



KOSTENLOS
zum Mitnehmen

Juraland

N° 2 / Ausgabe Frühsommer 2026 / 10. Jahrgang

Das Magazin aus dem ehemaligen Landkreis Parsberg



**Freizeit-Tipps & Ausflugsziele • Rezepte für den Sommer
Neue Bücher • Gewinnspiel**

READY SET GROW

Wachse über dich hinaus und finde
den Job, der wirklich zu dir passt!

Samstag

20.06.2026

09:30 - 15:30 Uhr



MAX BÖGL
Fortschritt baut man aus Ideen.



RÖDL
energie

HAMMERBACHER
Büro bestel... geliefert.

J. PRÖPSTER
Fabrik für Blitzschutz- und Erdungsmaterial

DEHN

KLEBL
DER BAUPARTNER IN DEUTSCHLAND

stadtwerke
NEUMARKT
WIR. KÖNNEN. ZUKUNFT.

Petry
WÄRME · KÄLTE · KLIMA

HOLZHAMMER
profis - spezial - profis

SCHWARZ
IT AUF EINER LINIE

Guttenberger
Lichtwerbung

PFLIEDERER

mr. pixel

MÜLLER.
SPECIALTY WITH PASSION

JOBMEILE
NEUMARKT
2026



www.jobmeile-neumarkt.de

NEUMARKT
STARKE STADT

Liebe Leserinnen und Leser,



© Foto: Stefan Grötsch

- 04 FREIZEIT-TIPPS & AUSFLUGSZIELE
Regional & Überregional
- 13 HEILPFLANZEN IM FRÜHSOMMER
Lindenblüte und Ringelblume
- 14 GESUNDE FRÜHSOMMERKÜCHE
Rezepte zur Spargel- und Erdbeersaison
- 18 LITERATUR-TIPPS
Neue Bücher
- 19 GEWINNSPIEL
Finden Sie die Fehler
- 20 RUND UM 'S KFZ & UM 'S FAHRRAD
Auto & Fahrrad-Tipps

KunstLiteraTour

Kulturredaktion für Ostbayern

Redaktion/Lektorat

Ausstellungsservice

Firmen- und Familien-
geschichte

Journalistische Beiträge

Wissenschaftliche Texte

Unsere Kulturredaktion verfasst Texte aller Art,
bietet professionelle Unterstützung
bei Buchprojekten und einen
umfangreichen Service rund um
Kulturveranstaltungen.

Wir entwickeln neue Projekte und helfen gerne
bei der Realisierung Ihrer eigenen Ideen!

Dr. Christine Riedl-Valder
Kulturredaktion für Ostbayern
Kugelbergweg 8 | 93176 Beratzhausen
Telefon: 09493-951331 | www.kunstliteratour.com

Dr. Christine Riedl-Valder und das ganze Redaktionsteam

IMPRESSUM

CHEFREDAKTION & HERAUSGEBER
(V.i.S.d.P.):
Stefan Grötsch
Birkenstraße 4 | 93176 Beratzhausen
Telefon: 09493/959665
Telefax: 09493/959664
E-Mail: redaktion@jurland.bayern
www.jurland.bayern

REDAKTION/MITARBEIT:
Dr. Christine Riedl-Valder

FOTOS:
Jurland oder ©-Vermerk am Foto
Titelfoto: Peter Freitag | pixelio

DRUCK:
SCHMIDL & ROTAPLAN DRUCK GmbH
Regensburg

ART DIRECTION:
Stefan Grötsch

ERSCHEINUNGSWEISE:
kostenfrei 5x Jährlich

ALLGEMEIN:
Alle Rechte vorbehalten. Die von uns
erstellten Texte, Fotos und Anzeigen
unterliegen dem Urheberrecht. Sie dürfen
ohne schriftliche Übertragung eines
Nutzungsrechtes durch Jurland nicht
verwendet werden.



MIX
Papier | Fördert
gute Waldnutzung
FSC® C116176



www.jurland.bayern

Jurland 3



Weltweit einmalig: Markenmuseum Maybach

NEUMARKT: In den zwanziger bis vierziger Jahren des vorigen Jahrhunderts gehörte die Fahrzeugmarke Maybach zum automobilen Oberhaus der Automobilwelt und wurde in einem Atemzug mit Bugatti, Rolls-Royce und Bentley genannt. Ganze 1.800 Exemplare dieser majestätischen Fahrzeuge sind zwischen 1920 und 1941 in Friedrichshafen am Bodensee entstanden, 160 weltweit haben die Jahrzehnte überlebt. In der Öffentlichkeit sind sie so gut wie nie zu sehen, mit viel Glück lässt sich ein Maybach vielleicht auf einem Concours d'Elégance blicken.

Das Museum für historische Maybach Fahrzeuge in Neumarkt in der Oberpfalz ist weltweit das einzige Markenmuseum dieses Herstellers. Es beheimatet rund zehn Prozent des Weltbestandes und macht auf rund 2.500 Quadratmetern regelmäßig bis zu 20 Fahrzeuge der Öffentlichkeit zugänglich. Die Besitzer und Kuratoren der Sammlung, Anna und Dr. Helmut Hofmann, haben dafür das Gelände und die Gebäude einer ehemaligen Zweiradfabrik einer neuen Bestimmung zugeführt.

Das Ausstellungsspektrum reicht vom ersten Maybach-Modell W 3 bzw. dessen Fragmenten, denn ein vollständiges Fahrzeug existiert nicht mehr, bis zum neuzeitlichen 62 s Landulet. Die Dauerleihgabe der Daimler AG ergänzt seit kurzem den Museumsfuhrpark und ist mit seinem 6-Liter-V12-Motor und allem erdenklichen Ausstattungskomfort eine Reminiszenz an die goldenen zwanziger Jahre des vorigen Jahrhunderts.

Das historische, fast hundertjährige Pendant steht wenige Meter neben dem auch schon fast 20 Jahre alten Youngtimer: Ein Maybach Zeppelin DS8, ebenfalls mit einem V12, aber mit acht Litern Hubraum und einem Fahrzeuggewicht von über drei Tonnen. Dieser Zeitzeuge ist das Sinnbild der Firmenphilosophie, die Karl Maybach dem Fahrzeugbau zugrunde gelegt hat: Der einzige Maßstab ist die Perfektion. Der Maybach-Zeppelin erschien 1930 und blieb zehn Jahre lang die Krone des deutschen Automobilbaus. Näheres unter www.automuseum-maybach.de, Führungen nach Vereinbarung.

Und nach dem Museumsbesuch bieten Bianca Kollmann und ihr Team im angeschlossenen Restaurant W3-Lounge Möglichkeiten (www.w3-neumarkt.de).



Neue Wege, altes Blech

NEUMARKT: Bayern und Blasmusik sind eins, die traditionelle Interpretation von Märschen, Polka und Walzer verbindet noch heute Generationen. In Berggau bei Neumarkt in der Oberpfalz hat die Liebe zur Musik im wahrsten Sinne des Wortes drei ganz besondere Ableger hervorgebracht: „Die Fexer“ (bayrisch für Ableger) ist der Titel der vermutlich kleinsten Blaskapelle der Welt, die auch vor der Neuinterpretation von Rock-Klassikern und E-Gitarren-Songs nicht zurückschrecken.

Dahinter stehen die Geschwister Sophie und Daniel Barth sowie Alexander Schuhmann. Ihre Instrumente sind mit Trompete (Alex), Flügelhorn (Sophie) und Tuba (Daniel) zwar ganz im Stil klassischer Blasmusik, aber die Arrangements wagen eine Gratwanderung, die Tradition und Moderne zusammenbringt. Mit ihrem erfrischenden Programm sind die Fexer zwischenzeitlich im gesamten Alpenraum unterwegs und fungieren als offizielle Botschafter von Bayern Tourismus. Ein Auftritt in der Tourismusregion Neumarkt ist heuer im Rahmen der Open-Air-Veranstaltung „Blech am Berg“ geplant, die am 12. Juli 2026 in Voggental veranstaltet wird. Näheres unter: www.die-fexer.de



© Foto: Christina Brandl

Tierische Vergnügen

NEUMARKT: Wer Familienwanderungen in tierischer Begleitung schätzt, findet hierzu im Landkreis Neumarkt reichlich Gelegenheit. Beispielhaft dafür stehen zwei Eselhöfe: Haubners Ranch in der Goldschmidtstraße in Neumarkt und die Bergeselfarm im Neumarkter Vorort Stauf.

Haubners Ranch betreibt ein Eselgehege sowie einen Streichelzoo mit Ziegen, Schafen, Lamas und Alpakas als Begegnungsstätten für Kindergeburtstage und andere Feste. Auch Eselwanderungen und Eselreiten gehören zu ihrem Programm. Kontakt via Facebook: Haubner's Ranch.

Ausflüge mit Eseln zählen auch zum Angebot von Birgit und Rupert Beyer, die auf ihrer Stauer Bergeselfarm mindestens 25 Grautiere betreuen. Vier Wandertouren zwischen fünf und zehn Kilometer Länge hat die Familie ausgearbeitet, die entweder geführt oder auch selbstständig mit geliehenen Tieren absolviert werden können. Für Kinder bis 35 Kilogramm Gewicht bietet die Eselfarm Reitmöglichkeiten an, darüber hinaus Kuschel- und Streichelstunden mit Minieseln und Fohlen sowie Fotoshootings für alle, die die tierische Begegnung gerne im Bild festhalten möchten. Kontakt unter eselbaeuerinnen@gmx.de



© Foto: Birgit Beyer

Zu Fuß zu Dampflock und Handwerksgeschichte – Eine Zeitreise auf dem Museumsweg im Schwarzsachtal

RÖTZ: Ab Rötz entlang der Schwarzach im Bayerischen Wald verbindet der Museumsweg auf rund neun Kilometern Wassererlebnis, Wanderspaß und lebendige Geschichte.

Der Rundweg führt durch das idyllische Schwarzsachtal bis hin zum Oberpfälzer Handwerksmuseum in Hillstett, das direkt am Eixendorfer Stausee liegt. Gezeigt werden hier rund 20 Handwerksberufe in originalgetreuen Werkstätten. Sie geben ein lebendiges Bild vom Alltag der Handwerker in der Übergangszeit zwischen manueller Arbeit und Maschinenzeitalter. Auf dem Gelände laden der historische Seebarn-Hammer, mehrere rekonstruierte Werkgebäude sowie die gemütliche Museumsschänke "Salzfriedl", ein in Blockbau-

weise errichtetes Waldlerhaus, zu Erkundungen ein. Bereits am Eingang begrüßt eine Dampfloklokomotive der Baureihe 64 aus dem Jahr 1934 die Besucher und erinnert an die ehemalige Eisenbahnlinie Neunburg vorm Wald–Rötz. Weitere Informationen findet man unter: www.bayerischer-wald.org



© Foto: Martin Binhack

Kleinstadtperlen im Herzen Bayerns Beilngries, Roth, Allersberg und Hilpoltstein

Hinein ins Herz Bayerns, in seine Mitte, ins nördliche Oberbayern, ganz nah an der Grenze Mittelfrankens, ganz nah an der Oberpfalz. Hier liegt das beschauliche Beilngries im Altmühltal: Zwei Flüsse prägen den Ort mit seinen etwa 10.000 Einwohnern, wo man nicht mehr fränkisch, sondern schon ein wunderbares Oberbayrisch spricht. Die Stadt liegt schön: Sulz und Altmühl fließen hier zusammen – und der Main-Donau-Kanal begrenzt die Stadt im Norden: der erst 1992 vollendete Nachfolger des 1835 bis 1846 erbauten, historischen Ludwig-Donau-Main-Kanals.



