

Inhalt

Grußwort	3
Titelthema: Essen und Religion	4
Aktuelles	22
Kurz notiert	28
Die Stadtkirche lädt ein	36
Rezepttipps der Redaktion	37
In eigener Sache	42
Kontakte	43
Impressum	43

*Wir wünschen Ihnen allen den pfingstlichen Heiligen Geist
mit seiner ganzen Lebendigkeit!*

Ihr Seelsorgeteam der Stadtkirche Landshut

Stiftspropst Msgr. Dr. Franz Joseph Baur	Kanonikus Thomas Zeitler
Prälat Josef Mundigl	P. Dr. Joseph Meenpuzhackal CST
Kanonikus Josef Schinagl	P. Jan Przewoznik CSsR
Gemeindereferentin Erika Gandorfer	Gemeindereferentin Aurelia Werner

Bildnachweis: Djares, Wikimedia Commons, gemeinfrei (S. 4); Friedbert Simon, in: Pfarrbriefservice.de (S. 5); mymieu, pixabay, in: Pfarrbriefservice.de (S. 11); edition chrison (S. 12); Deutsches Liturgisches Institut (S. 19); © Markus Beis (S. 20, 21); alle anderen Pfarrarchiv und privat.



Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Christen in der Stadtkirche
Landshut!

mich freut es, dass Sie dieses Heft in der Hand halten. Es ist eines von verschiedenen Zeichen, dass die Stadtkirche auch während der Corona-Zeit nicht einfach in Schockstarre gelegen hat, sondern lebhaft kommuniziert und etwas Schönes zustande gebracht hat. Zwar musste mindestens eine Redaktionssitzung ausfallen, trotzdem wurde der halbjährliche Pfarrbrief fertig.

Auf das Thema „Essen“ hatte sich die Redaktion schon vor der Corona Krise verständigt. Auch wenn kein Artikel darin

enthalten ist, der sich ausdrücklich Gedanken macht zum Zusammenhang zwischen Corona und dem Essen, ergeben sich Bezüge. Mindestens eine neue Sensibilität ist entstanden. Die Versorgung mit Lebensmitteln ist uns als „systemrelevant“ bewusst geworden. Viele Umstände bekamen plötzlich Nachrichtenwert: Erntehelfer, freier Warenverkehr, Bezahlung und Arbeitsschutz der Beschäftigten im Supermarkt, Beibehaltung des Wochenmarkts ... Und dass zuhause vermehrt selbst gekocht werden musste, das war auch Gesprächsstoff, wenn man fragte, wie es so geht in der Zeit der Ausgangsbeschränkung. Man könnte also noch viel, viel mehr über das Essen nachdenken mit seiner Bedeutung für das Humane und für das Religiöse. Aber immerhin, einige interessante Beiträge sind hier versammelt.

Papst Franziskus grüßt am Ende des Angelus gern mal mit „buon pranzo“ – „Guten Appetit beim Mittagessen!“ Und so wünsche ich Ihnen mit der gesamten Redaktion der „Brücke“ und mit dem ganzen Seelsorgeteam ebenfalls einen gesunden, lebensfrohen, geselligen und dankbaren guten Appetit, beim Lesen und beim Essen!

Mit herzlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink that reads "Franz Joseph Baur". The script is cursive and elegant.

Franz Joseph Baur, Stiftspropst
Leiter Stadtkirche Landshut

Hat der auferstandene Herr Jesus gegessen? – Ein gewagter Brückenschlag

Man kann es mögen oder nicht, wenn sich beim Dultgottesdienst (heuer wegen Corona ausgefallen) der Duft der Brathähnchen in die heilige Feier mischt. Ist das der Liturgie unwürdig? Oder sogar eine besonders reizvolle Begegnung in der uralten katholischen Partnerschaft von „Kirche und Wirtshaus“? Wie die Alltäglichkeit des Essens mitten hinein führt in das freudige Bekenntnis zur Herrlichkeit Gottes und der verherrlichte Herr Jesus Christus nach seiner Auferstehung wieder zurück verweist auf das Elementare des täglichen Essens, erschließt sich nicht unmittelbar. Aber Franz Joseph Baur hat einen geistlichen Autor gefunden, dem dieser gewagte Brückenschlag überzeugend gelingt.

Der auferstandene Herr hat nicht nötig zu essen. Warum tut er es trotzdem? Manche sagen: Um zu bestätigen, dass er kein Gespenst ist, sondern einen echten Leib aus Fleisch und Blut hat. „Aber wer das glaubt, ist nur einen Schritt davon entfernt, zu glauben, dass Jesus nur so tut, als

ob. Sobald man zur Magensäure kommt, vollzieht man diesen Schritt: Nein, Jesus zieht aus dieser Mahlzeit kein Vergnügen, und vor allem: Er verdaut sie nicht (aus Sorge, seine Verdauung wäre nicht glorreich genug, um keine Ausscheidung zu hinterlassen). So ist er trotz der anfänglich gegenteiligen Versicherung doch ein Gespenst, nur eben ein Gespenst, das besonders geschickt ist im Tun, als ob.“

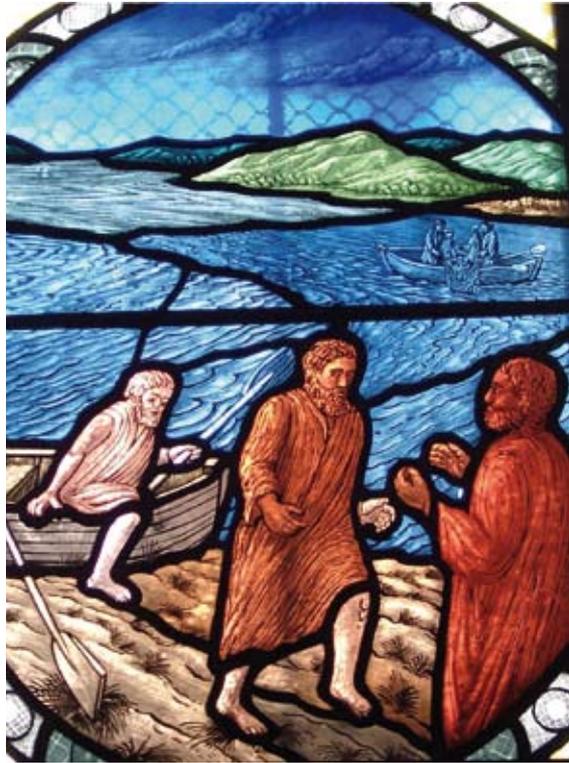
Es ist kein agnostischer Spötter, der so schreibt. Es ist der katholische französische Intellektuelle Fabrice Hadjadj. Ich verdanke den Hinweis auf diesen Autor dem Ehepaar Penot aus dem Chor von St. Martin. Hadjadj, Jahrgang 1971, tunesischer Abstammung, Kind jüdischer



Dem französischen Schriftsteller und Philosoph Fabrice Hadjadj gelingt es in seinem Werk „Résurrection. Mode d'emploi“ einen gewagten Brückenschlag von der Alltäglichkeit des Essens zum freudigen Bekenntnis zur Herrlichkeit Gottes zu vollführen.

Eltern, noch als Student wie seine Eltern dezidiert glaubenslos, Atheist und Nihilist, wandte sich mit Mitte zwanzig dem Glauben zu und wurde 1998 katholisch. Die FAZ wurde bereits auf ihn als „Meisterdenker“ aufmerksam. In kirchlichen Kreisen gibt es hierzulande leider kein Forum, geschweige denn einen Markt für seine Art brillanter, essayistischer Literatur. Deshalb ist von ihm noch nichts ins Deutsche übersetzt. 2016 hat Hadjadj ein Büchlein veröffentlicht mit dem Titel „R surrection. Mode d’emploi“ (Auferstehung. Eine Gebrauchsanweisung). Er kommentiert darin die Ostererzhlungen. Ich will, zum Thema der Brucke passend, das Kapitel über das Essen des auferstandenen Herrn wiedergeben. Wie kriegt Hadjadj die Kurve, was den gebratenen Fisch angeht, den Jesus nach Lukas vor den Augen der Jünger verspeist hat (Lk 24,42)? „Ich für meinen Teil empfinde Widerwillen gegenüber dem Gedanken, dass die Ewige Wahrheit lgen könnte. ... Wenn sie eine Mahlzeit hält mit den Jüngern, dann hält sie wirklich eine Mahlzeit. Zweifellos erleichtert das nicht gerade die Aufgabe der Theologen. Aber es verherrlicht die der Esser, die für den Moment weit zahlreicher sind als die Theologen (auch die Theologen, mögen sie denken, was sie wollen, gehören dazu). ... Der Auferstandene hat nicht aus Bedürfnis gegessen, er kann es also nur aus Poesie getan haben.“ ber die Poesie des Essens handelt dann das Kapitel.

Tatsächlich kann man mit Hadjadj staunen und sich ergötzen, wie das hoch komplexe Verdauungs- und Stoffwechselsystem des Menschen funktioniert. Wie die höchsten



Jesus empfängt die Jünger nach dem reichen Fischfang am Ufer und isst mit ihnen gebratenen Fisch. Aber kann er als Auferstandener wirklich essen? Eine Frage, der der Philosoph Hadjadj in seinem Werk „R surrection. Mode d’emploi“ nachgeht.

künstlerischen und geistigen Erzeugnisse des Menschen auf einer Basis von gesunder Ernährung beruhen. Wie wunderbar die Natur eingerichtet ist, die das Leben ermöglicht. Er singt den Lobpreis des Hhnerschenkels, der auf diesem Weg zum Gedicht wird, „begleitet von den Akkorden der Verdauung“. „Eine exzentrische und verrückte Poesie,“ sagt er selbst.

Essen und Religion

Und doch die allgewöhnlichste: „die Poesie des Tischsegens und der Danksagung“. Segen und Dank – das ist der letzte Sinn alles Physiologischen. Daran erinnert Christus die Jünger. Doch verflüchtigt sich in dieser Poesie nicht die Frage, wie es nun war mit dem Essen des Auferstandenen.

