

***In der  
Sommerhitze  
cool bleiben***

Seiten 4/5  
[www.zeag-energie.de](http://www.zeag-energie.de)

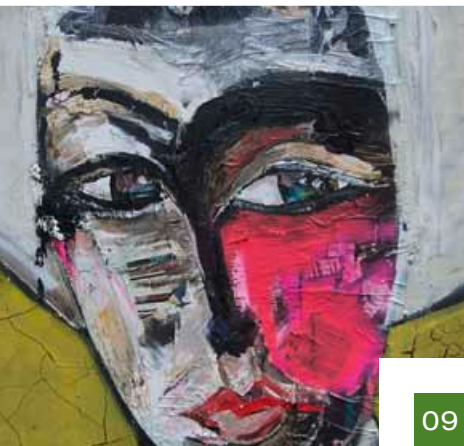
**IHR VORTEIL**  
WERTGUTSCHEINE IM HEFT



04

#### 04 Cool bleiben

Mit Ventilatoren und Klimageräten einen kühlen Kopf bewahren



09

#### 08 Sparen im Sommer

Abkühlen, umdenken, umsteigen – jetzt wird es Zeit

#### 09 „Frau“

Drei Künstlerinnen stellen ihre Werke am Energiestandort aus

#### 09 Sommerdrinks

Weincocktails – Inspiration und Marie



10

#### 10 Bäder

Der erfrischende Sprung ins kühle Nass macht im Sommer richtig Spaß

#### 12 Erdbeeren

Die herzhafte Variante der roten Früchtchen

#### 14 Coupons

Genuss für Körper und Geist – vier exklusive Gutscheine



12

#### 16 Verlosung

Wertkarten zu je 50 Euro für die Heilbronner Bäder zu gewinnen



## Editorial

*Liebe Leserinnen,  
liebe Leser,*

im Sommer ist Erfrischung angesagt. Wagen Sie doch einen Sprung in den Neckar! Sie wären nicht der Erste – und nicht der Einzige, denn Baden im Fluss liegt im Trend, auch am Heilbronner Neckarufer. Lesen Sie mehr darüber auf den Seiten 10 und 11. Wie Sie Ihre eigenen vier Wände bei großer Hitze kühl halten, damit Sie nachts gut schlafen können, erfahren Sie auf den Seiten 4 und 5.

Wir sorgen für frischen Wind, machen der E-Mobilität Beine und nutzen die Kraft von Wasser und Sonne! Um die Energiewende voranzutreiben, ist und bleibt einer unserer Leitgedanken „Grün, Grün, Grün“. Wie wir diesem Motto durch unsere Leistungen und unseren Service gerecht werden, haben wir für Sie auf den Seiten 6 und 7 dargestellt. Lassen Sie sich außerdem durch unser Angebot auf Seite 7 ein Licht aufgehen!

Unsere weiteren Themen umfassen unter anderem Veranstaltungen und Pläne rund um die Bundesgartenschau 2019.

Herzlichst Ihr  
Eckard Veil  
Vorstand der ZEAG Energie AG





# Lebenslust am Limes

In Öhringen haben sich barocke Gartentore und römische Limestore für die 26. Landesgartenschau in Baden-Württemberg geöffnet. Rund 4000 Veranstaltungen werden die erste Landesgartenschau in der Genießeregion Hohenlohe bis zum 9. Oktober 2016 umrahmen; Konzerte, Ausstellungen, Literatur und tolle Events für Kinder stehen unter anderem auf dem Programm. Mit der Eintrittskarte (Erwachsene 16,50 Euro, Kinder 4,50 Euro, vergünstigte Familienkarten) haben Besucher freien Zutritt zu fast allen Veranstaltungen. In sämtlichen Geländebereichen (Hofgarten, Cappelrain, Cappelau, Hofgut) sind gärtnerische Meisterarbeiten zu bewundern: Der fürstliche Schlosskeller bildet die Kulisse für zwölf Blumenausstellungen, die Stein-

terrassen im Hofgut sind ein Muss für Rosenliebhaber und die Auegärten der Fachbetriebe lassen das Herz jedes Hobbygärtners höher schlagen.

Foto: Landesgartenschau Öhringen 2016



ALLES RUND UM  
DIE LANDESGARTENSCHAU:  
[WWW.OEHRINGEN2016.DE](http://WWW.OEHRINGEN2016.DE)

## Grüne Stadt am Fluss

Heilbronn putzt sich heraus: Auf der knapp 40 Hektar großen Fläche zwischen Hauptbahnhof, Altnekar und Neckarkanal wächst derzeit die Bundesgartenschau. 2019 wird sie ihre Besucher mit einer Kombination aus klassischer Gartenausstellung und moderner Stadtausstellung empfangen.

Die Arbeiten sind in vollem Gange: Der Seepark mit Lärmschutzwall grenzt zum Kanalhafen hin ab, neu gepflanzte Bäume schlagen dort schon ihre Wurzeln. Die Stadt öffnet sich zum Fluss. An den Ufern des Altnekars werden die Menschen direkt am Wasser entlang spazieren können, was bislang

nicht möglich war. Zwei neu angelegte Seen auf dem Gelände sollen im nächsten Jahr geflutet werden.

