



LENGERICH WOCHENBLATT **EXTRA**

20. Januar 2018 · www.ag-muensterland.de · kostenlos

Richtige Wahl

Rote Rosen zum
Valentinstag | Rückseite

Foto: Susann Prautsch/dpa

Ausgefallene Kombination

Reibekuchen mit Matjestatar

Einkaufszettel

(für 4 Personen)

Reibekuchen mit Matjestatar

- 600 g Kartoffeln
- 4 gestrichene EL Mehl
- 2 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 4 EL Avocadoöl
- 250 g Matjes nordische Art, Abtropfgewicht
- 2 Gewürzgurken
- 2 TL Kapern
- 1 Zwiebel
- 50 g Rote Bete
- 300 g Saure Sahne
- Zitronensaft
- 2 TL Senf
- 2 EL fein gewiegter Dill
- 2 EL fein gewiegte Petersilie

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, abspülen und grob reiben. Mit dem Mehl und den Eiern vermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Avocadoöl in einer Pfanne erhitzen und acht Reibekuchen ausbacken.

Matjes abtropfen lassen und fein hacken. Gewürzgurken und Kapern ebenfalls fein hacken, die Zwiebel in Ringe, Rote Bete in Würfel schneiden und alles mit den gehackten Matjes mischen.

Saure Sahne mit Zitronensaft, Senf und Kräutern zu einem Dip verrühren, pikant abschmecken. Matjestatar mit dem Dip auf den Reibekuchen anrichten und mit frischem Dill garnieren.

Pro Person: 538 kcal (2251 kJ), 26,3 g Eiweiß, 29,2 g Fett, 40,8 g Kohlenhydrate

RÄTSEL und DENKSPORT

geben, abtreten	EEGI NNOT	AEIL NSTV	BEIL	AAH LNT	EMS	EEF INR	ENO	ABERT	EEHNR	AENS	DEEGI LNSS
5							enorm				
Vorname des Autors Hansun		Bühnenbild					GIOO RRS	nicht dunkel			
			persönliches Fürwort (3. Fall)			ABIK	eigenes Tun be- dauern			DEI INW	
	4			AAKMR	nicht schmal			EEGTU		Kfz-Z. Wies- baden	
gebra- tene Fleisch- schnitte		AEMR	nicht groß					kristal- liner Schleifer			
arabi- sches Fürsten- tum				ADR			feine Haut- öffnung		kurz für: an das		
			MO	ordent- lich					ER	BO	
biblische Männer- gestalt			Kalifen- name			Welt- organi- sation (Abk.)		proben			
Fürsten- haus von Monaco							Komet				

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

LÖSUNGEN

WORTSUCH

2 0 7 + 2 9 6 = 5 0 3

2 7 + 2 8 8 = 3 1 5

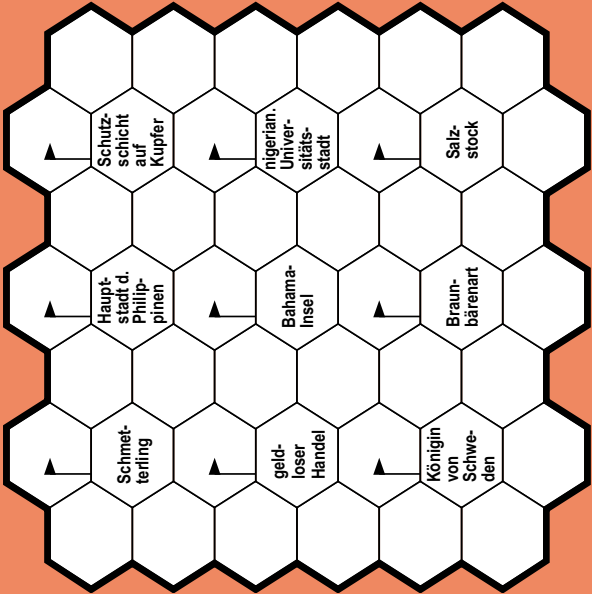
2 3 4 + 5 8 4 = 8 1 8

KREUZWORTSUCH

2 3 4 + 5 8 4 = 8 1 8

WORTSUCH

2 3 4 + 5 8 4 = 8 1 8



A	K	K	O	R	D	E	R	N	I	P	K
S	T	O	R	C	H	S	H	R	E	K	S
Z	R	U	N	Z	L	S	T	R	O	P	E
L	B	U	N	Z	W	U	Y	A	E	S	L
Z	K	A	N	A	M	E	R	I	D	A	R
B	A	N	U	D	K	S	L	R	E	T	C
E	L	H	A	P	A	E	N	L	A	P	R
G	J	N	E	N	E	L	N	N	E	R	I

