



03. November 2023

NEWSLETTER

VG VERBRAUCHERGEMEINSCHAFT

Liebe Mitglieder, liebe Kund:innen der Verbrauchergemeinschaft Dresden,

mit dem Herbst ist es heimelig geworden und auch die Backzeit steht nun wieder ins Haus. Unser aktueller Newsletter steht daher im Zeichen der Bäcker und Backwerke.

Im Regionalportrait stellen wir euch dieses Mal unsere regionalen Bäcker vor, allen voran die Bio-Bäckerei und -Konditorei Buheckchen in Dresden Strehlen, die uns seit über 20 Jahren mit feinsten Bio-Backwaren beliefert. Konditormeister und Geschäftsführer Thomas Heller hat uns im Interview Rede und Antwort gestanden. Damit auch ihr für die eigene Weihnachtsbäckerei zu Hause gerüstet seid, stellen wir euch außerdem die gängigsten Backtriebmittel, deren Wirkung und Verwendung vor.

Von den Bäckern zu den Äckern lest ihr zudem Neuigkeiten zum Thema Glyphosat-Zulassung. Das Totalherbizid wird als wahrscheinlich krebserregend eingestuft und schädigt zahlreiche Lebewesen. Noch in diesem Herbst

könnte das Ackergift allerdings verboten werden. Durch Unterzeichnung der Petition „Glyphosat-Verbot jetzt!“ könnt ihr genau das unterstützen.

Unsere Veranstaltungshinweise zeigen euch, dass die Stadt ganz und gar nicht in Winterruhe geht. Es ist einiges los, von Vortrag über Workshop bis zum Kurs, in dem ihr mit einem Bäcker- und Konditormeister Stollen backen lernt. Dazu gibt es wie immer ausgewählte Rezepte für eure Gaumenfreude. Lasst euch die Saison gut schmecken!

Wir wünschen euch viel Lesefreude und eine behagliche Zeit.

Eure VG Verbrauchergemeinschaft eG

INHALT

- 2 WeiFlei - Feines für die Festtage bestellen
- Beste Bioläden: Schrot&Korn Leserwahl 2024
- 3 Das richtige Backtriebmittel für jeden Teig
- 4 Rezeptidee: Dresdner Stollen
- 5 Regionale Lieferanten: Tradition & Innovation in Kruste, Puderzucker und Sahnekleid
- 7 Glyphosat-Entscheidung im November
- Rezeptidee: Rote-Bete-Focaccia
- 8 Veranstaltungstipps November 2023

VORFREUDE, SCHÖNSTE FREUDE

FEINES FÜR DIE FESTTAGE BESTELLEN

Ob Fleisch, Fisch oder vegan: Ab dem **5.11.** bieten wir euch für die Reservierung und Bestellung eures Festtags-Schmauses den Online-Service **WeiFlei** an. Mit WeiFlei könnt ihr bequem zu Hause auswählen und eure Bestellung anschließend in einen VG Biomarkt eurer Wahl liefern lassen.

[Online-Service WeiFlei besuchen und bestellen ...](#)

Ihr bestellt das erste Mal bei WeiFlei? Hier könnt ihr die [Bestell-Anleitung](#) ansehen ...

BESTELLFRISTEN UND LIEFERDATEN

Lieferanten	Reservierungs- schluss	Abhol-Termine der WeiFlei-Bestellungen
Naturkost Erfurt	29.11.2023	22.12., 9 Uhr – 23.12., 18 Uhr
Alter Hof Fam. Pophal	15.12.2023	22.12., 9 Uhr – 23.12., 18 Uhr
Geflügelhof Bartsch	15.12.2023	22.12., 12 Uhr – 23.12., 18 Uhr
Gut Gamig	15.12.2023	22.12., 12 Uhr – 23.12., 18 Uhr

HILFE UND KONTAKT

Email: weiflei@vg-dresden.de

Biomarkt Neustadt: 0351 - 42 78 147

Biomarkt Strehlen: 0351 - 272 83 090

Biomarkt Striesen: 0351 - 31 23 553

GIB BIO DEINE STIMME

BESTE BIOLÄDEN: SCHROT&KORN LESERWAHL 2024

Es ist wieder soweit – die neue Schrot&Korn-Leserwahl startet Ende Oktober!

