



Genusslabor

Windbeutel mit Likör-Spritze

1 dl Wasser, 25 g Butter und 1 Esslöffel Zucker mit 1 Prise Salz aufkochen, Hitze reduzieren. 60 g Mehl auf einmal beigegeben, mit einer Kelle rühren, bis sich ein geschmeidiger Teigkloss bildet, etwas abkühlen. 1 verklopftes Ei (ca. 75 g) darunterrühren.

Formen: Teig in einen Einweg-Spritzsack füllen, Spitze abschneiden, ca. 24 Häufchen von ca. 2 ½ cm Ø auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen.

Backen: ca. 30 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Ofen nie öffnen! Ofenküchlein herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen. Mit Puderzucker bestäuben.

Servieren: Je 1 ½ Esslöffel Cremelikör (z. B. Amarula) in eine Einwegspritze (in Apotheken erhältlich) aufziehen. Zu den Windbeuteln servieren. Likör erst unmittelbar vor dem Genuss in die Windbeutel spritzen.



Ein schönes Rot für die Erdbeerkonfi

Bei selbst gemachter Erdbeerkonfitüre ist die Enttäuschung gross, wenn die anfänglich so schön rote Konfi sich mit der Zeit braun verfärbt. Geniessbar ist sie dennoch, aber wer die rote Farbe behalten möchte, muss die Konfitüre bis zur Verwendung tiefkühlen und erst vor Gebrauch auftauen.



Kartoffelsalat für Eilige

So schnell kommen Sie in den Genuss eines köstlichen Kartoffelsalats: Frühkartoffeln mit der Schale in Scheiben schneiden, weich dämpfen oder dampfgaren. Dampfgaren: Kartoffeln in gelochter Schale nach Erreichen der Temperatur von 100 Grad ca. 18 Min. garen. Noch warm mit der Salatsauce mischen.

Öko, logisch

Im Trend: Carrotmob

Gemäss einer alten Weisheit lässt sich ein störrischer Esel nicht mit der Peitsche motivieren, sondern mit einem Rüebli, das man ihm vor die Nase hält.

Das Gegenteil von Boykott

Diesem Prinzip folgt auch der sogenannte Carrotmob (engl. carrot [Rüebli]). Die Bewegung entstand in Kalifornien mit dem Ziel, Ladeninhaber für die Umwelt zu sensibilisieren, ohne den moralischen Zeigefinger zu heben, sondern indem man ihnen eine Belohnung in Aussicht stellt.

Ein Carrotmob ist im Grunde das Gegenteil eines Boykotts: Per Internet, SMS, Flyer usw. werden Hunderte von Konsumenten mobilisiert, die an einem bestimmten Tag in einem bestimmten Laden einkaufen. Unter einer Bedingung allerdings: Der Ladeninhaber verpflichtet sich vorher, einen Teil des erzielten Mehrumsatzes in energiesparende Massnahmen zu investieren.

Es gibt nur Gewinner

Bei einem Carrotmob gibt es keine Verlierer: Der Laden steigert damit Image und Bekanntheit. Und der Konsument hätte seine Einkäufe ohnehin irgendwo besorgen müssen – warum nicht bei jemandem, der etwas für die Umwelt tut?

Carrotmob-Gruppen gibt es derzeit in Basel, Zürich, Bern und Nidwalden, weitere sind in Planung. Wer an Carrotmob interessiert ist oder selber eine Gruppe aufbauen möchte, findet weitere Infos auf www.carrotmob-basel.ch, www.carrotmob-zuerich.ch, www.nidwalden.carrotmob.org und www.carrotmob.org.