

MeinBochum kompakt

Kultur & Freizeit
Tipps, Termine
und Highlights » 11

Per Rad unterwegs
Die schönsten Touren
durch Bochum » 5

www.waz.de/bochum

Freitag, 15. März 2013



SERIE
"Magische Orte":
Der Tippelsberg
» 8/9

Öffentliche Vorträge mit zahnärztlichen Spezialisten als Referenten

Patientenseminar – Teilnahme kostenfrei

Die sanfte Alternative: Implantate ohne Skalpell

- Vortrag über neue Verfahren bei Zahnimplantaten
- Möglichkeiten bei Vorerkrankungen
- Individuelle Beratung & Kosteninfos

Dienstag, 19. März · 19.00 Uhr

Restaurant Beckmannshof
Berliner Str. 39 · 44866 BO-WAT



Anmeldung erwünscht • Telefon 02041 / 54675 • patienten-scout.de

Eine Veranstaltung des Informations-Forum-Gesundheit e.V. mit unserem Referenten

Dr. Jörn Thieme MSc, MSc

Zahnärzte & Implantologen

Dr. Jörn Thieme, MSc, MSc
Dr. Jan Heermann · Dr. Simone Thieme
Günnigfelder Straße 25 · 44866 Bochum
Tel. 02327/2 39 73 · thieler.com



**Thieler
Heermann
Bochum**
Wir fördern Ihr Lächeln!

fb.thieler.com >>>



Kulinarik, **Kirmes** & Co.

Bochums Stadtfeste, Märkte und verkaufsoffene Sonntage – bis zum Sommer

Die ersten wärmenden Sonnenstrahlen kündigen den Frühling an. Und mit dem Sonnenlicht zieht es auch die Menschen wieder mehr auf die Straße. Grund genug, einen Blick auf die kommenden Stadtfeste und Großveranstaltungen in Bochum zu werfen.

Am morgigen **Samstag, 16. März**, verwandelt sich der **Boulevard** in eine große Stoff-Meile. Der „**Stoffmarkt Holland**“ lädt zum Stöbern und Bummeln ein. Stoffhändler aus dem gesamten Bundesgebiet und Bochum beteiligen sich am Verkauf. Angekündigt sind Damen- und Kinderstoffe, Gardinen, Heimtextilien sowie Dekostoffe, Quilt-, Patchwork- und Polsterstoffe sowie Schnittmuster und Kurzwaren.

Noch bis kommenden **Sonntag, 17. März**, leuten die Wattenscheider mit der **Getrudiskirmes** die Bochumer Jahrmarktsaison ein. Die Fahrgeschäfte und Verkaufsbuden haben täglich ab 14 Uhr geöffnet. Vom **Gertrudisplatz** über die Einkaufszone der **Ost- und Hochstraße** bis zum **August-Bebel-Platz** reißen sich die Karussells, Imbissbuden und Stände. Namensgeberin des Festes ist



Frisch, geräuchert oder frittiert: Beim Bochumer Fischmarkt vom 11. bis 14. April bieten Aal-Volker und seine Kollegen kulinarische Leckereien an.

FOTOS: STADT BOCHUM, PRESSE- UND INFORMATIONSAMT

Wattenscheids Stadtpatronin Gertrud von Nivelles. Wenige Tage später, von **Mittwoch, 20. März**, bis **Samstag, 23. März**, können die Besucher des **Französischen Gourmetmarktes** auf dem **Dr.-Ruer-Platz** leben wie Gott in Frankreich. Angekündigt sind Weine und ausgesuchte Speisen wie französische Salami, Baguette, Käse und vieles mehr. Abgerundet wird das Programm mit französi-

scher Livemusik. Pünktlich zum Frühlingsbeginn lädt die Interessengemeinschaft Boulevard & Brück4tel am **Freitag und Samstag, 22. und 23. März**, zum Bummel über den **Blumen- und Gartenmarkt** auf dem **Boulevard** ein. Die Aussteller kommen sowohl aus Deutschland als auch aus den benachbarten Niederlanden. Jeweils von 10 bis 18 Uhr bieten sie ihre Waren an: angefangen bei Schnittblumen,

Zimmerpflanzen und Beetware, über Stauden, Blumenzwiebeln, Keramik und landwirtschaftliche Erzeugnisse bis hin zu Produkten aus dem Garten- und Landschaftsbau.

Traditionelle Osterkirmes in der Innenstadt

Zu einer bunten Kirmesmeile wird die Innenstadt traditionell über Ostern. **Von Ostersonntag, 30. März**, bis **Sonntag, 7. April**, laden zahlreiche Karussells, Imbissbuden und Marktstände zum Flanieren ein. Geöffnet ist die **Osterkirmes** täglich von 14 bis 21 Uhr. In Bochum-Harpen und Bochum-Hofstede haben sonntags außerdem die Einzelhändler in der Zeit von 13 bis 18 Uhr ihre Geschäfte geöffnet.

Mit oder ohne Zwiebeln? Frittiert oder eingelegt? Das sind Fragen, die die Besucher des **15. Bochumer Fischmarktes** auf dem **Husemannplatz** umtreiben werden. An vier Tagen, von **Donnerstag, 11. April**, bis **Sonntag, 14. April**, bieten rund 20 Händler in der Innenstadt ihre kulinarischen Leckerbissen an. Nicht nur Fisch, auch Käse, Brot, Salate, Wurst und Süßwaren sollen die Gaumen der Bochumer erfreuen. Der Markt öffnet täglich von 10 bis 18 Uhr, am

IMPRESSUM

WAZ Mediengruppe

WAZ/NRW/WR/WP/IKZ

Verlag: WAZ Zeitungsgruppe NRW GmbH, Friedrichstraße 34-38, 45128 Essen, Sitz Düsseldorf, Registergericht Düsseldorf HRB 68934

Geschäftsführung

Manfred Braun, Christian Nienhaus, Thomas Ziegler

Telefon: 0201/804-0
Fax: 0201/804-2352

Anzeigenleitung

Christian Klaucke (V.i.S.d.P.)

Leitung Regional-Verkauf

Andreas Schlierkamp

Leitung Regionalbüro

Gerd Cecatka

Kontakt Anzeigen

Christian Röder,
Tel. 0234 / 966-14501

Leitung Produktmanagement

Mirco Striewski

Produktmanagement regional

Frank Grieger, (V.i.S.d.P.)
Tel: 0201 / 804-2657

Redaktion

Michael Braun, Sarah Heppekausen, Lara Jaenke, Sven-Lukas Müller, Romina Suliani

Gestaltung

Michael Braun, Sven-Lukas Müller, Romina Suliani

Druck

Druckhaus WAZ GmbH & Co. Betriebs KG, Friedrichstr. 34-38, 45128 Essen; Druck- und Verlagszentrum GmbH & Co. KG, Hohensyburgstr. 67, 58099 Hagen

Sonntag von 11 bis 19 Uhr. Ein echtes Traditionsfest – und dann auch noch mit einem Jubiläum – beginnt am **Donnerstag, 25. April**, in der Bochumer Innenstadt. Zum **625. Mal** jährt sich das **Maiabendfest** der Bochumer Maiabendgesellschaft. **Bis Sonntag, 28. April**, feiern die Maischützen gemeinsam mit den Bochumer Bürgern und Gästen.

Autofreunde und Liebhaber in die Jahre gekommener Fahrzeuge kommen von **Freitag, 3. Mai**, bis **Samstag, 4. Mai** auf ihre Kosten: Dann verwandelt sich die **Innenstadt** in eine große Autoausstellung. Auf der „**Auto 2013**“ mit integrierter Oldtimerausstellung wird die Fußgängerzone zu einem Mekka für Autofans. Jeweils von 11 bis 19 Uhr können sich die Besucher über Neuheiten auf dem Fahrzeugmarkt informieren oder angesichts der alten Autoschätzchen ins Schwärmen geraten.



**Frühling
erfahren!**



WISSEN · KÖNNEN · LEIDENSCHAFT
Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe

Kontakt:

Kfz-Innung Bochum

Springorumallee 10 • 44795 Bochum

Telefon 0234 - 324 00

Die Fachbetriebe der Kfz-Innung Bochum sorgen für Ihre Sicherheit.

Sie finden die Kfz-Betriebe unter:

www.kfzgewerbe.de

Autofreunde und Liebhaber in die Jahre gekommener Fahrzeuge kommen von **Freitag, 3. Mai**, bis **Samstag, 4. Mai**, auf ihre Kosten: Dann verwandelt sich die **Innenstadt** in eine große Autoausstellung. Auf der „**Auto 2013**“ mit integrierter Oldtimerausstellung wird die Fußgängerzone zu einem Mekka für Autofans. Jeweils von 11 bis 19 Uhr können sich die Besucher über Neuheiten auf dem Fahrzeugmarkt informieren oder angesichts der alten Autoschätzchen ins Schwärmen geraten.

Am gleichen Wochenende, von **Freitag, 3. Mai**, bis **Montag, 6. Mai**, wird **Linden** zum Schauplatz der traditionellen **Frühjahrskirmes**. Die Buden und Fahrgeschäfte haben täglich von 14 bis 21 Uhr geöffnet – angekündigt sind rund 30 Attraktionen. Ausgehend vom Marktplatz erstreckt sich die Kirmes über die Hattinger Straße bis zum Kirchplatz der Liebfrauenkirche.

„Besser europäisch essen“ lautet das Motto des **Euro-marché**, des großen Lebensmittelmarktes auf dem **Dr.-Ruer-Platz**, von **Mittwoch, 22. Mai**, bis **Samstag, 25. Mai**. Täglich von 10 bis 20 Uhr bieten die Händler verschiedene kulinarische Köstlichkeiten aus ganz Europa an. Abteibiere aus Belgien, Flamm-lachs aus Finnland, Crémant aus Luxemburg, schottischer Whisky oder Gebäck aus Tschechien sind beispielsweise angekündigt.

