

6. Ausgabe 2015

Dez. – Jan. '16

Kostenlos

# LandFlair

Das Kundenmagazin

... wir sind ein Teil des Landlebens!

**Land &  
Freizeit**



## Winterblüher

*Die schönsten Zimmerpflanzen*



## Eichhörnchen

*Kobelbau als Winterhilfe*



## Zimt & Schokolade

*Köstliche Rezeptideen*

**So macht der Winter Spaß**

*Gesund und fit mit Superfood*





06



10

# Inhalt

6. Ausgabe 2015



12



14



19



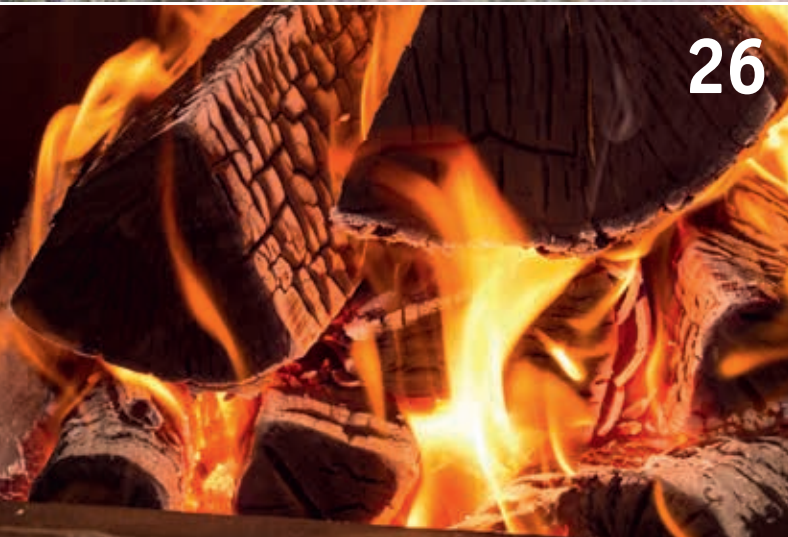
20



22



24



26



28



30

## 04 Saisonale Tipps

*Rundum gut durch den Winter*

## 06 Winterblüher statt Winterblues

*Winterblüher bringen den Frühling ins Haus*

## 10 Es ist angerichtet

*Die besten Futtertipps für Gartenvögel*

## 12 Schneefrei

*Wer muss wann schippen?*

## 14 Richtig ausmisten

*So verbessern Sie die Stallluft*

## 18 BUFFO: das neue Leibgericht

*Neue Lieblingsgerichte für Hund*

## 19 Bahn frei

*für Hörnerschlitten, Po-Rutscher und Co.*

## 20 Kletterkünstler auf Schatzsuche

*Eichhörnchen: So verbringen sie den Winter*

## 22 Supergesund

*Das wichtigste Superfood auf einen Blick*

## 24 Zimt & Schokolade

*Eine köstliche Winterromanze*

## 26 Mit dem Winter warm werden

*Wissenswertes rund um den Kamin*

## 28 Spielzeug? Aber sicher!

*Geprüfte Spielwaren*

## Weitere Rubriken:

### 13 Basteltipp

### 16 Naturbild der Saison

### 17 Mondkalender

### 30 LandFlair Rezepte





# Saisonale Tipps



## Runter mit dem Winterspeck

Was bei Hasen, Mäusen und Rehen überlebenswichtig ist, wird bei unseren gut versorgten Haustieren schnell zum Problem: Der Winterspeck. Instinktiv fressen sich Hund, Katze und Hamster im Winter einen Fettvorrat an – oft unbemerkt durch das dichter werdende Fell. Doch im Gegensatz zu wild lebenden Tieren werden die Speckpölsterchen im Winter nicht abgebaut und können zu Fettsucht, Diabetes oder Gelenkerkrankungen führen. Wer seine Tiere gesund und schlank durch den Winter bringen will, sollte die Futtermenge sorgsam steuern und mit Spielen und Spaziergängen für viel Bewegung sorgen.

## Mit Winterdecken Pferde vor der Kälte schützen

Jeden Winter stellt sich für viele Pferdehalter die Frage: Braucht mein Pferd eine Decke? Werden Pferde ganzjährig auf der Koppel oder im Offenstall gehalten, passt sich der Körper dank Thermoregulation hervorragend der Kälte an. Bei kranken, älteren und geschorenen Pferden sowie Pferde, die regelmäßig trainiert/geritten werden, macht eine Decke jedoch Sinn. Hier bietet Ihnen Ihr Land & Freizeit Markt verschiedene Outdoordecken von ungefüttert, über 100 g, 200 g bis 300 g eine große Auswahl an. Sollten Sie Ihrem Pferd nach der Arbeit eine Abschwitzdecke überwerfen wollen, so finden Sie auch diese in Ihrem Land & Freizeit Markt.



## Auf gesunden Pfoten durch den Winter

Im Schnee herumtollen und Schneebällen hinterherjagen – im Winter für viele Hunde ein Riesenspaß. Doch Salz, Streusand, Splitt und Eis greifen die Pfoten an und können dem Vergnügen schnell ein Ende machen. Wer vorbeugen will, beginnt am besten mit einer Schur: Lange Haare vorsichtig zwischen den Ballen schneiden, damit sich keine Sand- und Eisklumpen bilden können. Zusätzlich vor dem Spaziergang Pfoten mit Hirschtalg, Vaseline oder speziellem Pfotenschutz einreiben, damit sie nicht spröde und rissig werden. Nach einem Spaziergang auf gestreuten Wegen die Pfoten zusätzlich mit lauwarmem Wasser abwaschen und vorsichtig mit einem weichen Tuch abtrocknen.



## Weihnachtsbaum: So bleibt er lange schön

Kaum sind sie weihnachtlich geschmückt, rieseln die Nadeln. Damit der Weihnachtsbaum möglichst lange durchhält, sollte man schon beim Kauf auf einiges achten. Am besten eine Nordmantanne, Edeltanne oder eine frisch geschlagene Blaufichte kaufen, die weniger stark nadeln als gewöhnliche Fichten, und vorsichtig transportieren. Wird der Baum zu Hause zwischengelagert, fühlt er sich an einem kühlen Platz am wohlsten, z.B. auf dem Balkon, im Keller oder in der Garage. Beim Aufstellen nicht direkt an der Heizung platzieren, Stamm nochmals anschneiden und einen Weihnachtsbaumständer wählen, der regelmäßig mit frischem Wasser nachgefüllt werden kann. So vorbereitet, strahlt der Weihnachtsbaum vom Advent bis zu Silvester in seiner ganzen Schönheit.

## Sinnvoll lüften für ein gesundes Raumklima

Bis zu zwölf Liter Wasser verdunsten in einem Vier-Personen-Haushalt täglich beim Duschen, Waschen, Kochen, Schlafen, durch Pflanzen und Haustiere. Diese Feuchtigkeit muss durch richtiges Lüften wieder raus, sonst schlägt sie sich an den Wänden nieder und bildet einen idealen Nährboden für Schimmel. Damit dabei die Heizkosten nicht in die Höhe schnellen, am besten mehrmals täglich kurz für Durchzug sorgen und gegenüberliegende Fenster und Türen weit öffnen. So wird die Luft am effektivsten ausgetauscht und die Schimmelgefahr zuverlässig gebannt.



## Sicheres Winterquartier für Nager

Ein geschütztes Gehege mit Freilauf – so leben Meerschweinchen und Kaninchen am liebsten. Auch im Winter. Sind die kleinen Nager kerngesund und an das Leben im Freien gewöhnt, können sie auch in der kalten Jahreszeit raus. Vorausgesetzt, die Unterkunft ist winterfest. Wichtig ist eine Schutzhütte, die mit Styropor gedämmt ist und sich bei Bedarf mit luftdurchlässigen Plexiglasscheiben verschließen lässt. Auf dem Boden wärmen mindestens 10 cm Stroh und viel Heu. Ebenfalls wichtig: Kaninchen und Meerschweinchen nur als Paar oder in der Gruppe halten. So fühlen sie sich am wohlsten und können sich gegenseitig wärmen.



### *Azalee*

Sie liebt es hell oder halbschattig und gedeiht am besten in konstant feuchter Erde. Beim Kauf sollten die Knospen prall, gleichmäßig entwickelt und farblich bereits erkennbar sein. Azaleen nicht direkt über einer Heizung platzieren, besser ist ein wenig geheizter Ort mit hoher Luftfeuchtigkeit und ohne direkte Sonne.



## *Winterblüher statt Winterblues*

Ein Blick aus dem Fenster trübt derzeit schnell die Stimmung. Alles trist und grau. Höchste Zeit also für ein paar Farbtupfer. Mit Alpenveilchen, Amaryllis und Co. lässt sich auch der kalten Jahreszeit eine farbenfrohe Seite abgewinnen.

