

Hallo,

aktuell gibt es leider noch kein Upcycling-Atelier und keinen Deutschkurs. Wegen dem Corona Virus. Wir vermissen Sie und wollen auch weiterhin für Sie da sein. Deswegen schicken wir Ihnen jede Woche einen Newsletter zu. Ein Newsletter ist eine Zeitung mit Neuigkeiten.

Viel Spaß beim Lesen! Ihr Tragwerk-Team



Sie brauchen Hilfe oder fühlen sich allein? Tragwerk ist für Sie da. Sie können uns anrufen, wenn sie Hilfe oder Beratung brauchen. Auch wenn Sie einfach nur reden wollen. Sie können uns **montags, mittwochs** und **freitags** anrufen. Von **10-12 Uhr**.

Das ist unsere Telefonnummer. **07141 13 31 823**

Tragwerk e.V.
Verein für Chancengleichheit
Siegessstr. 3
71636 Ludwigsburg

T 071411331823
info@tragwerk-lb.de
Facebook: tragwerk.lb
Instagram: tragwerk-ludwigsburg



Veganes Rezept: Erdbeerteilchen

Für das Blätterteiggebäck:

- 1 veganer Blätterteig (aus dem Kühlregal)
- 1 Packung Vanille-Pudding-Pulver
- 400 ml Sojamilch
- 60 g Zucker
- Wasser zum Bestreichen

Für den Belag:

- 150 g Erdbeeren
- 1 Packung roter Tortenguss (klein)

Optional dazu:

- vegane Sahne

Zubereitung:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Den Blätterteig auf der Arbeitsfläche ausrollen.

Und in 8 gleichgroße Vierecke schneiden.

Die Blätterteig Vierecke auf ein Blech legen.

Und die Ränder leicht umklappen, damit ein kleines Nest entsteht.

Für die Füllung den Pudding nach Packungsanweisung mit Sojamilch und Zucker kochen.

Den fertigen Pudding in eine Schüssel geben und mit Frischhaltefolie abdecken, damit der Pudding keine Haut bildet.

Und abkühlen lassen.

Den abgekühlten, aber noch nicht festen Pudding in einen Spritzbeutel füllen.

Den Pudding mithilfe des Spritzbeutels in die Teignester geben.

Dann die Ränder mit Wasser bestreichen.

Die Blätterteigstücke im vorgeheizten Ofen circa 10-15 Minuten goldbraun backen. Und vollständig auskühlen lassen.

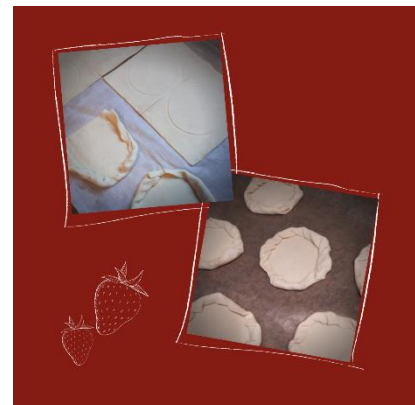
Zuletzt die Erdbeeren waschen, putzen und würfeln.

Die Erdbeerstücke auf den gebackenen Blätterteignestern verteilen.

Und den roten Tortenguss nach Packungsanleitung zubereiten und über die Erdbeerteilchen gießen.

Alles abkühlen lassen und dazu vegane Sahne aufschlagen.

Guten Appetit!



Änderung Kontaktbeschränkungen in Baden-Württemberg

Kontaktbeschränkung heißt:

Man soll sich nicht mit anderen Menschen treffen.

Oder nur mit wenigen.

Die letzten Monate gab es viele Regeln dazu.

Wegen Corona.

Wir haben uns gut an die Regeln gehalten.

Immer weniger Menschen haben sich

deswegen mit Corona angesteckt.

Jetzt gibt es neue Regeln.

Es ist wieder mehr erlaubt.



Private Treffen, zum Beispiel in der Wohnung:

Bis zu 20 Personen aus mehreren Haushalten erlaubt.

Mehrere Haushalte bedeutet, die Personen leben in verschiedenen Wohnungen.

Es können mehr als 20 Personen sein, wenn:

Alle Personen miteinander verwandt sind. Also zu einer Familie gehört.

Oder wenn man zusammen in der Wohnung lebt.

Zum Beispiel mit seiner Frau und seinen Kindern.

Öffentliche Treffen, zum Beispiel im Park:

Gruppen mit bis zu 10 Personen erlaubt.

Es können mehr als 10 Personen sein, wenn:

Man aus einem oder zwei Haushalten kommt.

Zum Beispiel zwei Familien mit jeweils 5 Kindern.

Ein **privates Fest** kann im **öffentlichen Raum** mit bis zu 99 Personen stattfinden.

Ein privates Fest ist zum Beispiel ein Geburtstag oder eine Hochzeit.

Ein öffentlicher Raum ist zum Beispiel eine Gaststätte.

Es gibt dabei aber Regeln, die wir beachten müssen.

Zum Beispiel:

- Hände regelmäßig waschen.
- 1,5 Meter Abstand halten, wenn man nicht verwandt ist oder nicht in einem Haushalt wohnt.

Upcycling Tipp: Makramee Feder



Material:

- Wollreste (Baumwolle, kämmbar)
- Stoffschere
- Kamm

Anleitung:

Die Wolle in 20 cm lange Stücke schneiden.

Davon 20 Stück schneiden.

Ein langes Stück mit 40 cm schneiden.



Das lange Stück und zwei 20 cm Stücke in der Mitte falten.

Wie auf dem Foto nebeneinanderlegen.



Eine kurze Schlaufe unter die lange Schlaufe legen.



Die zweite kurze Schlaufe in die erste Schlaufe schieben.





Die Enden des 1. Arbeitsfaden durch die Schlaufe des 2. Arbeitsfaden schieben, damit die Enden des 1. Arbeitsfaden über der Schlaufe des 2. Arbeitsfaden liegen.



Mit der Hand den Knoten an den Enden gleichmäßig fest zusammenziehen.

Der Kreuzknoten ist nun fertig.



Den Kreuzknoten mit den restlichen 9 Arbeitsfadenpaaren wiederholen.



Zum Schluss kämmen und in Form schneiden.

