

Juli 2005

# MainStrom



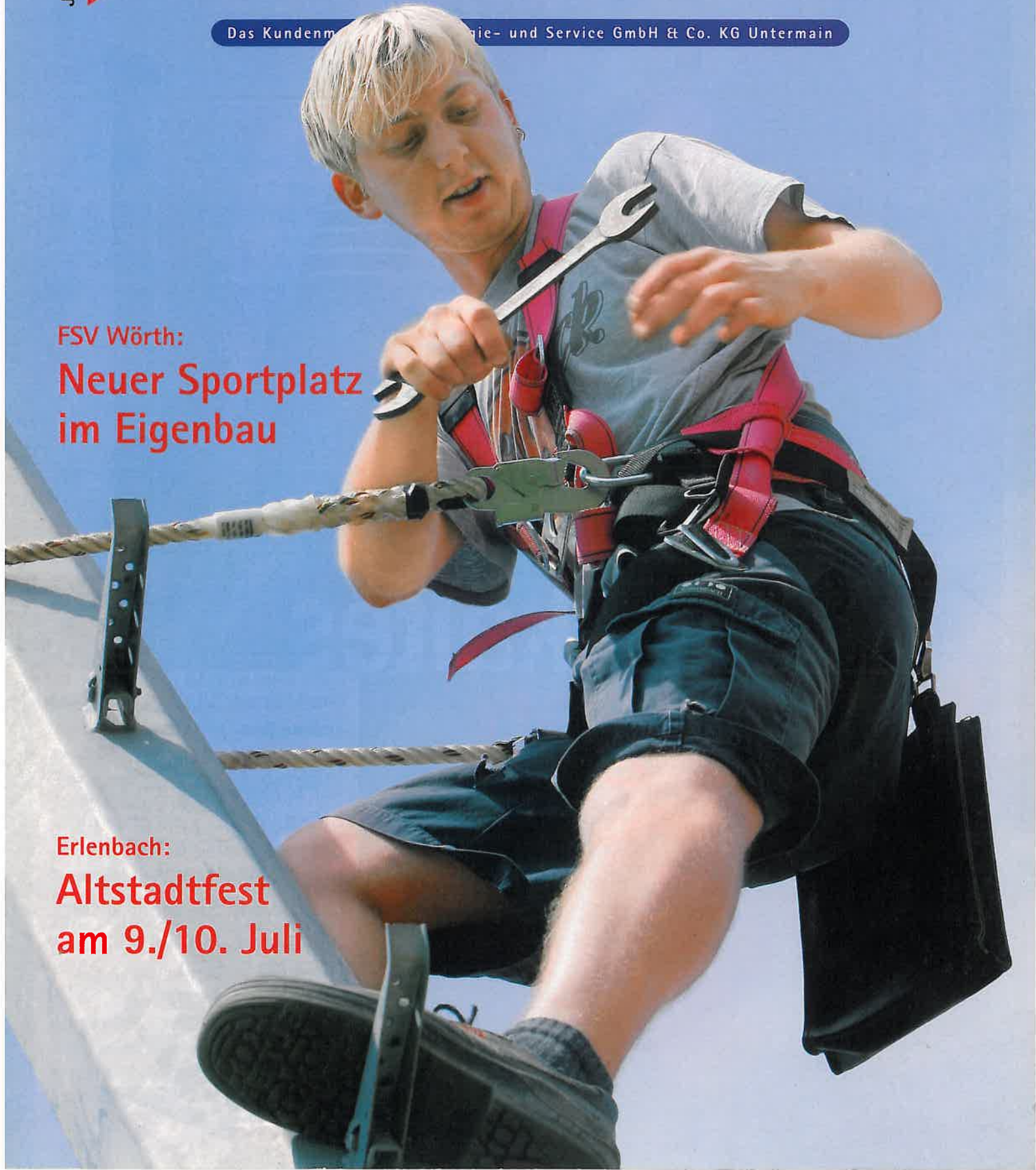
Das Kundenmagazin der Energie- und Service GmbH & Co. KG Untermain

FSV Würth:

**Neuer Sportplatz  
im Eigenbau**

Erlenbach:

**Altstadtfest  
am 9./10. Juli**





# Eiskaltes Vergnügen

Die kleinen Sünden sind die schönsten ... An heißen Tagen helfen eben nur ein kalter Drink oder ein Eis. Strom vom EZV sorgt dafür, dass auch die größte Hitze Ihren Kühlschrank eiskalt lässt. Wenn Sie mehr wissen möchten, rufen Sie an:  
**(0 93 72) 94 55-0.**





Norbert Berres,  
Geschäftsführer  
des EZV

# Editorial

**Liebe Leserinnen, liebe Leser,**

wir beim EZV verstehen uns als echte Dienstleister. Folglich sind wir ständig bemüht, unseren Service zu optimieren. Ein aktuelles Beispiel dafür ist die derzeit laufende Umstellung unserer EDV. Wir bringen alles – also Hard- und Software – auf den neuesten Stand. Das Ganze dient nur einem Zweck: mehr Kundenfreundlichkeit. Wir können mit dem neuen System noch schneller auf Ihre Anfragen reagieren. Außerdem werden wir unsere Rechnung noch einfacher gestalten. Und das, obwohl die deutsche Bürokratie mit der Stromkennzeichnungspflicht die Rechnung per Gesetz wieder ein wenig komplizierter macht. Sobald die neuen Formulare stehen, werden wir sie selbstverständlich in einer Ausgabe von MainStrom erklären. Ein solches Projekt zieht sich naturgemäß über einen längeren Zeitraum hin. Deshalb möchte ich um Verständnis bitten, dass Sie den einen oder anderen Kollegen nicht wie gewohnt erreichen. Schließlich müssen wir lernen, mit der neuen Software zu arbeiten. Um Sie in Zukunft noch besser bedienen zu können ...

## Ab in die Erde

Seit Anfang 2005 ist Erlenbach freileitungsfreie Zone. Der EZV hat das letzte Stück abgebaut und ist seinem Ziel – ein reines Kabelnetz zu betreiben – wieder einen großen Schritt näher gekommen. Die Stromexperten aus Wörth haben eine der letzten Freileitungen durch ein Erdkabel ersetzt. Die Baumaßnahme steht in enger Verbindung mit der Änderung der Gesellschaftsform des EZV. Denn im Zuge der Umwandlung hat sich der EZV verpflichtet, jene Leitung, die dem Vorlieferanten gehört, in die Erde zu verlegen. Natürlich kostet solch ein Projekt Geld. Das aber ist sehr gut investiert. Denn Erdkabel sind deutlich ausfallsicherer als Freileitungen. Die zwischen den Masten frei schwingenden Drahtseile sind anfällig, vor allem für Witterungseinflüsse wie zum Beispiel Blitz oder Sturm. Ganz davon abgesehen fallen die optisch wenig ansprechenden Masten weg. Folglich hat das Neubaugebiet Hinterm See

westlich der Schwabenstraße jetzt deutlich an Attraktivität gewonnen. Übrigens: Vor einigen Jahren war der EZV schon einmal völlig freileitungsfrei. Mit den Netzen von Obernburg, Mechenhard und Streit, die 2000 zum Versorgungsgebiet kamen, stieg der Anteil der Freileitungen allerdings wieder auf etwa zehn Prozent. Aber natürlich wird der EZV, wann immer es wirtschaftlich vertretbar ist, die restlichen Freileitungen verkabeln.



