

EBNET

Mittwoch, 08. März 2023 • Nummer 10

Informationsblatt der Ortsverwaltung



Einladung Ortschaftsrat

Am **Dienstag, den 14.03.2023** findet um **19.00 Uhr im Multifunktionsraum der Dreisamhalle, Unteres Grün 15**, eine öffentliche Sitzung des Ortschaftsrates statt, wozu wir die Bürgerinnen und Bürger unseres Stadtteils recht herzlich einladen.

Tagesordnung

1. Bürgerfragestunde
2. Friedhof Ebnet
hier: Entscheidung über Baumart (Ersatzanpflanzung)
3. Aktuelles und Bekanntgaben

Nachträge und Ergänzungen der Tagesordnung werden durch Anschlag an der Verkündungstafel der Ortsverwaltung ortsüblich bekannt gegeben.

Mit freundlichen Grüßen
Beate Schramm
Ortsvorsteherin

Herzlichen Dank an alle großen und kleinen Helferinnen und Helfer, die am vergangenen Samstag bei der Müllsammelaktion „Freiburg putzt sich raus“ mit großem Engagement dabei waren - die Natur in und um Ebnet wurde im Rahmen dieser Aktion von 20 Säcken voll Müll befreit.



Theater in Littenweiler und Ebnet

Nach langer Coronapause finden in diesem Jahr wieder mehrere Vorstellungen der Theatergruppe des Sportvereins Ebnet statt.

Zur Aufführung kommt das Stück „Dümmel als die Polizei erlaubt“ eine lustige Komödie in drei Akten von Sebastian Kolb und Markus Scheble.

Was gibt es Schlimmeres für einen aufstrebenden Polizisten, als in ein trostloses Kaff in der tiefsten Provinz versetzt zu werden? Noch dazu mit zwei Untergebenen, die nicht dümmel sein könnten. Oberkommissar Posch versucht alles, um aus diesem Dilemma zu entkommen. Als sich eines Tages der zuständige Polizeipräsident persönlich zu einer Inspektion ankündigt, ergreift er seine Chance und heckt einen raffinierten Plan aus. Leider wird dieser Plan durch unvorhergesehene Umstände und trottelige Polizisten durchkreuzt und führt in ein spannungreiches Finale ...

Zur ersten Veranstaltung am **Samstag, den 18.03.2023, um 20.00 Uhr**, lädt der Sportverein in die Dreisamhalle Ebnet ein. Den Besuchern wird eine reichhaltige Speise- und Getränkeauswahl geboten. Weitere Veranstaltungen finden am **Freitag, den 24.03.2023, und am Samstag, den 25.03.2023, jeweils um 20.00 Uhr**, im Bürgersaal in Littenweiler statt. Auch hier wird für Ihr leibliches Wohl bestens gesorgt werden. Einlass für alle Veranstaltungen ist ab 19.00 Uhr. Karten sind im Vorverkauf in Littenweiler bei Elektro-Löffler und in Ebnet bei Friseur-Salon Joos zum Preis von 8 € und an der Abendkasse für 10 € erhältlich. Eine Rückgabe bzw. Umtausch mit Aufzählung von Karten aus dem Jahr 2020 ist selbstverständlich möglich.

Der Sportverein Ebnet freut sich auf viele fröhliche Stunden mit Euch.





DIE ORTSVERWALTUNG

INFORMIERT

Breitbandausbau / Glasfasernetz in Ebnet

Die Deutsche Telekom hat angekündigt 2023 das Glasfasernetz in Ebnet auszubauen. Derzeit laufen die Vorbereitungen. Voraussichtlich werden die Arbeiten ca. Mitte 2023 losgehen. Die Glasfasertechnologie ist wesentlich leistungsfähiger und verbraucht weniger Energie als die bisher angebotenen Kupfernetze und erzeugt keine elektromagnetische Strahlung.