Nach 2019 wird das Gelände weiter aufgesiedelt zum Stadtquartier Neckarbogen. Für die Stadtausstellung realisiert die ZEAG eine moderne Energie- und Kommunikationsinfrastruktur: 20 000 Quadratmeter Wohnfläche werden mit effizient erzeugter Wärme und Strom aus Blockheizkraftwerken und zusätzlich installierten Photovoltaik-Modulen versorgt. Außerdem ist für modernste Kommunikationsmöglichkeiten und Mobilität gesorgt: Mit einer Glasfaseranbindung erhält jede Wohnung einen Anschluss an das Hochgeschwindigkeitsnetz der Zukunft. Installierte Elektroladesäulen ermöglichen und unterstützen die E-Mobilität der künftigen Bewohner.



ALLES RUND UM DIE  
BUNDESGARTENSCHAU 2019:  
[WWW.BUGA2019.DE](http://WWW.BUGA2019.DE)

# Cool bleiben!

Wenn die Sommerhitze da ist, kann die Luft in der Wohnung oder im Büro schon mal dick werden. Trotzdem einen kühlen Kopf bewahren und für Erfrischung sorgen – so lautet die Devise. Dafür gibt es mehrere Möglichkeiten – und alle haben ihre Vor- und Nachteile.

## **Kühle Brise: Ventilatoren**

Die preiswerten Windmacher nutzen rein mechanische Kraft und die Gesetze der Physik: Der Luftstrom lässt Wärme und Feuchtigkeit auf der Haut verschwinden, wodurch Verdunstungskälte entsteht. Je stärker der Wind, desto intensiver die Abkühlung. Vorteile: Durch die Ausrichtung

von Gerät und Oszillationsbewegung kann der Luftstoß jederzeit angepasst werden. Zudem arbeiten die Flügelräder moderner Geräte energiesparend und dadurch umweltschonend. Zum Vergleich: Ein mobiles Klimagerät benötigt selbst in kleinster Ausführung fast 40-mal so viel Energie wie ein sparsamer Ventilator. Insbesondere in Büroräumen können Ventilatoren

allerdings für Ärger sorgen, wenn der Windstoß sorgfältig sortierte Dokumente durchs Zimmer wirbeln lässt.

## **Prima Klima: Mobile Klimageräte**

Zweifellos wirkt ein klimatisierter Raum im Hochsommer sehr erfrischend. Die Kleidung bleibt trocken, schweißtreibende Köpfe bleiben aus, und das ganz





ohne Windböen im Zimmer. Zudem funktionieren die mobilen Geräte ohne Wanddurchschlag und aufwendige Installation: Sie können direkt nach dem Kauf aufgestellt und in Betrieb genommen werden. Wie die festinstallierten Apparate entziehen die Standgeräte der Raumluft Wärme und leiten sie durch einen Schlauch nach draußen. Manche Geräte regeln zudem die Luftfeuchtigkeit: Je trockener die Luft, desto kühler wird sie empfunden. Aber Achtung: Die Kompaktgeräte werden zwar recht günstig in allen Baumärkten angeboten, machen aber während ihrer Laufzeit ordentlich Lärm und lassen die Zähler am Stromzähler mächtig rotieren.

### Teure Erfrischung: Splitgeräte

Sogenannte Splitgeräte sind fest am Gebäude installierte Hochleistungskühler. Ein Teil der Anlage wird im Innenraum, der andere Teil außerhalb des Gebäudes angebracht. Beide Apparate sind dann durch eine Rohrleitung miteinander verbunden. Neben ihrem größten Vorteil, nämlich dass sie von Allergenen befreien und für eine „saubere“, kühle Luft sorgen, besitzen Splitgeräte schwerwiegende Nachteile: Sie benötigen eine aufwendige Anlagenmontage und sind sowohl in ihrer Anschaffung als auch im Betrieb sehr kostenintensiv.

### Mildes Raumklima: Wärmepumpe

Als echte Allrounder können Wärmepumpen winters und sommers für Wohlfühltemperaturen sorgen – durch passive oder durch aktive Kühlung. Bei der passiven Variante nutzt die Wärmepumpe das Grundwasser und das Erdreich als Kältequelle: Über einen Wärmetauscher wird überschüssige Wärme aus den Räumen in die Erde geleitet. Dabei ist die Pumpe selbst nicht in Betrieb, die Kühlung erfolgt also passiv. So lässt sich über eine Flächenheizung wie eine Fußbodenheizung eine Absenkung der Temperatur von zwei bis drei Grad erzielen. Pluspunkte sind vor allem die geringen Betriebskosten.

