

KREISSTADT CHAM

www.chamer-zeitung.de

## Informationsabend Grundsteuer-Erklärung

**Cham.** (red) Der Ortsverband der Freien Wähler Cham lädt die Bevölkerung der Stadt Cham und der umliegenden Gemeinden zu einem Informationsabend am Donnerstag, 17. November, zur Grundsteuererklärung ein. Nachdem sich Bund und Länder zwischenzeitlich darauf geeinigt haben, die Frist zur Abgabe der Grundsteuererklärung bis zum 31. Januar 2023 zu verlängern, möchten die Freien Wähler die Möglichkeit geben, sich kostenlos über die Formalitäten bei der Abgabe der Unterlagen zu informieren. Der Vortrag wird von Steuerberater Stefan Geiling geleitet. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr im Hotel Randsbergerhof. Interessierte Bürger sind mit ihren Wünschen, Anliegen, Vorschlägen und ihrer Kritik jederzeit willkommen. Anmeldung telefonisch unter 0162/6334053 oder schriftlich per E-Mail an fw.cham@gmail.com.

## Stammtisch zur Energiewende trifft sich

**Cham.** (red) Der 64. Energiewende-Stammtisch findet am Mittwoch, 2. November, um 19 Uhr im Radl-Café in Arnschwang statt. DA der Stammtisch für den Innovationspreis des Landkreises Cham 2022 in der Kategorie Nachhaltigkeit nominiert war, werden sich die Teilnehmer mit der Preisverleihung, die am 20. Oktober in der Stadthalle in Roding stattfand, beschäftigen. Dabei werden die Videos der Nominierten gezeigt. Im Anschluss wird der Sieger in der Kategorie „Nachhaltigkeit“, Freddy Weber, und seine Firma präsentiert. Die Firma ist aufgrund ihres Angebots und der Ausrichtung ein würdiger Sieger. Anschließend wird noch Zeit sein für einen offenen Gedankenaustausch und Diskussion unter den Teilnehmern.

## Letzte Hilfe: Am Ende wissen, wie es geht

**Cham.** (neu) Was man in einem Erste-Hilfe-Kurs lernt, wissen wohl alle – aber was ist ein Letzte-Hilfe-Kurs? Darin lernt man, jemanden zu begleiten, der im Sterben liegt. Denn viele Menschen sind häufig unsicher, wie sie mit dem nahenden Tod eines Angehörigen umgehen sollen und welche Hilfe ihr Familienmitglied eigentlich braucht. Ein Letzte-Hilfe-Kurs der Katholischen Erwachsenenbildung in Zusammenarbeit mit dem ambulanten Hospizdienst des Caritasverbandes am Freitag, 11. November, 16 bis 20 Uhr, im Hotel am Regenbogen in Cham möchte Mut machen, sich mit den „letzten Dingen“ zu beschäftigen. Inhalte sind unter anderem Informationen über Sterbephasen, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Auch darüber, was Angehörige in der Zeit nach dem Tod organisieren müssen und wo sie Hilfe bekommen, wird gesprochen. So lernen die Teilnehmenden, für sterbende Menschen und deren Angehörige da zu sein und da zu bleiben. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Referentinnen sind Johanna Schmid und Birgit Wallner. Die Teilnahme ist kostenlos. Spenden für den Hospizdienst werden erbeten. Anmeldung bei der KEB Cham, Telefon 09971/7138 oder info@keb-cham.de.