„Nach seiner Auferstehung lebt sein Körper das Leben, das er aus seiner ewigen Quelle schöpft. Wenn er neuerlich isst, dann nicht aus Abhängigkeit (von Nahrungsmitteln), sondern als Aufnahme.“ (Assomption – im Französischen das gleiche Wort wie Christi „Himmelfahrt“). „Unser Gewöhnliches nimmt er auf in

seine Herrlichkeit, damit wir in unserem Gewöhnlichen eine wunderbare Ordnung wiederfänden, damit wir verstünden, dass auch das Brot aus dem Mund Gottes kommt.“ Der Mensch lebt ja, wie wir gut aus der Bibel wissen, nicht vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt. Aber eben, auch das Brot kommt von Gott. Daran soll der Mensch denken, wenn er sein Brot isst: Segen und Dank im Alltäglichen! Da passt Paulus: „Brüder und Schwestern, alles was ihr tut, essen oder trinken oder jedes andere Werk, es geschehe zur Verherrlichung Gottes.“ (1 Kor 10,31).

Kirchgeld

Alle Gemeindemitglieder, die über ein eigenes Einkommen verfügen und älter als 18 Jahre sind, dürfen wir freundlich um ihr Kirchgeld bitten. Es beträgt in unserer Diözese 1,50 € pro Person und ist steuerlich absetzbar. Das Kirchgeld verbleibt – im Gegensatz zur Kirchensteuer, die auch überpfarrlichen Anliegen dient – in voller Höhe in der jeweiligen Pfarrgemeinde.

Wie können Sie das Kirchgeld einzahlen?

- durch Überweisung (Zahlschein liegt bei)
- im jeweiligen Pfarrbüro
- mit einer Kirchgeldtüte, die Sie am Schriftenstand in den Kirchen von Hl. Blut, St. Jodok, St. Martin und St. Peter und Paul vorfinden.

Bitte geben Sie ihre Adresse an, damit wir den Betrag richtig verbuchen können (bei Überweisungen bis 200,- € gilt der Überweisungsbeleg als Nachweis für Ihre Steuererklärung).

Wir sagen ein herzliches Vergelts Gott für Ihren Kirchgeld-Beitrag!

***Die Kirchenverwaltungen von Hl. Blut, St. Jodok, St. Martin
und St. Peter und Paul***

Hadjadj holt die großen biblischen Texte ins Alltägliche, aber er banalisiert sie nicht. Im Gegenteil, er entlockt dem Alltäglichen seinen Zauber, den Zauber des Transzendenten, der dem Alltäglichen über sich hinaus hilft, hin zur erlösenden Ordnung Gottes. So schließt das Kapitel über das Essen mit einem „Hinweis an meinen Pfarrer: Aus dem Gesagten könnten Sie, Hochwürden, womöglich voreilige Schlüsse für die Liturgie ziehen. Da

hineinlesen zum Beispiel, dass die Eucharistie sich abspielen sollte wie ein leckeres, umstandsloses Mahl. Das wäre eine völlige Fehldeutung. Man müsste vielmehr daraus ableiten, dass auch noch die geringfügigste Mahlzeit als große Dankagung erlebt werden muss und unser Verdauungssystem uns wie ein ursprünglicher und im wahrsten Wortsinn aufbauender Rosenkranz vorkommen sollte.“

Franz Joseph Baur, Stiftspropst

„O RES MIRABILIS ...“ steht vorn auf dem Altar in der Stiftsbasilika St. Martin. Wer kennt die Fortsetzung? Wer einmal um den Altar herumgeht (das tut aber eigentlich nur der Priester mit dem Weihrauch), kann lesen: „O RES MIRABILIS: MANDUCAT DOMINUM PAUPER SERVUS ET HUMILIS.“ Deutsch: „O wunderbares Geschehen: Es isst den Herrn der arme und demütige Knecht.“ Das ist ein Abschnitt aus dem „Panis angelicus“, das der Hl. Thomas von Aquin im 13. Jh. für das Fronleichnamfest verfasst hat, und von dem es wunderbare musikalische Vertonungen gibt.



Essen und Religion – Geht das heute noch zusammen?

Essen und Kochen sind in der Zeit der Corona-Pandemie für viele Menschen ein Thema geworden. Die Ausgangsbeschränkungen zwingen einen, zuhause zu bleiben, Zeit mit der Familie zu verbringen. Da Restaurants bislang geschlossen waren, wird selber kochen oder wenigstens für Essen zu sorgen ein wichtiger Bestandteil des Alltags. Viele werden da kreativ und wagen sich an das Kochen und Backen, um die frei gewordene Zeit sinnvoll zu nutzen.

Da stellt sich im Zusammenhang mit dem Schwerpunkt des Heftes „Essen und Religion“ die Frage, ob sich in der momentanen Krisenzeit ein neues Bewusstsein dafür entwickeln könnte.

In der Stadt Landshut mit ihren ca. 74.000 Einwohnern leben Menschen aus 135 verschiedenen Nationen. So werden bei uns auch viele verschiedene Religionen ausgeübt und prägen das Leben und vielfach auch das Essverhalten der jeweiligen Gläubigen. Daniel Buchholz – Vertretungsprofessor für Diätetik, Ernährungskommunikation und Gesundheitswissenschaften an der Hochschule Neubrandenburg – schreibt in seinem Artikel „Religion und Ernährung – Ernährungsvorschriften und -empfehlungen und ihre Bedeutung für ernährungsbezogene Maßnahmen“, dass religiöse Speisevorschriften bzw. Speiseempfehlungen in der täglichen Praxis von Diätassistenten, in der Ernährungstherapie und -prävention sowie im Verpflegungsmanagement relevant sein können.

Auch im Christentum, so Buchholz, gibt es Empfehlungen für Fast- und Abstinenztage für die Gläubigen. Diese Vorschriften sind unter Einflussnahme des Zweiten Vatikanischen Konzils seit 1983 in einer überarbeiteten Form im Codex Iuri Canonici (CIC) geregelt.

58 % der Deutschen gehören der röm.-kath. bzw. protestantischen Religion an. Auf Landshut bezogen entspricht das bei uns etwa 43.000 Einwohnern. Aber wie viele kennen diese Vorgaben noch, geschweige denn, dass sie sich daran halten?

Die Deutsche Bischofskonferenz hat 1996 in der Partikularnorm Nr. 16 eine Bußordnung / Fasten-Abstinenz (Kirchliche Bußpraxis / Weisungen zur Bußpraxis) festgelegt, wie dieses Fastenopfer aussehen kann. Strenge Fast- und Abstinenztage sind der Aschermittwoch sowie der Karfreitag. Hierzu heißt es in der Partikularnorm: „... Der katholische Christ beschränkt sich an diesen Tagen auf eine einmalige Sättigung (Fasten) und verzichtet auf Fleischspeisen.“ Auch eine Einschränkung von Genussmitteln wird empfohlen. Statt Fleischgerichte kommen oftmals Fisch- oder Eierspeisen auf den Tisch – so kennen es sicher viele aus der älteren Generation. Am ehesten bekannt ist der Freitag als Fast- und Abstinenztag. Er ist darauf zurückzuführen, dass Jesus nach christlicher Überlieferung an einem Freitag gestorben ist. Demzufolge sind die Gläubigen angehalten, an diesem Tag durch eine besondere Lebensgestaltung

dem Leiden und Tod Jesu zu gedenken. Im Idealfall könne man das „Ersparte“ mit Bedürftigen teilen, so die Empfehlungen. Zudem könne nach der österlichen Fastenzeit eine Spende an caritative Einrichtungen erfolgen.

Dass auch die Adventszeit ursprünglich eine strenge Fastenzeit war, ist hingegen vielfach nicht bekannt. Denn Plätzchen, Glühwein und andere Leckereien, die auf den Christkindmärkten angeboten werden, lassen diesen Gedanken erst gar nicht aufkommen. Die Kirchengeschichte lehrt uns jedoch etwas anderes. Vermutlich frühestens seit dem 4. Jh., als das christliche

Weihnachtsfest eingeführt wurde, sollte die Zeit vorher – wie auch vor Ostern – als Vorbereitungszeit in Form von Fasten und Buße dienen. Da auch hier die 40 Tage Jesu in der Wüste als Vorbild dienten, begann die vorweihnachtliche Fastenzeit nach dem 11. November, also dem Gedenktag des hl. Martin. Diese ursprünglich sechs Wochen dauernde Adventszeit – damals „tempus ante natale Domini“ („Zeit vor der Geburt des Herrn“) oder „tempus adventus Domini“ („Zeit der Ankunft des Herrn“) genannt – wurde jedoch bereits unter Papst Gregor dem Großen (590-604) auf vier Sonntage

reduziert, so Tobias Glenz in einem Beitrag unter katholisch.de vom November 2019. Für viele in der Landwirtschaft tätigen Gläubigen galt allerdings nach wie vor der Martinstag als Beginn der Adventszeit, da er für sie das Ende der bäuerlichen Tätigkeit auf den Feldern bedeutete. An diesem

Tag ließ man es sich noch einmal gut gehen und verzehrte alle Lebensmittel, die es in der Fastenzeit nicht geben durfte. Darauf lässt sich vermutlich auch die Tradition des Essens einer Martinsgans an diesem Tag zurückführen.

Seit 1917 wird das Adventsfasten im katholischen Kirchenrecht nicht mehr als Pflicht vorgeschrieben. Dennoch hat diese Zeit immer noch einen gewissen Bußcharakter, so Genz. Die adventliche Liturgie ist von Motiven der Menschwerdung Gottes geprägt, die vom Menschen auch Buße verlangen. Deutlich wird dies am 3. Adventssonntag „Gaudete“ („Freut euch“), an dem als liturgische Farbe auch Rosa getragen werden kann – vergleichbar mit dem 4. Fastensonntag „Laetare“ (Freue dich“) der österlichen Fastenzeit – ein Zeichen der Freude darüber, dass die Hälfte der Bußzeit bereits vorüber ist. In den Ostkirchen hingegen ist die vorweih-

„Um alle Unordnung abzulegen nützt es viel, nach dem Mittag- oder Abendessen oder zu einer anderen Stunde, da man keine Begierde nach Essen verspürt, bei sich selbst für die nächste Mittag- oder Abendmahlzeit die Menge festzulegen, die zu nehmen tunlich sei, und über die man nachher um keiner Esslust noch Versuchung willen hinausgehen soll; im Gegenteil: um jede ungeordnete Begierde oder Versuchung des Feindes, die zum Mehr-Essen anreizt, jeweils besser zu besiegen, esse man weniger.“

(Hl. Ignatius, 8. Regel „Um sich künftig im Essen zu ordnen“, Exerzitienbuch Nr. 217)

Essen und Religion

nachtliche Fastenzeit nach wie vor auf 40 Tage festgelegt, beginnend mit dem Gedenktag des Apostels Philippus („Philippus-Fastenzeit“).