**B**lühende Pflanzen im Winter? Was geradezu nach einem Widerspruch klingt, ist es für die Natur keineswegs. Sie lässt selbst zur kältesten Jahreszeit und bei wenig Sonnenlicht Winterblüher in den schönsten Farben leuchten. Während im winterlichen Garten die faszinierend schöne Zaubernuss, der leuchtend gelbe Winterjasmin oder die rosa blühende Winterkirsche für aufmunternde Farbleckse sorgen, bringen sich auf der Fensterbank oder in der weihnachtlichen Deko die winterblühenden Zimmerpflanzen in Position.

### *Sterne für die Vorweihnachtszeit*

Ein Winterblüher, der zur Weihnachtszeit geradezu ein Muss ist, ist der prächtig rote Weihnachtsstern (Euphorbia

pulcherrima). Mit seinen roten, sternförmigen Blättern setzt er stilvolle Akzente in der Weihnachtsdeko – ob als festlich dekoriertes Solitär oder in einem geschmackvoll gestalteten weihnachtlichen Arrangement, bei dem die roten Blätter elegant mit Silberfarben kontrastieren.

### *Üppige Blüten und duftende Schönheiten*

Konkurrenz bekommt der Weihnachtsstern von Schönheiten wie der Amaryllis oder der Weihnachts-Narzisse. Die Amaryllis (Hippeastrum), auch Ritterstern genannt, entwickelt wahre Prachtblüten. Bis zu vier Blüten setzen in leuchtendem Rot, in elegantem Zartrosa oder modisch gestreift unübersehbare Frühlingsakzente. Ebenfalls aus der

### *Alpenveilchen*

Eine Pflanze für kühle Räume. Zimmer-Alpenveilchen mögen einen hellen, halbschattigen Standort und Temperaturen zwischen 13 und 16 Grad. Am wohlsten fühlen sie sich im kühlen Wintergarten oder im Treppenhaus.





Familie der Amaryllisgewächse stammt die Weihnachts- oder Tazetten-Narzisse (*Narcissus tazetta*). Mit ihren weißen, dicht gefüllten Blüten schafft sie einen schönen Kontrast zu den Winterblüchern in Rot, zugleich erfüllt sie das winterliche Zuhause mit ihrem starken, süßlichen Duft.

Einen herrlichen Duft nach Frühling bringt auch die Hyazinthe (*Hyacinthus*) ins Haus. Die wunderbar riechende Zwiebelpflanze wird in einem Hyazinthenglas zum besonderen Blickfang, das freien Blick auf die Wurzeln bietet. Wer die Zwiebeln im Herbst in einem kühlen Raum vorzieht, wird ab Dezember mit farbenprächtigen Blüten und einem kräftigen Frühlingsduft belohnt.

### ***Von der altmodischen Topfpflanze zum Trendsetter***

Beinahe unscheinbar wirkt dagegen ein anderer Winterblüher: Das Zimmer-Alpenveilchen (*Cyclamen persicum*). Das mittlerweile in allen Farben erhältliche Alpenveilchen erlebt eine regelrechte Renaissance. Längst ist aus der altmodischen Topfpflanze ein kleines Topfwunder geworden, das sich ebenso romantisch wie modern inszenieren lässt, beispielsweise Ton in Ton mit weißen Blüten und weißem Übertopf.

### ***Amaryllis***

Wie alle Zwiebelpflanzen hat die Amaryllis drei Vegetationsphasen: Im Frühjahr und Sommer wächst sie, im Herbst ruht sie und im Winter blüht sie. Bei normalen Lichtverhältnissen und bei Zimmertemperatur öffnet sie im Dezember und Januar ihre prächtigen Blüten.



### ***Weihnachts- oder Tazetten-Narzisse***

Die weiß blühenden Narzissen lassen sich gut selbst ziehen. Die Zwiebel ohne Erde in einen mit Kieselsteinen gefüllten Topf oder in eine Glasschale stecken, sodass sie nur zur Hälfte bedeckt ist. Das Wasser darf die Zwiebel nicht berühren. An einen hellen Fensterplatz gestellt, beginnt die Pflanze nach sechs Wochen zu blühen. Steht die Pflanze nicht zu warm, dauert die Blütezeit mehrere Wochen.

### ***Ein kleines Weihnachtswunder***

Wer trotz aller Winterblüher noch immer sehnsuchtsvoll auf das Frühjahr wartet, kann sich noch einen besonders schönen Frühlingsboten ins Haus holen: Die Barbarazweige. Traditionell am 4. Dezember – dem Tag der heiligen Barbara – werden die Zweige geschnitten und in eine Vase gestellt. Geeignet sind Apfel-, Pflaumen- oder Kirschbäume, Zierjohannisbeere oder Forsythien. Gab es noch keinen Frost, sollten die Zweige für 12 bis 24 Stunden in die Tiefkühltruhe und anschließend über Nacht in lauwarmes Wasser gelegt werden. Blühen sie dann exakt am Weihnachtsmorgen auf, sollen sie Glück bringen. Aber auch wer das Timing nicht exakt hinbekommt, dem bringen sie auf jeden Fall gute Laune und einen herrlichen Vorgeschmack auf den Frühling.







# Die ganze Vogelschar

Nirgends lassen sich heimische Singvögel so gut beobachten wie am Futterhäuschen. Wer ein abwechslungsreiches Buffet serviert, kann bis zu 20 Arten in den Garten locken.

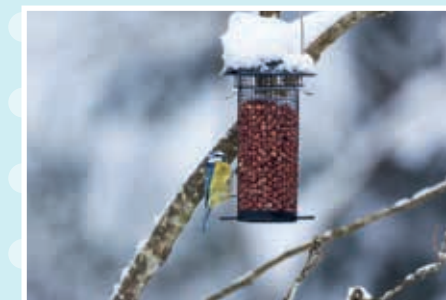
**K**aum aufgestellt, geht es hoch her am Futterhäuschen. Die ersten gefiederten Gartenbewohner, die sich an der Futterquelle einfinden, sind in der Regel Kohl- und Blaumeisen. Aus gutem Grund. Denn rücken Grünfink, Kernbeißer und Kleiber an, haben die zierlichen Meisen nicht mehr viel zu melden. Zwar geben viele Vögel im Winter ihr Territorialverhalten auf, wird es jedoch eng an der Futterquelle, siegt der Stärkere – oder der Frechere.

Wer für Ruhe und Frieden am Futterhäuschen sorgen möchte, richtet deshalb am besten mehrere Futterplätze ein, sodass auch die rangniederen Futterplatzbesucher gut durch den Winter kommen. Sinnvoll ist zudem unterschiedliches Futter, das auf die Vorlieben von

Körnerfressern als auch auf die von Weichfutterfressern abgestimmt ist.

## Das passende Futter für jeden Schnabel

Körnerfresser, zu denen Finken, Sperlinge, Ammern und Gimpel gehören, mögen am liebsten Sonnenblumenkerne, Hanfsamen oder Erdnussbruch. Weichfutterfresser lieben dagegen sehr feine Sämereien wie Mohn und Kleie sowie Rosinen, Obststücke und Haferflocken, vor allem, wenn sie zuvor in heißem Pflanzenöl getränkt wurden. Zu erkennen sind Weichfutterfresser wie Rotkehlchen, Zaunkönig, Amsel, Star, Wintergoldhähnchen und Heckenbraunelle an ihren schmalen Schnäbeln. Auch Meisen, Kleiber und Spechte gehören im Sommer zu den Weichfutterfressern. Im Winter wechseln sie dagegen ins Lager der Körnerfresser.



## Energie zehrende Winternächte

Los geht es mit der Fütterung am besten, wenn Frost und Schnee die natürliche Nahrung knapp werden lassen. Denn jetzt wird die Futtersuche nicht nur mühsam, die Vögel verbrauchen auch enorm viel Energie, um ihre Körpertemperatur aufrecht zu halten. Meisen können in einer einzigen Kältenacht bis zu zehn Prozent ihres Körpergewichts verlieren.

## Am besten fett und energiereich

Entsprechend hektisch geht es am frühen Morgen am Futterhäuschen zu. Wenn die nächtlichen Energiereserven aufgebraucht sind, gilt es, möglichst schnell an Nachschub zu kommen. Dabei hat Futter, das viel Fett enthält, absolute Priorität. Auf dem Speiseplan ganz oben

stehen Nüsse, die als Nussstangen oder in Erdnusspendern in Ihren Land & Freizeit Märkten erhältlich sind, spezielles Fettfutter wie Meisenknödel und -ringe, fettiges Streufutter sowie Sonnenblumenkerne.

## Akrobaten und Stubenhocker

Ganz unterschiedlich sind die Geschmäcker hinsichtlich des Futterplatzes. Während Kletterkünstler wie Meisen, Kleiber und Spechte an frei schwingenden Knödeln und Futtersilos herumturnen, bleiben Rotkehlchen, Amseln und Heckenbraunellen lieber auf sicherem Boden. Einen fest montierten Futterplatz bevorzugen Finken, Sperlinge und Ammern. Wer sie beobachten will, der kann mit einem klassischen Futterhaus für eine stressfreie Mahlzeit sorgen.

