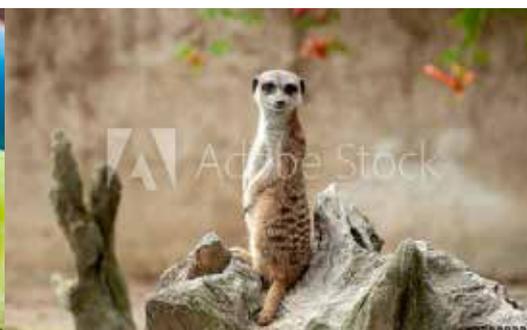


HOTEL AKZENTE

04.07.2020 - 31.07.2020



Es ist EisZeit!



Zoos in Deutschland



Homemade Lemonades



Gewinnen Sie eine Übernachtung im AKZENT Hotel „Am Burgholz“ in Bad Tabarz



Ihr Gewinn

Raus aus der Stadt – rein ins Grüne! Haben Sie Lust den Alltag hinter sich zu lassen und sich im grünen Herzen Deutschlands, dem Thüringer Wald, zu erholen? Mit ein bisschen Glück können Sie eine Übernachtung für zwei Personen im Komfort-Doppelzimmer inklusive Frühstück im 4-Sterne **AKZENT** Hotel am Burgholz gewinnen. In idyllischer Lage am Waldrand empfängt das **AKZENT** Hotel am Burgholz Erholungssuchende, Naturfreunde und Kulturinteressierte.

Das 4-Sterne Hotel bietet den perfekten Ausgangspunkt, um die Umgebung von Bad Tabarz zu erkunden und einige Kilometer des „Vaters aller Wanderwege“ dem Rennsteig zu erwandern. Um die Naturlandschaft des Thüringer Waldes mal aus einer anderen Perspektive zu bestaunen, lohnt sich ein Besuch im Nationalpark Hainich. In einer Höhe von 10 bis 24 Metern schlängelt sich hier der Baumkronenpfad durch die Landschaft.

Insgesamt 96 Einzel- oder Doppelzimmer stehen im **AKZENT** Hotel am Burgholz für Gäste zur Auswahl. Ob für einen Kurztrip, ein langes Wochenende oder einem genussvollen Urlaub- die komfortablen Zimmer des **AKZENT** Hotels laden zum Verweilen ein. Nach einem ereignisreichen Tag in der Region können Gäste diesen ganz entspannt in der hoteleigenen Saunalandschaft ausklingen lassen. Auch kulinarisch werden Urlauber hier rundum versorgt, denn das Restaurant des **AKZENT** Hotels bietet eine abwechslungsreiche Küche mit regionalen Spezialitäten.

Ihr Gastgeber
Mario Peschke



AKZENT Hotel ★★★★★
„Am Burgholz“

Am Burgholz 30
99891 Bad Tabarz
Telefon: 036259 540
Email: info@hotel-am-burgholz.de
www.hotel-am-burgholz.de



Juristin,	Ziffer dt. Maler, † 1956 (Emil)		ehemalige dt. Schwim- merin („Franzi“)	erste zwei- stellige Primzahl	frühere dreistufige Papst- krone	Urkunde (englisch)	
						Anfänger	
		4					
Gleit- und Schmier- mittel				EDV: Datei chem. Z. für Tantal			
					Leichtme- tall (Kzw.) Dauerbezug (Kurzwort)	1	
öster. Maler † (Gustav)		Mosel- zufluss Absper- rarmatur				Ausfuhr von Waren	
	5			dt. Schau- spieler Märchen- Wesen			
Sohn Jakobs im Alten Testament	Schall- reflexion Funkstan- dard (Abk.)					Fisch, Lachs- forelle	kanad. Sänger und Komponist (Paul)
Kröte mit gefleckter Unterseite				3	österrei- chische Presse- agentur (Abkürzung)		
Behörde				Edel- gas Autokz. v. Dortmund		2	
Gezeit					kroatische Adria- insel		
Hauptstadt von Norwegen							
				griech. Weichkäse aus Schafs- milch			

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Spielregeln

Gewinnen Sie eine Übernachtung inkl. Frühstück für zwei Personen im Doppelzimmer Komfort im **AKZENT** Hotel Am Burgholz in Bad Tabarz! Senden Sie Ihre Lösung bis zum 31.07.2020 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT** Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzworträtsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar oder per Mail an info@akzent.de mit dem Betreff „Kreuzworträtsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ja, ich möchte bis auf Weiteres den AKZENT Newsletter erhalten

AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:
Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Viel Glück!

Liebe Leserinnen und Leser,

diesen Sommer geben wir wieder Vollgas und unsere Juli-Ausgabe der **AKZENTe** hat es wie gewohnt in sich. Die jungen **AKZENTler** freuen sich, Sie wieder begrüßen zu dürfen und mit voller Leidenschaft das zu tun, was sie am besten können – Ihren Aufenthalt in unseren **AKZENT** Hotels unvergesslich zu gestalten.

Auch wenn die Zeit zum Eis essen und draußen sitzen dieses Jahr vielleicht etwas verspätet gestartet ist, hat der Sommer dennoch gerade erst angefangen. Wie wäre es zum Beispiel mal wieder mit einem Zoo-besuch mit der ganzen Familie? Entdecken Sie die schönsten Zoo's in Deutschland und alles Wissenswerte, über den Publikumsmagnet. Außerdem die besten Outdoorbeschäftigungen, um dem Alltag zu entfliehen.

Da von Juli bis August die heißeste Zeit des Jahres ist, dürfen natürlich großartige Ideen zum Abkühlen in dieser **AKZENTe** nicht fehlen. Entdecken Sie auf Seite 10 – 12 wie man leckeres Eis selbst macht und ab Seite 18 erfrischende Rezepte von Limonade bis Iced Coffee.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und Inspirieren lassen.

M. Gerding

Ihre Meike Gründing



16 | Fruchtlige Limonaden als vielfältige Durstlöscher

Inhaltsverzeichnis

2

Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

Nachhaltigkeit

Kaltenbach

13

4

Zoos in Deutschland

Fokus: Die Wilhelma in Stuttgart

Sport & Outdoor

Raus aus dem Alltag – Outdoorbeschäftigungen

14

7

Wissenswertes

Alles über Zoos

Essen & Trinken

Homemade Lemonades – Drinks zum Selbermachen

18

8

Hotelportrait

AKZENT Hotel Frankenberg

Verschiedenes

Das passiert im Juli

22

10

Essen & Trinken

Eiszeit

Fernsehprogramm

Vom 04. Juli bis 31. Juli 2020

22



ZOOs

in Deutschland

ZU BESUCH BEI LÖWEN, AFFEN & ELEFANTEN

Nicht nur für die Kleinen, sondern auch für Eltern und Großeltern ist ein Zoo wohl eines der schönsten Ausflugsziele für einen gemeinsamen Tag. Allein in Deutschland gibt es um die 50 verschiedene große und kleine Tierparks. Wo es früher darum ging, möglichst viele exotische Tiere zur Schau zu stellen, hat sich mittlerweile die Bedeutung und die Ziele der Zoos weiterentwickelt. Artgerechte Gehege, innovative Gestaltungen und die Zucht, um vom Aussterben bedrohte Tierarten zu retten, stehen auf der Agenda der meisten, größeren Tierparks. Besonders für Kinder gibt es in vielen Zoos mittlerweile tolle Konzepte um ihnen Arten- und Umweltschutz näherzubringen.



ARTENVIELFALT UND EINMALIGE ERLEBNISSE IN LEIPZIG

Der **Leipziger Zoo** ist einer der ältesten in Deutschlands und punktet bei Groß und Klein vor allem mit einer tollen Kombination aus artgerechter Haltung und spannenden Erlebnissen für die Besucher. Der Zoo in Leipzig ist nicht nur einer der modernsten und renommiertesten Zoos weltweit, sondern beherbergt rund 9.400 Tiere. Um den Tieren ihre Leben im Zoo so angenehm wie möglich zu machen, ist der Leipziger Zoo in verschiedene Erlebniswelten aufgeteilt. Im Pongoland finden zum Beispiel verschiedene Menschenaffen wie Schimpansen und Gorillas viel Platz zum Spielen und Klettern. In der Gondwanalandschaft werden Besucher in die Tropen entführt. Auf dicht bewachsenen Pfaden, die sogar durch Baumwipfel führen, oder bei einer Bootsfahrt über den Dschungelfluss können Kinder und Erwachsene exotische Waldbewohner entdecken und etwas über das besondere Ökosystem des Regenwalds lernen.