Seit Jahrhunderten wurde hier köstliches Bier gebraut. Natürlich, wir sind in Oberbayern. Und eine Brauerei gibt es immer noch, mitten im Ort, die Brauerei Schattenhofer mit ihrem Braugasthof. Vieles hier ist barock, was nicht verwundern muss, denn das Hochstift Eichstätt, die bedeutende Barockstadt, ist nicht weit. Und so haben auch hier bedeutende Baumeister Bedeutendes geschaffen, wie das Rathaus, das in den Jahren 1740 bis 1742 nach Plänen von Gabriel de Gabrieli erbaut wurde – oder die Frauenkirche, die 1753 durch einen Rokoko-Neubau des fürstbischöflichen Hofbaudirektors Maurizio Pedetti vergrößert wurde. Von diesem stammt auch das ehemalige Franziskanerkloster, das heute ein Spielzeugmuseum beherbergt.

In der gepflegten, farbenfrohen historischen Altstadt finden wir die typischen Altmühl-Jurahäuser. Das Jurahaus war lange prägend hier. Diese schlichte Hausform mit dem flachen Kalkplattendach unterscheidet sich markant von den Fachwerkhäusern im nahen Franken. Das Haus wurde aus Jurastein gebaut, aus Bruchsteinen für die Mauern und Legschiefer für die Dächer – eine Hauslandschaft, die noch in Teilen erhalten ist und gepflegt wird. Der „Jurahausverein“ engagiert sich für diese Häuser schon seit 1984. Seinen Sitz hat er in Eichstätt.

Und oben, über der Stadt, thront Schloss Hirschberg auf einem langen Bergrücken. Eine ehemals fürstbischöfliche Residenz, heute

Bistumshaus. Wir wandern hinauf. Ein kurzer Weg, aber steil. Die Anlage entstand ab dem 11. Jahrhundert unter den Bischöfen von Eichstätt zunächst als Burg, was zwei mächtige Wehrtürme und der Burggraben zeigen. Das dreiflügelige Schloss mit seinem Ehrenhof wurde dann 1760-1764 unter Bischof Raymund Anton Graf von Strasoldo von seinem fürstbischöflichen Hofbaudirektor Pedetti als Jagdschloss im Stil des Spätbarocks erweitert. Der Schlosshof ist frei zugänglich. Die Besichtigung der Innenräume ist im Rahmen von Führungen möglich, aber auch von außen lohnt der Besuch: Da gibt es etwa die beiden skurrilen, expressiven Figuren aus Jura-Stein am Mittelportal des Saalbaues von Johann Jakob Berg. Sie stellen den Hof- und Küchenmeister dar. Was für sonderbare Gestalten! Auch die Hirschgeweihe auf Obereichstätter Gußplatten im Innenhof und die Toreinfahrt mit Tierplastiken sind sehenswert.

Eine kunsthistorische Sehenswürdigkeit befindet sich im Gemeindeteil Kottingwörth: In einer Kapelle der Wehrkirche St. Vitus ist ein hervorragender Zyklus frühgotischer Wandmalereien aus dem frühen 14. Jahrhundert erhalten. Wir betrachten die Szenen des Jüngsten Gerichts und verschiedener Heiligenlegenden, erstaunt ob der Frische der Farben. Es sind grausige Szenen darunter, wie etwa jene eines Bischofs, dem die Zähne ausgeschlagen werden. Wir sehen auch den Heiligen Vitus, der gemartert und in einen glühenden Ofen gesteckt wird. Und, natürlich, das jüngste Gericht: Erzengel Michael, der Seelen-Wieger. Rechts von ihm ziehen Teufel einige Menschen ins Höllenfeuer. Das sind die Unglücklichen. Die anderen erwartet das Paradies. Ebenfalls ganz nah ist die größte Kirchenburg im Bistum Eichstätt, die wir, wie Kottingwörth, entlang der Altmühl mit dem Rad nach wenigen Kilometern von Beilngries aus erreichen. Diese Anlage in Kinding geht in den Ursprüngen auf die romanische Zeit zurück, wenngleich die Kirche im 17. und 18. Jahrhundert barock ausgebaut und ausgestattet wird.

Kunst, Kultur prägt die Gegend, das untere Altmühltal, einen der ältesten europäischen Siedlungsräume, aber hier kann man auch sportlich aktiv sein. Radeln und Wandern entlang der Altmühl auf dem Altmühltal-Radweg, an der Sulz und am Main-Donau-Kanal, das steht hier auf dem Programm. Leider ist es noch nicht Sommer, sonst hätten wir auf ein vergnügliches Bad im Kratzmühlsee ganz in der Nähe bestimmt nicht verzichtet.

Das Altmühltal, das an der Altmühlquelle an der Frankenhöhe beginnt und in Kelheim an der Donau nahe Regensburg endet, ist eine altbayerische Ferienlandschaft, die gerade in und um Beilngries besonders lieblich ist. Die vielen Wasserwege, die zahlreichen Rad- und Wanderwege, die Burgen und Schlösser, die vielen hübschen kleine Orte auch in der nahen Oberpfalz, wie das pittoreske, komplett von einer Stadtmauer umschlossene Berching, das historische Dietfurt, Riedenburg in Niederbayern oder auch Plankstetten mit seiner Benediktiner-Abtei: Beilngries im Naturpark Altmühltal liegt in einer reizenden Ferienregion, die über den Limeswanderweg, den Altmühl-Panoramaweg und den Altmühltal-Radweg mit anderen bedeutenden Ferienregionen, etwa mit dem Taubertal und Rothenburg ob der Tauber verbunden ist.

Viele Radler sind hier entlang der Wasserstraßen unterwegs, aber auch Wanderfreunde kommen auf ihre Kosten. Vor allem auf und rund um den Bergrücken des Arzberges kann man mit herrlichen

Panoramablicken spazieren und wandern. Auch einen Waldlehrpfad gibt es hier. Das Bayerische Landesamt für Umwelt hat den Arzberg als eines der „100 schönsten Geotope Bayerns“ ausgezeichnet. Ein guter Startpunkt ist der Parkplatz am Friedhof der Kirche St. Lucia, auch „Bühlkirche“ genannt. Auf der Hochebene herrscht eine ganz besondere Stimmung – inmitten von Heideflächen mit Trockenrasen.

Eine andere Wanderung, die wir empfehlen möchten, führt in Breitenbrunn entlang der Wissinger Laber, schon recht nah bei Neumarkt in der Oberpfalz. Das stille Tal, durch welches das Flüsschen mäandert, ist ein kleines, unbekanntes Paradies. Der Gasthof in Breitenbrunn hat allerdings nur abends geöffnet, daher an Proviant denken!

Also gibt es eine Vesper auf einer sonnigen Bank am gurgelnden Flüsschen, eine Szene, die man sich romantischer kaum denken kann – und warm wird erst später gespeist. In Beilngries natürlich, denn kulinarisch bietet das Städtchen einige traditionelle Häuser mit regionaler, feiner Küche. Wir empfehlen die „Gams“, die „Krone“, das „Hotel Fuchsbräu“, den „Braugasthof Schattenhofer“ oder den „Millipp“, wo man seit 1458 herzliche bayerische Gastfreundschaft genießen kann. Familie Walthierer-Celler führt das mit vier Sternen Superior ausgezeichnete Romantik-Hotel bereits in der 15. Generation – mit sehr viel Stil und Sinn für bodenständige Behaglichkeit und Flair. Nach dem Abendessen sollte man unbedingt auch mal die karibisch-exotische Bar Don Caribico ausprobieren – geöffnet ist hier Mittwoch bis Samstag! Auch Camping-Freunde haben es in Beilngries gut: Der Camping-



platz „Naturama“ liegt direkt an der Altmühl, inmitten von Bäumen. Er ist vom Bundesverband der Campingwirtschaft in Deutschland e.V. und dem Deutschen Tourismusverband als 4-Sterne Platz ausgezeichnet worden.

Und noch einen letzten Tipp: Das Spielzeugmuseum Beilngries ist ein ganz besonderer Ort. Der „Kulturhistorische Verein Beiln-

gries-Kinding e. V.“ hat hier ein großartiges Konvolut historischen Spielzeugs zusammengetragen. Eisenbahnen, Blechspielzeug und Puppenküchen – das Ganze wird liebevoll präsentiert.

Nun geht es weiter auf unserer Reise, vom nördlichen Oberbayern zurück nach Mittelfranken. Kaum mehr als eine halbe Stunde fährt man, doch die Szenerie ist eine andere. Unsere nächste Station ist Roth im Fränkischen Seenland, zu dem der Große Brombachsee, der Altmühlsee, der Kleine Brombachsee, Rothsee, Igelsbachsee, Hahnenkammsee und der Dennenloher See gehören – allesamt künstlich angelegte Seen, die mit der Donau-Main-Überleitung entstanden. Etwa 25.000 Einwohner hat das Städtchen Roth, das etwas südlich von Nürnberg liegt. Die Flüsse Roth, Rednitz und Aurach fließen hier zusammen – und der Rothsee ist ganz nah, mit seinen Rad- und Wanderwegen und schönsten Möglichkeiten für Wassersport.

Ein erster Rundgang mit Anke Freiman, Leiterin der Tourismusabteilung der Stadt Roth, durch die Gassen der Altstadt. Hier dominiert fränkisches Fachwerk und man spricht auch: typisch fränkisch. 1060 wird Roth erstmals urkundlich erwähnt. Und es hat sich viel Altes auch hier erhalten, wie etwa, um die wichtigsten Baudenkmäler zu nennen, das Riffelmacherhaus am Marktplatz (um 1600), das Alte Rathaus (1759) oder auch die evangelische Stadtkirche aus dem 14. Jahrhundert.

Besonderes Wahrzeichen der Stadt ist aber Schloss Ratibor: ein Renaissance-Jagdschloss aus dem 16. Jahrhundert, erschaffen unter dem jagdlustigen Markgraf Georg dem Frommen von Brandenburg-Ansbach. Vieles, wie auch der prächtige Prunksaal, stammt in seiner Ausstattung aus der Zeit des Historismus, aus dem späten 19. und frühen 20. Jahrhundert, als der neue Besitzer, der Fabrikant Wilhelm von Stieber, das Schloss ausbauen ließ.

Stieber, der ein Vermögen mit der Produktion „Leonischer Waren“ gemacht hatte, schuf hier mit Künstlern wie Ferdinand Wagner, Rudolf von Seitz, Friedrich Wanderer und Conradin Walther einen aus der Zeit gefallen Traum, das Märchenschloss eines Neo-Renaissance-Herrschers – nicht unähnlich Ludwig II. von Bayern mit seinen Schlössern. Die Witwe Wilhelm von Stiebers, Minna, übergab 1942 das Schloss der Stadt Roth als Schenkung. Seit 1953 befindet sich hier unter anderem das Museum Schloss Ratibor: ein Stadtmuseum mit bedeutenden Beständen.

