



## HEIKES REZEPT

### MEIN PFLAUMENTRAUM

Teig: 250g Mehl, 100g Zucker und 125g Butter

Füllung: 500g Pflaumen, 150g Butter, 125g Zucker, 2 Eier,  
500g Magerquark, 1 Pk. Vanillepuddingpulver, Zitronensaft  
und Puderzucker zum Bestäuben

Butter schmelzen, mit Mehl und Zucker zu Streuseln  
verkneten.  $\frac{3}{4}$  Teig in einer gefetteten Springform (26 cm)  
verteilen, Rand hochziehen, kaltstellen. Pflaumen halbieren  
und entsteinen. Fett schaumig rühren, Zucker und Eier dazu

geben und cremig rühren. Quark, Puddingpulver und Zitronensaft unterrühren. Creme  
auf den Teig geben und die Pflaumen darauf verteilen. Restliche Streusel verteilen und im  
vorgeheizten Ofen bei 175°C Ober/Unterhitze 50 Min. backen. Nach dem Abkühlen mit  
Puderzucker bestäuben. Da bleibt es nicht bei einem Stück, das verspreche ich ...

Herzliche Grüße sendet *Familie zum Felde* aus dem Alten Lande und die ganze Bande

## DAS APFELBLATT

SEPTEMBER 2017

Aus der Bewunderung  
für das Leben entsteht  
der Frieden der Welt

Albert Schweitzer





# NATUR PUR

## EIN SCHWIERIGES FRÜHJAHR BRINGT EINE KNAPPE ERNTE

Entgegen allen Hoffnungen zeigt uns die Natur, dass nicht alle Bäume in den Himmel wachsen. Wir hatten geglaubt, mit Frostschutz und Bienen könnten wir den kalten Nächten ein Schnippchen schlagen.

Aber nein! Wir haben eine gute Ernte, jedoch nicht das, was wir erhofft hatten. Insbesondere die älteren Bäume ruhen sich aus. Hier gibt es die sogenannte Alternanz (nach einem vollen Jahr, folgt ein Jahr mit geringerer Blüte). Die Ursachen dafür liegen im Juni 2016. Es war zu kühl und wenig sonnig, so dass die Bäume neben der Ernährung der Früchte nicht ausreichend Kraft hatten, um Blütenanlagen zu bilden. Auch die Bienen konnten

nicht sofort ihre Arbeit aufnehmen, sondern mussten zuerst noch gefüttert werden. Viele der Flugbienen sind ausgeflogen, auf Grund der Kälte verklammert und nicht mehr zurück in den Stock gekommen. So waren die Völker am Anfang der Blüte sehr geschwächt und sind erst zum Ende der Blüte so richtig in Gang gekommen ...

Zur Zeit läuft der Sommerschnitt, damit alle Früchte mit ausreichend Sonne versorgt werden. Das fördert die Ausfärbung und die Gesundheit der Frucht. Wenn die Sonne eine rote Backe auf den Apfel zaubert, hat er auch mehr Abwehrstoffe – gut für ihn und gut für uns! Denn gerade die Stoffe, die in der Schale sitzen, sind sehr gesund ... Jeden Tag einen Apfel ... ohne Nebenwirkung und ohne Beipackzettel hat die Natur eine reichhaltige Apotheke für uns alle :) *Heinrich*