Um eine Immobilie über einen Hausanschluss an das Glasfasernetz der Telekom anzuschließen, benötigt die Telekom die Zustimmung der Immobilienbesitzer_innen oder Hauseigentümergeinschaften in Form einer „**Nutzungsvereinbarung für lichtwellenleiterbasierte Grundstücks- und Gebäudenetze**“ (NVGG). Der Hausanschluss an das Glasfasernetz der Telekom ist im Rahmen des geplanten flächendeckenden Ausbaus in Ebnet i.d.R. kostenfrei. Beauftragte der Telekom sind derzeit in Ebnet unterwegs, um die Nutzungsvereinbarungen / Gestattungen einzuholen. Fragen zum Ausbau und der Nutzungsvereinbarung beantwortet die Telekom unter der kostenlosen Hotline 0800 77 33 888



KATH. PFARRGEMEINDE

ST.HILARIUS

Katholische Kirchengemeinde Freiburg Ost,

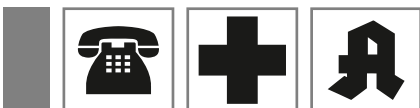
Sudetenstraße 20,
Tel. 6 73 77 / Fax 600 87 62
E-Mail-Adresse: pfarramt-barbara@kath-freiburg-ost.de
Dr. Winfrid Keller, Pfarrer Tel. 6 73 77
Kindergarten St. Franziskus Ebnet Tel. 6 76 12
Sozialstation Freiburg, Bezirk Ost Tel. 51 58 76 30
TelefonSeelsorge rund um die Uhr Tel. 0800-1110111 oder
0800-1110222
Kath. Seelsorgebereitschaft rund um die Uhr Tel.0800-4044 33377
Kontakt Ordensgemeinschaft Daughters of Mary
E-Mail: dmmmsistersfreiburg@yahoo.com
Mother of Mercy (DMMM) Freiburg Tel.: 0176 - 62072028
(Schwesternkonvent in der Cella - Gemeinde
oder 0152 - 12141645
Hl. Dreifaltigkeit)

Öffnungszeiten Pfarrbüro Sudetenstraße:
Mo, Di, Do von 09.00 bis 12.00 Uhr
Di, Do von 15.00 bis 17.00 Uhr

Freitag, 10. März – Freitag der zweiten Fastenwoche
19.00 Uhr Wort-Gottes-Feier

Sonntag, 12. März – 3. Fastensonntag
Lesungen: Ex 17,3-7; Röm 5,1-2.5-8
Evangelium: Joh 4,5-15.19b-26.39a.40-42 od. Joh 4,5-42
10.00 Uhr Eucharistiefeier mit anschließender Gemeindeversammlung **in St. Barbara**

Montag, 13. März – Montag der dritten Fastenwoche
19.00 Uhr Eucharistiefeier zum zehnten Jahrestag der Wahl des Papstes



WICHTIGE NOTFALL - RUFNUMMERN

Polizei-Notruf	110	Notfallpraxis Erwachsene		Apothekendienst (am Wochenenden und Feiertagen) Der tägliche Notdienstwechsel ist um 8.30 Uhr. Eine Ansage aller dienstbereiten Apotheken in der Umgebung hören Sie unter Tel. 01805-002963
Notarzt/Rettungsdienst	112	Uni-Klinik, Hugstetter Str. 55		
Feuerwehr-Notruf	112	Tel.: 116 117		
Polizeiposten Littenweiler		Zahnärztlicher Notdienst:		
Schnaitweg 3	0761/5575600	Tel. 8 85 08 30		
Polizeizentrale		Tierärztlicher Notfalldienst:		
Polizeirevier		Tel.: 7 22 66		
Freiburg-Süd, Heinrich-von-Stephan-Str. 4	0761/882-4421	Giftnotrufzentrale	0761/1 92 40	Samstag, 11.03.2023 Herdern-Apotheke Habsburgerstr. 59 79104 Freiburg
Ärzte-Notdienst		badenova, Störungen bei der Versorgung mit Strom, Gas, Wasser, Wärme und Abwasser 0800 2 767 767 (kostenlose Hotline)		Sonntag, 12.03.2023 Apotheke im ZO Schwarzwaldstr. 78 79117 Freiburg
Notfallpraxis Kinder				
Josephkrankenhaus, Sautierstr. 1				
Tel.: 0180 6076111				