Unter dem Motto: „Bürger begegnen sich – wir machen mit“ lädt die Bezirksvertretung Bochum-Ost zur **Bürgerwoche** ein. Von **Dienstag, 4. Juni**, bis **Sonntag, 9. Juni**, kommen in **Bochum-Werne**, **Langendreer**, **Laer** und am **Ümminger See** Vereine und Verbände, Kirchengemeinden, Schulen, Institutionen und einzelne Bürger zusammen und stellen ein vielfältiges und interessantes Programm mit vielen Aktionen auf die Beine. Geplant sind Bühnenprogramme an allen Spielorten, außerdem präsentieren die ortsansässigen Vereine ihre Arbeit. Am **Ümminger See** wartet zudem ein Kunsthandwerkermarkt auf die Besucher.

Kulinarik, Kunst und Kultur stehen im Mittelpunkt des **Gerther Sommers** am **Samstag, 15. Juni**, von 10 bis 16



Linden lädt mit rund 30 Attraktionen ein zur Frühjahrskirmes vom 3. bis 6. Mai. FOTO: STADT BOCHUM, PRESSE- UND INFORMATIONSAMT

Uhr. Seit 29 Jahren verwandelt sich die **Fußgängerzone** des Stadtteils im Frühsommer in eine Flaniermeile für zahlreiche Besucher. Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm mit Darbietungen für jedes Alter ist ebenso geplant wie der beliebte Kunst- und Handwerkermarkt im Gerther Zentrum.

Einige Wochen später, am **Sonntag, 7. Juli**, wartet das nächste Jubiläum auf die Bochumer: **Das Volksfest an den Grummer Teichen** feiert seinen 30. Geburtstag. Besu-

cher erwartet ein buntes Familienfest. Auf der Bühne soll es einen bunten Mix aus Musik, Tanz und Artistik geben. Außerdem ist ein umfangreiches Kinderprogramm mit Kinderschminken, Hüpfburg und mehr angekündigt.

Kemnader See- und Hafenfest Ende Juli

Am letzten Wochenende (**Samstag und Sonntag, 13. und 14. Juli**) vor den großen Sommerferien steigt im **Stadtpark** ein großes Fest für die ganze Familie. Clowns,

Akrobaten und Künstler lockten in den vergangenen Jahren rund 30000 Kinder und Eltern in den Bochumer Stadtpark und wollen auch in diesem Jahr für ausgelassene Stimmung sorgen. Der freie Eintritt für Kinder zum Tierpark und ein buntes Unterhaltungsprogramm am **Bismarckturn** runden die Mitmachaktionen ab.

Sportlich wird es zwei Wochen später: Am **Sonntag, 28. Juli**, kommen hochkarätige Radprofis nach Bochum. Der **Sparkassen Giro** ist nicht nur ein großes Sportereignis, sondern auch Rahmen eines großen Familienfestes. Verschiedene sportliche Highlights wie das Dernyrennen, der Meilenlauf, der Inliner Cup oder der Fungiro werden mit einem abwechslungsreichen Rahmenprogramm gepaart.

Ein Blick an die südliche Stadtgrenze lohnt sich an diesem Wochenende ebenfalls: Von **Freitag, 26. Juli**, bis **Sonntag, 28. Juli**, ist am **Kemnader See** eine ganze Menge los: Das **Kemnader See- und Hafenfest** will auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Besucher begeistern. Bekannt ist es für sein Live-musik-Programm, verschiedene Wassersportmöglichkeiten sowie Karussells und

Verkaufsstände – abgerundet mit einem großen Höhenfeuerwerk am Samstagabend.

VERKAUFSOFFENE SONNTAGE 2013

Insgesamt **neun verkaufsoffene Sonntage** wird es in diesem Jahr in den Bochumer Stadtteilen geben. Das beschloss der Rat Mitte Februar. Die Geschäfte haben an den Shopping-Sonntagen jeweils von **13 bis 18 Uhr** geöffnet. Hier ein Überblick:

- 17. März:** Wattenscheid
- 7. April:** Harpen, Hofstede
- 5. Mai:** Bochum – außer Harpen, Hofstede, Wattenscheid, Langendreer und Linden
- 30. Juni:** Langendreer
- 8. September:** Linden, Laer
- 15. September:** Wattenscheid
- 6. Oktober:** Bochum – außer Harpen, Hofstede, Wattenscheid, Langendreer und Linden
- 3. November:** Linden, Hofstede, Harpen
- 1. Dezember:** Bochum – außer Bochum-Linden



Der neue Mazda6. Ihre Nummer Eins.

Egal ob in Sachen Design, Komfort oder Effizienz, der neue Mazda6 überzeugt in allen Punkten. Auch im Wettbewerbsvergleich zeigt er Siegerqualitäten.

Überzeugen Sie sich selbst bei einer Probefahrt von seiner überragenden Leistung!

Barpreis € **26.980¹⁾**



AUTO²⁾
AutoTrophy 2012
Sieger in der Kategorie
Mittelklasse Import



Auto Bild³⁾
Platz 1: Mazda6
Platz 2: Hyundai i40cw
Platz 3: Ford Mondeo
Platz 4: Opel Insignia
Platz 5: Toyota Avensis
Platz 6: Renault Laguna

Kraftstoffverbrauch im Testzyklus: innerorts 7,7 l/100 km, außerorts 5 l/100 km, kombiniert 6 l/100 km.
CO₂-Emissionen im kombinierten Testzyklus: 139 g/km.

1) Barpreis für einen Mazda6 Kombi Center-Line 2.0 i SKYACTIV-G 121 kW (165 PS), inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten. 2) Nähere Informationen unter: www.autotrophy.de
3) Vergleichstest Mittelklasse-Kombis, AUTOBild Ausgabe 3/18.01.2013, www.autobild.de Abbildung zeigt Fahrzeug mit höherwertiger Ausstattung.

Autohaus MÜLLER & REMSING GMBH
Auf dem Dahlacker 53
44807 Bochum-Riemke
Telefon: 0234 - 54 10 01
www.mueller-remsing.de



Gärtnerei
Thomas Flegel
Bo.-Harpen · Freyaweg 2
Tel. (02 34) 23 47 95

- **Gartenbau**
- **Friedhofsgärtnerei**
- **Landschaftspflege**
- **Blumen und Floristik**

Planen Sie jetzt Ihren Urlaub im eigenen Garten!

Danielsiek
Gartenplanung & Design
Jessica Danielsiek, Dipl.-Ing. (FH)
Telefon: 0234 - 879 869 76
www.danielsiek-gartenplanung.de

Zebulla Gartengestaltung

Telefon 02 34 / 87 17 8
www.gartengestaltung-zebulla.de

Anlage von Naturgärten · Teichbau · Altgartensanierung
Baumschule · Pflege von Gartenanlagen · Zaunbau
Baumarbeiten · Bau von Wegen, Terrassen u. Gabionen

Mesenich
GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
natürlich geplant

- Hausgärten aller Art
- Terrassen-, Wege- & Mauerbau
- Pflege von Außenanlagen
- Baumfällungen & Baumpflege
- Spielplatzbau

Waterfuhrweg 6a · 44892 Bochum
Fon: 02 34 - 927 14 61 · Fax: 02 34 - 927 14 60
e-Mail: info@galabau-mesenich.de · Internet: www.galabau-mesenich.de

BRANDSCHÄDEL GmbH
GARTENPLANUNG & LANDSCHAFTSBAU BOCHUM

Auf dem Anger 1a
44805 Bochum
Tel. 0234 / 23 20 96
Fax 0234 / 23 66 82
kontakt@brandschaedel.de
www.bbrandschaedel.de

400 m² Ausstellung
Besuchen Sie uns!

GEBR. DIFINA
Rollladen/Tore
Garagentore
Fenster
Markisen
Vordächer
Haustüren
E-Antriebe

- ✓ KOMPETENT
- ✓ ZUVERLÄSSIG
- ✓ SYMPATHISCH &
- ✓ FAIR

Seilfahrt 22 · 44809 Bochum · Telefon 0 2 34/6 10 26 24 · info@difina.de · www.difina.de

Hier geht es um Ihr Auto!

Bei uns können Sie bargeldlos bezahlen!

Frühjahrscheck 9,95 €

KFZ-MEISTERBETRIEB
Carsten R. Sammrei
Werner Hellweg 539 · 44894 Bochum
Telefon (02 34) **23 21 90**
Fax (02 34) 23 26 02
Jetzt neu im Internet:
www.sammrei.de

Einfahrt Zoo-Center!

Was wächst denn da?

Kleine Wildkräuter-Kunde: Wie man in der Frühphase der Wachstumszeit mit Hirse, Hahnenfuß & Co. umgeht

Die ersten warmen Tage – und der Wachstumsmarathon im Garten beginnt. Dabei scheinen die Wildkräuter den Wettlauf um die besten Plätze zu gewinnen. Viele Wildkräuter wachsen im Frühjahr schneller als Kulturpflanzen, weil sie meist mit niedrigeren Temperaturen zu recht kommen.

Viele Gewächse wie die Vogelmiere keimen bereits bei Temperaturen ab 2 °C. Dabei entwickeln sie wie alle Samenkräuter unzählige Samen, die über Jahre ihre Keimfähigkeit behalten können. Wurzelunkräuter wie Giersch, Quecke, Schachtelhalm oder Winde sind im Frühjahr noch kaum zu sehen. Aber im Untergrund haben sie oft schon ein dichtes Geflecht gebildet. Sobald es wärmer wird, schießen sie aus dem Boden. Tipp: Die Wurzeln vorsichtig mit der Grabgabel ausgraben – und dabei so vorgehen, dass die Wurzeln möglichst ganz blei-

ben. Diese Wildkräuter sind so regenerationsfähig, dass jedes kleine Wurzelteilchen wieder zu wachsen beginnt. Das ist eine mühselige Prozedur, weil man den Vorgang nach zwei bis drei Wochen wiederholen sollte. Wenn Hobbygärtner beharrlich bleiben, bekommen sie auch das hartnäckigste Wildkraut in den Griff. Entsorgen sollte man die Wurzeln nicht auf dem Kompost, sondern in der Biotonne.