Soweit ein kurzer Einblick in die Hintergründe der christlichen Fastenzeit. Frägt man heute vor allem die jüngere Generation nach Fastenzeit und was dahinter steckt, so wird sich vielleicht ein ganz neuer Aspekt auftun. Handyfasten, vegetarische oder gar vegane Küche, Low-Carb oder auch Raw-Food sind Begriffe, die dann neben Heilfasten und verschiedensten Diäten fallen werden. Aber wozu? Für viele Menschen ist Essen in bestimmten Ausformungen schon fast zu einer Art Ersatzreligion geworden. Alles wird diesem „Trend“ untergeordnet. Neben Tierwohl, Klimaschutz oder gesundheitlichen Gründen werden auch psychologische Aspekte geltend gemacht. Schon Ludwig Feuerbach behauptet: „Man ist, was man isst“. Aber zu dem „Was“ sind heute wie, wann, wo und mit wem gekommen, also soziale, kulturelle, politische und religiöse Aspekte. Der Theologe Kai Funkschmidt – er arbeitet in der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen – stellte in einem Gespräch mit Änne Seidel im Deutschlandfunk im Oktober 2019 fest, dass eine Tendenz zu beobachten sei, dass heute das was ich esse, ganz stark bestimmt, wie ich mich wahrnehme. Manche Essenserscheinungen hätten gar sinnstiftende und damit religiöse Bezüge. Dazu gehörten auch apokalyptische Ängste und das Versprechen, Katastrophen durch das Essverhalten abwenden zu können, so der Theologe. Essen sei schließlich ein Be-

reich, der das Überleben und das kulturelle Selbstverständnis bestimme.

Eine neue Wertigkeit erhält im Zuge des veränderten Essverhaltens auch das gemeinsame Kochen und Essen mit Freunden. In ihrem Beitrag vom April 2019 im Deutschlandfunk „Essen als Religion – Das neue Abendmahl“ beschreibt Ana Suhr den Trend, mit Freunden zu kochen im neuen Herz der Wohnung, der Küche, als Besonderheit in einer Zeit, in der eine gemeinsame Mahlzeit im Alltag die Ausnahme bildet. Umso mehr würde dies fast schon als „Gottesdienst“ zelebriert, so die Autorin. Der große Esstisch wird zum zentralen Ort in den Wohnungen.

Nach dem immer stärker sich ausbreitenden Wegfall der Tischgemeinschaft in den Familien werden neue Formen der Essensgemeinschaft gesucht. Diesem Trend entsprechen auch neue großstädtische Ringe wie beispielsweise Eatwith, wo man sich online zu gemeinsamem Essen in privaten Räumen verabredet. Der Theologe Funkschmidt führt dazu an, dass „der heilige Ernst, mit dem solche Treffen mitunter zelebriert werden, die Frage aufwirft, ob man vielleicht von einem neuen, säkularisierten Abendmahl sprechen kann.“ Neben der Essensituation an sich gehe es aber auch um das, was verzehrt wird (vegetarisch, vegan usw.), so dass, laut Funkschmidt, neben dem grundsätzlich als positiv zu betrachtenden Gemeinschaftsaspekt auch eine Abgrenzung nach außen dazu gehöre. Er kritisiert dabei u.a. die „Gnadenlosigkeit“, mit der viele vorgehen. Sobald nämlich ein dogmatischer Zug in das Essverhalten hereinkomme, würde der Aspekt der Gnade aus

religiöser Sicht fehlen. Alle, die nicht so essen wie man selbst, schaden dem Tierwohl, dem Klima usw., so die Einstellung vieler Vertreter bestimmter Essverhalten. Grundsätzlich ist ja ein die Schöpfung achtendes Essverhalten sehr begrüßenswert. Allerdings hält inzwischen, anders als früher, oftmals nicht mehr die Religion und ihre Einstellung zur Schöpfung her für Diskussionen über Weltanschauungen und Weltdeutungen, sondern es wird das Essverhalten und die „neue“ Tischgemeinschaft dazu umfunktioniert, so der Kulturwissenschaftler Gunther Hirschfelder in einem Gespräch mit Ana Suhr im Deutschlandradio.

Wie gehen wir als Christen mit den neuen Essenstrends um? Wie halten wir es mit Fasten in seiner ursprünglichen christlichen Bedeutung? Wie bei vielen Dingen ist auch hier das richtige Maß entscheidend. Grenzen wir diejenigen nicht aus, die dazu eine andere Einstellungen haben als wir. Lassen wir das Fasten in welcher Form auch immer gewinnbringend werden. Nutzen wir den freigewordenen Raum in der österlichen und vielleicht auch adventlichen Fastenzeit für etwas Positives. Lesen wir in der Bibel, z. B.

die so faszinierende Stelle im Buch Genesis zur Schöpfungsgeschichte und ziehen wir daraus Konsequenzen für unser Ess- und Konsumverhalten. Pflegen wir, soweit möglich, das gemeinsame Essen in der Familie, aber auch mit Freunden, nicht um dieses zu zelebrieren, sondern um Tischgemeinschaft zu erleben, wie die Apostel und Freunde Jesu es mit ihm erlebt haben: zum gemeinsamen Gespräch und Austausch, zum Zuhören und für das Gefühl der Zusammengehörigkeit.

Dagmar Müller

Nicht erst seit der Corona-Pandemie ist gemeinsames Essen in der Familie ein Thema. Das gemeinsame Kochen und Essen mit Freunden wird zusehends zur Besonderheit und zu einem Event, das oftmals schon fast als „Gottesdienst“ am großen Esstisch zelebriert wird.



Fasten, Fastenzeit, Heilfasten – Kurz erklärt von A-Z

Abstinenz- und Fastentage waren früher der Aschermittwoch, die Freitage der 40-tägigen Fastenzeit, der Karsamstag bis 12.00 Uhr Mittag, die Freitage der vier jährlichen Quatemberwochen. Es galt der Spruch „Nach Asche, Pfingsten, Kreuz, Lucei gedenke, dass Quatember sei“.

Buddhistische Lehre sucht den Weg der Mitte, Selbstkasteiung wird abgelehnt.

Für eine gelingende Meditation wird jedoch wenig essen als hilfreich angesehen.

Christliche Fastenregeln als Zeit der Buße, des Gebetes und des Verzichtes, haben sich über die Jahrhunderte bis in die Gegenwart sehr verändert und sind in heutiger Zeit deutlich eingeschränkt. Vielfach wird noch die 40-tägige Fastenzeit vor Ostern praktiziert oder der Freitag wird fleischlos gehalten.

Dispens: in den „mageren“ Tagen des Jahres, außerhalb der Fastenzeiten, in denen weder Fleisch noch tierische Produkte verzehrt werden durften, konnte von der Kirche eine Befreiung (Dispens) von dieser Regel erbeten werden.

Evangelische Christen rufen in der Fastenzeit in ihren traditionellen „7 Wochen ohne“ zum Überdenken des eigenen Lebensstiles auf, durch Verzicht von z. B. Alkohol, Nikotin, Süßigkeiten, Fernsehen...

„**F**leisch lebe wohl“, aus carne levare wurde carne vale unser heutiger Karneval / Fasching. Die närrischen Tage aus-

Seit mehr als 35 Jahren lädt die evangelische Kirche in der Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern zu der Aktion „7 Wochen Ohne“ ein, 2020 „... ohne Pessimismus“. Dabei wird neben dem Verzicht auf das ein oder andere Genussmittel vor allem zum Fasten im Kopf aufgerufen.



schweifender Trink- und Essgelage als Einleitung in den Verzicht der Fastenzeit. Ein bedenkenswerter Ansatz für die Überprüfung heutiger Speisezetteln, wo durch unseren hohen Fleischkonsum vielfach Tier, Mensch und Umwelt die Leidtragenden sind.

Gut gelaunt soll man sein durch Fasten. Universitäre Studien sehen durch Fasten einen Anstieg des Hormons Serotonin, das verantwortlich ist für diesen Gemütsschub.

Heilfasten kann der Reinigung von Körper, Geist und Seele dienen, auch außerhalb religiöser Fastenzeiten.

Islamische Fastengebote sind wie im Christentum eine Bußübung. Im Fastenmonat „Ramadan“ dürfen Muslime von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang nicht essen, trinken, rauchen. Wer selbst aus gesundheitlichen oder anderen Gründen nicht fasten kann, ist gehalten, Bedürftigen Speisen oder Almosen zukommen zu lassen.

Jom Kipur gilt im Judentum als der Tag der Versöhnung und des Fastens. Der Tag wird in völliger Enthaltensamkeit und ohne Arbeit begangen. Alle zuvor begangenen Sünden werden an diesem Tag gesühnt. An weiteren Fastentagen gedenken die Juden trauriger Ereignisse ihrer Geschichte. **K**rkrankheit führt oft zu Appetitlosigkeit,

eine natürliche Reaktion des Körpers, um alle Energie zur Überwindung des Infektes zu haben.

Längere Fitness mit besserer körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit versprechen heute viele Ernährungs- und Gesundheitsratgeber.

Mittwoch, ein Fasttag, der heute in den Klöstern noch eingehalten wird, in unserem säkularen Leben aber weitgehend in Vergessenheit geraten ist. Judas Verrat soll an einem Mittwoch gewesen sein, daran sollte im Verzicht erinnert sein.

„So kann die Enthaltensamkeit bei Gerichten, um Unordnung zu vermeiden, auf zweierlei Art geschehen: einmal so, dass man sich gewöhnt, gröbere Speisen zu essen, dann so, dass man ausgesuchtere in geringerer Menge genießt.“

(Hl. Ignatius, 3. Regel „Um sich künftig im Essen zu ordnen“, Exerzitienbuch Nr. 212)

Nahrungsverzicht kann aus unterschiedlichsten Beweggründen erfolgen. Unzählige Diätformen machen Hoffnung auf Gewichtsreduktion, Entschlackung oder gar Lebensverlängerung, im Fasten hingegen stellt sich oft eine ganzheitliche Erfahrung auch im geistig-seelischen Bereich ein.

Orthodoxe Kirchen kennen strenge Fastenregeln. Es gibt vier mehrwöchige Fastenzeiten im Jahr mit strengen Speisevorschriften.

Prayopavesa, ist eine Extremform des Fastens im Hinduismus. Allerdings ist es nur Menschen vorbehalten, die keine Verpflichtungen und auch keinerlei Wünsche mehr im Leben haben.

„Quatsch“ – die Sinnhaftigkeit und der erhoffte gesundheitliche Nutzen von Fasten wird von vielen angezweifelt, jeder muss für sich selbst entscheiden, ob diese Form der Regulierung der Lebensform das Richtige ist.