IMPRESSUM
Herausgeber: Ortsverwaltung Ebnet, Steinalde 6, 79117 Freiburg-Ebnet • Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Ortsverwaltung Ebnet, Telefon: 0761 6968980, E-mail: ov-ebnet@stadt.freiburg.de, Internet: www.freiburg.de

Für den Anzeigenteil/Druck:
Primo-Verlag Anton Stähle GmbH & Co. KG , Meßkircher Straße 45, 78333 Stockach, Telefon: 07771 9317-11, Telefax: 07771 931740
E-mail: anzeigen@primo-stockach.de, Homepage: www.primo-stockach.de

Weitere Gottesdienste in der Kath. Kirchengemeinde Freiburg Ost:

	Hl. Dreifaltigkeit	St. Barbara	St. Peter und Paul
Samstag, 11.03.2023		18.30 Uhr Eucharistiefeier	
Sonntag, 12.03.2023	10.00 Uhr Eucharistiefeier mit Kinderwort- gottesdienst und anschließender Gemeindever- sammlung in St. Barbara		18.30 Uhr Eucharistiefeier
	17.00 Uhr Vesper für die Gemeinde mit den DMMM-Schwestern		

Raum Erbach, Laupheim, Schemmerhofen und Biberach an der Riß

Kirchengemeinde Freiburg Ost:

Herzliche Einladung zum Empfang des Sakramentes der Versöhnung.

Bitte wenden Sie sich zur Terminvereinbarung an das Pfarrbüro
St. Barbara (Tel. 67 377).

Fastenzeit

Die Fastenzeit beginnt am Aschermittwoch, 22. Februar 2023, und endet zur Abendmahlsmesse am Gründonnerstag, 06. April 2023. Sie möchte dazu einladen, Freiräume zu entdecken und dem Anderssein einen Platz im Hier und Jetzt zu verschaffen. Sie möchte anregen, sich selbst als anderen Menschen zu erleben. Fasten soll nicht zum Leistungssport avancieren. Es geht um den Anstoß eines Umdenkens – Andersdenkens – Neudenkens. Grundlage der Fastenzeit ist die Aussage Jesu im Matthäusevangelium: „Kehrt um! Erneuert euch! Denn das Himmelreich ist nahe.“ Vielleicht kann sich das Umdenken darin zeigen, auf etwas zu verzichten. Vielleicht ist es die bewusste Entscheidung, sich im Alltag für etwas zu entscheiden, z.B. Kontakte zu pflegen oder seinen Alltag mit „Zeit für sich“ zu unterbrechen. Die Fastenzeit ist eine Einladung, Dinge, die nicht mehr im Gleichgewicht sind, auszubalancieren. Dazu gibt es viele Anregungen. Einige Ausgewählte finden sie auf unserer Homepage www.kath-freiburg-ost.de

Ihr Seelsorgeteam

Seht, wir gehen hinauf gen Jerusalem!

Herzliche Einladung zum Konzert des BundesSchulMusikChors am **11. März 2023 um 15.00 Uhr** in St. Barbara.

Der Verein BundesSchulMusikChor- und Orchester e.V. veranstaltet deutschlandweit Chor- und Orchesterprojekte für Studierende des Fachs Musik auf Lehramt. Ziel ist dabei sowohl der musikalische und pädagogische Austausch zwischen den Schulmusiker:innen als auch die Förderung von Kunst, Kultur und Bildung.

Das diesjährige Chorprojekt findet in der Musikhochschule Freiburg und der Pädagogischen Hochschule Freiburg statt. Unter der Leitung von Prof. Morten Schuldt-Jensen erarbeitet der siebzigköpfige junge Chor ein vielfältiges, geistliches A-capella-Konzertprogramm mit dem Titel „Seht, wir gehen hinauf gen Jerusalem!“, das abschließend in zwei Konzerten aufgeführt wird. Dabei werden u.a. Werke von Bach, Mendelssohn, Poulenc sowie gegenwärtigen skandinavischen Komponisten gesungen.

Sollten Sie am 11. März nicht können, laden wir Sie herzlich zu unserem zweiten Konzert am 10. März 2023 um 20.00 Uhr in St. Urban, Herdern ein!

Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Kirchengemeindeversammlung am 12.03. in St. Barbara

Am Sonntag, den 12.03. wird in der Kirche St. Barbara um 10 Uhr eine Sonntagsmesse für die ganze Kirchengemeinde Freiburg Ost stattfinden. Im Anschluss lädt der Pfarrgemeinderat zur Informationsveranstaltung zur Kirchenentwicklung 2030 in das Gemeindeheim St. Barbara ein.

Für den Vorstand Wolfgang Stetter

Gesprächsabend

Der Eine-Welt-Kreis lädt am **Montag, 13. März, um 19.30 Uhr** zum Gespräch mit **Margarita Thum** ins **Pfarrheim**, Steinhalde 22, ein. Frau Thum hat als Lehrerin an der **Feyel-Schule** die **Partnerschaft** mit einer **Grundschule in Gaoua, Burkina Faso**, initiiert und durch Besuche intensiviert. Der Gesprächsabend will u.a. durch Filmausschnitte vom Schulleben in Gaoua Gelegenheit zur Information und zum Austausch über die Verhältnisse in Burkina Faso bieten.

Herzlich willkommen!

Mehr beten!

Fastenzeit – Zeit, etwas neu anzufangen, eine Umkehr zu wagen. Warum nicht **mehr beten**? Der Sehnsucht nach Erlösung, nach Frieden und Gerechtigkeit Ausdruck geben? Einen Schatz finden? Das Stundengebet / die Tagzeitenliturgie bietet sich von alters her an, zuhause alleine (Laudes und Vesper je ca. 7 min) und einmal die Woche gemeinsam **montags um 17.00 Uhr in St. Barbara Littenweiler**. Da geht es durch das laute und wechselweise Sprechen etwas länger (15 bis 20 Minuten).

Sie können dort auch Fragen stellen und Anmerkungen anbringen. Machen Sie mit? Uns tut es gut.

Martina Mosthaf



EVANGELISCHE

PFARRGEMEINDE OST

Pfr. Jörg Wegner, Tel. 69 67 91 78

Das Pfarrbüro (Hirzbergstr. 1) ist zu den folgenden Öffnungszeiten erreichbar:

Di, Do, 9:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr Mi, 16:00 – 18:00 Uhr, Fr 11:00 – 13:00 Uhr

Tel: 0761-50361580,

E-Mail: auferstehungskirche.freiburg@kbz.ekiba.de

Gottesdienste:

Sonntag, 12.03.23 um 11.00 Uhr – Zentraler Gottesdienst der Pfarrgemeinde Ost in der Christuskirche mit anschl. Gemeindeversammlung und gemeinsamem Mittagessen

Samstag, 18.03.23 um 18.00 Uhr – AusKLANG der Woche, Pfr. Wegner

Sonntag, 19.03.23 um 09.00 Uhr – Kleine Kirche, Diakon. Singewald/Team; um 10.00 Uhr – Gottesdienst, Pfr. Wegner

Veranstaltungen:

TabulaRasa spielt: „Atlantis – Eine echt antike Komödie“ von Tobias Öller (CANTUS-Verlag)

Selten wird vom Untergang der sagenumwobenen Insel Atlantis auf so humorvolle Weise wie in der satirischen Komödie von Tobias Öller erzählt. In ihrem Streben nach Reichtum und immer mehr Gewinn steuern die Bewohner dem Untergang entgegen. Eingebettet in den antiken Stoff zeigen die fünf Schauspieler die Absurditäten der Weltwirtschaft. Das zentrale Thema ist – damals wie heute – der ewige Traum des Menschen vom besseren Leben.

Am **12.03.2023 um 17:00 Uhr** im Gemeindefaal der Auferstehungskirche.

Wöchentliche Gruppen und Kreise:

Montag um 19.30 Uhr Kantorei

Dienstag um 17 Uhr Kinderchor „chOHRwürmchen“ für Kinder der 1. – 4. Klasse

Mittwoch um 20 Uhr Popchor
Freitag um 16 Uhr JungcharZusätzliche Informationen zur Gemeinde finden Sie auf der Homepage der Evangelischen Pfarrgemeinde Ost / Auferstehungskirche, www.evangelisch-freiburg-ost.de

Dort kann man sich auch für den Newsletter anmelden, der wöchentlich per Mail versandt wird.

