

REZEPT DER WOCHE

Lammnierstück mit Fetagemüse



Rezept für 4 Personen

4 Thymianzweige
3 Lammnierstücke
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 TL Olivenöl
1,5 dl Rotwein
1,5 dl Bouillon
40 g Butter, eiskalt
Feta-Gemüse
4 Peperoni, gelb und rot
1/2 Bund Spargeln, grün
1 EL Olivenöl
2 Zwiebeln, grob geschnitten
2 Knoblauchzehen, Scheiben
50 g Oliven, schwarz
100 g Feta
1/2 Bund Basilikum

Zubereitung

1. Ofen auf 80 °C vorheizen und Blech mitwärmen. Thymianblätter von Zweigen streifen. Fleisch salzen, pfeffern und Thymian darüber streuen. Öl erhitzen, das Fleisch darin rundum ca. 4 Min. braten. Auf Blech legen und ca. 25 Min. niedergaren. Bratensatz mit Wein und Bouillon ablöschen auf die Hälfte einkochen lassen.

2. Inzwischen fürs Gemüse Peperoni entkernen, in grobe Stücke schneiden. Spargelenden frisch anschneiden, schräg vierteln. Beides im Olivenöl bei mittlerer Hitze 15 Min. braten, regelmässig umrühren. Zwiebeln, Knoblauch und Oliven begeben, 5 Min. mitbraten.

3. Sauce erhitzen, Butter in Stücke schneiden, unter Sauce rühren. Feta zerbröckeln, mit Basilikumblättern unters Gemüse mischen, mit dem Fleisch anrichten.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Tip: Dazu knusprig gebackenes Pitabrot servieren. Es passt aber auch Polenta oder Risotto.

Weitere tolle Rezepte finden Sie im Internet unter: www.volg.ch/rezepte/



«Pauwerbiker» in Aktion

Am letzten Wochenende startete die Raiffeisen Zuger-Trophy. Mit rund 150 Starts auf der Running-Trophy in Steinhäusern und 50 Starts in Auw auf der Mountain-Trophy verzeichnen die Organisatoren einen fulminanten Auftakt.

Regionalsport Auf jeder Etappe sorgt ein Verein dafür, dass die Markierungen richtig stehen und die Zeiten der Stempelkarten möglichst schnell eingelesen werden. In Auw bzw. auf dem Weg auf den Horben schauen die Pauwerbiker zum Rechten. «Dä Samstig, 13.30 Uhr, in Auw be de Chile, Eröffnigstour i Horbe via Zuger-Trophy Strecki, ganz gmüetlich.» Diese Einladung vom Pauwerbiker-Verantwortlichen Andi Amstutz ging auch an Petrus. Dieser notierte sich den Termin, was allen Beteiligten ein traumhaftes Eröffnungswochenende bescherte.

Pauwerbiker?

Die Pauwerbiker, das sind knapp zwanzig Männer und gut zwölf Frauen – ohne Vereinsstatuten. Die Ladys treffen sich am Dienstagvormittag. Am Donnerstagabend fahren die Männer aus, auch mal in Begleitung der Ladys. Wie alles begann? Astrid Stecher hängte im Volg ein Inserat auf, mit dem sie Velo-Gspändli suchte. Eine Antwort auf das Inserat erhielt sie erst ein Jahr später. Von da an war sie erst mit einer, bald mit mehreren Kollegin-



Die «Pauwerbiker» Andi, Astrid, Adi und Ruedi eröffneten am 24. März die Mountain-Trophy auf den Horben. z.V.g.

nen regelmässig unterwegs. Später gesellten sich die Männer dazu und heute fahren sie nicht nur gemeinsam aus, einmal im Jahr gibt es auch ein drei- bis viertägiges Biker-Reisli.

Neuste Etappe

Seit 2015 ist die Etappe auf den Horben Teil der Mountain-Trophy. Dank Andi Amstutz. Er hörte durch einen Freund von der Etappe auf das Michaelskreuz. «Ich war sofort begeistert und wollte die Idee ins Freiamt holen», erzählt Andi. In der gleichen Zeit waren die Macher des Projektes auf der Suche nach einer sechsten und letzten Mountain-

Trophy-Etappe. Andis Kontaktaufnahme mit dem Projektleiter Reto Benz war somit ein echter Glücksfall. Ohne den Kampf auf den Horben würde der Trophy heute definitiv etwas fehlen. PD

Raiffeisen Zuger-Trophy

Alle weiteren Infos, aktuelle Etappen, Ranglisten etc. finden Sie online unter www.zuger-trophy.ch



Versammlung von Kontakt Hünenberg

Es passte zum momentanen Weltgeschehen, dass der «Kontakt Hünenberg» seine 43. Generalversammlung (GV) dem Thema «Heimat» widmet – angelehnt an das diesjährige Jahresmotto «Flüchtlinge» des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes, dem sich der Kontakt anschliesst.