Die Person Wilhelm von Stiebers führt uns zu einem überaus spannenden Kapitel der regionalen Kulturgeschichte, denn unter seiner Leitung wurde die Firma Stieber zu einem bedeutenden Unternehmen der sogenannten „Leonischen Waren“. Es war der Hugenotten George Fournier, der die verschiedenen Verfahren aus Lyon mit nach Roth brachte. Die Geschichte dieser Industrie wird im Fabrikmuseum erzählt – und zwar von Wolfgang Lösch, dem Vorsitzenden eines Vereins, der sich um die Erhaltung des Museums kümmert.

Das Museum in einer beeindruckenden historischen Shedhalle präsentiert Maschinen und Vorrichtungen zur Herstellung des Leonischen Grundmaterials und der daraus hergestellten Webprodukte wie Bänder, Borten und Brokate, die in Stickereien, Militäruniformen, religiösen Kunstwerken, Brautkronen, Schmuck oder auch in Weihnachtsdekorationen Verwendung fanden. Und die Vorführung an den historischen Maschinen lässt uns staunen: Der Erfindergeist, die Präzision, das technische Wissen, die den historischen Prozess der Drahtherstellung, Weiterverarbeitung und Veredelung ermöglicht, beeindruckt noch heute. Vor allem Kupfer, Silber und Gold wurde



hier verarbeitet – in vielen Betrieben in Roth und der Umgebung. Das Museum zeigt die verschiedenen Methoden, die Drahtherstellung, die Plätterei, die Vergoldung mit Quecksilbergalvanik, die Bortenherstellung, die Lametta-Herstellung und auch das ganze Arbeitsumfeld.

Das Fabrikmuseum ist ein lebendiges Zeugnis einer Industrie, die über Jahrhunderte hinweg das Leben und die Identität einer ganzen Region geprägt hat und immer noch prägt, denn manche der Unternehmen stellen noch heute hochmoderne Kabel und Kabelbäume her, vor allem für die Automobilindustrie.

Im Fabrikmuseum wird diese Welt auf besondere Weise greifbar. Historische Maschinen wie der riesige Jacquard-Webstuhl rattern und klappern und vermitteln eindrucksvoll, wie viel Geschick, Geduld und technisches Verständnis nötig waren, um die feinen Drähte herzustellen und zu verarbeiten.

Besucher können den gesamten Produktionsprozess nachvollziehen – vom Rohmaterial bis zum fertigen Produkt. Dabei wird deutlich, wie eng Handwerk und frühe Industrialisierung miteinander verflochten waren. Faszinierend ist die Atmosphäre des Museums: Das rhythmische Arbeiten der Maschinen und die detailgetreue Einrichtung lassen die Vergangenheit, lassen dieses kulturelle Erbe lebendig werden. Man kann nur hoffen, dass diese Geschichte noch lange erzählt wird, denn, so erfahren wir von unserem leonischen Cicerone: Der Historische Verein Roth, der hinter dem Museum steht, hat große Nachwuchsprobleme.

Schon am nächsten Morgen widmen wir uns noch einmal dem Thema: Nur ein paar Kilometer sind es von Roth bis in die Marktgemeinde Allersberg, wo sich einst die Firma Gilardi ansiedelte, der älteste Hersteller leonischer Waren in Deutschland. Das barocke Städtchen beeindruckt vor allem durch das „GilardiHaus“, einstiger Sitz der Allersberger Drahtbarone. Nun, es ist eher ein Schloss, als ein Haus – und es wird derzeit aufwändig generalsaniert. Benannt ist es nach dem Mailänder Jacob Gilardi, der 1708 die Witwe Sybilla Heckel heiratete, die leonische Drahtfabrik übernahm und diese zu Weltruhm führte. Erbaut 1723-1728 von Gabriel de Gabrieli (dem fürstbischöflich Eichstättischen Hofbaudirektor, den wir schon aus Beilngries kennen) ist es seit 2006 im Besitz des Marktes Allersberg. Der denkmalgeschützte Bau ist ein Großprojekt für den kleinen Ort

– und hier entsteht auch Großartiges: Eine öffentliche und gewerbliche Mischnutzung, Mehrzweckräume, Veranstaltungsräume wurden geschaffen, ein öffentlicher Saal und auch die museale Nutzung findet hier ihren beeindruckenden Ort.

Wir treffen Daniela Dalke vom Kultur- und Tourismusbüro und Dieter Chrocziel vom „Verein zur Sanierung und Förderung des Gilardi-Anwesens Allersberg e.V.“ in der „GilardiAusstellung“ im Südflügel, wo Original-Exponate gezeigt werden. Auch dieser Ausstellungsraum beeindruckt – der auch die spätere jüdische Geschichte des Unternehmens und der Familie Geiershoefer darstellt, die 1894 die Firma übernahm. Diese Geschichte endet nicht mit dem Novemberpogrom und der erzwungenen „Arisierung“ der Firma, mit der Plünderung des Anwesens durch die SA, denn Erik Geiershoefer kehrte nach der Emigration nach England im Jahr 1946 nach Allersberg zurück, um die Firma wieder aufzubauen. Jahrelang musste er vor Gericht um seinen Besitz kämpfen. Seine Mutter, Else Amalie Geiershoefer, wurde am 25.

Oktober 1941 in das Ghetto Lodz deportiert, wo sie am 22. Oktober 1942 ermordet wurde.

Die letzte Station unserer Reise ist nun Hilpoltstein, auch ganz nah am Rothsee gelegen, ein großes Finale: Die Altstadt ist wunderbar erhalten, als Ganzes überaus sehenswert: eine der schönsten kleinen Städte Mittelfrankens. Die Herren von Stein haben sich hier vor etwa 1000 Jahren eine Burg errichtet, die heute noch als Ruine erhalten ist. Um sie gruppiert sich die Altstadt mit historischen Gebäuden, mit dem Rathaus aus dem 15. Jahrhundert, der ehemaligen Residenz aus dem frühen 17. Jahrhundert, dem Jahrsdorfer Haus von 1523, dem Döderleinsturm, der gotischen Stadtkirche und dem imposant-trutzigen ehemaligen Getreidekasten. Auch Reste der mittelalterlichen Stadtmauer sind erhalten – es gibt auch einen sehenswerten Stadtmauerrundgang.

Nicole Hiller von der Tourismusbehörde begrüßt uns in der Residenz. Mit unserem Führer Johannes Ammon machen wir alsbald einen Stadtrundgang. Die Geschichte der Stadt ist überaus verschlungen, geht Sonderwege. Hilpoltstein, so erfahren wir, gehörte einst den Wittelsbacher Herzögen, kam später zu Bayern-Ingolstadt, wird dem Fürstentum Pfalz-Neuburg zugeschlagen, später an die Freie Reichsstadt Nürnberg verpfändet. Dann war der Pfalzgraf Ottheinrich II hier der Herrscher und die Burg diente danach seiner Gemahlin Dorothea Maria als Witwensitz. Noch heute feiern die Hilpoltsteiner ihre Pfalzgräfin jährlich mit dem Burgfest. 1700 kam Hilpoltstein dann zum Kurfürstentum Bayern, 1862 zur Oberpfalz, 1880 wurde es mittelfränkisch.

Diese verschlungene Geschichte ist hier überall präsent – und in jeder Gasse finden sich architektonische Preziosen aus dem hiesigen Buntsandstein, oftmals kombiniert mit fränkischem Fachwerk. Die Hilpoltsteiner sind stolz auf ihre Stadt, pflegen sie und hegen sie, wie die vor wenigen Jahren wunderbar sanierte Residenz, die 1618 bis 1626 von Pfalzgraf Johann Friedrich erbaut wurde. Kunsthistorischer Höhepunkt sind die Stuckarbeiten der Gebrüder Kuhn, welche unter anderem die vier Kontinente zeigen – aber auch die zeitgenössische Kunst hat hier ihren festen Platz:

„ResidenzKultur“ ist das Motto vieler Kunst- und Kulturveranstaltungen in der Residenz Hilpoltstein.

Ein Stern, fünf Orte und 600 Jahre Brauchtum: Zoigl ist Bierkult und Tradition im Oberpfälzer Wald



TIRSCHENREUTH: Bier und der Oberpfälzer Wald, das gehört seit Jahrhunderten untrennbar zusammen. Besonders der Zoigl prägt die Bierkultur der Region bis heute und ist das Lebenselixier des Oberpfälzer Waldes. Die untergärige Bierspezialität wird in den fünf Kommunbrauhäusern in Eslarn, Falkenberg, Mitterteich, Neuhaus und Windischeschenbach gebraut – auf althergebrachte Weise und das zum Teil schon seit über 600 Jahren.

Seinen Ursprung hat der Zoigl im gemeinschaftlichen Brauwesen. Bis heute wird er in traditionellem Verfahren gebraut, mit handwerklichem Können und viel Erfahrung. Anschließend reift das Bier noch für mehrere Wochen aus, bevor es ausgeschenkt wird. Und obwohl der Brauprozess überall gleich ist, schmeckt in jedem Ort, ja in jedem Brauhaus, der Zoigl ein bisschen anders. Warum? Jeder Brauer hat sein eigenes Rezept, welches das Verhältnis der Zutaten bestimmt. Kein Zoigl schmeckt wie der andere, eine Verkostungstour zu verschiedenen Zoiglbrauereien lohnt auf jeden Fall.

Echter Genuss in urigen Zoiglstuben und lauschigen Biergärten

Ausgeschenkt wird das „flüssige Gold“ in den sogenannten Zoiglstuben. Was einst im Wohnzimmer oder in der Küche des Brauers begann, hat sich bis heute eine besondere Ursprünglichkeit bewahrt. Heute ähneln viele Zoiglstuben schon eher einer kleinen Gastwirtschaft, wobei der urige und gemütliche Teil keineswegs auf der Strecke bleibt. Im Sommer öffnen sich lauschige

Biergärten und schmucke Innenhöfe für den Zoigl-Genuss unter freiem Himmel und laden zu leckeren Hausmacher-Brotzeiten ein.

Der Zoiglsternt zeigt an, wo es frisches Zoiglbier gibt

Ein sechszackiger Stern am Hausgiebel weist den Weg. Der Zoiglsternt, dessen Ursprung bis ins Mittelalter zurückreicht, symbolisiert die Elemente des Brauvorgangs und dient zugleich als Zeichen: Hier wird frisches Zoiglbier gezapft. Da der Ausschank traditionell zeitlich begrenzt ist, lohnt sich vor dem Besuch ein Blick in den Zoiglkalendar. Der aktuelle Kalender sowie weitere Informationen rund um das Zoiglbrauchtum sind online unter www.oberpfaelzerwald.de/zoigl zu finden.



Am Zoiglbrunnen in Windischeschenbach

Oberpfälzer Wald – wo Wald- und Wasserwelten bezaubern



Der Oberpfälzer Wald im Osten Bayerns, an der Grenze zu Tschechien mit den Städten Tirschenreuth, Schwandorf, Weiden i.d. OPf. und Neustadt a.d. Waldnaab ist etwas Besonderes. Hier findet sich viele Schätze der Natur: grüne Mittelgebirgslandschaft am grünen Band Europas, plätschernde Flüsse, Seen und Teiche, das ausgedehnte Naturparkland, sagenhafte geologische Besonderheiten und natürlich den Wald – urtümlich und ein wenig geheimnisvoll. Man hat 1001 Möglichkeiten für einen erlebnisreichen Urlaub und kulturell interessante Ausflüge.