Freileitungsmaste werden abgebaut

### Inhalt

**Seite 4-5**  
Das Altstadtfest in Erlenbach



**Seite 6-7**  
Auf den Spuren des Luchses



**Seite 8-9**  
Essen ist fertig! – Tipps von Fernsehkoch Jamie Oliver



**Seite 12-13**  
So bewässert man im Urlaub Pflanzen



### Impressum

MainStrom – das Kundenmagazin des EZV  
Herausgeber: EZV Energie- und Service GmbH & Co. KG Untermain, Landstraße 47, 63939 Wörth am Main  
Telefon: (0 93 72) 94 55-0  
Fax: (0 93 72) 94 55-15  
Internet: [www.ezv-energie.de](http://www.ezv-energie.de)  
E-Mail: [info@ezv-energie.de](mailto:info@ezv-energie.de)  
Redaktion: Norbert Berres (EZV) in Zusammenarbeit mit Frank Melcher vom Trurnit & Partner Verlag GmbH, Putzbrunner Straße 38, 85521 Ottobrunn  
Bildredaktion: Marko Godec  
Fotos: FT&P, Frank Melcher  
Druck: Hofmann Druck, Nürnberg  
Auflage: 10 400 Exemplare

# Selbst ist der Verein

Seit fast neun Jahren planen und bauen engagierte Vereinsmitglieder des FSV Wörth an ihrem neuen Sportgelände Reifenberg. Ein erfolgreiches Ende ist in Sicht.



*Auf dem Dach des Mehrzweckgebäudes soll ein Sonnenkraftwerk Strom erzeugen*

Nichts hält so lange wie ein Provisorium. Davon können die aktiven Kicker des FSV Wörth ein Liedchen singen. Seit Ende der siebziger Jahre trainieren die 13 Mannschaften auf dem öffentlichen Sportplatz „Zwischen den Bächen“. Die ehemalige Wiese ohne Drainage eignet sich aber nicht wirklich zum Fußball spielen. Im Sommer ist sie bisweilen knochenhart und im Herbst steht sie häufig unter Wasser.

Doch damit nicht genug. An zwei Abenden in der Woche muss sich der FSV den Platz mit einem anderen Verein, dem TSK Wörth, teilen. Eine sehr unbefriedigende Situation für alle Beteiligten. Denn es ist nach wie vor nicht möglich, dass alle Mannschaften zweimal pro Woche trainieren können. Aber all dieser Ärger hat bald ein Ende. Denn der FSV baut gerade seine neue Trainings- und Wettkampfstätte.

## Zuschuss von der Stadt Wörth

Diese Entscheidung für ein vereinseigenes Sportgelände mit zwei Fußballfeldern und einem Mehrzweckgebäude mit Duschen, Schiedsrichterkabinen und Gerätelager fiel nach einem Gespräch, an dem Wörths Bürgermeister Erwin Dotzel und Vertreter von FSV und TSK teilnahmen. Weil der TSK keine Bedürfnisse für einen neuen Sportplatz äußerte, entschied man sich beim FSV, die neue Anlage auch ohne Partner zu bauen. Bereits im August 1996 bewilligte die Stadt Wörth den vom Verein beantragten Zuschuss.



*Mit vereinten Kräften bauen die FSVler ihr neues Vereinsheim*

Damit kam der Stein ins Rollen. Doch ganz so einfach ist es nicht, einen Fußballplatz zu bauen. Zunächst galt es, zahlreiche Genehmigungen einzuholen. Außerdem musste der Verein klären, wie das Vorhaben zu finanzieren ist. Erste Hochrechnungen ergaben, dass eine monatliche Belastung von rund 3500 Euro auf den FSV zukommt. Folglich konnte der Verein

das Projekt nur stemmen, wenn die Mitglieder eifrig selbst Hand anlegen. Genau dazu verpflichteten sie sich auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung. Das Ergebnis dieser freiwilligen Eigenleistung kann sich sehen lassen. Nachdem die FSV-Kicker Bäume, Sträucher und reichlich Gestrüpp gerodet hatten, konnte eine Spezialfirma im Januar 2003 mit der Anlage des Sportplatzes beginnen. Heute sind die Spielfelder bereits fertig. Sie verfügen über eine Drainage und eine Beregnungsanlage, damit der Rasen immer gut bespielbar ist. Auch den Zaun und die Flutlichtanlage haben die Freizeithandwerker des FSV schon aufgebaut. Stichwort Flutlicht. Allein die Masten und die Strahler schlagen mit rund 20 000 Euro zu Buche. Hätte der FSV nicht die drei Jungs vom EZV, die alle Masten fachmännisch gesetzt und abgeschlossen haben, wären mindestens weitere 10 000 Euro fällig gewesen.



*Gut, dass EZV-Mitarbeiter Mitglieder beim FSV sind: Sie schlossen die Flutlichtmasten richtig an*

Das Mehrzweckgebäude steht auch schon im Rohbau. An Wochenenden, nach Feierabend oder wann immer sie Zeit haben, treffen sich einige FSVler, um wieder ein paar Lagen zu mauern. Natürlich wird noch Zeit ins Land gehen, bis alles fertig ist. Aber beim FSV ist zeigt man sich zuversichtlich, dass die WM im nächsten Jahr schon im neuen Vereinshaus am Fernseher verfolgt werden kann.

#### Bürgerkraftwerk aufs Dach

Übrigens: Auf dem Dach des Mehrzweckgebäudes soll eine Photovoltaikanlage installiert werden. Norbert Berres, Geschäftsführer des EZV, plant ein weiteres Bürgerkraftwerk. In diesem Fall sollen vor allem Vereinsmitglieder die Chance bekommen, sich an dem gewinnversprechenden Projekt zu beteiligen. Sollten allerdings Anteile frei bleiben, erhalten alle die Chance, Anteile zu erwerben und damit etwas für die Umwelt und für das eigene Bankkonto zu tun.

