

# Jetzt ist Weihnachtszeit

Als Alternative zu rohen Eiern: Die Abtropfflüssigkeit von Kichererbsen eignet sich genauso gut für einen schneeweißen Zuckerguss.

Foto: Christin Klose

Danke!

All unseren Kunden wünschen wir ein frohes Weihnachtsfest, Tage voller Freude und Harmonie, einen guten Rutsch und einen glücklichen Start in ein erfolgreiches neues Jahr.

Für Ihr Vertrauen bedanken wir uns von ganzem Herzen.

**Evels + von der Ohe**

Lehrte, An der Autobahn  
Telefon (0 51 32) 82 95-0

## Eischnee-Alternative

Zuckerguss mit Kichererbsensud

Eischnee macht den Zuckerguss stabiler und formbarer – perfekt zum Verzieren von Weihnachtsgebäck also. Allerdings hat man mit rohen Eiern im Essen immer das Risiko von Salmonellen. Darauf weist die Verbraucherzentrale Bayern hin. Doch es gibt eine gute Alternative:

Nehmen Sie stattdessen Aquafaba. «Das ist die Abtropfflüssigkeit von Kichererbsen», sagt Daniela Krehl von der Verbraucherzentrale. «Wenn man die mit Puderzucker aufschlägt, wird das genauso eine schneeweiße Masse wie mit Eischnee.»

### EINIGE MINUTEN MIXEN

Auch beim Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) wird der Abtropfsud aus einer Dose gekoch-

ter Kichererbsen als wahres Zaubermittel gepriesen. Mit dem Mixer aufgeschlagen – das kann einige Minuten dauern – werde daraus veganer Eischnee, der seinem Vorbild in nichts nachstehe. Genauso eignet sich laut BZfE auch die Flüssigkeit von weißen oder anderen Bohnen wie etwa Kidneybohnen. Bei letzteren ist der Eischnee dann allerdings etwas dunkler – und passt weniger zu Weihnachtsgebäck, dafür aber zum Beispiel in eine Schokomousse.

### BACKEN TÖTET KEIME IN EIERN UND MEHL AB

Übrigens: Die Keime können laut der Verbraucherzentrale nicht nur in rohen Eiern stecken, sondern auch in ungebackenem Mehl. So verlockend es ist – das Naschen von rohem Teig mit oder ohne Eier sollte man also lieber seinlassen. «Erst durch das Backen werden die Keime abgetötet», sagt Daniela Krehl. Dafür darf man sich die fertigen Plätzchen dann richtig gut schmecken lassen.

## Freunde und Familie stehen im Fokus der Feiertage

Kleine Umfrage lässt Meinung erahnen

Wissen Sie eigentlich, was den Menschen um sie herum an Weihnachten am wichtigsten ist? Einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Kantar im Auftrag des Vergleichsportals Idealo zufolge ist es, Zeit mit der Familie

und den Freunden zu verbringen. Rund zwei von drei Befragten (64 Prozent) legen darauf besonderen Wert, gefolgt vom Weihnachtessen und -gebäck (46 Prozent) sowie den Weihnachtsmärkten (40 Prozent).

Auf Geschenke sehen es hingegen deutlich weniger Befragte ab (19 Prozent). Wer in der Vorweihnachtszeit also von Laden zu Laden eilt, um sämtliche Präsenze zu besorgen, kann es mit dieser Umfrage im Rücken wo-

möglich etwas gelassener angehen.

### SECOND-HAND-WARE KOMMT NICHT ÜBERALL GUT AN

Übrigens: Selbst, wenn Ihre Liebsten Wünsche haben, müssen Sie sich dafür nicht unbedingt in Unkosten stürzen. Bücher, Kleidung, elektronische Geräte und viele andere Dinge bekommt man oft auch deutlich günstiger, wenn sie gebraucht sind.

Angst, dass ein solches Geschenk weniger gut ankommt? Ganz unbegründet wäre sie nicht. Der Umfrage zufolge freuen sich aber etwas mehr als die Hälfte der Befragten auch über Gebrauchtetes (51 Prozent). Die restlichen 49 Prozent gaben an, sie würden sich nicht über ein Second-Hand-Geschenk freuen.

An der Umfrage haben zwischen dem 31. Oktober und 8.

Viel wichtiger als Geschenke ist den meisten Menschen am Weihnachtsfest das Zusammenkommen mit den Liebsten.

Foto: Christin Klose

Wir wünschen allen Bewohnern und ihren Familien, sowie unseren Mitarbeitern mit ihren Familien ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch!

**Zuhause ist dort, wo man sich wohlfühlt.**

Evangelisches Alten- und Pflegeheim  
Rosemarie-Nieschlag-Haus  
gemeinnützige GmbH

Ilterer Straße 21 · 31275 Lehrte  
Tel. 05132 832-0  
silvia.liedtke@da-lm.de  
www.rosemarie-nieschlag-haus.de

**Weihnachten zum Wohlfühlen!**

Wir wünschen ein fröhliches Weihnachtsfest und ein tolles neues Jahr 2025 mit kreativen Wohnideen.

Leineweberstraße 1, 31303 Burgdorf, Tel: 05136 8843 0

[www.baustoff-brandes.de](http://www.baustoff-brandes.de)

Das Team von **Auto Zierk** bedankt sich bei Ihnen ganz herzlich für Ihr Vertrauen und Ihre Treue.

Wir wünschen eine frohe und besinnliche Weihnachtszeit und für das neue Jahr Gesundheit, Glück und Erfolg.

**Auto Zierk**  
Stärke durch Kompetenz

**Auto-Zierk GmbH & Co. KG**  
Feldstraße 33 | 31226 Peine | Tel.: 05171 58 40-0  
Burgdorfer Str. 115 | 31275 Lehrte | Tel.: 05132-829 60

31850401\_002624

31561201\_002624

28599201\_002624