Ein geradezu perfekter Einstieg: das Oberpfälzer Freilandmuseum in Neusath-Perschen. In dem Museumsdorf mit rund 50 wiedererrichteten alten Gebäuden zwischen Streuobstwiesen und Feldern nimmt man tiefe Einblicke in die Oberpfälzer Seele und erlebt im Mühlental, Stiftland-, Waldler-, Jura- und Naabtal das bäuerliche Leben früherer Zeiten nach – ganz echt und unverfälscht.

Weiter geht die faszinierende Zeitreise in den Geschichtspark Bärnau direkt an der Grenze zu Tschechien: ein lebendiges Mitmach-Museum, das einen mitten hinein in den Alltag des Mittelalters bringt. Tief in die „Unterwelt“ führt ein Spaziergang durch die Historischen Felsenkeller von Schwandorf, das größte Felsenkeller-Labyrinth Bayerns. Ein weiteres Kleinod, das man nicht verpassen darf, ist die historische Altstadt von Weiden i.d. OPf. Dort genießt man typische oberpfälzer Gastfreundschaft, prachtvolle Renaissancehäuser und das Alte Rathaus mit dem alten Glockenspiel.

Einer Reise in die eigene Seele gleicht auch ein Ausflug zum Kloster Waldsassen mit seiner prächtigen barocken Klosterbibliothek und

der Stiftsbasilika mit Deutschlands größter Kirchen- und Klostergruft. Auch das barocke Kloster Speinshart im einmalig erhaltenen Klosterdorf sollte man mit eigenen Augen sehen.

Gemütlich, urig, kultig

In gemütlichen Biergärten und urigen Zoiglstuben, in Gastwirtschaften und Sterne-Restaurants verliert man sein Herz – an die einfachen, manchmal auch raffinierten Genüsse der Region. Guten Appetit oder auf gut oberpfälzisch: „An Guad’n!“

Wo der Zoiglstern, das Zunftzeichen der Brauer, hängt, erlebt man Einzigartiges: den echten Zoigl, das „Kultbier“ des Oberpfälzer Waldes. Gebraut wird das untergärige, unfiltrierte Bier in den fünf Kommunbrauhäusern in Eslarn, Falkenberg, Mitterteich, Neuhaus und Windischeschenbach – zum Teil schon seit über 600 Jahren.

Reihum schenken die Zoiglwirte das „flüssige Gold“ aus, dazu gibt es deftige Brotzeiten und eine urgemütliche Atmosphäre. Von uralter Brautradition erzählen auch die Historischen Felsenkeller in Schwandorf. Neben den Kommunbrauhäusern sorgen 16 Privatbrauereien dafür, dass einem bei der Geschmacksvielfalt der Biere das Wasser im Mund zusammenläuft. Wohl bekomm’s!

Informationen und kostenlose Prospekte:

Tourismusverband Ostbayern e.V.
Im Gewerbeplatz D 04, 93059 Regensburg

Tel.: +49 (0)941 58539-0
Internet: www.ostbayern-tourismus.de, oberpfaelzerwald.de

„Ja gibt’s denn sowas a!“ Lesung, Gesang und Musik im Müller Stodl in Hinterzhof/Laaber

HINTERZHOF: Gesang und G'schichten im historischen Müller Stodl, Reiserweg 12 in Hinterzhof/Laaber bietet dieser hoch unterhaltsame Abend am Mittwoch den 13. Mai 26 um 19.30 h. Der bayernweit bekannte Soizweger Zwoagsang,

Kathi Gruber und Gabi Schweizer, gestaltet zusammen mit Dr. Frieder Roßkopf von den Tanngrindler Musikanten eine humorvolle Mischung aus Gesang, Musik und wahren, skurrilen Geschichten, die so nur das Leben schreibt. Frieder Roßkopf, Apotheker in Hemau beschreibt besondere Erlebnisse und Gedanken in Reim und Prosa.

Karten zu 15€, bei freier Platzwahl: Confiserie Seidl, Hinterzhof, Reiserweg 2, Tel. 09498/90680 oder www.okticket.de



© Foto: Gerlinde Delacroix

Tief verwurzelt erholen und schwerelos entspannen – Autogenes Training im Wald und Heilwasser in Bad Birnbach

BAD BIRNBACH: Heilwasser und Kurwald gehören in Bad Birnbach seit jeher zusammen. Mit einem neuen, zertifizierten Präventionsangebot rückt Bad Birnbach nun das Thema Waldgesundheit noch stärker in den Fokus. Das Programm „Autogenes Training im Wald und im Wasser“ verbindet die beruhigende Wirkung des Waldes mit den gesundheitsfördernden Möglichkeiten der Rottal Terme.

Heilkräftiger Dreiklang aus Thermalwasser, Wald und Kurpark
Die Grundlage dafür bilden wissenschaftliche Erkenntnisse und

praktische Erfahrung: Bad Birnbach war Pilotort für Projekte mit der Ludwig-Maximilians-Universität, zudem wurden eigens Waldtherapeuten ausgebildet. Im Mittelpunkt steht die besondere Verbindung aus der Lugenzenz, dem größten zusammenhängenden Waldgebiet der Region, dem naturnah gestalteten Kurpark und der Rottal Terme mit ihrem heilkräftigen Thermalwasser.

Das neue Angebot wurde gemeinsam von Waldtherapeutin Karin Schießl und der Rottal Terme entwickelt und von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert. Damit ist es grundsätzlich auch für Zuschüsse durch gesetzliche Krankenkassen geeignet. Autogenes Training gilt als bewährte Methode zur Stressbewältigung und Entspannung. Im Kurwald finden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ideale Bedingungen, um durch gezielte Übungen Ruhe, Gelassenheit und innere Balance zu fördern. Die Methode kann das allgemeine Wohlbefinden stärken und auch bei Schlafproblemen, innerer Unruhe oder körperlichen Beschwerden unterstützend wirken.

Ergänzt wird das Programm durch einen Aufenthalt in der Rottal Terme, insbesondere in der Salzwasserlagune. Dort wird das Bad Birnbacher Heilwasser mit Sole angereichert, sodass ein Schwebgefühl ähnlich wie im Toten Meer entsteht. So wird das Thema Entspannung auf wohlthuende Weise vom Wald in das Wasser verlängert.

Wald- und Klimapfad in der Lugenzenz

Wer darüber hinaus weitere Wald-Erfahrungen sammeln möchte, kann den Wald- und Klimapfad in der Lugenzenz entdecken. Der Lehrpfad führt durch ein naturnahes Waldstück und bietet zahlreiche Informationen zu Wald, Klima und ihren Veränderungen. Insgesamt 19 Infotafeln und 18 Baumtafeln vermitteln Wissen rund um den Lebensraum Wald. Ergänzt wird der Pfad durch Holzkunstwerke wie die „Waldkobolde“ und die „Waldfeen“ sowie durch ein Dendrophon, an dem sich der Klang von Baumstämmen erleben lässt.

Weitere Informationen unter: www.badbirnbach.de



© Foto: Kurverwaltung Bad Birnbach

Neumarkt sucht die Fachkräfte von morgen: Die JOBMEILE 2026

Wenn sich die Neumarkter Altstadt in eine pulsierende Karrieremeile verwandelt, ist es wieder Zeit für eine der größten Open-Air-Jobmessen: Die JOBMEILE Neumarkt lädt am Samstag, den 20. Juni 2026, zur achten Ausgabe ein.

Was 2013 als innovatives Konzept begann, hat sich längst als Erfolgsschlager gegen den Fachkräftemangel etabliert. Unter dem Motto „Eine starke Wirtschaft sucht starke Fachkräfte“ präsentieren über 100 regionale Unternehmen ihre Stellenangebote direkt unter freiem Himmel. Von Industrie und Handwerk über den Handel bis hin zum Dienstleistungssektor – die Vielfalt der Aussteller spiegelt die



enorme Wirtschaftskraft des Standorts Neumarkt wider. Das Besondere: Die Jobmeile bricht mit starren Messe-Strukturen. In lockerer Atmosphäre können Bewerber, Wechselwillige und Schüler direkt mit Personalentscheidern ins Gespräch kommen. „Man merkt im persönlichen Gespräch sofort, ob man auf einer Wellenlänge liegt“, betont die Stadtverwaltung das bewährte Konzept.

Besuchen Sie die Jobmeile am 20. Juni von 09:30 bis 15:30 Uhr in der Neumarkter Innenstadt und entdecken Sie Ihre berufliche Zukunft dort, wo Lebensqualität auf erstklassige Karrierechancen trifft. **Der Eintritt ist frei!**



Lindenblüten

Allgemeines

Linden wachsen in unseren Breitengraden an den verschiedensten Plätzen. Man findet sie in Mischwäldern, sie sind Mittelpunkt uriger Gaststätten, Gärten oder – auf freiem Feld stehend – Treffpunkt für junge Liebespaare.

In früheren Jahrhunderten war die Linde oft Mittelpunkt des Geschehens in den Dörfern und Städten (Dorflinde, Gerichtslinde). Der hohe gesellschaftliche Wert der Linde zeigt sich auch in vielen Volksliedern, die sie besingen („Am Brunnen vor dem Tore, da steht ein Lindenbaum ...“).

2016 wurde die Linde sogar zum Baum des Jahres ernannt.

Inhaltsstoffe und Wirkung

Wertvoll aus Sicht der Naturheilkunde sind die Blütenstände (Blüten, Blütenknospen und Hochblätter), die man im Juni bis Juli erntet. Die wichtigsten Inhaltsstoffe sind Schleimstoffe, Flavonoide und ätherisches Öl.

Wegen seiner reizlindernden und krampfstillenden Eigenschaften werden die Blüten vor allem bei Erkältungen und damit verbundenem Husten eingesetzt.

Verwendungsformen und Darreichung

Die klassische Anwendungsform ist Lindenblütentee, der Husten und Erkältungsbeschwerden lindert. Daneben werden aus der Droge Pulver, Extrakte und Tinkturen hergestellt.

Sonstiges

Sowohl die Sommerlinde, als auch die Winterlinde liefern die wertvollen Blüten. Obwohl die Namen es anders vermuten lassen, ist die Blütezeit praktisch gleichzeitig ab Juni. Für Laien sind die beiden Sorten schwer zu unterscheiden.

Ringelblume

Allgemeines

Als Zier- und Kulturpflanze ist die Ringelblume (Calendula) heimisch in Mittel-, Ost- und Südeuropa. Größere Importe stammen überwiegend aus Ägypten, Polen und Ungarn.

Inhaltsstoffe und Wirkung

Zur arzneilichen Anwendung werden bei der Ringelblume, der Heilpflanze des Jahres 2009, nur die leuchtend gelben Blüten verwendet. Sie erreichen einen Durchmesser von 4 cm und haben ihre Blütezeit von Juni bis Oktober. Diese enthalten Flavonoide, Carotinoide und ätherisches Öl. Bekannt ist die Ringelblume, auch Calendula genannt, vor allem wegen ihrer lindernden Wirkung bei rheumatischen Beschwerden und praktisch allen Formen von Wunden. Das gilt sowohl bei äußerlichen Verletzungen, als auch bei angegriffenen Mundschleimhäuten oder eingerissenen Mundwinkeln. Ringelblumenblüten wirken beruhigend und regulierend auf das Nervensystem.