DER GESCHICHTE VON MENSCH UND TIER IN ROSTOCK AUF DER SPUR

Flusspferde, Löwen und Pinguine sind auch an der Ostsee zu Hause, und zwar im **Zoo Rostock**, der sich 1899 aus einem ehemaligen Hirschpark heraus entwickelte. Auch hier dürfen verschiedene Tiere aus dem gleichen Lebensraum in großen Anlagen zusammen leben. Ein ganz besonderes Highlight im Rostocker Zoo ist das **DARWINEUM**. Hier werden verschiedene spannende Ausstellungen rund um das Thema Evolution und Charles Dawin mit Abenteuer und Umweltbildung vereint– nicht nur für Kinder, sondern auch Erwachsene lehrreich und spannend, denn auf 20.000 Quadratmetern werden Besucher mit verschiedenen Stationen zum Mitmachen motiviert. Mehr als 150 Tierarten führen die Besucherinnen und Besucher durch die verschiedenen Erdzeitalter und zeigen auf anschauliche Weise, wie sich das Leben auf der Erde entwickelt hat.



REISE UM DIE WELT IN MÜNCHEN

Im Münchner Zoo hat man sich nicht erst in den letzten Jahren Gedanken um eine artgerechte Haltung abseits von schnöden Käfigen gemacht, denn bereits 1911 verfolgt der **Zoo Hellabrunn** sein Geo-Konzept. In großen Anlagen werden die gehaltenen Tiere dabei den einzelnen Kontinenten zugeordnet und ihr jeweiliger Lebensraum möglichst naturgetreu abgebildet. Die großen Anlagen beherbergen dabei immer verschiedene Tierarten, die auch in freier Wildbahn zusammen leben.

Im Artenschutzzentrum Hellabrunn informiert Ausstellung über verschiedener Artenschutzprojekte und den Erhalt bedrohter Tierarten.



EIN PARK ZUM VERLIEBEN

Eine einmalige Kombination von Zoo und Botanik erwartet Sie in Deutschlands einzigem zoologisch-botanischen Garten – der **Wilhelma Stuttgart**. Mit rund 11.000 Tiere in etwa 1.200 Arten ist Stuttgarts Zoo einer der artenreichsten nicht nur in Deutschland, sondern sogar weltweit. Außergewöhnlich sind auch die 8.500 Pflanzenarten und -sorten, die Ihnen die ganze üppige Vielfalt der Natur zeigen. Umrahmt wird alles vom historischen Park, der Sie mit seinen Gebäuden im maurischen Stil zum Träumen einlädt. Der Garten und die Gebäude mit dem Flair von 1001 Nacht wurden ab 1842 unter König Wilhelm I. von Württemberg angelegt. Nachdem im 2. Weltkrieg ein großer Teil der Anlage zerstört wurde, verwandelte sich die Wilhelma schrittweise vom botanischen in einen zoologisch-botanischen Garten, der Sie jedoch immer noch die Pracht vergangener Zeiten spüren lässt.

Zu jeder Jahreszeit finden Sie lohnende Attraktionen und Gründe für einen Wilhelmabesuch. Gerade jetzt im Sommer kann man viele kleine Tierkinder beobachten. Besonders für Botaniker gibt es beeindruckende Sehenswürdigkeiten: Die Seerosen im 650 Quadratmeter großen Teich im Maurischen Garten sind die größten der Welt und können auf einem einzelnen Blatt ein Gewicht von bis zu 70 Kilogramm tragen. Und Sie können riesige Mammutbäume bestaunen, die bereits Mitte des 19. Jahrhunderts gepflanzt wurden.

Zum Schutz unserer Tiere ist das Füttern durch Besucher nicht erlaubt!



Titelbild: U. Rademacher
Kartografie: Dipl.-Ing. (FH) M. Welsch
Illustration: Dipl. Grafikerin J. Sailer-Paysan
Stand: März 2019; Angaben ohne Gewähr

ERLESENE FEINKOST FÜR EXOTISCHE WILHELMA-TIERE

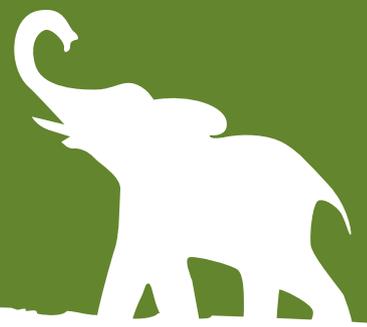
Genüsslich knabbert der Grünfingelpapagei in der Wilhelma an einem Blättchen. Er darf sich wie ein Gourmet vorkommen, denn das zarte Grün, an dem der exotische Vogel mit Hingabe zupft, ist exquisite Feinkost, die sonst in der gehobenen Gastronomie unter das Messer der Sterneköche kommt. Dass der zoologisch-botanische Garten in Stuttgart seinen Tieren derzeit wahre Delikatessen, wie solchen Baby-Leaf-Spinat, anbieten kann, verdankt er ausgerechnet den Turbulenzen der Corona-Pandemie. Die Wilhelma und der Keltenhof in Filderstadt als Hersteller des besonderen Gemüses waren eine Art Leidensgenossen. Wegen der Infektionsschutzmaßnahmen mussten über Wochen der zoologisch-botanische Garten und Restaurants gleichermaßen schließen. So kamen beiden schlagartig alle Kunden und Einnahmen abhanden. Doch während in der Wilhelma tagtäglich weiterhin rund 11.000 hungrige Mäuler und Schnäbel zu versorgen sind, blieb der Keltenhof auf seinen edlen Produkten sitzen. „Dankenswerterweise ist der Keltenhof auf uns zugekommen und spendet uns seine tolle Ware vom Wildbrokkoli über Mangold bis zum Pak Choi“, sagt Wilhelma-Direktor Dr. Thomas Kölpin. „Ob Papagei oder Gorilla, die Pflanzenfresser unter unseren Tieren freuen sich riesig. Bei einer Tonne Gemüse pro Woche ist das wirklich eine gewaltige Wohltat für uns.“

Sie, lieber **AKZENTe**-Leser als Übernachtungsgast, werden herzlich im **AKZENT Hotel Möhringer Hof** bei Familie Wegener in Stuttgart-Möhringen versorgt. Als kleiner Hotelbetrieb legt man hier ganz großen Wert in Sachen Sicherheit gerade in der jetzigen Zeit. „Ein perfektes Hygienekonzept ist die Grundlage für das Vertrauen unserer Gäste!“ versichert Birgit Wegener, die ohne Kompromisse schon immer Sauberkeit im Hotel als eines der wichtigsten Themen sieht. „Wir im Süden Deutschlands, im schönen Baden-Württemberg, freuen uns über viele Urlauber, die sich jetzt lieber dazu entschließen, die schönsten Tage des Jahres im eigenen Land zu verbringen. Dazu tragen wir sehr gerne mit unseren tollen Kurztripideen bei!“ Stuttgart und das Umland bietet so viel schön Grünes: neben einem Besuch in der Wilhelma liegen natürlich die idyllischen Weinberge mit tollen Wanderungen durch die Weinberge vor der Tür, ein großes, sehr gut ausgebautes Fahrradnetz zu vielen Sehenswürdigkeiten und Seen im Umland lockt und wer mit Abstand gerne einen Museumsbesuch im Mercedes-Benz Museum erleben möchte, Tickets gibt es an der Hotelrezeption. Good Old Stuggi freut sich auf Ihren Besuch!



AKZENT Hotel Möhringer Hof
Hechinger Straße 64-68
70567 Stuttgart
Telefon: 0711 71 97 00
Email: info@hotel-moehringhof.de
www.hotel-moehringhof.de





WISSENSWERTE FAKTEN!

Das Highlight in jedem Zoo sind ganz klar die exotischen Bewohner. Aber wo findet man den ältesten Zoos Deutschlands, wo kann man hier auf eine echte Safari gehen und wieso müssen Wildkatzen fasten?