## Die wichtigsten Tipps rund um den Futterplatz:

- Am besten verschiedene Futterplätze und Futtersorten anbieten, damit möglichst viele Vogelarten Futter finden.
- Den Futterplatz so auswählen, dass er wettergeschützt steht und nach drei Seiten einen freien Anflug ermöglicht.
- Die vierte Seite sollte nicht direkt an eine Hecke grenzen, sondern rund zwei Meter Abstand dazu halten.
- Gut geeignet für kleinere Futterhäuschen: Die Hauswand. Dabei auf einen Mindestabstand von zwei Metern zu Fensterscheiben achten.
- Die Futterstelle täglich reinigen und regelmäßig mit heißem Wasser auswaschen.
- Kein Brot, keine gesalzenen Nüsse oder Essensreste verfüttern.
- Regelmäßig morgens und gegen Nachmittag füttern und – einmal begonnen – ganzjährig füttern.





# Schneefrei

Während Rodler ihn lieben, ist er für Hausbesitzer eine Plage. Bleibt Schnee auf dem Gehsteig liegen, wird er gar zur Ordnungswidrigkeit. Doch wer muss wann räumen und wie lässt sich der weißen Pracht am besten Herr werden?

**Z**war unterscheiden sich die Satzungen von Städten und Gemeinden im Detail, doch in den meisten Kommunen gilt: Schneeräumen ist etwas für Frühaufsteher. Ab sieben Uhr morgens bis 20 Uhr abends müssen Gehwege, die ans Grundstück grenzen, geräumt werden. Schneit es zwischendurch, muss nachgeräumt werden – je nach Satzung in einer Breite von 1,20 bis 1,50 Metern. Auch Zuwege zum Haus, zur Mülltonne oder zu Parkplätzen müssen geräumt werden – hier reicht allerdings ein Pfad. Der Hinweis „Privatweg – Betreten auf eigene Gefahr“ reicht dagegen nicht, er mahnt den Nutzer lediglich zu besonderer Vorsicht.

## Streusalz ist tabu

Geregelt ist auch die Art und Weise der Räumung. Für Hausbesitzer und Mieter ist Streusalz mittlerweile meist

verboten. Stattdessen müssen Gehwege – oder bei nicht vorhandenem Bürgersteig ein Stück der Straße – freigeschipppt werden. Reicht das nicht, kommen als Salzalternativen sogenannte abstumpfende Mittel wie Sand, Splitt, Sägespäne oder Granulat infrage.

## Schieben oder fräsen?

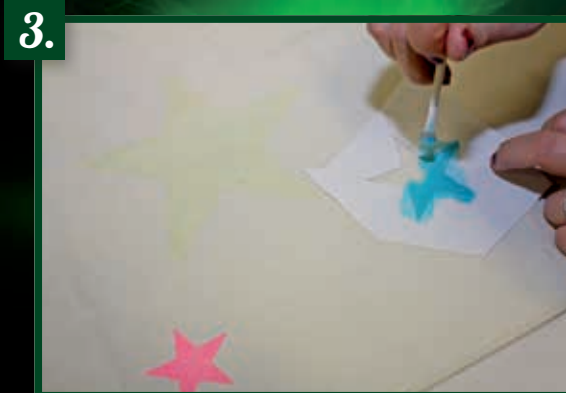
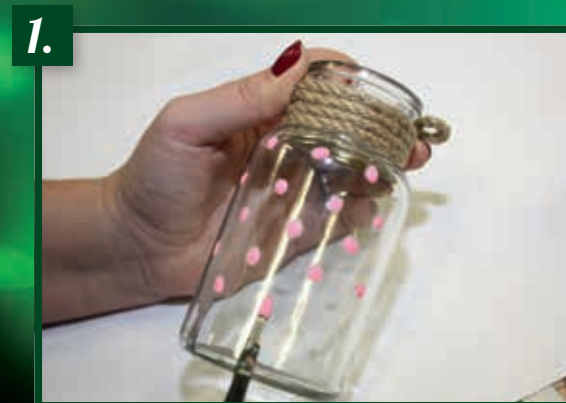
Bleibt die Wahl der Mittel. Die Auswahl reicht von der klassischen Schaufel bis zur elektrisch betriebenen Schneefräse. Während für kleine Flächen ein Schneeschieber reicht, lohnt sich bei mehr als 100 m<sup>2</sup> der Einsatz von schwererem Gerät. Das kann das kompakte, leichte Kleingerät sein oder die leistungsstarke Maschine mit Servolenkung, einstellbarer Fahrgeschwindigkeit und Stollenreifen. Doch ob Schaufel oder Fräse: Wer auf der sicheren Seite sein will, räumt lieber einmal mehr als einmal zu wenig.

## Das sollten Sie beachten:

- Räumpflicht besteht, sobald Glättegefahr vorliegt. Besteht die Aussicht auf Glätte, muss vorbeugend gestreut werden.
- An Werktagen gilt die Räumpflicht ab 7 Uhr, an Sonn- und Feiertagen je nach Kommune erst ab 8 bzw. 9 Uhr.
- Tagsüber muss nachgeräumt werden – ist man berufstätig, muss für eine Vertretung gesorgt oder eine Firma beauftragt werden.
- Werden Räumpflichten auf den Mieter übertragen, müssen diese vom Vermieter kontrolliert werden.
- Nicht geräumt werden muss während anhaltenden Schneefalls und mitten in der Nacht.



## Leuchtende Winteraccessoires



### Das brauchen Sie:

Dekogläser, evtl. alte Marmeladengläser und Bastschnur, Leuchtfarben, Pinsel, unbedruckte Jutebeutel, selbstgemachte Schablonen

1. Dekoglas aussuchen oder Marmeladenglas an der Öffnung mit Bastschnur umwickeln, sodass es sich aufhängen lässt. Anschließend mit Leuchtfarbe und einem Pinsel viele bunte Tupfen auftragen.
2. Verschieden große Sternschablonen aus etwas dickerem Papier anfertigen und auf dem Jutebeutel anordnen (fertige Vorlagen lassen sich kostenlos im Internet downloaden).
3. Das Papier fest auf den Beutel drücken und vorsichtig mit Leuchtfarbe ausmalen. Schablonen direkt nach dem Ausmalen entfernen und fertig ist die weihnachtlich leuchtende Tasche.





### **Eine Mistmatratze anlegen - so geht's:**

- Mit Stroh oder Strohpellets einen saugfähigen Untergrund schaffen
- Darüber Stroh oder ein alternatives Einstreumaterial verteilen
- Täglich abäppeln und nasse Stellen entfernen. Dabei darauf achten, dass der Matratzenaufbau nicht beschädigt oder aufgelockert wird
- Täglich großzügig mit Stroh oder Pellets nachstreuen, wobei Stroh eine doppelt so hohe Staubbelastung hat wie Pellets
- Das Pferd vor dem Einstreuen aus dem Stall bringen, da während des Mistens die Staubbelastung und die Ammoniakkonzentration in der Stallluft am höchsten sind
- Nach sechs bis acht Wochen den Stall komplett ausmisten (im Sommer häufiger)

# **Richtig ausmisten: So verbessern Sie die Stallluft**

Winterzeit ist Stallzeit. Damit Pferde auf einer trockenen und sauberen Einstreu stehen, ist das richtige Ausmisten jetzt umso wichtiger. Doch zu viel des Guten schadet eher, als das es nützt.

**S**chätzungen zufolge leiden rund 80 Prozent aller Pferde an Atemwegserkrankungen. Ausgelöst werden sie überwiegend durch das stechend riechende und giftige Gas Ammoniak, das bei der Zersetzung von Urin und Kot entsteht. In Verbindung mit Feinstaub dringt es tief in die empfindlichen Pferdelungen ein und kann zu chronischer Bronchitis führen.

Um die Ammoniak- und Staubbelastung zu reduzieren, scheint möglichst häufiges Ausmisten der Königsweg zu sein. Doch wissenschaftliche Untersuchungen und Praxis-tests zeigen: Das Gegenteil ist der Fall. Je häufiger der Stall

ausgemistet wird, desto höher steigt die Ammoniak- und Staubkonzentration in der Luft.

### **Wechsel- oder Matratzenstreu?**

Wer sein Mistmanagement im Stall optimieren will, steht also als Erstes vor der Frage: Welche Misttechnik ist die richtige? Wechselstreu und Matratzenstreu lauten die beiden Möglichkeiten, die Pferdeliebhaber in zwei Lager spalten. Während bei der Wechselstreu täglich ausgemistet und neu eingestreut wird, bleibt bei der Matratzenstreu die Grundeinstreu sechs bis acht Wochen lang in der Box. Es werden lediglich Pferdeäpfel und nasse Stellen entfernt und nachgestreut.

### **Mikroorganismen gegen giftige Gase**

Der Unterschied der beiden Einstreuarten macht sich vor allem in der Ammoniakbelastung der Stallluft bemerkbar. Denn in der dicker werdenden Mistmatratze können sich Mikroorganismen entwickeln, die Ammoniak spalten und Stickstoff binden. So werden weniger giftige Gase in die Luft abgegeben. Zusätzlich isoliert der zu Humus werden- de Untergrund der Matratze gegen den kalten Stallboden. Voraussetzung für eine hygienische Mistmatratze ist allerdings, dass täglich reichlich nachgestreut wird und die Oberfläche trocken bleibt.

