

Schullandheim Meereswoge Neuwerk e. V.

www.meereswoge-neuwerk.de

info@meereswoge-neuwerk.de



Meereswoge – unser Schullandheim mitten im Nationalpark Wattenmeer

Infomappe



Stand: Juli 2025



Inhaltsverzeichnis	Seite
1 Einleitung	3
1.1 Die Meereswoge	3
2 Vor der Reise	4
2.1 Buchung	4
2.2 Anfahrt	4
2.3 Anreiseinfo und Buchung	5
2.4 Küche	7
2.5 Hygienevorschrift Küchenmitarbeiter	7
2.6 Kosten für die Meereswoge	8
2.7 Planung der Unternehmungen	8
2.8 Das sollten Sie einpacken	8
2.9 Jugendschutz in der Meereswoge	9
3 Während der Reise	10
3.1 Ankunft	10
3.2 Küche	10
3.3 Müllentsorgung	10
3.4 Ansprechpartner während des Aufenthaltes und für Notfälle	11
3.5 Abreise	11
3.6 Endreinigung	11
4 Nach der Reise	12
4.1 Zahlungsmodalitäten	12
4.2 Feedback	12
5 Schlusswort	12



1 Einleitung

Liebe Gäste,

wir, das Team Meereswoge, freuen uns über Ihr Interesse an unserem Haus. Um Ihnen die wichtigsten Informationen zur Verfügung zu stellen, haben wir diese Infomappe entworfen.

Gegliedert haben wir sie in drei Teile.

1. Beginnend mit allem, was vor der Reise für Sie wichtig ist. Hier werden Fragen zur Buchung und Anreise geklärt.
2. Im zweiten Teil geht es dann um den Aufenthalt auf der Insel und die Übergabe des Hauses.
3. Im letzten Teil werden die Punkte beleuchtet, die nach der Abreise noch wichtig sind.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und hoffen, dass sie danach umfangreich informiert sind.

Ihr Team Meereswoge

1.1 Die Meereswoge

Geschichte des Hauses

Ernst Rose erbaute das Haus Meereswoge 1904 und eröffnete das Hotel 1905. Nach der Familie Rose übernahm die Familie Griebel für ein Jahr das Haus.

1938 entdeckte Wilhelm Bahlmann das Haus, besichtigte und kaufte es innerhalb von 14 Tagen. Er warb um Gäste mit der guten Luft gegen Atembeschwerden, der abwechslungsreichen Vogelwelt und der bedeutenden Schifffahrtsstraße.

1951 verkaufte Wilhelm Bahlmann die Meereswoge an die Stadt Hamburg. Betrieben von dem Pächterehepaar Schimmel wurde es nun zum Erholungsheim der Hamburger Baubehörde.

Im Oktober 1973 wurde der Verein „Schullandheim Meereswoge Neuwerk e.V.“ gegründet, der ab dem 1. Januar 1974 Mieter der Meereswoge ist. Nach umfangreichen Renovierungsarbeiten konnten 1974 die ersten Klassen in das Haus reisen.

Selbstversorgerhaus

Da Sie die Meereswoge für sich allein haben, ist auch die Küche nicht bewirtschaftet. Das heißt, Sie brauchen ein kleines Küchenteam, das Sie begleitet und für die Gruppe kocht. Das hört sich vielleicht schwer an, Sie können sich aber bei der Organisation (Gerichte planen, Mengen festlegen, Ware bestellen) vom Meereswoge-Team unterstützen lassen. Die Küche ist groß und gemütlich. Es bietet sich die Gelegenheit, die Gruppe in die Küchenarbeit einzubinden und da Sie alleine im Haus sind, lassen sich der Tagesablauf und die Essenszeiten individuell planen und auf Ihre Aktivitäten abstimmen.

Lage und Ambiente

Die Insel Neuwerk liegt mitten im Nationalpark Hamburgisches Wattenmeer und befindet sich im südwestlichsten Teil der Elbmündung ca. 13 km nordwestlich von Cuxhaven.

Neuwerk und die benachbarten Inseln Scharhörn und Nigehörn sind ein Stadtteil im Bezirk Hamburg Mitte.



34 Einwohner verteilen sich auf einer Fläche von 3,3 km². Für einen gemütlichen Rundgang um die Insel mit ihrer maximalen Länge und Breite von jeweils ca. 2,2 km braucht man eine knappe Stunde. Neuwerks' höchste Erhebung (einen Berg wollen wir es nicht nennen) beträgt 7m ü. NN.

Die noch bis in die 1970er Jahre intensiv betriebene Landwirtschaft ist als Einkommensquelle heute praktisch vollständig dem Tourismus gewichen. Neben den jährlich ca. 120.000 Touristen, die die Insel besuchen, wird Neuwerk von einer Vielzahl von Zugvögeln angesteuert und bevölkert. Auf der Insel gibt es keine Autos und keine Supermärkte.

2 Vor der Reise

2.1 Buchung

Auf unserer Internetpräsenz www.meereswoge-neuwerk.de finden Sie in der Rubrik „Die Meereswoge/Belegungsplan“ einen Überblick der freien und bereits reservierten Zeiten. Von hier aus oder unter „Kontakt/Buchung“ können Sie eine Buchungsanfrage an uns senden.

Wir melden uns dann so schnell wie möglich bei Ihnen zurück und senden Ihnen eine Buchungsbestätigung. Sobald Sie diese unterschrieben zurückgesandt haben, ist Ihre Buchung verbindlich. Und je früher Sie buchen, desto wahrscheinlicher ist es, das Sie Ihren Wunschtermin erhalten.

Stornogebühren

Wie in der Regel bei jeder privaten Urlaubsbuchung gibt es auch in der Meereswoge Stornogebühren. [Unsere Stornobedingungen finden Sie auf unserer Internetseite hier.](#)

2.2 Anfahrt

Nach Cuxhaven

- **Per Bahn**
Bis Bahnhof Cuxhaven (Zuglinie von Bremen und Hamburg)
Bus oder Taxi (z.B. Minicar Hüpfen 04721 393944) zum Schiffsanleger oder Wattwagenplatz
- **Per Busunternehmen (selbst organisiert)**
Kurzparken zum Be- und Entladen direkt vor dem Schiffsanleger oder Wattwagenplatz möglich
Adresse Schiffsanleger „Alte Liebe“: Bei der Alten Liebe 12, 27472 Cuxhaven
Adresse Wattwagenplatz: Hans-Claußen-Straße 19, 27476 Cuxhaven
- **Per Auto**
Kurzparken zum Be- und Entladen direkt vor dem Schiffsanleger oder Wattwagenplatz möglich
Kostenpflichtige Parkplätze in unmittelbarer Nähe vom Schiffsanleger oder Wattwagenplatz vorhanden
Parkplätze Schiffsanleger „Alte Liebe“: Am Alten Hafen, 27472 Cuxhaven
Parkplätze Wattwagenplatz: Hans-Retzlaff-Straße, 27476 Cuxhaven

Von Cuxhaven „Alte Liebe“ (Schiffsanleger) mit dem Schiff nach Neuwerk

Das Schiff nimmt sowohl Fahrgäste inkl. Gepäck als auch Fracht mit, falls sie Ihre Lebensmittel und sonstige Utensilien zusätzlich transportieren wollen.