Register von Kochbüchern hatten in vergangenen Jahrhunderten zwei Abteilungen, um Rezepte zu unterscheiden für die vielen Fasttage und andere.

Schlaf, die beste Fastenphase, in der keine Nahrungsaufnahme erfolgt.

Tierprodukte mussten bei strenger Auslegung von Fastengeboten durch pflanzliche Stoffe ersetzt werden. So entstand schon Jahrhunderte vor unserer heutigen veganen Ernährungsweise eine Vielzahl an Rezepten für Mandelmilch oder Mandelkäse.

Unsicherheit in der Formulierung von Speisen- und Fastenregeln kann man schon in der Ordensregel des hl. Benedikt im Jahr 515 erkennen. Er empfahl zur täglichen Hauptmahlzeit zwei gekochte Speisen und verlangte von allen, außer den schwachen Kranken, den vollständigen Verzicht des Genusses des Fleisches von vierfüßigen Tieren. Die Schwierigkeit diese Gebote durchzusetzen schien ihm wohl vorab klar, schreibt er doch weiter: „...da man die Mönche unserer Zeit davon nicht überzeugen kann, sollten wir uns wenigstens dazu verstehen, nicht bis zur Sättigung zu trinken.“

Vigiltage vor Pfingsten, Mariä Himmelfahrt, Allerheiligen und Weihnachten waren Fasttage mit nur einer vollen Mahlzeit am Tag.

Weniger essen ist nicht fasten.

Zeitspanne des Fastens kann sehr individuell gestaltet sein, egal ob man sich an religiösen Fastenzeiten orientiert oder persönliche Ernährungsformen oder -umstellungen ausprobieren möchte.

Angelika Gruber



In einem „Kochbuch für drei und mehr Personen“ aus dem Jahr 1919 ist mehrfach eine Einteilung in „Fasttage“ zu finden, hier z. B. beim „Speisezettel für die Frühlingszeit“.

Vom Kochen, Essen und Aufräumen – Eine Pfarrhaushälterin erzählt

„Der Dienst der Pfarrhaushälterin ist vielseitig und erfordert Kenntnisse in der Haushaltsführung. Interesse am Leben und den Vorgängen der Pfarrgemeinde sowie eine Verwurzelung in der katholischen Kirche wird vorausgesetzt. Wichtige Eigenschaften einer Pfarrhaushälterin sind Freundlichkeit im Umgang mit Menschen, Kooperationsbereitschaft, Kontaktfähigkeit, Zuverlässigkeit und Diskretion...“, so zu lesen in einer Broschüre des Informationszentrums Berufe der Kirche aus Freiburg.

Stiftspropst Dr. Baur darf sich glücklich schätzen, eine solche „Perle“ wenigstens für ein paar Stunden in der Woche bei sich zu beschäftigen. Vieles wird ihm abgenommen, so dass mehr Zeit für die eigentlichen Aufgaben eines Geistlichen bleibt.

Das Redaktionsteam hat Martina Hauke, Pfarrhaushälterin von Stiftspropst Dr. Baur, zum Schwerpunktthema „Essen“ befragt.

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Vor allem Gemüse, in allen Variationen, z. B. gebratenes Gemüse wie beim Thailandler.

Ein Lieblingsessen woanders:

Ochsenbackerl beim Augustiner.

Ihre liebste regionale Küche?

Ich koche sehr gern thailändisch und auch die bayrische Küche mag ich.



Martina Hauke sorgt als Pfarrhaushälterin bei Stiftspropst Dr. Baur dafür, dass der „Laden“ läuft und gesundes Essen auf den Tisch kommt.

Was darf in Ihrem Kühlschrank nicht fehlen?

Butter, Milch, Eier, ein Glas mit Pesto, dann kann man sich immer schnell was zu essen machen. Und Gemüse natürlich.

Was ist denn Ihre Lieblingsgemüsesorte?

Lauch und Sellerie. Sellerieknolle – damit kann man immer viel machen: Suppe, Soßen, ...

Ich gebe in Soßen immer einen Sellerie mit hinein: ganz klein schneiden und mit Zwiebeln gut anbraten.

Ein Gericht, auf das Sie stolz sind?

Mittlerweile mache ich Wildgerichte sehr gut. Ich finde, es kommt da auch immer

Essen und Religion

auf die Soßen an. Die Soße ist das A und O beim Essen.

Ein Gericht, um das Sie Ihre Familie, Freunde oder der Chef immer wieder bitten?

Morgen gibt's bei mir daheim mal wieder Rouladen, das haben sich die Kinder gewünscht. Der Chef – was mag der so? Der isst eigentlich auch alles. Aber der mag auch Wild sehr gern.



Zu den Lieblingessen von Stiftspropst Dr. Baur gehören u. a. Wildgerichte – hier ein Rehrücken.

Welches Gericht ist zu unrecht unterschätzt?

Eintöpfe! Eintöpfe sind immer was Gutes. Linseneintopf zum Beispiel.

Wenn Sie in der Küche was Neues ausprobieren, brauchen Sie dazu eine Anleitung und konkrete Mengenangaben oder sind sie da eher kreativ?

Nein, ich brauche schon ein Rezept. Weil es ja auch auf die Kombination der

Gewürze und Kräuter ankommt. Beim nächsten Mal kann man dann ja abwandeln. Viele Leute mögen zum Beispiel keinen Koriander. Ich mag ihn, aber man darf halt nicht zu viel rein geben. Und Minze mag ich mittlerweile auch im Essen. Wenn man schaut, womit man heute alles kocht – das hätte man sich ja früher alles gar nicht vorstellen können.

Welche Eigenschaften braucht man in der Küche am meisten?

Ich finde, man muss organisiert sein, und ordentlich sowieso. Das ist das A und O.

Räumen Sie schon beim Kochen auf?

Ja, unter'm Kochen. Zum Beispiel, wenn ich am Sonntag für den Chef arbeite: Bevor ich in die Kirche gehe, ist bei mir in der Küche alles aufgeräumt. Es ist dann oft schon stressig, aber da möchte ich, dass der meiste Teil schon abgewaschen ist.

Von wem haben Sie kochen gelernt?

Von meiner Mama. Und dann habe ich die Hauswirtschaftsschule besucht in Oberroining. Zwei Jahre, Schwerpunkt Kochen. Und hab auch immer gern gekocht, immer Interesse dafür gehabt.

Kochen Sie lieber allein oder im Team?

Nein. Im Team arbeiten: da bin ich ganz schlecht, auch wenn ich es manchmal gern möchte. Nur ein Beispiel: meine Tochter und ihr Mann, die kochen auch ganz gern, oft miteinander. Und da hat mein Schwiegersohn schon mal gesagt: „Also das tät mit dir gar nicht gehen.“ Da sag ich: „Ja, weil ich so durchorganisiert bin“.

Backen Sie auch gerne?

Nein, ich koche lieber. Backen ist nicht mehr so mein Ding. Vielleicht, weil ich früher soviel Kuchen gebacken habe. Wenn ich wirklich mal einen Kuchen mache, dann bleibt soviel übrig, dass ich was davon einfriere. Oder ich verteile ihn an die Kinder, wenn ich mal einen Zwetschgendatschi mache. Also den liebe ich ja, wie alles, was mit Zwetschgen zu tun hat!

Denken Sie viel über Essen nach?

Ja, eigentlich schon. Manchmal stehst in der Früh auf und sagst: „Mensch, was kannst denn heute kochen“ (lacht). Oder wenn es sich um’s Bio-Gemüse dreht... angeblich ist alles nur noch bio, bio, bio. Ob das dann immer alles so stimmt, ist auch die Frage. Mittlerweile wird soviel angeboten – ich kann mir gar nicht vorstellen, dass es soviel Bioproduktion überhaupt gibt.

Gibt’s Kochsendungen im Fernsehen oder Internet, die Sie anschauen?

Dafür hab ich eigentlich wenig Zeit, aber ab und zu mal „Das perfekte Dinner“ und „The Taste“. Da müssen die Teilnehmer ein Gericht kochen, das wird dann auf einem Löffel drapiert und von vier Spitzenköchen bewertet. Ich könnte das nicht, so unter Zeitdruck. Und die Sendung „Landfrauenküche“ ist auch sehr interessant!

Muss man essen, was auf den Tisch kommt?

Ich sag: eigentlich schon. Man soll es wenigstens probieren. So haben wir es auch unseren Kindern beigebracht. Wir haben

gesagt: nehmt euch bloß ein bisschen was zum Probieren. Dann kann man immer noch sagen „nein, das ist nichts für mich“.

Haben Sie Ihre Kinder in der Küche mit-helfen lassen?

Eher wenig. Das tut mir heute im Nachhinein manchmal leid. Aber sie haben mich immer wieder gefragt und Interesse gezeigt. Was ich aber gemacht habe: Jede hat, als sie ausgezogen ist, von mir ein handgeschriebenes Rezeptbuch bekommen. Das war viel Arbeit, aber da holen die sich auch Anregungen raus.

Gibt’s etwas zum Thema Essen, das sie anderen Menschen gerne einmal sagen würden?

Ich finde es schade, dass es immer mehr Leute gibt, die nicht kochen mögen und die unendlich viel Geld ausgeben, um essen zu gehen. Ich denk, das muss eigentlich gar nicht sein. Oder Leute, die sich nur von Fastfood ernähren. Man kann mit so wenigen Sachen so tolle Gerichte zaubern.

Meine Botschaft ist, dass die Leute das Essen mehr schätzen und nicht soviel wegwerfen sollen.

Wenn man Kartoffeln übrig hat, oder ein bisschen Fleisch, dann macht man eine Tiroler Pfanne oder sowas. Das sind doch so einfache Sachen.

Ein Tipp dazu zum Schluss: Salat, der nicht mehr ganz knackig ist, kann man in Wasser legen und Zucker ins Wasser streuen. Nach ein paar Minuten erholen sich die Blätter wieder.

Das Interview führte Daniela Schulz

Vom gemeinsamen Essen – Wie Corona die Familie gemeinsam an den Tisch bringt

Ich lebe einen Traum! Mein Traum ist, dass auch unter der Woche alle Familienmitglieder wenigstens einmal täglich gemeinsam am Essenstisch sitzen. Eigentlich vermeintlich doch ganz einfach, oder? Wenn da nicht das kleine Teufelchen namens Alltagsstress wäre, das immer wieder mal seine Finger im Spiel hat und so einiges durcheinander bringt.