Und unter <https://anchor.fm/himmelweit> können Sie zu jedem Wochenende unsere Podcast-Predigt abrufen.Die Kirche ist tagsüber geöffnet.
Für alle Fragen nehmen Sie gern Kontakt zu uns auf.**DIE VEREINE****INFORMIEREN****Landfrauenverein Kappel/ Ebnet****Liebe Mitglieder und Interessierte,**

am Donnerstag, 30.03.2023 um 19.00 Uhr findet unsere Mitgliederversammlung statt im Vereinsraum der Schauinslandschule Freiburg- Kappel, Moosmattenstraße 16. Interessierte Gäste sind herzlich willkommen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der endgültigen Tagesordnung
2. Totengedenken
2. Vorstands- und Tätigkeitsbericht
3. Kassenbericht
4. Bericht der Kassenprüferinnen
5. Entlastung des Vorstandes
6. Sonstiges
7. Gemeinsamer Ausklang

Wünsche und Anträge sind schriftlich oder per E-Mail bis 23.03.2023 zu Händen der 1. Vorsitzenden Jacqueline Preiß (In den Eschmatten 37, 79117 Freiburg-Kappel oder jacqueline.preiss@t-online.de) einzureichen.Jacqueline Preiß
1.Vorsitzende

Die Ebnet Mitglieder können sich zur Bildung von Fahrgemeinschaften um 18:20 Uhr am Parkplatz an der Dreisamhalle treffen.

Erinnerung:

09.03.2023, 19 Uhr in Ebnet, Vortrag: „Die Rolle der Frau in den Weltreligionen“

12.03.2023, Kino am Weltfrauentag, organisiert vom LandFrauenbezirk Freiburg, „Die Unbeugsamen“, 17.00 Uhr 1. Vorstellung, 19.30 Uhr 2. Vorstellung, Kosten: Kinobesuch

Wo: Kommunales Kino, Rheinstr.10, 79206 Breisach, Reservierung der Tickets ab 27.02. direkt auf der Homepage des Kinos (Es gibt 130 Plätze im renovierten Saal): <https://www.koki-breisach.de/>**Musikverein Ebnet e.V.****Einladung zur Mitgliederversammlung****Am Mi., 22.03.2023 um 20 Uhr in der Dreisamhalle Ebnet, Unteres Grün 15****Tagesordnung**

1. Begrüßung
2. Totenehrung
3. Situation des Vereins
 - a. Orchester
 - b. Jugendarbeit
 - c. Finanzen
4. Zusammenfassung
5. Entlastung der Vorstandschaft
6. Neuwahl einer Kassenprüferin / eines Kassenprüfers
7. Wahlen Vorstand und Beirat
8. Verschiedenes

Unter der Telefonnummer 42998992 stehen wir ihnen für Auskünfte zur Verfügung. Wir bitten Sie, Anträge zur Tagesordnung schriftlich bis zum 01.04. an Richard Wißler, Fürstenbergstraße 24, 79102 Freiburg zu richten.

Wir freuen uns auf Ihre rege Teilnahme.

**PARTEIEN****BERICHTEN****Freie Wähler Ebnet e.V.****Einladung zum „Runden Tisch“ der Freien Wähler Ebnet.**

Liebe Bürgerinnen und Bürger, zum monatlichen Runden Tisch laden wir Sie ganz herzlich ein. Die Ortschaftsräte und Vorstandsmitglieder der Freien Wähler Ebnet stehen Ihnen zu aktuellen Themen im Ort zur Verfügung. Hierbei können auch die Tagespunkte der anstehenden Ortschaftsratsitzung diskutiert werden.

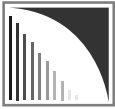
**Montag den 13.03.2023 um 20:00 Uhr
in der Gaststätte Dreisamtalblick,
Bei der Annakapelle 1
Der Nebenraum im EG
ist für den Runden Tisch reserviert.**

Selbstverständlich ist eine digitale Nachricht weiter möglich.