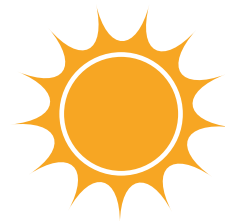
Bei der aktiven Kühlung erzeugt die Wärmepumpe, ähnlich wie in einem Kühlschrank, aktiv Kälte. Die Temperierungsmöglichkeiten sind dabei wesentlich vielfältiger, im Vergleich zur passiven Kühlung fallen jedoch höhere Investitions- sowie höhere Betriebskosten an. Gegenüber herkömmlichen Klimageräten punkten Wärmepumpen durch deutlich bessere Wirkungsgrade, was Geld und Energie einspart. Wärmepumpen als Klimaanlage sind nur in gut gedämmten Gebäuden sinnvoll.



## So bleibt's kühl

Wo keine Hitze ist, muss auch keine hinausbefördert werden. Diese Tipps helfen Ihnen, Ihre vier Wände kühl zu halten:

1. Sperren Sie die Hitze aus: Lüften ist im Sommer nur frühmorgens oder nachts angesagt.
2. Sorgen Sie für Schatten: Jalousien, Fensterläden und Vorhänge können Wunder bewirken.
3. Lenken Sie die Sonne ab: Selbstklebende Reflexionsfolien für Fenster stoppen das Sonnenlicht.
4. Schalten Sie alles aus, was Wärme erzeugt: Lassen Sie Elektrogeräte nur dann laufen, wenn Sie gebraucht werden.



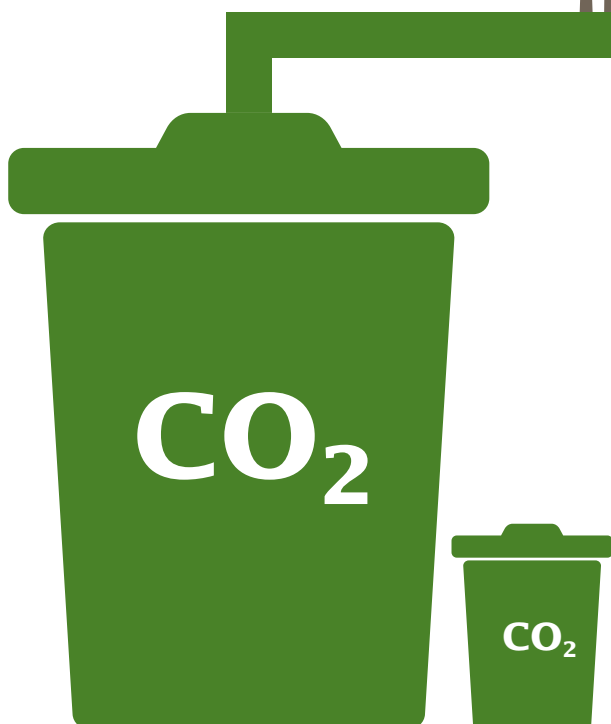
# GRÜN, GRÜN, GRÜN

## Erfolge beim Umweltschutz

Das Thema Umweltschutz ist längst in aller Munde und dennoch wichtiger denn je. Die TÜV-Zertifizierungen „Umweltmanagement“ und „Energiemanagement“ beweisen, dass die ZEAG mit voller Kraft am grünen Strang zieht.

## *Auf der Sonnenseite*

3 500 000 Kilowattstunden (kWh) Jahresertrag. Das ist das Ergebnis der ZEAG-Photovoltaikanlagen, über 90 an der Zahl. Damit können rund 1000 Haushalte mit Strom aus reiner Sonnenenergie versorgt werden. Allein am Energiestandort Heilbronn lenkt die ZEAG die Sonnenkraft auf vier Anlagen – mit einem Jahresertrag von 137 000 kWh.



## *Strom, aber sauber*

Der ZEAG-DaheimStrom NATUR wird komplett in Wasserkraftanlagen erzeugt. Da stimmt die Bilanz: Die 12-monatige Netto-Preisgarantie hält die Preise stabil – und eine Familie mit einem Jahresverbrauch von 3000 kWh spart etwa 1,5 Tonnen CO<sub>2</sub> ein. Das entspricht dem CO<sub>2</sub>-Ausstoß einer Autofahrt von 7500 Kilometern.

## Grün voran mit E-Kraft

In Sachen Elektromobilität gibt es große Ziele: Eine Million Elektrofahrzeuge sollen bis 2020 auf deutschen Straßen rollen. Die ZEAG stellt über das Heilbronner CarSharing-Projekt aktuell sechs E-Fahrzeuge zur Verfügung und unterstützt weiterhin das CarSharing-Projekt der Gemeinde Leingarten. An den Ladesäulen der ZEAG dürfen Nutzer von E-Mobilen drei Jahre lang kostenlos auftanken. Alle Ladesäulen finden Sie unter [www.zeag-energie.de/elektromobilitaet](http://www.zeag-energie.de/elektromobilitaet)



