

Genuss ohne zu schaden

Oberlunkhofen: Die reformierte Kirche führte einen ökologischen Kochkurs durch

Über zwölf Personen nahmen kürzlich an einem Kurs zum Thema «Kochen mit Herz – und einem kleinen ökologischen Fussabdruck» teil. Wie das geht, erklärte Kursleiterin Brigitte Herde.

Roger Wetli

Ein heimeliger Duft nach frisch gebackenem Brot erwartete die Kursteilnehmenden im Mehrzweckraum. «Ich habe das Brot bereits vorbereitet», erklärte die Kursleiterin. «Einerseits riecht es hier dadurch sehr gut. Andererseits könnt ihr damit den ersten Hunger stillen.» Auf den Tischen standen verschiedene rohe Früchte, Gemüse, Nüsse, Samen und Körner. Aus diesen kreierte die Teilnehmer, unter der Anleitung von Brigitte Herde, ein schmackhaftes Menü. «Ich freue mich, dass heute auch einige Männer dabei sind», war Herde glücklich. «Denn oft nehmen bei meinen Workshops vor allem Frauen teil.»

Was hat gerade Saison?

Die Kursleiterin ist Kochbuch-Autorin, Co-Geschäftsführerin im Lebensmittelhandel «Unverpackt» in Aarau und Köchin im Bremgarter vegan-vegetarischen Restaurant Limalimon. «Ich versuche generell, mit einem möglichst kleinen ökologischen Fussabdruck durchs Leben zu gehen», er-

«Selbst auf Märkten kann man in Fallen tappen»

Brigitte Herde, Kursleiterin

klärte sie den Teilnehmenden. «Der Ausdruck steht für ein Modell, mit dem man ausrechnen kann, wie viele Erden man brauchen würde, wenn alle Menschen dieser Erde gleich viele Ressourcen für ihr Leben benötigen würden wie wir.» Herde achtet darauf, möglichst wenige Produkte mit Verpackungsmaterial zu kaufen und Abfall generell zu vermeiden. «Um nachhaltig zu leben, ist die Ernährung ein wichtiger Faktor.» Dabei



Alle Kursteilnehmenden halfen sich gegenseitig beim Kochen.

Bild: Roger Wetli

schauf sie darauf, biologisch, regional und saisonal produzierte Lebensmittel zu konsumieren. «Selbst bei einem Einkauf auf einem Wochenmarkt kann man in Fallen tappen», wusste sie. «Fragen sie einen Standbetreiber, welche Produkte von ihm sind. Meist schrumpft dann die grosse Auswahl sehr schnell.»

Brigitte Herde findet es komisch, dass in der Schweiz die Banane die beliebteste Frucht ist. «Wieso diese Exotin? Es könnten doch auch Birnen oder Äpfel sein.» Auch sie würde ab und an eine Banane geniessen. Denn aber sehr bewusst. Weil die Produktion für tierische Erzeugnisse wie Fleisch, Eier und Milch in der Regel sehr viele Ressourcen benötigt, hat Herde ihre Ernährung weitgehend auf rein pflanzliche, vegane Lebensmittel umgestellt.

Tofumarinade einwirken lassen

Dass ein entsprechendes Menü nicht langweilig sein muss, stellte sie an diesem Abend unter Beweis. In der

Küche des Mehrzweckraums der Kirchgemeinden gab sie den Kursteilnehmenden die Anweisung, gemeinsam einen Dreigänger zu kochen. Trotz der engen Platzverhältnisse fanden die Frauen und Männer schnell eine Beschäftigung. Dazwischen gab es genügend Zeit für Gespräche. Als Beilage zur Vorspeise wurde ein Dinkelnebelbrot mit Dörrtomaten und Rosmarin geknetet. Federkohl wurde auseinandergerupft, gewürzt und im Backofen zu Chips gebacken. «Es eignen sich dazu alle Kräuter im Schrank», erklärte Herde.

Der Tomatensalat bestand aus verschiedenen alten Tomatensorten, deren Farben von orange, rot bis zu gelb reichten. Darüber wurde mariniertes Tofu aus Berikon platziert. «Dieser hat nur wenig Geschmack. Tofu muss deshalb gewürzt werden. Am besten lässt man diese Würze ein paar Stunden einwirken. Dann wird sein Aroma kräftig», gab Brigitte Herde den Tipp. Für die Hauptspeise kochten die Teilnehmer Kürbis, Lauch, Paprika

und Zwiebeln. Diese wurde mit Pilzen und gerösteten Haselnüssen versehen. Dazu gab es mit Senf marinierte Selleriescheiben. «Diese dürfen nicht zu dick geschnitten sein», wusste Herde. Als Dessert genossen die Kochkünstler halbierte Zwetschen und Aprikosen, die mit Schokolade und Rosmarin im Ofen gebacken wurden.

