



**Eigenheimer- und Gartenbauverein
Wörth an der Isar e.V.**



VERBAND **WOHNEIGENTUM**

Einfach gut leben!

VOM GREDBANKERL

09/2025



Liebe Mitglieder und Freunde,

die ersten zwei Wochen im August waren von großer Hitze geprägt. Temperaturen über 30 °C gab es häufig, umso mehr kam in Folge die Abkühlung durch Gewitter gerade recht. Ich finde es immer wieder faszinierend wie schnell sich dann die Natur, z.B. der Rasen wieder erholt.

DURCHGEFÜHRTE VERANSTALTUNGEN

Donnerstag, 14.08.2025 Fischräuchern

Mittlerweile schon traditionell, fand am Tag vor Maria Himmelfahrt wieder unser Fischräuchern statt. Das Fischräuchern führen wir nun schon seit 2003, also 21 Jahre schon. Damals erzählte unser Ausschussmitglied Georg Braun davon, dass er einen geräumigen Räucherofen habe und so entstand die Idee den Mitgliedern geräucherte Forellen anzubieten. Kurzerhand wurde der etwas reparaturbedürftige Räucherofen geholt und wieder auf Vordermann gebracht. Seit 2003 wurden somit knapp 2.000 Forellen oder Saiblinge geräuchert.

Nun war es auch 2025 wieder so weit. Bereits am Vortag wurden die 90 Fische von Franz Luderfinger, Alfons Heinrich, Theo Gahr und Erwin Osen ausgenommen, geputzt und in eine Gewürzlake eingelegt.

Am Donnerstag wurden die Forellen aus der Lake genommen, aufgenadelt und im Räucherofen geräuchert. Das Küchenteam bereitete die Bratkartoffeln und den Gurkensalat vor, die Männer den Ausschank, Ausgabestation und die Bestuhlung.

Ab 18.00 Uhr ging es los. Erfreulicherweise entscheiden sich die meisten Mitglieder für den Verzehr vor Ort in geselliger Runde. Ein paar Mitglieder holten sich die Fische ab und verzehrten Sie in ihrer gewohnten Umgebung zuhause.

Für mich als Vorstand macht es einfach Freude, wenn die Helferinnen und Helfer ohne großes Gerede in bester Stimmung Hand in Hand arbeiten. Daher gilt natürlich diesen fleißigen Händen mein besonderer Dank. Danke aber auch an die Mitglieder, die dieses Event mit Leben füllen.

Die Teams:

Fische putzen: Alfons Heinrich, Theo Gahr, Franz Luderfinger, Erwin Osen

Küchenteam: Marion Rannow, Pauline Igerl-Stöckl, Gabi Moritz, Kathi Luderfinger, Rosemarie Stemberger, Kornelia Biller, Irene Messmann und Gaby Osen.

Aufbau, Ausschank: Franz Luderfinger, Karl Schäfferer, Markus Czoppik, Christian Stöckl und Roland Vater.

Räuchern: Erwin Osen





GEPLANTE VERANSTALTUNG

Freitag, 13.09.2025 Gartlertreff – entfällt –

Der geplante Gartlertreff entfällt urlaubsbedingt.

Samstag, 20.09.2025 Tagesausflug ins Allgäu

Die Fahrt führt uns zunächst an den Forggensee. Bei einer Schifffahrt auf dem See, vorbei am Musical-Theater, können Sie das alpenländische Panorama mit Blick auf die Königsschlösser erleben. Nach der Schifffahrt erkunden Sie das Städtchen Füssen auf eigene Faust. Sie können auch



in den Cafe's und Gaststätten einkehren. Danach geht es weiter nach Kempten. Im Rahmen einer Stadtführung erkunden wir die Stadt, die früher zweigeteilt war. Der



Der katholische Teil mit einem Erzbischof an der Spitze und der weltlich, protestantische Teil mit einem Fürsten an der Spitze sind heute vereint. Zum Abendessen kehren wir auf der Rückreise in



Fürstentum Fürstentum beim Marthabräu ein. Der Reisepreis beträgt ca. 65,- €/Person. Anmeldungen werden bei Erwin Osen unter TelNr. 8021 entgegengenommen.



INFORMATIONEN VOM VERBAND

Der Verband Wohneigentum, unser Dachverband, bietet seinen Mitglieder viele Informationen rund um Haus und Garten.

