100 g weiche Butter

Senioren-Info-Treff im Museumshof

■ Bad Oeynhausens (nw). Der Seniorenbeirat Bad Oeynhausens hat in den zurückliegenden Monaten wesentlich mitgeholfen, Ehrenamtler für den Museumshof und die Hofwassermühle zu finden, um eine regelmäßige Öffnung wieder sicherzustellen. Ab April wird der Seniorenbeirat Bad Oeynhausens regelmäßig „Senioren-Info-Treffs“ auf der Deele im Haupthaus des Museumshofes durchführen. Immer am Donnerstag im Monat von 15.30 bis 17 Uhr steht er älteren Menschen der Stadt für Gespräche/Fragen oder spezielle Themen zur Verfügung.

Die Termine: 26. April, 31. Mai, 28. Juni, 26. Juli, 30. August, 27. September.

Am 31. Mai wird Ingeburg Schramm als Gast anwesend sein. Sie wird Interessenten behilflich sein, alte Familiendokumente in Sütterlin-Schrift zu lesen und zu verstehen.

Hofwassermühle Sonntag geöffnet

■ Bad Oeynhausens (nw). Die Hofwassermühle läuft erstmals am Ostersonntag, 8. April. Von 14 bis 17 Uhr werden dann rund 25 Kilogramm Gerste zermahlen. Die Mühlgemeinschaft wird Besuchern alles erklären. Bis Oktober ist die Mühle an jedem zweiten und vierten Sonntag geöffnet.

Führung durch Auferstehungskirche

■ Bad Oeynhausens (nw). Hans-Jürgen Brinkmann bietet am Samstag, 14. April, um 15.30 Uhr wieder eine Führung in der Auferstehungskirche am Ostkorso an. Er erklärt allen Interessierten die Besonderheiten in dieser Kirche.

Neuer Qigong-Kurs bei der VHS

■ Bad Oeynhausens (nw). Am Dienstag, 17. April, um 18.30 Uhr beginnt unter der Leitung von Rudolf Schmittmann ein neuer Qigong-Kurs bei der VHS. Die „Verjüngungsübungen des Kaisers“, eine der bekanntesten, traditionellen Qigong-Formen zur Gesunderhaltung, sind Inhalt des an neun Abenden stattfindenden Kurses. Er findet im Gymnastikraum des Taiji-Vereins Löhne statt. Anmeldung über VHS Bad Oeynhausens, Tel. (0 57 31) 8 69 55-0 oder über www.vhs-badoeynhausens.de.

Erholsames Radeln

■ Kreis Minden-Lübbecke (nw). Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) bietet am Mittwoch, 4. April, um 16 Uhr eine Fahrradtour zum Alten Amtsgericht nach Petershagen an. Die Streckenlänge beträgt ca. 30 Kilometer. Treffpunkt ist die Geschäftsstelle des ADFC, Vinckestr 1 in Minden. Gäste sind willkommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Umhängetaschen selber nähen

■ Kreis Minden-Lübbecke (nw). In diesem Kurs werden aus unterschiedlichsten Stoffen passend zur Garderobe individuelle Taschen hergestellt. Voraussetzung für die Teilnahme sind Grundkenntnisse im Nähen. Der Umgang mit der Nähmaschine sollte vertraut sein. Für alle Interessierten findet am Dienstag, 10. April, um 20.15 Uhr in den FaBiAn-Räumen ein Vortreffen statt. Der Kurs selber findet statt am Freitag, 20. April, um 16 Uhr sowie am Samstag, 21. April, um 10 Uhr. Die Weitere Informationen und Anmeldung im Büro des Landfrauenservice, Tel. (0 57 41) 85 23 oder per E-Mail an landfrauenservice@t-online.de.