Kennen Sie das? In der Früh müssen die Eltern in die Arbeit, die Kinder in die Schule! Wenn man es endlich geschafft hat, die lieben Kleinen aus dem Bett zu werfen und ins Bad zu bugsieren, bleibt meist kaum mehr Zeit für ein gemeinsames Frühstück. Da müssen Pausenbrote geschmiert werden, Müsli oder Toastbrot hergerichtet werden, die Kaffeemaschine, in der schon wieder das Wasser leer ist, bedient werden. Nebenbei versucht man einen Blick in die Zeitung zu werfen, hinter der sich der Ehemann verschanzt hat, und muss auch schon los! Ein Hurra, wenn es dabei gelungen, ist den Sprösslingen wenigstens ein bisschen energiereiche Kost für den Schulvormittag einzuzufößen! Ein familiäres, gemütliches Starten in den Tag, an dem man sich über die bevorstehenden Tagesereignisse unterhält, sieht anders aus! „Morgen einfach eher aufstehen und macht nichts, es gibt ja noch das Mittag- und das Abendessen!“ , sagen Sie? Generell haben Sie natürlich Recht! Wobei, ersteres fällt meistens als Familienessen unter der Woche flach, weil der Mann in der Kantine und die Kinder in der Mensa essen. Also selber schnell ein

Sandwich gemacht oder nebenbei was „to go“ mitgenommen. Bleibt noch die quälende Frage für den Abend: „Was koch` ich heute?“ Mit viel Glück hat man bei der Fahrt in die Arbeit die Sendung mit dem gleichen Titel in einem bekannten bayerischen Radiosender gehört und die Zutatenliste schnell ins Gedächtnis eingemeißelt, wenn nicht, viel Spaß beim Grübeln vor den Regalen im Supermarkt oder vor der Theke in der Metzgerei! Gesund und abwechslungsreich soll es ja auch sein. Nun nichts wie ab nach Hause und das Abendessen vorbereitet, was nun endlich ein gemütliches Zusammensitzen sein soll, wo alle ihre Erlebnisse des Tages.... Sie wissen schon!

Abends sechs Uhr:

„Essen ist fertig!“ „Ich komme gleich, ich muss nur noch schnell...!“ „Ich will aber noch mit meinen Freunden fertig spielen, kann ich nicht später einen Brotzeitteller haben?“ „Ich muss noch mit der... telefonieren wegen der Hausaufgaben!“

So viel zum Thema entspanntes gemeinsames Essen!! Bis endlich alle mal am Tisch sitzen, kostet es so manchen Nerv. Ich glaube, dass einige von Ihnen dieses oder ähnliche Szenarien gut kennen. Da versucht man sein Bestes für einen regelmäßigen familiären Austausch unter der Woche, doch der Erfolg lässt manchmal zu wünschen übrig.

Erfolg habe ich in dieser Beziehung seit gut sechs Wochen, als das Corona-Virus begann uns alle heimsuchen, die Schulen geschlossen wurden, Homeoffice an-

gesagt war und der Lock-Down ein Treffen mit Freunden und Spielen mit den Nachbarskindern untersagte. Jetzt plötzlich haben wir Zeit füreinander! Neben all den schrecklichen Ereignissen in den Krankenhäusern und Altenheimen, den Ängsten von Risikopatienten, Geschäftsleuten, Kindern in sozial schwächeren Familien, den fehlenden sozialen Kontakten zu Großeltern und Freunden, hat dieses Virus aber auch den kleinen positiven Nebeneffekt, dass in meiner Familie und hoffentlich in vielen weiteren mehr Zeit für gemeinsame Aktivitäten und Mahlzeiten vorhanden ist: Wir frühstücken in

Ruhe zusammen, zu Mittag gibt es wieder Gerichte, die ich schon lange nicht mehr gekocht habe (aus Zeitmangel) oder ich probiere sogar gerne etwas Neues aus, so dass es gar nicht mehr schlimm ist, wenn sich am Abend jeder selbst eine Kleinigkeit macht oder zu unterschiedlichen Zeiten, weil der soziale Kontakt ja nun auch gepflegt werden will – digital!!

Bleibt also der gute Vorsatz sich auch nach Corona die gemeinsame Zeit beizubehalten, den Tag zu entschleunigen und so dazu beizutragen, den Traum im Alltag zu leben.

Andrea Zieglmeier

Das gemeinsame Essen in der Familie ist im Alltag für viele nur schwer umsetzbar. Ähnliche Szenen wie im Bild – hier mit einem gemeinsamen Tischgebet – gehören in vielen Familien zu den kleinen positiven Nebeneffekten der Corona-Pandemie.



Wie der Schwaigerengel in den Fronleichnamszug kam – Die Geschichte der Schwaiger in Landshut

Dass das Fronleichnamsfest auf Stadtebene mit großer Prozession und Empfang in Seligenthal heuer der Corona Pandemie zum Opfer gefallen ist, betrübt mich. Bei anderen großen Festen wie der Landshuter Hochzeit oder dem Münchener Oktoberfest fragt man: Wann hat es das schon einmal gegeben? Die Fronleichnamsprozession hat gar keine so lückenlose Tradition in Landshut, wie man meinen könnte. Ich selbst war überrascht, als ich erfuhr, dass sie erst in der Zeit meines Vorgängers Stiftspropst Schömann zu dieser Form gefunden hat, die mir so passend und rundum stimmig vorkommt. Ich kannte aus den Geschichtsbüchern die barocke Zugaufstellung, eine gigantische Eventlogistik! Ich bemerkte das Glasfenster in

St. Martin aus der Zeit direkt nach dem Krieg, das die Fronleichnamsprozession darstellt. Aber all das war abhanden gekommen. Man experimentierte mit einem Gottesdienst im Hauptportal von St. Martin, mit einem Gottesdienst im Freien vor dem Rathaus, und fand schließlich zu der Form, wie Fronleichnam in den letzten Jahren mit festlicher Prozession der ganzen Stadt immer stattgefunden hat. Seit ich weiß, war das Wetter immer schön. Wir haben der Fußballiade getrotzt. Die Form ist gut! Wir werden sie nicht aufgeben, auch wenn wir heuer Corona-Pause machen müssen.

Den Platz in der Altstadt, unseren Prozessionsweg, halten, so möchte ich es sehen, die Schwaiger für uns frei. Sie trotzen der Corona-Krise und halten die Stellung, um die Stadt mit frischen Lebensmitteln zu versorgen. Wie eigentlich deren Verbindung zu Fronleichnam und zur Prozession ist ... sie stellen ja üblicherweise die Ritter und den Engel an der Spitze des Zugs, wusste ich bisher noch nicht. Andere vielleicht auch noch nicht. Umso interessanter der folgende Artikel.

**Franz Joseph Baur,
Stiftspropst**



Die Fronleichnamsprozession der Stadt wird stets von den drei Rittern und dem Schwaigerengel (re. hinten) angeführt.

Die Schwaiger von Landshut

Der Landshuter Westen sieht auf eine lange Geschichte zurück, so gibt es die Schwaiger am Rennweg bereits seit dem Mittelalter. Es ist durchaus möglich, dass sie bereits vor der Stadtgründung dagewesen seien, sagt Stadtarchivar Gerhard Tausche. Auch die Klötzlmühle ist bereits Anfang des 15. Jh. in einer Urkunde genannt.

Somit sind die Schwaiger seit vielen Jahrhunderten bereits für die Versorgung der Stadt mit frischem Obst und Gemüse zuständig. Früher hatten die meisten von ihnen auch eine kleine Viehzucht dabei mit Kühen, Schweinen und Hühnern. Die meisten haben seit Generationen einen Stand am Schwaiger- und Wochenmarkt. Im Mittelalter kamen die Schwaiger von Landshut zu einer besonderen Auszeichnung: Der Sage nach wollte der böhmische König Ottokar I. die Stadt Landshut einnehmen. Als der niederbayerische Herzog Ludwig, der Kelheimer mit seinem Heer außer Landes war, wollte Ottokar Burg und Land einsäckeln und als Pfand die beiden Prinzen des Herzogs mitnehmen. Herzogin Ludmilla wusste nicht, wo sie ihre beiden Söhne in Sicherheit bringen sollte. Die Landshuter Bürger waren damit beschäftigt ihre Kleinodien zu vergraben, da kam ein Schwaiger zur Herzogin gelaufen und bot ihr an, sich um die beiden Prinzen zu kümmern. In der Fischer-Schwaige, in einem alten versiegten Brunnen, hat er die beiden dann versteckt.

Nachdem die Böhmen wieder abgezogen waren, belohnte die Herzogin die Tat der Schwaiger mit einer eigenen Kirche. Sie



Das Schwaiger-Denkmal im Westen von Landshut erinnert bis heute daran, wie der Schwaigerengel in die Fronleichnamsprozession kam.

stiftete 1225 die Frauenkirche in Altdorf. Der Herzog verbriefte zudem den Schwaigern das Recht, einmal im Jahr als Ritter gehen zu dürfen, weil sie so ritterlich gehandelt hatten. Seitdem reiten bis zum heutigen Tag bei jeder Fronleichnamsprozession in Landshut drei Schwaiger in eiserner Rüstung voraus und der Schwaigerengel führt die Prozession an.

Elfriede Einberger

Gottesdienst trotz Corona – Ein Hoch auf die Vernetzung

Keine gemeinsamen Gottesdienste mehr, Gemeindeleben wird auf „0“ reduziert, Stillstand. Mit diesen drastischen Einschränkungen kam schon kurze Zeit nach dem Lockdown die Idee eines Livestreams in den Köpfen von Oskar Hallensleben und Florian Schwing auf. Zwar gab und gibt es viele andere Übertragungen, etwa aus München oder Passau, aber dennoch ist es halt nicht „unsere“ Kirche.

So sammelten wir all unser laienhaftes Equipment zusammen, recherchierten, probierten, führten Gespräche mit Herrn Stiftspropst Baur, der sich sehr aufge-

schlossen zeigte, und konnten dann am Palmsonntag einen ersten Livestream für den Gottesdienst einrichten.