MEISTBESUCHTE ZOOS DEUTSCHLANDS

- 1 Berlin Tierpark, rund 3,5 Millionen
- 2 Tierpark Hellabrunn München, 2,6 Millionen
- 3 Tierpark Hagenbeck Hamburg, 1,8 Millionen
- 4 Zoo Leipzig, 1,7 Millionen
- 5 Zoo Wilhelma Stuttgart, 1,6 Millionen

*Besucher pro Jahr

PUBLIKUMSLIEBLING MIT WEISSEM FELL

Jeder Zoo hat seine Publikumsmagneten, wobei natürlich besonders süße Tierbabys besonders gut ankommen. Ungeschlagener Spitzenreiter ist dabei wohl Knut der kleine Eisbär aus dem Berliner Zoo. Nicht nur in Deutschland, sondern in der ganzen Welt war Knut bekannt. Knut war so beliebt, dass er sogar einen eigenen Blog bekam und die Besucherzahlen für den Zoo ordentlich in die Höhe schossen. Am 19. März 2011 starb der Eisbär ganz plötzlich und unerwartet im Alter von nur vier Jahren an einer Gehirnentzündung.

DER GRÖSSTE ZOO DER WELT

160 Hektar umfasst der Tierpark Berlin und ist damit der größte Zoos Deutschland – jedenfalls flächenmäßig. Darüber kann der größte Zoo der Welt wohl nur schmunzeln, denn der San Diego Zoo Safari Park umfasst 700 Hektar Fläche. Durchquert wird der Park daher auch nicht zu Fuß, sondern mit einem Elektrozug. Dafür punktet der Berliner Zoo mit einer anderen Superlative: er ist mit 20.000 Tieren die artenreichste und vielfältigste Tiersammlung der Welt.





Willkommen in Sachsen

AKZENT Hotel Frankenberg

Zwischen Dresden und Chemnitz gelegen bietet das **AKZENT** Hotel Frankenberg seinen Besuchern nicht nur ein gemütliches Zuhause auf Zeit, sondern auch den perfekten Ausgangspunkt um den Freistaat Sachsen zu entdecken. Neben aufregenden Städten mit Industriecharme bietet die Umgebung rund um Frankenberg märchenhafte Schlösser, viel Kultur und wunderschöne Naturlandschaften. Das Bundesland Sachsen und das **AKZENT** Hotel Frankenberg bieten eben alles das, was einen Urlaub zu einem echten Erlebnis werden lässt.

Tagen, Übernachten und Genießen

Ob für die Durchreise, eine mehrtägige Konferenz oder gleich ein abwechslungsreicher Urlaub: die insgesamt 40 Einzel- und 20 Doppelzimmer und zwei Suiten im **AKZENT** Hotel Frankenberg versprechen erholsame Nächte und verbinden stilvoll, modernen Komfort und gemütlichen Landhausstil miteinander. Alle Zimmer können bequem mit dem Lift erreicht werden und werden für besondere Anlässe auch gern vom Team des **AKZENT** Hotels liebevoll mit Blumen, Sekt oder süßen Überraschungen dekoriert.



Kein Wunder, dass neben den komfortablen Zimmern und einem reichhaltigen Frühstücksbuffet die Qualität des Services das **AKZENT** Hotel Frankenberg besonders auszeichnet. Nach einem Hochwasserschaden wurde das gesamte Hotel im August 2014 renoviert und modernisiert. Im Zuge der Renovierungsarbeiten wurde auch das Erdgeschoss des Landhotels ausgebaut und bietet genügend Raum für Tagungen und Konferenzen. Damit die verschiedensten Meetings, Workshops und Seminare für alle Teilnehmer ein voller Erfolg werden, stellt das **AKZENT** Hotel modernste Technik zur Verfügung. Durch die ADAC-Zertifizierung zum "Motorradfreundlichen Hotel" und der nahen Lage zum Sachsenring/Hohenstein-Ernstthal bietet das **AKZENT** Hotel Frankenberg auch allen Fans von schnellen Motoren eine exzellente Unterkunft. Die Autobahn A4 erreichen man vom Landhotel aus in nur 4 Minuten und kostenfreie Parkplätze stehen in ausreichender Anzahl unmittelbar vor dem **AKZENT** Hotel zur Verfügung.



Ein Stück italienisches Lebensgefühl

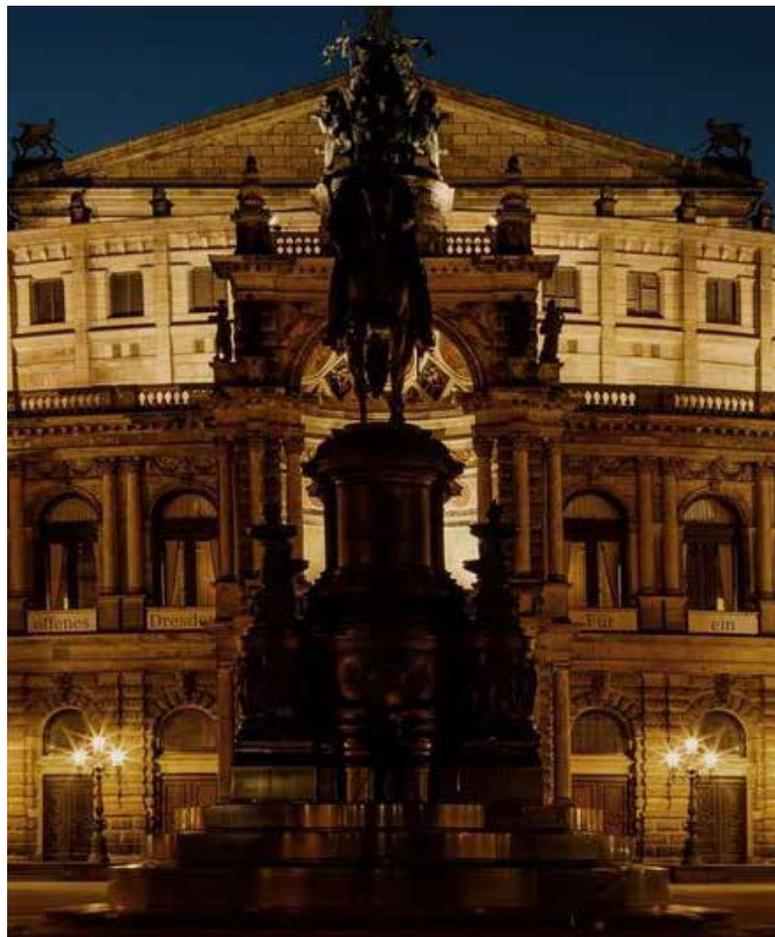
Aber nicht nur die hellen Tagungsräume und Zimmer können sich sehen lassen, auch die Bar im Erdgeschoss des Hauses lädt zum Verweilen ein. In stilvollem Ambiente können Gäste hier ausgewählte Drinks genießen. Abgerundet wird das Angebot durch das Ristorante Amici. Hier werden Besucher gern mal mit einem freudigen „Buongiorno! Come stai?“ begrüßt und schon beginnt die geschmackliche Reise in den Süden. Das Ristorante Amici serviert typische, italienische Kost und zaubert aus feinen, handverlesenen Zutaten abwechslungsreiche, mediterrane Gerichte. Im Sommer können Besucher Pasta, Pizza & Co auch im Biergarten des **AKZENT** Hotels genießen.

Rustikale Grubenerfahrung und Kultur pur

Den Tag an einem sommerlichen Abend auf der Terrasse ausklingen lassen, macht doppelt Spaß, wenn man dabei noch einmal die Erlebnisse des Urlaubs Revue passieren lässt. Mit seiner verkehrsgünstigen Lage mitten im Herzen von Sachsen ist das **AKZENT** Hotel Frankenberg Startpunkt um Natur und Kultur der Region zu erleben. Im Erbstollen Schönborn-Dreiwerden erwarten Besucher echte Abenteuer unter Tage. Highlights einer Tour durch das Bergwerk sind eine Bootsfahrt, die Demonstration von Bergmannswerkzeug und eine Besichtigung der historischen Pumpentechnik. Der Erbstollen zählt zu den zehn größten Besucherbergwerken und -schauhöhlen Sachsens und wird jährlich von 40.000 Interessierten besucht. Auch die Hauptstadt des Bundeslandes, Dresden, ist ein echter Publikumsmagnet und Schmuckstück. Von der berühmten Semperoper über die Frauenkirche bis hin zum Residenzschloss steckt Dresden voller interessanter Sehenswürdigkeiten. Insgesamt 50 Museen sind in der Stadt ansässig und bieten, auch bei schlechtem Wetter, mit verschiedenen Ausstellungen und Themenschwerpunkten ein interessantes Ausflugsziel für Kultur- und Geschichtsinteressierte.