Grafik: Fotolia/nmnae

## Hier weht ein neuer Wind

Bis zum Jahr 2020 sollen in Baden-Württemberg laut der Landesregierung rund zehn Prozent des Stroms mit heimischer Windkraft erzeugt werden. Für dieses Ziel setzt sich die ZEAG ein: Seit 2011 sorgt das Unternehmen mit seinen Partnern dafür, dass sich die Windkraftträder in der Region ordentlich drehen. Die erste Windkraftanlage ging im September 2014 in Ilshofen-Ruppertshofen in Betrieb. Bereits ein Jahr später betreibt die ZEAG den Windpark „Harthäuser Wald“. Mit den 14 Windenergieanlagen, die Strom für über 32 000 Haushalte liefern, führt die ZEAG ihre Philosophie konsequent weiter. [www.zeag-energie.de/windkraft](http://www.zeag-energie.de/windkraft)

## Das Wasser macht's

Wasserkraft und Heilbronn – dieses besondere Verhältnis reicht zurück bis ins 19. Jahrhundert. Zu Recht setzt die ZEAG seit Jahrzehnten auf die Kraft des Wassers, denn sie bleibt konstant, auch wenn Sonne und Wind versagen; zusätzlich halten die Anlagen mit ihren Rechen das Flusswasser rein. Heute kann die ZEAG mit ihren Wasserkraftwerken in Heilbronn mehr als 21 000 Haushalte versorgen – bei einem durchschnittlichen Verbrauch von 3500 kWh pro Jahr.



### Es werde Licht!

Testen Sie selbst, wie effizient sich Ihr Zuhause erhellen lässt: Gegen eine Pfandgebühr erhalten Sie den ZEAG-Energie-Lampenkoffer mit 19 verschiedenen Leuchtmitteln der höchsten Energieeffizienzklasse. Melden Sie sich bei unserer Energieberaterin Evelyn Hübner  
 Servicetelefon: 07131 56-4248  
 E-Mail: [energieberatung@zeag-energie.de](mailto:energieberatung@zeag-energie.de)



#### Vollpacken

Legen Sie sich nicht nur im Sommer einen großen Vorrat an erfrischenden Getränken, gesundem Obst und anderen kühlen Leckereien an: Je voller der Kühlschrank ist, desto weniger Strom verbraucht er. Denn die Lebensmittel speichern die Kälte, das Gerät muss weniger arbeiten. Das gilt auch für Tiefkühlgeräte.

#### Umdenken

Wer Würstchen und Grillfleisch gegen leckere Gemüsevariationen tauscht, spart Geld, tut etwas für seine Gesundheit und schont das Klima. Die Erzeugung von einem Kilogramm Rindfleisch verursacht so viele Treibhausgase wie der Anbau von 19 Kilogramm Gemüse.

#### Abkühlen

Die meiste Wäsche wird auch bei 30 Grad Waschtemperatur sauber. Das Erhitzen des Waschwassers auf 40 Grad braucht doppelt so viel Energie, auf 60 Grad fünfmal so viel. Der Wäschetrockner macht im Sommer Pause: Ab nach draußen auf die Leine mit den Klamotten!

#### Anschalten

In diesem Sommer müssen die Fernseher wegen der Fußball-Europameisterschaft Dauerbetrieb verkraften. Wer ein neues Gerät kauft, sollte auf den Jahresstromverbrauch achten. Der kann bei Modellen der gleichen Bildschirmgröße um mehr als die Hälfte differieren. LCD-Fernseher mit LED-Beleuchtung benötigen ein Drittel weniger Strom als Geräte mit Leuchtstoffröhren.

#### Umsteigen

Ins sommerheiße Auto steigen zu müssen ist eine Qual. Lieber auf dem Fahrrad den Fahrtwind um die Nase wehen lassen! Ein Drittel aller privaten Autofahrten führt nicht weiter als drei Kilometer. Wer die mit dem Rad fährt, spart Sprit und dem Klima 320 Kilogramm CO<sub>2</sub> pro Jahr.

#### So schmeckt der Sommer

Bildcode scannen und nicht nur drinnen in der Wohnung, sondern auch draußen im Garten kräftig Energie sparen. Oder unsere Tipps einfach am Computer lesen: [www.energie-tipp.de/gartentipps](http://www.energie-tipp.de/gartentipps)





# Ausstellung „Frau“

Einfach nur „Frau“. So heißt die aktuelle Kunstausstellung am Energiestandort Heilbronn. Das simple, gleichzeitig bedeutungsschwere Wort steht für die ganz individuellen Betrachtungsweisen dreier Künstlerinnen aus der Region: Andrea Jahn, Andrea Huber und Petra Schoch. Während Jahns' farbenprächtige Werke auf großflächigen Leinwänden die gesellschaftlichen Werte im digitalen Zeitalter beleuchten, verbindet Huber das Weibliche mit dem Göttlichen. Ausgangspunkt ihrer vorwiegend in Mischtechnik gemalten Werkreihe ist die rund vierzigtausend Jahre alte Venus-Figur „vom Hohle Fels“ bei Blaubeuren. Petra Schoch widmet sich in ihren mittels experimentellen Mischtechniken geschaffenen Werken der inneren Erlebniswelt der Frau: Ihre Emotionen und Werte in der heutigen Zeit werden ausdrucksstark in ihrer ganzen Farbigkeit dargestellt.