Vom **23. Oktober bis zum 03. Dezember** seid ihr herzlich eingeladen, uns zu bewerten: Sagt uns, was ihr von der Frische, der Auswahl und der Beratung in den VG Biomärkten haltet.

Mitmachen lohnt sich übrigens gleich zweifach, denn:

Euer Feedback hilft uns dabei, die VG Biomärkte weiter für euch zu verbessern.

Zudem könnt ihr tolle Preise gewinnen: Verlost werden ein Upcycling-Fahrrad, ein Aufenthalt im Bio-Hotel, Gutscheine und Genusspakete.

Hier seid ihr dabei: www.beste-biolaeden.de



LOCKER, LEICHT, LECKER

DAS RICHTIGE BACKTRIEBMITTEL FÜR JEDEN TEIG

Ganz gleich, ob Brot, Kuchen oder Gebäck: Für unser Genussempfinden ist neben dem Geschmack auch die Konsistenz von Backwaren entscheidend. Diese erreichen wir mit Hilfe von Backlockerungs- und -triebmitteln. Sie tun, was der Name sagt: Sie lockern den Teig und lassen ihn aufgehen. Hier geben wir euch einen Überblick über gängige Backtriebmittel sowie ihre Verwendung. In diesem Sinne: Locker machen und lecker essen!

SAUERTEIG

... wird bereits seit ca. 6000 Jahren zum Lockern von Brotteig eingesetzt. In unseren Breiten wird er meist aus Roggenmehl und Wasser hergestellt, in Italien oder Frankreich sind Sauerteige auf Weizenbasis, wie z.B. Lievito Madre, verbreiteter. Unter Wärme werden Hefen und Milchsäurebakterien aktiv. Sie bewirken eine Gärung und Säuerung der Mischung. Diese sogenannte Sauerteig-Starterkultur wird mit den eigentlichen Brotzutaten zu einem Teig verarbeitet. Der Teig ruht anschließend, wird dabei durchsäuert und durch das bei der Gärung frei werdende Kohlendioxid gelockert. Zudem verbessert die Säuerung die Verdaulichkeit, den Geschmack und die Haltbarkeit.

BACKFERMENT

... wird ebenfalls und ausschließlich für Brote verwendet. Es besteht aus Weizen, Hülsenfruchtmehl und Honig und ergibt eine Art milden Sauerteig. Neben den im Honig enthaltenen wilden Hefepilzen sorgen auch Milchsäurebakterien für die Gärung. Backferment ist als Trockengranulat erhältlich. In Wasser gelöst, unter Wärmeeinfluss

und mittels Zugabe von Schrot und Auszugsmehl werden die Mikroorganismen im Granulat wieder aktiviert. So entsteht eine Starterkultur, die sich insbesondere für das Backen von Weizen- und Dinkelbroten eignet.

HEFE

... kommt als Triebmittel bei der Herstellung von vielerlei Backwaren zum Einsatz, etwa im Teig von Brot, Hefezopf, Kuchen, Stollen oder Pizza. Mit Wasser, Wärme und mit Mehl als Nahrung kommen die Hefepilze in Gang. Danach muss der Hefeteig abgedeckt ruhen: entweder warm und kürzer oder auch kühl, aber dafür länger, auf jeden Fall aber ohne Zugluft. Dieses „Gehen lassen“ – auch als „Gare“ bezeichnet – macht sich in jedem Fall bezahlt: mit einem lockeren Backergebnis.