Unter den „Ungräsern“ treten immer häufiger Hirsearten in Erscheinung. Wer Ziergräser im Garten mag, vermutet nicht gleich ein wucherndes Wildkraut hinter den zarten Pflänzchen. Doch die Hirsearten verschanzen sich zwischen Stauden, aber auch im Rasen und verbreiten dort unentdeckt ihre Samen. Die Hühnerhirse keimt zwar erst bei 10 °C bis 15 °C, aber die Samen bleiben fünf Jahre lebensfähig. Die Bluthirse sieht mit ihren rötlichen Ähren aus wie ein Ziergras. Doch lässt man sie gewähren, besiedelt sie selbst

dicht bewachsene Flächen und Pflasterfugen.

Der Hahnenfuß sieht zwar in der Blüte hübsch aus, wandert aber mit seinen Ausläufern durch alle Beete und in Rasenflächen hinein. Im lichten Schatten unter Bäumen fühlt er sich wohl. Den kriechenden Hahnenfuß sticht man am besten aus. Dabei muss man Kraft aufwenden, weil sich die Wurzeln fest im Boden verankern. Wer Stauden und Blumenbeete mulcht, entzieht dem Hahnenfuß die Lebensgrundlage.

Das beifußblättrige Traubenkraut (Ambrosia) gilt als stark allergieauslösend. Man sollte es nicht zur Blüte oder gar Aussaat kommen. Hobbygärtner tragen beim Herausreißen am besten Handschuhe und stecken die Ambrosia sofort in einen Plastiksack. Entsorgen sollte man sie am besten im Hausmüll.



Garten und Landschaft in **BOCHUM**

Gitter-Zäune Tore
Rankanlagen Barrieren
Drahtgeflechte

Qualität seit über 70 Jahren

DRAHT-BUHR BOCHUM

Oberscheidstr. 27–29 · D-44807 Bochum
☎ 02 34 / 90 45-10 · Fax 02 34 / 53 46 64
draht-buhr@web.de · www.draht-buhr.de
Verkauf auch samstags von 7.30-11.30 Uhr

RAL GÜTEZEICHEN
RAL-GZ 602
METALLZAUN
TECHNIK

Fit in den Frühling

Warum Experten Radfahren als effektives Ganzkörpertraining empfehlen

Zumindest für einige Tage hat sich die Frühlingssonne in diesem Monat schon über Bochum blicken lassen. Prompt fühlte sich mancher an die guten Vorsätze vom Jahresanfang erinnert: Etwas für die Kondition tun, öfter mal aufs Fahrrad steigen. Gerade Letzteres fällt leicht, weil sich das Radfahren gut in den Alltag integrieren lässt. Wer sich aber allzu unüberlegt auf den Sattel schwingt, riskiert einige Fehler, die sich negativ auf das Wohlbefinden auswirken können. Wer sie vermeidet, hat aber gute Chancen, mit dem Radeln ein effektives Fitnessprogramm zu absolvieren.

Grundsätzlich betrachtet, tut Fahrradfahren jedem gut. Da sind sich Experten wie Detlef Detjen von der Aktion Gesunder Rücken (AGR) sicher. Es sei eine gute Möglichkeit, „wohllosiert“ Bewegung in den Alltag einzubauen. Die beiden anderen verbreiteten Ausdauersportarten sind Schwimmen und Joggen. Warum sollten Freizeitsportler nun den Drahtesel dem Laufschuh und der Badehose vorziehen? Für Dr. Andreas Strack, Prorektor



Wer Rad fährt, schont die Gelenke und absolviert ein effektives Herz-Kreislauf-Training. FOTO: STADT BOCHUM, PRESSE- UND INFORMATIONSAMT

der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement, heißen die schlagenden Argumente: mehr Strecke und mehr Geschwindigkeit.

Stracks Theorie: Jogger sehen nicht so viel von der Welt wie Radler, denn die können weitere Wege zurücklegen. „Sie kommen viel mehr rum“, erklärt Strack. Das motiviert. Und wer motiviert ist, tritt öfter in die Pedale. Gleiches gelte für den Geschwindigkeitsvorteil: „Das Fahrrad ist technisch gesehen das genialste Gerät, das in der Lage ist, die Muskelkraft des Menschen zu übertragen.“

Obwohl das Radfahren hauptsächlich die Beinmuskeln kräftigt, wirkt es sich auch positiv auf das Herz-

Kreislauf-System aus, sagt Strack. Außerdem ist Radeln gelenkschonend: „Wenn Sie untrainiert zu häufig joggen und vielleicht sogar Übergewicht haben, dann können irgendwann orthopädische Probleme die Folge sein“, so Strack. Beim Radfahren sei diese Gefahr geringer, weil das Rad das Gewicht stütze.

In Sachen Effektivität wird das Radeln aber von anderen Sportarten abgehängt: „Sie müssen beim Radfahren immer eine deutlich höhere Trainingsdauer pro Trainingseinheit einkalkulieren“, erklärt Strack. Radler brauchen etwa doppelt so lange wie Jogger, um denselben Trainingseffekt des Herz-Kreislauf-Systems zu erzielen. Schwimmen sei in dieser Hinsicht etwa mit

Joggen vergleichbar. Der Grund für den langsameren Erfolg beim Radeln: Es beansprucht nicht so viele Körperpartien gleichzeitig.

PERLEN **LOTZ** JUWELN
GOLDSCHMIEDEMEISTER

Trauringe

wunderschön,
in großer
Auswahl!

Brückstr. 25
Ecke Kortumstr.
44787 Bochum
Tel. 1 78 66
www.perlen-lotz.de

Handgearbeitete
Trauringe können
wir individuell
für Sie anfertigen

Genießen Sie italienisches Flair

mitten in Bochum

Dienstag bis Donnerstag
12:00 - 14:30 Uhr
18:00 - 22:00 Uhr

Freitag bis Samstag
12:00 - 15:00 Uhr
18:00 - 23:00 Uhr

Sonntag
12:00 - 15:00 Uhr
18:00 - 22:00 Uhr

Wir bieten Ihnen **beste Qualität** in einem **typischen ital. Ambiente**. Wir möchten, dass Sie **sich wohlfühlen**.

Springerplatz 34 • 44793 Bochum • Tel. 0176-31627148

Seit 1965 – Ihr Zweithaar-Spezialist in Bochum

Comtess Haarhaus Bochum
Inh. Rita Hemmerle

Brückstraße 21
44787 Bochum
Telefon (02 34) 1 62 02

✓ Extensions ✓ Haarverdichtung ✓ Haarverlängerung

Individuelle Haararbeiten, Perücken, Toupets, Haarsersatzteile in jeder Ausführung. Kundendienst. Zugelassen zu allen Kassen.

Webo Motorgeräte GmbH

Hattinger Straße 386a
44795 Bochum • Fax 795202
79 90 99

Termin vormerken:
STIHL-TEST-TAG
am **Sa., 13.4.** von 9-16 Uhr
www.webo-motorgeraete.de
www.rasen-roboter-bochum.de

SABO

RASENMÄHER
STIHL
MOTORSÄGEN

www.laplaca-bau.de

LA PLACA

Pflasterarbeiten • Kellerisolierung
Drainage- und Entwässerungsarbeiten
Gartenbau • Erdbewegungen • Wegebau
Zaunanlagen • Natursteinarbeiten

La Placa GmbH
44793 Bochum
Bauhof: Baukauerstr. 42 • 44653 Herne
Tel. 02323 / 9 88 69-10
Mail: info@laplaca.de

BOCHUMER STRECKENTIPPS

Ob eine **Fahrradtour mit Kindern** oder etwas für den **sportlichen Anspruch**: Gelsenkirchen hält jede Menge schöne Strecken für jeden Geschmack bereit. Hier drei **Streckentipps der Ortsverband Bochum des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC)**:

Die erste Tour ist besonders für einen **Radausflug mit Kindern** geeignet: Vom Westpark bis zur Zeche Knirps im Industriedenkmal Zeche Hannover. Die Strecke ist nicht besonders lang (Hin und zurück ca. **zehn Kilometer**), hat kaum Steigung und der große Vorteil: Sie ist absolut autofrei. Der Weg führt über die Erzbahntrasse – lediglich am Ende muss von der Trasse zur Zeche Hannover eine Straße überquert werden.

An der Jahrhunderthalle gibt es ein Besucherzentrum und eine Revierradstation, an der Fahrräder gemietet werden können. Die Zeche Knirps bietet eine Menge für Erwachsene und Kinder.

Für alle **ohne sportlichen Anspruch** bietet sich laut ADFC Bochum eine Radtour von Bochum Mitte bis zur Ruhr und wieder zurück. Der Weg führt über Haus Weitmar nach Dahlhausen zum Eisenbahnmuseum und weiter an der Ruhr entlang zum Kemnader See und zurück durch das Lottental bis in die Bochumer Innenstadt. Die Gesamtlänge beträgt **37 Kilometer**.

Eine **anspruchsvolle Runde für Sportler** beginnt am

Schauspielhaus. 300 Höhenmeter verteilen sich hier auf **29 Kilometer**. Es geht zur Ruhr und dreimal rauf und runter auf den Ruhrhöhen. Die Stationen sind: Schauspielhaus – Lottental – Haarstraße – Weitmar – Bliestollen – Ruhrtal – Donnerbecke – Linden – Dahlhausen – Weitmar – Schauspielhaus. Die Strecke ist größtenteils asphaltiert, der Abschnitt hinunter zu „Am Bliestollen“ und die Bahntrasse Dahlhausen-Weitmar sind nicht auf Asphalt.