Auf der Internetseite www.cassen-eils.de finden Sie weitere Informationen zur Fahrt, den Preisen und den Abfahrzeiten. Es besteht die Möglichkeit der Online-Buchung.



Bitte beachten Sie, dass die Abfahrzeiten des Schiffes insbesondere von Neuwerk nach Cuxhaven von den geplanten Uhrzeiten abweichen können. Bitte informieren Sie sich daher rechtzeitig vor der Abfahrt.

Für den Transport vom Schiffsanleger auf Neuwerk zur Meereswoge bzw. zurück ist es empfehlenswert, den Gepäcktransport zu organisieren (siehe nächstes Kapitel).

[Infos zu dem Schiff nach Neuwerk](#)

Von Cuxhaven „Sahlenburg“ mit dem Wattwagen nach Neuwerk

Für die An- und Abreise mit dem Wattwagen ist für die Meereswoge der Wattwagenbetrieb Werner Fock zuständig. Dies gilt auch für den Transport der Lebensmittel und für den Gepäcktransport vom Schiffsanleger zur Meereswoge und zurück. Sie werden in der Regel mit dem Wattwagen direkt bis vor die Haustür der Meereswoge gefahren bzw. dort abgeholt.

Telefonisch zu erreichen ist der Wattwagenbetrieb unter 04721 / 29043. Die Zeiten für die Abfahrten von Sahlenburg oder Cuxhaven finden Sie unter www.wattfahrten.de.

Von Cuxhaven „Sahlenburg“ zu Fuß nach Neuwerk

Ca. 10 km lang ist der Fußweg durch das Watt nach Neuwerk. Hier ist es wichtig, rechtzeitig los zu laufen und über den Wasserstand informiert zu sein. Wenn Sie unerfahren sind, empfehlen wir, einen Wattführer zu buchen.

Der Gepäcktransport kann über Herrn Fock (04721 / 29043) geregelt werden.

2.3 Anreiseinfo und Buchung

Bitte informieren Sie uns sobald Sie wissen, wann genau Sie auf der Insel sind und ob Sie mit dem Wattwagen oder dem Schiff anreisen. Wir benötigen diese Auskunft, um die Übergabe zu planen.

Es ist wichtig, dass Sie den Wattwagen oder das Schiff frühzeitig buchen, da die Plätze beschränkt sind.

Check-in und Check-out Meereswoge

Die Meereswoge können Sie an Ihrem Anreisetag ab 15:00 Uhr nutzen. Für die Abreise planen Sie bitte ein, das Haus bis 11:30 Uhr zu verlassen. Ausnahmen können mit dem Verein und der vorherigen bzw. nachfolgenden Gruppe abgestimmt werden.



Lebensmittel und Rezepte

Lebensmittel müssen mitgebracht werden, es gibt **keinen** Supermarkt auf der Insel. Sie haben die Möglichkeit, in Cuxhaven oder Sahlenburg Lebensmittel zu bestellen und vor Ihrem Transport auf die Insel dort abzuholen. Die dazugehörigen Adressen bzw. Telefonnummern finden Sie auf der im Anhang befindlichen Telefonliste.

Wenn wir für Sie beim Großhändler Edeka C+C bestellen sollen, bitten wir Sie, sich an folgendes Vorgehen zu halten:

- Setzen Sie sich drei Wochen vor der Reise mit Herrn Schoppe unter der Nummer: 016097977658 telefonisch in Verbindung. Eine Bestellung kann **nur** über ihn erfolgen!
- Erstellen Sie eine Einkaufsliste in Tabellenform, so dass sie kopiert werden kann. Die Mengen müssen in Kilogramm oder Liter angegeben werden. Eine Angabe wie zum Beispiel „für 25 Personen Spaghetti“ können wir nicht bearbeiten. Ausnahmen bilden die Lebensmittel, die in Geschäften grundsätzlich in Stückpreisen gehandelt werden, wie zum Beispiel Ananas.
- Bestellen Sie bitte für Ihren gesamten Aufenthalt. Nachbestellungen bedeuten einen hohen Aufwand für uns und birgen das Risiko, dass witterungsbedingt keine Fahrten übers Watt möglich sind und die Ware nicht geliefert werden kann.
- Schicken Sie die fertige Tabelle spätestens zwei Wochen vor Reiseantritt an Herrn Schoppe an folgende Emailadresse: sven.schoppe@meereswoge-neuwerk.de
- Wir nehmen eine Auslagenpauschale von 8 Euro pro Person/Nacht vor. Diesen Betrag überweisen Sie bitte vorab auf das Konto der Meereswoge (Betreff: Lebensmittel Gruppe....). Falls Sie viele Lebensmittel selber mitbringen, besprechen sie dies bitte mit Herrn Schoppe.
- Sie müssen dann Herrn Fock darüber informieren, wann und wie viel Ware für die Meereswoge an den Wattwagenplatz geliefert wird.
- Der Großhändler **Edeka C+C** liefert nur am **Dienstag** und am **Freitag**. Wollen Sie die Ware schon bestellen, aber noch nicht auf der Insel sein, müssten Sie mit uns Kontakt aufnehmen, damit wir gegebenenfalls die Gruppe vor Ort bitten können, die Ware anzunehmen und zu verstauen.
- Edeka als auch Herr Fock berechnen Transportkosten.
- Die Lebensmittel werden in praktischen Pfand-Behältern (EUR 5,-/Kiste) zur Verfügung gestellt. Kontrollieren Sie den Lieferschein gleich bei Ankunft mit der gelieferten Ware. Sollten hier Differenzen auftauchen, vermerken Sie diese und teilen Sie uns dies mit (Foto vom Lieferschein). Mit Ihrer Abschlussrechnung senden wir Ihnen die Edeka-Rechnung zu und rechnen sie gegen die Auslagenpauschale ab.

Bitte beachten Sie, dass wir kein Zwischenhändler sind, sondern die Ware als Auslage an Sie weiterberechnen. Bringen Sie Ihre Lebensmittel selber mit, ist es notwendig, beim Buchen der Überfahrt die ungefähre Menge anzugeben.

Rezepte

In der Anlage finden Sie eine Auswahl an Rezepten. Die Mengen basieren auf einer Gruppe von 25 Personen. Sicherlich sind Ihnen viele Rezepte bekannt. Aber vielleicht können Sie sie ja zur Mengenbestimmung nutzen. Wir freuen uns über eine Rückmeldung, ob die Mengenangaben bei Ihnen gepasst haben. Wenn Sie Rezepte haben, die sich für eine Gruppenreise bewährt haben, schicken Sie sie uns gerne zu. Wir werden unsere Rezeptsammlung dann erweitern.

Brauchen Sie Unterstützung bei der Berechnung der Mengen? Dann schicken Sie uns einfach die geplanten Rezepte zu. Wir helfen Ihnen gern bei der Kalkulation.