Auch wenn die Qualität und die Professionalität anfangs noch recht bescheiden waren, vor allem im Vergleich zur Übertragung der beiden Ostergottesdienste – diese wurden von der professionellen Firma „Leuchtkraft“ möglich gemacht – so bestärkte uns die steigende Zahl an Zuschauern und Mitfeiernden doch sehr. Als ein wesentliches Problem zeigte sich anfangs die Internetverbindung, die leider nur in St. Martin existiert. Wären auch die Sakristeien der anderen Kirchen mit Inter-

Das Team, das die Live-Stream-Gottesdienste technisch betreut hat: (v.l.n.r.) Lukas Hunger (Fa. Leuchtkraft Veranstaltungstechnik), Florian Schwing, Oskar Hallensleben und Kirchenmusiker Lorenz Höß



net ausgestattet, so könnte mit den Gottesdiensten auch „rotiert“ werden. Um sonntags um kurz vor zehn den Knopf „Stream starten“ zu drücken braucht es doch auch einige Vorbereitung. So müssen die Liednummern einzeln eingepflegt, vor dem Gottesdienst die vielen Kabel verlegt, kurzfristigen Problemen begegnet und letztlich während des Streams auch sehr aufmerksam entsprechende Video- und Audioeinstellungen getätigt werden. In der Summe sind das rund vier bis fünf Stunden pro Stream. Für jede neue Übertragung kamen neue Ideen, wobei mit der zunehmenden Professionalisierung auch in gleichem Maße die Sehnsucht und Hoffnung auf einen ersten „normalen“ Gottesdienst nach dem Lockdown kommen. Dennoch zeigt diese Zeit eines: Fast alle Herausforderungen können auch mit entsprechendem Willen und einer Gemeinschafts-

leistung gemeistert werden. Daher ergeht die herzliche Einladung, das Technikteam mit Equipment, Wissen und Feedback weiterhin zu unterstützen – wer weiß, wie lange noch ein Livestream nötig bleiben wird.

Florian Schwing



Das Team um Oskar Hallensleben und Florian Schwing hat ab Palmsonntag Gottesdienste per Livestream über die Homepage der Stadtkirche ermöglicht. So waren die „Stillen Messen“ – wie rechts im Bild – wenigstens nur unter der Woche abzuhalten.

„Corona Geschichten“ – Die Stadtkirche bleibt in Verbindung

Nein, keine Angst, hierbei handelt es sich nicht um neue Hygienerichtlinien, Abstandsregeln usw. Es ist ein in Krisenzeiten neu entstandenes Forum, das von Herrn Stiftspropst Dr. Baur ins Leben gerufen wurde.

Neben den vielen Einschränkungen, dem Verlust von vielen lieb gewordenen Gewohnheiten, Krankheit und Tod, hat doch diese Krise auch einiges neu geboren, vieles wurde ausprobiert, Altes wieder entdeckt...

Aber nun von vorne.

Vor mehr als 44 Tagen erreichte mich eine Mail unseres Stiftspropst mit dem Betreff: „Corona Geschichten“. Er hatte eine Gruppe aus den Mitgliedern der Pfarrgemeinderäte und anderen Stadtkirchengre-

mien zusammengestellt. Diesen machte er den Vorschlag, sich mit persönlichen Geschichten, Erlebnissen, Ängsten, Texten usw. an diesem Forum zu beteiligen. Herr Dr. Baur bereitete die tägliche Version mit eigenen Geschichten, geistlichen Impulsen, Bildern und den Gastbeiträgen auf.

Anfangs war ich etwas unsicher, was da „gefordert“ bzw. gewollt war. Gab man doch persönliche Erlebnisse und Gefühle einem relativ großen Publikum preis. Personen, die man zum Teil nicht einmal persönlich kannte.

Mit der Zeit wurde es aber eine schöne bereichernde Gewohnheit, die Corona Geschichten täglich zu lesen, darüber nachzudenken, manchmal zu schmunzeln und gelegentlich ein paar Gedanken beizutragen.

Bei Familie Paintner wurden mit den Kindern die Bibelstellen der Sonntage zum Teil mit Lego nachgebaut. Aus dem Turmbauen ergab sich schließlich ein kleiner Wettbewerb „Wer baut den höchsten Legoturm“, den Stiftspropst Dr. Baur mit einem Legobaukasten belobigt hat.



Zum besseren Verständnis ein paar Beispiele. Ganz am Anfang erzählte Dr. Baur von seinem Ausflug nach Dingolfing ins Kloster St. Klara, bei dem er die Osterkerzen für unsere Gemeinden geholt hat und nebenbei noch erfuhr, dass es sogar eine hl. Corona gibt. Dazu konnte man dann in einem Anhang nachlesen. So gab es auch immer wieder Links zu schönen Bildern, wertvollen Texten und Anregungen z. B. zur Gestaltung eines Hausgottesdienstes. Es gab Gastbeiträge in Form von Gedichten, einfache Erzählungen, wie der Alltag nun abläuft, Berichte von der Arbeitsweise der Krankenhäuser und Hilfsdienste wie z. B. des THW. Es wurde erzählt, wie es gelingt, in dieser Zeit unseren Glauben zu leben. Gerade dazu gab es viele berührende Geschichten, manche aufbauend, manche auch ein bisschen deprimiert. Dazu fand ich besonders den Beitrag der Familie Paintner toll, die mit ihren Kindern die Bibelstellen der Sonntage zum Teil mit Lego nachgebaut hat (Bild S. 24 re.).

Daraus ergab sich ein kleiner Wettbewerb, den der Stiftspropst ins Leben rief. Der höchste Lego-Martinsturm sollte prämiert werden. Die zwei tollen Türme, die eingesandt wurden (Bild S. 24 li., Mitte und S. 25), waren fantastisch und bekamen zu recht beide den ausgelobten Preis – einen Legobaukasten.

Einer der beiden höchsten Martinstürme aus Legosteinen, der prämiert wurde, hat sogar ein Turmkreuz.





Gerade Kinder waren in der Zeit daheim sehr kreativ. Hier das offene Grab und im Hintergrund die drei Kreuze auf Golgotha aus dem Garten der Familie Eder.

Auch die Kinder der Familie Eder haben eine wunderbare Szene im Garten gestaltet: Golgotha und das offene Grab (vgl. Bild oben).

So, gäbe es noch viele wunderbare Beispiele. Nach ca. drei Wochen bemerkte Stiftspropst Dr. Baur nicht nur bei sich, sondern auch an der zurückgehenden Teilnahme der Schreiber, dass eine gewisse Ermüdung eintrat.

Was sollte man auch schreiben, wenn jeder Tag

gleich abläuft?! Aber nach einem kurzem Tief rafften sich alle wieder auf und die Corona Geschichten treffen bis jetzt täglich bei uns ein. Mein Resümee zu diesem Forum ist folgendes: Nach anfänglicher Skepsis und Zurückhaltung habe ich in dieser Zeit viel mehr mit den Mitgliedern aus den verschiedenen Gemeinden kommuniziert, als die ganze Zeit seit Gründung der Stadtkirche. Ich habe viele persönliche Ansichten und Gefühle gelesen und erfahren, die mir zeigen, dass wir gar nicht so weit auseinander liegen, wie wir manchmal denken. Und ich habe meinen ersten Artikel für die Brücke geschrieben.



Zum Abschluss ein wunderschönes Foto, das auch bei den Corona Geschichten eingestellt wurde. Jesus als guter Hirte, auf ihn können wir immer vertrauen.

Elfriede Kauffmann-Guerrero

Eine Maiandacht per Video – Auch die Seniorenheime sind nicht vergessen

Gerade für die Wortgottesdienstleiter der Stadtkirche ist im Moment kaum etwas zu tun. Diese unbefriedigende Situation hat uns in St. Jodok nach einer Video-Konferenz auf die Idee gebracht, aktiv zu werden. Die neuen Medien kamen uns hierbei in den Sinn. Ein Anruf im Jodokstift veranlasste uns zu der Hoffnung, dass wir über die mit USB-Schnittstelle versehenen Fernseher mit den Bewohnern in Kontakt treten könnten. Da es aber im Hl.-Geist-Spital lediglich die Möglichkeit von einer Übermittlung per CD gibt, wollten wir zweigleisig fahren.

Für das Video-Projekt haben wir eine Maiandacht in St. Jodok produziert – natürlich stets unter Einhaltung der jeweils geltenden Corona-Hygienevorschriften.

Im Wechsel sind der Sprecher und Motive aus der Kirche St. Jodok zu sehen. Evi Rieß spielte zuhause mit Gitarre und Gesang verschiedene Marienlieder ein, die auf dem Video hinterlegt wurden.

Für die Bewohner des Heilig-Geist-Spitals haben wir mit gleichen Texten und Musik eine Hör-CD produziert.

Nun hoffen wir, dass das Video bzw. die CD von den Pflegekräften oder dem Sozialdienst in den Heimen für die Bewohner eingespielt wird und sie in den letzten Maitagen auf diese Weise noch eine Maiandacht feiern konnten.

Ein Bittgang von St. Jodok nach Maria Bründl per Video ist bereits in Planung.

Dagmar Müller

Mit ganz einfachen Mitteln entstand in St.

Jodok eine Maiandacht als Video bzw.

Hör-CD für die Bewohner der Seniorenheime der Stadtkirche





Im Januar gab es erstmalig ein **Helferessen** für alle Ehrenamtlichen der Pfarrei. Der Pfarrgemeinderat übernahm die Bewirtung. Unter der Leitung von unserem Küchenchef Patrick Rumler wurden alle Speisen (s. Bild oben) frisch zubereitet. Großes Lob von den zahlreichen Besuchern war der Lohn.

Zuvor war die ganze Pfarrgemeinde zu einem **Familiengottesdienst** eingeladen, der vom Team „Junge Familie“ vorbereitet und der Gruppe „Impuls“ musikalisch gestaltet wurde.





Für die letzte **Dekanatskonferenz** in Hl. Blut war ein Treffen in fröhlicher Runde noch ohne Abstandsregeln möglich. Zum Thema „Zukunft in unserer Seelsorgsregion“ diskutierten von links Erika Gandorfer, Pfarrer Armin Weyers, Klaus Lehner (CBW), Philipp Pfeilstetter (Pastoralreferent im PV Achdorf-Kumhausen), Yvonne Achilles (Pastoralreferentin im PV Achdorf-Kumhausen), Martin Härtl (Jugendpflegestelle), Georg Stürzl (Krankenhausseelsorger Kinderkrankenhaus), Irene Saller (Katholikenrat), Thomas Kneuer (Gemeindeassistent PV Bruckberg-Gündlkofen), Pfarrvikar Dr. Joseph Meenpuuzhackal (Stadtkirche Landshut), Pfarradministrator Pater Jis Mangaly MCBS (Pfarrverband Bruckberg-Gündlkofen) und Dekan Alexander Blei.