Auf der Seite **www.bochum-tourismus.de** gibt es in der Rubrik **Entdecken / Radfahren** noch weitere vom ADFC empfohlene Radtouren. Darüber hinaus gibt es weitere Infos unter **www.adfc-bo.de**

Auf den Spuren des Riesen

Serie „Magische Orte“ – Folge 2: Der Tippelsberg im Bochumer Norden: Sagenhaft, in mehr als einer Hinsicht

Es schmeckt hauchzart nach Frühling, an diesem kalten Vormittag im frühen März. Vogelgezitscher konkurriert mit dem stetigen Rauschen der nahen A43, das noch ungepöppelt von jedwedem Blattwerk ins Ohr dringt. Doch der Duft von frisch geschnittenem Gras und die hellen Strahlen der Noch-Winter-Sonne machen unmissverständlich klar: Allmählich reibt sich die Natur den Schlaf aus den Augen.

Am unscheinbaren Parkplatz an der Hiltroper Straße (gerade mal neun Stellplätze, 400 Meter weiter hoch gibt es mehr Parkraum) beginnt der Weg. Knappe zehn Minuten stramm bergauf, die

Spuren eines Riesen säumen den Weg. Moment mal – trieb etwa eine kolossale Sagen-gestalt im beschaulichen Bochumer Norden ihr Unwesen? Tatsächlich, wenn man dem Volksmärchen Glauben schenken möchte.

Demnach hauste unweit der „Wittewiwerkuhle“ in Riemke (= Kuhle der weißen Weiber) ein Riese namens Tippulus, dessen kolossale Quanten nach einem längeren Fußmarsch schrecklich schmerzten. Also zog er seine Holzpantinen aus, klopfte die Schuhe aus, worauf große Brocken und Lehmklumpen zu Boden stürzten und einen hohen Berg auf türmten – eben den Tippelsberg. (Es gibt diverse Variationen der Sage, mehr findet man zum Beispiel bei Dirk Sondermann: Emschersagen. Von der Mündung bis zur Quelle. Erschienen 2006 im Bottroper Henselowsky Boschmann Verlag).

Und was war nun mit den Fußabdrücken? Nun, als das renaturierte Areal 2007 als Naherholungsgebiet freigegeben wurde – ab 1983 hatte es als Boden- und Bauschuttdeponie gedient, auch für den Aushub der U-Bahn-Linie 35 –, wurde auch ein „Weg der Kinder“ eingeweiht. Mit einem kleinen Erlebnisparkours, Röhren und Baumstämmen, an dem die Riesenfüße (in Beton gegossen) als Blickfang und Wegweiser dienen.

Das allerdings ist eher bescheiden, zum Teil leicht lädiert und nicht unbedingt der Reise wert. Vielmehr ist es der



Ein „echter“ Berg mit einem künstlichen Gipfel: Den Tippelsberg umweht eine Magie, die schwer zu greifen ist. Der Panoramablick ist eine Reise wert.

FOTOS: DIETER PFENNIGWERTH

Panoramablick, der in rund 150 Meter Höhe auf den Spaziergänger wartet. Ein erster Vorgeschmack schon nach wenigen Minuten, zur Rechten werden dampfende Türme und Schloten sichtbar, unter anderem vom Herner Kohlekraftwerk Steag. Noch ein paar hundert Meter bis zum Gipfel, und dann: der „Boah“-Effekt. Freie Sicht aufs Ruhrgebiet!

Auf dem Plateau liegt (!) eine Art Gipfelkreuz, das als

große Sitzbank dient. Viel ist zu dieser frühen Stunde nicht los. Nur ein junges Paar hat seine Räder abgestellt und nimmt dort gerade eine Stärkung in Form von Wasser und Stullen zu sich, beschäftigt allein mit sich und dem Panorama. Acht polierte Stahlstelen, leider zum Teil schon mit Schmierereien verunziert, weisen den Weg zu diversen Revier-Wahrzeichen: Jahrhunderthalle, Schalke-Arena, Essens Skyline... bis zu 60,



70 Kilometer kann man hier bei guter Sicht und scharfem Auge den Blick in die Ferne schweifen lassen.

Vor allem bei Tagesanbruch und bei Sonnenuntergang umweht den Ort eine Magie, die schwer zu greifen ist. Ein Höhepunkt, im wahrsten Wortsinne. Ein bisschen auch eine Zeitmaschine, denn etliche Relikte des fast gänzlich verbliebenen Zeitalters von Kohle und Stahl formen bis zum Horizont das Antlitz der Region.

„Du bist keine Schönheit, vor Arbeit ganz grau“, sang der Wahl-Bochumer Herbert Grönemeyer anno 1984. Schon richtig. Doch was wäre das Landschaftsbild eigentlich ohne diese gewaltigen markanten Überbleibsel? Sicher, da wären Kirchen, der Bismarckturm im Stadtpark, ein paar Flutlichtmasten – aber sonst? Selbst die Topographie des Umlandes, mit seinen vie-



Hoch hinaus: Und von oben dann die freie Sicht aufs Ruhrgebiet genießen!

TIPPELSBERG

Wo? Der Tippelsberg liegt im Bochumer Norden zwischen den Stadtteilen Grumme, Riemke und Bergen.

Wie hoch? 150 Meter über Normalnull, ca. 40 Meter über dem Niveau des Umlandes.

Ausdehnung? Insgesamt etwa 18,5 Hektar.

Anreise? Den Tippelsberg erreicht man am Besten von der Zillertalstraße oder – aus südlicher Richtung – von der Hiltroper Straße (aus Richtung Hiltrop kommend ca. 200 m hinter Einmündung Tenthoffstraße auf der rechten Seite). Bus: Haltestelle „Tippelsberg“, 353 oder 344).

Wann lohnt der Besuch am meisten? Bei Sonnenauf- und -untergang – sowie bei Feuerwerken (z.B. Silvester, Cranger Kirmes). Dann wird's auf dem Gipfel allerdings ziemlich voll. Dazu natürlich bei der Aktion „Schachtzeichen“ im Mai 2010 im Rahmen von RUHR.2010, die aber wohl so schnell nicht wiederholt werden dürfte...

Und sonst? Abfallkörbe sind vorhanden, allerdings keine Toiletten. Offenes Feuer und Grillen verboten.

Weitere Informationen: www.tippelsberg.de, www.ruhrgebiet-industriekultur.de/tippelsberg.html

Gutschein
Das zweite (günstigere oder wertgleiche) Hauptgericht ist gratis.
Gültig bis 30.04.2013 (auch Ostern).
Den Gutschein bitte vor der Bestellung vorlegen!

KOCH'S KOTTEN

HEUBODEN • KAMINSTUBE • BIERGARTEN
Hufelandstraße 13 • 44801 BO-Querenburg
Telefon: 02 34/70 80 90 • Fax: 02 34/970 444 3
Täglich ab 17.30 Uhr • Sonn- und Feiertags auch 11.30 - 14.30 Uhr
Küche: bis 22.00 Uhr • Kein Ruhetag

Beckmannshof
HOTEL - RESTAURANT - CAFÉ

Ostersonntag im Beckmannshof

Oster-Lunchbüffet
in unserem festlichen Saal

Ostermenü
und eine kleine à la carte-Auswahl im Restaurant

Das detaillierte Angebot finden Sie unter www.hotel-beckmannshof.de oder Sie rufen uns an.

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung
Hotel-Restaurant Beckmannshof, Fam. Mucha
Berliner Str. 39, BO-Wattenscheid, Tel. (0 23 27) 30 37-0

GUT MAUSBECK
RESTAURANT

Inh. Jürgen Löring
Kornweg 36 • 44805 Bochum-Gerthe • ☎ 02 34 / 97 61 67 00
Täglich ab 11.30 Uhr geöffnet • Dienstag Ruhetag

Genießen Sie bei uns Kuchen + Torten von Wiacker **Osterkarte! Sowie Osterbrunch in der Scheune**

FÜR IHRE FEIERLICHKEITEN (Hochzeit, Kommunion, Konfirmation, Geburtstage) haben wir die passenden Räumlichkeiten von 2 bis 130 Personen, plus Scheune.

Aktuelles, Informatives und Wissenswertes aus

BOCHUM

BORGBOEHMER'S Waldesruh
mit der Natur auf du

Ostermontag Familien-Brunch

☎ 0234 - 470 800

Borgböhmer's Waldesruh erwartet den Frühling. Am 23. März findet in Zusammenarbeit mit dem DIANA Schützenverein ein buntes Frühlingsfest statt. Ein Abend mit leckerem Essen, Programm und Tanz. Telefonische Anmeldung erforderlich. Karfreitag großes Fisch-Bufferet. Ostern 6 Menüs.

44797 BOCHUM-SUNDERN | PAPANLOH 8 | WWW.BORGBOEHMER.DE

La Villa
HENKENBERG
Ristorante - Vinoteca - Catering

IMMER FRISCHE IDEEN!

Ostern im La Villa Henkenberg
(31.03./01.04.13):
mittags: Großes Oster-Bufferet (12.00 - 15.00 Uhr) für 29,50 € p.P.
abends: à la carte

Nächste Brunchtermine (10.00 - 15.00 Uhr)
19.05., 02.06., 16.06. 2013

Außerdem dürfen wir bereits jetzt darauf aufmerksam machen, dass wir im April neben eines neu renovierten Gastraumes auch wieder unsere beliebten Thementage anbieten!