Ausflug in die sächsische Schweiz

Nicht direkt vor der Haustür des **AKZENT** Hotel Frankenberg, aber dennoch ein lohnendes Ziel für einen Tagesausflug, finden Urlauber südlich von Dresden die sächsische Schweiz. Bizarre Felsformationen, atemberaubende Ausblicke und verschiedene Wander- und Radrouten machen den Nationalpark zu einem echten Mekka für Naturfreunde. Besonders beliebt ist der Malerweg, der Besucher auf insgesamt 112 km die Schönheiten der sächsischen Schweiz erleben lässt und einst verschiedene Maler und Künstler zu ihren



Ihre Gastgeberin
Simone Hanke

AKZENT Hotel ★★★ 
Frankenberg

Dammplatz 3
09669 Frankenberg
Telefon: 037206 7 73
Email: info@hotel-frankenber.de
www.hotel-frankenber.de



Werken inspirierte. Für einen Tagesausflug bietet sich eine Wanderung auf einer der verschiedenen Etappen des Malerweges an. Ein weiteres beliebtes Ausflugsziel in der Sächsischen Schweiz ist die Bastei. Die berühmteste Felsformation ist nicht nur ein tolles Motiv für das Fotoalbum, sondern beschert Besuchern vom Basteifelsen oder der langen Brücke, die sich mitten durch die Felsformation zieht, einen beeindruckenden Panoramablick über das Elbsandsteingebirge.





Es ist EisZeit!

Am Stiel, in der Waffel oder im Becher – egal in welcher Darreichungsform: Eis gehört zum Sommer einfach dazu! Doch wer hat die kalten Köstlichkeiten zum

Schlecken eigentlich erfunden? Eins können wir schon mal verraten: die Italiener waren es nicht, auch wenn sie heute als Meister der Eisherstellung gelten.

Dolce Vita in Deutschland

Wenn man in der eigenen Stadt Lust auf eine leckere Erfrischung verspürt, landet man schnell beim Eishändler seines Vertrauens, der meistens Italiener oder italienischer Abstammung ist. Nicht umsonst tragen die meisten Eisdielei klangvolle Namen wie Dolomiti, Venezia oder Fontanella. In Deutschland gibt es rund 5.500 Eisdielei und etwa 3.000 von ihnen sind fest in italienischer Hand. Kein Wunder also, dass viele denken die kühlen Kugeln wurden in Italien erfunden. Dabei kam das Speiseeis erstmals im 19. Jahrhundert über die Dolomiten nach Deutschland, Österreich, Ungarn und Schweiz.

Der Ursprung der italienischen Eisherstellung liegt nämlich in den zwei Tälern Zolde und Cadore, daher stammen auch drei Viertel der Inhaber der in Deutschland ansässigen Eisdielei aus dem Val di Zoldo in der Provinz Belluno. Eigentlich war die Region einst bekannt für die Herstellung von Schlössern und Nägeln. Als jedoch Ende des 19. Jahrhunderts der Absatzmarkt für Nägel einbrach, zog es viele der Talbewohner in die nördlicheren Nachbarländer – und mit ihnen auch das Eis.

Marco Polo brachte das Eis in den Westen

Auch wenn also die Dolomiten die Wiege der italienischen und auch deutschen Liebe zum Speiseeis ist, wurde die leckere Erfrischung ursprünglich eher im Osten, genauer gesagt in China erfunden. Erste Versionen der Eiscreme verspeiste man in China schon 3.000 v. Christi. Das Eis ähnelte von der Konsistenz wohl eher unserem heutigen Wassereis, denn es wurde aus zerstoßenen Eiswürfeln und Fruchtsaft hergestellt. Aber auch die heutzutage beliebteste, cremige Eisform aus Sahne wurde ursprünglich in China entwickelt.

Mit einer Mischung aus Reispudding und gefrorener Milch kam die damalige Form des Eises unseren heutigen Lieblingen schon sehr nahe. Der venezianische Händler und Reisende Marco Polo war es dann, der das Eis in den Westen brachte. Bei einem Aufenthalt in China erlernte er die Herstellung und brachte die Rezepte mit in seine Heimat Italien.

Lecker und umweltfreundlich: die Eiswaffel

Intensiv im Geschmack und besonders cremig – so sieht für viele das perfekte Eis aus. Abgerundet wird der Genuss dann am besten mit einer knusprigen Waffel, denn die schmeckt nicht nur hervorragend, sondern macht das Eis besonders umweltfreundlich. Dank der leckeren Verpackung fällt nämlich beim Eisgenuss kein Müll an. Die geniale Idee das Eis in eine gerollte Teigwaffel zu geben, hatte wahrscheinlich ebenfalls ein Italiener. Zumindest meldete der US-Einwanderer Marchiony im Jahr 1933 ein Patent für seine Erfindung an. Sein Geschäft mit dem Eis lief nämlich ziemlich gut und er war es Leid ständig die kleinen Teller zu spülen, auf denen er seine Leckereien servierte.

Eine andere Geschichte besagt jedoch, dass der amerikanische Eisverkäufer Charles Menches die Eiswaffel erfand, und zwar aus Liebe. Der Eisverkäufer war nämlich bis über beide Ohren in eine gewisse Dame verliebt. Als sich die Angebetete an diesem Tag seinem Eisstand näherte, stellte er mit Schrecken fest, dass er keinen sauberen Teller mehr hatte, um ihr ein Eis verkaufen zu können. Schnell lief Menches zum Nachbarstand, an dem Waffeln angeboten wurden. Kurzerhand füllte er also die Waffel für seine Liebste mit Eis und eroberte damit nicht nur Herz, sondern hatte gleichzeitig eine erfolgreiche Geschäftsidee.

Lecker & Cremig



Zutaten:

400 g gezuckerte Kondensmilch

500 ml Sahne

Vanilleschote, Kakaoapulver & Co.

Zunächst eine gefriertaugliche Form z.Bsp. eine Tupperdose oder Auflaufform mit mindestens 1,5 Liter Fassungsvermögen in das Gefrierfach stellen. Die Kondensmilch in eine große Schüssel geben.

Vanilleschoten (Alternativ für andere Sorten: Fruchtpüree, Kakaoapulver oder Schokoladenstücke) nach Belieben hinzugeben. Nun die Sahne steif schlagen und eine kleine Menge mit der Kondensmilch verrühren. Nach und nach die restliche Sahne unterheben.

Die Masse in den vorgekühlten Behälter füllen und mindestens für 4 Stunden in das Gefrierfach geben. Vor dem Servieren 5 bis 10 Minuten antauen lassen.



Fruchtig & Frisch

Zutaten:

- 200 g Früchte nach Wahl
- 150 ml Wasser
- 3 Tl Zucker
- Wassereisform

Weniger Kalorien als das herkömmliche Eis, aber mindestens genauso lecker: Wassereis ist besonders im Sommer eine herrliche Erfrischung und lässt sich mit besonders wenig Aufwand selber herstellen.

Früchte wie z.Bsp. Mango, Erdbeeren oder Wassermelone waschen und ggf. schälen. Zusammen mit dem Zucker und Wasser zu einer homogenen Masse pürieren. In die Formen füllen und für mindestens 4 Stunden ins Gefrierfach stellen.



Leicht & Lecker

Zutaten:

- 800 g Joghurt, griechischer
- 300 g Zucker
- 4 Zitronen, der Saft davon, von einer auch die abgeriebene Schale
- 1 Tl Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz

Alle Zutaten zusammenmischen und in eine Eismaschine geben. Danach in einem Kunststoffbehälter verschlossen mindestens zehn Stunden bis zum Verzehr gefrieren lassen.

Wer keine Eismaschine hat, friert das Eis im Kunststoffbehälter für drei Stunden ein. Dann wird das halbgefrorene Eis durchgeschlagen. Das wiederholt sich ca. vier bis sechs Mal, damit das Eis richtig cremig wird.