## Infos zur Ausstellung

Noch bis 9. September 2016, Eintritt frei  
 Öffnungszeiten 8:00 bis 16:00 Uhr  
 Weipertstraße 41, 74076 Heilbronn



## Sommerliche Weincocktails

**Für laue Sommerabende empfiehlt Ihnen der Weingarten Heilbronn zwei leckere Drinks.**

### Inspiration (im Bild rechts)

In ein großbauchiges Rotweinglas Eis, Wein vom Samtrot, Johannisbeersaft, Grenadine-Sirup und Soda geben. Dann das Glas mit Secco halbvoll auffüllen und eine Scheibe Orange als Deko dazu.

### Marie (im Bild links)

In ein großbauchiges Rotweinglas Eis, zwei Spritzer Limette, Soda, Limettenstücke und angeschlagene Minze geben. Das Glas dann mit der Marie halbvoll auffüllen.



# Pack die *Badehose* ein

Mit dem Sommer und der Hitze verbreitet sich unweigerlich der Wunsch nach dem Sprung ins kühle Nass. Früher nutzten die Menschen dafür natürliche Gewässer, heute weitgehend Freibäder.

„Pack die Badehose ein, nimm dein kleines Schwesterlein ...“ Mit diesem unvergesslichen Schlager besang Cornelia Froboess 1951 den Badespaß am Berliner Wannsee. Einen Wannsee hat nicht jede Stadt – jedoch war über die Jahrhunderte hinweg auch das Schwimmen im Fluss selbstverständ-

lich. Im Neckar war das Baden bis 1957 möglich. Seit 1927 gab es keine offiziellen Bäder mehr, das Ausbaggern des Flusses und der Beginn des Schiffsverkehrs bedeutete schließlich das endgültige Aus für die Neckarschwimmer. In Mode kamen dafür öffentliche Freibäder. Im ältesten Heil-

bronner Freibad, der von den Stadtwerken betriebenen Neckarhalde, ist der Sprung ins erfrischende Nass bereits seit über 80 Jahren Tradition.

## Der Traum vom Strandbad

Trotz attraktiven Freibad-Angeboten liegt das Schwimmen in fließenden Gewässern wieder voll im Trend, und es gibt viele, die sich ein Strandbad am Neckar als „Lido von Heilbronn“ zurückwünschen. Pläne für ein Neckar-Flussfreibad schlummern in einigen Schubladen, jedoch existieren Sicherheitsbedenken wegen der Strömung.

Der Heilbronner Bundesgartenschau 2019 käme das Neckarbad jedenfalls wie gerufen. Laut Buga-Geschäftsführer Hanspeter Faas hat ein diesbezüglicher Ideenaustausch bereits stattgefunden. Bis es mit dem „Heilbronner Lido“ so weit ist, haben die städtischen Freibäder noch einiges zu bieten.

## Freibad-Events 2016

**Event zur Fussball-EM im Freibad Gesundbrunnen**  
So., 12. Juni, 13:00 bis 17:00 Uhr

**Aqua-Fit-Wochenende im Freibad Gesundbrunnen**  
Sa./So., 6./7. August

**Spielmobil Freibad Neckarhalde**  
mittwochs, 6. Juli, 13. Juli, 20. Juli, 27. Juli

**Spielmobil Freibad Gesundbrunnen**  
mittwochs, 3. August, 10. August, 17. August, 24. August, 31. August

**Sommerfest und Spielmobil Freibad Kirchhausen**  
So., 24. Juli



# Ein Gefühl von Freiheit

„Mein Vater ist in seiner Jugend noch von Brücken in den Neckar gesprungen und hat im Schleusenbereich gebadet.“ Die Heilbronner Schwimmmeisterin Arlette Wildermuth über das Baden im Freien – früher und heute.

## Was lockt die Menschen heutzutage ins Wasser? Hat sich da was verändert?

Früher war der Anreiz für die Menschen in erster Linie der Erholungsfaktor. Heute wird gezielter gebadet: Junge Menschen gehen trainieren, ältere besuchen Aqua-Gymnastikkurse, Eltern kommen mit ihren Babys zum Kinderschwimmen, andere wiederum machen Aqua-Fitness und Menschen mit Gelenkproblemen Rehabilitationskurse. Der soziale Faktor ist natürlich nach wie vor da: Jung und Alt verbringen Zeit miteinander.

## Wie sah ein Freibad früher aus? Und heute?

Das erste Freibad in Heilbronn gab es schon 1936 – die Neckarhalde. Dort war es immer gut besucht mit 10 000 Besuchern und mehr. Heute sind 6000 Badegäste schon viel. Die Schwimmer fordern deutlich mehr Platz und mehr Komfort. Die Wasserqualität stand in keinem Verhältnis zu den aktuellen Gegebenheiten: Abends war das Wasser schon ganz schön trüb. Da war vom Grund nichts mehr zu sehen.