## Altstadtfest in Erlenbach

Am 9. und 10. Juli 2005 steigt das 3. Musikalische Altstadtfest in Erlenbach. Im wunderschönen Ambiente gibt es ein abwechslungsreiches kulturelles Programm, Gaumenfreuden, Geselligkeit – und jede Menge Musik. Am Samstag startet das Fest um 14 Uhr. Am Sonntag geht es dann um 11 Uhr weiter. Bis 23 Uhr wird gefeiert. Rund 20 Erlenbacher Vereine bieten im Bereich der Hauptstraße und einem Teil der Barbarossastraße ein breites Spektrum kulinarischer Highlights: Mehrere türkische Vereine und der griechische Elternverein offerieren landestypische Spezialitäten, der Radsportverein bodenständige Hausmannskost und die übrigen Vereine pikante Imbisse und süße Leckereien. Zum musikalischen und kulturellen Programm tragen die städtische Musikschule, das Hermann-Staudinger-Gymnasium, zahlreiche Vereine und die Bands „The

Devils“, „Fun Club“ und „BockMist“, die Nachwuchsband „You'n'S“ sowie der in Erlenbach geborene und dort lebende Schlagersänger „Mario“ auf zwei großen Musikbühnen bei. Erstmals gibt es eine kleine Aktionsbühne mit volkstümlicher Musik sowie Straßenmusik und Tanzaufführungen von Aerobic- und Folkloregruppen wie der Flamencogruppe „A Sangre y Fuego“. Außerdem sind zwei Ausstellungen zu sehen: Die Missionsstube Altes Haus zeigt „Volksfrömmigkeit und Raritäten aus alter Zeit“. Als Gemeinschaftsprojekt von sechs an Mukopolysaccharidose (MPS) erkrankten

Kindern sowie zirka 150 Schülerinnen und Schülern des Hermann-Staudinger-Gymnasiums wird eine Kunstaussstellung präsentiert. Für Kinder sind mehrere Aktionen vorgesehen. Natürlich ist der EZV beim Altstadtfest dabei. Allerdings eher im Hintergrund: Der EZV stellt die komplette Stromversorgung, also alle nötigen Anschlüsse und natürlich den verbrauchten Strom.



# Auf den Spuren des Luchses



*Der Luchs – seit einigen Jahren wieder mit vier bis sechs Exemplaren im Nationalpark heimisch*

Alle Fotos: Rainer Pöhlmann

In den Landkreisen Regen und Freyung-Grafenau an der Grenze zur Tschechischen Republik liegt das 243 Quadratkilometer große Gebiet „Nationalpark Bayerischer Wald“. Nimmt man den benachbarten Nationalpark Sumava in Tschechien

## Täglich kostenlose Führungen

Sechzehn verschiedene kostenlose Führungen bietet der Nationalpark an. Im Tier-Freigelände kann man „Uhu, Luchs und Wolf“ oder „Käuze, Bär und Otter“ besuchen. Mutige Kinder erleben „Rotkäppchen und den Wolf“ oder „Abenteuer am Bach“. Bei naturkundlichen Abenden oder einer Abendwanderung mit Lagerfeuer erfahren die Besucher fast alles über die Natur. Für Schulklassen und Jugendgruppen werden Führungen organisiert. Anmeldungen unter (07 00) 00 77 66 55.

hinzu, ergibt sich das mit rund 900 Quadratkilometern umfangreichste Waldschutzgebiet Mitteleuropas. Hier darf sich die Natur nach ihren ureigenen Gesetzen zu einem wilden Wald entwickeln. Auf Höhen zwischen 600 und 1453 Metern über dem Meeresspiegel ist der Nationalpark mit seinem rauen Klima Heimat für viele Tier- und Pflanzenarten. Alle müssen mit den langen, schneereichen Wintern und den kühlen, feuchten Sommern zurechtkommen.

## Aus Tschechien eingewandert

„Unter den vielen seltenen Tierarten bei uns ist der Luchs für die Besucher natürlich die spektakulärste“, erklärt Rainer Pöhlmann. „In den achtziger Jahren sind einige Exemplare dieser Raubkatze mit den Pinselohren aus Tschechien bei uns eingewandert, heute leben zwischen vier

und sechs dieser scheuen Tiere bei uns.“ Doch nur die wenigsten Besucher haben das Glück, einen Luchs in freier Wildbahn anzutreffen. Deshalb empfiehlt es sich, die weiträumigen Gehege und die großen Volieren des Tier-Freigeländes am Informationszentrum Hans-Eisenmann-Haus in Neuschönau zu besuchen. Hier leben über 30 Tierarten des Bergwaldes in ihrer natürlichen Umgebung. Neben dem Luchs gehören dazu die vor rund 150 Jahren in freier Wildbahn ausgerotteten Wölfe und Bären. Aber auch Wisente, Hirsche, Wildschweine und Fischotter sowie Schwarzstorch, Uhu, Habichtskauz, Kolkrabe und Auerhuhn gibt's zu sehen. „Wer sich eher für Pflanzen interessiert, geht ein paar Schritte weiter zum Pflanzen- und Gesteins-Freigelände“, empfiehlt Rainer Pöhlmann. Dort findet man über 700 Pflanzenarten des Bayerischen

„Natur Natur sein lassen. Das ist das Motto des 1970 gegründeten Nationalparks Bayerischer Wald“, weiß Oberamtsrat Rainer Pöhlmann. Er leitet die Öffentlichkeitsarbeit des Parks rund um die Bayerwaldberge Falkenstein, Rachel und Lusen.



Natur pur: ein Bergbach und ein Stück Urwald an der Mittelsteighütte



Waldes. Hier wachsen Wiesenblumen und jede Menge Unkrautsorten sowie alles, was der Wanderer entlang von Bachfluren, Mooren, Tümpeln, Quellen, Rainen und Blockfeldern antrifft.

Immer einen Ausflug wert ist der Nationalpark für Familien mit Kindern. Denn in den Jugendbildungsstätten kann der Nachwuchs allerhand lernen und erleben.

#### Spielen, grillen, staunen

So bietet das Waldspielgelände bei Spiegelau Attraktives – für Kleinkinder ebenso wie für Erwachsene. Man kann auf Rutschbahnen zu Tal sausen oder mit unterschiedlichen Materialien und Geräten Spiele veranstalten. Auf einer großen Wiese sind das Ball spielen und Grillen ausdrücklich erlaubt. Auf einem Naturerlebnispfad warten ein Versammlungsbaum, eine Märchenhütte, ein Barfußpfad, ein Holzxylophon oder Summsteine. Jugendgruppen und Schulklassen können bei mehrtägigen Aufenthalten die faszinierende Wildnis erleben: im Wildniscamp am Falkenstein bei Zwieslerwaldhaus oder im Jugendwaldheim bei Schönbrunn. Wer den Nationalpark zu Fuß oder mit dem Fahrrad durchstreifen will, nutzt die über 300 Kilometer Wanderwege und nahezu 200 Kilometer Radwege. Im Tierfreigelände und im ortsnahen Bereich sind die Wanderwege im Winter geräumt. Und im Langlaufzentrum Zwieslerwaldhaus sowie bei Finsterau findet man attraktive Langlaufloipen mit rund 80 Kilometern Länge. Um Hunger und Durst zu stillen, bieten sich die Berghütten auf

dem Falkenstein, dem Rachel, dem Lusen, das Schwellhäusl, die Racheldiensthütte und das Scheuereck an.

#### Ohne Auto mobil

Dank der öffentlichen Verkehrsmittel ist man im Nationalpark auch ohne Auto mobil. Die Waldbahn fährt etwa zur vollen Stunde im Stundentakt zwischen Bayerisch Eisenstein und Zwiesel in den nördlichen Teil des Parks. Alle zwei Stunden gelangt man zwischen Zwiesel und Spiegelau in den südlichen Teil. Am Bahnhof Zwiesel starten die Falkensteinbusse Richtung Falkenstein und Schachten. Die mit schadstoffarmem Erdgas angetriebenen „Igel-Busse“ fahren im Halbstunden- oder Stundentakt die Besucher zu den wichtigsten Einrichtungen.