### **Weniger Staub durch Pellets & Co.**

Auch die Wahl der Einstreu ist für die Gesundheit des Pferdes von Bedeutung. Längst hat der Klassiker Stroh zahlreiche moderne Konkurrenten bekommen, die – bei guter Qualität – weniger stauben, die Feuchtigkeit und damit Ammoniak besser binden und zudem die Mistmenge deutlich reduzieren.

Ein Liter Pellets aus gepresstem Stroh saugt beispielsweise bis zu sechs Liter Flüssigkeit auf. Auch Hobelspäne aus unbehandeltem Weichholz sind extrem saugfähig, vorausgesetzt, sie enthalten eine maximale Restfeuchte

von 12 bis 15 Prozent. Eine saugstarke Alternative zu Stroh ist auch gereinigtes und entstaubtes Leinstroh. Leinstroh kann bis zum Fünffachen seines Eigengewichtes an Feuchtigkeit aufnehmen. Weiterer Vorteil: Da es natürliche Bitterstoffe enthält, wird die Einstreu von den Pferden in der Regel nicht aufgenommen.

Um die Gefahr durch Staub und Ammoniak zu verringern, gehört last but not least viel Frischluft in den Stall – auch im Winter. Wird das ganze Jahr über regelmäßig gelüftet, können sich die Tiere allmählich auf die kalten Temperaturen einstellen und kommen in guter Stallluft gesund und fit durch den Winter.







Gewinnerfoto Frau Horst Rombach

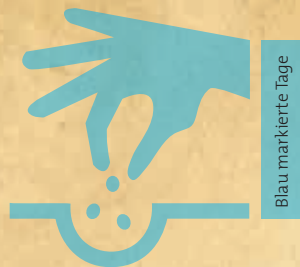
### Naturbild der Saison

Jetzt mitmachen und gewinnen! In jeder Ausgabe veröffentlichen wir ein Leserfoto zum Thema „Natur“. Eine Fachjury wählt unter allen Einsendungen das Gewinnerfoto aus. Der Fotograf dieses Bildes erhält einen Einkaufsgutschein über **50 Euro** für den Land & Freizeit Markt.

Machen Sie mit! Teilnahmebedingungen unter [www.landflair-magazin.de](http://www.landflair-magazin.de)  
Einsendeschluss für die Teilnahme an der nächsten Ausgabe ist der 18. Dezember 2015.



# Mondkalender



Blau markierte Tage

**Pflanzzeit**  
Günstig für Aussaat und Pflanzung, Gehölzschnitt und Ernte von Wurzelfrüchten.



**Blütentage**  
z.B. Blumen, Heil- und Küchenkräuter.



**Fruchttage**  
z.B. Artischocken, Auberginen, Bohnen, Erbsen, Getreide (und andere Körnerpflanzen), Gurken, Kürbisse, Linsen, Mais, Melonen, Paprika, Tomaten, Zucchini sowie Baum- und Strauchobst.



**Wurzeltage**  
z.B. Erdmandeln, Futterrüben, Kartoffeln, Knoblauch, Knollenfenchel, Knollensellerie, Kohlrüben, Möhren, Radieschen, Rettich, Rote Bete, Zwiebeln.



**Blatttage**  
z.B. Chicorée, Kohlrabi, Porree, Mangold, Salate, Spinat, Kohlarten (außer Brokkoli, dieser reagiert am besten auf Blütenimpulse).



**Ungünstig für Gartenarbeit**

- Neumond
- Vollmond
- Erstes Viertel
- Letztes Viertel

Eventuelle Konstellationsänderungen zwischen 20.00 und 7.00 Uhr sind aus Gründen der Übersichtlichkeit des Kalendariums nicht aufgeführt.

| Dezember |    |                    | Januar |    |                    |
|----------|----|--------------------|--------|----|--------------------|
| Di       | 1  | bis 11.00 ab 12.00 | Fr     | 1  | ab 9.00            |
| Mi       | 2  |                    | Sa     | 2  |                    |
| Do       | 3  |                    | So     | 3  | bis 15.00          |
| Fr       | 4  | bis 8.00 ab 8.00   | Mo     | 4  | ab 16.00           |
| Sa       | 5  |                    | Di     | 5  |                    |
| So       | 6  |                    | Mi     | 6  |                    |
| Mo       | 7  |                    | Do     | 7  |                    |
| Di       | 8  | ab 7.00            | Fr     | 8  | bis 13.00 ab 14.00 |
| Mi       | 9  | bis 19.00 ab 20.00 | Sa     | 9  |                    |
| Do       | 10 |                    | So     | 10 | bis 18.00 ab 19.00 |
| Fr       | 11 |                    | Mo     | 11 |                    |
| Sa       | 12 |                    | Di     | 12 | bis 18.00 ab 19.00 |
| So       | 13 |                    | Mi     | 13 |                    |
| Mo       | 14 | bis 10.00 ab 11.00 | Do     | 14 |                    |
| Di       | 15 |                    | Fr     | 15 | ab 15.00           |
| Mi       | 16 | bis 11.00 ab 12.00 | Sa     | 16 |                    |
| Do       | 17 |                    | So     | 17 |                    |
| Fr       | 18 |                    | Mo     | 18 |                    |
| Sa       | 19 |                    | Di     | 19 |                    |
| So       | 20 |                    | Mi     | 20 |                    |
| Mo       | 21 |                    | Do     | 21 | bis 13.00 ab 14.00 |
| Di       | 22 | bis 15.00 ab 16.00 | Fr     | 22 |                    |
| Mi       | 23 |                    | Sa     | 23 | bis 15.00 ab 16.00 |
| Do       | 24 |                    | So     | 24 |                    |
| Fr       | 25 |                    | Mo     | 25 |                    |
| Sa       | 26 |                    | Di     | 26 |                    |
| So       | 27 |                    | Mi     | 27 | bis 13.00          |
| Mo       | 28 |                    | Do     | 28 | ab 13.00           |
| Di       | 29 |                    | Fr     | 29 |                    |
| Mi       | 30 |                    | Sa     | 30 |                    |
| Do       | 31 | bis 9.00           | So     | 31 |                    |



Supreme Sensible

# Happy Dog Getreidefrei Trio für sensible Hunde



→ **Tierärztlich empfohlen**  
bei Futtermittelunver-  
träglichkeiten

→ **Single Protein:**  
Africa mit Strauß;  
Karibik mit Seefisch

→ **Multi-Protein:**  
Canada mit Lachs,  
Kaninchen und Lamm

Jetzt **Gratis-Proben**  
anfordern:  
[www.happydog.de](http://www.happydog.de)

**HAPPY DOG**

**Wir sind die Heimat  
gesunder Tiernahrung.**

## Bahn frei

Was für die einen Arbeit, ist für die anderen pures Vergnügen. Endlich Schnee.

Jetzt nichts wie rauf auf den Schlitten und Bahn frei für den Rodelspaß.

Fehlt nur noch der richtige Schlitten.

**D**er Klassiker, der nicht aus der Mode kommt, ist der Davoser. Robust gebaut aus Buchen- oder Eschenholz, flitzt er mit stahlbeschlagenen Kufen den Hang hinab. Fast baugleich ist der Hörner-schlitten. Einziger Unterschied: Die nach vorne gebogenen Kufen, die in der Bauchlage als praktische Haltegriffe dienen. Wesentlich flotter unterwegs sind die Sportrodler. Durch ihre schräg gestellten Kufen gewinnen sie richtig an Fahrt und dank ihrer beweglichen Bauweise lassen sie sich leichter lenken. Beide Arten gibt es mittlerweile auch aus leichtem Alu oder Kunststoff.

### Spontaner Rodelspaß mit dem „Po-Rutscher“

Während auf Rodelbahnen Holzschlitten die Renner sind, fahren ihnen im Pulverschnee moderne Kunststoff-Bobs davon. Die vor allem für Kinder und Jugendliche

geeigneten Rodel liegen mit ihrer großen Fläche auch im Tiefschnee gut auf und lassen sich dank Lenkung und Bremse besser kontrollieren als der Davoser. Für die Gaudi zwischendurch darf der „Po-Rutscher“ nicht fehlen. Die kleinen Schalen lassen sich problemlos transportieren und machen jeden Hang zur Rodelbahn.

### Auf Größe und Stabilität achten

Vor- und Nachteile haben beide Schlittenarten. Holzschlitten sind äußerst langlebig, aber auch schwerer als Kunststoff- oder Aluschlitten. Beim Kauf sind vor allem die richtige Größe und die Stabilität wichtig. Wird er von zwei Personen genutzt, sollte ein Schlitten mindestens 90 cm lang sein. Ist er lenkbar, auf schräg gestellte Kufen, Lenkseil und auf eine bewegliche Bauweise mit Gummilagerung achten.