Wie gewohnt finden Sie unsere Berichte aus der Ortschaftsratsitzung in Ebnet aktuell, auf unserer Homepage unter www.freie-waehler-ebnet.de. Für Interessierte Bürgerinnen und Bürger Ebnets besteht die Möglichkeit „Ebnet aktuell“ direkt digital zu erhalten. Eine formlose Benachrichtigung an info@freie-waehler-ebnet.de ist ausreichend.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre Freien Wähler Ebnet e.V.
Claudia Schröder
1.Vorsitzendeinfo@freie-waehler-ebnet.de
rundertisch@freie-waehler-ebnet.de
www.freie-waehler-ebnet.de


WAS SONST NOCH
INTERESSIERT

Sortierter Kindersachenmarkt in der KiTa Rappelkiste

Am **Samstag, den 18. März findet von 14.00 – 16.00 Uhr** auf Initiative des Elternbeirates in der städtischen Kindertagesstätte „Rappelkiste“ (Am Kreuzsteinacker 17) der beliebte Frühlings- und Sommer-Kindersachenmarkt endlich wieder statt.

Mit 30 % des Verkaufspreises werden nützliche Anschaffungen für die Kinder der Tagesstätte finanziert. Angeboten werden übersichtlich sortierte Kinderbekleidung (Gr. 86-140), Schuhe, Spielsachen, Bücher und vieles mehr rund ums Kind. Für das leibliche Wohl der Besucher wird mit selbstgebackenem Kuchen und Kaffee bestens gesorgt. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Kindersachenmarkt in Zarten, auf dem Gelände der Zarduna Schule

Wann: Samstag, 25.03.2023 von 10:00-13:00 Uhr
Es freuen sich der Kindergarten & die Zarduna-Schule auf Ihren/euren Besuch.

schwarzwaldverein

Schwarzwaldverein Freiburg-Hohbühl

-09. März, Donnerstag: **„Erlebnis Schlossberg“** der Freiburger Schlossberg wurde im Sommer 2022 neu beschildert und markiert, wir erkunden seine Geschichte mit vielen Erläuterungen auf den neuen Themenwegen: „Festungstour“ (4,4 km) und „Mez'sche Abenteuerrunde“ (2,4 km), Treff: 10 Uhr, Stadtgarten, Café Marcel, Auf-/Abstieg: 200m, Gehzeit: 4Std/7km, leicht-mittel, Einkehr: nein, Rucksackverpflegung: ja, Führung: Walter Sittig, Tel. 0173-329 2710

-11. März, Samstag: **„Jahresversammlung“** der CBL in Belfort, 20 Uhr, Info: Manfred Metzger, Tel: 07665/2430

-12. März, Sonntag: **„Spazierwandern“**, durch die Rheinauen, Gehzeit: 2,5Std/ 5,8Km, Auf-/Abstieg: 20m, leicht, Einkehr: ja, Rucksackverpflegung: ja, Treff: Hbf, 10.00 Uhr, Zug Breisach, Führung: Gerti Plangger, Tel. 0761/492563

-14. März, Dienstag: **„Gesundheitswanderungen“**, am Schlossberg, für alle Altersgruppen, kurze Wanderungen ca. 2 Std, kombiniert mit gezielten sanften Übungen aus der Physiotherapie, die fit machen, Kosten: Nichtmitglieder 3,- €, Mitglieder frei, Leitung: Walter Sittig, zertifizierter Gesundheitswanderführer, Treff: 10 Uhr und 14 Uhr, Musikpavillon Stadtgarten Freiburg, Führung: Walter Sittig, Mobil: 0173329 2710

Gäste sind herzlich willkommen. Coronaschutzmaßnahmen sind einzuhalten



GEBRATENES FORELLENFILET AN KNUSPRIGEN TOPINAMBUR-CHIPS UND KOPFSALAT MIT CHILI-INGWER-CURRY-VINAIGRETTE

ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

GEBRATENES FORELLENFILET

4 Forellenfilets mit Haut
1 Zitrone
Sonnenblumenöl (alternativ: Butterschmalz)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Mehl (zum Wenden), 2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin (alternativ: 2 - 3 TL getrocknete Rosmarinnadeln)
50 g Butter

