

August 21

Eigenkraut Post



Liebe Eigenkrautler*innen und Interessierte,

es ist Urlaubszeit – auch in unserer SoLaWi. Wir starten wieder Mitte August.

Urlaub, das ist die Zeit, auf die sich alle freuen. Er ist der Sehnsuchtsort für all das, das im Alltag nur schwer Platz findet. Urlaub ohne „Lecker essen“, das geht nicht. Hier unsere Empfehlung:

Rote Beetesalat mit Feta

500 g Rote Beete, 1 rote Zwiebel, 1 handvoll Petersilie,
1,5 Eßl Agavendicksaft oder Honig, Salz, Pfeffer,
2 Eßl Kürbiskernöl, 2 Eßl Apfelessig, 300 g Feta
Kürbiskerne nach Geschmack,



- Rote Beete in Wasser etwa 50 Min weich kochen, etwas abkühlen lassen, schälen (Gummihandschuhe) und in kleine Würfel schneiden
- Zwiebel schälen, vierteln und in feine Scheiben schneiden
- Petersilie schneiden
- alles mischen und mit Salz, Pfeffer, Agavendicksaft, Kürbisöl und Apfelessig würzen

- diesen Salat etwas ziehen lassen – gut auch über Nacht

- auf einem flachen Teller anrichten, den Feta darüber bröseln und Kürbiskerne darüber streuen



Diese Wunderknolle dürft ihr euch nicht entgehen lassen. Sie ist nicht nur gesund, sondern schmeckt einfach köstlich. Bei jedem Buffett sorgt sie für viele anerkennende Bitten: „Schick doch mal das Rezept“.

Regionales Gemüse im August

Der Monat August gehört zur Haupterntezeit und bietet eine große Auswahl an Gemüse, das in unserer Region im Freiland wächst. Mit deinem Einkauf bei den Erzeuger*innen kannst du den regionalen Landbau unterstützen, der das Klima nur wenig belastet und darüber hinaus Verpackungsmaterial spart.

Und hier die reiche Auswahl:

Blumenkohl, Bohnen, Brokoli, Chinakohl, Erbsen Fenchel, Gurken, Kartoffeln, Kohlrabi, Möhren, Pastinaken, Prorree, Radieschen, Rettich, Rote Beete, Rotkohl, Sellerie, Speiserüben, Spinat, Spitzkohl, Steckrüben, Tomaten (meist aus dem Gewächshaus), Weißkohl, Wirsing, Zucchini, Zuckermais, Zwiebel und alle Salate



Zur Erinnerung:

- **Radtour zum Acker**
Am 06.08.21 radelt Marco mit allen, die unseren Acker endlich mal sehen und Kontakt zu anderen Eigenkrautler*innen aufnehmen wollen, nach Hennen. Start ist um 17 Uhr an der Rohrmeisterei.
- Film: **homo communis – wir für alle**
Safe the date: **10.09.21, 19 Uhr** im Gemeindehaus St. Viktor am Markt
In welcher Welt wollen wir leben? Diese Frage stellt der Film und zeigt, was möglich ist, wenn wir es gemeinsam tun. Der Film bietet eine Plattform für alle, die die Welt verändern und nicht den Gewinn-Maximierer*innen überlassen wollen.

Nachrichten von der MitMachStadt Schwerte

Wir können unsere Stadt mitgestalten. Auf dem Portal der MitMachStadt kann man Vorschläge einstellen, um etwas zu bewegen und Debatten anzustoßen. Diese Ideen brauchen jeweils 100 Zustimmungen (Daumen hoch), damit sie von den Schwerter Parteien und der Schwerter Verwaltung diskutiert und ggfs. umgesetzt werden.

Bürger:innenrat

Neben anderen aus dem Kontext der SoLaWi Eigenkraut steht Udo Bußmann für die Idee, **bei wichtigen und brisanten Themen einen Bürger:innenrat einzusetzen**, der Empfehlungen an die Politik erarbeitet. Die kontroverse Debatte um die Neugestaltung des Marktplatzes und die boomenden Initiativen gegen geplante Bauvorhaben zeigen, dass Bürger:innen ein großes Interesse daran haben, bei wichtigen Entscheidungen beteiligt und gehört zu werden.

Verkehrsexperiment „Autofreie Innenstadt“

Marco de Matteis schlägt vor, **für einen begrenzten Zeitraum ein Verkehrsexperiment: „Autorfreie Innenstadt“ zu starten**. Bei dieser Idee soll eine Mobilitätswende erfahrbar gemacht werden. Die verkehrsfreie Innenstadt soll zeitweise ausprobiert und Erfahrungen gesammelt werden, die dann in ein neues Konzept einfließen können.

Wichtig: Mitmachen kann jeder und jede nur, wenn eine **Registrierung und Anmeldung auf dem Portal** erfolgt. Diese Anmeldung bietet die Sicherheit, dass Interessierte nur einmal ihr Stimme abgeben können und nicht geschummelt werden kann.

Weitere Erläuterungen sind unter dem nachfolgenden Link zu finden.

Hier Mitmachen: [Ideen einreichen und Beteiligung anregen - MitMachStadt Schwerte](#)

Damit du immer aktuell informiert bist, bestelle den **Newsletter** der MitMachStadt Schwerte. Er erscheint immer dann, wenn es wichtige Neuigkeiten gibt.

So, jetzt wünschen wir euch noch eine erholsame Zeit und grüßen euch ganz herzlich

Euer Kernteam

Udo Bußmann, Ursula Dören, Angelika und Marco de Matteis,
Ingrid Roth-Bußmann, Anke Skupin und Birgit Wippermann