### Holzschlitten richtig pflegen

Stehend, trocken und kühl lagern und nie länger in der prallen Sonne stehen lassen. Sind die Kufen den Sommer über verrostet, werden sie erst mit grobem, dann mit feinem Schleifpapier abgeschmirlt. Anschließend mit Fett oder Wachs einreiben, sodass die Oberfläche wasserabweisend ist.





# Kletterkünstler auf Schatzsuche

Buschiger Schwanz, niedliche Pinselohren und ganz schön neugierig – nicht umsonst sind Eichhörnchen die beliebtesten Gartenbewohner. Auch im Winter sind die kleinen Nager in Gärten und Parks unterwegs – nicht nur, um ihre vergrabenen Schätze aufzustöbern.

Im Herbst haben sie unermüdlich gesammelt und Hunderte von Depots angelegt, jetzt im Winter heißt es, mit feiner Nase möglichst viele der kostbaren Verstecke erschnuppeln und wiederfinden. Denn die winteraktiven Eichhörnchen sind auf ihre vergrabenen Nüsse, Bucheckern, Samen und Eicheln angewiesen, wollen sie gut durch die kalte Jahreszeit kommen.

Eigentlich in Laub- und Mischwäldern zu Hause, haben sich die kleinen Kletterkünstler längst in unseren heimischen Gärten eingerichtet, wo sie ähnlich wie ihre zweibeinigen Nachbarn leben. Scheint die Sonne, sind sie aktiv und pausenlos unterwegs, ist es frostig und kalt, bleiben sie lieber in ihrem gemütlichen Zuhause, dem Kobel. Das kugelförmige Nest wird meist in Astgabeln errichtet und besteht aus einer nahezu regendichten Hülle aus Zweigen, Tannennadeln und Blättern, die innen kuschelig mit Moos und Gras gepolstert ist.

## Fleißige Wohnungsbauer

Drei bis fünf Tage dauert der Bau eines Kobels. Schneller geht es, wenn eine Spechthöhle, ein Starenkasten oder ein vom Gartenbesitzer bereitgestelltes Fertighaus bezogen wird. Eichhörnchen bewohnen stets mehrere Kobel, für den Fall, dass ein Nest zu oft gestört wird oder sich zu viele Parasiten eingenistet haben. Dazu gibt es eine praktische funktionale Trennung: Für die Nacht einen Schlafkobel, für die sommerliche Siesta einen Schattenkobel und einen Brutkobel.

Los geht die Paarungszeit Ende Dezember. In wilden Verfolgungsjagden fegen Männchen und Weibchen dann durch die Baumwipfel und in Spiralen um die Baumstämme – gern auch kopfüber. Ende März ist es dann so weit: Der noch blinde und haarlose Nachwuchs kommt zur Welt. Ein zweiter Wurf folgt im Sommer. Allzu große Überlebenschancen haben die Kleinen allerdings nicht. Nur 20 Prozent überleben das erste Jahr.



## Wertvolle Winterhilfe

Kritisch wird es vor allem in langen und kalten Wintern. Denn ist der Boden hart gefroren, sind die Vorräte unerreichbar. Dann kann eine Futterstelle eine wertvolle Überlebenshilfe sein. Spezielle Futterspender lassen sich mit allem füllen, was Eichhörnchen gerne knabbern: Beeren, Walnüsse, Haselnüsse, Sonnenblumenkerne, ungesalzene Erdnüsse oder spezielle Futtermischungen. Eichhörnchen können übrigens auch im Sommer gefüttert werden. Denn dauerhaft lassen sie sich nur dort nieder, wo sie das ganze Jahr über satt werden.

Damit Eichhörnchen gut durch den Winter kommen, können Gartenbesitzer einiges tun. Neben der regelmäßigen Fütterung inklusive einer kleinen Wassertränke hilft ein fertiger Kobel. Außerdem wichtig: Regentonnen verschließen oder einen dicken Ast in die Tonne stellen, an dem die Tiere herausklettern können.



## So bauen Sie einen Kobel

### Sie benötigen:

1,5 cm dicke, unbehandelte Weichhölzer, wetterfeste Lasur auf biologischer Basis, Säge, Schrauben bzw. Nägel sowie Polstermaterial wie Moos, dünne Äste, Blätter oder Heu.

Der Grundriss des Kastens sollte mindestens 26 x 26 cm, die Höhe mindestens 30 cm betragen. Für das Schrägdach mit leichtem Dachüberstand benötigen Sie eine Platte von 30 x 26 cm.

### Ganz wichtig:

Eichhörnchen-Kobel sind stets mit zwei Löchern ausgestattet. Sie sollten jeweils einen Durchmesser von 7 cm haben, damit auch schwangere Eichhörnchen hindurchpassen. Ein Loch befindet sich vorne, das andere unten nah am Stamm, sodass die Tiere bei Gefahr fliehen können. Die beste Position ist am Hauptstamm über einem abgehenden Ast in mindestens fünf Metern Höhe.





# Superfood - das Superplus an Nährstoffen

Wenn im Winter das Immunsystem schlappmacht, heißt die neue Wunderwaffe: Superfood. Vor allem Exoten wie Chia-Samen oder Açaí-Beeren gehören dazu, doch Superfood gibt es auch im heimischen Garten.

**S**uperfood sind in aller Munde. Wer sich gesund ernähren und seinem angeschlagenen Immunsystem auf die Sprünge helfen will, kommt an Açaí, Goji, Acerola und Matcha nicht mehr vorbei. Die exotischen Früchte und Samen sind die neuen Superstars auf dem Speiseplan. Laut Anbieter schützen sie vor Krebs, helfen beim Abnehmen, verzögern den Alterungsprozess und sind vor allem supergesund.

## Schutz vor freien Radikalen

Seine Wirkung verdankt Superfood seiner besonderen Konzentration an Inhaltsstoffen. Viele Superfood-Arten enthalten hohe Mengen an sekundären Pflanzenstoffen

und Vitaminen. Da diese als Antioxidantien den Körper vor freien Radikalen schützen, gilt Superfood als wahrer Jungbrunnen. Dennoch: Ein Superfood-Art allein macht noch keine gesunde Ernährung. Zumal die Exoten selten frisch auf den Tisch kommen und – wie die Goji-Beere aus China – häufig eine zu hohe Schadstoffbelastung aufweisen.

Wer gerade in der kalten Jahreszeit etwas für seine Gesundheit tun will, sollte deshalb auf die Herkunft der Powerfrüchte achten und das Superfood mit möglichst viel Obst und Gemüse ergänzen. Denn ob Açaí, Chia-Samen, Rote Bete oder Grünkohl – das beste Superfood ist eine abwechslungsreiche Ernährung mit leckeren und möglichst naturbelassenen Lebensmitteln.

## Was ist Superfood?

Der Begriff Superfood ist rechtlich nicht geschützt. Daher gibt es keine verbindliche Definition, auch nicht bezüglich des Nährstoffgehaltes. Generell werden unter Superfood Lebensmittel verstanden, die einen sehr hohen Gehalt an Nährstoffen aufweisen und bereits in geringen Mengen den jeweiligen Nährstoffbedarf des Körpers decken.

## Goji- und Açaí-Beeren

Beide Beeren haben einen hohen Gehalt an Antioxidantien. Die säuerlich-herben bis bitter schmeckenden Goji-Beeren stammen ursprünglich aus Asien, Açaí-Beeren sind die Früchte einer in Brasilien wachsenden Palme und im Amazonasgebiet ein Grundnahrungsmittel. Locker mithalten können Heidelbeeren, schwarze Johannisbeeren oder Holunder, in denen ebenso viele Vitamine und Radikalfänger stecken.



## Acerola-Kirsche

Die tropische, süßsauer schmeckende Frucht ist eine wahre Vitamin-C-Bombe. Ein Glas Saft enthält etwa 2.000 mg Vitamin C. Im Vergleich: Ein Glas Orangensaft bringt es nur auf rund 125 mg. Die leicht verderbliche Kirsche gibt es bei uns meist nur als Saft oder Fruchtmarmelade (Pulpe). Wer auf einheimische Vitamin-C-Spender ausweichen will, wird bei Hagebutte und Sanddorn fündig.

## Chia-Samen

Die kleinen Wirkstoff-Pakete, die mit Wasser übergossen um das 10-fache aufquellen, bereichern Müsli, Smoothies oder Joghurt mit vielen Ballaststoffen, wertvollen Omega-3-Fettsäuren, Aminosäuren und Kalzium. Konkurrenz machen ihnen Leinsamen oder Sesamsaat, die einen ähnlichen Wirkstoffgehalt haben.



## Matcha

Zu feinstem Pulver vermahlener Grüntee wird als Matcha (japanisch für gemahlener Tee) bezeichnet. Der intensiv grüne Tee schmeckt süßlich-herb und enthält neben Vitaminen besonders viele sekundäre Pflanzenstoffe. Am besten schmeckt er traditionell zubereitet, mit einem Bambusbesen schaumig aufgeschlagen.