Verwendungsformen und Darreichung

Meist werden die Ringelblumenblüten zu Salben oder Tinkturen verarbeitet. Damit behandelt man schlecht heilende, aber auch frische Wunden. Ringelblumensalbe wird auch als Hausmittel gegen Geschwüre, Geschwülste oder Warzen eingesetzt. Mit ihr werden bei Bauchschmerzen der Körper bestrichen und schmerzende Gelenke und Muskeln eingerieben. Aufgüsse mit Ringelblumen lindern Entzündungen von Haut- und Schleimhäuten. Riss-, Quetsch- und Brandwunden, aber auch Nagelbettentzündungen und Verstauchungen werden durch Umschläge mit einem Aufguss behandelt.



GALERIE im Rathaus

Parsberg, Alte Seer Str.2
Treppenhaus 1. Stock

Peter Panzer

Ölmalerei
April 2026 - Oktober 2026

Öffnungszeiten im Rathaus: Mo-So von 7:00-20:00 Uhr

Malteser
...weil Nähe zählt.

Was bleibt, wenn wir gehen?

Ein Testament schafft Klarheit und bewirkt Gutes.

Testamentsratgeber kostenlos:

Telefonisch: 0221 9822-2322

Schriftlich: Malteser Hilfsdienst e.V.
Stichwort: Testament
Erna-Scheffler-Straße 2
51103 Köln

Online: malteser.link/ratgeber

Zentralkonto für Nachlässe:
 Malteser Hilfsdienst e.V.
 IBAN: DE93 3706 0193 0002 0200 25
 BIC: GENODE33PAX
 Stichwort: Testamentsspende

Spargel-Omelett

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Spargel	1 EL Weizenstärke
1 TL Butter	1/2 TL Salz
1 TL Zucker, 1 TL Salz	weißer Pfeffer, Muskat
1/2 Bund Petersilie	40 g Butter zum Ausbacken
12 Eier	1 Flasche Weißer Burgunder
4 EL kaltes Wasser	(Deutsches Weintor)

» Spargel vom Kopf bis zum Fußende mit einem scharfen Messer dünn schälen und die Endstücke großzügig abschneiden. In einem hohen Spargeltopf Wasser mit 1 TL Butter, Zucker und etwas Salz erhitzen und die Spargelstangen hineinstellen. Darauf achten, dass die Köpfe gerade aus dem Wasser ragen.

» Je nach Dicke der Stangen 15 bis 20 Minuten kochen. Inzwischen Petersilie kalt abbrausen, abtropfen lassen und fein wiegen. Die Eier trennen und die Eidotter mit 2 EL Wasser eine Minute mit der Gabel schlagen, in dem restlichen Wasser die Stärke auflösen und unter die Eimasse rühren. Den Großteil der

Petersilie zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Butter in einer kleinen Pfanne nicht zu stark erhitzen (ideal ist eine Omelettepfanne), ein Viertel der Eimasse eingießen und die Omeletten portionsweise ausbacken. Dabei Pfanne mehrmals rucken, damit die Omeletten nicht anbacken. Bei geschlossenem Deckel 4-5 Minuten backen, bis die Masse an der Oberfläche gestockt ist.

» Die Omeletten mit dem abgetropften Spargel belegen und mit etwas Petersilie bestreut servieren. Dazu schmeckt ein kühles Glas Weißer Burgunder.



Zutaten für 4 Personen:

150 g Weizenmehl	375 ml sehr heißes Wasser
1 Prise Salz, 2 Eier	Salz, Zitrone
250 ml Milch	3 Eigelb
1 TL Zitronensaft	2 TL gehackte Petersilie
40 g Butter	2 TL Kerbel, 2 TL Estragon
750 g gekochter Schinken	100 g gekochter Schinken
1 TL Butter	125 g Graved Lachs
Zucker	1 Flasche Weißer Burgunder
150 g Butter	halbtrocken von Deutsches
2 gehäufte EL Mehl	Weintor

» Mehl und Salz in eine Schüssel geben und gut mischen, Eier und Milch zugeben und zu einem glatten, klumpenfreien Teig verrühren. Den Pfannkuchenteig gut quellen lassen, erst dann den Zitronensaft zugeben.

» 1 EL Butter zum Braten in einer Pfanne erhitzen ein Viertel des Pfannkuchenteiges eingießen und einen Pfannkuchen ausbacken. Portionsweise 3 weitere Pfannkuchen in heißer Butter ausbacken und warm stellen.

» Inzwischen Spargel vom Kopf bis zum Fußende mit einem scharfen Messer dünn schälen und die Endstücke großzügig abschneiden. In einem hohen Spargeltopf Wasser mit Butter, Zucker und etwas Salz erhitzen und die Spargelstangen hineinstellen. Darauf achten, dass die Köpfe gerade aus dem Wasser

ragen. Je nach Dicke der Stangen 15 bis 20 Minuten kochen.

» Für die Kräutersauce in einem Stieltopf 100 g Butter mit 2 EL Mehl verrühren und unter Rühren 15 Minuten kochen, etwas abkühlen lassen. Das heiße Wasser unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen einrühren und glatt rühren. Mit Salz und Zitronensaft würzen. Kurz aufkochen. Vom Herd nehmen.

» 50 g Butter, die Eigelbe und die Kräuter einrühren und die Sauce nochmals abschmecken. Zwei Pfannkuchen mit Schinken, die restlichen mit Lachs belegen. Den Spargel gut abtropfen lassen und auf den Pfannkuchen anrichten. Mit der Kräutersauce servieren.

www.juraland.bayern

Spargel-Schinkenröllchen

Zutaten für 4 Personen:

1 TL Butter	8 Scheiben gekochter Schinken
1 Prise Zucker	(nicht zu dünn geschnitten)
Salz	etwas fein gehackte Petersilie
24 Stangen weißer Spargel	1 Flasche Weißer Burgunder
200 g Emmentaler	(Deutsches Weintor)

» Spargel mit dem Spargelschäler oder einem scharfen Messer schälen und die Endstücke abschneiden.

» In einem breiten Topf Wasser mit 1 TL Butter, Zucker und etwas Salz erhitzen und die Spargelstangen hinein geben. Je nach Dicke der Stangen zugedeckt 12 bis 15 Minuten kochen.

» Inzwischen den Käse in 16 Scheiben schneiden. Je nach Form die Schinkenscheiben rechteckig schneiden.

» Jeweils 3 Stangen Spargel in eine Schinkenscheibe einwickeln und mit Emmentaler belegen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C einige Minuten überbacken, bis der Käse schmilzt. Mit Petersilie bestreut servieren. Dazu reicht man einen trockenen Weißwein, wie z. B. weißer Burgunder.



Nährwerte pro Person

Energie: 253 kcal / 1.059 kJ
Eiweiß: 26,2 g
Fett: 16,2 g
Kohlehydrate: 0,6 g

Spargel mit Steaks, Kartoffelplätzchen und Bernaise

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Kartoffeln	4 Lendensteaks (à 200 g)
1 kleine Zwiebel	Pfeffer, 1 Prise Salz
7 EL Sonnenblumenöl	3 Schalotten
75 g durchwachsener Speck	100 g Butter
150 g Mehl	3 EL Weinessig
1/2 TL Salz	weißer Pfeffer
1 EL fein gehackte Petersilie	4 Eigelb
1 Ei	5 EL Weißwein
1 kg Spargel	1 Zweig Estragon
1 TL Butter	1 TL fein gehackter Kerbel
1 TL Zucker	
1 Prise Salz	

» Die Kartoffeln waschen und in der Schale in Salzwasser kochen. Für die Kartoffelplätzchen die Zwiebel schälen, fein hacken und in 1 EL Öl andünsten, den Speck fein würfeln und kurz mitdünsten. Die Kartoffeln schälen, durch die Presse drücken, in eine Schüssel geben und mit Zwiebeln, Speck, Mehl, 1/2 TL Salz, Petersilie und dem Ei gut vermengen. Aus dem Teig eine 5 cm dicke Rolle formen und diese in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. 3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Kartoffelplätzchen darin ausbacken.

» Inzwischen den Spargel vom Kopf bis zum Fußende mit einem scharfen Messer dünn schälen und die Endstücke großzügig abschneiden. In einem hohen Spargeltopf Wasser erhitzen, Butter, Zucker und 1 Prise Salz zugeben und die

Spargelstangen hineinstellen. Darauf achten, dass die Köpfe gerade aus dem Wasser ragen. Je nach Dicke der Stangen 15 bis 20 Minuten kochen.

» Die Lendensteaks kalt abbrausen und trocken tupfen. 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rumpsteaks darin auf jeder Seite 3 Minuten braten. Anschließend salzen und pfeffern. Für die Sauce die Schalotten abziehen und ganz fein würfeln und in 1 TL Butter einige Minuten dünsten. Weinessig, Salz und Pfeffer zugeben und die Flüssigkeit auf etwa 1 EL einkochen. Etwas abkühlen lassen. Die Eigelbe zugeben und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen im Wasserbad vorsichtig erhitzen, bis die Masse cremig wird. Nach und nach die in Stücke gehackte

Butter und den Wein zugeben und ragon und Kerbel würzen.

» Die Steaks mit dem Spargel und den Kartoffelplätzchen auf Tellern anrichten und die Sauce dazu servieren.



Nährwerte pro Person

Energie: 1.093 kcal / 4.575 kJ
Eiweiß: 66,2 g
Fett: 61,3 g
Kohlehydrate: 68,0 g



Spargel mit Pfannkuchen und Kräutersauce



Käsesahne-Torte mit Waldfrüchten



Ergibt 10 Stücke in einer 24er Form

- | | |
|---------------------------|--|
| 3 große Eier | 400 ml Sahne |
| 2 EL heißes Wasser | 3 EL Zucker |
| 70 g Zucker | 5 Blatt Gelatine |
| 1 Päckchen Vanillinzucker | 125 g Himbeeren |
| Saft 1/2 Zitrone | 250 g Waldfrüchte zum Belegen (Walderdbeeren, Heidelbeeren, Brombeeren, Himbeeren) |
| 50 g Weizenmehl | einige Melissenblätter |
| 25 g Weizenstärke | |
| 1/2 gestr. TL Backpulver | |
| 250 g Sahne Frischkäse | |

» Für den Biskuitboden die Eier trennen. Eigelb mit dem heißen Wasser schaumig rühren. Zucker und Vanillinzucker löffelweise unterschlagen und solange rühren, bis die Masse cremig ist, 1 TL Zitronensaft zugeben. Eiweiß sehr steif schlagen, mit dem Schneebesen unterheben. Mehl mit Stärke (macht das Backwerk besonders locker) und Backpulver mischen und unter ständigem Rühren in die Schaummasse sieben. Die Biskuitmasse in eine, mit Backpapier eingeschlagene 24er Springform geben und 7-8 Minuten bei 200 °C auf Sicht backen, anschließend abkühlen lassen, das Backpapier abziehen und den Boden aus der Form lösen.