## Wie hat sich das Badeverhalten der Menschen verändert?

Zwei Drittel der Kinder in der dritten oder vierten Klasse können nicht oder nicht richtig schwimmen. Das gab es früher nicht. Schwimmen ist eine Art Lebensversicherung. Ertrinken ist bei Kindern die zweithäufigste Todesursache.

## Wie sah / sieht es mit der Ausstattung in den Schwimmbädern aus?

Klar haben die modernen Freibäder heute diverse Spaßanlagen wie Sprungtürme, Rutschen, Wasserpistolen und so weiter, außerdem mehrere Becken. Ein einfaches Schwimmbecken lockt die Leute heute nicht mehr.

## Badet deshalb auch kaum jemand mehr im Neckar?

Anfangs bis Mitte des 20. Jahrhunderts gab es viele gut besuchte Badestellen am Neckar. Kinder lernten dort sogar schwimmen. Mein Vater ist in seiner Jugend von Brücken in den Neckar gesprungen und hat im Schleusenbereich gebadet – was damals schon verboten war. Die Wasserqualität ist heute wieder sehr gut. Es gibt einige Stellen, an denen man unbedenklich

ein erfrischendes Bad nehmen kann. Trotzdem sollte man das Schwimmen in einem Fluss mit Strömung nie unterschätzen.

## Was ist mit Ihnen? Baden Sie im Neckar?

Ja, regelmäßig und gerne. Im Fluss baden ist ein tolles Gefühl von Freiheit und ein richtiges Naturerlebnis. Am liebsten gehe ich im Sommer aber im Kocher schwimmen. Gemeinsam mit Pferd und Hund!

## Wussten Sie schon?

Das Wasserkraftwerk der ZEAG am Neckar filtert das einströmende Wasser und befreit den Neckar jährlich von über 200 Tonnen Müll und Treibgut! Im laufenden Jahr beläuft sich die Menge bereits auf rund 75 Tonnen.



# Die können auch anders

Saftig-süße Erdbeeren schmecken nach Sommer! Doch auch in der herzhaften Variante sind die roten Früchtchen eine Bereicherung für jede leichte Küche.

## Pasta mit Frischkäse und Erdbeeren

### Das brauchen Sie (für 4 Personen):

500 g Makkaroni, Salz, 500 g frische Erdbeeren, 1 Zitrone, 4 EL Minzöl, 2 EL Zucker, ½ TL Zimt, 150 g Frischkäse (40 % Fett). Zum Garnieren: Zimt zum Bestreuen, frische Minzeblätter

### Und so wird's gemacht:

Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung al dente kochen. Wasser abgießen, Nudeln kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Erdbeeren waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Zitrone auspressen, den Saft mit Minzöl, Zucker und Zimt verrühren, mit den Erdbeeren und Makkaroni mischen. In vier gleich großen Schälchen anrichten, mit 1 EL Frischkäse garnieren und mit Zimt und Minzeblättern bestreut servieren.

## Salami-Mozzarella-Spieße mit Erdbeeren *(Bild rechts)*

### Das brauchen Sie (für 4 Personen):

1 unbehandelte Zitrone, etwa 5 g Ingwer, 1 kleine rote Chilischote, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker, 250 g Mozzarellakugeln, 250 g frische Erdbeeren, 150 g Pfeffersalami, 1 Handvoll frischen Koriander

### Und so wird's gemacht:

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen. Schale fein abreiben und Saft auspressen. Ingwer schälen und fein reiben. Chilischote waschen, entkernen und fein würfeln. Zitronensaft, Zitronenabrieb, Ingwer und Chili verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mozzarella abgießen und abtropfen lassen. Erdbeeren waschen und putzen. Salami in dünne Scheiben schneiden. Erdbeeren, Salami und Mozzarella abwechselnd auf Spieße stecken und in eine flache Form legen. Mit der Marinade beträufeln. Koriandergrün waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und darüberstreuen. 30 bis 60 Minuten marinieren und servieren.

## Sommerliches Schnitzel

### Das brauchen Sie (für 4 Personen):

Für die Erdbeersoße: 250 g frische Erdbeeren, 1 rote Zwiebel, 1/2 TL grüne Pfefferkörner, 1 frische Chilischote, 1 unbehandelte Limette, Salz, Pfeffer aus der Mühle. Für die Schnitzel: 4 Schnitzel (Kalb oder Schwein) à 150 g, Salz, Pfeffer aus der Mühle, milden Senf, Butterschmalz zum Braten

### Und so wird's gemacht:

Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze zum Warmhalten einschalten. Für die Soße die Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Chilischote feinst schneiden, grünen Pfeffer mit der Gabel zerdrücken. Limette heiß waschen, trocken tupfen, etwa 1 TL Schale abreiben. Für die Schnitzel das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch eventuell etwas klopfen, würzen und mit Senf bestreichen. Beidseitig goldbraun braten und im Backofen warm stellen. Salsazutaten im Bratensatz andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Erdbeersoße auf den Schnitzeln anrichten und sofort servieren.