Neben der Zeitschrift „Familie Heim und Garten gibt es weitere Medien, die Sie nutzen können, wie die Homepage des Verbandes: www.verband-wohneigentum.de .

Aber auch auf Facebook oder Instagram ist der Verband Wohneigentum mit seinen vielfältigen Informationen aktiv.

Da gibt z.B. der Newsletter der Gartenfachberatung ertvolle Informationen www.gartenberatung.de Darüberhinaus werden auch häufig Webinare angeboten, an denen Sie online teilnehmen können.

DER KLEINE GARTLER

Wir suchen engagierte Mitglieder, die sich um gemeinsame Aktivitäten mit Kindern unserer Mitglieder kümmern möchten. Z.B. Basteln mit Kinder, Garteln mit Kinder, Zeltlager etc.

Kommen Sie einfach auf mich oder meine Kollegen im Vorstand zu. Sprechen Sie uns direkt an. Rufen Sie an oder schicken Sie einfach eine E-Mail an erwin.osen@t-online.de .



Diesen Aufruf habe ich in fast jedem Gredbankerl, leider gibt es wohl bei unseren 370 Mitglieder niemanden, der hier mit uns für unsere Kinder etwas gestalten möchte. Bis heute hat sich leider noch niemand gemeldet – Schade!

Windrad-Wirbel

Ein Windrad zeigt dir, wie stark der Wind weht und aus welcher Richtung er kommt – wie ein kleiner Windanzeiger.

Das brauchst du dafür:

- buntes oder einfarbiges, quadratisches Papier, 15 cm x 15 cm (z. B. Origami-Papier oder dünne Pappe)
- Pinn-Nadel
- einen dünnen Holzstab oder -spieß (mind. 25 cm lang)
- Lineal und Bleistift
- Schere und Klebstoff



Knicke das Papier zweimal diagonal über die Ecken.



Mache an jeder Ecke einen Punkt, der ein kleines Stück weiter als die Hälfte von den Spitzen aus zur Mitte liegt.



Schneide mit der Schere an den Falzlinien bis zu den eingezeichneten Punkten ein.



Bestreiche jede zweite Spitze mit Kleber. Dann falte alle Kleebecken zur Mitte, bis sich die Spitzen dort treffen. Gut andrücken und kurz warten.



Schneide einen kleinen Kreis aus (etwa 1-Cent-groß) und klebe ihn in die Mitte. Dann stich vorsichtig mit der Nadel durch die Mitte. Am besten hilft dabei ein Erwachsener.



Stecke die Nadel durch das Papier in den Stab. Mit einem Hammer geht's leichter, bitte am besten noch einmal um Hilfe. Bieg die Nadel um, aber nicht zu fest, damit sich das Windrad drehen kann.

TIPPS FÜR DEN GARTLER

LETZTE CHANCE FÜR SPINAT & CO.: DAS GEHT JETZT NOCH IN DIE ERDE

Während des Hochsommers ist der August noch ein idealer Monat für die Aussaat. Viele Gemüse und Kräuter können weiterhin gepflanzt werden, um die Wachstumsaison voll auszuschöpfen und bis in den späten Herbst hinein frische Ernten zu sichern.

Gemüse aussäen im August

Radieschen: Radieschen wachsen schnell und eignen sich perfekt für eine späte Aussaat. Innerhalb von vier bis sechs Wochen sind sie erntereif und somit ideal für eine letzte Aussaat im August.

Buschbohnen: Buschbohnen lieben es warm, deswegen kann man sie auch von Juni bis Anfang/Mitte August noch ins Freiland säen. So können Sie im Herbst noch einmal reife Bohnen ernten.

Spinat: Säen Sie Spinat bis Ende August aus, um eine späte Herbsternte zu ermöglichen. Wählen Sie frostresistente Sorten, um die Ernte bis in die kälteren Monate zu verlängern.

Feldsalat: Feldsalat ist winterhart und eignet sich hervorragend für die Aussaat im späten Sommer. Er gedeiht auch bei kühleren Temperaturen und liefert frischen Salat im Herbst und Winter.

Rucola und andere Blattsalate: Jetzt noch gesät, sind die Blattsalate bald gekeimt und kurz darauf bereit für die Ernte.

Winterpostelein: Die Aussaat von Winterpostelein (auch Winterportulak) im August ist eine gute Wahl. Das robuste Blattgemüse ist frostbeständig und braucht kaum Pflege aus.