KNUSPRIGE TOPINAMBUR-CHIPS

500 g Topinambur
2 Zweige Rosmarin (alternativ: 2 - 3 TL getrocknete Rosmarinnadeln)
4 EL Olivenöl, etwas Zitronensaft
Salz

KOPFSALAT MIT CHILI-INGWER-CURRY-VINAIGRETTE

1 Kopfsalat, Petersilie zum Bestreuen
1 Limette, 1 rote Chilischote
10 g Ingwer, 1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
1 TL Currypulver, mild
Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

GEBRATENE FORELLENFILETS:

Zitrone halbieren. Forellenfilets waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite mit einem scharfen Messer einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite in Mehl wenden. Eine Pfanne erhitzen. Die Forellenfilets auf der bemehlten Hautseite in etwas Sonnenblumenöl knusprig braten. Knoblauchzehen mit der Breitseite des Messers zerdrücken und zusammen mit Rosmarin mit in die Pfanne geben. Die Forellenfilets wenden, fertig braten. Den Fisch mit etwas Zitronensaft beträufeln. Ein Stück Butter zum Verfeinern dazugeben.

KNUSPRIGE TOPINAMBUR-CHIPS:

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Backpapier auf ein Backblech legen.
Topinamburknollen mit der Gemüsebürste waschen und dann in feine Scheiben direkt auf das Backblech hobeln. Olivenöl, Zitronensaft, Rosmarin und Salz über das Gemüse geben; mit den Händen alles vermischen. Topinamburscheiben jetzt möglichst einschichtig auf dem Blech verteilen.
Im Ofen 20 bis 30 Minuten bei 200 Grad knusprig backen.

KOPFSALAT MIT CHILI-INGWER-CURRY-VINAIGRETTE:

Kopfsalatblätter putzen, waschen und trockenschleudern. Petersilie abspülen, trockenschütteln und mit nur geringem Druck kleinschneiden. Von der Limette den Saft auspressen. Chili halbieren, die Kerne austreichen und die Schoten fein hacken. Sowohl Ingwer als auch Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken.
Olivenöl, Chili, Ingwer, Knoblauch, Limettensaft, Currypulver und je 1 Prise Salz / Pfeffer in einen Mixbecher geben, mit dem Pürierstab fein pürieren, abschmecken.
Salatblätter mit dem Dressing anmachen, in 4 Salatschälchen anrichten, mit Petersilie bestreuen.

TIPPS & TRICKS

Topinambur enthält viel Inulin und ist für Diabetiker eine besonders gute Kartoffel-Alternative. Das Gemüse lässt sich schnell und einfach zubereiten. Man muss die Knollen auch nicht zwingend schälen, außerdem kann man Topinambur als Rohkost essen. Gekochte Topinambur haben einen nussig-süßlichen Geschmack. Die Topinambur-Chips (unser heutiges Rezept) harmonisieren auch prima mit Fleischgerichten. Da sie sogar kalt gegessen werden können, passen Topinambur-Chips zum Apéro und als Snack.

**Kein Verkauf Ihres Mehrfamilienhauses,
Baugrundstück oder Althaus zum Abbruch
ohne Angebot der Fa. Sauer Wohnbau GmbH**

Lassen Sie sich von unserer Marktkenntnis überraschen.

Die beiden Geschäftsführer des Hauses Sauer sind gemeinsam seit über 65 Jahren mit der Fa. Sauer Immobilien GmbH auf dem Freiburger Immobilienmarkt selbständig tätig.

Wir kaufen direkt und unkompliziert oder zeigen Ihnen, wie Sie den besten Preis erzielen.

Wir freuen uns auf Sie!

besser@immobilien-sauer.de oder direkt unter 0761.70332-18

Sauer Wohnbau GmbH und Sauer Immobilien GmbH
Seit 1979 Ihr zuverlässiger Partner

Familie sucht Haus zur Miete

Wir (38, 44 & 6 J.) suchen zum 01.06. / 01.07. / 01.08.
ein Haus zur Miete, bis 2.100,- € warm.
paola.deutschmann@gmx.de



