



Endspurt fürs Jahr 2016: Die LG Salemertal bittet zum Silvesterlauf

In die Laufschuhe, fertig – los: Am 31. Dezember lädt die LG Salemertal gemeinsam mit der Gemeinde Salem zum traditionellen Silvesterlauf ein. Der Start ist im Stadion. Los

geht's um 10 Uhr. Die Hauptstrecke ist 11,5 Kilometer lang. Geplante Laufzeit: 60 bis 80 Minuten. Ferner gibt es eine Kurzstrecke mit einer Länge von rund sechs bis acht Kilometern

sowie eine Walkingstrecke mit einer Länge von etwa sechs Kilometern. Wie die Jahre zuvor werden keine Zeiten gestoppt, sodass es ein ganz entspanntes Laufen oder

Gehen wird, schreibt die LG Salemertal. Nach dem Duschen im Clubhaus findet ein gemütlicher Ausklang bei Gebäck und Punsch im Clubhaus statt. sz/Foto: pr

Silvestermenü: Es muss nicht immer Fondue sein

Zum Nachkochen: Küchenchef Ronald Dressel schlägt SZ-Lesern „Zweierlei vom Rind“ für den Jahreswechsel vor

Von Hagen Schönherr

FRIEDRICHSHAFEN - Fondue, Fondue, immer nur Fondue. Wer den Klassiker zum Silvesterabend nicht mehr sehen kann und die Frage leid ist, ob nun Brühe oder Öl in den Topf kommen, kann für den Start ins Jahr 2017 ja mal etwas anderes servieren. Ronald Dressel, Küchenchef im Hotel Maier in Fischbach, hat sich auf SZ-Anfrage ein leckeres Gourmet-Menü ausgedacht. Nachkochen ist nicht schwer.

Es sieht gut aus, passt zur kalten Jahreszeit und – es schmeckt. Wenn Ronald Dressel und sein Jungkoch Daniel Bertsch zu Silvester zum Kochlöffel greifen, dann wird aus zwei saftigen Stücken Rind und Kalbfleisch ein „Zweierlei vom Rind“, serviert mit einem Gemüsebouquet und einem erstaunlich cremigen Selleriemousse. Wir versprechen: Die Gäste werden es lieben einmal nicht ständig nach der Fonduegabel schauen zu müssen – und stattdessen vom Gastgeber verwöhnt zu werden. Die Zutaten finden Sie im nebenstehenden Kasten. Und so funktioniert es Schritt für Schritt:

Das Gemüse zum Schmoren kleinschneiden und ab in die heiße Pfanne. Mit einem gehäuften Esslöffel Tomatenmark wird es zunächst kräftig angebraten. Mit normalem Sonnenblumenöl geht das am besten. Am Ende kommen zehn Pfefferkörner, vier Lorbeerblätter, ein paar Senfkörner, fünf Piment und fünf Wacholderbeeren dazu.

In Form geschnitzt

Davor oder zugleich wird die Rinderschulter scharf in der Pfanne angebraten. Salz und Pfeffer reichen



Mit Liebe zum Detail: Küchenchef Ronald Dressel (rechts) und Jungkoch Daniel Bertsch setzen ihr „Zweierlei vom Rind“ in Szene. FOTO: MARCUS FEY

zum Würzen. Wenn die Schulter rundum schön braun ist, kommt sie zusammen mit dem Schmor Gemüse im offenen Bräter in den Ofen. „Das wird dann bei 170 Grad zwei Stunden geschmort“, sagt Dressel.

Damit bleibt Zeit für die Beilagen: Für das Gemüsebouquet werden ein Blumenkohl, ein Broccoli, Karotten, 100 Gramm Rosenkohl, eine gelbe Beete und 100 Gramm Petersilienwurzel in Form geschnitzt. Stängel, Kugeln, Herzen – alles ist erlaubt. Die Stücke sollten von mundgerechter Größe sein. Außerdem wird ein Kohlrabi in dünne Scheiben geschnitten und diese dann rund ausgestochen. Jetzt braucht es Fingerspitzengefühl: Das Gemüse wird im sprudelnden Wasser von

heller zu dunkler Farbe sortenrein blanchiert, also nur wenige Minuten gekocht und dann in Eiswasser abgeschreckt. So bleibt die Farbe schön.

Nun fehlt noch die letzte Beilage: Während die halben, ausgehöhlten Kartoffeln gar gekocht werden, köchelt kleingeschnittener Sellerie im Topf. Wenn er gar ist, geht es ab in den Mixer – mit 100 Gramm Butter Salz und Pfeffer zum abschmecken. Das geht schnell und

schmeckt nicht nur neuartig, sondern auch sehr lecker.

