

# Kinder, Kinder – ist das lecker!

Geschrei am Frühstückstisch: „MAMALADA!“ So gibt die einjährige Lilli bekannt, dass sie jetzt Lust auf Erdbeermarmelade hat. Lilli ist zusammen mit ihrer Mutter Mieke und deren Schwester Steffi heute zu Besuch, und eigentlich gibt es bei uns kein Frühstück ohne selbst gekochte Marmelade von meinem Mann Ulli.

Aber ausgerechnet heute sind alle Vorräte erschöpft.

„Wisst ihr was? Wir pflücken einfach selber neue Erdbeeren und Ulli kocht neue Marmelade“, schlage ich vor. „Die Saison hat doch schon begonnen.“ Da glänzen nicht nur Lillis Augen, auch meine kleine Tochter Frida (fast ein Jahr alt) fängt freudig an zu juchzen. Noch schnell die zwei Kinderwagen startklar gemacht – mit zwei Wickeltaschen, zwei Schnuffeltieren und natürlich ausreichend Proviant. Und dann müssen wir uns auch schon sputen, um den nächsten Bus zu erreichen.

Zum Glück finden Lilli und Frieda Busfahren total spannend. Und am Nord-Ostsee-Kanal kommen die beiden aus dem Staunen gar nicht mehr heraus: Große Containerschiffe fahren vorbei, Gänse schnattern und die Fähre kommt vom anderen Ufer herüber. Mit Platz für sechs Autos – oder für einen Bus, der sich jetzt darauf quetscht und mit uns innerhalb weniger Minuten das andere Ufer erreicht.



Wir fahren nicht bis zur nächsten Haltestelle weiter, sondern steigen am Anleger aus und biegen direkt rechts auf den Kanal-Wanderweg Richtung Gut Warleberg. Zum Glück kennen wir den Weg, denn die Wegweiser zum Obsthof stehen erst ein gutes Stück weiter.

Den etwa 20-minütigen Fußweg verkürzt uns die Weltkunde-Lehrerin Mieke mit einem kleinen Test zum Nord-Ostsee-Kanal: „Wann wurde der NOK erbaut?“, fragt sie enthusiastisch. Steffi und ich sind sofort genervt: „Wer soll



das denn wissen?“ Mieke grinst. „1887–95“, klärt sie uns auf und lässt nicht locker: „Aber die Länge des Kanals könnt ihr vielleicht erraten.“ An den korrekten 98,7 Kilometern liege ich deutlich näher als Steffi, die sich mit 150 Kilometern weit verschätzt. Dafür ist sie blitzschnell bei der Frage, wie der Kanal früher hieß. „Kaiser Wilhelm“, platzt es aus ihr heraus. „Sehr gut“, resümiert Mieke. „Beide eine Frage richtig. Jetzt habt ihr ein großes Stück Erdbeerkuchen verdient“, sagt sie, während wir die Kinderwagen den Hügel zum Gut Warleberg hinaufschieben.

Oben belohnen wir uns mit Riesenstücken Erdbeerkuchen und leckeren Cafés au Lait aus großen Müslischalen – genau wie früher. Und während wir drei Erwachsenen uns glücklich zurücklehnen, hat Lilli eine Hüpfburg entdeckt und ist nicht mehr zu halten: Dass sie selbst auf normalem Boden kaum sicher laufen kann und dazu noch die Kleinste auf dem bunten Gummi-Ungetüm ist, interessiert jetzt nicht. Jauchzend stürzt sie sich ins Getümmel und springt wie ein kreischender Flummi von einer Seite zur anderen. Steffi kann das nicht mit ansehen und springt schließlich mit ihr zusammen.

Über den ganzen Spaß hätten wir fast unsere Mission vergessen: Erdbeeren für Ullis leckere Marmelade. Oben vom Café aus kann ich die Erdbeerbüschel und die fleißigen Pflücker auf

der anderen Seite des Hügels schon erkennen. Gewappnet mit Schalen und Tupperware machen wir uns selbst auf den Weg – mitten hinein ins prallrote und saftige Erdbeervergnügen. Und schon nach ein paar Minuten sind unsere Gefäße genauso gut gefüllt wie die Mägen unserer beiden Kinder, sodass wir uns wenig später hochzufrieden auf den Heimweg machen können.

Aus einem Teil unserer Ernte zaubert Ulli für alle ein leckeres Frucht-Omelette – nach Oma Gertruds Original-Rezept. Und mit dem Rest? „MAMALADA!“ erinnert uns Lilli lautstark und guckt dezent auffordernd in Ullis Richtung. Und wie auf Kommando klappert der auch schon mit den Töpfen. Versprochen ist schließlich versprochen.

Barbara Heinbockel



Ö: Vom Kieler Hauptbahnhof fahren die Buslinien 710 und 4630 mehrmals täglich über die Haltestelle „Landwehr Abzweigung Kanalfähre“ Richtung Achterwehr.

■ Von der Haltestelle „Landwehr Abzweigung Kanalfähre“ aus führt die Straße mit einer Rechtskurve direkt zur Fähre Landwehr. Mit der Fähre geht es dann in wenigen Minuten über den Nord-Ostsee-Kanal. Auf der Nordseite des Kanals rechts in den Wanderweg einbiegen und diesem für rund 1,5 km folgen. Dann ist der Weg zum Gut Warleberg ausgeschildert.

■ Gut Warleberg, 24214 Neuwittenbek, T. (043 46) 70 77, www.gut-warleberg.de.