Näheres finden Sie auf unserer Homepage www.lavilla-henkenberg.de
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

La Villa -Henkenberg
Tel. 02 34 -79 58 51
Henkenbergstr. 145
44797 Bochum Stiepel
www.lavilla-henkenberg.de
info@lavilla-henkenberg.de

Unsere Öffnungszeiten:
montags und mittwochs bis freitags:
17-23 Uhr, samstags, sonntags
und an Feiertagen durchgehend
von 12-23 Uhr
-sowie nach Vereinbarung -
Der Dienstag ist unser Ruhetag.

Gastronomie im KOLPINGHAUS

Inh. Hans-Jörg Hausberg
Maximilian-Kolbe-Str. 14-18 • 44793 Bochum
Tel. 0234 - 14 33 8 • Fax 0234 - 68 70 988
gastronomie-im-kolpinghaus@t-online.de
www.gastronomie-im-kolpinghaus.de

Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 15:30-24:00 • So. 11:00-15:00 Uhr

Veranstaltungsräume für Familien- u. Firmenfeiern
2 Bundeskegelbahnen

Ostergesichte

Hartmann's Wirtshaus
Wasserstraße 77 • 44803 Bochum
Telefon (02 34) 35 66 66 / 35 66 82
Fax (02 34) 3 60 09 64
Web: www.hartmanns-wirtshaus.de
E-Mail: info@hartmanns-wirtshaus.de

mit separater
Partyscheune
für Hochzeiten, Betriebsfeiern,
Jubiläen, Geburtstage

Ostertage durchgehend geöffnet

Lebensstil und gutes Essen



Haus Galland Restaurant - Partyservice

Für den schönsten Tag in Ihrem Leben!

Bei uns finden Sie das geeignete Umfeld für **Hochzeiten, Geburtstage** und alle anderen Feierlichkeiten (10-120 Pers.)

- **Auswahl an verschiedenen Hochzeitsangeboten** (auch Pauschalpreise mögl.)
- **Außenanlage mit Pagode**

Am Ruhmbach 7, 44627 Herne, Tel. 0 23 23 - 6 05 23, www.haus-galland.de
Öffnungszeiten: Mo.-Do. ab 15-23 Uhr, Fr.-So. ab 11-23 Uhr, Dienstag Ruhetag

PAULANER-Botschaft
Wirtshaus mit münchenerischer Gemütlichkeit

Karfreitag ab 17.00 Uhr
Ostersonntag 10.00 - 15.00 Uhr
Brunch 15,90 €
ab 17.00 Uhr à la carte
Ostermontag geschlossen

Paulaner Botschaft • Brückstraße 31 • 44787 Bochum
Telefon 0234 - 6407020 • Telefax 0234 - 6407021
Öffnungszeiten: täglich 11.30 - 1.00 Uhr • Montag Ruhetag

Restaurant Vitrine
Unsere Öffnungszeiten an den Ostertagen:

Drusenbergstraße 164
44789 Bochum
im Hotel Schmidt-Mönnikes

Karfreitag geschlossen
Ostersonntag
Ostermontag

Samstag ab 17.30 Uhr geöffnet.
von 11.30 bis 15.00 Uhr geöffnet.
von 11.30 bis 15.00 Uhr geöffnet.

Tischreservierungen erbeten unter:
0234/31 24 69

Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite.
www.restaurant-vitrine.de

Zur alten Post



La Posta

An den Osterfeiertagen:
Karfreitag, Ostersonntag
und Ostermontag
ab 11.30 Uhr geöffnet!
Ostersamstag ab 17 Uhr
Karfreitag ab 19 Uhr Buffet

Termine für Konfirmation
und Kommunion frei.

Inh. Frank Schulz
Hattinger Str. 846 • 44879 Bochum Linden • Tel. 0234/546 44 32
www.la-posta.de

Genießen Sie die Vielfalt!

- Catering für sämtliche Gelegenheiten
- Stilvolle Räumlichkeiten z.B. die **Alte Lohnhalle** für 20 bis 200 Personen

Wir beraten Sie gern!
trilling-partyservice.de
Tel.: 0 23 27 / 8 73 70




jetzt aktuell

bieten wir Ihnen bewährte Menüvorschläge aus regionaler Küche mit frischen Zutaten der Saison.

Süße i-Tüpfelchen

Spezialitäten aus der Internationalen Küche:
An Ostern stehen leckere Ideen auf dem Speiseplan

In vielen Ländern Europas wird das Osterfest zu einem kulinarischen Höhepunkt. Vor allem Lammrezepte werden mit Hingabe und würzigen Raffinessen zubereitet. Aufwendige Süßspeisen von feinen Küchlein und satten Cremes runden die Menüs ab. Ob Grieche, Pole, Italiener, Franzose oder Russe - an Ostern wird geschlemmt. Seit alters her ist das Kirchenfest, bei dem Christen die Auferstehung Jesu Christi feiern, ein Freudenfest. Viele Osterspeisen haben daher eine christliche Tradition seien es die Ostersuppe, das Lamm, der Meerrettich zum österlichen Frühstück, Ostergebäck oder bemalte Eier.

Dem Italiener Paolo Cheri läuft beim Erzählen sichtlich das Wasser im Mund zusammen. Denn nichts ist für ihn so zart wie das Osterlamm in seiner sardischen Heimat. „Wir lutschen die Knochen ab“, schwärmt der Gastronom, der mehrmals im Jahr seinen Heimatort Benetutti auf Sardinien besucht. Den Pfiff geben vor allem Knoblauch und Rosmarin. Sardische Süßmäuler erfreuen sich an Casadinas (Foto). Das Ostergebäck ist mit Ricotta gefüllt, der mit Orangen- oder Zitronenschale, Safran und etwas Zucker verfeinert wird. Und auch Italiener auf dem Festland mögen an Pasqua, sprich Ostern, Colomba Pasquale: Das ist ein Hefekuchen in Form einer Taube.

Für die Franzosen muss es am Ostersonntag eine mit Knoblauch gespickte Lammkeule sein. „Sie wird mit Thymian und Rosmarin gewürzt, mit etwas Butter bestrichen und ungefähr 40 Minuten im Ofen gebraten“, erläutert der französische Spitzenkoch Jean-Marie Dumaine: Geviertelte Zwiebeln und Karotten geben dem klaren Bratensaft, der als Soße serviert wird, die

nötige Würze. In einigen Regionen Frankreichs gibt es als Vorspeise eine Paté de Pâques: „Das ist eine Pastete aus Blätterteig, gefüllt mit Schweinefleisch und gekochten Eiern“, erläutert Dumaine.

Auch das österliche Dessert Iles flottantes hat Tradition. Die „schwebenden Inseln“ sind vorsichtig in Milch pocherte Klößchen aus Eischnee, die in einer Vanillecreme serviert werden. „Als i-Tüpfelchen bekommen sie eine Haube aus karamellisierendem Zucker und gerösteten Mandeln“, erklärt Dumaine.

Wer einmal in Griechenland Ostern gefeiert hat, schwärmt noch lange vom üppigen Lambraten am Spieß. Vor allem auf dem Land werden ganze Lämmer über offenem Feuer gebraten. Dann zieht das Aroma von Olivenöl, wildem Majoran und Zitrone durch die Luft. Die Wartezeit verkürzt gegrillter Kokoretsi, ein mit Lamm-Innereien und Kräutern gefüllter Darm.

Das polnische Ostermahl beginnt mit einem opulenten Frühstück.

„Nach einem weit verbreiteten Brauch lässt man zumindest einen Teil der Speisen, die dazu gereicht werden, am Vortag in der Kirche segnen“, sagt Magdalena Korzeniowska-Beckmann vom Polnischen Fremdenverkehrsamt in Berlin. Ein Muss ist auch die Suppe Zurek. Jede Region kennt ihre eigenen Rezepte, die Grundlage ist immer vergorenes Roggenmehl. So esse man zum Beispiel in Poznan (Posen) Zurek Wielkopolski, erzählt sie. Das ist eine Variante mit Weißwurst, Meerrettich, Sahne, Knoblauch und Kartoffeln.

Zum Osterfest russisch-orthodoxer Christen gehören Kulitsch, ein Osterbrot aus Hefeteig und Rosinen, sowie eine Quarkspeise namens Paskha. Deren Zubereitung sei sehr aufwendig, sagt die Kochbuch-Autorin Irina Carl. Die gebürtige Russin kennt viele Rezepte, sei es für kalte oder gekochte Varianten. Wer mag, verziert die Außenseite üppig mit Mandeln, Rosinen und kandierten Früchten.



Hefe als Antreiber

Kneten, Streichen, Warten: So gelingt das ideale Ostergebäck

Osterbrunch ohne Hefengebäck ist wie Weihnachten ohne Tannenbaum - es gehört einfach dazu. Die Tradition hefehaltiger Backwaren reicht in die vorchristliche Zeit zurück. Die Zubereitung erfordert allerdings viel Geduld.

Ausbilder bei der Sächsischen Bäckerfachschule in Dresden. „Es ist unglaublich, aber ich würde behaupten, wenn man zu Hause einen Teig macht, nimmt es sich nicht viel. Die Handhabung ist vergleichbar aufwändig. Und schnell geht ein Hefeteig ohnehin nicht, den Zahn muss man den Leuten ziehen.“

Bäckermeister. Dann geht es ans Werk: Zuerst wird aus Hefe, Milch und Mehl ein Vorteig zubereitet. Die Tücke liegt in der Temperatur: Ist der Teig zu warm, dann fängt die Hefe zu schnell an, Stoffwechsel zu treiben. Beim Backen geht der Teig dann nicht so auf, wie es sein sollte. In vielen Rezepten ist von „lauwarmer“ Milch die Rede. Aber schnell wird sie im Topf doch ein bisschen heißer. „Ideal wäre eine Temperatur

die Hefe erschlagen, indem man sie zu früh mit zu viel Salz oder zu viel Zucker in Berührung bringt“, warnt die Hauswirtschaftsmeisterin Ulrike Birmoser.

