

Rezept der Woche



Spinatkräpfen

für 4 Personen

Zutaten

200 g Feta
200 g Rahmspinat aufgetaut
150 g Ricotta
2 Eier
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 Blätterteige rechteckig ausgewallt
1 Eigelb

Zubereitung

Ofen auf 220 °C vorheizen. Feta mit einer Gabel zerbröckeln, mit Spinat, Ricotta und Eiern mischen. Pikant mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Blätterteig auf das Blech legen und mit Gabel einstechen. Die Spinatfüllung austreichen, dabei einen Rand von 1 cm frei lassen. Rand mit Wasser bepinseln. Zweiten Teig darauflegen. Rand leicht andrücken. Teigdeckel mit Eigelb einstreichen. In unterer Ofenhälfte circa 25 Minuten backen. Herausnehmen und in breite Streifen und diagonal zu Rhomben schneiden. Mit Saisonsalat servieren.

Zubereitung

Circa 10 Minuten + 25 Minuten backen.

frisch und
fründlich **Volg**

Musikwettbewerb

SCHWEIZ Auch 2016 nehmen zahlreiche Nachwuchsmusiker am 41. Schweizerischen Jugendmusikwettbewerb (SJMW) teil. Vom 18. bis 20. März kommen über 1400 musikbegeisterte Jugendliche in sieben Musikschulen zusammen, um ihr instrumentales Können zu zeigen, eine professionelle Jury zu beeindrucken und viele andere junge Musiker mit den gleichen Zielen und Erwartungen zu treffen. Die Entradawettbewerbe des 41. Schweizerischen Jugendmusikwettbewerbs (SJMW) finden in Basel, Cham (18. - 20. März, Musikschule Cham), Genf, Lausanne, Lugano, Neuchâtel und Winterthur statt. Alle Informationen unter www.sjmw.ch

Genuss erleben!

AESCHBACH CHOCOLATIER Kleine und grosse Künstler gesucht

Ab heute, 16. März, kann man bei Aeschbach Chocolatier in Root-Luzern der eignen Kreativität beim Schminken und Dekorieren eines Schokoladen-Osterhasen freien Lauf lassen.

PD/LF - Du möchtest deinen eigenen, ganz individuellen Schokoladen-Osterhasen gestalten? Bei Aeschbach Chocolatier AG in Root-Luzern hast du die Möglichkeit dazu!

Machst du mit?

Dann melde dich mit Vor- und Nachnamen, Adresse, Anzahl der Teilnehmer + Begleitpersonen sowie dem gewünschten Datum + Uhrzeit unter event@aesbach-chocolatier.ch an. Aus Platzgrün-



Bild: z.V.g.

Schminke und dekoriere deinen ganz individuellen Schoko-Osterhasen!

den ist pro Teilnehmer nur eine Begleitperson erlaubt. Die Kosten betragen pro Teilnehmer 18 Franken (inklusive 5 Franken-Gutschein und einem Schokoladen-Osterhasen).

Weitere Infos

Wann: 16. und 23. März: 13 bis 16 Uhr; 19., 25. und 26. März: 10 bis 16 Uhr. Beginn jeweils zur vollen Stunde.

Wo: Aeschbach Chocolatier AG, Choco Dromo 1a, Hochschwerzlen, 6037 Root-Luzern.

Hinweis: Das ChocoDromo samt ChocoCafé, dem ChocoLaden sowie der ChocoWelt haben neu auch am Karfreitag und am Ostersonntag geöffnet! Weitere Informationen im Internet unter: www.aeschbach-chocolatier.ch

Genuss-Film-Festival

ZUG Mekka für Filmfreunde und Gourmets

Nach dem grossen Erfolg der Erstaufgabe im Frühling 2015 findet das Genuss-Film-Festival am Seeufer in Zug vom 30. April bis 7. Mai 2016 zum zweiten Mal statt.

PD/LH - Zuerst ein Apéro in der Bar der Genuss-Lounge. Dann ins Kino Seehof zu einem Spiel- oder Dokumentarfilm rund um Genuss-Themen. Anschliessend zurück ins Genuss-Zelt und sich von einem echten «Chef» kulinarisch verzaubern lassen. Nach dem Dessert ein unterhaltsamer Talk und später zum Ausklang ein Glas Portwein in der Genuss-Lounge. Etwa so oder ähnlich der typische Ablauf eines Abends am Genuss-Film-Festival.

