

06.11.2023 - Kohlköpfe haben es in sich

Ein Lächeln ist stets kostenlos und wirkt im Leben ganz famos,
denn diese kleine Freundlichkeit ist Balsam für des Menschen Leid.

Ein Lächeln trifft genau das Herz und lindert Kummer und den Schmerz.
Es ist der Weg zum kleinen Glück, kehrt stets ins eigne Herz zurück.

Ein Lächeln gibt dem Nächsten Kraft, damit auch er das Leben schafft.
Es zeigt die Sonne unseres Lebens und ist bestimmt niemals vergebens.

Mit diesem sehr schönen Vers begrüßte uns Pamela Rehberg, 1.Vorsitzende des LandFrauenvereins Bockelskamp zu unserem gemeinsamen Vortragsabend. Auch Anja begrüßte uns herzlich und freute sich über ein volles Haus im Pröve-Hof. Ein Herzliches Willkommen ging auch an Frau Heike Dittmer von der Landwirtschaftskammer. Ihr Thema: Kohlköpfe haben es in sich. Da bot es sich doch an, irgend etwas mit Kohl zu Abend zu essen. Und das ist Helmke Pröve wunderbar gelungen. Mit einer leckeren Kohlsuppe und Flinsen (kleine, flache Pfannkuchen) wurden wir verwöhnt.



Gut gestärkt konnten wir nun Frau Dittmers Ausführungen lauschen und da hat uns so einiges überrascht. Kohl ist das älteste Blattgemüse der Welt und über 6000 Jahre alt. Heute werden ca.400 Sorte angebaut. Kohl war früher eher ein arme Leute Essen und hat sich heute zu einem Kultgemüse gemausert. Mit den besten Inhaltsstoffen ist er ein wahrer Alleskönner. Kohl als Heilkur, zur Stärkung des Immunsystems, Saftkur bei Magen-und Darmgeschwüren, Muskelschmerzen, Verbrennungen, nässenden Wunden und Insektenstichen. Kohl ist reich an Ballaststoffen, macht satt, hat wenig Kalorien, senkt Blutdruck und Cholesterin, fördert Verdauung und beugt Krebs vor. Auch schlank mit Kohl und Co., denn er ist kalorienarm und wasserreich. Fazit: Kohlköpfe haben es in sich und sind keine Hohlköpfe. Merke: Kohl am Anfang und zum Schluss, immer ein Genuss. Gerade jetzt bietet sich die Winterzeit an, unsere zahlreichen Kohlsorten zu genießen.

Schon mal vormerken: Unsere nächste Veranstaltung ist die Adventsfeier am Montag, den 4.Dezember 2023 um 15.00 Uhr im Gasthaus Schumacher. Bitte bis zum 1.Dez.2023 bei Anja anmelden (05149/8417)

(Text und Bilder: Gertrud Köneke)