BACKPULVER

... ist das geschmacksneutrale Triebmittel der Wahl für alle fett- und zuckerreichen Backwaren mit Volumen, etwa Kuchen, Waffeln und Biskuit. Da Backpulver seine Triebkraft sofort entwickelt, sollten Teige damit auch direkt in den Ofen wandern. Das „Gehen lassen“ von



Teigen, wie es bei Hefe oder Sauerteig nötig ist, entfällt damit. Bio-Backpulver besteht aus Natron und einer Säure sowie einem Trennmittel, meist Maisstärke. Während konventionelle Backpulver meist Phosphate als Säureträger einsetzen, enthalten Bio-Backpulver Weinstein bzw. andere natürliche Säuren. Das empfiehlt sich besonders, wenn man das konventionelle Backpulver sonst aus Backwaren herausschmeckt.

NATRON

... kann wie Backpulver für herzhaftere wie süße Backwaren mit Volumen eingesetzt werden, wenn die Zeit knapper ist. Anders als Backpulver enthält Natron jedoch keine Säure. Deshalb muss diese noch zugefügt werden, damit die Backwerke auch aufgehen. Dafür eignen sich z. B. Zitronensäure, Buttermilch oder saure Früchte.

HIRSCHHORNSALZ

... besteht aus Ammoniumsalzen, die unter Hitze zu Kohlendioxid, Ammoniak und Wasserdampf zersetzt werden. Hirschhornsalz eignet sich daher nur für flache, eher trockene Weihnachtsgebäcke wie etwa Lebkuchen oder Spekulatius, aus denen das Ammoniak beim Backen aus dem Teig entweichen kann.

Gebäck mit Hirschhornsalz ist lange haltbar.

Übrigens: Anders als der Name vermuten lässt, enthält Hirschhornsalz keine tierischen Bestandteile und ist für die vegetarische/vegane Ernährung geeignet. Vor der Zugabe zu Teigen wird Hirschhornsalz in ein wenig Flüssigkeit aufgelöst – so gehen die Gebäcke nachher gleichmäßig auf.

POTTASCHE

... besteht aus Kaliumcarbonat und wird ebenfalls für Leb- und Pfefferkuchen sowie andere flache Weihnachtsgebäcke mit schweren Teigen verwendet. Auch Pottasche wird in ein wenig Flüssigkeit aufgelöst, damit es sich gut in der Teigmasse verteilt. Wird es gemeinsam mit Hirschhornsalz verwendet, sollten beide Triebmittel getrennt voneinander gelöst und in den Teig gegeben werden.

Nicht nur, aber gerade jetzt, da die Weihnachtsbäckerei beginnt, wünschen wir euch viel Freude beim Backen und gutes Gelingen!

Autorin: Kati Partzsch

REZEPTIDEE: VORWEIHNACHTSBÄCKEREI



DRESDNER STOLLEN

Gut Ding will Weile haben – das gilt auch den Dresdner Stollen. Wer sich bisher nicht an das bekannte Backwerk herangetraut hat, sollte es mit diesem Rezept von Thomas Heller der Biokonditorei und Bäckerei Bucheckchen einmal versuchen: Es lohnt sich!

[Zum Rezept ...](#)

BIO-BACKWERK AUS DER REGION

TRADITION & INNOVATION IN KRUSTE, PUDERZUCKER UND SAHNEKLEID

Wir freuen uns sehr, euch in den VG Biomärkten eine überdurchschnittlich hohe Zahl an regionalen Bio-Backwaren anbieten zu können. Sie alle zeichnen die traditionelle Handwerkskunst ohne Zusatzstoffe, Konservierungsstoffe und Fermentmischungen aus – und damit ein hoher Qualitätsanspruch. Hier stellen wir euch die regionalen Bio-Bäcker vor, deren vielfältige und besondere Produkte ihr bei uns findet.



Wer Thomas Heller kennenlernt, merkt sofort: Hier spricht jemand mit echter Begeisterung für sein Handwerk. Seit 1990 führt der Konditormeister die Geschäfte der Bäckerei, die seine Eltern 1964 gründeten – heute bekannt als **Bio-Bäckerei und -Konditorei Bucheckchen**. Seit Jahrzehnten bereichern nicht nur die klassischen Brote und Brötchen von Bucheckchen die Auslage der Backtheken in den VG Biomärkten. Auch ein breites Angebot an Gebäck, allerfeinste Kuchen und Torten sowie Stollen aus dem Hause Heller findet ihr bei uns. Mit einem Superlativ: Das Hellersche Schrottbrot ist das meistverkaufte Brot in der VG!