Verkäufer (m/w/d)
für unsere



**Spargel- und Erdbeerstände in Kirchzarten & Buchenbach
ab März bis Juli in Voll-/Teilzeit gesucht.** Sie sind freundlich,
zuverlässig, flexibel und verkaufen gerne? Dann bewerben Sie sich unter:

www.wassmer-spargel-erdbeeren.de oder
bewerbung@wassmer-spargel-erdbeeren.de

Tel.: 07633 / 39 65; Anrufzeiten: Mo. – Fr, 9–17 Uhr und Sa. 10–16 Uhr
Fritz Waßmer • Spargel- und Erdbeerkulturen

WIR FINDEN FÜR JEDE TREPPE DIE RICHTIGE LÖSUNG!
Treppenlifte · Plattformlifte · Senkrechtlifte



07741- 965858
www.reha-lift.com



denn Bewegungsfreiheit ist Lebensqualität!

DER SERVICE & VERKAUF VOM PROFI AUS IHRER REGION!

**Familie mit drei kleinen Kindern
sucht Haus zum Kauf in Ebnet**

Tel. 0172 6585946 oder familie-fr@t-online.de



PRIMO
Verlag | Druck | Service

Primo-Verlag Anton Stähle GmbH & Co. KG
☎ 07771 9317-11 ✉ anzeigen@primo-stockach.de
www.primo-stockach.de

Gemeinschaftswerbung macht erfolgreich!
**PERFEKTER AUSBLICK
FÜR IHRE WERBUNG!**
Wir beraten Sie gerne persönlich.

**MY EBLÄTTLE - DIGITAL
IMMER INFORMIERT.**



PRIMO
Verlag | Druck | Service

Online lesen!
www.myeblättle.de

Laden im
App Store

JETZT BEI
Google Play

Kaufm. Teamkollege (m/w/d) gesucht für Standort Freiburg



Wir bieten:

- BAV und LAZ
- Urlaubsgeld
- Weihnachtsgeld
- 50 € Sachbezug
- Jobrad
- und vieles mehr

Du bist bereit:

- 24/7 zu arbeiten

Du hast:

- kaufm. Grundkenntnisse
- Kenntnisse in MS Office

Informationen zu Deinem neuen Job
bei der SVG - scanne den QR-Code



Auf Deine Bewerbung freut sich:

marika.seidel@svg-baden.de, www.svg-baden.de



Wir verkaufen zum Höchstpreis



Durch unsere hauseigene
Immobilienfinanzierung.
Tel: **0179 - 975 21 15**
(telefonisch, per WhatsApp oder SMS)
baum-immobilien.de
a.baum@baum-immobilien.de

Stuttgart - Villingen-Schwenningen - Rottweil - Konstanz - Freiburg - Zürich

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

03944 - 36160 • www.wm-aw.de

Wohnmobilcenter Am Wasserturm e.K.

ANGELL
Akademie
Freiburg

Pädagogisches
Konzept nach

DALTON

Infoveranstaltung
Sa, 18.3., 10.30 Uhr
Hausführungen ab 9.50 Uhr*

Online-Anmeldung:
www.angell-akademie.de

Berufliche Gymnasien ab Klasse 8
Sozial- & Gesundheitswissenschaftliches Gymnasium
Technisches Gymnasium • Wirtschaftsgymnasium

Berufskollegs | Kaufm. BK I+II • BK Fremdsprachen

Ausbildung zum/r Erzieher*in
Berufskolleg & Fachschule für Sozialpädagogik

*Über unsere **Beruflichen Gymnasien ab Klasse 11**
informieren wir ebenfalls im Rahmen von Hausführungen.

Kronenstraße 2-4, 79100 Freiburg • 0761 791999-10

2 Messen - 1 Ticket 10.-12. März



RAUCH & GLUT
BBQ Lifestyle Messe

FR 14-21 Uhr
SA 10-20 Uhr
SO 10-18 Uhr

FR 14-18 Uhr
SA & SO 10-18 Uhr

Rabattierte Eintrittstickets mit dem Code „PRIMO“ auf
rauchglut-freiburg.de | baby-messe.freiburg.de

**HEIMATBLATT,
WIE SIE ES KENNEN.**

HEIMATBLATT, WIE SIE ES MÖCHTEN.

BLÄTTERN SIE ONLINE! www.myebättle.de