DEN CO₂-FUSSABDRUCK VERRINGERN

Urlaub bei nachhaltigen Gastgebern

THINK
green



Die Deutschen sind wahre Weltmeister, wenn es ums Reisen geht. Pro Jahr starten rund 50 Millionen Reisen von Deutschland aus in das Ausland. Aber was uns eine Weile aus unserem Alltag entfliehen lässt, belastet die Umwelt. Dabei produzieren besonders Flugreisen bei der An- und Abreise viele CO₂-Emissionen. Warum also in die Ferne schweifen, wenn das Gute doch so nah ist? Denn in Deutschland, Österreich und Schweiz gibt es genügend tolle Urlaubsregionen zu entdecken und tolle, nachhaltige, zertifizierte Gastgeber der **AKZENT** Hotel Kooperation – für einen Urlaub mit gutem Gewissen.

Den Schwarzwald von seiner schönsten Seite genießen

Der Schwarzwald ist nicht nur der Stoff aus dem Märchenerzähler wie die Gebrüder Grimm vermutlich ihre Inspiration zogen, sondern bietet mit dem **AKZENT** Hotel Kaltenbach auch einen Gastgeber, der nicht nur viel Wert auf Gastfreundschaft und Komfort liegt, sondern dem auch die Umwelt am Herzen liegt. Mit rund 11.100 km² Fläche ist der Schwarzwald einer der größten Ferienregionen Deutschlands und lockt jährlich viele Besucher aus der ganzen Welt an. Mitten in der vielseitigen Urlaubsregion, die zu zwei Dritteln vom Mittelgebirge, das der Region auch seinen Namen gibt, eingenommen wird, liegt das **AKZENT** Hotel Kaltenbach. Umgeben von eigenem Wald und Feld bietet das **AKZENT** Hotel seinen Gästen nicht nur erholsame Ruhe, sondern verfolgt auch ein besonders nachhaltiges Konzept, um die Schönheit des Schwarzwaldes zu erhalten.

Regenerative Energieträger und regionale Gaumenfreuden

Nachhaltigkeit fängt schon bei den kleinen Dingen an: zum Beispiel bei der Speisekarte des Hotelbetriebes. Transport-Emissionen von regionalen Speisen sind bis zu achtmal geringer als Produkte, die aus Übersee importiert werden. Daher setzt Fa-

milie Kaltenbach bei ihrem umweltfreundlichen Konzept auf zwei Grundbausteine: regenerative Energiegewinnungen und saisonale, regionale Speisen im Restaurantbetrieb. Das bedeutet in dem Familienbetrieb nicht nur auf Qualitätsfleisch vom örtlichen Förster und Schwarzwälder Züchtern zurückzugreifen, sondern auch selbst Hand anzulegen. Im **AKZENT** Hotel Kaltenbach werden die meisten, der angebotenen Speise nämlich noch mit handwerklichem Geschick, Zeit und viel Liebe zubereitet. Beim Frühstücksbuffet warten selbstgebackene Brötchen auf die Gäste und auch Leber-, Brat- und Schwarzwurst stammen aus eigener Herstellung. Die traditionellen Spätzle werden per Hand geschabt und Kuchen, Torten und sogar Eis werden in der Küche des **AKZENT** Hotels aus hochwertigen, regionalen Zutaten hergestellt.

Damit Backofen, Kühlschrank und Licht funktionieren, braucht es natürlich auch die passende Energiequelle. Hier setzt der Familienbetrieb auf eine umweltfreundliche Mischung aus verschiedenen regenerativen Energieträgern. Das **AKZENT** Hotel ist mit einem eigenen Blockheizkraftwerk und einem Stückholzheizkessel, der mit Biomasse betrieben wird, ausgestattet. Eine Wärmepumpe, die ihre Kraft aus der natürlichen Erdwärme zieht, unterstützt den Heizbedarf des Hotels. Eine Photovoltaikanlage sorgt für den nötigen Strom. Durch diese verschiedenen Maßnahmen konnten 44.892 CO₂ Emissionen pro Jahr eingespart werden. Das **AKZENT** Hotel Kaltenbach wurde von Viabono mit der Klimaeffizienzklasse A ausgezeichnet und als klimafreundlich eingestuft.

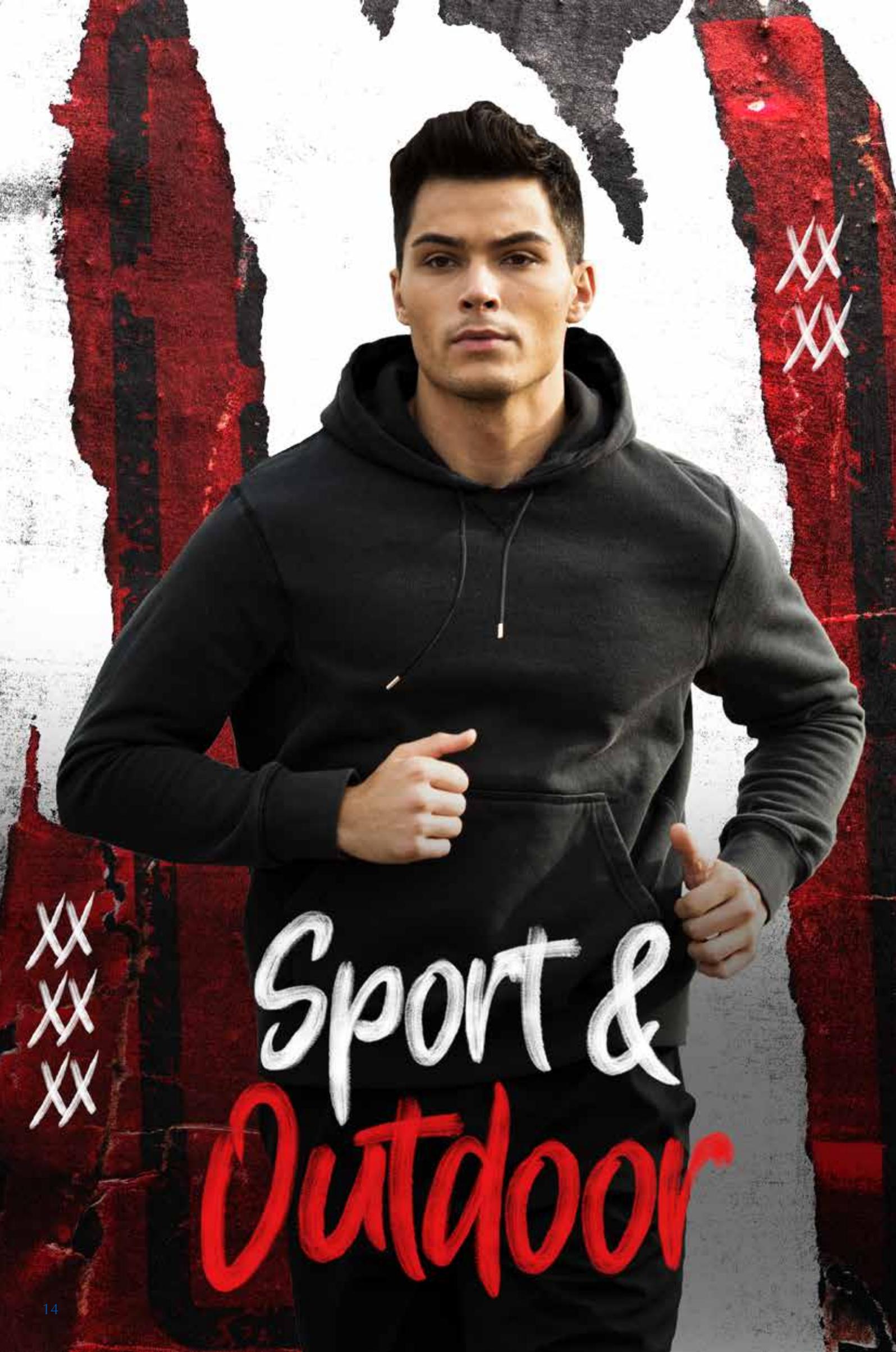


Ihre Gastgeber
Familie Kaltenbach

AKZENT Hotel Kaltenbach

Oberort 3
78141 Schönwald
Telefon: 07722-9635-0
Email: info@hotel-kaltenbach.com
www.Hotel-Kaltenbach.com





Sport &
Outdoor

RAUS AUS DEM ALLTAG! FIT WERDEN AN DER FRISCHEN LUFT

Besonders in dieser ungewöhnlichen Zeit, in der man nur eingeschränkt nach draußen durfte, stieg das Interesse am Outdoorsport. Klar, in den letzten Monaten war der Sport an der frischen Luft eine gute Möglichkeit überhaupt mal wieder vor die Tür zu kommen und aus dem eigenen Trott heraus zu kommen. Aber auch außerhalb von Lockdown und Pandemie gibt es viele Gründe die dafür sprechen sich in der freien Natur fit zu halten.