## Grünkohl

Ein heimischer Superfood-Klassiker. Grünkohl enthält sehr viel Vitamin C, sekundäre Pflanzenstoffe, Proteine, Ballaststoffe und Eisen. Die Liste seiner medizinisch nachgewiesenen, gesundheitsfördernden Wirkungen ist lang: Er wirkt entzündungshemmend, senkt das Krebsrisiko sowie den Cholesterin-Spiegel und stärkt das Herz-Kreislauf-System.



## Granatapfel

Zum Gesundesten, was die Natur zu bieten hat, gehören die rubinroten Kerne des Granatapfels. Sie enthalten besonders viel Vitamin C, Kalium und Eisen sowie viele Polyphenole, die vor Herzleiden, hohem Blutdruck, Krebs und Hautalterung schützen. Wer die ganze Wirkung des Granatapfels nutzen will, isst am besten die unbehandelte Frucht oder trinkt reinen, ungesüßten Saft.





# Köstliche Winterromanze: Zimt & Schokolade

Leckere Zimtsterne und duftender Glühwein: Kaum etwas stimmt uns so sehr auf die Weihnachtszeit ein wie Zimt. Kommt zart schmelzende Schokolade hinzu, ergibt sich eine unwiderstehliche Kombination.

**W**er kann da noch Nein sagen? Köstliche Schokoladen-küchlein mit Zimt, zarter Zimt-Flan oder ein cremiges Zimt-Schokoladen-Dessert. Zimt und Schokolade sind ein Dreamteam – nicht nur zur Weihnachtszeit. Denn Zimt verstärkt das verführerische Aroma von Schokolade und gibt ihm eine besondere Note.

## Von der Rinde zum aromatischen Gewürz

Zimt gehört zu den ältesten Gewürzen der Welt. Angeblich wurde es schon 3.000 v. Chr. in China verwendet. Sicher ist, dass es im Mittelalter mit Gold aufgewogen wurde, denn Zimt war eines der teuersten und kostbarsten Gewürze. Gewonnen wird Zimt aus der getrockneten, inneren Rinde des Zimtbaumes, die in gerollten Zimtstangen noch gut erkennbar ist.

## Zimt-Schokoladen-Creme (für 8 Portionen)

**Zubereitungszeit:** 45 min + Kühlzeit

### Zutaten:

200 ml Milch  
400 ml Schlagsahne  
1 Vanilleschote  
3 Ceylon-Zimtstangen  
4 Blätter weiße Gelatine  
5 Eigelb  
2 EL Weinbrand  
2 TL gemahlener Zimt  
80 g Zartbitter-Schokolade

### Zubereitung:

1. Eigelb, Zucker, Weinbrand und den gemahlene Zimt mit dem Rührgerät cremig schlagen.
2. Milch, Schlagsahne, Zimtstangen und das Mark der Vanilleschote sowie eine Prise Salz zum Kochen bringen und ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen, damit sich das Zimt- und das Vanillearoma entfalten können. Anschließend fein sieben, mit dem Schneebesen in die Eigelb-Zucker-Masse rühren und über einem heißen Wasserbad solangeiterrühren, bis die Masse cremig ist.
3. Die in kaltem Wasser eingeweichte Gelatine ausdrücken und in die noch heiße Creme geben. Anschließend die Creme abkühlen und leicht gelieren lassen.
4. Die Schokolade fein hacken und die Hälfte davon in die kalte Creme mischen.
5. Restliche Sahne schlagen und unterheben.
6. Creme in eine Schüssel füllen und für rund 5 Stunden kaltstellen. Den Rest der Schokolade vor dem Servieren über die Creme streuen.



## Schoko-Küchlein mit Zimt (für 8 Portionen)

**Zubereitungszeit:** 1 1/4 Stunden

### Zutaten:

100 g Rohrzucker  
4 Eier  
200 g Zartbitter-Schokolade  
140 g Butter  
80 g kandierter Ingwer  
140 g gemahlene Mandeln  
80 g gehackte Mandeln  
1 knapper EL Zimt

### Zubereitung:

1. 3 Eier trennen und das Eiweiß kaltstellen. Das Eigelb sowie die zwei restlichen Eier mit dem Zucker cremig schlagen.
2. Die feingehackte Schokolade zusammen mit der Butter in einem heißen Wasserbad schmelzen lassen und zur Zucker-Eigelb-Masse hinzufügen.
3. Fertig kandierten Ingwer, Zimt und Mandeln dazugeben unditerrühren.
4. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und den Eischnee vorsichtig unterheben.
5. Den Teig in gefettete Muffinförmchen geben und ca. 40 Minuten backen (Ober- und Unterhitze 180 Grad, Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3).
6. Die Küchlein in der Form abkühlen lassen und stürzen.

## Zwei Sorten: Ceylon- und Cassia-Zimt

Zwei Arten von Zimt bereichern heute unsere Weihnachtsküche: Der „echte“, aus Sri Lanka stammende Ceylon-Zimt und der kräftige, leicht süßlich schmeckende Cassia-Zimt aus China. Als Zimtrollen sind sie leicht voneinander zu unterscheiden: Ceylon-Zimt besteht aus bis zu zehn dünnen, ineinander geschobenen Rindenschichten und Cassia-Zimt lediglich aus einer einzigen dicken Schicht.

Der Wertvollere der beiden ist der Ceylon-Zimt. Er enthält nicht nur deutlich weniger Cumarin, das für seine allergieauslösende Wirkung bekannt ist, sondern schenkt Schokolade auch ein wesentlich feineres Zimtaroma.







## Mit dem Winter warm werden

Wenn es draußen stürmt und schneit, ist ein knisterndes, wärmendes Kaminfeuer genau das Richtige. Wir verraten Ihnen die wichtigsten Tipps für ein unbeschwertes Kaminvergnügen.

**B**rennt es erst mal lichterloh, kann man sich entspannt zurücklehnen und dem faszinierenden Flammenspiel zusehen: Ein Kaminofen spendet nicht nur eine besonders angenehme Wärme, sondern ist auch ein dekoratives Wohnaccessoire. Damit die Kaminsaison gelingt, sollte man rund um die moderne Lagerfeuerromantik jedoch einiges beachten.

### Viel heiße Luft im Ofen

Schon beim Kauf ganz wichtig: Die Verbrennungstechnik. Hochwertige Kaminöfen arbeiten mit einer stark vorgewärmten Verbrennungsluft, die über spezielle Luftkanäle in den Verbrennungsraum geleitet wird. Über die sogenannte Scheibenspülung hält dieser Luftstrom das Sichtfenster sauber; zudem wird durch die erhitzte Luft eine wesentlich höhere Verbrennungstemperatur erreicht, was wiederum die Abgasbelastung verringert.

Einiges für die Umwelt tun lässt sich auch beim Anfeuern. Wurde früher von unten angezündet, wird heute die Top-Down-Anzündmethode empfohlen. Dabei werden Anzündholz und Anzünder nicht unter, sondern über das geschichtete Holz gelegt. So brennt das Feuer von oben nach unten ab und der entstehende Gascocktail wird verbrannt, anstatt durch den Schornstein zu entweichen.

### Dem Feuer Sauerstoff geben

Damit sich das Feuer rasch entwickeln kann, bleibt die Tür zum Brennraum zunächst angelehnt und wird erst geschlossen, wenn nach ca. 20 bis 30 Minuten auch die großen Holzscheite Feuer gefangen haben. Die sekundäre Luftzufuhr ist dabei komplett geöffnet, die primäre Luftzufuhr geschlossen. Das Anfeuern erleichtert zudem eine 2 bis 3 cm dicke, isolierende Ascheschicht, die den Boden des Feuerraums bedeckt. Sie sorgt nicht nur für eine höhere Verbrennungstemperatur, sondern schützt auch den Rost.

### Kurz erklärt: Dauerbrand- und Zeitbrandöfen

Auch wenn es so klingt: Die Begriffe bezeichnen nicht, wie lange ein Ofen befeuert werden kann. Beide Ofenarten können im 24-Stunden-Betrieb genutzt werden. Dauerbrandöfen sind primär für Kohle ausgelegt und Kohle muss mindestens vier Stunden die Glut halten. Dieser Zeitraum nennt sich laut Prüfungskriterien „Dauerbrand“. Zeitbrandöfen sind klassische, mit Scheitholz betriebene Kaminöfen. Sie müssen die Glut bei einer Füllung nur 45 Minuten halten, was als „Zeitbrand“ definiert wird.



### Laubhölzer contra Nadelhölzer

Natürlich spielt die Wahl des Holzes eine entscheidende Rolle für ein munter brennendes Feuer. Als Anzündhölzer eignen sich am besten Nadelhölzer wie Fichte und Kiefer. Sie brennen schnell an, aber auch wesentlich schneller ab als Laubhölzer. Die perfekten Heizmaterialien sind Buche und Birke. Allerdings brennen auch sie schlecht und erzeugen unnötig viel Ruß, sind sie noch feucht. Optimal ist eine Restfeuchte von maximal 15 Prozent, die nach einer Lagerzeit von zwei bis drei Jahren erreicht ist. Lagert Holz länger, verliert es wieder an Heizwert.