2.4 Küche

Die Küche der Meereswoge ist so eingerichtet, dass Sie problemlos für 50 bis 60 Personen ein 3-Gänge-Menü zaubern können. Zur Ausstattung gehören u.a.:

- Großer Herd mit 6 Herdplatten
- 1 Heißluftofen
- Großer Backofen inkl. Backbleche und -röste
- Große Kippbratpfanne für ca. 20 Schnitzel
- Kaffeemaschine
- Wasserkocher
- Brotschneidemaschine
- Handmixer
- Pürierstab
- Professioneller Gemüseschneider
- Thermoskannen für Kaffee und Tee
- Töpfe, Pfannen, Auflaufformen
- Geschirrhandtücher, Spülmittel
- Geschirr, Besteck, Koch- und Küchenmesser
- Industrie-Spülmaschine
- Speisenaufzug
- Lebensmittelwaage
- Warmhalteschrank
- Buffet-Warmhaltebehälter (Chafing Dish)
- Reiskocher

Wir möchten Sie bitten, sorgsam mit der Küchenausstattung umzugehen und die Grundordnung einzuhalten. Es ist sonst für nachfolgende Gruppen schwer etwas zu finden, bzw. manche Dinge nicht mehr benutzen zu können.

2.5 Hygienevorschrift Küchenmitarbeiter

Alle Selbstversorger sind natürlich zur Einhaltung der geltenden Hygiene-Vorschriften beim Umgang mit Lebensmitteln und der Arbeit in Gemeinschaftsküchen verpflichtet, um die Infektionsgefahren so gering wie möglich zu halten. In Hamburg benötigt man hierzu nach dem Infektionsschutzgesetz ein Gesundheitszeugnis, das nach einer Erstbelehrung ohne weitere Prüfungen oder ärztlichen Untersuchungen ausgestellt wird. In der Regel kann das Gesundheitszeugnis sofort mitgenommen werden, wobei Sie Details zur Belehrung auf der folgenden Internetseite finden – Gesundheitszeugnis ohne Wartezeit – ohne Anmeldung: <https://www.gesundheitszeugnis.de/home>

Da auch viele Klassen und Gäste-/Gruppen aus anderen Bundesländern zu uns nach Neuwerk kommen, müssen diese unter Umständen andere Vorschriften zusätzlich berücksichtigen. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihren örtlichen Gesundheitsämtern hierzu, damit die gesetzlichen Vorschriften eingehalten werden.



2.6 Kosten für die Meereswoge

Egal, ob Privatgruppen, Unternehmen, die Sommergruppe oder Klassenfahrten und unabhängig vom Bundesland – die Preise der Meereswoge sind einheitlich gestaltet.

Unsere aktuellen Preise finden Sie auf unserer website unter Klassenfahrten/Preise für Klassenfahrten bzw. unter Gruppenangebote/Preise für Gruppen. [Link zu unserer Internetseite](#)

Servicepauschale

Für unseren Service zur Einweisung der Gruppe und die Abnahme am Ende der Klassenreise berechnen wir unabhängig von der Gruppengröße eine einmalige Pauschale.

Darin enthalten sind bereits alle Kosten für das Festnetztelefon, der kostenlose WLAN-Zugang, sämtliche Wasser- und Stromkosten. Wir berechnen auch keine Heizkosten oder Kosten für die Müllentsorgung, inklusive alle Müllsäcke.

Ebenfalls enthalten sind Putzmittel für die Endreinigung, Geschirrspülmittel, die Nutzung der vorhandenen Geschirrhandtücher, Toilettenpapier sowie Handwaschseifen und Desinfektionsmittel für die Sanitäranlagen.

2.7 Planung der Unternehmungen

Folgende Aktivitäten bedürfen der Planung und müssen rechtzeitig reserviert/gebucht werden:

- Watterkundungen mit Unterstützung von Jordsand e.V.
- Nutzung des Wattenmeerlabors
- Batiken

Über diese Links kommen Sie zu hilfreichen Unterlagen, die zeigen, was Sie auf Neuwerk, im Wattenmeer und im Nationalpark-Haus unternehmen können:

- Neuwerker Forschertour – kostenlose Broschüre für einen Lehrpfad im Watt [Link](#)
- Lernwerkstatt "Pause im Wattenmeer" Sekundarstufe 1 [Link "Lernwerkstatt"](#)
- Mitmachen, rätseln, eigne Aktionen im Entdeckerheft [Link "Entdeckerheft"](#)

2.8 Das sollten Sie einpacken

Neben dem üblichen Gepäck, sollten Sie an folgende Dinge denken:

- Handtücher und Bettwäsche sind mitzubringen
- Passende Kleidung für die Überfahrt (auf dem Wattwagen kann es windig und kalt werden)
- Evtl. Gummistiefel für das Watt
- Regenkleidung



2.9 Jugendschutz in der Meereswoge

Als Verein, der Schulen und andere Einrichtungen in ihrer Arbeit an der Erziehung und Bildung junger Menschen als zentralen Zweck in seiner Vereinssatzung verankert hat, ist es uns ein besonderes Anliegen, dass unsere Gruppen sich an den Zielen und Vorgaben des Jugendschutzgesetzes binden.

In der Meereswoge und auf dem Gelände der Meereswoge gelten daher die Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes. Aus pädagogischen Gründen ist der Konsum alkoholischer Getränke von Jugendlichen unter 18 Jahren nicht erlaubt. Aufgrund des Nichtraucherschutzgesetzes ist das Rauchen im Schullandheim und auf dem gesamten Schullandheimgelände nicht gestattet.

Das Jugendschutzgesetz soll Kinder und Jugendliche stärken und schützen, indem es den Zugang zu gesundheitsgefährdenden Produkten, zu Kinofilmen und Medien auf Bildträgern sowie Aufenthalte an bestimmten Orten in der Öffentlichkeit an bestimmte Altersstufen bindet.

Diesem Grundsatz verpflichten auch wir uns als gemeinnütziger Verein. Da die Meereswoge ein Selbstversorgerhaus ist und wir seitens des Vereins selten vor Ort sind, richtet sich unser Anliegen besonders an die volljährigen Personen, die die Kinder- und Jugendgruppen während ihres Aufenthaltes begleiten und betreuen. So ist es für uns eine Selbstverständlichkeit, dass Aufsichtspersonen auf keinen Fall gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen gemeinsam Duschen, sondern sie die Einzelduschen in den Zwischen-Etagen benutzen.

Informationen zum Jugendschutz finden Sie in der Meereswoge oder als Broschüre im Internet.

Broschüre: www.bmfsfj.de

Jugendschutzrechner: www.jugendschutz-aktiv.de



3 Während der Reise

3.1 Ankunft

- Wenn Sie in der Meereswoge ankommen, wird ein Mitarbeiter des Hauses vor Ort sein und Ihnen alles erklären.
- Verunreinigungen der Zimmer und der sonstigen Räume sind dem Mitarbeiter bei der gemeinsamen Begehung direkt zu melden.
- Vorschäden am Inventar sollten schnellstmöglich angezeigt werden. Sollte während Ihres Aufenthaltes etwas zu Bruch gehen, bitten wir um eine schnelle Information, damit der Schaden für die nächsten Gäste behoben werden kann.
- Es wird ein Übergabeprotokoll angefertigt, dieses gilt als Grundlage für die Abnahme bei Ihrer Abreise.
- Machen Sie sich mit der Brandschutzordnung vertraut, die ihnen beim Check-In gezeigt wird. Informieren sie ihre Gruppe hierzu.
- Machen sie sich bitte auch mit der Hausordnung vertraut, die ihnen und der Gruppe verbindliche Hinweise zum Verhalten in einem Schullandheim gibt.

