Kreisausschuss

Fachbereich Haus der Bildung

„Schlaue Graue“

Liebe schlaue Graue,

noch immer finden keine Veranstaltungen der **vhs-Seniorenbildung** statt.

Aber wir bleiben „am Ball“ und haben wieder ein Potpourri für Sie zusammengestellt, diesmal zum Thema Erdbeeren:

Sprichworte mal anders. Ja, stimmt das denn?

- Sich die Erdbeeren verdienen – ….
- Sich etwas hinter die Erdbeeren schreiben – ….
- Da beißt die Maus keine Erdbeere ab – ….
- Etwas an die große Erdbeere hängen – ….
- Dahin gehen wo die Erdbeere wächst – ….
- Jemandem die Erdbeeren lesen – ….
- Nur von Luft und Erdbeeren leben – ….
- Umgekehrt wird Erdbeermarmelade draus – ….
- Das ist ja wie Äpfel mit Erdbeeren vergleichen – ….
- Wer im Erdbeerfeld sitzt sollte nicht mit Steinen werfen – ….
- Auf dem Erdbeerweg sein — ….
- Von Tuten und Erdbeeren keine Ahnung haben — …

Wissenswertes über die Erdbeere

- Sie ist Rot wie die Liebe und süß wie die Sünde.
- Kuchen, im Eis oder einfach nur so – heimische Erdbeeren sind im Juni die beliebtesten Früchte der Deutschen.
- jeder Deutsche verspeist im Durchschnitt 2,4 Kilogramm frische Früchte pro Jahr.
- Erdbeeren sind „Sammelnussfrüchte“. Ihre eigentlichen „Früchte“ sind die kleinen grünen Nüsschen, die sie außen trägt.
- Als gesund gilt die Erdbeere nicht nur wegen ihrer Vitamine. In der Antike war die Walderdbeere ein beliebtes Heilmittel.
- Die wertvollen Mineralstoffe der Erdbeeren sollten vor Leber– und Gallenleiden schützen.
- Im 18. Jahrhundert schworen die Menschen auf die Kraft des Beerensaftes: Das „Erdbeer-Wasser“ kräftige das Herz und lösche den Durst, hieß es. Zudem stillte man damit Nasenbluten und rückte auch Pocken, Masern und der Gelbsucht zu Leibe.

Unser Tipp:
Rhabarbermarmelade schmeckt noch besser, wenn man statt Rhabarber Erdbeeren nimmt.

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: **www.vhs.marburg-biedenkopf.de** und auf der Seite des Landkreises: **www.marburg-biedenkopf.de**

Raten Sie mit, ob wahr oder geflunkert!

Unsere Referentin **Christiane Peters** hat uns eine Flunkergeschichte aus Marburg zugesandt:

Die Erdbeerkönigin

Noch im 19. Jahrhundert pflegten die Schüler der Stadtschule am lutherischen Kirchhof zur Frühlings und Herbstzeit den Brauch, „in den Mai zu ziehen“.
Viele Marburger versammelten sich an den Straßenrändern, um sich das Spektakel anzusehen, weil es so komisch war: Ungefähr 100 Jungen hatten sich als Soldaten verkleidet und zogen mit Fahnen, Trommeln, Pfeifen und Trompeten in ein Birkenwäldchen hinter Ockershausen, das auch „die Schülerhecke“ genannt wurde. Dort holten sie „den Maien“. Das waren Zweige und Äste mit frischem Grün, die im Frühjahr in die Vasen gestellt wurden. Im Herbst holten die Jungen trockene Reiser, die zum Beheizen der Schulöfen dienten.
Die Schüler betrieben stets großen Aufwand, so stellte ein Teil von ihnen die Grenadierkompanie dar. Zimmerleute, Tambourmajors und einige andere trugen Bärenfellmützen. Danach kamen Jungen mit peußischen Grenadiermützen. Alle trugen blaue Uniformjacken und waren mit Patronentaschen, hölzernen Musketen, Bajonetten und Gewehren ausgestattet. Außerdem hatten sich die Jungs aus Draht und Fellstreifen Schnurrbärte gemacht. Das Ende des Zuges bildete eine Anzahl unbewaffneter Schüler in einfacher Kleidung.
Die Kinder zogen von ihren Lehrern begleitet, zunächst zum Marktplatz, wo die Wachmannschaft der Hauptwache salutierte. Weiter ging es durch die Barfüßerstraße in Richtung Schülerhecke und alle kehrten gegen 18 Uhr wieder zurück.
Weibliche Personen wurden in diesem besonderen Zug nicht geduldet...
Dieser erste Teil der Geschichte entspricht der Wahrheit, nun komme ich zum zweiten Teil:
Im Jahre 1806 schließlich, kamen die Mädchen in Marburg auf die Idee, den Maiengang der Jungen mit einer Überraschung zu bereichern. Nachdem die Knaben die Stadt verlassen hatten, pflückten die Mädchen Erdbeeren, trugen sie in kleinen Körbchen auf den Marktplatz und präsentierten dort stolz ihre Auslese. Nach der Rückkehr der Schüler wurden die Früchte an die Anwesenden verteilt.
Im Jahr darauf kam der Magistrat der Stadt auf die Idee, aus der Reihe der Erdbeerpflückerinnen eine Erdbeerkönigin zu wählen, die die Schüler auf dem Marktplatz begrüßen und ihren Titel, bis zur Wahl einer neuen Monarchin im folgenden Jahr, tragen durfte.

Viel Spaß beim Raten wünscht Ihnen Ihre *Christiane Peters*

Hatten Sie auch ein schönes Erlebnis mit Erdbeeren? Lassen Sie uns teilhaben.

Entschlüsseln Sie unsere Zahlencodes:

Das Ausgangswort ist E=1, R=2, D=3, B=4, E=5, E=6, R=7, E=8, N=9; 7,5,3,9,8,2 = ……;

4,5,7,9 = ……; 4,5,2,9,3 = ……; 1,9,3,5 = ……; 4,1,5,2,8 = ……;

5.2.3.8 = ……; 4,1,5,2,8 = ……; 9,1,7,3 = ……; 1,4,6,9,8 = ……;

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: **www.vhs.marburg-biedenkopf.de** und auf der Seite des Landkreises: **www.marburg-biedenkopf.de**

Frischkäse-Erdbeer -Torte:

Zutaten:

250 gr	Löffelbiskuits
150 gr	Butter
200 gr	Frischkäse
2 Päck.	Vanillezucker
1 Päck.	Götterspeise Zitrone
100 gr	Zucker
400ml	Sahne
	Saft von einer Zitrone
	Erdbeeren (evtl. Torten guss)

Zubereitung:

Löffelbiskuit mit einer Teigrolle fein zerleinern und mit der Butter vermengen. Eine Springform mit Backpapier belegen, die Löffelbiskuitmasse auf dem Boden verteilen und flach andrücken.
Die Götterspeise mit einer Tasse Wasser anrühren und ca. 10 Minuten quellen lassen. Anschließend unter Rühren erhitzen, bis die Götterspeise gelöst ist. Etwas abkühlen lassen.
Käse, Zitronensaft, Zucker, Vanillezucker und die Götterspeise in einer Schüssel gut verrühren und die steifgeschlagene Sahne unterziehen. Die Creme auf dem Boden gleichmäßig verteilen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
Mit Erdbeeren belegen und evtl. mit Tortenguss überziehen.