Beim Radfahren den frischen Wind in den Haaren spüren, beim Joggen gleichzeitig die Sonne genießen, sich beim Klettern neuen Herausforderungen stellen und am und auf dem Wasser neue Abenteuer erleben- der Outdoorsport hat viele Facetten und hält einen nicht nur fit, sondern lässt einen auch neue Urlaubsregionen und Gleichgesinnte kennenlernen.

TRAINING BEI WIND UND WETTER

Nach einem langen, stressigen Arbeitstag gibt es nichts besseres als den Kopf frei zu bekommen – und zwar mit Sport. Besonders im Sommer locken lange Sommerabende, die man wunderbar bei einer Sporteinheit genießen kann.

Im Gegensatz zum Fitnessstudio bringen Outdoorsportarten aber noch weitere Vorteile mit sich. So ist der Kalorienverbrauch Sportarten bei Sportarten in der Natur im Vergleich zu einem Indoor-Trainingsprogramm generell höher. Das liegt einfach daran, dass der Körper durch wechselnde Temperaturen, Unebenheiten im Boden und andere Unwägbarkeiten wie Gegenwind mehr gefordert wird. Steile An- oder Abstiege erfordern mal mehr, mal weniger Kraft und trainieren so unterschiedliche Muskeln- vorausgesetzt: man läuft oder radelt nicht immer die gleiche Strecke, fallen Belastungsspitze auf einzelne Muskelgruppen durch unterschiedliche Untergründe und Schwierigkeitsgrade weg. Dadurch ist der Sport im Freien auch abwechslungsreicher im Fitnessstudio. Der Sauerstoffgehalt der Luft steigert die Durchblutung. Dadurch wird der Teint schöner, die Haut straffer und bei einem regelmäßigen Training bei Wind und Wetter wird das Immunsystem gestärkt. Ein weiterer wichtiger Punkt: im Sommer regt der Sport in der Sonne auch noch die Vitamin D Produktion an.

DIE BEIDEN KLASSIKER: JOGGEN UND RADFAHREN

Joggen ist wohl der Outdoorsport schlechthin und gehört nicht nur in Deutschland zu den am häufigsten, praktizierten Sportarten. Beim Laufen kann man die Seele baumeln lassen, entspannen und gleichzeitig seine Ausdauer trainieren. Der größte Vorteil bei diesem Klassiker der Outdoorsportarten ist wohl, dass man vorher keine besonderen, technischen Fähigkeiten erlernen und keine Kurse besuchen muss. Es gibt keine festgelegten Zeiten für die Ausübung und auch einem Verein muss nicht beigetreten werden.

Bevor allerdings die Laufschuhe geschnürt werden, sollte man sich trotzdem mit der Sportart auseinander setzen, denn auch hier gibt es verschiedene Techniken und Trainingsvarianten. Wer allerdings ein paar Kilo zu viel auf den Rippen hat und sich mit Gelenkproblemen plagt sollte erstmal die Finger vom Laufen lassen und sich mit dem zweiten Klassiker der Outdoorsportarten, dem **Radfahren** in Form bringen.

Wer trotzdem nicht aufs Rad steigen will, der kann mit **Walking, Nordic Walking** und **Slow Jogging** – sozusagen die kleinen Schwestern vom Joggen – mit dem Training unter freiem Himmel beginnen.

XX

Auch **Mountainbiking** gilt als idealer Outdoor Sport für die Gesundheit. Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass eine Stunde Mountainbiken durchschnittlich bis zu 800 Kilokalorien verbrauchen kann. Für einen optimalen Trainingseffekt ist es ratsam mindestens eine Stunde durch Gelände zu fahren, die leicht hügelig sind und verschiedene Auf- und Abstiege beinhalten. Je öfter man trainiert und geschickter mit dem Bike wird, desto anspruchsvoller Strecken und längere Touren können bewältigt werden.



Ähnlich verhält es sich bei einer anderen Sportart im Bereich der Räder: beim Radrennfahren fährt man zwar keine anspruchsvollen Trails, trainiert aber trotzdem viele Muskelbereiche und verbessert seine Ausdauer. Bei regelmäßigem Training können Radrennfahrer Tagestouren von bis zu 150 Kilometer oder mehr zurück legen.

DIE TRENDSPORTARTEN: SLACKLINING, CALISTHENICS UND CROSSMINTON

Radfahren oder Joggen klingt viel zu langweilig und du möchtest statt der Ausdauer lieber Geschicklichkeit trainieren oder Kraft aufbauen? Jedes Jahr erobern auch neue Trendsportarten die Welt des Outdoortrainings. Wie wäre es zum Beispiel mit **Calisthenic**? Ein echter Streetworkouttrend, bei dem mit Hilfe des eigenen Gewichts Muskeln aufgebaut und definiert werden. Der Begriff kommt aus dem Griechischen und bedeutet übersetzt in etwa „schöne Kraft“. Die Schönheit und die Kraft kommt beim Calisthenics aus dir selbst, denn ganz ohne teure Geräte werden unterschiedliche Übungen wie Liegestützen ausgeführt – mit Hilfe des eigenen Körpergewichts oder bereits vorhanden Hilfsmitteln in der Natur. Wer auf Ballspiele wie Tennis, Badminton oder Squash steht, dem gefällt wahrscheinlich auch **Crossminton**, denn die Sportart ist eine Kombination aus allen drei Spielen. Hier werden vor allem Hand-Augen-Koordination und Arm- und Beinmuskeln trainiert. Vor allem bringt Crossminton jede Menge Spaß, denn beim Spiel geht es rasant zu. Die Spielbälle, auch Speeder genannt, können nämlich Geschwindigkeiten von bis zu 290 km/h erreichen und lassen auch von Wind nicht so leicht aus der Bahn werfen wie herkömmliche Federbälle – der perfekte Sport für den eigenen Garten oder für einen Besuch im Park.

Etwas gemächlicher geht beim Trendsport **Slacklining** zu. Dabei ein spezielles Nylonband auf niedriger Höhe zwischen zwei Bäumen gespannt. Die Herausforderung besteht darin die Slackline langsam abzuschreiten. Das fordert viel Gleichgewichtssinn und obwohl man nur wenige Schritte machen werden viele Muskelgruppen angesprochen und trainiert.



ABWECHSLUNGSREICHER SPORT FÜR ALLE WASSERLIEBHABER

Besonders im Sommer sorgen natürlich Sportarten um und auf dem Wasser für Abwechslung im Alltag. Viele typische Wassersportarten wie **Kitesurfing**, **Wellenreiten** oder **Windsurfing** sind natürlich nur an der Küste möglich und meist auch ein ziemlich teures Hobby. Wer allerdings nicht auf den Brettsport am Wasser verzichten möchte, der sollte das **SUP (Stand Up Paddling)** einmal ausprobieren. Kurse für den Sport gibt es nämlich nicht nur am Meer, sondern auch an verschiedenen Seen und Flüssen in ganz Deutschland. Außerdem ist beim Stand Up Paddling der Umgang mit dem Bord leicht zu erlernen und mittlerweile gibt es sogar Erweiterungen der Sportart wie **SUP-Yoga** oder ganze Tagesausflüge auf verschiedenen Touren in fließenden Gewässern.