Ob die Qualität von Holz, Kamin und Anfeuerungstechnik stimmt, lässt sich übrigens ganz leicht erkennen: Bleibt die Frontscheibe sauber und gewährt einen freien Blick auf die Flammen, stimmt die Verbrennung und man kann die wohlige Wärme des Kamins entspannt genießen.

### Das wichtigste Zubehör:

- Bodenplatte bei brennbarem Untergrund wie Parkett, Laminat, Holz- oder Teppichboden
- Schützender Hitze-Handschuh
- Schürhaken zum Ausrichten der Holzscheite
- Aschesauger zur gründlichen Reinigung sowie Metallschaufel und Feger
- Holzfeuchtemessgerät, das die Restfeuchte des Holzes misst
- Chemiefreier Anzünder aus gepresster Holzwolle oder Pappe
- Holzkorb/-trage mit geschlossenem Boden oder Innenauskleidung aus Stoff





**„Steht nur das GS-Zeichen, ist das Produkt eine Fälschung.“**



dass sich der Hersteller zumindest an die gesetzlichen Mindestanforderungen gehalten hat. Empfehlenswerter ist jedoch eine Kennzeichnung mit GS-Siegel (Geprüfte Sicherheit), das einen hohen Sicherheitsstandard garantiert. Dieses Zeichen ist immer mit dem Siegel des jeweiligen Prüfinstituts (z.B. „TÜV“ oder auch „VDE“ für Verband der Elektrotechnik) kombiniert, so dass nachverfolgbar ist, wer es vergeben hat. Steht nur das GS-Zeichen, ist das Pro-

dukt eine Fälschung. Weist ein Elektro-Spielzeug also ein VDE-Zeichen in Verbindung mit dem GS-Siegel auf, können Sie von einem sicheren Gerät ausgehen. Ein Standard, der zum Beispiel für elektrische Spielwaren der Land & Freizeit Märkte selbstverständlich ist. Aber nicht nur ferngesteuerte Traktoren, sondern unser gesamtes Spielwarenangebot von Pferdefiguren bis zur Kinderschubkarre erfüllt hohe Qualitätsanforderungen.

## Spielzeug? Aber sicher!

Minibagger, Elfe oder Plüschtier – erst die Spielsachen unter dem Weihnachtsbaum machen den Heiligabend für Kinder perfekt. Damit ihre Freude lange anhält, sollten Sie beim Kauf auf Qualität achten.

Nicht jedes Kinderspielzeug gehört auch in Kinderhände. Scharfe Plastikkanten oder dünne Holzteile mit Splittergefahr, heißlaufende Batterien und bleihaltige, giftige Farben machen viele Spielsachen gefährlich. Wer sicher sein will, gute Ware zu kaufen, geht am besten den Augen, den Händen und der Nase nach. Entdeckt man scharfe Stellen oder leicht ablösbare und verschluckbare Kleinteile, lässt man das Produkt besser im Regal liegen. Auch die Stabilität des Spielzeugs ist wichtig: Prüfen Sie, was es aushält, ob seine Farbe abblättert oder abfärbt. Auffälliger Geruch ist ein weiteres Indiz dafür, dass etwas mit dem Produkt nicht in Ordnung sein könnte: Er stammt unter Umständen von schädlichen Lösungsmitteln. Wer bei lackierten Spielwaren aus Holz sicher gehen möchte, dass sie speichel- und schweißfest sind, achtet auf den Hinweis "DIN 53160". Produkte aus

Kunststoff sollten die Angaben „PVC-frei“, „Phthalat-frei“ oder das „Spiel-gut“-Siegel enthalten. Das macht sie zwar etwas teurer, lohnt sich aber.

### Test und Siegel

Anhaltspunkte für die Auswahl von gutem Spielzeug geben zudem die bekannten Prüfsiegel, die auf Produkt oder Verpackung zu finden sind. Ein CE-Zeichen zeigt an,



## Wichtige Prüfzeichen für Spielzeug

Wer kennt sie nicht, die Qual der Wahl beim Aussuchen eines passenden Kinderspielzeugs? Damit wenigstens die Prüfzeichen keine Schwierigkeiten machen, hier einige wichtige Siegel im Überblick



Befindet sich das Siegel des TÜV auf einem Produkt, entsprechen die Sicherheitsanforderungen der geltenden EU-Richtlinie – überprüft von einer unabhängigen Stelle. Weist das Produkt außerdem das Prüfzeichen „Zertifiziertes Spielzeug“ auf, wurde es vom TÜV noch über die gesetzlichen Werte hinaus auf Sicherheit und Schadstoffe getestet.



Jedes Spielzeug muss das Siegel der „Communauté Européenne“ (Europäische Gemeinschaft) aufweisen. Mit der CE-Kennzeichnung gibt der Hersteller an, dass dieses den grundlegenden Sicherheits- und Gesundheitsanforderungen der EU entspricht. Das Siegel wird allein vom Hersteller vergeben und nicht von unabhängiger Stelle überprüft.



Das Zeichen des „Arbeitsausschusses Kinderspiel und Spielzeug e.V.“ können Spielwaren erhalten, die die kindliche Entwicklung fördern. Sie müssen zudem zahlreiche Design-, Sicherheits-, Haltbarkeits-, Material- und Umweltkriterien erfüllen.



Das GS-Siegel steht für „geprüfte Sicherheit“. Anders als das CE-Zeichen ist es eine freiwillige Zertifizierung und unterliegt den strengeren Qualitätsbestimmungen des deutschen Geräte- und Produktsicherheitsgesetzes (GPSG). Es wird nur Produkten verliehen, die von einer unabhängigen, amtlich zugelassenen Prüfstelle (z. B. VDE oder TÜV) geprüft wurden. Deren Siegel muss auf dem Produkt immer in Verbindung mit dem GS-Zeichen auftreten.



Höchste Sicherheitsstandards von elektrotechnischen Spielzeugen attestiert das Zeichen des „Verbands der Elektrotechnik“. Der VDE prüft Produkte nach verbandseigenen, europäischen und internationalen Normen. Das Produkt wird unter anderem auf elektrische, mechanische und thermische Sicherheit getestet. Diese Sicherheitsprüfung erfolgt freiwillig durch den Hersteller.





## Würziges Orangen-Honig-Brot mit Kokos (vegetarisch)

(Für 1 Kastenform; 30 cm Länge bzw. für 15 - 20 Stücke)

**Zubereitungszeit:** 1 h  
**Backzeit:** 50 min  
**Schwierigkeitsgrad:** leicht

### Zutaten:

Weiche Butter und gemahlene Mandeln für die Form, 150 g Honig, 75 ml Sahne, 250 g weiche Butter, 50 g Zucker, 3 Eier, 300 g Mehl, 100 g Kokosmehl, 100 g gemahlene Haselnüsse, 1 TL gemahlener Ingwer, 1 Msp. Macis, 1 TL Backpulver, 2 TL Orangenabrieb, unbehandelt, 50 ml Orangensaft, 100 g blaue Weintrauben, 75 g Kokoschips

### Zubereitung:

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kastenform ausbuttern und mit Mandeln ausstreuen.

Den Honig mit der Sahne in einem kleinen Topf erwärmen und schmelzen lassen. Wieder abkühlen lassen. Die Butter mit dem Zucker schaumig rühren. Die Eier nach und nach zugeben und unterschlagen, sodass eine Schaummasse entsteht. Das Mehl mit dem Kokosmehl, den Nüssen, dem Ingwer, Macis, Backpulver und Orangenabrieb vermischen und abwechselnd mit dem Sahne-Honig und dem Orangensaft zügig unterrühren. Zu einem glatten Teig vermengen. In die Form füllen und glatt streichen. Die Trauben waschen, vierteln und mit den Kokoschips auf den Teig streuen. Im Ofen ca. 50 Minuten backen (Stäbchenprobe). Nach dem Backen den Kuchen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

## Hirschkeule mit Pfifferlingen zu Weihnachten

(für 4 – 6 Personen)

**Zubereitungszeit:** 25 min  
**Backzeit:** 1 h 30 min  
**Schwierigkeitsgrad:** mittel

### Zutaten:

1 Hirschkeule, ca 2 kg, 2 – 3 EL Olivenöl, 1 EL gehackter Rosmarin, 1 TL Pfeffer, 1 TL Wacholderbeeren, 4 – 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Außerdem:

800 g kleine Kartoffeln, 300 g Pfifferlinge, 2 EL Butter, 100 g Glaskirschen (Glas), Salz, Petersilie, für die Garnitur

### Zubereitung:

Den Ofen auf 140 °C Unter- und Oberhitze vorheizen.

Die Hirschkeule waschen, trocken tupfen und mit einem Küchengarn in Form binden. Mit 2 – 3 EL Olivenöl, gemörsertem Pfeffer und Wacholder sowie Rosmarin kräftig einreiben.

