

Liebe Freunde und Besucher des Seniorenbüros,

warme Tage, kühle und feuchte Nächte, ideale Bedingungen für Pilze.

Der Reichtum an „Schwammerl“ in unseren Wäldern ist momentan groß. Manche nennen den Steinpilz auch den „König unter den Pilzen“.

Und eingefleischte Sammler werden niemals ihre Fundplätze verraten, die übrigens - laut unserem Pilzexperten Börnie Scholz - jedes Jahr gleich bleiben, d.h. Pilze wachsen gerne an den gleichen Stellen wieder.



1. Anbei ein **Rezept** für Nudeln mit Steinpilzen (man kann auch andere Pilze verwenden). Guten Appetit!

2. **Gehirnjogging:** Probieren Sie folgende Koordinationsübungen aus. Ich war erstaunt, wie anspruchsvoll diese Übungen sind.

Mit jeder Wiederholung spricht man die beteiligten Hirnareale an, Verknüpfungen bilden sich. Viel Spaß beim Üben.

<https://www.senioren-ratgeber.de/Gehirnjogging/Fit-im-Kopf-Koordination-trainieren-557519.html>

3. Wir haben gute Nachrichten für Sie: Am kommenden **Montag , den 21.09.2020** spielen zum ersten Mal seit der Corona Pandemie unsere Musiker Schorsch Winklmaier und Rainer Berg wieder bei uns. Im Innenhof des Bürgerzentrums können Sie von 14.30 bis 16.30 Uhr der „**Hofmusik**“ lauschen. Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, müssen Sie unbedingt reservieren. Wir freuen uns auf diesen ersten musikalischen Nachmittag, der nur bei schönem Wetter stattfinden kann. Bewirtung durch das Café Hofberg.

4. Nochmal erinnern wollen wir an unseren einmal wöchentlich stattfindenden **digitalen Seniorentreff**.

Jeden Montag um 10 Uhr treffen wir uns über die Software „BLIZZ“ virtuell. Am kommenden Montag wird es ein gemütliches Beisammensein werden, mit Livemusik von Rainer und Franz Brückl, sowie Geschichten und lustigen Beiträgen der Teilnehmer. Melden Sie sich an, es ist jede Woche spannend sich über diese Plattform zu treffen.

Nun wünschen wir Ihnen ein schönes Wochenende

Viele liebe Grüße

Heidi Andre

Leitung Seniorenbüro



PFAFFENHOFEN A. D. ILM
Guter Boden für große Vorhaben

Stadtverwaltung Pfaffenhofen a. d. Ilm
Familie, Bildung und Soziales
Hofberg 7
85276 Pfaffenhofen a. d. Ilm

Telefon [+49 8441 87 92 10](tel:+498441879210)

E-Mail heidi.andre@stadt-pfaffenhofen.de

www.seniorenbuero-pfaffenhofen.de 

Nudeln mit Steinpilzen

400 g	Tagliatelle oder Bandnudeln
Ca. 400 g	Steinpilze
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
Etwas	Olivenöl
50 ml	Weißwein
200 g	Sahne
Etwas	gehackte Petersilie
1 Spritzer	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, eventl. Muskatnuss



Zubereitung:

Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen.

Steinpilze in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch würfeln. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Pilze darin kräftig anbraten. Zwiebel und Knoblauch hinzufügen und kurz mitbraten. Den Wein hinzufügen und kurz einkochen lassen. Die Sahne dazu und auch kurz einkochen. Petersilie untermischen und mit Salz, Pfeffer und nach belieben mit Muskatnuss würzen.

Die gekochten Nudeln unter die Steinpilze heben.

Guten Appetit!