VIELFALT AUS ÜBERZEUGUNG

Mit dem Anspruch ein vielfältiges Sortiment anzubieten, stellt Bucheckchen täglich eine stolze Menge an Bio-Backwaren her: zwischen 500 und 700 Broten, außerdem 2000 bis 2500 Brötchen, 400 bis 600 Kuchen, diverse Kleingebäcke und Dauerbackwaren sowie Torten, Pralinen und Eis. In der Weihnachtszeit kommen noch unzählige Stollen dazu, pro Saison allein 25 Tonnen Rosinenstollen. „Wir wollen die Vielfalt. Denn auch sie zeichnet einen Handwerksbetrieb aus“, ist Thomas überzeugt. Die Liebe zum Handwerk offenbart sich auch in der Herstellung. So setzt man hier etwa auf die dreistufige Sauerteigführung. Diese ist zeitaufwändiger, ermöglicht dafür den Verzicht auf Hefe und wirkt sich in Geschmack und Bekömmlichkeit der Produkte positiv aus.

REGIONALE WURZELN

Die Auswahl der Rohstoffe fällt auf beste Bio-Qualität aus der Region. Das Mehl kommt von Bio-Bauer Schubert in Dippoldiswalde sowie – über die Rolle Mühle in Waldkirchen – aus dem Erzgebirge und aus dem Leipziger Tiefland. Honig wird aus Kreischa bezogen, Milch vom Pfarrgut Taubenheim, Eier und Äpfel vom Stadtgut Görnitz, Obst von Beerenbunt in Helbigsdorf. „Für manche heimische Zutat müssen wir höhere Preise zahlen. Das nehmen wir in Kauf, damit der regionale Kosmos funktioniert“, meint Thomas. Und: Bio ist bei Bucheckchen schon seit über 20 Jahren Programm. „Dabei hatte die VG einen entscheidenden Einfluss auf unsere Entwicklung“, sagt Thomas, „wir sind mit ihr gewachsen und der Kundenschaft sehr dankbar für ihre konsequente Haltung“. So ist Bio für ihn noch viel mehr als die zertifizierte ökologische Herkunft der Zutaten. Die Gemeinschaft vom Bauern bis zum Händler und zu den Kund:innen zu erleben sei einfach schön. So liefert Thomas auch gerne mal selber aus. Er hat Freude an der Begegnung mit den weit gesäten Abnehmer:innen seiner Produkte. Bucheckchen beliefert Dresdner Bioläden wie die VG, daneben Restaurants, Schulen und Kinderküchen. Das Eis wird bis nach Schmilka und in den Spreewald gebracht, die Stollen werden sogar bis nach Australien und Japan geschickt.

ERLEBNIS BIO-BÄCKEREI

Außerhalb der Backstube ist Thomas in zahlreichen Gremien aktiv, unter anderem als Schatzmeister des Schutzverbandes Dresdner Stollen e. V. Als dessen „Abgesandter“ lädt er alle Kinder dazu ein, mit ihm auf dem diesjährigen Dresdner Striezelmarkt Stollen zu backen (Anmeldung erforderlich!). Auch in der Bäckerei bekommen Hellers gelegentlich Besuch von Schulklassen. Zusammen backen sie Brot, das die Schüler:innen mitnehmen dürfen. „Wir lassen die Kinder unsere Arbeit bewusst praktisch erleben und das Bäcker-Handwerk buchstäblich schmecken“. Manch eine:r entdeckt hier vielleicht sogar seine Berufung.

Bei Hellers ist der Generationenwechsel jedenfalls ge-
glückt. Denn zum Team von derzeit 26 Mitarbeitenden
gehören auch Stefanie und Martin Heller, die Kinder von
Annett und Thomas Heller. Als Konditorenmeister:innen
sind sie in die beruflichen Fußstapfen ihrer Eltern getre-
ten. „für die Zukunft sind wir also bestens aufgestellt“,
freut sich der Chef.

