



Nicht zu schwer tragen! (colourbox)

Weniger ist mehr: So packt man die Schultasche richtig

Um die Kinderrücken zu schonen, ist richtiges Einpacken besonders wichtig. „Beim Befüllen einer Schultasche gilt grundsätzlich: weniger ist mehr“, so Experten der AUYA.

Eine Schultasche soll leer nicht mehr als 1,2 Kilogramm wiegen. Bei einer gefüllten Schultasche gilt eine Obergrenze von zwölf Prozent des Körpergewichtes des Kindes, das entspricht 3,6 kg bei 30 kg Körpergewicht. „Alles, was nicht gebraucht wird, daher regelmäßig aus-beziehungsweise umräumen“, sagt Joachim Rauch, Präventions-experte der AUYA. Um das Gewicht einschätzen zu können, sollten Eltern die Schultasche zwischen-durch immer wieder abwägen.

Die Tipps des Experten

- Nur tatsächlich benötigte Schul-utensilien mitnehmen.
- Wasserflaschen leer transportieren und erst in der Schule befüllen.
- Eine gut durchdachte Packordnung – also Schwereres nach unten beziehungsweise rückennah – sichert, dass sich das Gewicht gleichmäßig auf dem Rücken verteilt.

Dior & Co: Schluss mit Magermodels



Foto: Reuters

Nach jahrelangen Debatten um Magermodels auf Laufstegen haben sich bekannte französische Modemarken wie Gucci oder Dior auf gemeinsame Regeln verständigt. Um Gesundheitsgefährdungen zu verhindern, müssen Models künftig eine Bescheinigung vom Arzt vorlegen, die nicht älter als sechs Monate sein darf. Models unter 16 Jahren dürfen für die Marken zudem nicht mehr bei Fotoaufnahmen oder Modeshows posieren, falls sie dabei Erwachsene darstellen. Besonders kleine Konfektionsgrößen für Frauen und Männer sind tabu.

Neun Eigenbrotler aus Oberösterreich starten Offensive fürs Bäckerhandwerk

Eine Kooperation der Bäcker will Bewusstsein für Mohnflesserl und Co. schaffen

Von Philipp Braun

Streng genommen sind sie Sonderlinge – die neun Bäcker aus Oberösterreich, die den Verein „Wir Eigenbrotler – zur Bewahrung der traditionellen Backkunst“ gegründet haben. Der nicht auf Gewinn ausgerichtete Zweck lautet, „die oberösterreichischen Bäcker fördern, einen aktiven Erfahrungs- und Ideenaustausch ermöglichen und das Bäckerhandwerk bei gemeinsamem Auftreten einer breiten Masse zugänglich zu machen“. In Zeiten, wo in Filialen Gebäck mit Brotaromen besprüht wird, um die Sinne mit Gerüchen zu betören oder Enzyme für eine Verbesserung der Teigeigenschaften



Vor fünf Jahren war die Zeit nicht reif, um zu kooperieren. Mittlerweile haben sich neun Gleichgesinnte getroffen.“

■ Franz Brandl, Bäckermeister aus Linz

ten eingesetzt werden, ist es aus Sicht der Bäcker notwendig, für das traditionelle Handwerk einzutreten und unnötige Zusatzstoffe aus der Backstube zu entfernen.

Handwerk mit Zukunft

2010 gab es in Oberösterreich laut der Landesinnung noch 389 Handwerksbäcker. Die Zahl bröselte Jahr für Jahr und befindet sich mittlerweile auf einem konstanten Niveau von 352 Bäckern. Das Handwerk hat aber Zukunft, wenn man ehrlich und transparent arbeitet. Verbesserungswürdig ist die Zusammenarbeit. Zu oft dominierte unter den Bäckern der Konkurrenzgedanke und die Angst, dass ein Kollege dem anderen die



Oliver Raferzeder, Franz Brandl und Stefan Faschinger sind Teil der „Eigenbrotler“.

Foto: Philipp Braun

Kundschaft wie warme Semmeln abspenstig macht.

Franz Brandl, Bäckermeister aus Linz, wollte vor fünf Jahren die Branche wachrütteln und zur Zusammenarbeit aufrufen. Erfolglos. Mit der Handwerksbäckerei „Brotsüchtig“ aus Linz fand er in den Inhabern Stefan Faschinger und Oliver Raferzeder zwei Gleichgesinnte, die das Gemeinsame in den Vordergrund stellen und neben ehrlich produzierten Semmeln, Flesserln und Broten auch das Bewusstsein dafür schaffen und kommunizieren wollen.