Dick einkochen schmeckt

Ist das Fleisch im Ofen schon fertig? Holen Sie es nach der Schmorzeit raus und lassen Sie es etwas ruhen, während Sie die Flüssigkeit im Bräter

zusammen mit 800 Milliliter Rinderfonds durch ein Sieb passieren und dann ordentlich einkochen. Die Sauce sollte am Ende schön eingedickt sein, dann schmeckt sie besonders lecker. Das braucht Zeit!

Braten Sie nun die Kalbsfilets in einer Pfanne an, vier bis sechs Minuten sind je nach gewünschter Garstufe richtig. Profis braten die Filets zweimal an, zunächst scharf, dann nach einiger Ruhezeit nochmal in der Pfanne mit Butter und einem Rosmarinzweig.

Jetzt darf angerichtet werden. Richtig schön werden die Teller, wenn die würzige Selleriemousse in die Kartoffeln gespritzt wird. Auch das blanchierte Gemüse will mit Fingerspitzengefühl angeordnet sein. Zuletzt kommen die zwei Sorten Fleisch auf den Teller. Wenden Sie den Rinderbraten in Scheiben vor dem Servieren in der heißen Sauce, die Filets kommen frisch angebraten dazu. Wer sich nun noch etwas verkünsteln will, garniert das ganze mit

etwas frittiertem, hauchdünnen Kartoffelgras. „Das Essen ist mein Favorit. Da ist was Gehobenes dabei und was einfaches. Aber am Ende ist es einfach gute und solide Hausmannskost“, sagt Chefkoch Dressel – und wünscht guten Appetit.

Das Rezept im Video, Vorspeise und Nachtisch

Ihnen fehlen noch Ideen für Vorspeise und Nachtisch? Im Internet haben wir für Sie das Rezept für eine Ententerrine und ein „weißes Schokoladenmousse im Baumkuchen mit Zart-Bitter-Schokoladeneis und Kumquat-Kompott“ aufgeschrieben. Alle Schritte für dieses Silvestermenü führt Ronald Dressel auch im Video vor. Das alles finden Sie unter www.schwaeerbische.de/rind2rind

Zutaten im Überblick (für vier Personen)

- Für das Filet: 1 Kalbsfilet, 30 g Butter und zwei Stängel Rosmarin zum Nachbraten vom Kalbsfilet, Salz, Pfeffer zum Würzen
- Rinderschulter: 1 Kg Rinderschulter zum Schmoren, Gemüse zum Schmoren: 3 Karotten, 2 Zwiebeln, 1 kleine Stange Lauch, 1 Staudensellerie oder 1 kleiner Knollensellerie, 1 gehäufter Esslöffel Tomatenmark, 250 ml Rotwein, 250 ml Madeira, 10 Pfefferkörner, 4 Lorbeerblätter, ein paar Senfkörner, 5 Piment und 5 Wacholderbeeren, 800 ml Rinderfonds aus dem Supermarkt, Salz sowie Pfeffer
- Gemüsebouquet: 1 Blumenkohl, 1 Broccoli, 1 Karotte (wenn möglich Urkarotte oder eine gelbe Karotte), 100 g Rosenkohl, 1 gelbe Beete, 100g Petersilienwurzel, 1 Kohlrabi
- Selleriemousseline: 1 Knollensellerie, 100 g Butter Salz, Pfeffer zum abschmecken, 2 große Kartoffeln

Neue Gruppe für Parkinsonbetroffene

BODENSEEKREIS (sz) - Im Bodenseekreis soll eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit der Diagnose Parkinson und deren Angehörige gegründet werden. Das Gründungstreffen findet am Mittwoch, 18. Januar, um 14.30 Uhr im Friedrichshafener Gemeindehaus St. Petrus Canisius (Petrußsaal), Katharinenstraße 14, statt.

Dort werden Professor Dr. Roman Huber, Chefarzt der Neurologischen Klinik des Klinikums Friedrichshafen, und Brigitte Pfeiffer, die bereits eine Gruppe in Ravensburg leitet, anwesend sein. Parkinson hat Auswirkungen auf viele Lebensbereiche wie zum Beispiel Beruf, Familie, Freizeit und Partnerschaft. In der Gruppe wird das Gespräch über die Diagnose, den Umgang mit der Erkrankung sowie deren Auswirkungen auf die Gestaltung des Alltags im Mittelpunkt stehen. Ebenso ist geplant, dass die Gruppe der Deutschen Parkinson Vereinigung beiträgt, um regelmäßig Infos und Unterstützung dieses Verbands zu erhalten.

Auch sollen Fachärzte und Therapeuten zu einzelnen Treffen eingeladen werden, teilt das Landratsamt in der Vorschau mit.