Viele einfache Menüs

«Ökologisch kochen heisst oft, das zu entdecken, was man vergessen hat», erklärte Herde. Sie lud ein, fast verlorene Gemüse- und Früchtesorten wiederzuentdecken. «Sie entscheiden durch ihr Konsumverhalten mit, was angeboten wird.» Herde betonte, dass die vegane Küche weder aufwendig noch teuer sein muss. «Es gibt sehr viele einfache Menüs», betonte sie. Die Kursteilnehmenden schwärmten von den neuen Geschmackserfahrungen, die sie an diesem Abend machen durften. «Es war fantastisch», war der grosse Tenor.

In Leitplanke geprallt

Rottenschwil: Polizei sucht Zeugen

In einem grauen VW fuhr der Automobilist am letzten Donnerstag um 7.45 Uhr auf der Mohrenstrasse von Bremgarten in Richtung Aristau. Dort kam ihm ein grauer Minivan entgegen, der laut Angaben des Verunfallten plötzlich auf die Gegenfahrbahn geriet. Der VW-Fahrer musste ausweichen und prallte gegen die

Leitplanke am Strassenrand. Dabei wurde das Auto erheblich beschädigt. Die Mobile Polizei in Schafisheim, Telefon 062 886 88 88, sucht die unbekannte Person am Steuer des anderen Wagens, der ohne anzuhalten weiterfuhr. Möglicherweise handelte es sich um ein Fahrzeug der Marke VW oder Seat. --pz

Arni

Häckseltour

Die nächste Häckseltour findet am Dienstag, 11. September, statt. Nur Astmaterial mit einem Durchmesser von 1 bis 15 cm soll bereitgestellt werden. Sträucherschnitt, Grünmaterial und Ähnliches sind Grüngut und müssen bei der Grüngutabfuhr mitgegeben werden. Diejenigen, welche das Häckselgut behalten möchten, können dies der Gemeindekanzlei bis Freitag, 7. September, per Telefon 056 649 90 10 mitteilen.

Elektroschrott- und Sonderabfallsammlung

Am Samstag, 15. September, von 9.30 bis 11.30 Uhr beim Werkhof, Moosmatt 10, wird eine Elektroschrott- und Sonderabfallsammlung durchgeführt. Um den Autoverkehr während der Sammlung flüssig zu halten, wird gebeten, in dieser Zeit nur Elektroschrott und Sonderabfall beim Werkhof anzuliefern.

Rottenschwil

Alteisen und Steingut

Am Montag, 10. September, von 16 bis 19 Uhr und am Dienstag, 11. September, von 8 bis 12 Uhr stehen für die Einwohnerinnen und Einwohner Mulden für Alteisen und Steingut beim Entsorgungsplatz bereit. Es wird gebeten, die Entsorgungszeiten einzuhalten.



Die Gewinner freuten sich.

Bild: zg

Kelleramt

AKB-Gewinner

Vom 24. bis 26. August fand in Unterlunkhofen die Kellerämter Gewerbeausstellung (KEGA) statt. Die Aargauische Kantonalbank war mit ihrem Messestand in der Mehrzweckhalle während drei Tagen präsent. Die Standbesucherinnen und -besucher versuchten ihr Glück mit dem Wurfspiel «Am richtigen Ort». Mit Bällen mussten sie drei Löcher auf dem Holzbrett in der Form des AKB-Marktgebietes treffen. Auf zwei Gewinnerinnen und zwei Gewinner fiel das Losglück. Kurt Koller, Tabea Fuchs, Pia Schnüriger und Nick Schertenleib konnten von Alessandro Mangolini, Niederlassungsleiter der AKB Bremgarten, am Dienstag, 4. September, in der Niederlassung Bremgarten ihre Preise entgegennehmen. Auswählen konnten sie zwischen Gutscheinen für ein Nachtessen, eine Schifffahrt sowie ein 20er-Goldvreneli. Die Aargauische Kantonalbank gratuliert den glücklichen Gewinnerinnen und Gewinner und wünscht ihnen viel Freude mit ihren Preisen.

Anlass für Gross und Klein

Joner: Kinderkleiderbörse

Die Vorbereitungen für die Herbst/Winter-Börse des Familienclubs stehen vor der Tür. Dieser Anlass findet am Freitag, 14. September, von 18.30 bis 20.30 Uhr und am Samstag, 15. September, von 9.30 bis 11.30 Uhr im Mehrzweckraum des neuen Primarschulhauses Säntis statt. Die JOKIBO-, Cüpli-, Kaffee- und Kuchenbar lädt nach dem Shoppen zum gemütlichen Verweilen und zu netten Gesprächen ein.