Filmgenuss

Gezeigt werden die Spielfilme «Burnt» (mit Bradley Cooper, Sienna Miller und Daniel Brühl), «AN – Von Kirschblüten und roten Bohnen» (von Naomi Kawase), «Haute Cuisine» (mit Catherine Frot und Jean d'Ormesson), «I am Love» (mit Tilda Swinton) und «Julie & Julia» (mit Meryl Streep). Drei Dokumentarfilme stehen auf dem Programm: «El Camino del Vino», «Cooking Up a Tribute» und «Fucking Perfect». Die meisten Filme laufen jeweils am Folgetag zur Mittagszeit im «Lunch-Kino».

Ein neuer «Genuss-Award»

Am Opening-Anlass des diesjährigen Festivals wird zum ersten Mal



Bild: z.V.g.

Geniessen Sie die festliche Atmosphäre am Genuss-Film-Festival.

der «Genuss-Award» verliehen. Unter dem Titel «A Tribute to ...» erhält diese Auszeichnung jeweils eine Person, die sich durch ihre Arbeit in den Bereichen Film, Literatur und Medien rund um das Thema Genuss verdient gemacht hat. Der Gewinner wird während eines Jahres die Arbeit eines jungen Filmemachers oder einer Jungfilmerin als Mentor aktiv begleiten. Daneben unterstützt der Gönnerverein «Freunde Genuss-Film-Festival Zug» den Jungfilmer während dieses Jahres auch finanziell.

Genuss-Zelt mit Genuss-Lounge

Neu wird in diesem Jahr im Zelt direkt unterhalb der Rössli-Wiese diniert. In einem Zeltanbau wird eine Genuss-Lounge mit Barbetrieb entstehen.

Vielseitiges Rahmenprogramm

Die Genuss-Lounge ist das eigent-

liche Zentrum für das abwechslungsreiche Rahmenprogramm: Die Fotoausstellung, die Kurse für Schulklassen (in Zusammenarbeit mit der Schweizer «Schrifti Foundation») sowie die Lesungen mit Kurzkrimis und Wein-Degustation unter dem Titel «Wine & Crime» (mit dem Schauspieler Michael Schraner).

Streetfood-Fotowettbewerb

Zusammen mit den Medien «Falschaff», «Gourmet at Home» und «Saison Küche» haben die Macher der «photo16» und des Genuss-Film-Festivals über die Facebook-Seite «Streetfood Photography» einen Fotowettbewerb ausgeschrieben. Die besten 50 Fotos werden prämiert und im Rahmen des Festivals ausgestellt.

Die Veranstaltungen und Filme können unter www.genussfilm.ch gebucht werden.

Piratenpartei

POLITIK Die Mitglieder der Piratenpartei Zentralschweiz haben an der ordentlichen Piratenversammlung Florian Mauchle, Student der Rechtswissenschaften von Menzingen, als Parteipräsidenten wiedergewählt. Er wird unterstützt von den neu gewählten Vizepräsidentinnen Jolanda Spiess-Hegglin, Zuger Kantonsrätin aus Oberwil, und Biljana Lukic, Studentin der Kommunikationswissenschaften aus Rotkreuz. Zum Quästor wurde Alan Timme bestimmt, Unternehmensberater aus Baar.

Fotoshooting mit Gratisbildern

KULTUR Wer möchte sich zum Thema Verpackung von der Zuger Fotografin Ursina Müller ablichten lassen? Die Session ist kostenlos. Aber im Gegenzug darf die Fotografin die Bilder veröffentlichen und an Ausstellungen zeigen. Sie erhalten eine Daten-CD mit den besten Bildern. Haben Sie Interesse? Dann melde Sie sich bei: ursinam@bluewin.ch oder unter 076 496 58 59

S'Pfötli



Bild: z.V.g.

Die ältere Katzendame Lilly sucht ein neues Zuhause.

PD/AK - Lilly ist eine zurückhaltende, nette, kastrierte Katzendame. Inzwischen wird sie jedoch immer neugieriger. Sie ist 11.5 Jahre alt. Ihr Fell ist etwas länger, aber schön. Das Alter sieht man ihr nicht an. Lilly ist schon eine Weile im Tierheim Allenwinden und würde sich über ein neues Zuhause riesig freuen. Wenn Lilly Ihr Interesse geweckt hat, dann zögern Sie nicht und kontaktieren Sie das Tierheim Allenwinden unter 041 711 00 33. Ausserdem suchen verschiedene Schützlinge der Hundestation Neuheim ein neues Plätzchen. Weitere Informationen zu den Tieren finden Sie auf der Homepage des Tierschutzvereins Zug unter www.tsvzug.ch.

YOUNG . FRESH . TRENDY.

ERLEBE DAS NEUE SUNSHINE RADIO

SUNSHINE
RADIO