Soziales Die 43. GV von Kontakt Hünenberg stand heuer unter dem Motto Heimat. So erzählte ein syrischer Familienvater von seinem Alltag in der neuen Heimat Hünenberg, und die Kindertrachtengruppe unterhielt das Publikum zu heimatischen Klängen. Danach liess die Präsidentin das vergangene Vereinsjahr noch mal Revue passieren und gedachte dabei auch dem verstorbenen Ehrenmitglied Markus Fischer. Er war der erste Pfarrer der Röm.-Kath. Kirchgemeinde und gehörte vor über 40 Jahren zu den Gründungsmitgliedern des Vereins.

Spenden

Der Verein mit rund 1000 Mitgliedern unterstützt mit seinen Einnahmen jeweils diverse karitative



Der aktuelle Vorstand (v.l.n.r.): Petra Kohler, Nicole Barmet, Katharina Zimmermann, Christine Weber, Astrid Studhalter, Daniela Herzog und Anita Zimmermann. Es fehlt: Brigitta Schnellmann. Ruth Carbone

Einrichtungen. Die diesjährige Saalkollekte ging an: Barada Medical Clinics in Jordanien und an die Hilfsorganisation Aramaic Relief mit Sitz in Baar. Der Fokus liegt dabei in der Entwicklungs- und Soforthilfe für verfolgte Christen und anderer Minderheiten im kriegszerütteten Syrien, Irak und Südsudan. Ein Grossteil der Einnahmen gehen in diesem Jahr an den Weihnachtsbriefkasten sowie neu an das Elisabethenwerk des Schweiz.-Kath.

Frauenbundes. Nach der Verabschiedung beziehungsweise Begrüssung austretender und neuer Mitarbeiterinnen der verschiedenen Ressorts hatten unter dem letzten Traktandum «Varia» ausgewählte Gemeinde- und Kirchenratsmitgliedern das Wort, bevor die 43. Generalversammlung offiziell endete. Weiterführende Informationen über den Verein und dessen Tätigkeiten siehe unter: PD/DK www.kontakt-huenenberg.ch

ZUGS NARR ...

Ätsch, bätsch!



Gitz-Gäbi! Trallalla! Zugs Narr zeigt den Bösewichten, Beserwissern, Querulanten, Zwänglern, Bodenstampfern, Egoisten, Kleingeistern, Giftzergern, Wichtigtuern und Herrschsüchtigen dieser Welt die lange Nase oder den Allerwertesten. Er fürchtet sich vor nichts und niemandem. Auch nicht vor dir, wer immer du auch bist, der du meinst, etwas Besseres zu sein. Zugs Narr ist der Ritter der Gerechtigkeit. Schreiben Sie ihm an folgende Adresse: narr@zugerwoche.ch

S'PFÖTLI



Der Kater «Zimi» vermisst seine Familie offenbar sehr. z.V.g.

Wer vermisst mich?

Der circa fünf Jahre alte Kater Zimi wurde am 16. März in Rotkreuz gefunden. Er hatte langes, sehr verfilztes Haar, welches geschoren werden musste. Zum Fundzeitpunkt war er unkastriert. Momentan verhält er sich sehr zurückhaltend und scheu. Wer vermisst den kleinen Kater?

Tierheim Allenwinden

Im Tierheim Allenwinden warten Katzen, Hunde, Nager und andere Tiere auf Menschen, die ihnen ein neues Zuhause geben und sich liebevoll um sie kümmern können. Wenn Sie sich für ein Haustier interessieren, melden Sie sich telefonisch unter 041 711 00 33. Weitere Infos finden Sie im Internet unter der Webseite www.tsvzug.ch. PD/DK

YOUNG . FRESH . TRENDY.
ERLEBE DAS NEUE SUNSHINE RADIO