Karin L. und ihr Mann Rainer sind auf der Fahrt nach Marburg. Unterwegs sehen sie eine Frau auf der Straße zwischen Bracht und Schönstadt, die die Straße fegt und halten an: „Liebe Frau, was machen Sie denn da?“ fragt Karin L.„ Ich sammle Pferdeäpfel“ , antwortet die Frau wahrheitsgemäß. „Was machen Sie denn mit den Pferdeäpfeln?“ , will Karin L. wissen. „Na, die kommen an die Erdbeeren.“ – „Siehst du, Rainer, es muss nicht immer Schlagsahne sein!“

Der Gesundheitstipp heute von **Anneliese Müller:**

Erdbeeren schmecken einfach lecker und haben wenig Kalorien.
Das gilt jedoch nur, solange man sie nicht gezuckert oder mit Schlagsahne ißt. Am besten ist es, Erdbeeren pur zu genießen oder mit einer Joghurtsoße gesüßt mit etwas Honig. Dann sind Erdbeeren nicht nur ein Genuss, sondern auch ein wertvoller Beitrag zur gesunden Ernährung.
6 Gründe, warum Erdbeeren so gesund sind:

- Erdbeeren enthalten mehr abwehrstärkendes Vitamin C als Orangen.
- Ernährungsexperten setzen sie wegen ihres hohen Gehalts an Folsäure und Eisen seit alters her gegen Blutarmut ein.
- Der hohe Kalzium-Gehalt schützt die Knochen vor Osteoporose.
- Kalium und Magnesium schützen das Herz.
- Erdbeeren enthalten Salicylsäure, die Beschwerden von Gicht und Rheuma lindert.
- Sekundäre Pflanzenstoffe aus der Gruppe der Phenolsäuren schützen vor Krebs und beugen Arteriosklerose vor.

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: **www.vhs.marburg-biedenkopf.de** und auf der Seite des Landkreises: **www.marburg-biedenkopf.de**

Kennen Sie schon den neue Wegweiser: Älter werden im Landkreis? Er ist erhältlich bei Ihrer Gemeinde, bzw. Stadtverwaltung und natürlich bei uns in der Kreisverwaltung!

"Erdbeerzeit" **(Verfasser nicht bekannt)**

Sie lachen mich an, so saftig und rot.
Es gab sie heut wieder im Angebot.
So köstlich, so lecker.
Ich sah sie auch heute beim Bäcker,
als himmlische Torte im Schaufenster steh'n.
Ein Stück kostete 1 Euro zehn.
Nun sind sie bei mir, ich putze sie fein
und streu etwas Zucker in die Schale hinein.
Welch herrlicher Duft!
Gereift in der Sonne, gepflückt mit der Hand,
so sind uns die lieblichen Früchte bekannt.
Die Erdbeeren sind's, so gesund und voll Kraft,
sie sind sogar für die Liebe geschafft.
Nun hab ich auch Lust und möchte sie essen,
doch das Wichtigste hätte ich fast vergessen.
Die Sahne! Oh, welch Köstlichkeit!
Hurra, es ist wieder Erdbeerenzeit!

Wenn unsere Funkergeschichte der Wahrheit entspräche, hätte Marburg sicher heute neben dem Karnevalsprinzenpaar auch eine Erdbeerkönigin. Damit hat Frau Peters leider gefunkert!

Sollte Ihnen die Ausgaben der

„Schlaue Graue"

gefallen, senden wir Ihnen die Seiten künftig auch gerne zu.
Teilen Sie uns Ihre Adresse oder Mail-Adresse mit.
Gerne nehmen wir auch Anregungen, Fotos, Übungen oder sonstige Beiträge von Ihnen entgegen.
Einfach per E-Mail schicken an
Seniorenbildung@marburg-biedenkopf.de oder per Post an
vhs-Seniorenbildung, Hermann-Jacobsohn-Weg 1,
35039 Marburg.
Besuchen sie auch unsere Home Page. Dort finden Sie die aktuellsten Informationen und auch Kursangebote.

BLEIBEN SIE NEUGIERIG und GESUND!
Ihr Team vhs-Seniorenbildung

Ausgabe 05/2020

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: **www.vhs.marburg-biedenkopf.de** und auf der Seite des Landkreises: **www.marburg-biedenkopf.de**