Apropos, auch **Kanufahren** ist nicht nur eine beliebte Outdooraktivität, sondern kann auch als Sportart betrieben werden. Ob bei Tagesausflügen, beim Kanuwandern oder als Familienaktivität: Paddeln eignet sich für jung und alt und lässt sich in nahezu jedem Alter erlernen. Der Sport dient aber nicht nur dazu Flüsse, Seen und andere Gewässer aus einer anderen Perspektive zu entdecken, beim Kanu fahren trainiert man seinen ganzen Körper. Die gesamte Oberkörpermuskulatur wird trainiert und der Rücken stabilisiert.



ZWEI AUF EINEN STREICH: SIGHTSEEING BEIM OUTDOOR-SPORT

Die eigene Region neu entdecken oder im Urlaub Sightseeing-Tour gehen- beides lässt sich wunderbar mit den verschiedensten Sportarten kombinieren. Auf der Suche nach neuen Training Spots, Laufstrecken oder Radrouten lernt man automatisch seine eigene Region besser kennen. Auch im Urlaub oder auf einer Geschäftsreise kann man Vergnügen und Sport miteinander kombinieren. Gerade auf Reisen bietet sich **Outdoor-Fitness** dafür an, eine Stadt und die Region auf eine andere Art und Weise kennenzulernen und auf Gleichgesinnte zu treffen. So gibt es mittlerweile auch Reiseführer, die sich diesem Thema annehmen und nicht nur die besten Wander- und Radrouten, sondern zum Beispiel auch die besten Jogging-Routen vorstellen.

Auch die Gastgeber in den Hotel der **AKZENT** Kooperation stellen ihren Gästen gerne verschiedene aktive Programme zusammen, um dem Alltag zu entfliehen. Rund um das **AKZENT** Hotel Krone in Helmstadt warten nicht nur tolle Radwege auf Besucher, sondern auch Wanderwege und zahlreiche Kanutouren auf dem fränkischen Main bieten genug Möglichkeiten für einen sportlichen Urlaub. Dabei gilt es idyllische Naturlandschaften inmitten von Weinbergen und fränkischer Gastfreundschaft zu entdecken.



AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 90640
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de





AKZENT Hotel ★★★
Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 90640
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



MINI-KREUZFAHRT MIT GENUSS

Erleben Sie die schönsten Seiten unserer Region bei einer Main-Schiffahrt von Würzburg nach Veitshöchheim. Besuchen Sie die ehemalige Sommerresidenz der Fürstbischöfe und entdecken Sie den romantischen Rokoko-Garten.

- 2 x Übernachtung
 - 1 x Frühstücksbuffet
 - 1 x Begrüßungs-Aperitif
 - 1 x Kaptain's Dinner mit 3-Gang Menü
 - 1 x fränkische Häckerbrotzeit
 - 1 x Schiffahrt von Würzburg nach Veitshöchheim und zurück
 - Eintritt ins Schloss mit Führung
- Buchbar vom 01.05. - 20.09.2020

DZ Classic p.P.	159 Euro	EZ Standard p.P.	199 Euro
DZ Komfort p.P.	167 Euro	EZ Komfort p.P.	207 Euro

RAUS AUS DEM ALLTAG

Endlich mal raus aus dem Hamsterrad des Alltags - nach all den Beschränkungen. Entdecken Sie die schönen Seiten von Deutschland die liebliche Gegend um Würzburg. Genießen Sie die naturbelassene Landschaft von Mainfranken - geprägt von Flüssen, Tälern und weitläufigen Wiesen und Weinbergen. Machen Sie einen erholsamen Spaziergang durch Wald und Flur oder eine Fahrradtour entlang des Mains. Hier begegnen Sie Menschen, die für Ihre Gastfreundlichkeit und Geselligkeit bekannt sind. Am einem Abend verwöhnt Sie unsere Küche.

- 2 x Übernachtung
 - 2 x KRONE - Frühstücksbuffet
 - 1 x 2-Gang Menü - mit Produkten aus der REGION
 - 1 x Flasche Wasser auf dem Zimmer
 - kostenloser Parkplatz
- Buchbar: 30.05. - 30.08.2020

Doppelzimmer Classic	p.P. 119 Euro
Doppelzimmer Komfort	p.P. 129 Euro
Einzelzimmer Zuschlag	20 Euro pro Nacht

HOMEMADE *Lemonade*



Knallige Farben, ein Prickeln auf der Zunge und ein erfrischender Geschmack: genau das macht Limonade, nicht nur bei Kindern sondern auch bei Erwachsenen, so beliebt. Sogar Pippi Langstrumpf liebte Zitronenlimonade und musste dank des Limonadenbaums im Garten, auf dem übrigens immer donnerstags auch Schokolade wuchs, nie auf die süße Erfrischung verzichten. Ob Coca-Cola, Pepsi, Fanta oder Tonic Water – mehr als vier Millionen Deutsche trinken täglich Limonaden. Das macht durchschnittlich etwa 80 Liter pro Kopf im Jahr. Eins haben alle klassischen und handelsüblichen Limo's dabei gemeinsam – sie enthalten besonders viele, synthetische Stoffe und sind aufgrund ihres hohen Zuckergehalts leider nicht besonders gesund. Wer trotzdem nicht auf die fruchtigen Durstlöscher verzichten möchte, sollte diese also lieber selber zubereiten. Und das ist gar nicht so schwer, denn im Handumdrehen und ohne exotische Zutaten lassen sich leckere Brausen zaubern, die garantiert auch Pippi gerne getrunken hätte.

VON ROM ÜBER SPANIEN BIS NACH ÖSTERREICH

Wer genau die Limonade erfunden ist bis heute unklar. Wie bei so vielem waren aber vermutlich die antiken Römer, die Ersten die eine Art Erfrischungsgetränk namens Posca tranken. Dabei wurde Wasser mit einem Schuss Essig gemixt. Je nachdem aus welchen Früchten der Essig gewonnen wurde, variierte auch der Geschmack des Poscas. Auch in Spanien des 16. und 17. Jahrhunderts verfeinerte man das fade Wasser wohl oft mit verschiedenen Früchten. Der Urtyp und auch Namensgeber der heutigen Limonade war der „Lemon Squash“, der Anfang des 19. Jahrhunderts erstmals auf den Markt kam. Der Name des Erfrischungsgetränks leitet sich vom italienischen Wort „limonata“ ab und bezeichnet eine Art Zitronenwasser. Wie der Name also schon verrät, bestand die ursprüngliche Limonade hauptsächlich aus Wasser mit verdünntem Zitronensaft. Dem englischen „Lemon Squash“ wurde dann noch Zucker hinzugefügt.

Im 18. Jahrhundert entstanden in Österreich, genauer gesagt in Wien, die ersten Limonadenzelte. Vor den Kaffeehäusern, die zu der Zeit nur Männer besuchen durfte, wurden im Sommer Zelte aufgebaut die Erfrischungsgetränke und Eis verkauften – sehr zur Freude der weiblichen Bevölkerung, die diese auch aufsuchen durften. Aufgrund der hohen Nachfrage und Beliebtheit des Getränks wurde die Limo schon bald nicht mehr aus echten Zitrusfrüchten, sondern synthetischen Ersatzstoffen hergestellt. Daher werden auch koffeinhaltige Getränke mit Kohlensäure wie Energydrinks mittlerweile zu den Limonaden gezählt. Übrigens ist die Fanta eine deutsche Erfindung, die aus der Kriegsnot heraus entstand. Aufgrund der knappen Rohstoffe während der Kriegsjahre konnte in Deutschland die beliebte Cola nicht mehr produziert werden. Daraufhin erfand ein bei Coca-Cola in Deutschland angestellter Chemiker 1940 die Fanta, die dann nach dem Krieg in der ganzen Welt in das Sortiment des Unternehmens aufgenommen wurde.