#### Günstig unterwegs

„Die öffentlichen Verkehrsmittel rund um den Nationalpark sind nicht teuer“, betont Rainer Pöhlmann. „Wer längere Strecken fahren oder zwischen den Verkehrsmitteln wechseln will, wählt das Bayerwald-Ticket. Der Tagesfahrtschein kostet fünf Euro für einen Erwachsenen und zwei Kinder. Alle eigenen Kinder unter 14 Jahren dürfen kostenlos mitfahren.“ Zum Ticket gibt es eine kostenlose Broschüre mit Fahrplänen und Ausflugs-vorschlägen. „Wer mit dem Bayerwald-Ticket anreist, bekommt bei vielen Stellen Vergünstigungen“, rät Rainer Pöhlmann. Und ist umweltfreundlich unterwegs. So kann man „Natur Natur sein lassen.“

### Kontakte

#### Informationszentrum

Hans-Eisenmann-Haus  
Böhmstraße 35  
94556 Neuschönau  
Telefon (0 85 58) 9 61 50

#### Info-Stelle Ludwigsthal

Eisensteiner Straße 8  
94227 Lindberg  
Telefon (0 99 22) 86 92 36

#### Nationalparkverwaltung

Freyunger Straße 2  
94481 Grafenau  
Telefon (0 85 52) 9 60 00  
poststelle@npv-bw.bayern.de

#### Waldgeschichtliches Museum

Klosterallee 4  
94568 St. Oswald  
Telefon (0 85 52) 96 11 36

### Infos im Internet

Wer mehr über den Nationalpark Bayerischer Wald und seine vielfältigen Angebote wissen möchte, schaut im Internet nach: [www.nationalpark-bayerischer-wald.de](http://www.nationalpark-bayerischer-wald.de)

Näheres zu den günstigen Tickets für den öffentlichen Personennahverkehr findet man unter [www.bayerwald-ticket.com](http://www.bayerwald-ticket.com)

Informationen für Touristen gibt es unter [www.bayerwald-info.de](http://www.bayerwald-info.de) oder [www.nationalparkregion.de](http://www.nationalparkregion.de)

Spielstunde: Bären balgen sich im Tierfreigelände am Informationszentrum in Neuschönau



# Regional und raffiniert

Mit überraschenden Zutaten verfeinert Alfons Schuhbeck regionale Gerichte. Hobbyköche lieben den bayerischen Kochstar für seine pffiffigen Rezepte.



## Lauwarmer herzhafter Käsekuchen

(Vorspeise für vier Personen)

### Zutaten für den Boden

120 g Tiefkühl-Blätterteig  
Butter für die Förmchen  
Zutaten für die Füllung  
1 kleine Zwiebel  
1 EL Öl  
120 g Bergkäse  
50 g Edelpilzkäse  
100 ml Milch  
100 ml Sahne  
2 kleine Eier  
Kümmel aus der Mühle  
geriebene Muskatnuss und Salz

### Zubereitung

Für den Boden die Blätterteigplatten auslegen und auftauen lassen. Dünn ausrollen, 4 Kreise von 15 cm Durchmesser ausschneiden. Mit der Gabel mehrmals einstechen. 4 Tarteförmchen mit etwa 10 cm Durchmesser und einem 1 bis 2 cm hohen Rand mit Butter bestreichen. Mit den Blätterteigkreisen auslegen, überstehenden Teig abschneiden.

Für die Füllung die Zwiebel schälen und fein würfeln. Mit dem Öl in einer Pfanne glasig dünsten, abkühlen lassen und in die Förmchen verteilen. Den Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen. Berg- und Edelpilzkäse in Würfel schneiden und gleichmäßig auf den Zwiebelboden verteilen. Milch, Sahne und Eier mit einem Schneebesen kräftig aufschlagen. Mit Kümmel und Muskatnuss würzen, dann leicht salzen. Die Eiermilch so auf den Käse gießen, dass die Förmchen zu drei Vierteln gefüllt sind. Die Käsekuchen in etwa 20 Minuten goldbraun backen und warm servieren.

### Hausmannskost für Feinschmecker

Alle Rezepte auf dieser Seite stammen aus Alfons Schuhbecks „Hausmannskost für Feinschmecker“. In seinem Kochbuchklassiker verbindet er die traditionelle Kochschule mit Raffinesse und Fantasie am Herd. Schuhbeck verrät Tipps zu den Zutaten, zu Vorratshaltung und Zubereitung. Mit Kräutern und exotischen Gewürzen, raffinierten Saucen, Marinaden oder Dressings verleiht er bekannten Gerichten den besonderen Pfiff. Dieser Hausmannskost können Feinschmecker kaum widerstehen – der Band wird seit Jahren neu aufgelegt. Verlag Zabert Sandmann, ISBN 3-89883-006-3, Preis 14,95 Euro.



Die Zutaten zum Käsekuchen variiert Alfons Schuhbeck: 100 Gramm Spinat zur Füllung geben oder eine halbe Birne – schon schmecken die Tartes erfrischend anders



## Kartoffeln im Salzbett mit Dips

(Vorspeise für vier Personen)

### Zutaten für die Kartoffeln

2 kg Meersalz, 4 große Kartoffeln,  
3 Lorbeerblätter, 4 Rosmarinzweige

### Zubereitung

Etwa ein Drittel des Meersalzes in einer Auflaufform gleichmäßig verteilen, Backofen auf 200 Grad vorheizen. Kartoffeln waschen, trockentupfen, aufs Salzbett legen. Mit dem restlichen Meersalz bedecken, darauf Lorbeer und Rosmarin legen. Die Kartoffeln im Ofen etwa eine Stunde backen bis sie weich sind, herausnehmen und überschüssiges Salz entfernen. Mit der Gabel aufbrechen und mit den Dips servieren.

### Tipp

Das Salzbett kann aufbewahrt und wiederverwendet werden. Gart man die Kartoffeln für Kartoffelknödel oder Gnocchi im Salzbett, geraten sie übrigens weniger wässrig, der Teig wird homogener.

### Zutaten für den Käse-Dip

1/2 Zwiebel, 100 g Aubergine, 2 kleine rote Paprikaschoten, 2 EL Öl, 1/2 Knob-



Verschiedene Dips verleihen den Kartoffeln Pfiff

lauchzehe, 1 Thymianzweig, Salz, Pfeffer, 50 g Speck, 50 g Quark, 80 g Sahne, 120 g Crème fraîche, 100 g Camembert, 1 Prise gem. Kümmel, 1 EL Schnittlauch

### Zubereitung

Zwiebel schälen, Aubergine und Paprika säubern, Stielansätze entfernen, in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Öl, Knoblauch und Thymian andünsten. Gewürze entfernen, pfeffern und salzen. Speck in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in 1 EL Öl kross braten und abtropfen lassen. Quark, Sahne und Crème fraîche in einer Schüssel glatt rühren. Das Gemüse, den gewürfelten Camembert zu-

sammen mit dem Speck unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, mit Schnittlauch bestreuen.