» Den Biskuitboden in eine hohe Form geben. Frischkäse mit etwas Sahne, dem Zitronensaft und den

pürierten Himbeeren in einer großen Schüssel cremig rühren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Sahne steif schlagen und zuckern. Gelatine ausdrücken, in etwas Wasser vorsichtig erwärmen, bis sich die Gelatine auflöst, zu der Frischkäsecreme gießen und gut verrühren. Die geschlagene Sahne zugeben und unter die Masse heben und anschließend sofort in die Form füllen. Dann gut durchkühlen lassen. Die Form vorsichtig abziehen und die Torte mit den gewaschenen und verlesenen Waldbeeren belegen, evtl. mit einigen Melissenblättchen garnieren.

Nährwerte pro Stück
Energie: 310 kcal / 1.297 kJ
Eiweiß: 7,1 g
Fett: 22,2 g
Kohlehydrate: 19,7 g

Erdbeer-Himbeertorte

Zutaten:

- | | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| 200 g Zucker | 60 g Weizenstärke |
| 2 Päckchen Vanillezucker | 2 gestrichene TL Backpulver |
| 100 ml Sonnenblumenöl | 6 Blatt Gelatine |
| 1 Prise Salz | 500 g Magerquark |
| Saft von 1/2 Zitrone | 500 ml süße Sahne |
| 2 Eier | 500 g Beeren (Erdbeeren, Himbeeren) |
| 140 g Mehl | |

» Für die Herstellung des Bodens 100 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, Öl, Salz, 1 EL Zitronensaft und die Eier cremig rühren. Mehl mit Stärke und Backpulver mischen und unterrühren. Die Masse in eine mit etwas Öl ausgestrichene runde Backform (26 cm Durchmesser) streichen und bei 180 °C ca. 25 Minuten backen. Den Boden aus der Backform lösen und abkühlen lassen.

» Für die Quarkfüllung die Gelatine nach Packungsanweisung in Wasser quellen lassen. Den Quark mit 3-4 EL Sahne cremig rühren, 100 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und den restlichen Zitronensaft unterziehen. Die restliche Sahne steif schlagen. Die Gelatine leicht auspressen,

unter vorsichtigem Erwärmen auflösen, unter die Sahne ziehen und diese unter den Quark heben. Den Boden in eine Ringform stellen, die Quark-Sahne-Masse einfüllen, glatt streichen und mindestens 1 Stunde kalt stellen.

» Die Beeren waschen und putzen. Erdbeeren in Scheiben schneiden und den Kuchen mit den Früchten belegen. Mehr nützliches Wissen gibt es auf www.1000rezepte.de.

Nährwerte pro Stück
Energie: 390 kcal / 1.633 kJ
Eiweiß: 10,1 g
Fett: 23,1 g
Kohlehydrate: 34,8 g



Erdbeer-Quark-Torte

Zutaten:

- | | |
|-----------------------------|---|
| 225 g Zucker | 400 ml Schlagsahne |
| 100 g Butter | 2 Eigelb |
| 1 Prise Salz | 750 g Erdbeeren |
| Saft von 1/2 Zitrone | 1 Päckchen Tortenguss |
| 2 Eier | 1 EL Zucker |
| 200 g Mehl | 50 g Mandelblättchen |
| 2 gestrichene TL Backpulver | Früchtetee Sanfte Erdbeere mit Sahne (von Goldmännchen) |
| 9 Blatt Gelatine | |
| 400 g Quark | |

» Für die Herstellung des Bodens 100 g Zucker, Butter, Salz, 1 EL Zitronensaft und die Eier cremig rühren. Das mit Backpulver vermischte Mehl unterrühren. Die Masse in eine mit etwas Butter ausgestrichene runde Backform (26 cm Ø) streichen und bei 180 °C ca. 25 Minuten backen. Den Boden aus der Backform lösen und abkühlen lassen.

» Für die Quarkfüllung die Gelatine nach Packungsanweisung in Wasser quellen lassen. Den Quark mit 125 g Zucker, 1 Prise Salz, 2 Eigelb, 100 g pürierten Erdbeeren und dem restlichen Zitronensaft cremig rühren. Die Sahne steif schlagen. Die Gelatine leicht auspressen, unter vorsichtigem Erwärmen auflösen. Die flüssige Gelatine erst unter einen kleinen Teil der Sahne, dann mit dem Rest mischen und unter den Quark heben. Den Boden in eine Ringform stellen, die Quark-Sahne-

Masse einfüllen, glatt streichen und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

» Die Erdbeeren waschen, putzen, große Erdbeeren halbieren und den Kuchen damit belegen. Den Tortenguss nach Packungsanweisung zubereiten, die Torte damit bestreichen. Anschließend die Ringform entfernen. Die Mandeln in einer Pfanne leicht anrösten und den Tortenrand mit den Mandeln dekorieren. Zu diesen leckeren Torten schmeckt Früchte-Tee „Sanfte Erdbeere mit Sahne“, denn wann immer Erdbeeren geschlemmt werden, darf dieser Tee nicht fehlen.

Nährwerte pro Stück
Energie: 386 kcal / 1.616 kJ
Eiweiß: 10,9 g
Fett: 21,6 g
Kohlehydrate: 36,8 g

Grießnockerln mit Erdbeeren

Zutaten für 4 Personen

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| 750 ml Vollmilch | 3 EL Zucker |
| 150 g Grieß | 400 g Erdbeeren |
| 1/2 Päckchen Vanillezucker | 100 g Vollmilch-Joghurt |
| 1 Prise Salz | 2 TL Honig |
| 3 Eigelb | |

» Die Milch erhitzen und nach und nach den Grieß, den Vanillezucker und das Salz zugeben. Die Masse unter ständigem Rühren kurz aufkochen. Etwas abkühlen lassen, dann die Eigelbe unterziehen.

schneiden. Aus dem abgekühlten Grießbrei 12 Nockerln formen (am besten mit zwei Löffeln) und auf 4 Tellern mit den Erdbeerscheiben anrichten. Etwas Erdbeeryoghurt darüber geben und servieren.

» Den Grießbrei mit 3 EL Zucker süßen und abkühlen lassen. Inzwischen die Erdbeeren waschen und putzen. Einige Erdbeeren zusammen mit dem Joghurt und dem Honig fein pürieren. Die restlichen Erdbeeren in Scheiben

Nährwerte pro Person
Energie: 388 kcal / 1.624 kJ
Eiweiß: 14,2 g
Fett: 12,8 g
Kohlehydrate: 53,2 g



Vitaminbrot mit Erdbeer-Shake

Vitaminbrot für 1 Person

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| 1 Scheibe Vollkornbrot | 1 kleine Orange |
| 50 g Magerquark | 100 g Erdbeeren |
| 50 g körniger Frischkäse | 200 ml fettarme Milch |

» Brotscheibe halbieren, eine Hälfte mit Quark, die andere mit körnigem Frischkäse bestreichen. Mit den in Scheiben geschnittenen Erdbeeren bzw. Orangenfilets belegen.

» Dazu ein Glas Milch trinken.

Erdbeer-Shake mit Honig für 1 Person

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 200 ml fettarme Milch | 2 TL Honig |
| 100 g Erdbeeren | Zitronensaft |

» Erdbeeren pürieren, mit der Milch verquirlen, mit Honig

süßen und mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Nährwerte pro Person
Energie: 104 kcal / 435 kJ
Eiweiß: 5,9 g
Fett: 2,8 g
Kohlehydrate: 12,9 g



Das kleine Hotel am Getreidemarkt



© Foto: Michaela Heelemann Photography

Das kleine Hotel ...

von Gerda Stauner

Paperback: 320 Seiten, 12,5 x 20,5 cm

Gmeiner-Verlag GmbH, Meßkirch

ISBN: 978-3-8392-8086-7

Preis: 14,- €



Leseprobe
im QR-Code

im Abo

Wir versenden das Juraland-Magazin auch im Abo zum Preis von

22,- €/Jahr

Bestellen Sie einfach per Mail:
redaktion@juraland.bayern

(Sie erhalten 5x je 2 Exemplare zugesandt)

Gerda Stauner hat selbst jahrelang ein kleines Hotel in Regensburg geführt, in dem zahlreiche bekannte Künstler übernachteten und das im Reiseführer Lonely Planet als Geheimtipp erwähnt wurde. Diese Welt ist ihr also bestens bekannt.

Hotelbesitzerin des kleinen Hotels am Getreidemarkt ist die 28-jährige Marille, die völlig in ihrer Rolle aufgeht. Das Hotel ist dadurch ein Ort voller Wärme, in dem sich Gäste, Nachbarn und Freunde sehr gerne finden. Zu dem Hotel ist Marille eher durch Zufall gekommen: Vorbesitzer war ein schwerhöriger Beamter, der beim Überqueren des Getreidemarktes einen heranahenden Bus nicht kommen hörte und ohne nach links zu blicken auf die Straße getreten war und überfahren wurde.

Die Zimmer des Hotels haben verschiedene Farben wie Grün,

Rot, Weiß oder Blau. Das grüne Zimmer ist einem Wald nachempfunden, in dem jeder Gast ausprobieren kann, wie es wäre, einen oder mehrere Nächte lang in einem Wald zu schlafen.

Im zweiten Stock befindet sich das rote Zimmer mit einem rubinroten Teppich, das seine Gäste wie ein wärmender Mantel umfängt. Nichts darin wirkt kalt oder nüchtern und es ist eine Herzenssache, ob man sich darin wohlfühlt oder nicht.

Das Zimmer im dritten Stock ist blau und ohne Schnörkel eingerichtet. Die Bodendielen sind hellblau lackiert, Wände und Decken weiß gestrichen, sodass alles an Ferien in Skandinavien erinnert.

Und das weiße Zimmer unter dem Dach verbreitet durch seinen Paravent und einen Sisalteppich eine asiatische Aura.



Als aber Gibran, ein junger Mann aus Afghanistan auftaucht und Marille um Hilfe bittet, gerät diese kleine, geschützte Welt ins Wanken. Nach ihm sucht nämlich auch die Polizei zwecks Abschiebung in sein Heimatland und er wird von einer Horde Skinheads (Ausländer raus!) verprügelt... Gerda Stauner ist mit dem kleinen Hotel wieder ein sehr empfehlenswertes Buch gelungen.

Faszination Wildkräuter
Natur entdecken, anwenden & genießen

Eine eigene Hausapotheke anlegen, Pflegeprodukte selbst herstellen oder feine Kräuterrezepte ausprobieren: All das finden Sie in diesem herrlich bebildertem (so gut wie keine Seite ist unbildert) Buch, das vom Referententeam der Stiftung Kultur- und Begegnungszentrum Abtei Waldsassen und Cornelia Müller zusammengestellt wurde.

Das Buch wendet sich an Kräuterkundige ebenso wie an Anfänger. Es wird erklärt, was man wo und wann ernten kann. Und wie man Kräuter trocknet: rascheltrocken Aufhängen, Dörren, Lagern, Rebeln und Pulverisieren. Zu den Wildkräutern der vier Jahreszeiten gibt es passende Rezepte. Auf 62 Seiten werden Rezepte im Jahreslauf beschrieben, wie im Sommer ein Pannacotta mit Rosenblüten oder im Oktober ein Holunder-Macarona.

Ein Thema ist die Herstellung von Naturkosmetik wie Lippgloss, Deocreme oder klassischer Lippenbalsam nach Karin Holleis, der für ca. 5 Lippenstiftgehäuse reicht und ca. ein Jahr haltbar ist. Die Anleitungen sind sehr verständlich und

gut nachvollziehbar.

