

AUFGETISCHT

Sellerieschnitzel

Zutaten: 1 Sellerieknolle, geschält und in Scheiben geschnitten, 1 Zitrone, Saft und Abrieb, 1 EL Dinkelmehl, 1 Ei, 6 EL Dinkeltoast, frisch gerieben, 2 EL Kräuter, gehackt, 1 EL Senfkörner, frisch gemörsert, Salz, Koriander gemahlen, 2 EL Olivenöl, 1 EL Butter.

Zubereitung: Die Selleriescheiben in leicht gesalzenem Wasser mit Zitronensaft 8 bis 10 Minuten bissfest kochen. Gut abtrocknen und mit Mehl, Ei und einer Mischung aus Dinkeltoastbrösel, Kräutern und Senfsamen panieren. Die Schnitzel in einer Pfanne mit Öl und Butter von beiden Seiten goldgelb braten.

Dazu werden folgende Beilagen empfohlen:

Gedünsteter Lauch: 1 Stange Lauch in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und halbieren. In einer 1/2 Tasse Gemüsebrühe weich dünsten und mit Salz abschmecken.

Tomatenpüree: 1/2 Glas eingelegte Tomaten, 2 EL Olivenöl, 1 EL Knoblauchpaste und 1 TL gehackter Thymian werden fein püriert. Für die Knoblauchpaste werden einige ungeschälte Knoblauchzehen mit etwas Thymian in einer Gemüsebrühe weich gedünstet und anschließend durch ein Sieb gestrichen.

► **Lebensfreude aus dem Kochbuch**, Kneipp Traditionshaus Mühllacken (Hrsg.), Kehrwasser-Verlag 2013.

Nina Stögmüller verleitet mit ihrem neuen Buch zum Lesen und Vorlesen in der stillen Zeit

Im Märchen daheim

Es war einmal ... eine Märchenfee. Schon als Kind hörte sie der Mutter gerne zu, wenn sie die Märchen der Gebrüder Grimm erzählte. Später las sie selbst Märchen und begann, viele neue Geschichten zu schreiben.

BRIGITTA HASCH

„Märchen waren immer schon mein's“, sagt Nina Stögmüller. Bereits als Jugendliche hat sie mit dem Schreiben angefangen. Ihr erstes Märchen sollte eine Freundin in ihrem Liebeskummer trösten. Wie viele Märchen sie seither geschrieben hat, weiß sie nicht. Es sind unzählige, für Erwachsene und für Kinder, zum Lesen und Vorlesen. Sie handeln von Altem und Neuem, vermitteln oft ganz nebenbei Wissen oder Bräuche. Und auch Werte; das aber nie mit dem Zeigefinger, sondern eben märchenhaft.

Märchen gehen immer gut aus. Die Linzer Autorin steht dazu, Positives vermitteln zu wollen. Sie möchte den Menschen etwas Gutes mitgeben. Geschichten, die von Angst, Gewalt oder Krieg handeln, mag sie nicht be-

sonders. „Bei Märchen kann man sich entspannen, sich richtig darauf einlassen, besonders, weil sie ein gutes Ende haben. Ich merke auch bei meinen Lesungen, dass sich die Leute darüber freuen und es ihnen gut tut“, erzählt sie. Märchen sind Nahrung für die Seele, für jeden Menschen, auch wenn sie ganz verschiedene Gefühle auslösen.

Alles ist möglich. Fantasie spielt in Märchen naturgemäß eine große Rolle. Das macht Nina Stögmüller kein Kopfzerbrechen. „Schon als Kind entdeckte ich etwa in Wolken oder Bäumen verschiedene Figuren oder Tiere.“ Fantastische Voraussetzungen also für eine Märchenschreiberin.

Namen spielen in ihren Märchen selten eine Rolle. Der König, die Prinzessin oder das Kind sind Charaktere, die meist auch keinen Namen brauchen. Die Handlungen sind frei erfunden. Auch wenn sie aus ihrem Leben viele Impulse für die Märchen erhält, erzählen sie nie etwas Konkretes oder Persönliches.

„Ich schreibe total intuitiv“, sagt sie. Meist entstehen die Märchen in einem Fluss. Davor wird aber viel Zeit in Recherchen investiert. Und noch mehr Zeit vergeht, bis die endgültige Fassung fertig ist. „Beim Drüberlesen fallen mir immer wieder Dinge auf, die ich dann verändere. Nur, irgendwann muss mit den Korrekturen auch Schluss sein“, lacht die Autorin, „sonst wird es nie ein Buch.“

„Adventkalender erzählen“ ist bereits ihr drittes Werk. Davor ließ Nina Stögmüller Raunächte und Mondnächte ihre Geschichten preisgeben. Soeben sind alle drei Bücher auch als E-Books erschienen. Märchenliebhaber finden auf www.diemärchenfee.at immer wieder neue Geschichten der Autorin.



Adventkalender erzählen. Ein Lese- und Märchenbuch, Nina Stögmüller. Verlag Anton Pustet, Salzburg 2014.

KIZ-WEBCLUB: RÄUCHERAMPEL

Wenn die Tage vor Weihnachten kürzer werden, haben sich die Menschen seit jeher in die Häuser, ins schützende Innere zurückgezogen. Um gut über diese dunkle Zeit zu kommen, wurden verschiedene Räucherungen durchgeführt.

Heute wie damals ist einer der Hauptgründe für das Räuchern die atmosphärische Reinigung

von Haus und Wohnung. Schon die Vorbereitungen zum Räuchern haben einen zeremoniellen Charakter und der Duft, der sich alsbald im Raum verbreitet, wirkt je nach Art des aufgelegten Räucherwerkes spannend, inspirierend, harmonisierend, reinigend oder anregend. Es stellt sich eine positive Stimmung ein.

Angebot im KiZ-webClub:

Räucherampel aus Messing, Höhe 17 cm, edles Design, hochwertig verarbeitet, mit angenehmer Duftverbreitung. Preis: Euro 24,90.

Als KiZ-webClub-Mitglied erhalten Sie diese Räucherampel um nur 19,90 Euro! Angebot gültig bis 10. Jänner 2015.

Einfach in den KiZ-webClub ein-



BITTO

steigen, Gutschein ausdrucken und ausgefüllt bei der Buch- und Kunsthandlung Veritas in Linz einlösen.

► www.kirchenzeitung.at/webclub