3.2 Küche

- Sie erhalten eine Einweisung in die Küchengeräte, den Speisenaufzug und die Geschirrspülmaschine.
- Wie Sie den Ablauf in der Küche vor Ort planen, ist Ihnen selbst überlassen. Wir bitten um eine Person, die für die Küchendinge verantwortlich ist und der wir alles erläutern können.
- Sie sind dazu verpflichtet, einmal am Tag die Temperaturen in den Kühlschränken und der Gefriertruhe zu überprüfen. Dieses muss in einem Protokoll festgehalten werden

3.3 Müllentsorgung

Die Müllentsorgung auf Neuwerk ist sehr speziell! 😊

- All Ihre Abfälle müssen ausschließlich in die dafür vorgesehenen Säcke verpackt werden.
- Die Säcke werden in die dafür vorgesehenen Tonnen draußen geworfen. Säcke neben den Tonnen bzw. Säcke, die aus den Tonnen herausgucken, werden durch die Vögel „zerpflückt“ und der Müll großflächig verteilt.
- Loser Müll in den Tonnen muss wieder herausgeholt werden und in die entsprechenden Säcke entsorgt werden.
- In der Meereswoge trennen wir Restmüll, Grüner Punkt Müll, Glas und Papiermüll
- Glasmüll: Die sauberen Glasbehälter werden ohne Deckel in die dafür vorgesehene Tonne geworfen.
- Papiermüll: Die Papp- und Papierreste werden von den Gruppen gebündelt und entsorgt.
- Gelber Sack: Gelbe Säcke sind in ausreichender Anzahl vor Ort. Volle Säcke bitte verknoten und in den Tonnen entsorgen.
- Restmüll: Alle anderen Abfälle, auch Bioabfälle/Kompostabfälle, werden in den blauen Müllsäcken entsorgt. Achten Sie bitte auf das Gewicht der Säcke, da diese sehr schnell sehr schwer werden können.
- Es gibt keine Möglichkeit der Kompostierung. Daher müssen auch Bioabfälle über den Restmüll entsorgt werden.



- Da an jedem Tag ein anderer Müll entsorgt wird, achten Sie bitte darauf welcher Müll wann fällig ist. Angegeben werden hier die Rausstelltage der einzelnen Behälter. Ein Beispiel: Sonntags soll der Restmüll rausgetragen werden. Die Abholung erfolgt dann montags im Laufe des Tages.
- **Leider kommt es ab und zu vor, dass die Besonderheiten der Müllentsorgung auf Neuwerk nicht beachtet werden – insbesondere werden die Säcke zu voll gepackt. Wenn ein Nacharbeiten durch das Team der Meereswoge erfolgen muss, da die Müllabfuhr sich weigert den Müll mitzunehmen, berechnen wir für die Nacharbeiten 25,- Euro pro angefangene Stunde.**

3.4 Ansprechpartner während des Aufenthaltes und für Notfälle

- Alle relevanten Telefonnummern finden Sie auf der Telefonliste.
- Diese Telefonliste ist auch im Haus vorliegend.
- Für Rückfragen rund um das Haus melden Sie sich bitte bei:
 - Sven Schoppe: 0160 / 97 97 76 58
 - Silke Zufall: 0172 / 24 14 208
 - Sigi Radtke: 0172 / 80 41 791

3.5 Abreise

- Ein Mitarbeiter des Hauses wird am Abreisetag vor Ort sein.
- Es wird ein Abnahmeprotokoll erstellt. Dort werden die Reisedaten und die genaue Personenanzahl aufgenommen, die Getränke, die Sie ggf. konsumiert haben und die sonstigen Kosten aufgelistet. Auf dieser Grundlage wird dann die Endrechnung erstellt, die Sie zugesandt bekommen.
- Die Abnahme dauert mindestens 1,5 Stunden. Beachten Sie bitte, dass das Haus zu diesem Zeitpunkt schon geputzt und leer sein muss.
- Sie müssen alle übriggebliebenen Lebensmittel wieder mit zurücknehmen oder entsorgen.

3.6 Endreinigung

Für die Endreinigung sind Sie verantwortlich.

Sie müssen hierbei berücksichtigen, dass die Endreinigung eine gründliche Säuberung aller Räumlichkeiten einschließlich aller Fußböden (wischen) und Bäder beinhaltet. Auch die nachfolgende Gruppe soll ein sauberes Haus vorfinden. Planen Sie hierfür genügend Zeit ein (das Haus ist groß) und bestimmen Sie jemanden, der alle Räumlichkeiten auf Sauberkeit überprüft, um gegebenenfalls rechtzeitig nachzubessern.

- Putzmittel und –utensilien sind in der Meereswoge vorhanden.
- In der Anlage zu dieser Infomappe finden Sie eine Übersicht über die zu putzenden Bereiche.
- Als Gruppenleiter/Gruppenleiterin nehmen Sie bitte vorher die Putzbereiche ab.
- Eine ordentliche Endreinigung dauert aus Erfahrung wenigstens 4 Stunden (bei einer Gruppengröße von 25 Personen und wenn alle selbstständig und ordentlich mitarbeiten).
- Planen Sie Zeit für Nachbesserungen mit ein, wenn Sie mit Kindern oder Jugendlichen reisen. Hier liegen die Toleranzgrenzen manchmal weit auseinander... 😊



4 Nach der Reise

4.1 Zahlungsmodalitäten

- Nach der Reise wird Ihre persönliche Endrechnung auf Basis Ihrer Anzahlung und des Übergabeprotokolls erstellt und Ihnen zugesandt.
- Eine Gutschrift wird Ihnen ggf. überwiesen.

4.2 Feedback

- Um unser Angebot verbessern zu können, freuen wir uns über ein Feedback Ihrerseits. Hierzu senden Sie uns bitte eine E-Mail an info@meereswoge-neuwerk.de.
- Andere Gruppenleiter, Lehrer, Schulklassen und Jugendgruppen freuen sich, wenn sie ihre Erfahrungen und Aktivitäten in unserem [Gästebuch](#) lesen können. Schicken Sie uns Ihren Eintrag an info@meereswoge-neuwerk.de.

5 Schlusswort

Wir hoffen Ihnen mit dieser Infomappe die wichtigsten Fragen beantwortet zu haben. Sollten Sie Fragen haben, dann melden Sie sich gerne persönlich bei uns.

Nun wünschen wir Ihnen eine angenehme Reise auf die schöne Insel Neuwerk und einen wundervollen Aufenthalt in unserem Haus.