Schwarzer Rettich: Die Aussaat des Schwarzen Rettichs im August bietet den Vorteil, dass die kühleren Herbsttemperaturen die Entwicklung kräftiger Wurzeln fördern, ohne dass die Pflanzen zu schnell in die Blüte gehen. Das Wurzelgemüse kann bis in den Winter hinein geerntet werden und ist bekannt für seinen scharfen, markanten Geschmack und selbst gemachtem Hustensaft.

Kräuter säen im August

Viele Kräuterarten können jetzt noch gepflanzt werden, damit Sie bis in den Herbst hinein frische Aromen genießen.

- Dill
- Petersilie
- Liebstöckel (Mitte August- Mitte September)
- Koriander (Anfang Juli bis Mitte August)
- Pimpinelle
- Schnittknoblauch

Blumen säen im August

Viele winterharte einjährige Blumen wie Ringelblumen und Kornblumen können im August gesät werden. Sie keimen vor dem Winter, überwintern als kleine Pflanzen und blühen früh im nächsten Jahr.

Einige Stauden können noch im August gesät werden. Sie benötigen oft eine Kälteperiode zum Keimen, sodass eine Aussaat jetzt ideal ist, um im Frühjahr zu sprießen.

Wer früh im Jahr blühende Kornblumen möchte, kann sie bereits im Vorjahr im Herbst säen.

Tipps für die Aussaat im August:

Wasser: Gießen Sie die Aussaaten regelmäßig, besonders in den ersten Wochen, da der Boden im August oft sehr trocken ist.

Standort: Wählen Sie einen Standort, der den Bedürfnissen der jeweiligen Pflanze entspricht. Einige Pflanzen bevorzugen volle Sonne, andere gedeihen besser im Halbschatten.

Schutz: Schützen Sie junge Pflanzen vor starkem Regen und Schädlingen, um eine gesunde Entwicklung zu gewährleisten.

TIPPS FÜR DIE KÜCHE

FISCHMENUE FÜR FAMILIE UND FREUNDE

Zum perfekten Genuss gehören verschiedene Aromen und so sind frische Kräuter aus dem Garten, fruchtiges Olivenöl und gute Süßwasserfische aus heimischen Gewässern die Basis für die nachfolgenden Fischmenüs. Überraschen Sie Ihre Lieben mit einem großartigen Mahl. Investieren Sie in hochwertige Zutaten – der Erfolg ist Ihnen sicher!

Menü 1 (Rezepte für 4 Personen)

Vorspeise

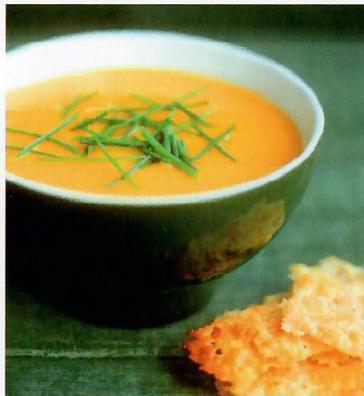
Möhren-Linsen-Creme

Zutaten:

1 Zwiebel
250 g Möhren
2 EL Olivenöl
Salz
1 EL gemahlene Koriandersamen
300 ml Hühnerbrühe
100 g rote Linsen
¼ TL Harissa Gewürzpaste
Saft von 1 Orange
1 EL frischer Dill

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und würfeln. Putzen, schälen und schneiden Sie die Möhren in Scheiben. Zwiebel in



Diese farbenfrohe Möhren-Linsen-Creme ist die perfekte Vorspeise.

heißem Öl glasig dünsten, Möhren mitdünsten. Würzen Sie mit Salz und Koriander, löschen Sie mit der Brühe ab und köcheln alles zuge deckt 20 Minuten. Linsen, Harissa und Orangensaft zu den Möhren geben und 15 Minuten garen. Dill klein schneiden. Die Linsen abkühlen lassen, abschmecken, pürieren und Dill zugeben.

