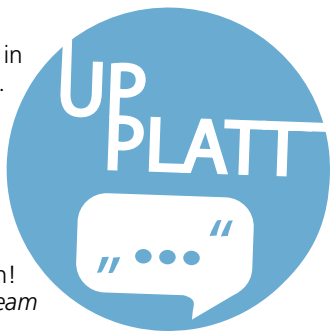


Tüffelgeschichte

Der Wochenspiegel veröffentlicht in loser Folge Texte auf Plattdeutsch. Unterstützt werden wir dabei vom Verein für Niederdeutsch im Land Brandenburg e.V. sowie vom Plattdeutschen Stammtisch Wittstock. Dafür vielen Dank! Und Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Vergnügen beim Lesen!
Ihr Wochenspiegel-Team



De olle Fritz, Künnig vun Preußen, hett in't 18. Jahrhunnert för mi wat Wunnerboar's beschickt. He hett in sien Riek de Tüffel inführt un anplanen loaten. Ick kunn mi hüttodoags kien Spieskoart oahn Tüffeln vörstelln. Wat wier so'n Blatt süss ook wehrt? Tüffeln ward hüüt jo up vööl verscheeden Oart un Wies' anricht't un up'n Disch bröcht. Ick mutt doarbie an Tüffelsupp, Rösttüffeln, koakt' Solttüffeln, Pelltüffeln mit Stipp, Tüffelsaloat, Tüffelgratin, Quetschtüffeln, Tüffels-tang'n (ook Pommes nennt) un ganz besünners an Broattüffeln denken. Un just düsse letzten sünd för mi dat „Höchst“! För so'n Pann Broattüffeln loat ick all'ns stoahn. In de hebb ick mi all in mien Kinner-tied verleeft, un ick jachter dor jümmers noch hinnerher. As Jung gäv dat all Oabens Broattüffeln. Mien Mudder har se jümmers so recht kross henkreegen met Smoalt, Boll'n un Speckgrießen – wat wär dat een dullen Schmaus. De Melksupp achteran wär nich so mien Ding. Besünners, wenn sick up de Melk so'n Pellschicht krüseln dä. Mien Mudder hät mi moal vertellt, wo se as jung' Deern bi'n Bu-ern in de Köök methelpen müsst, to'n Oabendbrot seeten mennig-moal söss - söben Mann üm een grooten Disch. De Goabels fast inne Hänn, Tellers wär'n nich nödich west. Dänn koam een riesigrote le-senpann vull met Broattüffeln in de Mitt' vun'n runden Disch un all-hop stökern's üm de Wett un haut'n düchtig rin. Noa een kotte Tied wär de Pann all lerrig. Un een tweete un ook drütte koam'n ach-teran.

As een jungen Kierl hebb ick moal een Fründin hatt, de ook wun-nerboar Broattüffeln moaken kunn. Düsset „Broattüffelverhältnis“ wär awer een's Doags in de Brüch goahn. Se har een poarmol dat Äten annbrenn' loaten un ok to vööl Solt rinnerschmäten. Möglich, dat se dat met Will'n moakt hett.

Ook noch hüüt ät ick to giern Broattüffeln, dortau Spiegel- oder Rühreier, Schinken, een Stück Suerfleesch, Broatfisch oder suer in-leggt Fisch. Süßbrotständlich, dat ick in een Lokal as Biloog to de Spiesen meisttieds Broattüffeln wählen do. Dat is för mi keen Biloog, dat is de Hauptgang. Oaber ick bün dorbie ok 'n beten krüüsch, de broadtenTüffeln mööt'n scheun kross ween. Dorüm dröfft'n de Tüf-felstücken nich to groot ween. Zippel'n, Smoalt un Speck gäwen jüm ierst den richtigen Tatsch. Bi so'n woahre Broattüffelorgie kunn ick nich wedderstohn. Wenn moaleen 'n Töller vull öwerhett, denn segg mol driest Bescheed! Ick kumm vörbi! **Kalli Stüben, Wittenberge**

Tagung des Vereins für Geschichte der Prignitz

WOLFSHAGEN/GROß PAN-KOW. Der Verein für Geschichte der Prignitz blickt auf sein 25-jähriges Bestehen zurück. Am Sonnabend, 12. Oktober, findet eine Tagung im Schloss Wolfshagen statt. Den Festvortrag wird Klaus Neitmann, früherer Direktor des Landeshaupt-

archivs Potsdam, halten. Thema: Entstehung der Kreise Ost- und Westprignitz 1817. Nachmit-tags referiert Ralf Czubatynski über das Leben des Perleberger Tischlermeisters Fritz Martins. Es schließt sich eine Führung durch die Sammlungen des Schloss-museums an. dre

Fotos: Adobe Stock/Pormezz. Adobe Stock/Cevahi



Restlos genießen

Verbraucherzentrale gibt Tipps gegen Lebensmittelverschwendung

BRANDENBURG. Die Verbraucherzentrale Brandenburg (VZB) gibt einige Hinweise, wie Verbraucher Lebensmittel besser verwerten und damit gleichzeitig ihren Geldbeutel und die Umwelt schützen können. Anlass ist die bundesweite Aktionswoche gegen Lebensmittelverschwendung.