Nun sollte der Vorteig etwa eine Stunde gehen. Dann wird der gesamte Teig zubereitet. Jetzt braucht der Teig gut zwei bis drei Stunden Ruhe. „Je länger er geht, umso besser verquellen die Mehlbestandteile und umso saftiger werden die Backwaren“, erläutert Paschel. Wer am frühen Vormittag anfängt, kann das Gebäck also nach dem Mittagessen in den Ofen schieben.

„Trockenhefe würde ich immer mit Milch anrühren“, rät Birmoser. „Wenn sie mit allen Zutaten verrührt wird, dauert der Gehvorgang deutlich länger.“ Auch beim Trockenhefe-Vorteig gilt: Die Milch darf nicht zu warm sein, Salz und Zucker sollten zurückhaltend dosiert werden, und er muss ausreichend lange ruhen. Wenn es ans Formen geht, sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

„Seit dem Mittelalter hat sich durch die Regionalisierung eine große Vielfalt, ein unüberschaubaren Formen-

BACKTIPP

Soll das Ostergebäck goldgelb glänzen, dann wird es vor dem Backen mit Eigelb bestrichen. Dieses sollte mit etwas Milch oder Sahne verrührt werden, weil es sonst rasch schwarz wird. Später wird die noch ofenwarme Oberfläche mit warmer Aprikosenmarmelade bestrichen. Wenn sie angetrocknet ist, kommt Zuckerguss darauf. Marmelade und Zuckerguss schützen das Gebäck vor dem Austrocknen. Zur Verzierung sind edle Mandelsplitter geeignet.

reichtum entwickelt“, erklärt Gunther Hirschfelder, Professor für Kulturwissenschaft an der Universität Regensburg. So seien im Schwarzwald Osterhennen besonders beliebt. Diese und andere Tiergestalten sowie Wecken oder Fladen sind auch für den Anfänger oder unter Zeitnot leicht geformt.

Schwieriger sind Zöpfe. Die einfachste Variante besteht aus drei langen und gleich dicken Strängen. „Das Flechten geht dann wie beim Haarflechten. Wir fangen dabei aus der Mitte an. Dann wird der Zopf besonders gleichmäßig“, sagt Paschel. Die Enden werden fest zusammengedrückt und eventuell untergeschlagen, damit sie nicht verbrennen. Eine andere Möglichkeit ist, das Flechtwerk zu einem Kranz oder Nest zu schlingen.



Hobbybäcker haben vor frischer Hefe großen Respekt. Doch dafür gibt es keinen Grund, sagt Markus Paschel,

Gerade zu einem feierlichen Anlass kann es sich deshalb lohnen, mit Frischhefe zu backen. „Bei Trockenhefe bleibt das Aroma ein bisschen auf der Strecke. Und das Gebäck wird nie so locker wie mit Frischhefe“, erläutert der

von 24 der 25 Grad“, sagt Paschel. Wer unsicher ist, kann mit einem Bratenthermometer messen. Vorsicht ist in diesem Stadium auch mit weiteren Zutaten geboten. „Man kann



An beiden
Ostertagen
Spezialbrunch
11.00 - 14.30 Uhr

April und Mai
Menüs und Gerichte
zum Frühling

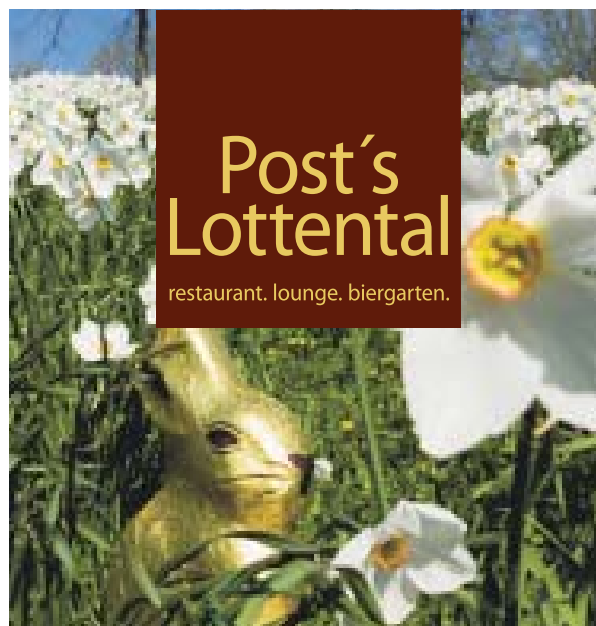
immer mittwochs
Ententag
Ente wie bei Bochum kulinarisch
und Entenmenü

immer donnerstags, 17.00-21.30 Uhr
Kartoffeltag
mit vielen Spezialitäten
z. B. Roastbeef u.v.m. 19,90 €
essen soviele Sie mögen

Jeden Sonntag
Brunch
von 11.00 - 14.30 Uhr, 18,90 €

Öffnungszeiten: Küche

Di. - Fr. 17.00 - 22.30 Uhr
Sa. 17.00 - 23.00 Uhr, So. 11.00 - 14.30 Uhr
Auf dem Alten Kamp 10 · 44803 Bochum
Tel. (0234) 38813-0 · www.oekey.de



Post's
Lottental

restaurant. lounge. biergarten.

Festliches Oster Menü ab Uhr 11.30

Spargelcremesuppe, italienischer Coppa, Tranche vom Lachsfilet

Wählen Sie Ihren Hauptgang:

Kalbsnußbraten, Salbeibutter

Filet vom Bergischem Landschwein, Feigen- Senfsauce

Erster Stangenspargel, Brust vom Landhähnchen

Milchlammfilet, Tomatenschmorgemüse

Doradenfilet, Frühlingsspinat

Mandel-Ingwer-Törtchen, Erdbeerschaum, Buttermilch-Orangeneis

Preis pro Person: € 32,50

Großer Osterbrunch ab Uhr 10.30

Leckereien von „A“ wie Aprikose über Edellandschinken, Shrimps, Roastbeef, vieles vom Ei bis „Z“ wie Ziegenkäse und mehr.

von der Getränke-Bar: Säfte vom Apfel, Orange, Mineralwasser Prosecco Kaffee, Teesorten

Scheiben vom Weideochsen, Poulardenbrustspitzen in Pilzsauce
Gratin von Edelfischen, Rosmarinkartoffeln, Reismuffin im Tomatensud,
knackige Salate, Balsamico-Vinaigrette

Dessertbuffet: Schokomousse, Mango-Vanillerahmeis, Mini-Muffins,
Nußkuchen, Erdbeerschaum

Preis pro Person: € 24,90

Tel. 0234 - 97 35 112
www.posts-lottental.de

Grimbergstraße 52
44797 Bochum

Reservieren Sie
Ihren Tisch

Wechselbad für das Gemüse

Frühlingsküche: Köche probieren Kreationen auf Basis von Spinat oder Rhabarber

Die Leute haben die schweren Wintergerichte satt.“ Diese Erfahrung macht Guido Radermacher immer wieder, sobald die Tage zaghaft länger werden. Jetzt im März, sagt der Chefkoch des Restaurants „Zur Scheune“ in Troisdorf, bereichern Spinat und Kohlrabi die Produktpalette auf den heimischen

auch für seine Gäste.

Der Vorfrühling erhält bei Radermacher zum Beispiel in Form von Ziegenkäse mit Paprikaeis Einzug. In seiner eigenen Räucherei präpariert er Ochsenbrust als Belag für ein Pastrami-Sandwich. Besonders angetan aber ist er von einer Eigenkreation: Lamm-lachse mit Spinatnocken.

Hierzu kauft der 46-Jährige

er das Blattgemüse mit der Hand aus, um es nun klein zu hacken und mit einer fein gewürfelten Zwiebel oder Schalotte zu vermengen.

Aus Mehl, Semmelbröseln, Milch, Eiern und Butter formt er eine Masse, die er mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und geriebenem Muskat verschlägt. Sollte die Konsistenz nicht fest genug sein, lässt sich

ten. Als Fleischbeilage empfiehlt er Lammlachse in parierter Form – also ohne Sehnen (Foto). „Pro Person sollte man 180 Gramm einplanen.“ Die Lammlachse brät er mit Thymian und Rosmarin sowie Pfeffer und Salz auf dem Herd an, ehe er sie bei 80 Grad 20 Minuten auf einem Backblech in den Ofen gibt. Währenddessen beträufelt er das Fleisch mit dem abgeschöpften Bratensud. „In Kombination mit einem Zucchini-Tomatengemüse oder einem Basilikum-Pesto ist das Frühlingsgericht nun fertig.“

Auch Herbert Jungbluth ist des Winters überdrüssig. Der Chefkoch des „Kräutergartens“ in Wachtberg freut sich schon auf grünen Spargel, Morcheln und Kräuter wie Bärlauch. In diesem Frühjahr setzt er auf einen saisonalen Salat. „Ich kaufe weißen Löwenzahn ein, der weniger herb als sein grünes Pendant ist.“ Davon verwendet er nur die Spitzen. Anschließend schält er Rhabarberstangen, bei denen er die äußere Schale abzieht. Nachdem er diese in Stifte geschnitten hat, blanchiert er sie in einer Zuckerlösung. Auf einen Liter

REZEPT: SPINATNOCKEN MIT LAMMLACHSEN

Zutaten:

Vier Lammlachse à 160 bis 180 gr, 750 gr frischer Spinat, wenn dieser nicht verfügbar ist, kann auch tiefgefrorene Ware verwendet werden, dann jedoch 1000 gr

Dazu 1 Schalotte oder Zwiebel, 60 gr Mehl, 80 gr gewürfelter Speck, 20-30 gr Butter, 250-300 gr Semmelbrösel, also fein geriebenes Weißbrot, 3-5 EL Milch, 3 Eier, Salz, Pfeffer und Muskat.