Ein Thema ist das Fasten nach Hildegard von Bingen. Es wird erklärt, warum man fastet, wie man sich darauf vorbereitet, was sich dadurch verändern kann und welche Gebote für die Fastenzeit gelten, wie z.B. Alkohol und Bohnenkaffee zu meiden. Im Frühjahr, wenn im Februar/März die Sonne scheint, starten die ersten Bienen zu ihren ersten Erkundungsflügen. Dabei entleeren sie nach der langen Winterpause ihre Kotblase. Das ist dringend notwendig, da die Bienen natürlich nicht in ihren Stock „machen“. Gut, wenn man dann nicht daneben steht, sonst ist man danach gesprenkelt. All dies erfahren Sie in diesem sehr gelungenem Buch.

Wildkräuter

von Cornelia Müller

Hardcover: 296 Seiten, 22 x 20,5 cm

Buch- und Kunstverlag Oberpfalz

ISBN: 978-3-95587-093-5

Preis: 29.90 €



© Foto: Jerzy Sawluk | pixelio.de

Schloss von Schönberg in Sachsen

Finden Sie den Unterschied?

Suchen Sie die 10 kleinen Abweichungen, die wir in das untere Foto eingebaut haben. Kreisen Sie diese ein, fotografieren Sie das Foto dann mit Ihrem Handy und senden Sie es bis zum 06.06.2025 per E-Mail (**Postanschrift bitte nicht vergessen!**) an:

gewinnspiel@juraland.bayern (---> QR-Code)

Alternativ können Sie natürlich die ganze Seite aus dem Heft trennen und per Post an uns übermitteln:



Juraland Magazin - Gewinnspiel
Birkenstraße 4, 93176 Beratzhausen
Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir unter Ausschluss des Rechtsweges drei Gutscheine für je ein ADAC Pkw-Kompakt-Training im ADAC Fahrsicherheitszentrum Regensburg / Rosenhof. Der Gutschein ist an allen Wochentagen nach vorheriger Terminvereinbarung einlösbar. Wir bedanken uns ganz herzlich dafür.



KONZIPIEREN.
ENTWERFEN.
GESTALTEN.

Anzeigen
Logos
Magazine
Kataloge
Fotos

IDEEN MIT BISS

GRÖTSCHDESIGN
Inh. Stefan Grötsch
Birkenstraße 4
93176 Beratzhausen
Tel. 09493 - 95 96 65
www.groetschdesign.de

Wir gratulieren!
Je zwei Tageskarten für die
Therme Erding
im Frühjahrs-Gewinnspiel
haben gewonnen:
Mira J., Undorf
Michaela G., Holzheim am Forst
Elfriede I., Breitenbrunn

Auf schwammigen Sohlen durch den Sommer

Der ADAC erklärt, warum Winterreifen im Sommer zum Problem werden können

Die Sonne scheint, die Vögel zwitschern und nach einem langen Winter wird es endlich wieder wärmer – Zeit, die Winter- gegen Sommerreifen zu tauschen. Sind die Reifen schon älter und etwas abgefahren, könnte die Frage aufkommen, ob sich der Reifenwechsel überhaupt noch lohnt. Wäre es nicht einfacher, die Reifen den Sommer über noch „fertig“ zu fahren, bevor im Winter ein neues Set Reifen gekauft werden muss? Der ADAC Hessen-Thüringen erklärt, warum das keine gute Idee ist.



Winterreifen im Sommer?

„Ob Sommer-, Winter- oder Ganzjahresreifen, sie alle müssen vielfältige Anforderungen erfüllen, um die bestmögliche Sicherheit im Straßenverkehr zu gewährleisten. Besonders die beiden Spezialisten sind dabei umfangreich auf die verschiedenen Temperatur- sowie Fahrbahnbedingungen angepasst“, erklärt Piero Scazzi, Technikexperte des ADAC Hessen-Thüringen. Winterreifen bestehen aus einem weicheren Gummi und besitzen mehr und tiefere Lamellen als Sommerreifen, um bei Minustemperaturen und Schnee Fahrstabilität, Grip und einen kurzen Bremsweg zu gewährleisten.

Was im Winter für die Sicherheit unerlässlich ist, kann bei hohen Temperaturen zum Verhängnis werden. In einem speziellen Reifentest des ADAC zeigen sich deutliche Schwächen der Winterreifen bei sommerlichen Bedingungen. Je nach Temperatur und Verschleißzustand ist der Bremsweg der Winterreifen bei 100 km/h deutlich länger als mit Sommerreifen. Auch beim Kurvenverhalten zeigen sich spürbare Unterschiede. Bei zunehmender Außentemperatur und trockener Fahrbahn wird das Fahrverhalten schwammig und unsicher. Vor allem wenn das Auto mit viel Gepäck beladen wird, verschlechtert sich die Fahrstabilität.

Reifenwechsel: O bis O

Gesetzlich vorgeschrieben ist der Wechsel von Winter- auf Sommer-

reifen nicht. Der ADAC rät grundsätzlich davon ab, die Winterreifen zu lange zu fahren. Ihr Profil und ihre Gummimischung sind auf niedrige Temperaturen ausgelegt – sie verlieren bei höheren Asphalttemperaturen ihre Vorteile und können zum Sicherheitsrisiko werden. Winterreifen in der Übergangszeit von April bis Mai zu verwenden, ist allerdings weniger kritisch, da die Temperaturen noch nicht konstant hoch sind.

Alternative Ganzjahresreifen

Wer sich das Räder-Wechseln sparen möchte, kann – je nach individuellem Fahrprofil – auf Ganzjahresreifen umsteigen. Ihre Gummimischung ist für Temperaturen zwischen minus 30 und plus 40 Grad ausgelegt. Trotzdem bleibt der Ganzjahresreifen ein Kompromiss. Wer viel im Auto unterwegs ist und Urlaubsfahrten mit Gepäck unternimmt, ist mit der Kombi aus Winter- und Sommerreifen besser unterwegs. Unterstützung bei der Wahl bieten die aktuellen Reifentests des ADAC.

Wichtig: Nur mit dem Alpine-Symbol gekennzeichnete Reifen gelten in Deutschland als wintertauglich und dürfen bei Schnee und Eis verwendet werden.

Marderhochsaison: ADAC Südbayern warnt vor Schäden im Motorraum

Regelmäßige Kontrollen und wirksame Abwehrsysteme schützen vor hohen Folgekosten



MÜNCHEN: Mit dem Beginn der Paarungszeit von Mardern im Frühjahr steigt das Risiko für Fahrzeugschäden deutlich. Nach Angaben des Gesamtverbands der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) wurden 2024 bundesweit mehr als 250.000 Marderschäden registriert – ein Plus von sieben Prozent gegenüber dem Vorjahr. Die Schadenssumme kletterte um 22 Prozent auf 157 Millionen Euro. Der ADAC Südbayern rät deshalb zu regelmäßigen Kontrollen des Motorraums und frühzeitigen Schutzmaßnahmen.

Wirksame Marderabwehrsysteme

Ultraschallgeräte gehören zu den wirksamsten Maßnahmen gegen Marderbefall. Sie senden Töne in wechselnden Frequenzen aus, die die Tiere fernhalten. Der Einbau ist mit wenig Aufwand möglich. Einige Modelle arbeiten zusätzlich mit Blitzlicht oder LED-Lichtimpulsen, die den Störeffekt verstärken und Marder noch zuverlässiger vertreiben.

Der ADAC Südbayern rät zu Geräten mit eigener Batterieversorgung, da insbesondere bei neueren Fahrzeugen sonst Störungen in der Bordelektronik auftreten können. Einen guten Schutz bieten auch Motorraum-Abschottungen, die verhindern, dass Marder überhaupt an empfindliche Bauteile gelangen.

„Hausmittel“ sind wirkungslos

Duftstoffe wie Hundehaare, WC-Steine, Abwehrsprays, Mottenkugeln oder sonstige „Hausmittel“ zur vermeintlichen Marder-Abwehr sind laut ADAC Südbayern unzuverlässig. Meist genügt schon eine Fahrt im Regen, um den Duftstoff abzuwaschen. Zudem gewöhnen sich Marder sehr schnell an üble Gerüche und lassen sich dadurch nicht mehr stören.

Marderverbiss: Auslöser und teure Auswirkungen

Marder markieren und verteidigen ihre Reviere. Treffen sie im Motorraum auf Duftmarken eines Rivalen, reagieren sie aggressiv. Besonders häufig beißen sie dann in gummielastische Bauteile wie Schläuche, Zündkabel, Stromleitungen und Isolationsmaterial. Die Folgen reichen von unrundem Motorlauf bis hin zu Motorschäden. Unentdeckte Schäden können zu Fehlfunktionen und kostspieligen Reparaturen führen.

Nach einem Befall: Motorwäsche ist Pflicht

Wurde ein Marderbefall festgestellt, sollte laut ADAC Südbayern unbedingt ein Fachmann hinzugezogen werden, der den Motorraum untersucht und eine Motorwäsche durchführt. Diese entfernt alle Gerüche, die Marder anlocken und in Beißwut versetzen.

BANGLADESCH: Unser Team versorgt die Wunde des 4-jährigen Rohingya, Shofi. Sein Vater Anas M. beruhigt ihn.
© Ante Bußmann/MSF

MIT IHRER SPENDE HALTEN SIE HOFFNUNG AM LEBEN

Mit 51 Euro kann **ÄRZTE OHNE GRENZEN** zum Beispiel das sterile Material bereitstellen, um die Wunden von 15 Patient*innen zu versorgen.

Jetzt spenden

Spendenkonto: SozialBank
Empfänger: **ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**
IBAN: DE72 3702 0500 0009 7097 00
BIC: BFSWDE33XXX
www.aerzte-ohne-grenzen.delfspende

Heinz Sielmann Stiftung

Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.

Helfen Sie mit, bedrohte Tierarten und Lebensräume unserer Heimat auch für nachfolgende Generationen zu schützen: mit einem Testament zu Gunsten der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung. Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament und Engagement liegt für Sie bereit.