### Zutaten für den Avocado-Tomaten-Dip

1 EL Rosinen, 2 EL Orangensaft, 1 reife Avocado, 1 reife Tomate, 1/4 kleine Zwiebel, 3 EL Olivenöl, 1 EL Mandelstifte, 1/2 Knoblauchzehe, 1 TL Zimtrinde, 1 TL Szechuanpfeffer, 1 TL Kardamom, 1 TL getrocknete Chilischoten, 1 EL Zitronensaft, 1 Muskatblüte, Salz

### Zubereitung

Rosinen im Orangensaft einweichen. Avocado-Fruchtfleisch würfeln (1 cm groß). Die Tomate überbrühen, in Eiswasser abschrecken, häuten, vierteln, entkernen, in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in 1 EL Olivenöl andünsten. Mandelstifte ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Knoblauchzehe fein hacken, mit den Gemüswürfeln, Mandeln sowie den Rosinen vermischen. Zimt, Szechuanpfeffer, Kardamom und Chilischoten in eine Mühle füllen. Den Dip mit 2 EL Olivenöl, Zitronensaft, Muskatblüte, den Gewürzen aus der Mühle sowie Salz abschmecken.



Alfons Schuhbeck, Sternekoch mit dem Sinn für die erlesene Note in der bodenständigen Küche

## Alfons Schuhbeck – Sternekoch und Medienprofi

Wer gern kocht und in Kochbüchern stöbert, kommt an seinen kaum vorbei: 14 Titel sind von Alfons Schuhbeck bisher erschienen. Seine Leidenschaft sind traditionelle regionale Rezepte. Schuhbeck gibt dieser „Hausmannskost“ mit unerwarteten Zutaten den letzten Pfiff. So verfeinert er etwa die Gorgonzola-Soße mit karamellisierten Birnenstückchen – und etwas kandierter Ingwer sowie Apfelsaft geben seinen Haselnussplätzchen Schmelz und Leichtigkeit. „Es gibt nix Besseres als was Guats“, ist das Motto des Meisters.

Alfons Schuhbeck gehört zu den alten Hasen in der Szene der deutschen Star- und Spitzenköche. Der gelernte Fernmeldetechniker sattelte mit 17 Jahren um und besuchte die Hotelfachschule in Bad Reichenhall. Es folgten Stationen in Salzburg und Genf, Paris

und London. 1980 übernahm er das elterliche Kurhausstüberl in Waging am See und bekam 1983 im Guide Michelin zum ersten Mal einen Stern für „sehr gute Küche“.

2003 eröffnete er dann ein Restaurant in München, die Südtiroler Stuben, die übrigens auch für das Jahr 2005 den begehrten Stern bekommen haben.

Schuhbeck ist ein Medienprofi. Er moderiert die erfolgreiche Kochsendung „Schuhbeck“ im Bayerischen Fernsehen sonntags um 16.30 Uhr. Außerdem gibt er Kurse und weiß, wie einem Nicht-Profi das Kochen gelingt. Seine Fans sind begeistert: „Keine komplizierten Speisen, sondern Gerichte, die einfach nur gut schmecken und Lust auf mehr machen“, schwärmt ein Hobbykoch und Leser von Schuhbecks Kochbüchern im Internet.

# Mit Köpfchen bauen

Bei vielen Bundesbürgern steht der Wunsch nach einem Eigenheim an erster Stelle für die Altersvorsorge. Heutzutage setzen Bauherren auf eine kompakte Bauweise – und minimieren damit den Energiebedarf.

Seit Anfang 2002 schreibt die Energieeinsparverordnung konsequent eine energiesparende Bauweise vor. Dem wird der Bauherr gerecht, wenn er kompakt bauen lässt. Das heißt: Die Außenfläche muss im Verhältnis zum Rauminhalt klein sein. Denn Häuser mit Erkern sowie Vor- und Rücksprünge verbrauchen mehr Energie. Dabei gilt auch zu bedenken, dass freistehende Gebäude mehr Energie benötigen als Doppelhäuser. Bei denen wiederum ist der Bedarf höher als bei Reihenhäusern. Ein wichtiges Kriterium ist auch die Anordnung der einzelnen Räume: Wo man sich häufig aufhält (Wohn- und Kinderzimmer), sollten große Glasflächen nach Süden zeigen, damit viel kostenlose Sonnenwärme genutzt werden kann. Nebenräume wie Treppenhaus und Abstellkammern dürfen hingegen nach Norden zeigen.

## Wärmebrücken vermeiden

Außenwände, Fenster, Dach und Keller – das sind die kritischen Punkte eines Hauses, an denen Wärme verloren geht. Deshalb ist in erster Linie dort eine wirksame Wärmedämmung nötig. Vor allem gilt es, so genannte Wärmebrücken zu vermeiden. Darunter versteht man Schwachstellen in der Gebäudedämmung. Hier kann Wärme aus dem Innern nach draußen dringen. Auch

*Durch große, nach Süden zeigende Fensterflächen gelangt viel kostenlose Sonnenwärme ins Haus*



## Vorteile und Förderung

Ein nach den Richtlinien der Energieeinsparverordnung gebautes Haus ist

- **komfortabel:** Es hat gesunde Raumluft und behagliches Wohnklima.
- **ökologisch wertvoll:** Es erspart der Umwelt CO<sub>2</sub>-Emissionen.
- **wirtschaftlich sinnvoll:** Dämmung und Heizung mit hohem Wirkungsgrad führen zu niedrigem Energieverbrauch und senken Wohnnebenkosten.
- **nachhaltig:** Die hohe energetische Qualität bleibt für Jahrzehnte erhalten. Der Energiebedarfsausweis trägt zur Werterhaltung und -steigerung bei.
- **zukunftsicher:** Es erfüllt heute schon künftig geforderte Standards.

Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) bietet Förderprogramme an. Das KfW-Wohneigentumsprogramm unterstützt Bau und Kauf von Eigenheimen und Wohnungen. Bei „Ökologisch Bauen“ gibt es Zuschüsse für Bau oder Erwerb von Energiespar- und Passivhäusern sowie für den Einbau von Heiztechnik auf Basis erneuerbarer Energien in Neubauten. Mehr unter [www.kfw.de](http://www.kfw.de)



Schäden an der Bausubstanz – zum Beispiel durch Schimmelpilz – sind möglich. Als ideal erweist sich ein Gebäude dann, wenn es luftdicht ist. Heizenergie bleibt im Haus. Das heißt aber auch, dass keinerlei Luftaustausch stattfindet. Hierfür

gibt es eine pfiffige Lösung: die elektrische Wohnungslüftung mit Wärmerückgewinnung. Aus feuchten Räumen wie Bad, Küche oder Toilette wird verbrauchte warme Luft abgesaugt. Sie fließt zu einem Wärmetauscher und gibt dort ihre Wärme an angesaugte Frischluft ab. Sie strömt dann in Wohn-, Ess- und Schlafzimmer. Eine solche Wohnungslüftung eignet sich für Gebäude an viel befahrenen Straßen. Denn zum Lüften muss man nie die Fenster aufmachen. Die angesaugte Frischluft wird vor der Verteilung in die Räume gefiltert – ein Plus für Allergiker.