AKKORD
ALTAN
CREME
EARL
ESPE
IRRITUM
KANU
KONTUR
KUEKEN
MADE
NENNER
ORDERN
PAELLA
SPEISE
STADT
STORCH
TROPEN
WANZE
ZUNAME



Es kommt nicht auf die Menge, sondern auf die Geste an: Wie viele Rosen am Valentinstag geschenkt werden, spielt keine Rolle. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Rote Rosen zum Valentinstag

Worauf Valentins beim Blumenkauf achten sollten / Alternativen zum Klassiker

Sie ist und bleibt der Klassiker zum Valentinstag: die rote Rose. Hohe Preise um den Tag der Liebenden und Bedenken zur Produktionsbedingung schrecken die wenigsten ab, sie am 14. Februar als Geschenk für den Partner oder Flirt zu kaufen. Aber es geht auch anders.

Günstiger

Die Preise für rote Rosen explodieren zum Valentinstag. Dabei sind andere Blütenfarben auch eine gute Botschaft: „Rote Rosen ste-

hen für Leidenschaft, weiße für Reinheit und Heiligkeit und gelbe für Dankbarkeit und Vergebung“, sagt Jens-Uwe Winkler vom Fachverband Deutscher Floristen in Gelsenkirchen. Wer sich der Zuneigung des Gegenübers noch nicht sicher sein kann, dem empfiehlt er rosa- oder pinkfarbene Blumen. „Diese Rosen stehen für die junge Liebe, also wenn man noch nicht weiß, woran man ist.“

Nur eine

Wie viele Rosen am Valentinstag geschenkt werden, hat keine besondere Bedeutung, findet Winkler. „Es kommt nicht auf die Menge, sondern auf die Geste an.“ Ganz aus Rosen muss ein Strauß ja auch nicht bestehen. Die Königin der Blumen kann zum Beispiel mit Frühlingsblumen, einem Heidelbeerzweig oder klassisch mit Schleierkraut kombiniert werden.

Qualität

Um den Beschenkten lange Freude zu bereiten, sollte man beim Rosenkauf darauf achten, dass alle Blütenblät-

ter, auch die am Rand, frisch aussehen und keine trockenen oder schrumpeligen Stellen haben, empfiehlt Anne Staeves vom Bundesinformationszentrum Landwirtschaft in Bonn. „Keinesfalls dürfen sich die Köpfe schon biegen, der Stängel unterhalb der Blüte muss fest sein. Es dürfen auch keine welken Blätter vorhanden sein.“

Nachhaltig

Schnittrosen zum Valentinstag kommen meist aus Kenia, Äthiopien, Kolumbien und Ecuador und sind mit großen Transportwegen verbunden. Das hat auch Folgen für die Umwelt. „Wenn Blumen mit dem Flugzeug transportiert werden, entstehen dadurch hohe CO₂-Emissionen. Aber auch lange Lkw- und Schiffs Transporte sind aus ökologischen Gesichtspunkten kritisch“, sagt Corinna Hölzel vom Bund für Umwelt und Naturschutz. Darüber hinaus sind die Produktions- und Arbeitsbedingungen

vielerorts problematisch. „Leider erkennt der Verbraucher beim Blumenkauf meist nicht das Herkunftsland und hat auch keine Informationen über die ökologischen und sozialen Standards, unter denen die Schnittblumen produziert wurden“, erklärt Hölzel vom BUND. Wem nicht egal ist, woher Rosen stammen, muss Siegeln wie Fair-trade vertrauen.

Alternativen

Wer auf Schnittrosen am Valentinstag verzichten möchte, kann Frühlingsblumen wie Tulpen, Ranunkeln, Freesien, Narzissen und Hyazinthen verschenken. Oder Rosen im Topf. Sie sollten aber bald in den Garten gesetzt werden. (dpa)



Foto: Florian Schuh/dpa-mag



Postfach 1625, 49516 Lengerich
Tel. 0 54 81/93 78-0
Fax 0 54 81/93 78-59

Herausgeber und Verlag:
Aschendorff Medien GmbH & Co. KG

Vertrieb:
Tel. 0 54 81/93 78-40

Anzeigen: Olaf Heinze
Tel. 0 54 81/93 78-50

Anzeigenannahme:
Westfälische Nachrichten
Tel. 0 54 81/93 78-0
Fax 0 54 81/93 78-59
E-Mail

anzeigen.len@aschendorff-medien.de
Rathausplatz 12, 49525 Lengerich
Das Lengericher Wochenblatt
erscheint in Verbindung mit den
Westfälischen Nachrichten, Lengerich.

Anzeigenpreisliste vom 1. Januar 2018
AGM Anzeigenblattgruppe
Münsterland