Der **Pfarrgemeinderat** geht per **Video-Konferenz** seiner Gremienarbeit nach.





Im Rahmen des **Neujahrsempfangs** wurden die Damen des Seniorenkreises, der sich 2019 aufgelöst hat, verabschiedet. Gemeindefereferentin Erika Gandorfer (links), zuständig für die Seniorenpastoral der Stadtkirche, bedankte sich für das langjährige Engagement der Mitglieder (im Bild Margret Blisse, 2.v.l., und Anni Eccher, 3.v.l.) und übergab

der ehemaligen Leiterin, Elisabeth Egenhofer (rechts), auch für Renate Swoboda als ihrer Stellvertreterin, einen Blumengruß. Alle Damen erhielten als Dankeschön einen Büchergutschein. Den abwesenden Helferinnen wurde das Geschenk persönlich überbracht.



Im Februar mußten nach dem heftigen **Sturm Sabine** auch am Dach von St. Jodok **Reparaturen** durchgeführt werden.

Das Fastenessen mit Pfarrversammlung war die letzte Veranstaltung in St. Jodok, die vor den Ausgangsbeschränkungen der Corona-Pandemie stattfinden konnten. Kirchenpflegerin Claudia Schmidt (links) informierte die Anwesenden u. a. über den Stand bezüglich der Pension Sandner und der Gestaltung des Pfarrgartens.



*Um den Bewohnern der Seniorenheime die Verbundenheit der Pfarrei zu zeigen, haben die Wortgottesdienstleiter eine **Hör-CD** sowie ein **Video** einer **Maiandacht** aufgenommen. Im Bild das Team (v.l.n.r.) mit Dagmar Müller, Norbert Treiber, Andreas Bauer und Bärbel Beelte bei den „Dreharbeiten“ in St. Jodok. Für die Musik gab es Tonaufnahmen von Evi Rieß. – Lesen Sie dazu auch den Beitrag auf S. 27.*





- ◀ Im Januar konnten die Ministranten der Stadtkirche beim **Schlittschuhlaufen**, organisiert von St. Peter und Paul, beweisen, was sie neben dem Altardienst so alles drauf haben.



Fast schon gespenstisch mutet dieser Screenshot vom Computer an. Das Team von „Leuchtkraft“ hatte beim **Gottesdienst in der Osternacht** in St. Martin eine raffinierte Bildregie mit Überblendungen erstellt. Der Live-Stream-Gottesdienst wurde von vielen Gemeindemitgliedern per Internet mitgefeiert.

- ◀ In Eintracht die Akteure des **ökumenischen Gottesdienstes** in der Gebetswoche um die Einheit der Christen im Januar 2020 (v.l.n.r.): Irene Saller, Vorsitzende des Katholikenrats; Stiftspropst Dr. Franz Joseph Baur; Dekan Siegfried Stelzner; Dekan Alfred Wölfl; Carsten Riegert vom Katholikenrat; Annette Kolb, evang. Ökumenebeauftragte; Prof. Dr. Jürgen Sikorski, Baptistengemeinde. Das Stilleben aus Ruderblättern (Leihgaben des THW) entstand im Gottesdienst, der diesmal von Christen in Malta vorbereitet wurde und den Schiffbruch des Apostel Paulus vor Malta zum Thema machte.



Das Kinderhaus St. Peter und Paul feierte mit Wortgottesdienstleiterin Heidi Simon und Bewohnern aus dem St. Rita-Heim das **Fest des Hl. Blasius**. Alle waren begeistert und gleichzeitig zutiefst beeindruckt, wie fast alle Kinder mutig zu den gekreuzten Kerzen gingen und sich den Segen abholten. In der großen Runde konnten sich alle Beteiligten auf die besondere Stimmung einlassen und erlebten intensiv das Wesentliche dieses Festes.

Das pfarreigene Männerballett zeigte im **Fasching** sehr eindrucksvoll seine Wandlungsfähigkeit von den Pfarreihausmeistern über „Dirty Dancing“ bis hin zu Schwannensee.



Faschingstrilogie in St. Peter und Paul

Drei verschiedene Faschingsveranstaltungen prägten in diesem Jahr die närrische Zeit in der Pfarrei. Erstmals seit einigen Jahren wurde auf Initiative einiger Mitglieder des Sachausschusses „Feste und Feiern“ eine Faschingsparty für Junge und Junggebliebene organisiert und durchgeführt. Musikalisch gestaltet wurde der Abend mit dem Debütauftritt der Band Aloha Dudes und mit DJ Jak, welche recht schnell für eine gut besuchte Tanzfläche sorgten. Das Highlight des Abends

war jedoch ein Auftritt des pfarreieigenen Männerballetts. Abschließend waren sich alle Organisatoren einig, dass es ein gelungener Abend war, der auf jeden Fall im nächsten Jahr wiederholt werden sollte! Den zweiten Teil der Trilogie bildete der Kinderfasching, auf dem ca. 100 Kinder mit ihren Eltern einen sehr vergnüglichen Nachmittag verbrachten, unterhalten von engagierten Jugendlichen der Pfarrei, die das Animationsprogramm gestalteten und einem Showauftritt des ETSV 09.



Dem folgte dann am Sonntag nach dem Pfarrgottesdienst der traditionelle Faschingsfrühschoppen, wo den Gemeindemitgliedern bei Leberkäse und Faschingskrapfen ein buntes Programm geboten wurde. Neben den Sketchen der Ministrantengruppe und dem Auftritt von Petrus und Paulus, die das „Treiben“ in Peter und Paul sowie in der Stadtkirche im letzten Jahr wieder genau beobachtet hatten (siehe Foto auf dieser Seite), zeigte das Männerballett sehr eindrucksvoll seine Wandlungsfähigkeit von den Pfarreihausmeistern über „Dirty Dancing“ bis hin zu Schwanensee und kam dabei so gut an, dass sie den Auftritt gleich noch einmal wiederholen mussten und für nächstes Jahr schon wieder fest gebucht worden sind.

Herausforderung „Corona“ – Wie Gemeindeleben dennoch möglich ist

So viele Veranstaltungen waren in den Pfarreien der Stadtkirche bis zu den Sommerferien geplant, doch nun haben die Vorgaben der Bundesregierung und auch der Deutschen Bischofskonferenz all den Vorbereitungen ein jähes Ende bereitet.

Keine Stadt- oder Pfarrfronleichnam mit festlichem Umzug und Frühschoppen, keine Erstkommunion und Firmung zum geplanten Termin, alle Pfarrfeste müssen entfallen und auch das Taufelertreffen in St. Jodok für die Täuflinge der Stadtkirche wird auf 2021 verschoben.

Wir möchten aber die Rubrik „Die Stadtkirche lädt ein“ nicht gänzlich streichen. Denn seit die Feier der Gottesdienste wieder öffentlich – natürlich mit strengen Auflagen – möglich ist, ist in die Pfarreien der Stadtkirche wieder sichtbar Leben eingekehrt. Die Gottesdienste sind zwar

in ihrer momentanen Form eine Herausforderung für die Mesner, die dafür notwendigen Ordner, den liturgischen Dienst und natürlich den Zelebranten. Dennoch ist das gemeinsame Gebet und die Feier der Eucharistie in den jeweiligen Pfarrkirchen eine besondere und vielen Gemeindegliedern wichtige Möglichkeit, den Glauben zu leben. Die Teilnahme ist nur in begrenzter Zahl möglich, das Büro der Stadtkirche deshalb mit der Entgegennahme von Anmeldungen sehr beschäftigt.

Die ständigen Änderungen bei den Vorgaben erfordern auch eine besondere Aufmerksamkeit der Gemeinde. Schauen Sie auf der Homepage der Stadtkirche oder der jeweiligen Pfarrei (Kontakt siehe S. 43) und informieren Sie sich anhand des aktuellen Kirchenanzeigers über den neuesten Stand.

Wenn wir Verantwortung übernehmen und kreativ sind, ist in der Stadtkirche weiter Gemeindeleben, vielleicht in ungewohnter Form, möglich.

Bleiben Sie uns verbunden und gehen Sie diesen Weg mit uns!

Dagmar Müller



Das Team der Ordner bespricht sich nach dem Gottesdienst in St. Martin mit Stiftspropst Dr. Baur.

Das Redaktionsteam möchte in dieser Ausgabe der „Brücke“ nicht nur über verschiedene Aspekte von Essen und Religion schreiben. Wir haben ein paar unserer „Lieblingsrezepte“ gesammelt und laden Sie herzlich zum Nachkochen ein. Gutes Gelingen!

No Knead Bread – Brot ohne Kneten

(von Daniela Schulz)

Ich habe fast immer Hefeteig im Kühlschrank, um jederzeit Pizza oder Brot backen zu können.

Für den Hefeteig brauche ich:

1 kg Mehl (550er Weizenmehl, evtl. 200 g durch frisch gemahlene Weizenschrot ersetzen)

700 ml lauwarmes Wasser

ca. 4 g frische Hefe
(ca. daumennagelgroßes Stück – durch die lange Gehzeit reicht das aus)

4 TL Salz / ca. 14 g



In einer großen Tuppereschüssel Salz mit Mehl vermengen. Die Hefe in Wasser auflösen, zum Mehl geben und verrühren, bis kein trockenes Mehl mehr zu sehen ist. Mit lose aufgelegtem Deckel bei Zimmertemperatur 18-24 Stunden gehen lassen. In der Gehzeit den Teig 2-3 Mal dehnen: möglichst lang auseinanderziehen, und dann zusammenfallen, das geht sehr schnell. Achtung: der Teig wirkt nach dem Gehen viel weicher, als vorher – das muss so sein. Mit etwas Mehl bestäubt, kann man ihn dennoch ausrollen. Den Teig in der Schüssel mit aufgelegtem Deckel im Kühlschrank lagern und innerhalb einer Woche verbrauchen (idealerweise jeden oder jeden zweiten Tag zu einem neuen Ball formen).

Er eignet sich gut für knusprige Pizza oder Pizza Pane mit Olivenöl, Rosmarin und Schafskäse, außerdem kann man damit ein leckeres Brot backen. Dazu erhitzt man einen gußeisernen Topf (meiner hat ein Fassungsvermögen von 4 l) mit Deckel für 30 Minuten im Ofen bei 250 Grad Umluft und gibt dann die Hälfte des Teiges hinein (entweder etwas Öl in den Topf geben oder den Teig auf Backpapier in den Topf setzen). Mit Deckel ca. 25 Min. backen, dann den Deckel abnehmen und noch mal 10 Min. backen.