### Einkaufszettel zum Mitnehmen

Bildcode mit Smartphone scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Mobiltelefon laden







# Genuss für Körper und Geist

Sommerstimmung in der Region: Das Kaffeekränzchen mit einem leckeren Kuchen der Bäckerei Kolb genießen oder den lauschigen Abend bei einem Glas Wein im Weingarten ausklingen lassen? Heilbronn und Umgebung hat nicht nur in der sonnigen Jahreszeit einiges zu bieten. Wer auf ein ganzheitliches Fitness- und Gesundheitsprogramm setzt, ist im Sport+WellnessPark „Alte Ziegelei“ richtig. Über die Grenzen der Region hinaus kann Sie eine Städtereise von GROSS Reisen nach Prag, Paris oder auch Berlin führen.

Mit den Gutscheinen der ZEAG sparen Sie nicht nur bares Geld, sondern lernen besondere Angebote von regionalen Firmen kennen.

## Grüße aus der Backstube

Von der klassischen Brezel bis zum Limesbrot – die inhabergeführte Bäckerei Kolb setzt auf Handarbeit und regionale Produkte. Vater und Sohn legen in der Backstube selbst Hand an, Mutter und Tochter kümmern sich um die Gäste im Café. Bereits seit 20 Jahren verführt die Bäckerei ihre Kunden mit feinsten Leckereien: Neben Backwaren werden zum Mittagstisch Pasta, Pizza und Salat serviert. Im Café locken verführerische und kreative Torten zu Kaffeespezialitäten. Neu seit diesem Jahr: leckeres Eis aus eigener Herstellung.

Ob Frühstück, Mittagssnack, Kaffeekränzchen oder Eisbecher: die Bäckerei Kolb setzt auf Leidenschaft.

## Auf GROSSER Reise

Busreisen bis ans Nordkap, Flugreisen an die Amalfiküste oder Luxuskreuzfahrten in der Karibik: das Reisebüro GROSS ist seit 90 Jahren Partner für die schönste Zeit im Jahr – den Urlaub. 1926 starteten erste Ausflugsfahrten auf den Wartberg, heute gehört eine Flotte von 32 komfortablen Bussen zum ältesten Busreiseunternehmen der Region. In Kombination mit Flug oder Schifffahrt bringt GROSS Pauschal- und Individualurlauber, aber auch Geschäftsreisende bequem an Ziele auf der ganzen Welt.

London, Wien oder Venedig – das Reisebüro GROSS ist auch Experte für Städtereisen.

### Reisebüro GROSS

Friedrich Gross OHG  
Weinsberger Straße 43  
74072 Heilbronn  
Telefon 07131 15090

### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag  
9:00 bis 12:00 Uhr  
13:30 bis 18:00 Uhr  
Samstag  
9:00 bis 12:30 Uhr



### Bäckerei Kolb

Bitzfelder Straße 1  
74626 Bretzfeld  
Telefon 0794 69899646

### Öffnungszeiten

Montag bis Samstag  
6:00 bis 18:00 Uhr  
Sonn- und Feiertag  
7:30 bis 18:00 Uhr



## Fit und gesund

Seit 1999 ist das ehemalige Lauffener Ziegelwerk Treffpunkt für Fitnessbegeisterte und Gesundheitsbewusste aller Altersklassen. Neben dem Trainingsangebot an Geräten hat der Sport+WellnessPark „Alte Ziegelei“ mit 400 Kursen pro Monat das größte Angebot an Fitnesskursen in der Region. Auf der 3300 Quadratmeter Fläche bleibt auch Platz für Entspannung im großzügigen Wellnessbereich: Verschiedene Anwendungen in der Saunenwelt oder Tiefenentspannung im Raum der Stille auf Wasserbetten sorgen für ganzheitliches Wohlbefinden. Ergänzt wird das Angebot des Sport+WellnessParks durch eine sportärztliche Beratung, Ernährungskonzepte und Betreuung von Firmen in betrieblicher Gesundheitsförderung.

Der Sport+WellnessPark „Alte Ziegelei“, betrieben von den Brüdern Martin und Steffen Schunk, ist als professioneller Gesundheitsdienstleister bekannt.

### Sport+WellnessPark GmbH

„Alte Ziegelei“  
Nordheimer Straße 61  
74348 Lauffen  
Telefon 07133 974240

### Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag  
7:00 bis 23:00 Uhr  
Dienstag, Donnerstag  
9:00 bis 12:00 Uhr und  
14:00 bis 23:00 Uhr  
Samstag  
14:00 bis 20:00 Uhr  
Sonntag  
10:00 bis 18:00 Uhr



## Weingenuss im Freien

Genießen Sie im neuen Weingarten der Genossenschaftskellerei Heilbronn bei aufregenden Weinen und köstlichen Snacks den Sommer. Für alle, die gerne Cocktails trinken, gibt es spezielle Weincocktails. Von Juni bis September können Sie jeden Donnerstag bis Sonntag die Seele baumeln und Ihren Gaumen verwöhnen lassen. An gemütlichen, langen Tischen genießen Gäste die erlesenen Tropfen des Hauses und leichte Leckerbissen wie Pizza, Winzer-Fladen oder Salate.