„Die Planung von Einkäufen, zum Beispiel mit einer Liste über die voraussichtlichen Mahlzeiten mehrerer Tage, macht beim Einkauf einen entscheidenden Unterschied“, sagt Expertin Annett Reinke. Denn so können Verbraucher bewusster die benötigten Lebensmittel auswählen. Auch Impulskäufe gehören so eher der Vergangenheit an. Wer auf die richtige Packungsgröße achtet, vermeidet zudem, dass übermäßig viel an Lebensmit-teln übrig bleibt.

„Aufs Gramm lässt sich kaum abschätzen, wer wie viel isst“, gibt Reinke zu bedenken. Deshalb sei es besonders wich-

tig, Reste zu verwerten. Bleibt etwas übrig, können Verbraucher die überzähligen Lebens-mittel beispielsweise einfrieren. Bleiben verschiedene Zutaten übrig, können Rezept-Seiten oder gar künstliche Intelligenz weiterhel-fen. „Wem kein passendes Gericht einfällt, das sich aus den Resten kochen lässt, kann die Liste der Zutaten auf eini-gen Webseiten mit Rezept-sammlungen eingeben oder sie Chatbots mit künstlicher Intel-ligenz nennen“, sagt Reinke. Wer Glück hat, verwendet so nicht nur Reste, sondern hat auch noch ein neues Rezept kennengelernt. Die richtige Lagerung ist ent-



scheidend, damit die gekauf-ten Lebensmittel möglichst lange frisch bleiben. So findet Butter den besten Platz in der Kühlschrantür, Tomaten ge-hören in eine separate Schale und Kartoffeln in den kühlen Keller. Man-che Lebensmittel wie Bananen und Äpfel soll-ten besser getrennt la-gern, um das schnelle Braunwerden der Ba-nanen zu verhindern. Indem Verbraucher ihre Vorräte regelmä-ßig kontrollieren, können sie diese rechtzeitig aufbrau-chen und vermei-den so unnötige Lebensmittelab-fälle.

Etwa 11 Millio-nen Tonnen Le-bensmittel lan-den in Deutsch-land jährlich im Müll. Einen Großteil davon werfen die pri-vaten Haushalte weg, darunter

vor allem leicht verderbliche Lebensmittel wie Obst und Ge-müse, Brot und Backwaren so-wie Milchprodukte oder Reste von Mahlzeiten. Insgesamt kommen so rund 79 Kilo-gramm pro Person im Jahr an Lebensmittelabfällen zusam-men. Aber auch bei der Ver-arbeitung von Lebensmitteln, in der Gastronomie oder im Supermarkt bleiben Lebens-mittel übrig und werden ent-sorgt. Das Problem daran: Je-des Lebensmittel verbraucht kostbare Ressourcen wie wert-volle Ackerböden oder Weide-land, Wasser und Dünger so-wie Energie für Ernte, Verarbei-tung, Transport und Entsor-gung. WS

➡ **Weitere Informationen und Tipps zur Vermeidung von Le-bensmittelabfällen hat die VZB auf ihrer Webseite zusammen-gestellt: www.verbraucherzent-rale-brandenburg.de/presse-meldungen/presse-bb/restlos-genießen-99614**

Früher abschließen mehr sparen:

Im Oktober	Im November
120 €	80 €

Das Jahresschlusspaket

Meine MAZ. Mein neues Tablet. Mein Rückzahlungsbonus.

Wissen, was das Land Brandenburg und die Welt bewegt.

Jetzt online abschließen: abo.MAZ-online.de/zugreifen

Märkische Allgemeine

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

ANZEIGE

STOLLE – das neue Sanitätshaus in Meyenburg

Am 15.10. eröffnet das STOLLE Sanitätshaus in Meyenburg seine neue Filiale. In der Pritzwalker Straße 1 erwartet die Kunden in einem hellen, und freundlichem Ambiente eine breite Palette an hochwertigen medizinischen Hilfsmitteln und Gesundheitsprodukten. Diese spielen eine zentrale Rolle in der Behandlung von Beschwerden im Bewegungsapparat. Sie lindern Schmerzen, erleichtern die täglichen Aufgaben und tragen maßgeblich zur Erhaltung der Mobilität und Selbstständigkeit bei. Von orthopädischen Schuhen und Einlagen über Bandagen und Orthesen bis hin zu Hilfsmitteln aus der Kompressions-therapie sowie Reha-Hilfsmittel finden die Kunden bei STOLLE alles, was das Leben leichter macht. Dabei profitieren sie von Qualitätsprodukten namhafter Hersteller, individuellen Anfertigungen und attraktiven Preisen. Die Eröffnung feiert das Sanitätshaus mit vielen Angeboten. Vom 15. bis 18. Oktober wird der Privatanteil bei Komfort- und Premiummodellen aus den Bereichen Einlagen, Kompression und Bandagen erlassen. Beim Privatkau dieser Produkte gibt es 25 % Rabatt. Kundenparkplätze vor Ort.

➡ **STOLLE Meyenburg, Pritzwalker Straße 1, 16945 Meyenburg, Tel. 033968/506292**

In Meyenburg hat die Firma Stolle eine neue Filiale eröffnet.

Foto: Stolle