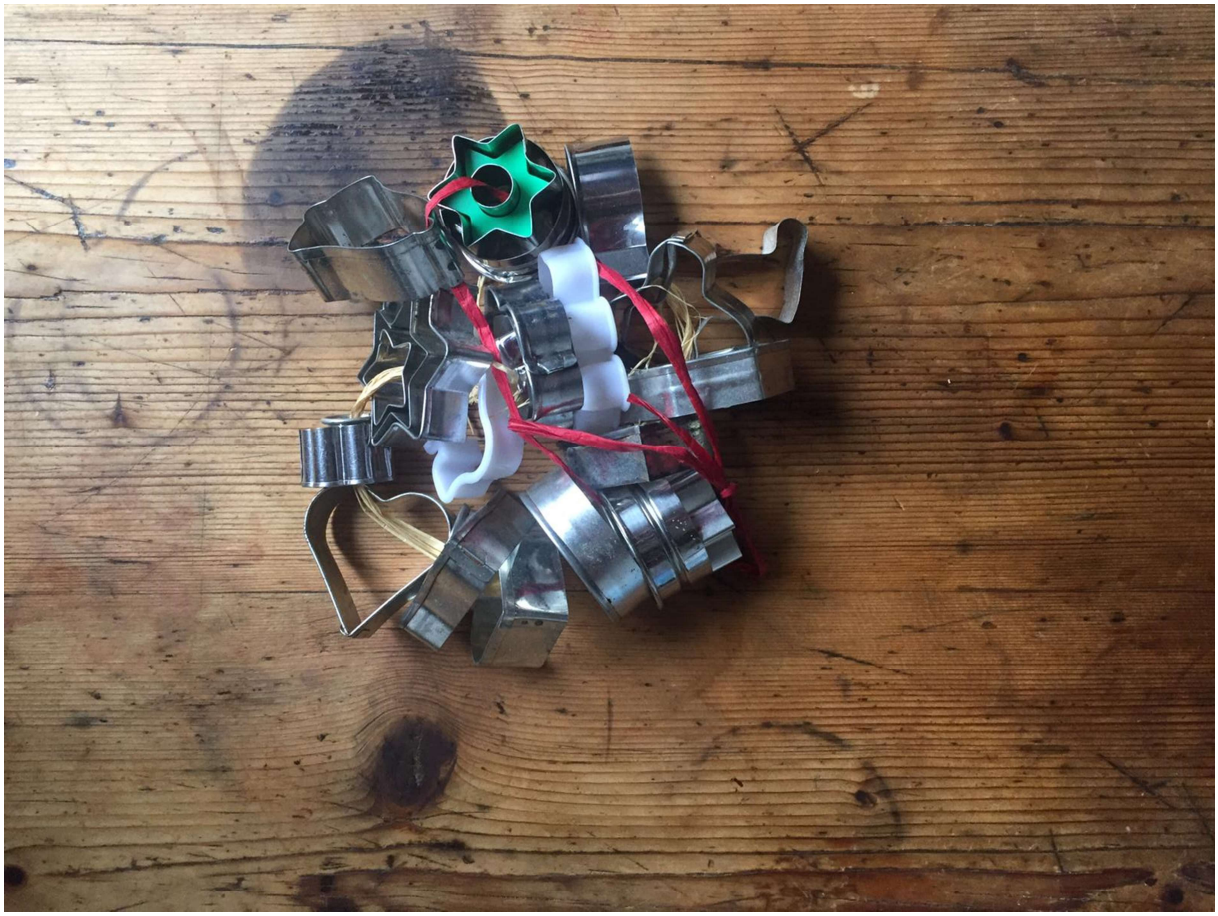

WINTERZEIT OV-GRUSS VON SANNE FÜR DICH

Liebe Grüne Mitglieder,
liebe Freund*innen im Münchner Osten,

jedes Jahr lade ich meine Lieben in der kalten Jahreszeit ein. Wir backen zusammen. Ein ganzes Wochenende lang. Dieses Jahr geht das nicht. Bei uns daheim läuft das Leben im Takt der Corona-Regeln – wie bei Euch allen, vermute ich.

Trotzdem ist es erstaunlich, wie die Solidarität vom Frühjahr hier in Bayern im Corona-Winter in grantigen Ärger umschlug. Wo man im Frühjahr vermutete, ein nachhaltiger Gesellschaftswandel könnte in der Pandemie seinen Anfang finden, mehr Solidarität, weniger Turbo-Kapitalismus, mehr Gemeinschaft, verkündet jetzt die Lufthansa „deutlich zunehmende Buchungen“ über die Feiertage. Hier in Bayern hat sich Schulterzucken breit gemacht, denke ich manchmal, und blicke neidvoll zu dem Grün mitregierten Schleswig-Holstein, wo die Regierenden Probleme lösen, statt Live-Pressekonferenzen zu geben und sich vor allem darum zu kümmern, ob sie in der Tagesschau vorkommen.

Damit ich nicht ganz allein der Winterstimmung hinterherrennen muss, schreibe ich Euch. Besser aneinander denken als allein frieren, auch im Herzen – oder? Und vielleicht habt Ihr ja auch Lust, mit dem angeschmissenen Ofen neben den Herzen gleich auch noch die gute Stube aufzuwärmen und am Ende dann – mit einem Klacks frischer Butter … hm… lecker… den Bauch gleich noch mit.

Eine Idee wäre auch, kleine Brötchen zu backen und die Nachbarschaft mit pandemie-gerechten Päckchen vor der Tür zu beglücken. Vielleicht sogar eine Person, die man noch gar nicht kennt? Essen hat schon so oft Leute zusammen gebracht… Darum hier mein Rezept für Euch.

Gute Wintertage wünscht Euch Eure

Sanne
(Susanne KURZ)

NUSS BROT

- 300g Weizenmehl – Vollkorn oder 1050
- 300g Dinkel – Vollkorn oder 1050

In eine große Schüssel geben. Mulde in die Mitte. Zimmerwarm dann in die Mulde

- 1 Päckchen frische Hefe (42g, also 1 Würfel), zerbröckelt
- 600ml Wasser

Die Hefe mit dem lauwarmen Wasser gut verrühren. Ich rühre mit dem Stiel eines Holzkochlöffels. Versuche, nur die Hefe zu rühren in ihrer Mulde, bis sie sich aufgelöst hat. Das geht leichter, als gleich den kompletten, schweren Teig zu rühren. Füge wenn die Hefe sich aufgelöst hat, hinzu

- 1 Teelöffel Zucker
- 2 Teelöffel Salz
- 3 Esslöffel Essig, z.B. Balsamico oder Apfelessig

Jetzt alles mit dem gesamten Teig verrühren. Geht ein wenig scher – dranbleiben, durchkämpfen! Für Kneten mit der Hand ist dieser Teig zu weich… also: nochmal rum mit Löffel oder Kochlöffel-Stiel!

Jetzt der Winter-Teil: 1 große Tasse Nüsse, Kerne oder Trockenfrüchte – ca. 2 Hand voll – in den Teig geben und unterrühren. In eine gefettete 28cm Kastenform füllen und in den – Achtung: kalten! – Ofen stellen. Spart auch Energie. Auf 220˚C stellen und 50-60 Minuten backen.