Hauptspeise

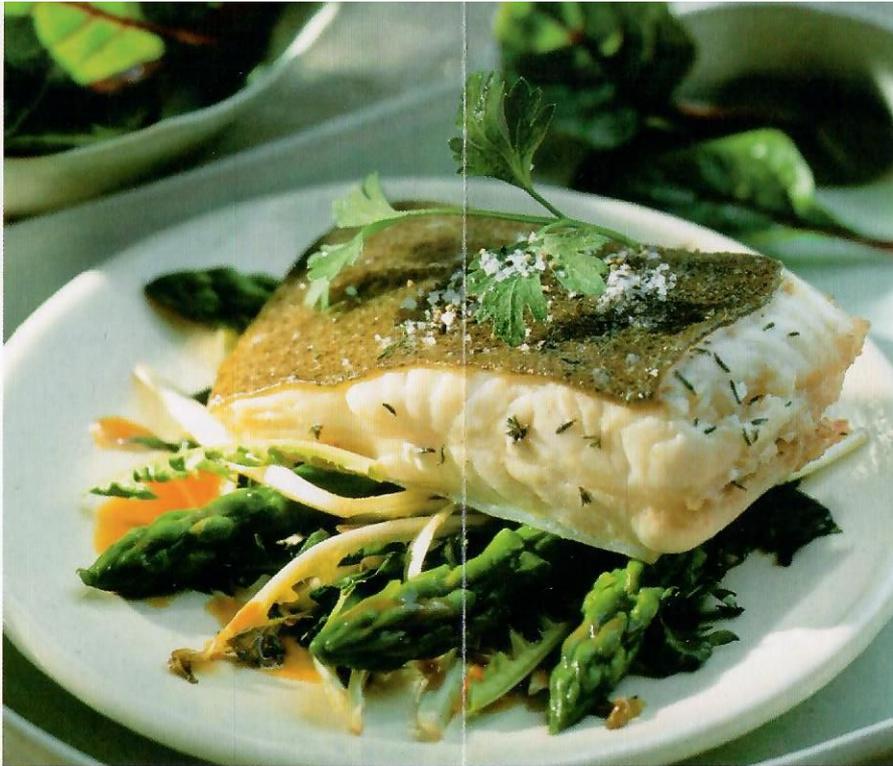
Steinbutt auf Spargel-Löwenzahn-Gemüse

Zutaten für 4 Portionen:

3 EL Butter
500 g grüner Spargel
2 Handvoll Löwenzahnsalat
4 Stücke Steinbuttfilet mit Haut
(à ca. 180 g)
2 EL Weißweinessig
einige Spritzer Worcestersoße
1 Prise Zucker
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Schälen Sie vom Spargel nur das untere Drittel. Sie schneiden die Enden ab und waschen ihn in kaltem Wasser. Bündeln Sie den Spargel in Portionen. Bringen Sie in einem hohen Topf Wasser zum Kochen und geben Sie etwa 2 Teelöffel Salz dazu. Stellen Sie den Spargel so hinein, dass das Wasser nur bis unterhalb der Köpfe reicht. Spargel in etwa



Bei diesem Gericht sind mit Löwenzahn, Spargel und Steinbutt Einfaches und Edles aufs Köstliche vereint.

12 Minuten bissfest garen. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Sie waschen den Löwenzahn, putzen und verlesen ihn, trocknen ihn und zerkleinern



Wer Lust hat, bietet zum Abschluss noch Käse und Brot zur Selbstbedienung an.

ihn mundgerecht. Sie brausen die Fischfilets kalt ab, tupfen sie trocken und würzen sie mit Salz und Pfeffer. Braten Sie die Filets in nicht zu heißer Butter auf jeder Seite ca. 4 Minuten an. Den Essig mit Worcestersoße, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren und das Öl mit einem Schneebesen unterschlagen. Zum

WÜRZE FÜR FISCHGERICHTE

In der Fischküche hat das Würzen eine besondere Bedeutung. Gewürze und Kräuter betonen den feinen Geschmack der Fische. Zu den Kräutern, die besonders gut mit Fisch harmonieren, gehören: Basilikum, Dill, Estragon, Kerbel, Liebstöckel, Pimpinelle oder Salbei. Knoblauch, Lorbeer und Zitronenschale bringen interessante Geschmacksnuancen.

Servieren verteilen Sie den Spargel und den Löwenzahn auf Teller, beträufeln sie mit der Soße und richten die Steinbuttfilets darauf an.