Backen ohne Zusätze

„Wir haben sofort Ja zur Zusammenarbeit gesagt. Auch wenn es in der Branche Bäcker gibt, die nicht miteinander reden. Wir haben einen guten Draht zueinander“, sagt Stefan Faschinger, der den Charakter der Vereinsmitglieder hervorhebt: „Wir sind alle recht offen und müssen nichts verstecken.“

Mittlerweile ist der Verein auf neun Mitglieder aus ganz Oberösterreich angewachsen. „Es geht um Idealismus und nicht um Geld“, setzt Faschinger fort und lobt die Kollegen voller Stolz. „Der Helmut Gragger hat so viel Erfahrung mit dem Holzofen und gibt sein Wissen weiter. Oder der

Schaupp führt das Gasthaus und die Bäckerei und macht mit seinen 27 Jahren hervorragende Vorteile und ein Brot wie früher.“

Alle zwei Monate treffen sich die idealistischen Bäcker, um konsequent an der Qualität der eigenen Produkte zu arbeiten und um sich von industriellen Manufakturen abzugrenzen. „Wir arbeiten ohne Backmischungen, mit der Hand, kaufen regional ein“, sagen die Bäcker unisono. Bio ist nicht Voraussetzung. Sehr wohl aber das Commitment, die Bäckerehre hochzuhalten. Und dazu gehört auch der Verzicht auf Backmi-

schungen. „Wer zu uns kommt, hat bis 2020 Zeit, den Betrieb umzustellen. Wer dagegen verstößt, wird wegen unehrenhaften Verhaltens ausgeschlossen.“ Denn die Bäcker sind sich einig. Qualität macht nur dann Sinn, wenn alle an einem Strang ziehen.

i Genusslandstraße: Am 15. und 16. September treten die Bäcker am Martin-Luther-Platz unter dem gemeinsamen Namen auf. In drei Holzbacköfen und einem Etagenofen werden Snacks, Flesserl oder Salzstangerl frisch gebacken.

■ DIE NEUN HANDWERKSBACKER

Franz Brandl: Der Linzer ist für sein Handgebäck berühmt.

Gragger: Die Biobäckerei aus Ansfelden ist dank des Holzofens auch in Wien erfolgreich.

Brotsüchtig: Der Neuzugang in der Herrenstraße – ein Muss für weizenfreies Gebäck.

Kremstaler Hofbäckerei: Echt, ehrlich, eigenhändig ist das Motto von Markus Resch.

Bäckerei Pani: In Perg gibt man Sauerteigen die nötige Zeit.

Bäckerei Eichler: Hier verschmilzt Tradition mit Handwerk.

Bäckerei Oberngruber: Bereits seit 1676 wird Brot gebacken.

Holzofenbäckerei Schaupp: Köstlich – das Schaupp-Weckerl.

Biobäckerei Stöcher: Die Bad Zeller bieten auch Backkurse an.

Kolumne

Kein Sprung in der Schüssel – „Bowles“ als neuer Trend

Nam-nam, Yam-Yam und Mampf-Mampf sind keine Infantilitäten mehr, sondern ernstzunehmende Lokalnamen. Jetzt dreht sich das Hamsterrad der Trends mit Anglizismen weiter.

„Bowles“, also Schüsseln, sind der neue Trend. Man wirft einfach alles, was farblich passt, superfood-gesund ist und als ausgefallene Getreide-Art Karriere gemacht hat, in eine Schüssel, pardon „Bowle“. Fertig ist das angesagte Super-Trendy-In-Gericht. In Linz in der Herrenstraße balgen sich Gäste um einen Platz im „nomnom“ und genießen Bowles

in süß und sauer, die über den grünen Klee gelobt werden.

Die neue Tabakfabrik-Kantine „charmanter Elefant“, die am 5. Oktober ihre Kochtöpfe öffnet, füllt ebenso Bowles.

Schlaumeier haben diesen Trend zur vereinfachten Nahrungsabgabe (schont nicht zuletzt auch den Abwäscher) mit trendiger Theorie unterfüttert. Die Idee zur Schüsselnküche soll nämlich aus Asien kommen. Sie würden auch „Buddha-Bowles“ genannt und sollen eine besondere Form des



SERVIERT
VON
KARIN HAAS

meditativen Genießens sein. „Gelungene“ Schüsseln würden auf harmonisch ausgewogenen Gegensätzen beruhen. Gekochtes und Rohes, Festes und Flüssiges, Süßes und Saures, Scharfes und Mildes müssten in feiner Balance ruhen. Alles

klar? Ich halte mich lieber an die traditionelle heimische Küche und damit an Hauptspeis, Zuspeis und Salat, konventionell serviert.

Was würde Buddha wohl zu Leberschädl mit Sauerkraut und Erdäpfeln sagen? Ziemlich ausgewogen, stimmt 's? Oder gefüllte Pa-

prika mit Tomatensauce und Reis mit fein ausbalancierter Säure und Süße.

Dann gibt es den Trend, doch nicht alles in eine Schüssel zu werfen, sondern, ganz im Gegenteil, auf viele Tellerchen zu verteilen, was sich dann Lunch-Box nennt. Dieses Konzept verfolgt übrigens das „Herzstück“, das neue, ab 16. Oktober offene Lokal im Haid-Center.

Die Kolumne schreiben abwechselnd Karin Haas und Philipp Braun, das Genussteam der OÖNachrichten.

✉ k.haas@nachrichten.at



Ich halte mich lieber an Hauptspeis, Zuspeis und Salat, konventionell serviert.“