Ihr Team Meereswoge

Anlagen

- **Anlage 1:** Telefonliste
- **Anlage 2:** Rezepte



Telefonliste

Für alle Fragen zum Haus		
Sven Schoppe	0160 9 / 79 77 658	1. Vorsitzender
Silke Zufall	0172 / 24 14 208	2. Vorsitzende
Siegrid Radtke	0172 / 80 41 791	Rechnungsführerin
Nicole Delker	0175 / 41 65 940	Buchungen
Alles auf der Insel		
Werner Fock / Das alte Fischerhaus Link zum Fahrplan Wattwagen Werner Fock	04721 / 29 043	Wattfahrten, Transporte
Nationalparkhaus Link zum Nationalparkhaus	04721 / 39 53 49	Wattausstellung, Wattführungen
Versorgung		
Edeka Holling in Sahlenburg	04721 / 510600	Großer Supermarkt
Itjen	04721 / 29 035	Bäckerei
Ditzer	04721 / 71 44 71	Fisch
Jugendschutz-Telefonnr.		
Nummer gegen Kummer - Telefonberatung für Kinder und Jugendliche	0800 - 1110333	



Portionsgrößen zur Orientierung

Damit Sie für Ihren Aufenthalt nicht zu viel oder zu wenig einkaufen, haben wir für Sie im Folgenden die empfohlenen Portionsgrößen zusammengestellt, an denen Sie sich ungefähr orientieren können. Bei den Mengen sollten Sie darauf achten, dass es sich hier um Alltagsmengen handelt – wir haben die Erfahrung gemacht, dass eine Klassenreise in die Meereswoge den Hunger zusätzlich anregen kann.

Alle Angaben sind natürlich nur Richtwerte und können von den Mengen in den Rezeptvorschlägen (Anlage) durchaus abweichen. Die Mengen beziehen sich auf eine Portion pro Person. Für Kinder sollten Sie etwa 75% der angegebenen Mengen einplanen.

Die mit Sternchen gekennzeichneten Gewichtsangaben in dieser Liste gelten für den Rohzustand (also nicht gekocht), bei Gemüse für den essbaren Anteil (d.h. nach dem Schälen, ohne Strunk usw.).

Eins vorweg: Eine warme Hauptmahlzeit, bestehend aus Fisch oder Fleisch, Gemüse und einer Kohlenhydratbeilage wie Nudeln oder Kartoffeln, wiegt im Durchschnitt zwischen 300 und 450 Gramm. So eine Menge macht die meisten Menschen satt. Der Kaloriengehalt hängt selbstverständlich von den Speisen und der Art der Zubereitung ab.

Fisch:

- Fischfilet: 200 g *
- Ganze Fische: 300 g * (da hier Kopf, Gräten und Flossen nicht mit gegessen werden)

Fleisch:

- Rotes Fleisch: 150 bis 200 Gramm*
- Verarbeitetes Fleisch (z. B. Bolognese, Gulasch): 100 bis 120 g*
- Geflügel: 120 bis 150 g*
- Fleisch inkl. Knochen: 200 bis 250 g*

Getreide (z.B. Reis, Hirse, Polenta):

- Als Beilage: 60 bis 80 Gramm*
- Bei Vollkornprodukten kann es etwas weniger sein, da sie stärker sättigen.



Nudeln:

- Als Hauptgericht: 120 bis 150 g*
- Als Beilage: 50 bis 80 g*
- Auch hier gilt, dass Vollkornprodukte stärker sättigen. Daher kann es etwas weniger sein.

Kartoffeln:

- Als Beilage: 150 bis 200 g*
- Kartoffelbrei: 150 g
- Pommes Frites: 125 g

Gemüse und Salat:

Gerade bei Gemüse oder Salat werden häufig zu große Portionsgrößen zubereitet. Als Beilage reichen bei Gemüse rund 150- 200 g. Die gleiche Menge gilt für Tomaten- oder Gurkensalate. Bei Blattsalaten können die Portionen etwas kleiner ausfallen. 80 g machen hier eine solide Portion aus.

4 x Frühstück und ein Lunchpaket für die Rückreise

Für eine Klassenreise mit 25 Grundschulern inkl. Begleitpersonen kalkulieren wir ungefähr mit folgenden Frühstücksmengen:

Zutaten für ca. 25 Personen

- 150 Brötchen
- 4 kg Brot
- 1 kg Scheibenwurst
- 2 kg Scheibenkäse
- 1,5 kg Butter und/oder Margarine
- 1 kg Frischkäse
- 1 großes Glas Nutella
- 4 Gläser Konfitüre
- 1 Glas Honig
- 60 Eier
- 500 gr Bacon
- 1 kg Müsli / Cornflakes / ...
- 1 kg Joghurt
- 1 kg Quark
- Obst (60 Äpfel / Birnen / Bananen / ...)
- 15 l Milch
- 1 kg Zucker
- Kakao
- Früchtetee, Schwarztee
- 500 gr Kaffee



Bircher Müsli

Zutaten für ca. 25 Personen

- 750 g Haferflocken, blütenzart oder kernig
- 1,7 l Milch
- 300 ml Apfelsaft
- 200 ml Zitronensaft
- Etwas Salz
- 1 Vanilleschote in etwas Zucker verteilt
- Unterschiedliche Trockenfrüchte (gewürfelt) nach Belieben
- Unterschiedliche Nüsse (gehackt) nach Belieben
- 5 Äpfel, entkernt und mit der Schale geraspelt
- 100 gr Honig (flüssig)
- 1,5 kg bis 2 kg 3,5 % besser griechischer Joghurt
- Frisches Obst (in Stücken), Kokosflocken zum reinmischen nach Belieben

Zubereitung

- Haferflocken, Milch, Apfelsaft, Zitronensaft, Salz, Vanillezucker, Trockenfrüchte und Nüsse in einer Schüssel zusammen rühren und über Nacht in den Kühlschrank stellen
- Am nächsten Morgen die geraspelten Äpfel, Honig und den Joghurt reinmischen und abschmecken
- Mit dem gewünschten Obst obendrauf servieren.



Königsberger Klopse mit Kartoffeln

Zutaten für ca. 25 Personen

- 2,5 kg Schweinemett
- 10 mittlere Zwiebeln
- 8 trockene Brötchen
- Paniermehl
- 10 Eier
- Kapern
- Pfeffer, Salz, Zucker
- Ca. 750 ml Milch
- Ca. 800 ml süße Sahne
- 4,5 kg Kartoffeln

Zubereitung

- Kartoffeln schälen
- 5 Zwiebeln in kleine Stücke schneiden
- Brötchen in kleine Würfel schneiden
- Das Mett mit den Zwiebeln, den Brötchenwürfeln und den Eiern gut mischen
- Mit Pfeffer, Salz und Zucker würzen
- Je nach Konsistenz Paniermehl und etwas Wasser dazugeben
- Klöße zu ungefähr Tennisball (oder kleiner) großen Klößen formen
- Das Wasser für die Kartoffeln aufsetzen und die Kartoffeln kochen
- Parallel die restlichen Zwiebeln grob zerkleinern und mit Wasser (so dass die Klöße zu $\frac{3}{4}$ bedeckt sind), Kapern, Salz und Pfeffer zum Kochen bringen
- Klöße hineinlegen und ca. 10 Minuten leicht köcheln
- Danach Milch dazugeben, nochmals aufkochen lassen und abschmecken
- Abschließend die Sahne dazugeben und mit den Kartoffeln servieren

Anmerkung

Da Kapern nicht immer beliebt sind, ggf. zum Kochen weglassen und als Beilage servieren