Rezepttipps der Redaktion

Mediterraner Tomaten-Brot-salat

(von Andrea Zieglmeier)

Für 4 Personen:

1 Ciabatta oder Bauernbrot

1 Knoblauchzehe

1 Zwiebel

500 g gemischte Tomaten

4 Blätter Basilikum

Salz

Pfeffer

Weiß- oder Rotweinessig

Olivensöl

alternativ: 1 Packung kleine Mozzarella-
kugeln



Zubereitung:

Die Tomaten in größere Würfel zerteilen und in eine Schüssel geben. Anschließend die Zwiebel in Streifen schneiden und hinzufügen. Das Ciabattabrot ebenfalls in Würfel schneiden und mit Olivenöl und der Knoblauchzehe in der Pfanne knusprig anbraten. Danach das noch warme Brot zu den restlichen Zutaten in die Schüssel geben. Jetzt wird der Salat mit ausreichend Salz (wird von den Tomaten rasch aufgesaugt, also evtl. nochmal nachwürzen), Pfeffer, Essig und Öl angemacht und muss anschließend ca. eine halbe Stunde ruhen. Wenn Mozzarella verwendet wird, diesen vor dem Anmachen hinzufügen. Nach der Ruhezeit den Salat abschließend abschmecken, Basilikumblätter als Garnitur darauf geben und servieren.

Saibling mit Gemüse aus dem Ofen

(von Dagmar Müller)

Für 2 Personen:

1 Saibling (ca. 600 g)
oder 2 Bachforellen

2 Kartoffeln

Süßkartoffel nach Geschmack

saisonales Gemüse

(Menge nach Geschmack):

Zucchini, Karotten, Fenchel,
Kürbis, Paprika, Aubergine, ...

1 rote oder gelbe Zwiebel
frische Kräuter (Basilikum, Pe-
tersilie, Thymian, Rosmarin)

Oliveneröl

Salz

Zitrone



Dip:

Crème fraîche

evtl. 1/4 Knoblauchzehe

frische Kräuter

Zubereitung:

Ofen auf 180 Grad (Umluft!) vorheizen.

Dip vorbereiten und bis zum Servieren im Kühlschrank kühl stellen: Die 1/4 Knoblauchzehe in die Crème fraîche pressen, mit Salz und Pfeffer würzen. Frische Kräuter kleinhacken und zum Dip geben.

Die Forelle(n) mit kaltem Wasser abspülen und vorsichtig trocken tupfen. Die Bauchöffnung der Forelle(n) salzen und mit einigen frischen Kräutern (ganz lassen!) sowie einer Zitronenscheibe füllen.

Die Kartoffeln und das Gemüse waschen, in grobe Stücke schneiden, Zwiebel in Spalten. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech zuerst die Kartoffelstücke geben, mit Olivenöl beträufeln, mischen und für 10 Minuten im Ofen backen. Nach 10 Minuten restliches Gemüse und Zwiebelspalten dazu, salzen, erneut mit Olivenöl beträufeln und mit den Kartoffeln mischen. Weitere 10 Minuten im Ofen backen. Dann den Fisch auf das Gemüse legen und weitere 20 bzw. 25 Minuten (je nach Größe des Fisches) in den Ofen schieben. Das Backblech mit dem Fisch / Gemüse wird am besten direkt auf den Esstisch gestellt.

Rezepttipps der Redaktion

Cantuccini

(von Angelika Gruber)

Zutaten:

250 g Mehl

175 g Zucker

2 TL Backpulver

2 Pck. Vanillezucker

1 Prise Salz

miteinander gut vermischen.

1 EL Vin Santo

½ EL Bittermandelöl

5 EL Olivenöl

in die Trockenmischung einrühren.

2 Eier

200 g ganze ungeschälte Mandeln
(geröstet)

untermengen.

Mit nassen Händen 4 schmale Würste formen. Im vorgeheizten Backofen bei 175° Umluft, ca 30 Minuten, im unteren Drittel des Backrohrs backen. Noch heiß mit dem Sägemesser in 2 cm breite Stücke schneiden.



„Junggesellenküche“

(von Dr. Franz Joseph Baur)

Nach dem Motto „Was macht der Stiftspropst eigentlich, wenn Frau Hauke nicht da ist?“ schlage ich einfach mal Grillfleisch mit Salat, Soße und ein gutes Bier vor. – Da passt sicher auch der mediterrane Tomaten-Brot Salat auf Seite 37 gut dazu.



Joghurt-Mango-Schichtdessert

(von Elfriede Einberger)

Für ca. 6 Portionen

Joghurtcreme:

1 unbehandelte Limette

300 g Joghurt

125 g Crème double (Dt. Oetker)

1 Pck. Bourbon-Vanillezucker

etwa 30 g Zucker

Mangopüree:

1-2 Mangos (ca. 600 g)

Zucker

etwa 100 g Cantuccini (siehe Rezept nebenan)

Für die Joghurtcreme:

Limette heiß waschen, trocken reiben und dünn schälen. Schale in sehr dünne Streifen schneiden.

„Mann Gottes, der Tod ist im Topf!“, rief ein Mitstudent von mir, als die Suppe zu heiß war. Ein witziger Bursche, der für jede Gelegenheit das passende Bibelzitat parat hatte. Später hat er im Neuen Testament promoviert, heute ist er Bischof von Würzburg. Das Zitat (2 Kön 4,40) ist aus den Erzählungen über den Propheten Elischa: „Als man die Speise den Männern zum Essen versetzte und sie davon kosteten, schrien sie laut und riefen: Der Tod ist im Topf, Mann Gottes. Sie konnten nichts essen.“ Mit etwas Mehl macht der Prophet die Speise genießbar. Eine von den kuriosen Passagen der Bibel, die niemand kennt. Die Deutung ist schwierig. Die Anekdote illustriert wohl einfach die Autorität und Wirkmächtigkeit des Propheten in der Vielfalt alltäglicher Begebenheiten.

(Dr. Franz Joseph Baur)



Limette auspressen. Joghurt, Crème double und Vanillezucker verrühren, mit Zucker und etwas Limettensaft abschmecken.

Für das Mangopüree:

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und mit dem Pürierstab pürieren. Nach Belieben mit Zucker und Limettensaft abschmecken.

Cantuccini in Stücke schneiden und auf Dessertgläser verteilen. Darauf je 3 EL Joghurtcreme geben. Darauf das Mangopüree und die restliche Joghurtcreme verteilen. Mit den Limettenschalenstreifen bestreuen.

Wie es zum Cover dieser Ausgabe kam ...

Am 28. Februar 2020 traf sich das Team zur ersten – und vorerst letzten – Redaktionssitzung für die nun vorliegende Ausgabe der „Brücke“ in den Räumen des Pfarrheims von St. Peter und Paul. Nach einem kurzen Rückblick und einem kritischen Beurteilen der letzten Ausgabe haben wir Themenvorschläge für das neue Heft eingebracht. Nach einigem Hin und Her konnte sich die Mehrheit für das ungewöhnliche Thema „Essen und Religion“ begeistern. Irgendwann stand dann die Frage des Titelbildes im Raum. Was passt und zieht die Aufmerksamkeit der Leser – auch der Nicht-Kirchgänger – schon beim Anblick des Heftes auf sich?

Ein „Eye-Catcher“ war gefragt. Und so war eigentlich nach kurzer Diskussion die Idee entstanden, die so oft als Postkarten- und Fotomotiv verwendete Ansicht der Altstadt mit der Kirche St. Martin – ein Bild hing übrigens auch im Senioren-Clubraum von St. Peter und Paul, unserem Sitzungsraum – mit Obst, Gemüse und anderen Lebensmitteln zu gestalten. Es war uns dabei durchaus bewusst, dass die berühmten Gemälde des Italiener Guiseppe Arcimboldo (um 1526-1593) – er hat u. a. Blumen, Obst und Gemüse zu verblüffenden Porträts komponiert – als kunsthistorisches Vorbild das Maß aller Dinge waren.

Bedauerlicherweise wurde unser Feuereifer, sprich das für März geplante Treffen zur Gestaltung des Covers in der Küche der Verwaltungszentrale mit anschließendem Koch-event – die Lebensmittel sollten danach ja nicht im Müll landen, sondern lieber in unseren Mägen – durch die Ausgangsbeschränkungen der Corona-Pandemie abrupt gebremst.

Dank der Kreativität von Daniela Schulz, die für die Covergestaltung der Ausgaben zuständig ist, können Sie sich dennoch von unserem Titelbild à la Arcimboldo zu Begeisterungstürmen anregen lassen. Uns im Team ging es jedenfalls so, als wir den ersten Entwurf zu sehen bekamen: Von „grandios, mir läuft das Wasser im Mund zusammen!“ über „toll“ und „super gelungen“ lauteten die Kommentare – danke, Daniela, für das „einsame“ Engagement!

Dagmar Müller



Büro der Stadtkirche Landshut

Katholisches Pfarramt für die vier Pfarreien der Stadtkirche:

Freyung 629
84028 Landshut
Tel. 0871/9 23 04-0

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Mi, Fr 8.30-11.30 Uhr
Mo, Do 14.00-17.00 Uhr

Öffnungszeiten der Außenstellen:

Kontaktstelle Hl. Blut

Pfarrgasse 14
84036 Landshut
Di, Do 8.30-11.30 Uhr

Kontaktstelle St. Peter und Paul

Niedermayerstraße 25
84028 Landshut
Di, Do, Fr 8.30-11.30 Uhr

Homepages

www.stadtkirche-landshut.de
www.jodok-landshut.de
www.martin-andshut.de
www.stpeterundpaul.de
www.heiligblut.de

„Brücke der Stadtkirche“: Pfarrbrief der Stadtkirche Landshut

Herausgeber

Stadtkirche Landshut

V.i.S.d.P.

Monsignore
Dr. Franz Joseph Baur

Redaktion

Dr. Franz Joseph Baur
Elfriede Einberger
Angelika Gruber
Dagmar Müller
Daniela Schulz
Andrea Zieglmeier

Layout

Dagmar Müller

Auflage

4.000 Exemplare
erscheint 2x jährlich

Druck

W. Dullinger GmbH, Landshut

Redaktionsschluss

für die Ausgabe im Dezember
2020 ist der 9. Oktober 2020.

Hinweis

Die Redaktion behält sich vor,
Texte redaktionell zu bearbeiten
oder zu kürzen. Namentlich
gekennzeichnete Artikel
geben nicht unbedingt die
Meinung der Redaktion oder
des Herausgebers wieder.