Unter freiem Himmel Wein erleben: der Weingarten Heilbronn bietet neben Weinspezialitäten und Speisen ein Sommerprogramm für Jung und Alt.

### Weingarten Heilbronn

Binswanger Straße 81  
74076 Heilbronn

### Öffnungszeiten

Donnerstag & Freitag & vor  
Feiertagen ab 17:00 Uhr  
Samstag ab 11:00 Uhr  
Sonntag & an Feiertagen  
ab 10:00 Uhr



## REISEBÜRO GROSS

**3 % RABATT AUF  
STÄDTEREISEN**

**URLAUB &  
REISEN**

## BÄCKEREI KOLB

**GUTSCHEIN  
KAFFEE  
& KUCHEN**

**GENIESSEN**

## SPORT+WELLNESS- PARK GMBH

**14 TAGE KOSTEN-  
LOSES SCHNUP-  
PERTRAINING**

**FITNESS &  
FREIZEIT**

## WEINGARTEN HEILBRONN

**2 FÜR 1**

**GENIESSEN**

# Mitmachen und gewinnen

Wir verlosen **fünf Wertkarten in Höhe von je 50 Euro für die Bäder der Stadtwerke Heilbronn.**

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und senden Sie uns bitte das Lösungswort per Post oder E-Mail mit Ihrer Anschrift zu.

**Einsendeschluss: 27. Juni 2016**

Die Gewinner werden schriftlich von uns benachrichtigt. Viel Glück!

ZEAG Energie AG  
Stichwort

„Rätsel 02/2016“

Weipertstraße 41  
74076 Heilbronn

Per E-Mail:  
gewinnen@zeag-energie.de



ein Insekt	ital.-belgischer Sänger	Betonung, Aussprache	6	nordisches Totenreich	Westbelgier	Name der Europarakete	5
langweilig	7	Einfuhrgebühr	2	Umlaut	langschwänziger Papagei	scheues Waldtier	4
Art, Typ	vereinheitlichen	noch bevor	3				

Lösungswort: 1 2 3 4 5 6 7

## Kontakt

### Kundencenter

Energiestandort Heilbronn  
Weipertstraße 39  
74076 Heilbronn

### Servicenummer

07131 56-4248  
kundencenter@zeag-energie.de

### Servicezeiten

Montag bis Mittwoch  
8:00 bis 17:00 Uhr  
Donnerstag 8:00 bis 18:00 Uhr  
Freitag 8:00 bis 13:00 Uhr

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Barauszahlung oder Umtausch des Preises ist nicht möglich. Teilnahme über gewerbliche Gewinnspielagenturen oder automatische Verfahren ist ausgeschlossen. Die ZEAG Energie AG garantiert die zweckgebundene und datenschutzkonforme Nutzung Ihrer Daten.

## GUTSCHEIN

Mit diesem Gutschein erhalten Sie bei der Bestellung von einer „Inspiration“ oder „Marie“ den zweiten Cocktail kostenlos dazu.

2 für 1

Weingarten Heilbronn  
Binswagner Straße 81  
74076 Heilbronn  
www.weingarten-heilbronn.de

Gültig bis 30.09.2016, einmalig einlösbar, nicht auszählbar, nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

## GUTSCHEIN

Bei Vorlage dieses Coupons erhalten Sie ein 14-tägiges kostenloses Schnuppertraining bis 31.08.2016. Telefonische Voranmeldung erforderlich: 07133 974240

14 Tage Schnuppertraining

Sport+WellnessPark GmbH  
»Alte Ziegelei«, Nordheimer Straße 61  
74348 Lauffen  
Tel. 07133 974240  
www.sportundwellnesspark.de

Gültig bis 31.08.2016, einmalig einlösbar, nicht auszählbar, nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

## GUTSCHEIN

Mit diesem Gutschein erhalten Sie eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen in unserem Café in Bretzfeld gratis.

Kaffee + Kuchen

Bäckerei Kolb  
Bitzfelder Straße 1  
74626 Bretzfeld  
Tel. 0794 69899646

Gültig bis 30.09.2016, einmalig einlösbar, nicht auszählbar, nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

## 3 % RABATT

Mit diesem Gutschein erhalten Sie bei Buchung einer GROSS-Städtereise 2016 einen Rabatt von 3 % auf den günstigsten verfügbaren Reisegrundpreis.

3% Rabatt

Reisebüro GROSS Friedrich Gross OHG  
Weinsberger Straße 43  
74072 Heilbronn  
Tel. 07131 15090  
www.gross-reisen.de

Gültig bis 31.10.2016, einmalig einlösbar, nicht auszählbar, nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.