Spaghetti Mediterraneo

Zutaten für ca. 25 Personen

- Ca. 2,5 kg Spaghetti
- Ca. 3 kg Cherrytomaten
- 10 rote Peperoni
- 5 Auberginen
- 6 Schalotte
- 1 Knoblauchknolle, ganz
- 1 großes Glas Oliven, entsteint
- 3 Bd. Basilikum, zerrissen
- 3 Bd. glatte Petersilie, grob gehackt
- 10 Esslöffel Honig
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- Ca. 500 gr Pecorino Romano

Zubereitung

- 2 Backbleche mit Backpapier belegen
- Schneiden Sie die Peperoni und die Auberginen in Stücke und zerteilen die Knoblauchknolle in Zehen
- Schalotten schälen und grob zerkleinern
- Tomaten, die Peperonistücke, die Aubergine, die geschälte Schalotte und die ganzen Knoblauchzehen auf die Bleche legen
- Olivenöl darüber geben, mit ein wenig Salz würzen und den Honig darüber träufeln
- Gut mischen und im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten rösten
- Danach das Gemüse herausnehmen, den Knoblauch enthäuten und ihn mit einer Gabel zerdrücken
- In der Zwischenzeit die Spaghetti gemäß Packungsangaben al dente kochen
- Dann die Spaghetti mit dem Gemüse mischen, etwas heißes Pastawasser dazugeben und alles zusammen kurz erwärmen
- Dann die Oliven, das Basilikum und die Petersilie begeben, mit Salz, Pfeffer und dem zerdrückten Knoblauch würzen und die Pasta mit geriebenem Pecorino Romano servieren



Spaghetti Carbonara

Zutaten für ca. 25 Personen

- Ca. 2,5 kg Spaghetti
- Ca. 1 kg Guanciale (Schweinebacke), alternativ: Pancetta (Bauchspeck)
- 6 ganze Eier
- 18 Eigelbe
- ca. 500 bis 600 g Pecorino, gerieben
- 50 ml Olivenöl
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

- Speck in Würfel schneiden – je nach Belieben dürfen die Stücke etwas größer (wie bei Francesco) oder auch fein geschnittener sein. Öl in einer Pfanne erhitzen, Speckwürfel dazugeben und anbraten, bis sie goldbraun und leicht knusprig sind
- Eier und Eigelbe in eine Schüssel geben, verquirlen. Salz und Pfeffer hinzugeben, dann den Pecorino hineinreiben, hier darf die Menge je nach Geschmack variieren (ca. 20 Gramm pro Person). Mit Nudelwasser verlängern
- Spaghetti in einen großen Topf mit kochendem, gut gesalzenem Wasser geben, nach Packungsangaben al dente garen. Zwischendurch immer mal wieder mit einer Gabel umrühren, damit die Nudeln nicht verkleben
- Spaghetti zum Speck in die Pfanne geben
- Anschließend die Ei-Käse-Mischung darüber gießen und alles verrühren. Wichtig: Die Pfanne darf nicht mehr zu heiß sein, da das Ei sonst sofort stockt. Am besten die Pfanne daher vor dem Zugeben der Eimasse vom Herd nehmen
- Spaghetti auf einen Teller geben, etwas Pecorino darüber streuen
- ... und sofort servieren.



Gemüse-Lasagne

Zutaten für ca. 25 Personen

- 100 gr Butter
- 100 gr Mehl
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 3 l Milch
- 1 kg Hokkaido-Kürbis
- 1 kg Zucchini
- 1 l Öl
- 10 Tomaten
- 600 g Champignons
- 3 Stangen Lauch
- 1 kg Spitzkohl
- Ca. 50 Lasagneplatten
- 250 gr geriebener Parmesan
- 600 gr mittelalter Gouda (geraspelt)

Zubereitung

- Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf erhitzen, Mehl darin kurz andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Milch nach und nach einrühren, aufkochen und bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 15-20 Min. köcheln lassen.
- Kürbis entkernen und in schmale Spalten schneiden. Zucchini putzen und längs in 3-4 mm dicke Scheiben schneiden. Auf ein Backblech legen, mit 130 ml Olivenöl beträufeln, mit Salz würzen.
- Im heißen Ofen bei 200 Grad Oberhitze auf der 2. Schiene von oben 15-18 Min. garen (Umluft nicht empfehlenswert). Danach das Gemüse aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze regulieren.
- Inzwischen Tomaten in Scheiben schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen, längs vierteln und grob schneiden. Vom Spitzkohl die äußeren Blätter entfernen. Spitzkohlhälfte halbieren, Strunk herausschneiden. Spitzkohl zuerst in Streifen, dann in grobe Stücke schneiden.
- 2 El Öl in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin rundherum hellbraun anbraten, salzen und aus der Pfanne nehmen. 100 ml Öl in die Pfanne geben, Lauch und Spitzkohl darin rundherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Min. bei mittlerer Hitze braten.
- Erst etwas Olivenöl, dann eine dünne Schicht Béchamelsauce in 3 bis 4 Auflaufformen geben und mit Lasagneplatten auslegen. Darauf die Hälfte der Tomaten verteilen und mit etwas Parmesan bestreuen. Dann wieder etwas Béchamel darauf verteilen, mit Lasagneplatten belegen, Pilze daraufschichten, mit Parmesan bestreuen
- Mit der restlichen Béchamel, den restlichen Gemüsesorten, Lasagneplatten und Parmesan genauso verfahren und in die Form schichten. Die letzte dünne Schicht besteht aus Béchamel
- Alles großzügig mit Gouda bestreuen, gut andrücken und mit Olivenöl beträufeln. Im heißen Ofen bei 180 Grad auf der unteren Schiene 35-45 Min. backen (Umluft nicht empfehlenswert)



Putenfleisch gebraten - asiatisch

Zutaten für ca. 25 Personen

- Ca. 2,5 kg Pute oder Hühnchen
- 3 Stangen Stangensellerie
- 5 rote Paprika
- 5 gelbe Paprika
- 1,2 kg braune Champignons
- ½ Weiß- oder Wirsingkohl
- 5 Gemüsezwiebeln
- 1 kg Broccoli
- 1 kg Möhren
- 500 gr Cashewnüsse
- 600 g Bambussprossen
- 3 EL Ingwer (klein gehackt)
- 1 Knoblauchknolle (klein gehackt)
- Sesamkörner zum Garnieren
- Öl zum Braten
- Ca. 1,5 kg Reis zzgl. Salz

Zutaten für die Marinade:

- 3 EL Salz
- 3 EL Natron
- 6 EL Sojasoße
- 6 EL Sherry
- 10 EL Speisestärke
- 3 EL Sesamöl
- 3 EL Hoisin Sauce
- 3 EL Pfeffer
- 2 EL Chili pulver Je nach gewünschter Schärfe
- 12 EL Öl

Zubereitung

- Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel tun
- Alle Zutaten der Marinade vermengen
- Das Fleisch mit der Marinade gut vermengen und ca. 45 Minuten lang ziehen lassen
- In der Zwischenzeit das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden



- Den Topf mit dem Reis aufsetzen (bitte beachten, dass bei der großen Menge der Topf mindestens 15 bis 20 Minuten braucht bis er anfängt zu kochen)
- Pfannen sehr stark erhitzen und das Fleisch mit dem Öl portionsweise scharf anbraten. Sobald das Fleisch Farbe angenommen hat, herausnehmen und beiseite stellen
- Mit etwas Öl das Gemüse in den gleichen Pfannen anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Sojasoße abschmecken
- Fleisch wieder hinzugeben und alles unter Zugabe von 700 ml Wasser erhitzen
- Alles mit Dem Reis auf Tellern anrichten und mit Sesamkörner garnieren