Vom **Pfarrgut Taubenheim**, einem unserer Partner der
ersten Stunde, bieten wir euch nicht nur schmackhafte
Bio-Vollkornbrote und -brötchen an, sondern auch feine
Stollen nach hofeigener Rezeptur
sowie Bio-Milchprodukte.

Ein Renner in der VG:
Das Schwarzwälder
Roggenbrot pur.
Der Hof vereint
Anbau, Produkti-
on, Verarbeitung
und Vermarktung.
Gebacken wird mit
eigenem Roggen
und Weizen sowie
mit Dinkel von benach-
barten Bio-Höfen. Auch
andere Zutaten werden regi-
onal bezogen. Im Sommer eröff-
nete die neue Bäckerei des Pfarrgutes Taubenheim. Mit
der modernen Produktionsstätte sind ein Hofladen und
ein Café entstanden, die zum Besuch einladen.



Eine langjährige Kooperation verbindet die VG auch mit
dem **Demeterhof Mahlitzsch**. Von hier erhalten un-
sere Biomärkte neben frischem Gemüse und Kartoffeln
auch beste Backwaren in Demeter-Qualität. Getreide
und Saaten kommen fast ausschließlich aus eigenem
Anbau. Vermahlen wird das Korn u.a. in der nahen, mit
Wasserkraft betriebenen Miltitzer Mühle.
Die Mahlitzscher
Bäcker:innen sind
umtriebig im Kreie-
ren neuer Produkte.
Geplant ist aktuell
etwa ein Kartoffel-
Kümmel-Dinkel-Brot.
Ein Produkt-Favorit:
das Mahlitzscher Rog-
genvollkornbrot!



Ob vegan oder basisch, ob gluten-, weizen- oder hefe-
frei – derart spezielle Bio-Backwaren findet ihr bei uns
von der **Bio-Bäckerei Spiegelhauer** in
Lohmen. Das Getreide stammt von
regionalen Bauern, gemahlen
wird es in der Rätze Mühle
bei Bautzen. Erik Spiegel-
hauer, Bäckermeister
in vierter Generation,
setzt sich für den Wie-
deranbau des Pirnaer
Roggens ein, eine alte
Roggenart, aus der er
zukünftig Brot backen
möchte. In der Weih-
nachtszeit bieten wir euch
ein ganz besonderes Produkt
aus seiner Backstube: Den Dresd-
ner Christstollen in Demeter-Qualität!



Die **Demeter-Bäckerei & Biokonditorei Vogel** in Röd-
litz beliefert die VG Biomärkte seit bald 20 Jahren mit
Vollkornbrot in Demeter-Qualität für Liebhaber:innen
sowie mit Kuchen und Torten in Bio-Qualität. Neben vie-
len anderen Rohstoffen stammt auch das Getreide für die
Backwaren aus der Region. Das Besondere in der Röd-
litzer Backstube: Das Korn wird hier in der hauseigenen
Tiroler Steinmühle vermahlen und frisch verbacken. Kon-
ditormeisterin Caroline Braune geb. Vogel hat kürzlich
den elterlichen Betrieb übernommen und freut sich, ihn
in die Zukunft zu führen.

Außerdem bieten wir euch leckere Bio-Vollkorn-Brote
von der **Bio-Bäckerei Steffen Beyer** in Zschorna.
Sein Roggensaftbrot ist ein weiterer Liebling der VG-
Kund:innen. Von der **Bio-Bäckerei Kolacek in Jablonec
nad Nisou** findet ihr bei uns neben Vollkornbrot auch
Buchweizen- und Chiabrot.

Die köstlichen Bio-Backwaren von Bucheckchen, Pfarrgut
Taubenheim und vom Demeterhof Mahlitzsch findet ihr
in allen VG-Biomärkten. Produkte der ersten beiden
sind dort täglich vertreten. Alle anderen der oben ge-
nannten Bio-Bäcker beliefern uns jeweils in einzelnen VG
Biomärkten sowie an bestimmten Wochentagen.
Informationen dazu erhaltet ihr in unseren Läden.