Beilage

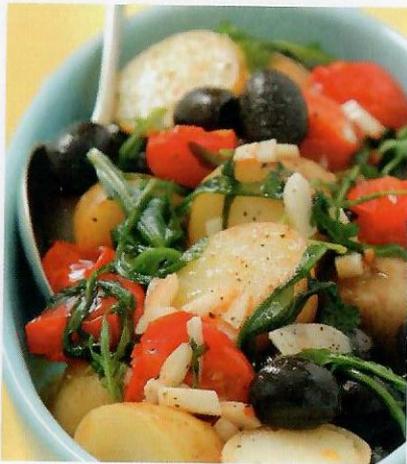
Kartoffelsalat

Zutaten:

800 g kleine Kartoffeln
4 EL weißer Balsamico
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker
1 TL Dijon-Senf
8 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
250 g Kirschtomaten
5 EL Kapern, abgetropft
1 TL Thymian
100 g schwarze Oliven, ohne Stein

Zubereitung:

Bürsten Sie die Kartoffeln ab, kochen Sie sie mit wenig Wasser 25 Minuten. Abgießen und auskühlen lassen. Verrühren Sie in einer Salatschüssel Balsamessig mit Salz, Pfeffer, Zucker und Senf und schlagen das Olivenöl mit dem Schneebesen unter. Geschälten Knoblauch kurz blanchieren, stifteln und dazugeben. Gewaschene, halbierte Kirschtomaten mit Kapern, Thymian und Oliven dazugeben. Die Kartoffeln vierteln, in die Schüssel geben, vermischen und 10 Minuten ziehen lassen.



So ein Kartoffelsalat mit Kirschtomaten, Oliven und Kapern wirkt richtig sommerlich.



Garnieren Sie die Mousse-Portionen mit Limettenscheiben und frischen Brombeeren.

Dessert

Brombeer-Limetten-Mousse

Zutaten:

5 Blatt rote Gelatine
400 g Brombeeren
3 EL Wasser
Saft und Schale von 1 unbehandelten Limette
100 g Zucker
150 g Sahne
2 Eiweiß
1 unbehandelte Limette, in Scheiben geschnitten

Zubereitung:

Weichen Sie die Gelatine in kaltem Wasser ein. Die Brombeeren verlesen und waschen. Einige Beeren zum Garnieren beiseitelegen. Lassen Sie alle übrigen Brombeeren mit Wasser, Limettensaft und Zucker in einem Topf aufkochen und bei schwacher Hitze 8 Minuten weiter köcheln, durch ein Sieb passieren. Gelatine ausdrücken, in die Brombeermasse einrühren und auflösen. Stellen Sie alles für 90 Minuten in den Kühlschrank. Dabei durchrühren und kontrollieren, dass die Masse nicht zu fest wird. Schlagen Sie die Sahne mit der abgeriebenen Limettenschale steif, schlagen Sie das Eiweiß steif. Heben Sie beides unter die gelierende Masse. Die Portionsförmchen mit Frischhaltefolie auslegen, die Mousse einfüllen und für 3 Stunden kalt stellen. Zum Servieren die Mousse auf Dessertteller stürzen, Frischhaltefolie abziehen, mit Limettenscheiben und Brombeeren garnieren.