Hühnchen-Enchiladas

Zutaten für ca. 25 Personen (ca. 40 Enchiladas)

- Ca. 300 ml Öl
- 4 Gemüsezwiebeln (fein gewürfelt)
- 10 rote Chilis (fein gewürfelt)
- 2 Knoblauchknollen (fein gewürfelt)
- Ca. 600 gr Tomatenmark
- 2 kg gekochtes Hühnerfleisch (gewürfelt)
- Salz und Cardamon
- 1 l Hühnerbrühe
- 1 kg Edamerkäse (geraspelt)
- 40 Tortillas

Zutaten für den Bohnenbrei:

- 1 kg Kidney-Bohnen aus der Dose (püriert)
- 2 EL Chilipulver
- 2 EL Kümmelpulver
- 10 Knoblauchzehen (zerdrückt)
- Ggf. etwas Wasser

Zubereitung Füllung

- Zwiebeln und Chilis im Öl ca. 5 Minuten leicht anbraten
- Anschließend Knoblauch und Tomatenmark dazugeben und noch einmal 2 Minuten weiterbraten
- Das Hühnerfleisch dazugeben
- Durchkochen lassen und mit Salz und Cardamon abschmecken
- Mit Hühnerbrühe aufgießen, dass eine „Creme“ entsteht
- Durchziehen lassen

Zubereitung Bohnenbrei

- Pürierte Kidney-Bohnen erhitzen
- Gewürze dazugeben
- Gut verrühren und wenn nötig mit Wasser den Brei „flüssig“ halten

Zubereitung Enchiladas

- Bohnenbrei dünn auf Tortilla streichen
- Darauf den Edamerkäse streuen
- Hühnerfleisch darauf verteilen



- Enchilada in Alufolie oder Backpapier rollen
- Ca. 10 Minuten bei 150 Grad in den Backofen
- Und heiß servieren



Neuwerker Schiffbrüchigensuppe

Zutaten für ca. 25 Personen

- 4 kg Süßkartoffeln
- 2 kg Möhren
- 10 mittelgroße Zwiebeln (5x rot, 5x weiß)
- 1,3 kg Chorizo-Wurst
- 1 Bd. Stangen Sellerie
- 1 Knolle Knoblauch
- 5 rote Peperoni
- 2 Bd. glatte Petersilie
- 3 EL Currypulver
- 6 l Hühnerbrühe
- Chiliflocken
- Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung

- Süßkartoffeln, Möhren, Zwiebeln, Chorizo und Sellerie in möglichst gleich große Würfel
- Olivenöl in einen großen Topf mit schwerem Boden auf den Herd stellen und heiß werden lassen. Das geschnittene Gemüse in den Topf, den Knoblauch klein schneiden und hinzufügen
- Die Peperoni entkernen, klein schneiden und auch zum Gemüse geben
- Jetzt noch den Teelöffel Currypulver und alles gut umrühren
- Mit halb aufgelegtem Deckel ca. 20 min. dünsten. Ab und zu gut durchrühren
- Die Hühnerbrühe aufsetzen, sobald diese kocht, mit in dem großen Topf geben und alles nochmals aufkochen
- Abschließend mit Salz, Chili und Pfeffer abschmecken und mit einem Stabmixer grob pürieren und mit Petersilie vor dem Servieren bestreuen



Linseneintopf mit Sucuk

Zutaten für ca. 25 Personen

- 1 kg Möhren
- 1 kg Knollensellerie
- 1 kg Petersilienwurzeln
- 1 kg Zwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch
- 300 ml Olivenöl
- 1,8 kg Linsen, bevorzugt Le Puy
- 3 EL Kreuzkümmel
- 6 EL Tomatenmark
- 6 l gekörnte Brühe
- 4,5 kg sehr reife Tomaten
- 3 kg Sucuk (türkische Würste) > für Kinder weniger
- 4 Bd. glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 3 kg Kartoffeln als Beilage

Zubereitung

- Möhren, Sellerie, Zwiebeln und Petersilienwurzeln schälen und in 5mm große Würfel schneiden. Dann Öl in einen Bräter geben und das Gemüse darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Die Linsen abspülen und zusammen mit Kreuzkümmel, Knoblauch und Tomatenmark dazugeben. Kurz anschwitzen und die Brühe angießen.
- Das Ganze zum Kochen bringen. Die Tomaten halbieren und die Kerne herausdrücken. Zu den Linsen geben und alles bei mittlerer Hitze 35 Minuten sanft kochen lassen.
- Die Würste in 1cm große Würfel schneiden. Petersilie zupfen und grob hacken. Zusammen 4 Minuten vor Ende der Garzeit zum Eintopf geben.
- Als Beilagen können Kartoffeln oder Brot gegessen werden.



Kartoffelpuffer

Zutaten für ca. 25 Personen

- 6 Zwiebeln
- 1,2 kg feste Kartoffeln
- 2,4 kg mehlig Kartoffeln
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 12 Eier
- 250 bis 350 gr Mehl
- Öl oder Schweineschmalz zum Braten

Zubereitung

- Kartoffeln zur Hälfte fein und grob raspeln
- Zwiebeln fein reiben und unterheben
- Gewürze ergänzen und unter das Kartoffel-Zwiebel-Gemisch heben
- Ziehen lassen und entstehendes Kartoffelwasser abschöpfen
- Eier unterrühren
- Mehl ergänzen
- Braten und gleich servieren (sonst werden sie schnell weich)

Dazu passt prima Zucker oder Apfelmus. Wer es etwas herzhafter mag serviert Meerrettich-Schmand und geräucherten Lachs dazu.



Gebratener Blumenkohl

Zutaten für ca. 25 Personen

- 5 kg Blumenkohl
- 150 gr Kapern
- 300 gr schwarze Oliven (ohne Stein)
- 20 eingelegte Sardellenfilets
- 8 Bio-Zitronen
- 300 ml Olivenöl
- 300 gr Rauke
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- Blumenkohl putzen, waschen und mit einem großen Messer in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden
- Kapern abtropfen lassen, mit Oliven und Sardellenfilets jeweils getrennt grob hacken
- Zitronen waschen, trockenreiben und in Scheiben schneiden
- Olivenöl in der Pfanne erhitzen und den Blumenkohl darin anbraten
- Zitronenscheiben in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles unter mehrmaligem Wenden 5 bis 6 Minuten goldbraun braten
- Rauke putzen, waschen und trocknen
- Kapern, Oliven und Sardellen in die Pfanne geben und kurz erwärmen
- Blumenkohl auf Platten geben
- Mit Rauke bestreuen und servieren



Blumenkohl-Wings

Zutaten für ca. 25 Personen

- 5 kg Blumenkohl

Für die Marinade:

- 12 Knoblauchzehen
- 18 EL Genmai-Misopaste
- 18 EL Ahornsirup
- 18 EL Sriracha
- 9 TL edelsüßes Paprikapulver
- 12 TL Zwiebelpulver
- Saft von 3 Limetten
- 500 ml Öl

Für den Dip:

- 1.200 g Crème fraîche
- 6 EL Sojasoße
- 6 TL Olivenöl
- Saft von 3 Limetten
- Salz, Pfeffer
- 12 Lauchzwiebeln

Zubereitung

- Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Knoblauch schälen und grob hacken.
- Alle Zutaten für die Marinade in eine große Schüssel geben und glatt rühren.
- Blumenkohlröschen zufügen und darin schwenken.
- Blumenkohl mit der gesamten Marinade auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Ofen (Ober-/Unterhitze: 200°C/Umluft: 180°C)
- 20–25 Minuten backen.
- Inzwischen die Zutaten für den Dip verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.
- Sobald der Blumenkohl bissfest ist, den Backofengrill zuschalten, Blumenkohl 3–5 Minuten bräunen. Wings und Dip mit Lauchzwiebeln bestreuen und servieren.