ACKERGIFTE ENDLICH VOM ACKER?

GLYPHOSAT-ENTSCHEIDUNG IM NOVEMBER

Wird Glyphosat endlich verboten? Das könnte in diesem Herbst tatsächlich passieren, denn: Die Zulassung für das umstrittene Totalherbizid läuft im Dezember 2023 aus.

ENTSCHEIDUNG VERTAGT

Fragt man die Europäische Kommission, soll das Ackergift allerdings noch einmal 10 Jahre lang zugelassen werden. Diesen Vorschlag brachte die EU-Kommission im September ein. Mitte Oktober stimmten die EU-Staaten nun über den Vorschlag ab. Das Ergebnis: Keine Mehrheit für eine weitere Glyphosat-Zulassung – aber auch keine Mehrheit dagegen. Das ist also nur ein Teilerfolg, zumal mit einem enttäuschenden Beigeschmack: Statt mit einem klaren „Nein“ gegen die weitere Zulassung zu stimmen, enthielt sich Deutschland in der Abstimmung – und das, obwohl das deutschlandweite Glyphosat-Verbot ab 2024 bereits im Koalitionsvertrag der amtierenden Regierung festgehalten wurde.

SO GEHT ES JETZT WEITER

Im November berät noch einmal der Berufungsausschuss über den EU-Vorschlag, hier werden Vertreter:innen der EU-Staaten erneut abstimmen. Kommt dann wieder keine Mehrheit zustande, wird die EU-Kommission selbstständig, also ohne Votum der EU-Staaten, entscheiden.

DAS KÖNNEN WIR TUN

1. Die gemeinsame Petition „[Glyphosat-Verbot jetzt!](#)“ vom Bündnis für enkeltaugliche Landwirtschaft, Greenpeace e.V., Umweltinstitut Münschen e.V., Slow Food Deutschland und Ekō mitzeichnen und so die Forderung nach einem Glyphosat-Verbot noch unterstützen!
2. Bio kaufen: Der Einsatz des Totalherbizids ist im ökologischen Landbau bekanntermaßen verboten. Mit dem Kauf von Bio-Lebensmitteln unterstützen wir eine Glyphosat-freie Landwirtschaft!

ÜBER GLYPHOSAT

Glyphosat ist ein weltweit eingesetztes Totalherbizid, das zur flächendeckenden Abtötung von sämtlichen Pflanzen eingesetzt wird – z.B. um Äcker schnell von Pflanzen zu beräumen und direkt neu aussähen zu können. Dies vernichtet die Nahrungsgrundlage für viele Vögel, Insekten und andere Tiere. Das Ackergift ist laut WHO „wahrscheinlich krebserregend für den Menschen“ und schädigt Nützlinge wie Spinnen, Insekten und andere Lebewesen. Es wird zudem als „giftig für Wasserlebewesen“ eingestuft.

REZEPTIDEE: FARBENFROHE HERBSTBÄCKEREI



ROTE-BETE-FOCACCIA

Für diese Focaccia kommen gleich drei Wurzeln bzw. Knollen zum Einsatz: Gekochte Kartoffeln wandern in den Teig und machen ihn auch am zweiten Tag noch schön saftig, rote Bete bringt Farbe und Pastinake sorgt als Belag für den besonderen Geschmack dieses Gebäcks.

[Zum Rezept ...](#)

VERANSTALTUNGSTIPPS NOVEMBER 2023

PFLEGEINSATZ AUF DEM DRESDNER HELLER

SA, 04.11.2023, 09:00-13:00 UHR | TREFFPUNKT: DRESDNER HELLER LANDSTRASSE, DRESDEN | KOSTENLOSE TEILNAHME | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DES BUND DRESDEN](#)

Um den Offenlandcharakter des Dresdner Heller zu erhalten, werden Neophyten entfernt, Pflanzen also, die hier natürlicherweise nicht vorkommen. So soll der Lebensraum für stark gefährdete Arten wie das vom Aussterben bedrohte Alpen-Vermeinkraut, das Sprossende Nelkenköpfchen und die Sichel-Luzerne bewahrt werden. Auch viele Tierarten leben hier, darunter die Spanische Flagge, ein seltener Nachtfalter, die Heidelerche sowie teils bereits ausgestorben geglaubte Insektenarten.