### Wärmegewinne nutzen

Zu den Problemzonen eines jeden Hauses gehören die Fenster. Waren sie früher in der Einfachverglasung reiner Witterungsschutz, haben sich die neuen Dreifachfenster zu wahren Hightech-Bauteilen entwickelt. Diese Fenster sind mit den Edelgasen Argon oder Krypton gefüllt, die besser als Luft dämmen. Dank dieser Fenster liegt die Oberflächentemperatur auf der inneren Scheibe in der Nähe der Temperatur der Raumluft. Heizkörper unterhalb der Fenster erübrigen sich also. Selbst in der kalten Jahreszeit von Dezember bis Februar bewirkt diese Verglasung, dass die Wärmegewinne durch Sonneneinstrahlung die Wärmeverluste überschreiten.

## Wichtig für Altbauten

Die Energieeinsparverordnung gilt auch für Altbauten. Sie verlangt, dass bis Ende 2006

- Heizungs- und Warmwasseranlagen, die flüssige oder gasförmige Brennstoffe nutzen und vor dem 1. Oktober 1978 in Betrieb gingen, gegen neue Geräte auszutauschen sind. Für Altanlagen, die nach dem 1. November 1996 saniert wurden, gibt es eine Fristverlängerung bis 2008.
- Heizungs- und Warmwasserrohre in nicht beheizten und zugänglichen Räumen zu isolieren sind und
- nicht begehbare, aber zugängliche Dachgeschossdecken mit einer 10 bis 12 Zentimeter dicken Dämmschicht versehen werden müssen.



Die Energieeinsparverordnung verlangt das Dämmen von Dachgeschossdecken

## Niedrigenergiehaus – was ist das?

Mit der Einführung der Energieeinsparverordnung (EnEV) zu Beginn des Jahres 2002 wurde ein Schritt hin zum Niedrigenergiehaus getan. Solche Gebäude benötigen rund 30 Prozent weniger Energie als herkömmliche Bauten. Pro Quadratmeter und Jahr liegt der Bedarf bei Niedrigenergie-Bauweise bei 90 bis 120 Kilowattstunden je Quadratmeter

Wohnfläche – entsprechend rund 9 bis 12 Litern Heizöl.

Bei Neubauten ist das Niedrigenergiehaus Standard. Sein Primärenergieverbrauch wird in einem Energiepass dokumentiert.

Je geringer der Bedarf, desto höher ist der Wiederverkaufswert des Gebäudes. Der Hausbesitzer hat die Wahl, ob er die

Verordnung durch eine besonders effiziente Heiztechnik und/oder gezielte Wärmedämmung einhalten möchte. Wer sich zum Beispiel für eine Wärmepumpe entscheidet, wählt eine Heizung mit kleiner Anlagen-Aufwandszahl. Das schlägt sich positiv im Energiepass nieder. Noch besser ist die Kombination mit einer Solaranlage beim Warmwasser.

# Pflanzendurst richtig gelöscht

Wie bringt man Zimmerpflanzen gut durch die Urlaubszeit? Selbst gebaute oder gekaufte Anlagen versorgen das Grün mit genügend Wasser.

Wer Pflanzen pflegt, weiß: Sie brauchen je nach Art und Temperatur unterschiedlich viel Wasser. Die richtige Dosierung ist oft nicht leicht zu treffen und gerät in der Ferienzeit zur Herausforderung. Manche Leute können ihren Nachbarn bitten – aber was tun, wenn auch er in den Urlaub fahren will?

## Im feuchten Sand

Pflanzen in Tontöpfen lassen sich bewässern, indem man sie bis zum Topfrand in eine Wanne mit feuchtem Sand setzt: Durch die Tonwand gelangt die Feuchtigkeit aus dem Sand nach und nach in die Erde. Etwas weniger aufwändig funktioniert die Bewässerung

von Gewächsen auf feuchten Matten. Dabei ist enger Kontakt gefragt: Der Topfboden sollte möglichst flach mit der Matte abschließen, damit durch die Löcher im Boden genügend Wasser zu den Wurzeln gelangt.

Manche Pflanzen reagieren jedoch empfindlich auf einen Standortwechsel und sollten lieber an Ort und Stelle versorgt werden. Mit ein wenig Geschick und den richtigen „Hausmitteln“ kann jeder selbst seine eigene Bewässerungsanlage bauen.

## Kleine Wasserleitung

Schon Großmutter wusste, wie es geht: Sie steckte einen Wollfaden mit dem ei-

nen Ende in einen Wasserbehälter und mit dem anderen in den Blumentopf. Die Fäden funktionieren dabei wie Dochte und „saugen“ das Wasser in die Erde. Für die „Wasserleitung“ eignen sich besonders Glasfaser-Dochte, da sie das Wasser gut leiten und nicht wie Wollfäden zu faulen beginnen. Je nach Länge und Dicke des Dochtes sowie je nach Position des Vorratsbehälters wird unterschiedlich viel Wasser zu den Pflanzen transportiert. Leichter hat es der Pflanzenliebhaber mit gekauften Bewässerungsanlagen, die mit Reglern arbeiten: Denn sie setzen den Gießvorgang nur bei Bedarf in Gang. Ein Regler-Prinzip funktioniert mit einem selbstregulierenden Tonkegel, der in den Blumentopf gesteckt wird. Er gibt das Wasser immer dann ab, wenn die Umgebung zu trocken wird und holt sich über einen dünnen Schlauch regelmäßig Nachschub.

## Feine Fühler

Andere Systeme arbeiten mit Feuchtigkeitsfühlern, die dünne Bewässerungsschläuche je nach Bedarf öffnen oder schließen. Eine Regeltechnik basiert etwa auf der Quell-Eigenschaft von Holz, das in der Blumenerde steckt: Ist es feucht, drückt das aufgequollene Holz von außen auf den Wasserschlauch und schließt ihn. Wird die Erde um das Holz herum trocken, schrumpft es und gibt die Leitung für das Wasser frei. Bei elektrischen Systemen zur automatischen Urlaubsbewässerung übernimmt man selbst die Rolle des Reglers und

## So geht's

### Dochtbewässerung

In eine Wasserschüssel wird auf einen Abstandshalter – etwa einen abgeschnittenen Joghurtbecher – der Blumentopf gestellt. Ein Ende des befeuchteten Dochtes von unten in den Pflanzentopf stecken, das andere Ende ins Wasser hängen. In Übertöpfen arbeitet dieses System fast unsichtbar. Feuchtigkeitsempfindliche Pflanzen lassen sich damit auch von oben bewässern: Dazu zieht man den Docht durch ein Röhrchen, etwa einen Trinkhalm. Das Wasser wird dann nicht direkt bei den Wurzeln, sondern erst weiter oben an die Erde abgegeben.



### Mattenbewässerung

Die Blumentöpfe werden auf einem Brett auf eine Matte gestellt. Ein Abstandshalter trennt das Brett vom Wasser. Die Mattenenden hängen in den Vorratsbehälter und sorgen für den nötigen Nachschub.