**Altenmarkt.** (sep) Zwirl, Schoppala, Schoarnbladl – diese und viele andere traditionelle Gerichte bieten die Rauschers seit vielen Jahren im bäuerlichen Kulturzentrum Klostermühle Altenmarkt am Stadtrand von Cham an. Hier wird Küchengeschichte lebendig! Melanie Rauscher und ihre Tochter Theresa haben nun in einem Buch niedergeschrieben, wie ein jeder mit einfachen, einheimischen Grundzutaten abwechslungsreich und gesund kochen kann. Und wie Lebensmittel nachhaltig verwertet werden können. Viele der Gerichte sind rasch zubereitet und erfordern keine großen Vorkenntnisse, versichern die beiden Autorinnen. Mehr als 200 Rezepte, Anregungen und Ideen – saisonal, regional und vor allem, wie die Rauschers anfügen: „Unglaublich guad!“

Am Freitag ist dieses Buch offiziell in den Verkauf gegangen. Schon der Einband lässt einem das Wasser im Mund zusammen laufen und beim ersten Blick in das Buch laden zahlreiche weitere nicht nur zum Weiterblättern ein, sondern zum Lesen des Textes, der die Herstellung des abgebildeten Gerichtes beschreibt. In diesem Buch zeigen die beiden Autorinnen, wie jeder Leser mit einfachen, einheimischen Grundzutaten abwechslungsreich und gesund kochen kann.

## Kochen ist auch immer Erinnerung an alte Zeiten

„Wie schmecken Ihre Erinnerungen?“ Dies fragen die Autorinnen gerne die Gäste, Kunden und Schüler. Dabei haben sie erfahren, dass Essen und kulturelle Identität eng zusammengehören. „Am liebsten war mir da Oma ihr Zwirl, a weiße Suppn von früher oder de guadn Germknödel ...!“ So schwärmen viele und bejammern gleichzeitig fehlende Rezepte. Das erzählt Melanie Rauscher im Gespräch über die Beweggründe für beider Autorinnen Buchprojekt.

Die Passion, alte (Koch-)Traditionen fortzuführen, „beschäftigt uns schon lange“, schreibt sie unter anderem im Vorwort zum Buch. Die Klostermühle Altenmarkt – ein ländliches Kulturzentrum, eingebettet in einer denkmalgeschützten Mühle, gelegen am Stadtrand von Cham – sei für beide nicht nur eine Lebensaufgabe, „sondern gemeinsam haben wir diese mit viel Herzblut zu einer Stätte für Begegnungen und traditionellen Genuss entwickelt.“

Über Jahre haben die beiden in historischen Kochbüchern gestöbert, sind durch die Oberpfalz gefahren und haben Rezepte dokumentiert. All diese Arbeit fügt sich schlussendlich in das „Große Oberpfälzer Kochbuch“, mit rund 200 Rezepten und Ideen, zusammen. „Es zeigt, dass die Küche unserer oberpfälzer Mütter und Großmütter sich gemäß dem rauen Klima, den steinigen Böden der Landwirtschaft, den Wäldern, Gärten, Flüssen und Teichen entwickelte.“ So hätten es die Hausfrauen damals verstanden, mit den Erträgen der Natur überaus kreative und abwechslungsreiche Gerichte zu „zaubern“, um alle satt zu machen. „Uns lag es am Herzen, die alten Rezepte mit Bildern zu versehen.“ Für beide Frauen war es Wagnis, denn sie sind in Sachen Buchherstellung keine Profis.

## Aus dampfenden Kartoffeln wird ein Zwirl

„Taucht mit uns ein in die Welt des Oberpfälzer Genusses und habt viel Freude am Nachkochen der vielen Rezepte!“ So haben Tochter und Mutter auch bei der Buchvorstellung in der Klostermühle eingeladen und den Besucher am „Beispiel Zwirl“ gezeigt, dass viele Gerichte aus dem Buch rasch zubereitet sind und keine großen Vorkenntnisse er-

# So schmeckt's dahoam

Mahlzeit! Das erste Kochbuch von Theresa und Melanie Rauscher ist fertig

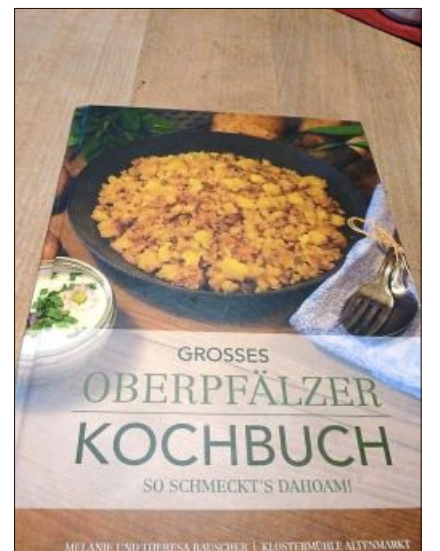


Melanie Rauscher mischt den durchgepressten Kartoffeln Mehl unter.

