

Schluderns

Vegan kochen

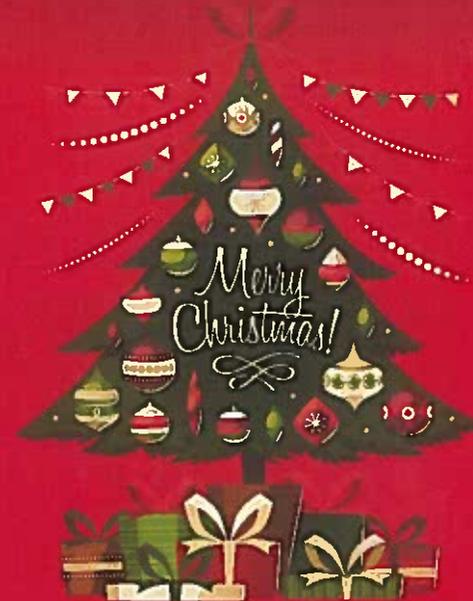


Ein Programmpunkt der Katharinawoche in Schluderns war der vegane Kochkurs für Jugendliche mit Katharina Pobitzer (vorne rechts im Bild). Viele leckere Gerichte wurden kreiert und serviert

Zum Veranstaltungsprogramm in der Katharinawoche in Schluderns vom 18. bis 21. November 2023 zählte heuer auch „Vegan kochen für Jugendliche“. Acht Jugendliche nutzten die Gelegenheit und schritten unter Anleitung von Katharina Pobitzer in der Kulturhausküche zur Tat. Sie kreierten unterschiedliche Gerichte aus Zutaten mit ausschließlich pflanzlichen Inhaltsstoffen. Das heißt, es wurden keine tierischen Produkte verwendet, keine Butter, kein Fleisch, keine Eier...Kurzum, alles das, was in den meisten Küchen ihrer Mütter und Großmütter seit jeher alltäglich ist, war an diesem Nachmittag tabu. Die Bandbreite an Lebensmitteln, die Veganerinnen und Veganern zur Verfügung steht, kann sich dennoch sehen lassen, Sie beinhaltet unter anderem Gemüse und Obst wie Tomaten, Kohl, Rote Bete, Kürbis, Knoblauch, Oliven, Brokkoli, Äpfel, Nektarinen, Beeren, Bananen, Hülsenfrüchte wie Linsen, Erbsen, Pflanzenöle und einiges mehr. Und die jungen Köchinnen waren wissbegierig und fleißig. Anhand von ausgeklügelten Rezepten zauberten sie schmackhafte Schmankerl auf den Tisch, die



allen sehr gut schmeckten. Und wie es sich im Hinblick auf den Kirchtag gehört, gab es auch vegane „Kiachl“ und „Kropfn“, die den nicht veganen in nichts nachstanden. Für beste Rahmenbedingungen rund um das Kochen und das gemeinsame Essen sorgten Mitglieder des Katholischen Familienverbands KFS. Dieser hatte den Kochkurs zusammen mit dem Bildungsausschuss organisiert. Die Verantwortlichen dieser beiden Organisationen zählten zu den Hauptakteuren bei Programmgestaltung für die Katharinawoche. Mit eingebunden waren auch jene der Öffentlichen Bibliothek. (mds)



„Zeigt her Eure Tannen!“ Weihnachtsbaumwettbewerb 2023

Die schönsten Bäume der eingesandten Fotos werden belohnt!

Die Weihnachtsbaum-Jury, bestehend aus BM Roselinde Gunsch Koch, Pfarrer Werner Mair und Magdalena Dietl Sapelza vom Vinschger Wind, wählt und prämiert die schönsten Weihnachtsbäume aus allen, bis zum **7.01.2024** an redaktion@vinschgerwind.it eingesandten Bildern.

Die Gewinnerbäume werden im Vinschger Wind im Januar 2024 mit Bild namentlich veröffentlicht. Die Gewinner des 4.-33. Preises werden namentlich genannt.

Ab 1. März 2024 sind alle Gewinner in der „Hall of Fame“ auf www.weihnachtsbaeume.it verewigt.

1. Preis:

1 Weihnachtsbaum & 150€ Baumschmuck oder Zubehör

2. Preis:

1 Weihnachtsbaum & 75€ Baumschmuck oder Zubehör

3. Preis:

1 Weihnachtsbaum & 35€ Baumschmuck oder Zubehör

Schönster Baum im Aussenbereich:

1 Weihnachtsbaum & 35€ Baumschmuck oder Zubehör

Sonderpreis der Jury:

1 Weihnachtsbaum & 75€ Baumschmuck oder Zubehör

Skurrilster Baum:

1 Weihnachtsbaum & 35€ Baumschmuck oder Zubehör

Schönster kleiner Baum:

1 Weihnachtsbaum & 35€ Baumschmuck oder Zubehör

4. - 33. Preis:

Gutschein von 11€ auf Weihnachts -Baum, oder -Schmuck



Die Preise sind ab dem **1. Dezember 2024** am **Weihnachtsbaumstandl am Bahnhof Spondinig** gegen Vorlage der Urkunde oder eines Ausweises abzuholen.

Bekanntgabe der Gewinner im Vinschger Wind - Ausgabe Januar oder unter www.weihnachtsbaeume.it