\* Sömmer an  
der Ostsee

## Tipp 1

**Wirklich Gut: Wulksfelde.** Nur wenige Kilometer außerhalb von Hamburg umweht die Besucher auf Gut Wulksfelde Landluft pur. Neben dem großen Hofladen und der eigenen Bäckerei bietet das Gut das ganze Jahr über Veranstaltungen – vom Erdbeerenpflücken und diversen Verkostungen bis zu Bauern- und Kartoffelmärkten. Und wer doch die Stadtluft vorzieht, aber auf ökologisch angebautes Obst und Gemüse

nicht verzichten will, kann sich die Bio-Lebensmittel auch im Online-Shop bestellen und im Großraum Hamburg direkt nach Hause liefern lassen. Gut Wulksfelde, Wulksfelder Damm 15–17, 22889 Tangstedt/Hamburg, www.gut-wulksfelde.de.

Ö: Von den S-Bahn-Haltestellen Poppenbüttel oder Ohlstedt mit der Buslinie 276 bis zur Haltestelle „Lohe“ im Ortskern Duvenstedt.

## Tipp 2

**Richtig Gut: Stocksee.** In den Sommermonaten Juli und August wird auf Gut Stocksee gepflückt, was die Beeren hergeben. Auf den gutseigenen Plantagen warten saftig-reife Himbeeren, Schattenmorellen und Süßkirschen auf Selbstpflücker oder Nurkäufer. Dazu gibt es während der gesamten Obsternte täglich Kaffee und selbst gebackenen Kuchen unter ebenso alten wie mächtigen Lindenbäumen. Mehr zum Stocksee finden Sie in der Tour „Ohne Baum geht's kaum“

ab S. 18. Stocksee, 24326 Stocksee, T. (045 26) 30 97 16, www.stocksee.de.

Ö: Ab Bad Segeberg mit der Buslinie 7700 bis zur Haltestelle „Stocksee Dorfmitte“ (von dort rund 20 Minuten Fußweg); ab Plön mit der Buslinie 360 bis zur Haltestelle „Gasthof Ehlers“ (von dort rund 10 Minuten Fußweg).

## Tipp 3

**Echt gut: Wegzehrung.** Radrennfahrer kennen und fürchten ihn: den Hungerast. Aber auch als Fußgänger sollten Sie natürlich nicht plötzlich ohne Snack dastehen. Und auch wenn Erdbeertorte und

Milchkaffee noch ein paar Wegminuten entfernt sind, können Sie an der Kanalschänke Landwehr zum Glück ausreichend vorsorgen – mit Süßem, Herzhaftem oder Flüssigem. Kanalschänke Landwehr, T. (043 40) 42 59, direkt an der Bushaltestelle „Landwehr Abzweigung Kanalfähre“.



# Bowlendurst und Beerenhunger



## Erdbeerkonfitüre mit Kokosmilch

**Zutaten** (für 8–10 Gläser)

- 900 g Erdbeeren
- 1 Dose Kokosmilch (165 g)
- 500 g Gelierzucker 2 : 1
- 1 Päckchen Zitronensäure

### Zubereitung

Zunächst die Erdbeeren abspülen, trocken tupfen und den Stängelansatz entfernen. Dann die Früchte würfeln und 900 g abwiegen. Alle Zutaten in einen weiten, hohen Topf geben und verrühren. Anschließend alles langsam aufkochen lassen. Mindestens drei Minuten unter ständigem Rühren sprudelnd kochen lassen. Die Konfitüre sofort bis zum Rand in Schraubgläser füllen, die Deckel fest verschließen und für etwa 5 Minuten auf den Kopf stellen.

## Erdbeer-Bowle ohne Alkohol

**Zutaten** (für ca. 15 Gläser)

- 500 g Erdbeeren
- 0,75 l roter Johannisbeersaft
- 1 Tasse Zitronensaft
- Zucker
- 0,25 l Apfelsaft
- 3 Flaschen Soda-Wasser
- 10 Eiswürfel

### Zubereitung

Die Erdbeeren zunächst waschen, putzen und mit Zucker bestreut in einer Bowlenschale stehen lassen. Nach 2–3 Stunden mit den Säften auffüllen und unmittelbar vor dem Servieren Soda-Wasser und Eiswürfel hinzufügen. Wer's etwas herber mag, kann auch den Apfelsaft weglassen und dafür mehr Johannisbeersaft nehmen.

## Knusperbeeren-Eistorte

**Zutaten** (für ca. 12 Stück)

- 20 kleine Stück Baiser (gibt's abgepackt im Supermarkt)
- 0,5 l Schlagsahne
- 500 g Erdbeeren oder Himbeeren

### Zubereitung

Die Baisers mit einem Nudelholz zerkleinern. Dann das Obst pürieren, und die Sahne steif schlagen. Schließlich Baiser, Obst und Sahne miteinander vermischen und in eine Springform geben. Die Eistorte für 24 Stunden ins Gefrierfach stellen und etwa eine halbe Stunde vor dem Servieren herausnehmen.

## Oma Gertruds Omelette

**Zutaten** (pro Omelette)

- 3 Eier
- 1 TL Zucker
- 1 TL Mehl
- 15 g Butter

### Zubereitung

Als Erstes Eiweiß und Eigelb trennen. Anschließend das Eiweiß steif schlagen und dabei vorsichtig den Zucker einrieseln lassen. Dann das Eigelb verquirlen und unter die Eischneemasse heben. Dann das Mehl hinzugeben.

Jetzt die Butter in einer Pfanne erhitzen. Sobald das Fett heiß ist, die Ei-Masse in die Pfanne geben und den Teig glatt streichen. Dann das Omelette auf kleiner Flamme zugedeckt etwa 5–7 Minuten goldgelb brutzeln lassen. Zum Schluss nach Geschmack mit frischen Erdbeeren oder Marmelade krönen.



\* Sömmer an  
der Ostsee