ZUCKERSIRUP: BASIS FÜR SÜßE LIMONADEN

Ein Grund warum Limonade so gerne getrunken wird, ist wohl nicht nur auf den Fruchtegeschmack zurückzuführen, sondern wohl vor allem auch auf die Süße des Erfrischungsgetränk. Jede Limonade ist mehr oder weniger süß. In einer 250 ml Coca-Cola Flasche stecken ganze 9 Zuckerwürfel. Wer Wert auf eine gesunde Ernährung legt, sollte Limonaden also nur in Maßen genießen oder diese einfach mit weniger Zucker selber machen. Die beste Grundlage für eine selbstgemachte Limonade ist Zuckersirup. Sirup herzustellen ist kinderleicht: einfach gleiche Teile Wasser und Zucker aufkochen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Dem Sirup kann man

dann beim Abkühlen noch verschiedene Kräuter oder Gewürze begeben, die der hausgemachten Limonade noch mehr Aroma verpassen. Selbstgemachter Sirup hält sich übrigens bis zu zwei Wochen im Kühlschrank, sodass man ihn auch gut auf Vorrat kochen kann. Beim Mixen der Limonade kann man so mit der selbstgemachten Grundlage bestimmen wie süß das Getränk werden soll und weiß genau, wie viel Zucker drin steckt. Wer es noch gesünder mag und trotzdem nicht auf leckere Drinks verzichten möchte, kann auch einfach Wasser mit verschiedenen Früchten und Kräutern aufpeppen. Hier gibt es viele verschiedene tolle Rezeptideen, die ganz ohne Sirup und Zucker auskommen und trotzdem für einen echten Frischekick sorgen. Klassische Geschmacksgeber sind dabei natürlich Zitrusfrüchte wie Limetten oder Orangen. Aber auch ungewöhnlichere Zutaten wie Ingwer, Thymian, Basilikum oder Anis verleihen einfachem Wasser eine besondere Geschmacksnote.

GESCHMÄCKER SIND NUN MAL VERSCHIEDEN

und da sich Limonade schon seit ihrer Erfindung bei Groß und Klein Begeisterung hervorrufft, wundert es nicht, dass es mittlerweile eine Vielzahl von verschiedenen Geschmacksrichtungen gibt. Cola, Orange und Zitrone sind dabei die Klassiker – in der Welt der Limonaden geht es aber auch weitaus verrückter zu. Hier kommen die ungewöhnlichsten Kreationen:

1

BIRDS NEST AUS CHINA

Hier ist der Name Programm: in der Limo steckt zwar zum Glück kein komplettes Vogelnest, welche in China übrigens eine echte Delikatesse sind, sondern „nur“ der Speichel des chinesischen Mauerseglers. Die Chinesen glauben an die zellregenerierende Wirkung der Vogelspucke und verarbeiten diese deshalb in der Limonade.

2

CURRY SODA AUS JAPAN

Curry gehört bei den Japanern anscheinend nicht nur zum Reis, sondern auch in die Limo. Ramune nennt sich die Soda, wird mit Zitrone verfeinert und ist zugleich süß und scharf. Ramune Sodas gibt es auch noch in anderen, nicht ganz so außergewöhnlichen Geschmacksrichtungen wie Himbeere und Melone. Ein Highlight der Marke: Um die Flasche zu öffnen, muss eine kleine Glaskugel in den Flaschenhals gedrückt werden.

3

COCO FIZZ AUS DEN USA

Geschmacksrichtung: Schokolade! Durch Kakaopulver schmeckt diese Limonade nach dunkler Schokolade und Milch. Also eigentlich wie ein leckerer Kakao – nur mit prickelnder Kohlensäure.



LEMON SQUASH

10 g Ingwer 500 ml
Mineralwasser 1 l stilles
Wasser 200 g Zucker
200 ml Zitronensaft 2
Bio-Zitronen 5 Stiele
Minze

Zum Zitronen-Limonade selber machen den Ingwer schälen und fein hacken. In einem Topf 500 ml Wasser mit dem gehackten Ingwer und 200 g Zucker unter Rühren aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Auskühlen lassen. Den Sirup anschließend durch ein Sieb in ein großes Einmachglas oder einen Krug mit ca. 2 Liter Fassungsvermögen gießen. Den Ingwersirup mit 200 ml Zitronensaft und 1 Liter kaltem Wasser, je nach Geschmack still oder mit Sprudel, auffüllen. Die Bio-Zitronen heiß abwaschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. 5 Stiele Minze waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Minze und Zitronenscheiben zur Limonade geben und diese gut gekühlt servieren.

ICED COFFEE

800 ml kalter Kaffee 300 g
Zucker 3 Bio-Zitronen Tonic
Water Eismwürfel

Zwei Zitronen abwaschen, die Schale fein raspeln und auspressen. In einem Topf 300 ml Wasser mit dem Zucker vermengen. Abrieb der Zitrone und den Saft hinzugeben und aufkochen lassen bis ein Sirup entsteht. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen. In der Zwischenzeit die verbliebene Zitrone als Dekoration in Scheiben schneiden. Den Sirup in die Gläser geben, Eismwürfel und Zitronenscheiben hinzugeben und mit ca. 80ml kalten Kaffee auffüllen. Zum Schluss etwas Tonic Water zufügen- dabei noch genügend Platz für die entstehende Schaumkrone lassen.





ERDBEER-SIRUP

4 Rosmarinzweige 250 g
Erdbeeren 250 g Zucker
2 Bio-Zitronen Mineral-
wasser Eiswürfel Minze

In einem Topf 500 ml Wasser mit den 250g Zucker aufkochen lassen. Die Rosmarinzweige hinzufügen. Leicht köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Einige Erdbeeren für die Dekoration verlesen. Die Schale einer der Zitronen raspeln und anschließend den Saft auspressen. Die andere Zitrone in Scheiben schneiden. Den Topf vom Herd nehmen und die restlichen Erdbeeren, den Zitronensaft- und schale hinzugeben und etwa 15 Minuten ziehen lassen. Die Rosmarinzweige entfernen, den Sirup pürieren und komplett auskühlen lassen. Zum Servieren etwas Sirup in eine Karaffe oder einzelne Gläser füllen. Erdbeeren, Minze, Zitronenscheiben und Eiswürfeln hinzugeben. Mit Mineralwasser auffüllen.

ORANGEN- SALBEI-WASSER

1 Bio-Orange 3 Zimtstangen
6 Salbeiblätter Wasser

Die Orange heiß waschen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben nochmals vierteln und in eine Karaffe geben. Die Zimtstangen und Salbei hinzufügen. Mit kaltem Wasser mit oder ohne Kohlensäure aufgießen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.



DAS PASSIERT IM JULI

Vorsorge ist alles

Vorbereitung ist alles – auch in der Küche, denn der Juli ist die perfekte Zeit um die ersten Marmeladen zu kochen oder Obst einzulegen und für den Winter haltbar zu machen. Rote Stachelbeeren, Erdbeeren oder Kirschen schmecken nämlich nicht nur frisch besonders gut, sondern lassen sich auch super zu Likör, Chutneys oder eben Marmelade verarbeiten. Mit so einem leckeren Vorrat ist auf jeden Fall schon mal die Vorratskammer für die kälteren Jahreszeiten gerüstet.



Sie leuchten wieder

Falls Ihr in den nächsten Tagen nach Einbruch der Dunkelheit im Freien unterwegs seid, dann haltet die Augen auf, denn im Juli schwärmen Glühwürmchen aus, um auf Partnersuche zu gehen.

Der Juli bringt laue Sommerabende und warme Nächten, in den in Parks, Gärten oder Waldlichtungen kleine, grünliche Leuchten für eine ganz besondere Stimmung sorgen. Die Glühwürmchen schwirren durch die Luft und geben sich mit dem Leuchten sozusagen Blinkzeichen und können sich so in der Dunkelheit finden.

Die besten Chancen habt ihr in ruhigen Gebieten mit viel Gras, z.B. in Auenwäldern, an Waldrändern oder in Parkanlagen. Taschenlampen sollten bei der Suche ausbleiben, denn sonst überseht Ihr leicht das Leuchten eines Glühwürmchens.



AKZENT - HOTELS -



Hier unser Gästemagazin
einfach downloaden



Telefon + 49 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · www.akzent.de · info@akzent.de

Pinterest · Facebook · Instagram



Werden Sie unser

AKZENT Stammgast

... und profitieren Sie von unschlagbaren Raten
und unserem **Stammgastvorteil in Höhe von 5 €**.

Ihre Treue belohnen wir!

Ihren **AKZENT**-Stammgastcode erhalten Sie bei Abreise in
einem unserer **AKZENT** Hotels. Danach können Sie direkt von
den Vorteilen profitieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt in einem unserer
AKZENT Hotels und viel Spaß mit der **AKZENT** Stammgastkarte!

Wie?

Fragen Sie unser freundliches **Rezeptions-Team!**