Fotos: Josef Schmidbauer



Die Kartoffel sind gekocht (links), der Kartoffelteig liegt in der Pfanne (Mitte), Erpfnudel und Schoppala sind schon fertig (rechts).



Das erste Buch von Theresa und Melanie Rauscher ist fertig.

Hauswirtschafterin und Ökotrophologin gemeinsam mit ihrer Tochter Theresa ihr Wissen über die Oberpfälzer Kochkunst niedergeschrieben.

fordern. In der Küche steigt aus einem großen Topf heißer Dampf heraus, beim Blick unter den Deckel werden die dampfenden Kartoffeln sichtbar, ein Zeichen, dass diese frisch gekocht waren. Vor dem Schälens müssen die Erdäpfel schon abkühlen, damit man sich nicht die Finger verbrennt. Sind diese dann gänzlich „nackt“, nimmt sie Melanie Rauscher einzeln in die Hand und drückt sie durch die Kartoffelpresse. Dann hebt die Köchin Mehl, Salz, Muskat und ein Ei locker unter und knetet einen Teig daraus. „Um sich etwas Zeit bei der Zubereitung zu sparen, kann der Kartoffelteig beispielsweise in einer Küchenmaschine, dank moderner Küchentechnik, verknetet werden“ erläutert Melanie Rauscher.

Das Kartoffel-Mehl-Gemisch mit Öl in eine Pfanne geben – in einigen Gegenden wird der Zwirl in einer Reine im Rohr gar gebacken – und nun goldbraun backen lassen. Wichtig sei, den Zwirl immer wieder mit einem Pfannenwender fein zu zerstechen, bis er schön braun und bröselig wird. Guten Appetit!

## Die Autorinnen

**Theresa Rauscher**, geboren 1995 in Cham, Ausbildung zur Betriebswirtin und Studium Ernährungs-, Versorgungs- und Regionalmanagement. Beim Buchprojekt, das sie gemeinsam mit ihrer Mutter Melanie umsetzte, konnte sie nicht nur ihre Liebe zur regionalen Küche, sondern auch zur Fotografie ausleben.



Theresa Rauscher



Melanie Rauscher

**Melanie Rauscher** geboren 1966 im Landkreis Cham, lebt in der Klostermühle Altenmarkt ihren Traum: gesunde Ernährung lehren, einfache Küche erleben- und erfahrbar machen! Nun hat die ausgebildete

## Scheiterhaufen (Semmelwaba)

**Zutaten:** sechs Semmeln, drei bis vier Eier, drei bis vier Esslöffel Zucker, Zimt, ein viertel Liter Milch, Fett, Rosinen, Zitronenabrieb.

Semmeln in längliche Streifen schneiden und in ein Gemisch aus Eiern, Zucker, Zimt und Milch tauchen. Die Semmelstücke in eine gut gefettete Auflaufform schichten, abwechselnd mit Rosinen. Nach Belieben können noch Butterflöckchen und Zitronenabrieb dazugegeben werden. Der Scheiterhaufen wird etwa eine halbe Stunde im Rohr bei 180 Grad gebacken.

## Das Buch

Das 184 Seiten durchgehend farbige große Oberpfälzer Kochbuch „So schmeckt's dahoam“ von Melanie und Theresa Rauscher mit der ISBN 978-3-95587-097-3 ist zum Preis von 24,90 Euro in der Klostermühle Altenmarkt (auch online) und überall dort, wo es Bücher zu kaufen gibt, erhältlich.