*Zimmerpflanzen auch im Urlaub gut zu versorgen, ist nicht ganz einfach – verschiedene Systeme helfen dabei*

bestimmt den Zeitpunkt und die Wassermenge vor. Einmal oder mehrmals am Tag erhalten die Pflanzen dann ihre Ration. Computergesteuerte Anlagen lassen sich für eine optimale Versorgung auch mit Feuchtfühlern kombinieren:

Egal, ob die Wahl auf selbst gebastelte, gekaufte oder kombinierte Systeme fällt: Vor Urlaubsantritt sollte der Hobby-

gärtner die Bewässerung über längere Zeit ausprobieren, um bei seiner Rückkehr nicht die große Dürre zu erleben.

#### Der Nachbar hilft

Und wer sicher gehen will, bittet trotz ausgeklügelter Bewässerung den Nachbarn, das System zu kontrollieren und eventuell die Wassertanks aufzufüllen. Vorausgesetzt, er ist nicht in Urlaub.

#### Info

##### Produkt-Adressen

Bewässerung reguliert von einem Tonkegel: Tensio-Technik, Telefon (0 67 22) 97 21 68, [www.blumat-shop.de](http://www.blumat-shop.de)

Bewässerung geregelt über ein Quellholz: Beckmann KG, Telefon (0 75 22) 9 74 50, [www.beckmann-kg.de](http://www.beckmann-kg.de)

Elektrische, zeitgesteuerte Bewässerung: Gardena, Telefon (07 31) 4 90-0, [www.gardena.de](http://www.gardena.de)

# Wichtige Adressen und Rufnummern

## Postanschrift

EZV Energie- und  
Service GmbH & Co. KG  
Untermain  
Landstraße 47  
63939 Wörth am Main  
Telefon (0 93 72) 94 55-0  
www.ezv-energie.de



## Geschäftszeiten

Montag bis Donnerstag von 8 bis 12.15 Uhr  
und 13 bis 16.25 Uhr  
Freitag von 8 bis 11.30 Uhr und  
nach Vereinbarung

## Servicenummern

### Energieberatung, Fragen zur Abrechnung

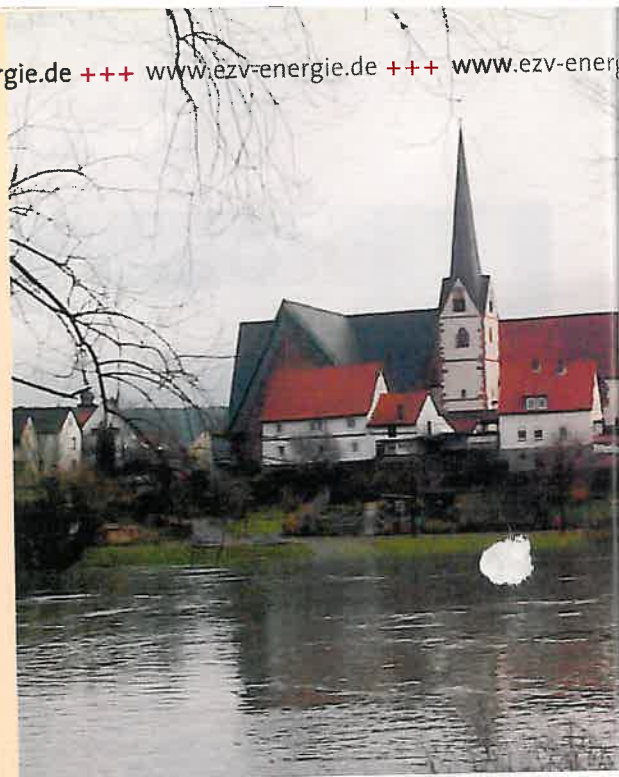
Eugen Berninger  
(0 93 72) 94 55-32  
Chris Schreck  
(0 93 72) 94 55-33  
Fax: (0 93 72) 94 55-15

### Technischer Service

Hausanschlüsse für Strom, Breitband  
und Telefon  
(0 93 72) 94 55-20

## Störungsmeldungen

**0171-5 18 55 92**



## Stadtverwaltungen

### Erlenbach am Main

Stadtverwaltung Erlenbach  
Bahnstraße 26  
63906 Erlenbach am Main  
Postfach 1380  
Telefon (0 93 72) 7 04 - 0  
Fax (0 93 72) 7 04-10  
E-Mail [rathaus@stadt-erlenbach.de](mailto:rathaus@stadt-erlenbach.de)  
[www.stadt-erlenbach.de](http://www.stadt-erlenbach.de)

### Öffnungszeiten Rathaus

Montag bis Freitag 8 bis 12 Uhr  
Montag 13 bis 18 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 13 bis 16 Uhr  
**Öffnungszeiten Bürgerbüro**  
Montag 8 bis 12 Uhr und 13 bis 18 Uhr  
Dienstag und Donnerstag: 8 bis 12 Uhr  
und 13 bis 16 Uhr  
Mittwoch und Freitag 8 bis 12 Uhr

### Obernburg am Main

Stadtverwaltung Obernburg am Main  
Römerstraße 62-64  
63785 Obernburg am Main  
Telefon (0 60 22) 61 91-0  
Fax (0 60 22) 61 91-39  
E-Mail [mail@obernburg.de](mailto:mail@obernburg.de)  
[www.obernburg.de](http://www.obernburg.de)

### Öffnungszeiten Rathaus

Montag bis Freitag: 8.30 bis 12 Uhr  
Donnerstag: 14 bis 18 Uhr



### Wörth am Main

Stadt Wörth am Main  
 Stadtverwaltung Wörth  
 Luxburgstraße 10  
 63939 Wörth am Main  
 Postfach 1165  
 Telefon (0 93 72) 98 93-0  
 Fax (0 93 72) 98 93-40  
 E-Mail postmaster@woerth-am-main.de

#### Öffnungszeiten Rathaus:

Montag bis Freitag: 8 bis 12 Uhr  
 Mittwoch: 8 bis 12 und 13.30 bis 18 Uhr

### Freizeit und Kultur

#### Schiffahrts- und Schiffbaumuseum mit Dauerausstellung Römer in Wörth

Rathausstraße 72  
 63939 Wörth am Main  
 Telefon (0 93 72) 7 29 70  
 Telefon außerhalb der Öffnungszeiten  
 (0 93 72) 9 89 30



#### Öffnungszeiten

Samstag und Sonntag 14 bis 17 Uhr und  
 nach Vereinbarung

#### Römermuseum Obernburg

Untere Wallstraße 29a  
 63785 Obernburg am Main  
 Telefon (0 60 22) 61 91-27

#### Öffnungszeiten

Dienstag bis Samstag 14 bis 16 Uhr,  
 Sonntag 10 bis 16 Uhr und nach  
 Vereinbarung

#### Musikschule Obernburg e.V.

Untere Wallstraße 8-10  
 63785 Obernburg am Main  
 Telefon (0 60 22) 50 63 11 oder  
 (0 60 22) 61 47 11  
 Fax (0 60 22) 61 47 09  
 musikschule@obernburg.de