WORKSHOP: WIE WIR ES SCHAFFEN, NICHTS ZU TUN. ÜBER DIE (SOZIAL-)PSYCHOLOGIE DES KLIMAWANDELS

MI, 08.11.2023, 17:00-19:15 UHR | ORT: VHS, ANNENSTRASSE 10, 01067 DRESDEN, RAUM B3.03 KOSTENLOSE TEILNAHME | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#)

Mittlerweile hören wir fast täglich vom Klimawandel, er ist für uns alle sichtbar geworden und dass es ihn gibt, ist wissenschaftlich belegt. Zugleich passiert immer noch viel zu wenig um das Klima zu schützen. Wie ist diese Kluft zwischen Wissen und Handeln möglich? Darum geht es an diesem Abend.



VORTRAG: ETHISCH UND NACHHALTIG GELD ANLEGEN

SA, 11.11.2023, 10:00-12:30 UHR | ORT: *SOWIESO* E.V., ANGELIKASTRASSE 1, 01099 DRESDEN KOSTEN: € 10,00 P.P., ERM. € 5,00 P.P. | ANMELDUNG BIS ZUM 03.11.2023 ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DES *SOWIESO* E.V](#)

Nachhaltigkeit ist auch im Bereich der Geldanlage und finanziellen Vorsorge wichtig. Die Diplom-Ökonomin und ehemalige Bankerin Beate Grützner informiert im Rahmen ihres Vortrags fachkundig, kompetent und unabhängig zu diesem Thema. Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit eigene Fragen dazu zu stellen.



CLEVER HAUSHALTEN: TIPPS ZUM SINNVOLLEN LEBENSMITTELEINKAUF UND ZUR VORRATSHALTUNG

DO, 16.11.2023, 17:30-20:00 UHR | ORT: ONLINE | KOSTEN: € 10,00 EURO, ZZGL. CA. € 10,00 EURO FÜR DEN LEBENSMITTELEINKAUF | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#)

Sich mit Lebensmitteln bevorraten, aber auch deren Verschwendung vermeiden: Fragen rund um das Thema der sinnvollen Vorratshaltung werden in diesem Kurs beantwortet. Dabei geht es nicht nur um die Menge und die Lagerung von Vorräten, sondern auch um die Haltbarmachung von Lebensmitteln. Zudem gibt es Rezeptanregungen für die Vorratsküche. Die Teilnehmenden kochen live daheim ein Rezept mit. Das Rezept wird im Voraus zur Veranstaltung per E-Mail zugeschickt.



WEIHNACHTSDUFT LIEGT IN DER LUFT: STOLLEN SELBER BACKEN

DIE, 21.11.2023, 17:30-21:15 UHR | ORT: VHS, ANNENSTRASSE 10, 01067 DRESDEN, RAUM B4.01 KOSTEN: € 39,00 P. P., ZZGL. CA. € 20,00 EURO FÜR LEBENSMITTEL | MITZUBRINGEN SIND EIN SNACK UND EIN BEHÄLTNIS FÜR D. TRANSPORT DER STOLLEN | ANMELDUNG AUF DER [INTERNETSEITE DER VHS DRESDEN](#)

In diesem Kurs bereiten die Teilnehmenden gemeinsam mit einem Bäcker- und Konditormeister Rosinenstollen zu. Dabei sind Variationen von Cranberries bis Schokolade erlaubt. Außerdem gibt es Tipps und Tricks zum Stollenbacken. Und schließlich darf jeder Teilnehmende zwei Stollen nach Wahl mit heim nehmen. Weihnachten kann kommen :).



Diese und weitere Veranstaltungshinweise findet ihr wie immer in unserem [Online-Eventkalender](#).