

Hallo,

wegen Corona gibt es leider immer noch kein Upcycling-Atelier und keinen Deutschkurs.

Das Café L'ink in Grünbühl-Sonnenberg kann man wieder besuchen.

Aber es können aktuell nur wenige Menschen kommen.

Deswegen muss man vorher anrufen.

Wir möchten Sie damit schützen.

Ihre Gesundheit ist sehr wichtig für uns!

Seit Anfang April haben wir Ihnen jede Woche einen Newsletter zugeschickt.

Ein Newsletter ist eine Zeitung mit Neuigkeiten.

Wir wollten weiterhin für Sie da sein und über Neues im Tragwerk schreiben.

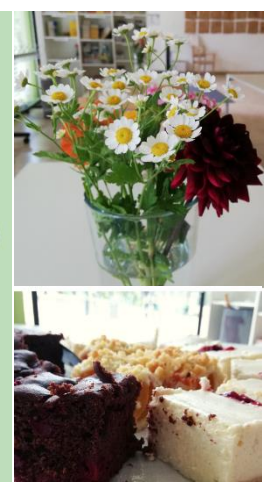
Das hat uns sehr viel Spaß gemacht!

Im August machen wir mit unserem Newsletter eine kleine Sommerpause.

Ab September schicken wir Ihnen unseren Newsletter dann einmal im Monat zu.

Passen Sie gut auf sich auf und bleiben Sie gesund.

Viel Spaß beim Lesen und einen schönen Sommer! Ihr Tragwerk-Team



Sommerpause



Café L'ink

Wir machen Urlaub!

Vom **10.08.2020** bis **28.08.2020**.

Ab Mittwoch, den 02.09.2020, haben wir von 14.30 - 17.00 Uhr wieder für Sie geöffnet!

Telefonsprechstunde

Vom **14.08.2020** bis **02.09.2020** gibt es keine Telefonsprechstunde.

Sie können uns weiterhin dienstags von 9.30-11.30 Uhr und donnerstags von 13-15 Uhr erreichen.



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

Siegesstr. 3

71636 Ludwigsburg

T 071411331823

info@tragwerk-lb.de

Facebook: tragwerk.lb

Instagram: tragwerk-ludwigsburg



Rezept-Tipp: Heidelbeer-Käsekuchen



Teig:

- 200g Mehl
- 100g kalte Butter
- 50g Zucker
- 1 Eigelb
- 1 Prise Salz

Belag:

- 3 Eier
- 250g Quark
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 120g Zucker
- 200 ml Sahne
- 300g Heidelbeeren

Außerdem: Butter für die Form, Puderzucker zum Bestäuben



Zubereitung Teig:

Zuerst die Butter würfeln. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Dann eine Stunde kaltstellen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft) vorheizen. Die Springform mit Backpapier auslegen. Den Rand einfetten und den Teig ausrollen. In die Form legen und circa 2 cm am Rand hochziehen. Den Boden ein paar Mal mit der Gabel einstechen. 12 Minuten backen und danach abkühlen lassen.

Zubereitung Belag:

Für den Belag die Eier trennen.

Also in eine Schüssel das Eiweiß und in eine das Eigelb.

Quark, Eigelb, Vanillezucker und Zucker verrühren. Die Sahne steif schlagen und unterheben. Das Eiweiß steif schlagen und auch unterheben.

Danach die Heidelbeeren waschen, trocken tupfen und auf dem Boden verteilen. Die Quarkmasse darüber geben und glattstreichen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober-/Unterhitze) 15 Minuten backen.

Dann den Kuchen mit Backpapier abdecken. Die Temperatur auf 160 Grad reduzieren und 20-25 Minuten fertig backen.

Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.



Guten Appetit!

Bastel-Tipp: Memory Board

Material:

- Leinwand oder Brett
- Acrylfarbe
- Schere
- Tacker
- Bänder
- Klammern



Die Leinwand mit der Acrylfarbe bemalen.
Das Band um die Leinwand wickeln und
am Rahmen (hinten) mit dem Tacker festmachen.
Postkarten, Fotos, Notizen...mit kleinen Klammern am Band befestigen.
Und schon ist das **Memory Board** fertig.

Memory Board ist Englisch und bedeutet: Eine Tafel oder ein Brett mit Erinnerungen.

Upcycling-Tipp:



Material:

- Heißklebepistole
- Konserven
- Pistazien-Kerne



Die Pistazien mit der Heißklebepistole der Reihe nach an die Konservendose kleben.
Vorsicht: Bitte eine Unterlage benutzen und auf die Finger aufpassen.

Viel Spaß!