#### Musikschule Erlenbach

Hauptstraße 49  
 63906 Erlenbach am Main  
 Telefon (0 93 72) 94 13 98  
 Fax (0 93 72) 9 43 41  
 musikschule@stadt-erlenbach.de

#### Freibad Erlenbach

Mechenharder Straße  
 63906 Erlenbach am Main  
 Geöffnet von Mitte Mai bis Mitte  
 September je nach Witterung

#### Öffnungszeiten

Witterungabhängig täglich  
 von 9 bis 21 Uhr

#### Schulschwimmbad Wörth

In der Volksschule  
 Landstraße 50  
 63939 Wörth am Main

#### Öffnungszeiten

Montag: 17 bis 20 Uhr  
 Mittwoch: 17 bis 21 Uhr  
 Donnerstag: Warmbadetag  
 17 bis 19 Uhr, Frauen 19 bis 21 Uhr  
 Freitag: Senioren 13 bis 15 Uhr, Eltern  
 mit Kleinkindern 15 bis 17 Uhr, allgemein  
 17 bis 19 Uhr, Erwachsene 19 bis 21 Uhr  
 Samstag: 13 bis 16 Uhr  
 Sonntag: Erwachsene 9 bis 10 Uhr,  
 allgemein 10 bis 12 Uhr

### Termine

### Veranstaltungen



Freitag, 16. September 2005,  
*A-cappella: die Kammerjäger und die  
 Vokaliesen – „a cappella Pur“*



Samstag, 17. September 2005,  
*Bülent ceylan –  
 „Halb getürkt“ Vorpremiere!  
 Kabarett*

Samstag, 1.10.05 20.00 Uhr  
*Vince Ebert – „Urkaller“ – Physik ist  
 sexy! Stand-up-Kabarett*

Freitag, 7. Oktober 2005,  
*Kabarett: Christian  
 Ehring – „Ankorman“ –  
 Ein Nachrichten-  
 sprecher sieht rot*



Samstag, 22. Oktober 2005,  
*Martina Ottmann – „Machtkrämpfe“  
 Musik-Kabarett  
 Musik: Michael Armann  
 Mitarbeit/Regie: Claus Steigenberger*

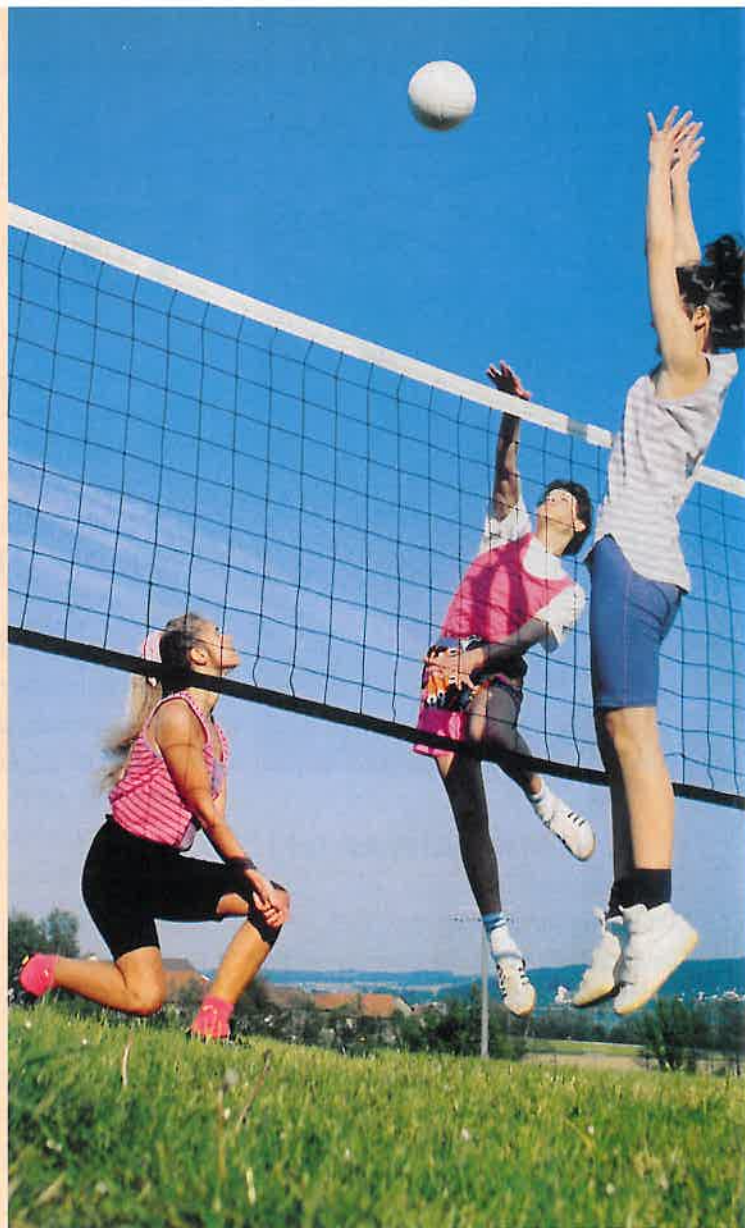


Samstag, 29. Oktober 2005,  
*Typen-Kabarett  
 Norbert Meinhof – Heut hab ich den  
 Himmel von oben gesehn: „Asche-  
 berger Totentänzchen“*

*Tasche ausgepackt,  
Netz aufgestellt –  
schon kann's los-  
gehen. Mit dem  
praktischen Set ist  
man gleich in Action*

# EZV verlost Sport zum Mitnehmen

Spiel und Spaß in frischer Luft – Bewegung tut uns allen gut. Ob im Garten, auf einer Wiese oder am Strand – am Federball und Volleyball finden auch weniger geübte Kinder und Jugendliche schnell Freude. Denn erste Erfolge stellen sich bald ein. Rasch ein Netz aufgebaut, und schon kann's losgehen. Wir verlosen diesmal fünf praktische Badminton-/Volleyball-Sets (siehe Foto unten) im Wert von je 38 Euro. Die Tragetasche enthält ein Netz mit Gestänge, zwei Badmintonschläger und –bälle sowie einen Volleyball mit Pumpe.



## Hier unsere Frage:

Wie heißt die Raubkatze, die im Nationalpark Bayerischer Wald anzutreffen ist?

Ein Tipp: Die Lösung steht im Heft.

Die Antwort auf eine Postkarte schreiben und schicken an:

### Herzlichen Glückwunsch!

Die Gewinner des Rätsels unserer letzten Ausgabe stehen fest. Je ein Kochbuch und eine Zange von Fernsehkoch Tim Mälzer gingen an:

Maximilian Bauer und Lothar Klein aus Obernburg, an Lili Heier aus Erlenbach und Wiltrude Zöllner sowie Friedrich Zschunke, beide aus Würth.

EZV Energie und Service GmbH & Co. KG  
Untermain  
MainStrom-Rätsel  
Landstraße 47  
63939 Würth am Main

Einsendeschluss: 19. August 2005  
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.