(Rezept für vier Personen, von Guido Radermacher, „Zur Scheune“ in Troisdorf)



Märkten. Bald gesellt sich der Spargel hinzu. Nach langen Monaten, in denen Schmorgerichte und Kohlvariationen dominiert haben, sei dies eine willkommene Abwechslung – sowohl für einen Koch als

frischen Spinat, den er nach mehrmaligem Putzen und Waschen kurz in kochendem Salzwasser blanchiert. „Einfach nur rein, dann sofort wieder raus und in Eiswasser abkühlen.“ Anschließend presst

dies durch die Ergänzung von Mehl oder Bröseln beheben. Wer mag, kann mild salzige Speckwürfel in einer Pfanne auslassen und hinzufügen.

Anschließend werden alle Zutaten vermischt. „Mit zwei Esslöffeln steche ich die Nocken aus. Dabei entsteht etwa ein Dutzend.“ In kochendem Wasser lässt er diese kurz aufquellen, danach legt er sie auf die Seite, wo er die Teigwaren 20 Minuten ziehen lässt. Wer die Spinatnocken schon am Tag vorher zubereitet, sollte diese vor dem Servieren kurz in Öl oder Butter anbra-

kochendes Wasser kommen dabei je nach Geschmack 250 bis 400 Gramm Zucker. Die Stifte sollten ihre Form behalten und nicht zerfallen. In einem Sieb gießt Jungbluth die heiße Zuckerlösung ein oder zwei Mal über den Rhabarber. Den Salat würzt er mit einer Vinaigrette, die aus hellem Essig, ein wenig Zuckerlösung, Pfeffer, Salz und einem kleinen Löffel Senf besteht. „Den Salat garniere ich mit gerupftem Kerbel. Das ist wunderbar frisch und zugleich kalorienarm.“ Ohne Beilage aber mag der 55-Jährige den Salat nicht servieren. „Kalbsbries eignet sich hierzu vorzüglich.“ Eine weitere Option ist die Kombination mit einem Carpaccio vom Kalbsfilet. Und auch ein frischer Fisch passt bestens: „Bald beginnt ja auch die Schollen-Saison.“



Gaststätte „Zur Altstadt“

Inhaber: Thomas Unger

BRINKHOFF'S
1871

Brückstraße 20
44787 Bochum

Telefon 0234 / 163 20



Kalte und warme Küche - Gesellschaftszimmer
Spezialität: Pferdefleischgerichte

Vereinslokal der 4. Kompanie, Lustige Jung's und Gruppe Altstadt

Zum Wienkopp

EINFACH GUT ESSEN
unter neuer Leitung von Matthias Ulrich

- Durchgehend warme Küche
- Hausgemachter Kuchen
- Kegelbahn
- Biergarten
- Familienfeiern (Hochzeiten, Geburtstage, Konfirmationen, Kommunionen u.v.m.)

Karfreitag ab 18 Uhr Fischbuffet
Ostersonntag ganztägig Ostermenüs
Ostermontag 11-15 Uhr Osterbrunch
Vorbestellung erbeten

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Mi., Fr. 12.00 - 23.00 Uhr • Sa., So. 11.00 - 23.00 Uhr • Donnerstag Ruhetag
Zum Wienkopp • Obernbaalstr. 25 • 44797 Bochum • Tel. 0234-472055

AUSGEZEICHNET SPEISEN

14 Punkte Gault Millau, 1,5 F Feinschmecker, 3 Bestecke Michelin,
3 Diamanten Varta, 2,5 Kochlöffel Schlemmer Atlas

FROHE OSTERN

Karfreitag erwartet Sie ein köstliches
Fisch-Menü in 4 Gängen
17.30 – 22.00 Uhr, € 39,50 p. P.

Feierliches **Osterbuffet** an
Ostersonntag und Ostermontag
11.30 – 14.30 Uhr, € 29,- p. P.

Oder überraschen Sie mit
einem **Genuss-Gutschein.**

Orangerie
IM STADTPARK

www.stadtpark-gastronomie.de

Gastronomie im
Stadtpark Bochum
Klinikstraße 41 – 43
44791 Bochum
Tel. 0234 507090
info@stadtpark-
gastronomie.de
Di – Sa ab 17.30 Uhr



Ihr kompetenter Partner für
BÜRO - SCHREIBEN
SCHULE - SCHENKEN



Tintenfass
SCHREIBEN BASTELN SCHENKEN
STADTBADGALERIE BOCHUM

Eva M. Bäcker
Massenbergstr. 9-13
44787 Bochum

Telefon: 02 34 / 96 29 79 50
Telefax: 02 34 / 96 29 79 51
E-Mail: tintenfass-baecker@web.de



Alter Markt 6 · 44866 Wattenscheid · Tel. 0 23 27/8 78 08
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.00-18.30, Sa. 9.30-14.00
Höntroper Str. 3 · 44869 Höntrop · Tel. 0 23 27/95 72 30
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.00-13.30 u. 14.30-18.30, Sa. 9.30-13.30

brille mit x



Einstärkenbrille⁽²⁾
inklusive Gläsern ab
€ 129,00

Gleitsichtbrille⁽¹⁾
inklusive Gläsern ab
€ 249,00

Aktion gültig bis 13.04.2013

(1) Kunststoff-Gleitsichtgläser · 5,0 cpl 4,0 Add 1,0 bis 3,0 l.s.t.h.
(2) Kunststoff-Einstärkgläser · 5,0 cpl 2,0 l.s.t.h.

SIMPLY CLEVER




Škoda Rapid Ambition 1.2 TSI.
Ein unschlagbares Angebot!

Bei uns ab
14.999,- €

Abbildung zeigt Sonderausstattung

ŠKODA Rapid. Sein Design: frisch, klar und präzise. Seine Ausstattung: voll cleverer Details. Sein Platzangebot: einfach enorm. Entdecken Sie die neue Größe in der Kompaktklasse: den ŠKODA Rapid Ambition 1.2 TSI. Jetzt bei uns ab 14.999,- € inkl. Überführungskosten!!!!

Kraftstoffverbrauch für die ŠKODA Rapid Limousine 1,2 | TSI, 63 kW (86 PS), in l/100 km, innerorts: 6,5; außerorts: 4,4; kombiniert: 5,1; CO₂-Emission, kombiniert: 119 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007), Effizienzklasse C.

Autohaus Weiner GmbH & Co. KG
Hansastraße 120, 44866 Bochum
Tel: 02327 91180, Fax: 02327 911850

Bunte Mischung

Balder, Wartke & Co.: Das ist los auf Bochums Bühnen

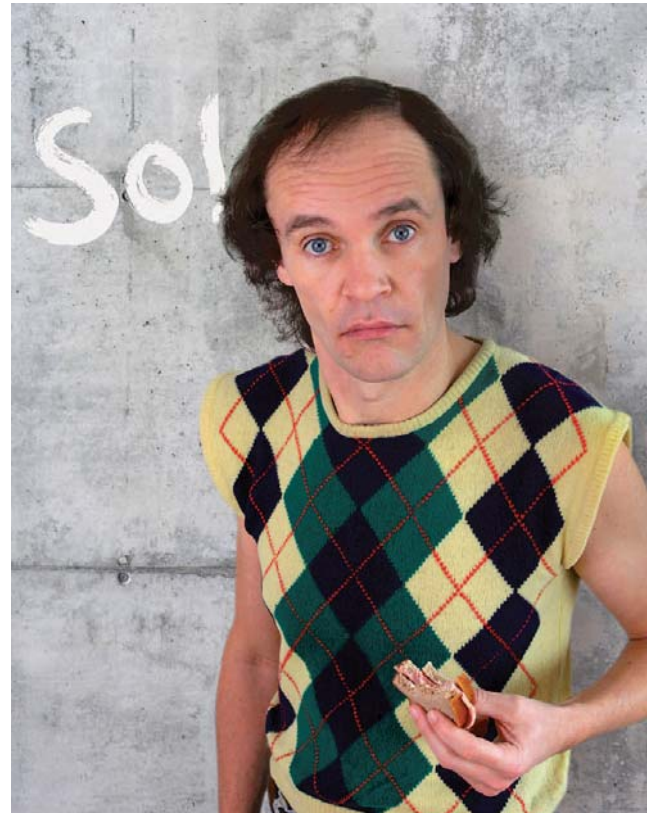
Bissiger Boulevard, atemberaubende Akrobatik und gepfefferte Texte – auf Bochums Bühnen gibt's in der nächsten Zeit allerhand zu erleben:

Verblüffende Gedankenexperimente, einen Hauch Illusion, atemberaubende Akrobatik und ganz viel Magie verspricht die aktuelle Show (läuft bis 28. April) im **Varieté et cetera**. „**Weggezapped**“ heißt die Show mit Live-Entertainment, Hypnose und einer Hommage an die Film- und Fernsehwelt. Durchs Programm führt Aaron, ein Cineast mit „übernatürlichen“ Fähigkeiten. Internet: www.variete-et-cetera.de

Alleskönner **Hugo Egon Balder** kommt nach Wattenscheid. Der Moderator, Musiker und Schauspieler gerät am **4. März** in der Komödie „**Sei lieb zu meiner Frau**“ ins große Beziehungswirrwarr. Balder spielt den Geschäftsmann Karl, der Besuch vom Ehemann seiner Geliebten Sabrina bekommt. Der stellt eine ungewöhnliche Forderung: Karl solle sich mehr um Sabrina kümmern, damit die zuhause bessere Laune bekommt... – Die bissige Boulevardkomödie von René Heinersdorff beginnt um 20 Uhr in der **Stadthalle**. Internet: www.stadthalle-wattenscheid.de

Nessi Tausendschön – Trägerin des deutschen Kleinkunstpreises – verzaubert am **17. März** den **Bahnhof Langendreer**. Die energiegeladene Kabarettistin und Musikerin bringt ab 19 Uhr die „wunderbare Welt der Amnesie“ nach Bochum. Sie verspricht einen ekstatischen Abend, um die Menschen zu entzücken und sich an ihnen zu reiben, ihnen gepfefferte Texte und wunderbare Songs überzustülpen, mit denen sie nicht gerechnet haben. Internet: www.bahnhof-langendreer.info

Wladimir Kaminer folgt ihr am **17. April** auf die Bahnhofsbühne und stellt ab 20 Uhr sein neues Buch „**Onkel Wanja kommt**“ vor. Kaminer gehört zu den beliebtesten Autoren im deutschsprachi-



Der gestrickte Pullunder ist sein Markenzeichen: Olaf Schubert tritt am 12. April im RuhrCongress auf. FOTO: MAREN UHLHERR

gen Raum, mit dem Bestseller „Russendisco“ schaffte er den großen Durchbruch.