Krautsalat (Beilage)

Zutaten

- 2 Weißkohl-Köpfe
- 3 Zwiebeln
- 2 Tassen Zucker
- 2 Tassen Öl
- 4 EL Salz
- 2 TL Pfeffer
- 600 ml Kräuteressig
- 2 Flaschen Mineralwasser

Zubereitung

- Den Strunk vom Kohl entfernen
- Den Kohl fein raspeln und in eine Schüssel geben
- Die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und zum Kraut geben
- Zucker, Öl, Salz, Pfeffer, Kräuteressig und Mineralwasser vermischen. Der Zucker muss sich gut auflösen
- Die Soße über das Kraut gießen. Das Ganze mit einem kleineren Deckel als die Schüssel ist, abdecken und beschweren
- 24 Stunden stehen lassen
- Am nächsten Tag den Sud abgießen und servieren



Tiramisu

Zutaten für ca. 25 Personen

- 18 Eier
- 450 gr Zucker
- 300 ml Mandellikör oder Mandelsirup mit Wasser verdünnt
- 3 kg Mascarpone
- 1,5 l starken Kaffee
- 1,5 kg Löffelbiskuit
- Ca. 200 gr Kakaopulver

Zubereitung

- Eier trennen
- Eigelb luftig aufschlagen
- Zucker sowie die Hälfte des Mandellikörs (bzw. Sirupgemischs) unter das Eigelb mischen
- Mascarpone einrühren
- Eiweiß steif schlagen und unter die Mascarponecreme heben
- Den Rest des Mandellikörs (bzw. Sirupgemischs) mit dem Kaffee in einer flachen Schale vermischen
- Nun die einzelnen Löffelbiskuits in den Kaffee kurz eintauchen und in das Tiramisugefäß (Auflaufform) legen
- Wenn der Boden der Schale mit einer Schicht Löffelbiskuits bedeckt ist, eine Schicht der Creme drüber geben, nun wieder eine Schicht Löffelbiskuits und danach wieder eine Schicht Creme
- Im Kühlschrank kalt stellen und kurz vor dem Servieren den Kakao auf die Creme streuen



Harissa-Auberginen

Zutaten für ca. 25 Personen

- 1,5 Knoblauchknollen
- 400 g Kapern
- 500 ml Olivenöl
- 200 g Harissapaste
- Salz
- Pfeffer
- 25 Auberginen (à 250 g)
- 12 TL Knoblauchpulver
- 3.500 g griechischer Joghurt
- Saft von 3 Zitronen
- abgeriebene Schale von 6 Bio-Zitrone
- 1 Glas Kirschkonfitüre
- 3 Bd Dill
- Backpapier
- Dazu z.B. Fladenbrot

Zubereitung

- Knoblauch schälen und grob hacken. Kapern abtropfen lassen. Die Hälfte der Kapern mit Knoblauch, 400 ml Öl und Harissa fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Auberginen waschen, trocken tupfen und längs halbieren. An der Schnittfläche rautenförmig ein, aber nicht durchschneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.
- Schnittflächen mit der Harissa-Paste bestreichen, dabei ca. 10 EL der Paste für später übriglassen. Auberginen in vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 20 Minuten backen.
- Inzwischen restliche Kapern mit 30 ml Öl und Knoblauchpulver mischen. Joghurt mit Zitronensaft und der Hälfte der Zitronenschale verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Konfitüre mit den übrigen Harissapaste verrühren. Dill waschen, trocken tupfen und grob hacken.
- Kapern-Mix zu den Auberginen auf das Blech geben und alles weitere ca. 10 Minuten im Ofen rösten. Auberginen mit Joghurt anrichten. Mit Konfitüre und restlichem Öl beträufeln. Mit restlicher abgeriebener Zitronenschale und Dill bestreuen.



Röstkarotten-Kichererbsen-Bowl

Zutaten für ca. 25 Personen

- 12 Dosen Kichererbsen (à 265 g Abtropfgewicht; siehe Tipp)
- 2.400 g Möhren
- 20 gr Chiliflocken
- Salz
- 350 ml Olivenöl
- 240 ml Zitronensaft
- 60 gr Zucker
- 1.200 g Blattspinat (oder je nach Saison z. B. auch gerne Grünkohl oder Rucola)
- 5 Bund Petersilie
- 6 säuerliche Apfel
- 120 gr Aprikosenkonfitüre
- 180 ml Apfelessig
- Pfeffer
- Backpapier

Zubereitung

- Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C).
- Die Kichererbsen waschen und abtropfen lassen.
- Möhren schälen, putzen und längs halbieren. Schräg in breite Scheiben schneiden.
- Je die Hälfte der Kichererbsen und Möhren in einer Schüssel mit Chiliflocken, Salz, 240 ml Öl und 120 ml Zitronensaft mischen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im heißen Ofen ca. 15 Minuten rösten.
- Spinat waschen und abtropfen lassen. Die Blätter eventuell etwas kleiner zupfen. Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Apfel waschen, trocken reiben, vierteln und entkernen. Apfelviertel grob raspeln und mit 120 ml Zitronensaft beträufeln.
- Backblech aus dem Ofen nehmen, die Konfitüre in Klecksen auf das Blech geben und alles gut mischen. Weitere ca. 10 Minuten im Ofen backen. Röstgemüse aus dem Ofen nehmen, Spinat, restliche Kichererbsen und Möhren untermischen. Etwas abkühlen lassen.
- Petersilie und Apfelraspel untermischen. Essig und 2 EL Öl untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Himbeer-Joghurt-Eis

Zutaten für ca. 25 Personen

- 1,5 kg TK-Himbeeren
- 750 gr griechischer Joghurt (10%)
- Ca. 500 gr Puderzucker
- 1 Vanillestange
- 400 bis 500 ml Milch oder Sahne
- Nach Wunsch Brownie-Kekse zum bestreuen (Streusel machen)

Zubereitung

- Vanillestange auskratzen und gut mit dem Puderzucker vermischen
- Leicht angetaute Himbeeren pürieren
- Mit dem Joghurt und dem Puderzucker zu einem cremigen Eis mischen
- Dabei bis zu passenden Konsistenz Milch oder Sahne ergänzen
- Mit Zucker abschmecken
- In Dessertschalen verteilen und mit Brownie-Kekse zu bestreuen
- Dann schnell servieren