Eine Anmeldung zum Verkauf an dieser Börse ist per E-Mail an die Adresse jokibo@joner-familienclub.ch bis zum 11. September zwingend erforderlich. Angenommen werden saubere, ganze und zeitgemässe Herbst- und Winterkleider, Schuhe, komplette Spielwaren, CDs, Bücher, Schlitten, Hochstühle, Kinderwagen, Ski, Ski- und Schlittschuhe und anderes.

Der Kinderflohmarkt findet während der Öffnungszeiten der Börse statt. Die Kinder haben so die Möglichkeit, ihre mitgebrachten Spielsachen von 9.30 bis 11.30 Uhr auf dem Pausenplatz selber zu verkaufen oder zu tauschen. Für den Flohmarkt ist keine Anmeldung erforderlich. Alle Informationen auf www.joner-familienclub.ch.

Start nach drei Jahren Pause

Im Frühling gingen die Türen der JOKIBO-Kinderkleiderbörse nach über drei Jahren wieder auf. Der Mehrzweckraum im neuen Primarschulhaus Säntis hatte sich in eine tolle und farbige Börse verwandelt. Die Käufer, die Helfer und natürlich das neue hoch motivierte OK des Joner Familienclubs freuten sich über ein gelungenes Revival. --zg

AUS DEM GROSSEN RAT



René Bodmer, SVP, Unterlunkhofen.

Fragen über Fragen

Der Grosse Rat trat am vergangenen Dienstag lediglich am Nachmittag zusammen. Dies einmal mehr aufgrund eines Mangels an behandelungsfähigen Geschäften. Obwohl alle Fraktionen sich vor der Sommerpause gegen Halbtages-sitzungen ausgesprochen haben, ist zu bezweifeln, dass sich etwas an der Sitzungsplanung ändern wird. Und so ist zu befürchten, dass auch künftig 140 Grossrätinnen und Grossräte für einen halben Tag den Weg nach Aarau unter die Räder nehmen müssen. Dies ist sowohl aus ökologischer als auch aus ökonomischer Sicht äusserst fragwürdig.

Die Enthüllungen rund um die manipulierten Abrechnungen am Kantonsspital Aarau (KSA) machen betroffen. Die Vorkommnisse werden noch viel mehr Fragen aufwerfen, als bislang beantwortet wurden. «Wie kann so etwas bei einem Spital, welches sich im Eigentum des Kantons befindet, möglich sein?», fragt man sich. Man habe Hinweise darauf erhalten, dass die Verfehlungen einen noch weit grösseren Umfang aufweisen, als bisher festgestellt und wie sie im Revisionsbericht dargestellt wurden. In einem bekanntgewordenen Fall seien auf der Abrechnung statt einem behandelten Bein die Aufwendungen für zwei behandelte Beine aufgeführt und verrechnet worden. Dabei kann es sich kaum um ein Versehen gehandelt haben. Grossrätin und Juristin Desirée Stutz hinterfragt mittels Interpellation in gleicher Sache die undurchsichtige Rolle, welche das Gesundheitsdepartement und die Staatsanwaltschaft in diesem Fall spielen. Der Regierungsrat hatte anscheinend schon früh erste Hinweise über die Missstände am KSA. Daraufhin bat die Regierung die Staatsanwaltschaft um eine Abschätzung, ob ein strafbares Verhalten vorliege. Die Staatsanwaltschaft antwortete, dass sie zum Schluss gekommen sei, dass nach «sorgfältiger Prüfung» kein strafrechtlich relevantes Verhalten nachgewiesen werden könne und darum kein Straf-tatbestand vorliege.

Das gewählte Vorgehen wirft weitere Fragen auf. Warum liess der Regierungsrat die Abklärungen nicht durch den eigenen Rechtsdienst machen? Warum wurde die Staatsanwaltschaft lediglich um eine Abschätzung gebeten und keine Strafanzeige eingereicht, wie es in solchen Fällen üblich ist? Und wie kann die Staatsanwaltschaft zu einer entsprechenden Schlussfolgerung kommen, ohne dass sie ein Verfahren eröffnet und die entsprechenden Ermittlungen aufgenommen hat? Fragen über Fragen, welche nun aufgearbeitet und schlüssig beantwortet werden müssen. Es ist zu befürchten, dass dies noch nicht das Ende der Fahnenstange ist.

Schliesslich wurde auch die Motion der Fraktion der SP behandelt, welche die Schaffung von Rechtsgrundlagen zur Einführung von Steuerdetektiven fordert. Ein weiterer Beweis für die Neidkultur, welche herrscht und geschürt wird. Dieselben Kräfte, welche sich mit Händen und Füssen dagegen wehren, dass Missbräuche im Sozialhilfereich aufgedeckt und geahndet werden, kämpfen an vorderer Front für die Schaffung ebensolcher Strukturen. Ein klarer Beweis für die Doppelmoral, die bei JUSO und SP herrscht.