Anmeldung für das Treffen bei Brigitte Pfeiffer, Telefon 0751 / 79 32 47 oder E-Mail an bapfei@t-online.de

Totentafel

Frickingen

Laura Keller ist am 26. Dezember im Alter von 89 Jahren gestorben. Das Seelenamt mit anschließender Beisetzung ist am Freitag, 30. Dezember, 14.30 Uhr, in der Pfarrkirche in Frickingen.

Meersburg

Marianne Hecher ist am 25. Dezember im Alter von 65 Jahren gestorben.

Schwäbische Zeitung

Markdorf Redaktion
 Leiterin der Lokalredaktion: Julia Freyda (verantwortlich)
 Lokalredaktion: Yvonne Durawa
 88677 Markdorf, Ravensburger Straße 26
 Telefon: 07544/9565-0, Telefax: 0751/2955-99-8089
 E-Mail: redaktionmarkdorf@schwaeerbische.de
 Verlag
 Schwäbische Zeitung Markdorf GmbH & Co. KG
 Geschäftsführer: Andreas Querbach
 Verlagsleiterin: Sylvia Zurell (verantwortlich für Anzeigen)
 Anzeigen: 88677 Markdorf, Ravensburger Straße 26, Telefon 07544/9565-0
 Telefax: 0751/2955-99-8099
 Abonnenten-Service: Telefon: 0751/29 555 555
 Telefax: 0751/29 555 556
 E-Mail: aboservice@schwaeerbische.de
 Monatsbezugspreis: Trägerzustellung Euro 29,90, Postzustellung Euro 31,30, jeweils einschließlich 7% MwSt.
 Das Abonnement kann nur schriftlich mit einer Frist von einem Monat gekündigt werden. Die schriftliche Kündigung muss spätestens am 1. des Vormonats vorliegen.
www.schwaeerbische.de

Weihnachten am Strand, Silvester in den Bergen: Der Weltreiseraeder sendet Grüße

Der Salemer Fotograf Patrick Scholz genießt die Feiertage mit seiner Freundin

SALEM (sz) - Der Salemer Fotograf Patrick Scholz fährt mit dem Fahrrad zugunsten diverser Hilfsprojekte um die Welt. In regelmäßigen Abständen berichtet er in der Schwäbischen Zeitung von seinen Erlebnissen. Die weihnachtlichen Feiertage hat er gemeinsam mit seiner Freundin in Vietnam verbracht.

Die beiden am weitesten verbreiteten Religionen Vietnams sind der Buddhismus und der Konfuzianismus. Der Großteil der Vietnamesen bekennt sich jedoch zu keiner Konfession und über 80 Prozent der Bevölkerung gibt an Atheisten zu sein. Doch auch Vietnam bleibt von westlichen Einflüssen nicht verschont. So hat sich über die Jahre eine etwas amerikanisch anmutende Weihnachtskultur entwickelt, bei der es

sich weniger um den religiösen Hintergrund, als viel mehr um eine Gelegenheit, seine Liebsten zu beschenken, handelt. Besonders bei jungen Pärchen hat sich das Fest als eine Art zweiter Valentinstag etabliert.



Weihnachten am Strand: Patrick genießt die Zeit mit Freundin Lisa.

Echte Tannen wachsen in den tropischen Klimazonen keine, dafür werden Plastikbäume kunstvoll dekoriert. Wie so oft in Südostasien gilt: Kitsch ist Trumpf – je mehr Glitzer und Schmuck auf den Zweigen Platz findet, desto besser. Das Christkind ist hier kaum jemandem ein Begriff, der Coca-Cola-Weihnachtsmann ist dagegen omnipräsent und in Hanoi Straßen findet man die typisch rot-weißen Bommelmützen an nahezu jeder Ecke.

In den ländlichen Regionen bekommt man von dem ganzen Weihnachtsstrubel hingegen nahezu gar nichts mit. Dies mache ich mir zunutze, um dem wilden Treiben zu entkommen. Lisa, meine Freundin, ist über die Feiertage und Neujahr zu

Besuch bei mir, und gemeinsam ziehen wir uns in den warmen Süden Vietnams zurück. An weißen Sandstränden in Zentralvietnam genießen wir bei angenehmen Temperaturen die Ruhe und tauschen glitzerndes Lametta und bunten Christbaumschmuck gegen die Farbenpracht der Fische, die wir beim Schnorcheln bestaunen.

Anschließend zieht es uns in den bergigen Norden. Es ist das zweite Weihnachtsfest, das ich auf dieser Reise außerhalb Deutschlands und fern von Familie und Freunden verbracht habe, und sende meine herzlichsten Weihnachtsgrüße in die Heimat und wünsche allen Lesern einen guten Rutsch in das kommende Jahr!



Der westliche Einfluss ist auch in Vietnam zu spüren: Auch in Südostasien wird vieles weihnachtlich dekoriert. FOTOS: PATRICK SCHOLZ