

VEGETARISCH

Vegi-Treff Salzkammergut: Rezepte für ein Leben ohne Fleisch

GMUNDEN. „Gutes Essen hat für uns nichts mit Fleisch zu tun“, sind sich Erich Lankmaier und Ursula Mayer einig. Darum haben der Scharnsteiner und die Ohlsdorferin gemeinsam mit Freunden den „Vegi-Treff Salzkammergut“ ins Leben gerufen.



Gemeinsames Kochen und Genießen beim Vegi-Treff Salzkammergut

Von Fenchelrohkost und Krautstrudel bis zu Nusschips und Apfelmustiramisu reicht die Palette der Rezepte auf der Vegi-Treff-Homepage, die vor wenigen Monaten ans Netz gegangen ist. „Uns ist vor allem der Erfahrungsaustausch wichtig, aber auch die gemeinsame Freizeitgestaltung“, erzählt Erich Lankmaier.

Monatliche Treffen - offen für alle

Monatlich werden daher gemeinsame Aktivitäten organisiert - vom Picknick bei der Ruine Scharnstein über Kochabende bis hin zu verschiedensten Ausflügen. „Je nach Aktivität kommen zehn bis 20 Leute - Männer

und Frauen. In letzter Zeit sind auch immer mehr junge Menschen dabei“, beobachtet Erich Lankmaier. Diese seien offener für ein vegetarisches Leben - aus gesundheitlichen, häufig aber auch aus ethischen Gründen. Wie Ursula Mayer: Ihr Engagement für den Tierschutz brachte sie vor 25 Jahren dazu, dauerhaft auf Fleisch zu verzichten. Damals war ein Restaurantbesuch oft eine Herausforderung, erinnert sie sich: „Man wurde als Vegeta-

„Früher wurde man als Vegetarier im Gasthaus angeschaut, als ob man von einem anderen Planeten kommen würde.“

URSULA MAYER

rier angeschaut, als ob man von einem anderen Planeten kommt. Heute ist das eigentlich überhaupt kein Problem mehr. Das hat sich glücklicherweise gewandelt.“

ZUCCHINI MIT FETA

Zutaten (für zwei Personen):
eine mittelgroße Zucchini
150g Feta Käse
ein paar Oliven, Salz, Pfeffer, weitere Gewürze nach Belieben
Öl zum Braten
Zubereitung:
Öl in Pfanne erhitzen
Zucchini in (ca. 5 mm dicke) Scheiben schneiden, in die Pfanne schichten und würzen
Feta in Streifen schneiden und über Zucchini geben, nochmals würzen
Oliven darüber geben
Bei 200 Grad Heißluft ca. 20 Min. goldbraun backen - fertig.
Beilagevorschlag: Kartoffeln

Als offene Gruppe lädt der Vegi-Treff Salzkammergut alle Interessierten zu seinen Aktivitäten ein - auch Nichtvegetarier oder Veganer: „Wir sind kein Verein. Wer möchte, kann kommen - die Termine stehen auf unserer Website“, so Erich Lankmaier. ■

INFO UND KONTAKT

www.vegi-treff.jimdo.com

MUSIKVEREIN ROITHAM

Mitglieder geehrt

ROITHAM. Bei der Jahreshauptversammlung im Gasthaus Forstinger begrüßte der Musikverein Roitham mit der Saxophonistin Anja Pichlmann ein neues Mitglied. Ehrungen gingen an Christian Neudorfer (Ehrenzeichen in Gold), Andreas Weismann (Silberne Verdienstmedaille) sowie Eva Maria Vockner und Martha Raschke (Bronzene Verdienstmedaille). Das Jugendorchester des Musikvereins unter Andreas Bergthaler umrahmte die Versammlung. ■



V. l.: Andreas Weismann, Vizebgm. Anton Schimpl, Eva Maria Vockner, Obmann Ernst Neudorfer, Martha Raschke



Schlagkräftig Bei der Schüler-Volleyball-Landesmeisterschaft in Enns erreichte das Team der Bad Ischler Tourismusschulen in der Klasse Oberstufe den ausgezeichneten zweiten Rang. Nach kampfbetonten Vorrundenspielen zogen die Ischler als Gruppensieger ins Halbfinale ein, in dem sie das starke Team der HTL Neufelden bezwangen. Erst im Finale musste man sich der Tourismusschule Bad Leonfelden geschlagen geben. Der Vizelandesmeister-titel bedeutet dennoch das beste Ergebnis in der Schulgeschichte.

Tips

Gmunden

total.
regional.

22 x in Oö und Nö

MI, 20. Februar 2013 / KW 08

Redaktion: +43 (0)76 12 / 634 50
www.tips.at

RM 04A035901K | Auflage Gmunden 46.400 Stk. | Gesamt 800.300 Stk.



Heimkonzert Tex Robinson ist am Freitag, 1. März, um 20 Uhr im Landhotel Grünberg zu hören. Tickets: 12 Euro; Reservierung unter: 07612/77 700.

RegioTram kommt GMUNDEN. Aus Straßenbahn und Traunseebahn wird eine gemeinsame Linie. >> Seite 15

Badminton-Silber OHLSDORF. Maria Fröhlich errang Staatsmeisterschafts-Medaille. >> Seite 37

ALUFUSION

DAS ALL-INCLUSIVE-FENSTER DIREKT VOM HERSTELLER!

ENTHOLZER
FENSTER+TÜREN

www.entholzer.at

Gmunden:
Tanz gegen Gewalt

Seite 3

Starnacht:
Schlagerstars in Gmunden zu Gast

Seite 42

Fleischlos glücklich

Der Vegi-Treff Salzkammergut will zum „etwas anderen“ Genuss verführen. >> Seite 2

Gitarrenbau-Workshop Wer sich selbst eine einfache E-Gitarre bauen will, kann am Samstag, 23. Februar, von 10 bis 17 Uhr, ins Otelo Gmunden (Klosterplatz 2) kommen. Fritz Feichtinger zeigt Interessierten ab zehn Jahren, wie es geht. Der Unkostenbeitrag für das Material beträgt 15 Euro. Anmeldung erforderlich unter juksgmunden@gmail.com.

Foto: Otelo

Die schönsten Fertig-Garagen Österreichs.

Zertifizierte österreichische Qualität.

SCHNAUER
FERTIGGARAGEN-SYSTEME · CARPORTS

www.schnauer.at