Christina Paulhofer ist Bochumer Theaterfans aus der Leander Haußmann-Ära bekannt. Die Regisseurin zeigte Ender der 1990er Jahre ihre ersten aufsehenerregenden Arbeiten am Schauspielhaus. In den Jahren danach wurde sie zu einer der gefragtesten Regisseurinnen ihrer Generation. Jetzt kommt sie mit ihrer Aufführung von „Liliom“ zurück an die Königsallee. Premiere ist am 6. April. Am **27. März** stellt sich Paulhofer im Gespräch mit Chefdramaturg Thomas Laue schon mal dem Publikum vor, ab 20 Uhr im **Tanas**. Internet: www.schauspielhausbochum.de

Olaf Schubert ist nicht nur überzeugter Träger von gestrickten Pullundern mit



Bodo Wartke FOTO: MARTENSEN

Rautenmustern, er ist auch ein überzeugender Kabarettist. Mit seinen Freunden und seinem Programm „So“ kommt er am **12. April** in den **RuhrCongress**. Einlass ist ab 19 Uhr, Beginn um 20 Uhr.

Schlagfertiges Improvisationstalent, rasante Performance und die Fähigkeit, das Publikum derart mit sich zu reißen, dass die Halle bebzt – dafür ist **Ralf Schmitz** bekannt. Im **RuhrCongress** stellt der Comedian am **17. Mai** endlich die wichtigen Fragen des Lebens: Wie kann man sich selber ins Wort fallen und dabei auch noch immer Recht haben? Und was macht man, wenn man die Liebste beeindrucken will, dabei aber die Karaoke-Maschine durchdreht? Einlass ist ab 19 Uhr, Beginn um 20 Uhr.

Bodo Wartke erzählt mit nur neun Requisiten, aber reichlich Rollenwechseln die Geschichte des Ödipus, Sohn des Laios, König von Theben, der unwissend seinen eigenen Vater tötet. Das Solo-Theater „**König Ödipus**“ mit dem berühmten Klavierkabarettisten in allen 14 Rollen findet am **30. Mai** im **Schauspielhaus** statt, Beginn ist um 20 Uhr.

Bochum begeistert

Großveranstaltungen und Konzerte im Frühjahr



Festival mit Kultstatus: „Bochum Total“ findet vom 11. bis 14. Juli statt, natürlich wieder mitten in der Innenstadt. FOTOS: LUTZ LEITMANN/STADT BOCHUM

Bochum ist nicht die größte Stadt des Ruhrgebiets, aber das heimische Veranstaltungsprogramm ist riesig und lockt auch viele Auswärtige. Für jeden Geschmack wird etwas geboten. Wir stellen eine Auswahl aus dem gut gefüllten Kulturkalender vor.

Festivals

Wenn der Campus zur Festmeile wird, ist **Ruhr-Uni-Sommerfest**. Und das findet in diesem Jahr bereits zum 40. Mal statt. Am **29. Mai** lädt die RUB zum Geburtstagspektakel ein, mit Live-Acts auf fünf Bühnen, dem Kunst- und Handwerkermarkt und einem Kulturprogramm des Café Welt. Sportbegeisterte können wieder beim Uni-Run an den Start gehen. Und für die Kleinen gibt's Programm im Audimax. Internet: www.ruhr-uni-bochum.de

Pflichttermin für alle Nachtschwärmer ist die „**Extraschicht**“. Licht an im Revier heißt es wieder am **6. Juli**. Bochumer Spielorte der „Nacht der Industriekultur“ sind die Jahrhunderthalle, das Deutsche Bergbau-Museum, die Zeche Hannover und das Eisenbahnmuseum. Internet: www.extraschicht.de

Das dritte kulturelle Großspektakel findet vom **11. bis 14. Juli** mitten in der Innenstadt statt. Bei „**Bochum To-**

tal“ werden wieder musikalische Newcomer und Top-Acts die Bühnen stürmen. Mehr als eine halbe Millionen Partybegeisterte besuchten 2012 das Festival mit Kultstatus. Auch in diesem Jahr locken wieder vier Tage voller Musik, Kleinkunst und guter Stimmung in Bochums City. Internet: www.bochum-total.de

Klassik

Bachs Matthäus-Passion zählt zu den Meisterwerken der Musikgeschichte. Opulent aufgeführt wird die Leidensgeschichte Jesu in der **Christuskirche** am Karfreitag, **29. März**, von der Stadtkantorei, dem Chor der Evangelischen Kirche und dem Aalto Kinderchor. Unter der Leitung von Arno Hartmann spielen die Bochumer Synchroniker, und es singen so hervorragende Solisten wie Hermine Haselböck (Alt). Beginn um 17 Uhr. Internet: www.christuskirche-bochum.de

Ein weiteres Highlight für Freunde der klassischen Musik findet am **4. Mai** in der **Jahrhunderthalle** statt. Im Rahmen des **Klavier-Festival-Ruhr** stehen zwei Shootingstars auf der Bühne: Der Dirigent Krzysztof Urbański und der Pianist Igor Levit – beide erst Mitte zwanzig – treten mit dem WDR Sinfonieorchester Köln auf. Sie spielen Tschaikowskys Konzert Nr.

1 für Klavier und Orchester in b-Moll op. 23 und Musorgskys „Bilder einer Ausstellung“. Beginn ist um 20 Uhr. Internet: www.klavierfestival.de

Rock & Pop

Härtere Töne schlagen **Halloween** und Gamma Ray auf ihren E-Gitarren an. Bei ihrer „Hellish Rock Tour“ machen die Metal-Musiker am **13. April** in Bochum Station. Ab 20 Uhr heizen sie im **RuhrCongress** ein. Internet: www.ruhrcongress-bochum.de

Seine Stammband heißt Toto, als Gründungsmitglied und Gitarrist dieser Formation wurde **Steve Lukather** zu einer Ikone der Rockmusik. Aber Lukather ist auch sonst recht umtriebig: Der Gitarrist ist auf Alben von Michael Jackson, Eric Clapton und Joe Cocker zu hören, und er ist ein erfolgreicher Solokünstler. Im Januar erschien sein neues Album „Transition“. Zu hören ist er live am **17. April** ab 20 Uhr in der **Zeche**. Internet: www.zeche.com

Der Pionier der Hamburger Schule kommt wieder nach Bochum. Sänger und Gitarrist **Bernd Bege**mann präsentiert sein Soloprogramm am **25. April** im **Bahnhof Langendreer** (Beginn 20 Uhr). Internet: www.bahnhof-langendreer.info

HUTZEL Unsere neue Brotsorte: **Gerste-Hafer** mit 40% wertvoller Brotgerste
12 x in Bochum u. Wattenscheid - auch auf dem Wochenmarkt
www.hutzelbrot.de · www.biohaus-bochum.de

LA BOTTEGA DEL VINO
in Weitmar-Mark
Italienische Feinkost · Essen und Trinken
Gewusst wo
Enzo, Sandro und das Bottega-Team freuen sich über Ihren Besuch!
Montag - Sonntag ab 15.00 Uhr
Genießen Sie Ihre Zeit auf unserer Terrasse!
KARL-FRIEDRICH-STR. 8
BOCHUM-WEITMAR
TEL.: 02 34 / 94 68 60
FAX: 02 34 / 94 68 666

ALTENBOCHUMER HOF
Ihr traditionsreicher Treff in Altenbochum
• Biergarten • Kegelbahn
• Räumlichkeiten für Feste aller Art
Preiswert & Gut!
saisonal bestimmter Mittagstisch
Mo-Sa 12-14 h • So bis 14.30 h
Inh. Gerry Löchter • Wittener Str. 236 • 44803 Bochum • Tel. 0234 - 35 20 26

Gasthaus Goeke
im Grumbecktal
Unsere Osteröffnungszeiten:
Karfreitag & Samstag ab 17 Uhr
Ostersonntag von 12 - 14 & ab 17 Uhr
Ostermontag von 12 - 14 Uhr
Josephinenstr. 65 • 44807 Bochum
Tel.: 02 34 / 59 15 01 • www.gasthausgoeke.de

Die besten
Tipps und Termine
im Überblick...

Wein des Monats: 2011er Torremorón Tinto Ribera del Duero, 92 Parker-Punkte **5,99 €**
Excl. Grappa Probe am Sa. d. 23. März `13 mit ital. Kleinigkeiten, Schokolade u. Wasser **28,50 €** p. P.
Beginn 18 Uhr, nur mit Reservierung.
UDOS weine
Dorstener Str. 314, 44809 Bochum
Di.-Fr. 14-19 Uhr, Sa. 10-16 Uhr,
Tel.: 02 34 / 577 05 95
info@udos-weine.de www.udos-weine.de