Fisch garen – die besten Methoden

	GARMETHODE	BESONDERS GEEIGNET FÜR	SO FUNKTIONIERT ES	GERÄTE/ GESCHIRR
Pochieren	Ganze Portionsfische oder Fischstücke garen fettarm und sanft in hellem Sud. Die Temperatur liegt dabei knapp unter dem Siedepunkt. Kochen darf die Flüssigkeit nicht, nur kleine Bläschen sollen dabei nach oben steigen. Aus dem Sud lässt sich anschließend eine aromatische Soße zubereiten.	Portionsfische im Ganzen, Fischkoteletts sowie festfleischige und dickere Filets beispielsweise von Wels, Zander, Kabeljau, Seelachs und Heilbutt	<ul style="list-style-type: none"> • Flüssigkeit wie Fischfond oder eine Wein-Wasser-Mischung in einem genügend großen Topf aufkochen. • Gewürze, Kräuter und/oder zerkleinertes Gemüse hinzufügen. • Ganze Fische oder Fischstücke hineinlegen. Offen gar ziehen lassen. 	Am besten in einem großen Topf (eventuell oval) mit Siebeinsatz, z. B. in einem speziellen Fischkochtopf
Dünsten	Ist Garen im eigenen Saft oder mit wenig Flüssigkeit und wenig Fett um 100 °C. Aroma, Vitamine und Mineralstoffe werden bestmöglich geschont. Die Fleischstruktur bleibt erhalten. Gemüse, Kräuter und Gewürze geben zusätzliches Aroma.	Alle Süß- oder Salzwasser-Portionsfische sowie Fischstücke und Filets	<ul style="list-style-type: none"> • Ganze Fische oder Fischstücke in wenig heißem Fett andünsten. Oder zerkleinertes Gemüse andünsten und danach den Fisch obenauf legen. • Mit etwas Flüssigkeit wie Fischfond, Brühe, Wein oder Wasser aufgießen. • Beim Garen die Hitze verringern, Fisch zugedeckt um den Siedepunkt fertig garen. 	Gelingt besonders gut in weiten Töpfen mit gut wärmeleitenden Böden und perfekt schließenden Deckeln oder in einer großen Pfanne mit passendem Deckel
Dämpfen	Das Garen im Dampf unter Normaldruck um 100 °C ist geradezu optimal für Zartes wie Fisch. Er kommt dabei weder direkt mit Flüssigkeit noch mit Fett in Berührung. So bleibt das Fischfleisch saftig und behält seinen typischen Eigengeschmack.	Alle Süß- oder Salzwasser-Portionsfische sowie Fischstücke und Filets	<ul style="list-style-type: none"> • Den Topfboden 3 bis 5 cm hoch mit Flüssigkeit (gewürztes Wasser, Brühe, Wein) bedecken. • Gargut in einen Dämpfeinsatz legen, in den Topf stellen. Mit einem Deckel verschließen. • Flüssigkeit auf höchster Stufe aufkochen. Sobald eine Dampfahne aufsteigt, auf mittlere Hitze zurückschalten. Nun erst beginnt die Garzeit. 	Ein breiter Topf mit gut schließendem Deckel, z. B. Fischtopf, Bräter, Kochtopf, dazu einen flexiblen Metall-Siebeinsatz oder ein asiatisches Dämpfkörbchen
Braten	Ist ein schnelles Bräunen und Garen, das auch mit wenig Fett funktioniert. Bei Temperaturen zwischen 140 und 180 °C bildet sich außen eine leckere Kruste, innen bleibt der Fisch saftig und zart.	Alle ganzen Süß- oder Salzwasserfische, Portionsfische sowie Fischstücke und Filets	<ul style="list-style-type: none"> • Bratgeschirr erhitzen. Eventuell wenig Fett wie Butter oder Öl hinzufügen. • Bratgut leicht mit Mehl bestäuben oder panieren. • Fisch zuerst bei hoher Temperatur kurz rundum anbraten, dann die Hitze verringern und den Fisch fertig braten. 	Große Bratpfanne oder spezielle ovale Fischpfanne, z. B. beschichtete Pfannen mit einem Boden aus Mehrschichtmaterial, der die Hitze rasch und gleichmäßig verteilt
Garen im Backofen	Optimale Methode für viele Zubereitungen. Der Fisch gart in der gleichmäßigen Hitze des Ofens. Ob pur oder in einer schützenden Hülle: ganze Fische auf dem Backblech, Fischfilet in der ofenfesten Form, Fischstücke in der Folie oder in Papier.	Alle Süß- oder Salzwasser-Portionsfische bis etwa 3 kg sowie Fischstücke und Filets	<ul style="list-style-type: none"> • Den Backofen immer vorheizen, da die Garzeiten überwiegend kurz sind. • Ganze Fische evtl. mit zerkleinertem Gemüse auf ein Backblech legen und mit Flüssigkeit beträufeln. • Fischfilets und -stücke in eine gefettete Form legen bzw. in Folie oder Papier verpacken. Je nach Rezept Flüssigkeit, Gewürze, Kräuter und Gemüse zufügen. • Fisch im vorgeheizten Ofen je nach Rezept garen. 	Je nach Zubereitungsart Backblech, ofenfeste Form oder ofenfeste Pfanne, Bratschlauch, Bratbeutel, Alufolie, Pergamentpapier oder Backpapier

Guten Appetit

Wenn Sie mehr über unseren Verein und seine Leistungen wissen wollen, dann können Sie dies auch unter <http://www.eigenheimerverband.de/ov/woerth> nachlesen.

Sollten Sie den Newsletter nicht mehr wünschen, so schicken Sie mir einfach ein Mail an erwin.osen@t-online.de !

Achten Sie auf sich und bleiben Sie gesund!

Erwin Osen

1.Vorsitzender