Die Kartoffeln waschen, halbieren, die Pfifferlinge putzen. Das restliche Olivenöl in einem Bräter erhitzen, die Hirschkeule salzen, darin rundum anbraten und im heißen Ofen ca. 1,5 Stunden braten. Nach Bedarf ein wenig Wasser angießen. Während der letzten ca. 30 Minuten der Garzeit die Kartoffeln um die Keule herum verteilen sowie salzen und pfeffern. Die Pfifferlinge in Butter anbraten, die Kirschen zugeben, unterschwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Zusammen mit den Kartoffeln auf einer Platte anrichten und darauf die Keule legen. Das Küchengarn entfernen und mit Petersilie servieren.

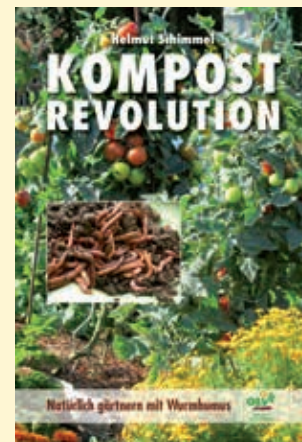
Helmut Schimmel

## KOMPOSTREVOLUTION

### Natürlich gärtnern mit Wurmhumus

Der Autor Helmut Schimmel beschäftigt sich bereits seit vielen Jahren mit der Pflege und der Vermehrung von Kompostwürmern sowie der Erzeugung von wertvollem Wurmhumus. Seine Mitarbeiter gehören der Erdwurmart *Eisenia foetida* an. Diese kleinen Würmer sind in der Humuswirtschaft unentbehrlich. Sie sind für die Verbesserung der Bodenfruchtbarkeit grundsätzlich von großer Bedeutung. Die Wurmkompostierung ist zudem eine hervorragende Alternative zu herkömmlichen Kompostierungsverfahren, die im Allgemeinen unter teils hohen Energieverlusten leiden. Dem Erdwurm kommt auch bei der Kompostierung eine entscheidende Rolle zu. Gemeinsam mit dem großen Heer der Mikroorganismen ist er der wahre „Held“ im Untergrund, der Bodenbildner schlechthin, eben nicht nur in der freien Natur, sondern auch im Garten bei der Kompostierung. Diplomgärtner Helmut Schimmel hat ein sehr persönliches und damit authentisches Werk zur Wurmhumuserzeugung und zum Selbstversorgergartenbau verfasst.

„Wer den Regenwurm zu seinen treuesten Freunden im Garten zählt, sollte schon einiges über sie wissen. Auch Tierfreundschaften müssen gepflegt werden. Kleine Aufmerksamkeiten werden wie im menschlichen Zusammenleben gerne angenommen.“  
Diplomgärtner *Helmut Schimmel*



Von *Helmut Schimmel*. 2014. 184 Seiten mit zahlreichen, farbigen Abbildungen. Format 14,8 x 21,0 cm. Broschur. ISBN 978-3-922201-87-8



Erhältlich über jede Buchhandlung, Internet oder direkt vom OLV Verlag: Im Kuckucksfeld 1 · 47624 Kevelaer  
Tel.: 02832/9727820 · Fax: 9727869  
E-Mail: [info@olv-verlag.de](mailto:info@olv-verlag.de) · [www.olv-verlag.de](http://www.olv-verlag.de)

## Impressum:

**Herausgeber:**  
terres'agentur GmbH  
Industrieweg 110, 48155 Münster  
Tel.: +49 (0) 251 / 682 – 2740  
Fax: +49 (0) 251 / 682 – 2743

Geschäftsführer: Herbert Möller, Michael Oestreich  
Sitz: Münster, Amtsgericht Münster – HRB 5713  
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 115657267

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:  
Michael Oestreich

**Layout und Satz:**  
[www.terresagentur.de](http://www.terresagentur.de)

**Druck:**  
Druckerei Bitter & Loose  
Mergenthalerstraße 18  
48268 Greven

Für die Richtigkeit von Veröffentlichungen kann LandFlair trotz Prüfung nicht haften. Die Veröffentlichungen in LandFlair erfolgen ohne Berücksichtigung eines eventuellen Patentschutzes. Auch werden Warennamen ohne Gewährleistung einer freien Anwendung benutzt.

© Copyright terres'agentur GmbH

Erscheinungsweise:  
LandFlair erscheint sechsmal jährlich.

Zahlungsmöglichkeiten:  
WGZ Bank Münster, Kontonr. 489 141, BLZ 400 600 00

Die nächste Ausgabe erscheint  
am 29. Januar 2016.

Erhalten wir kurz  
vor dem Druck!



Druck | ID: 10234-1503-1001

## Bildnachweis:

Seite 1 © anrymos, www.fotolia.de  
© terres'agentur GmbH  
© Micky Zappa, www.fotolia.de  
© JenkoAtaman, www.fotolia.de  
© eyetronic, www.fotolia.de  
© Luigi Giordano, www.fotolia.de  
© momanuma, www.fotolia.de  
© Gundolf Renze, www.fotolia.de  
© A-TEM, www.fotolia.de  
© Marek, www.fotolia.de  
© d3images, www.fotolia.de  
© Ars Ulrikusch, www.fotolia.de  
© Anke Duderstadt, www.fotolia.de  
© Stokun, Yelena, www.stockfood.de  
© Artemautz, www.fotolia.de  
© hverkhovets, www.fotolia.de  
© bucaniere, www.fotolia.de  
© marog-pixels, www.fotolia.de  
© kerstiny, www.fotolia.de  
© robert, www.fotolia.de  
© pico, www.fotolia.de  
Seite 6–7 © beppenob, www.fotolia.de  
© Morghart, www.fotolia.de  
Seite 8–9 © Ekaterina Garyuk, www.fotolia.de  
© upixa, www.fotolia.de  
© terfly-photos, www.fotolia.de  
© -Marcus-, www.fotolia.de  
© PhotoSG, www.fotolia.de  
Seite 10–11 © Still & Motion, www.fotolia.de  
© Lars Johansson, www.fotolia.de  
© Lars Johansson, www.fotolia.de  
© krisikunterbunt, www.fotolia.de  
Seite 12–13 © yurkoman30, www.fotolia.de  
© WoGi, www.fotolia.de  
Seite 14–15 © rmd, www.fotolia.de  
© Rita Kochmarjova, www.fotolia.de  
© Africa Studio, www.fotolia.de  
Seite 16–17 © Freshidea, www.fotolia.de  
© Leiner, www.fotolia.de  
© Tristen3D, www.fotolia.de  
© DavidMSchrader, www.fotolia.de  
Seite 18–19 © Matthias Richter, www.fotolia.de  
© Lukas Gajda, www.fotolia.de  
Seite 20–21 © jurra8, www.fotolia.de  
© Ingo Bartussek, www.fotolia.de  
© Lensman300, www.fotolia.de  
© Evsey Chernavsky, www.fotolia.de  
© Jan Engel, www.fotolia.de  
Seite 22–23 © Nitr, www.fotolia.de  
© dextorth, www.fotolia.de  
© Valentina R., www.fotolia.de  
© Brent Hofacker, www.fotolia.de  
© flaviuz, www.fotolia.de  
© Jenifoto, www.fotolia.de  
© Soyka, www.fotolia.de  
Seite 24–25 © savevirus, www.fotolia.de  
© k2photostudio, www.fotolia.de  
© valery121283, www.fotolia.de  
Seite 28–29 © photophonie, www.fotolia.de  
© Sport Moments, www.fotolia.de  
© chiyacat, www.fotolia.de  
Seite 26–27 © Gundolf Renze, www.fotolia.de  
© Voyagerix, www.fotolia.de  
© SidArt, www.fotolia.de  
Seite 30–31 © Czup, Daniel, www.stockfood.de



**NEU**

*Jetzt online shoppen &  
günstige Preise sichern!*



**scanfarm®.de**  
Tier . Hof . Garten



**Bekleidung**



**Biobrennstoffe**



**Garten**



**Landwirtschaft**



**Tier**



**Spielwaren**

*Webshop der Land & Freizeit Märkte GmbH, Kiel*

**Besuchen Sie uns auch in einem unserer Land & Freizeit Märkte in**

**25821 Struckum**

Bahnhofstr. 2  
Tel. 04671-932341  
Mo. – Fr. 08.00 – 12.00 Uhr  
und 13.30 – 17.00 Uhr  
Sa. 08.00 – 12.00 Uhr

**24589 Nortorf**

Raiffeisenstr. 2  
Tel. 04392-914580  
Mo. – Fr. 08.00 – 12.00 Uhr  
und 13.00 – 17.00 Uhr  
Sa. 08.00 – 12.00 Uhr

**25920 Risum-Lindholm**

Raiffeisenwä 1  
Tel. 04661-9348796  
Mo. – Fr. 08.00 – 12.00 Uhr  
und 13.00 – 17.00 Uhr  
Sa. 08.00 – 12.00 Uhr

**25923 Süderlügum**

Mittelweg 2  
Tel. 04663-1880074  
Mo. – Fr. 09.00 – 18.00 Uhr  
Sa. 09.00 – 14.00 Uhr

**24837 Schleswig**

Busdorfer Str. 23  
Tel. 04621-3014123  
Mo. – Fr. 09.00 – 18.00 Uhr  
Sa. 09.00 – 14.00 Uhr