Rufen Sie uns an unter 05527 914 419

www.sielmann-stiftung.de/testament

ADAC Kinderfahrradhelm-Test: Ernüchterndes Ergebnis

Kein Helm erreicht die Gesamtnote „gut“ / Testverlierer kostet 80 Euro, verstellt sich aber bei der Fahrt von selbst

Fahrradhelme für Kinder im Test 2026						
Modell		Mittlerer Preis	ADAC Urteil	Gesamt- note	Unfall- schutz	Handhabung und Komfort
Gewichtung*					50%	40%
Lidl/Crivit	Kinder Fahrradhelm *	14,99 €		2,6	2,3	3,3
Lazer	Nutz 2.0 KinetiCore	50 €		2,7 ¹	2,7	2,7
Uvex	Oyo	50 €		2,7 ¹	2,7	2,7
Woom	Ready	74,90 €		2,8 ¹	2,8	2,7
Cratoni	WildCat MIPS	81 €		2,9 ¹	3,0	2,5
Ked	Street Jr Pro	64,90 €		2,9 ¹	2,9	2,5
Cube	Fink	30 €		3,0 ¹	3,0	2,9
Giro	Scamp II	55 €		3,0 ¹	3,3	2,2
Poc	Pocito Omne MIPS	100 €		3,0 ¹	3,0	3,1
Specialized	Shuffle 2 LED	55 €		3,0	2,5	3,8
Decathlon/Btwin	Rockrider Expl 500	29,99 €		3,1	2,9	3,7
Prophete	Kinder-Fahrradhelm	32,49 €		3,2 ¹	3,3	2,4
Puky	Helmet	49,99 €		3,2 ¹	3,2	3,4
Bell	Span	60 €		3,3 ¹	3,3	3,1
Alpina	Carapax Jr.	75 €		3,4 ¹	3,4	2,8
Fischer	Plus-BMX	30 €		3,5 ¹	3,5	2,6
Abus	YouDrop	75 €		3,6 ¹	3,6	2,7
Melon	Urban-Active	79,95 €		3,6 ¹	3,6	3,2

(3,0-3,3) sehr gut

(3,4-3,5) gut

(3,6-3,7) befriedigend

(3,8-4,0) ausreichend

(4,1-5,0) mangelhaft

* mit Rücklicht

* als befriedigend im Urteil „Unfallschutz“, weil das ADAC Urteil abgewichen



Ein guter Fahrradhelm ist eine Lebensversicherung bei einem Sturz – ganz besonders für Kinder. Umso wichtiger ist es für Eltern, dass sie wissen, welche Fahrradhelme für ihren Nachwuchs wirklich gut geeignet sind. Der ADAC hat gemeinsam mit der Stiftung Warentest 18 Kinderfahrradhelme im Labor auf ihre Unfallsicherheit getestet, mit Probanden auf ihre Bedienfreundlichkeit sowie den Tragekomfort überprüft und einer Schadstoffprüfung unterzogen.

Im Rahmen des Testverfahrens wurden in diesem Jahr die Kriterien weiterentwickelt: So gibt es zusätzliche Bewertungspunkte für die Riemen und das Verschlusssystem. Dazu zählen der Mikroschlupf, also ein unerwünschtes Verstellen der Verschlüsse während der Fahrt, der Rütteltest an den seitlichen Gurtteilen sowie die Prüfung, ob sich Verschlüsse unbeabsichtigt lösen können.

Angepasst sind zudem einige Bewertungen des Tragekomforts. Die Ergebnisse sind deshalb mit dem letzten Kinderhelmttest von 2022 nur bedingt vergleichbar. Die gestiegenen Anforderungen und eine unzureichende Weiterentwicklung der Produkte führen dazu, dass kein Helm die Gesamtnote „gut“ erreicht.

Die erfreuliche Nachricht ist zunächst, dass jeder der 18 Helme bei einem Unfall vor schweren Kopfverletzungen schützt. Am besten gelingt das dem günstigsten Produkt im Test: Der Helm von Crivit kostet nur knapp 15 Euro, erreicht im Test neben nur einem weiteren Modell eine gute Bewertung beim Unfallschutz und wird zugleich Testsieger über alle Kategorien (Gesamtnote 2,6). Der Helm, der für Lidl produziert wird, besticht vor allem in Sachen Sichtbarkeit.

Er hat gut sichtbare Reflexionsstreifen und zudem ein verbautes Rücklicht, bei dem die Batterien mit wenig Aufwand selbst gewechselt werden können. Schwächen zeigt er dafür beim Tragekomfort, der nur mit ausreichend bewertet wurde.

Zwei Helme im Test können nicht empfohlen werden: Der Abus YouDrop und der Melon Urban-Active erreichen beim Unfallschutz nur die Note „ausreichend“. Beide Modelle haben Schwächen beim Schutz vor Kopfverletzungen im Bereich der Schläfen. Der Helm von Abus ist zudem im Dunkeln nur schwer zu erkennen, da er nur über einen kleinen Reflektor verfügt. Beim knapp 80 Euro teuren Modell von Melon haben die Testergebnisse einen sogenannten „Mikroschlupf“ ergeben. Das heißt: Während der Fahrt lockert sich das Gurtband, weshalb man es regelmäßig kontrollieren und nachstellen muss.

Im Gesamtergebnis zeigt sich, dass es bei ausnahmslos jedem Helm noch Verbesserungspotenzial gibt. Viele Punkte könnten mit einfachsten Mitteln behoben werden. Reflexionsmaterial, besonders an den Gurtbändern, erhöht signifikant die Sichtbarkeit im Dunkeln. Gesicherte Gurtenden verhindern das unbeabsichtigte Lösen von Verschlusssteilen und gut einstellbare Gurtverteiler erleichtern die Handhabung. Der Tragekomfort kann unter anderem durch das Gewicht des Helms verbessert werden. Der schwerste Helm im Test (Bell Span) ist mit 397 Gramm fast doppelt so schwer wie der leichteste Vertreter von Prophete (204 Gramm) – bietet aber keinen besseren Schutz vor Kopfverletzungen.

Eltern, die einen Fahrradhelm für ihre Kinder suchen, sollten vor dem Kauf verschiedene Produkte ausprobieren. Da jede Kopfform individuell ist und es viele Helme nur in bestimmten Größen gibt, ist der Tragetest sehr wichtig. Außerdem rät der ADAC zu Helmen mit möglichst guter Sichtbarkeit, also Reflexionsmaterial und aktivem Licht, bei dem die Batterie einfach getauscht oder aufgeladen werden kann. Ebenfalls wichtig: Sollte das Kind mit dem Helm stürzen, muss dieser ausgetauscht werden. Viele Schäden sind mit bloßem Auge nicht sichtbar, können aber bei einem erneuten Sturz die Schutzwirkung vermindern.



© Foto: FNBW/Schwarz

Ein letztes Mal Genuss auf zwei Rädern: 5-Gänge-Radeln 2026

Das kulinarische E-Bike-Event bildet den Abschluss der Radl-Trilogie: Vorverkauf startet ab sofort

SPIEGELAU: Die Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald veranstaltet am Samstag, den 25. Juli 2026, erneut das beliebte 5-Gänge-Radeln. Das kulinarische E-Bike-Event geht in seine vorerst finale Auflage und verspricht wieder eine einzigartige Mischung aus Naturgenuss, regionalen Spezialitäten und geselligem Miteinander.

Ab 9.30 Uhr starten die Teilnehmer in zeitversetzten Gruppen ab Neuschönau, begleitet von Waldführern des Nationalparks Bayerischer Wald. Auf rund 60 Kilometern erleben die E-Biker die beeindruckende Landschaft der Ferienregion und genießen gleichzeitig fünf abwechslungsreiche Geniesser- Stopps.

Fünf Gänge – fünf Genussmomente

Die Tour führt die Teilnehmer zu kulinarischen Höhepunkten, die den Charakter der Ferienregion auf besonders genussvolle Weise widerspiegeln. Den ersten Stopp machen die Radler in Riedlhütte, wo im Wieshof der Auftaktgang serviert wird – ein herzlicher Einstieg, der sofort Lust auf mehr macht. Weiter geht es zum Panoramahotel Grobauer in Spiegelau, das nicht nur mit dem zweiten Gang begeistert, sondern auch mit einem Ausblick, der die Weite des Bayerischen Waldes eindrucksvoll in Szene setzt.

Im Restaurant „Zum Fürstn“ in Eppenschlag wartet anschließend der dritte Gang, der die regionale Küche von seiner raffinierten Seite zeigt. Danach geht es schlemmerfreudig weiter ins BOLZWERK nach Spiegelau, wo der vierte Gang die Geschmackserlebnisse des Tages noch einmal aufgreift und neu interpretiert. Beim Holzfest in Neuschönau findet der Tag seinen stimmungsvollen Ausklang – mit Musik, neuen Begegnungen und guter Laune, um das Erlebte noch einmal besonders schön abzurunden.

Startschuss für das Sommer-Highlight

In diesem Jahr können sich die Teilnehmer zum ersten Mal ihr persönliches Erlebnis-Paket zusammenstellen. Zur Wahl stehen ein Basispaket, das nur die Startgebühr beinhaltet, ein weiteres Paket mit exklusivem Startershirt sowie ein drittes Paket mit hochwertigem Ferienregion-Hoodie – perfekt für alle, die nicht nur kulinarische Höhepunkte genießen, sondern auch das besondere Gemeinschaftsgefühl der Veranstaltung von Beginn an erleben möchten. Die Startgebühr beginnt bei 71 Euro und passt sich je nach gewähltem Paket

an. Wer die letzte Chance nutzen möchte dabei zu sein – sollte schnell sein, denn die Plätze sind begrenzt. Erfahrungsgemäß empfiehlt sich eine schnelle Anmeldung. Der offizielle Vorverkauf startet ab sofort und ist online über den Erlebnishop der Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald möglich. Gruppenanfragen können über vertrieb@ferienregion-nationalpark.de getätigt werden.

Begeisterung bei Veranstaltern und Teilnehmern

Begeistert zeigt sich Robert Kürzinger, Geschäftsführer der Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald: „Es ist jedes Jahr aufs Neue beeindruckend, zu erleben, wie viel Freude dieses Event den Teilnehmern bereitet. Wenn sie mit strahlenden Gesichtern von der Tour zurückkehren, spürt man sofort, welch wunderbares Radlgebiet wir hier haben.“

Das 5-Gänge-Radeln verbindet Genuss, Natur und Gemeinschaft auf eine Weise, die man nicht einfach erklären kann – man muss sie erleben. Für viele ist es längst ein fester Höhepunkt im Sommer geworden und genau das macht uns unglaublich stolz.“

Auch das Organisationsteam selbst blickt voller Vorfreude auf das kommende Event und ist sich einig: „Wir sind überwältigt und haben auch jede Menge Wiederholungstäter. Schon im letzten Jahr wurden wir im Ziel gefragt, ob es ein Event dieser Art auch heuer wieder geben wird – solch positives Feedback bedeutet uns sehr viel. Den treuen Teilnehmern haben wir eine Sonderbuchungsoption eingeräumt und damit haben sich bereits die ersten Radler ihren Teilnahmeplatz gesichert.“

Wir freuen uns auf eine erfolgreiche Veranstaltung“. Zugleich schreibt das 5-Gänge-Radeln 2026 ein besonderes Kapitel: Mit dieser Ausgabe wird das 5-Gänge-Radeln in seine dritte Runde geführt – die Trilogie wird vollendet und markiert vorübergehend den Abschluss dieser besonderen Veranstaltungsreihe.





Barth
Pflegeheim-Alternative
Parsberg / Willenhofen

Senioren-Pflege-Wohngemeinschaft **- für alle Pflegegrade -**

- *Selbstbestimmtes Leben in angenehmer, familiärer Wohlfühlatmosphäre*
- *Eine kostengünstige Alternative zum Alten-/Pflegeheim*
- *Für hilfs- und pflegebedürftige Menschen aller Pflegegrade*
- *Sehr gut geeignet für an Demenz erkrankte Menschen*
- *Maximal 12 Mitglieder je Wohngemeinschaft*
- *Geringer monatlicher Eigenanteil von ca. 1.900 €*
- *Abrechnung mit Pflegekassen, Krankenkassen und Sozialhilfeträgern*



Pflegealltag GmbH Familie Barth
Raiffeisenweg 1 • 92331 Parsberg-Willenhofen
Tel. 094 92 / 60 00 72 • Mo.-Fr. von 8-12 Uhr
Mail: info@pflegealltag-barth.de
Web: www.pflegealltag-barth.de