

Abfahrt:

- 08.30 Uhr ab Pfaffengrün (Bushaltestelle)
- 08.35 Uhr ab Buchwald (Bushaltestelle)
- 08.40 Uhr ab Limbach (Marktplatz)
- 08.50 Uhr ab Herlasgrün (Bushaltestelle Bahnhof)

Ablauf:

1. Andacht in der ev. Kirche in Presseck
2. Mittagessen im Berghof in Presseck lt. Karte
3. Besichtigung des Doms zum Frankenwald
4. Kaffeetrinken in der Confiserie in Lauenstein, hier besteht auch die Möglichkeit zur Besichtigung der Pralinenherstellung und zum Fabrik-Kauf von Pralinen
5. Heimfahrt

Der Fahrpreis (mit Kaffeetrinken, 1 Tasse Kaffee und 1 Stck. Torte) beträgt 25,00 Euro pro Person und wird im Bus kassiert.



Die Anmeldung zur Teilnahme an der Busfahrt kann ab sofort dienstags und donnerstags von 9 bis 12 und 14 bis 17.30 Uhr im Pfarramt Limbach, Tel. 03765/34228, erfolgen.

Was sonst noch interessiert ...

Basilikum

Das Basilikum ist bei uns vor allem als Gewürz für die italienische Küche bekannt. Ursprünglich stammt die Gewürzpflanze aus eher tropischen Gegenden wie Asien und Indien. Bereits die Römer schätzten Basilikum als Gewürz- und Heilpflanze. Inzwischen findet man Basilikum auch bei uns als Topf- und Gartenpflanze. In wärmeren Gegenden wird es aber auf großen Feldern kultiviert und für den Gewürzhandel weiter verarbeitet. Basilikum gehört zu den Lippenblütlern. Und wie die anderen Lippenblüter, wie Thymian, Salbei, Rosmarin usw., hat Basilikum einen großen Anteil an ätherischen Ölen. Es liebt viel Sonne, lockere nährstoffreiche Böden und reichlich Wasser. Das zeigen auch die großen Blättern des Basilikums. Die Basilikum-Pflanze wird zwischen 30 bis 60cm hoch und ist einjährig. Sie wächst schön buschig verzweigt und aufrecht. Die Blätter des Basilikums sind etwa 5 cm lang und meist oval mit einem intensiven Geruch. Die Blütezeit ist von Juni bis September. Wer sein eigenes Basilikum im Garten ernten möchte, sollte die Samen von März bis April in kleinen Töpfen einsäen. Da die Pflanze ja aus wärmeren Regionen stammt, mag sie keine Kälte. Sie sind frostempfindlich und dürfen nur über 15 Grad angezchtet werden. Am besten bringt man den Samen nicht zu tief in die Erde ein, denn die Basilikumpflanze benötigt Sonne zum Keimen. Etwa im Juni dann, wenn kein Nachtfrost mehr zu erwarten ist, kann das Basilikum in den Garten gepflanzt werden. Basilikum ist sehr pflegeleicht. Es benötigt nur ausreichend Wasser und sollte vor der Blüte öfters zurückgeschnitten werden, damit es schön buschig wächst. Was viele nicht wissen: Basilikum kann auch heilende Wirkung haben. Zwar ist diese Heilwirkung eher schwach, aber zur Verdauungsförderung wurde die Pflanze schon im Altertum eingesetzt. Basilikum enthält ätherische Öle, die zudem krampflösend

sind und Blähungen mildern können. Deshalb empfiehlt man stillenden Müttern gerne Basilikum in Kombination mit Anis und Fenchel, um so Blähungen bei Säuglingen vorzubeugen. Ob Basilikum aber tatsächlich die Milchbildung anregt, dafür gibt es keine wissenschaftlich fundierten Belege. Als Tee beruhigt Basilikum die Nerven und hilft zu entspannen. Weil Basilikum aber auch Estragol enthält, sollte man es nicht in großen Mengen über einen längeren Zeitraum zu sich nehmen. **nie**

Lachs-Basilikum-Spaghetti

Zutaten für 2 Portionen: 300 g Tiefkühl-Lachs, 1 EL Olivenöl, 200 ml Wasser, 2 EL Zitronensaft, 150 ml Weißwein, 1 TL Speisestärke, 100 ml Sahne, 1 TL getrockneten Basilikum, 1 TL getrockneten Thymian, Salz, Pfeffer, 250 g Spaghetti, frisches Basilikum

So geht's: Den Lachs auftauen. Danach den Lachs in etwa 2 x 2 cm große Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Lachs darin anbraten. Den Lachs anschließend in Wasser, Zitronensaft und Weißwein aufkochen und einige Minuten köcheln lassen. Den Lachs aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und den Wasser-Weißwein-Zitronensaft-Sud damit binden. Die Sahne unterrühren. Dann getrocknetes Basilikum und Thymian einstreuen. Den Lachs wieder zugeben und zu Ende garen. Kurz vor dem Servieren frische Basilikumblätter zugeben und abschmecken. Die Spaghetti in der Zwischenzeit in reichlich Salzwasser nach Packungsanweisung al dente kochen. Lachs-Basilikum über die Spaghetti geben und servieren.

Maikäfer flieg ...

Die Maikäfer (*Melolontha melolontha*) findet man zu dieser Jahreszeit, wie ihr Name schon sagt, wieder vermehrt. Maikäfer sind sehr schöne Insekten und gehören zur Familie der Blatthornkäfer. Bis vor kurzem waren sie noch als Schädlinge im Wald und auf den Feldern gefürchtet und wurden deshalb bekämpft.

Die Blatthornkäfer, auch Feldmaikäfer genannt, gehören einer der größten Insektenfamilien: Sie zählt bis zu 20.000 Käferarten. Zu ihr gehören auch die größten Käfer der Welt, die Goliath- und Herkuleskäfer. Blatthornkäfer heißen sie, weil ihre Fühlerenden aus kleinen fächerförmigen Blättchen bestehen. Sie sind besonders auffällig. Und anhand dieser Fühler lassen sich Männchen und Weibchen unterscheiden: Die Männchen haben Fühler mit je sieben Blättchen, Weibchen nur sechs viel kleinere Blättchen. Maikäfer können bis zu drei Zentimeter lang werden und haben sechs Beine. Ihre braunen Flügel sind ein typisches Merkmal, ebenso wie das schwarze Halsschild und ein schwarzweißes Zackenmuster an der Seite. Sie besitzen unter den dicken, starren Deckflügeln zwei dünne Hautflügel. Es gibt auch behaarte Exemplare.

Die Fühler sind die „Nase“ der Maikäfer. Hier liegen die sogenannten Geruchssensoren. Männchen haben aufgrund ihrer größere Fühler logischerweise mehr Geruchssensoren als die Weibchen: nämlich bis zu 50 000, Weibchen dagegen nur etwa 8000. **nie**