

CHRIST:OS


Das christliche Magazin für Osnabrück | Herbst 2022

PREIS
RÄTSEL

MIT TOLLEN
GEWINNEN
AUF SEITE 8

Am 2. Oktober
Erntedank feiern

Vor 500 Jahre hat Martin Luther die Bibel übersetzt | Am 24. September ist die Wallfahrt der Messdiener | So bekommen junge Väter Hilfe | Eine „Wunderkachel“ zeigt den Dom

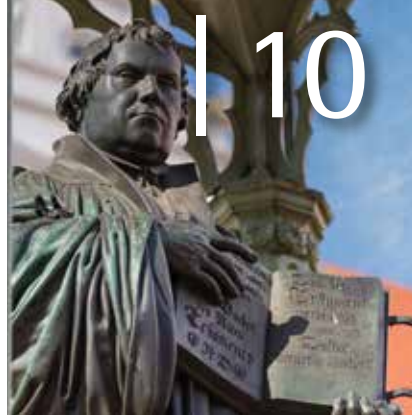


*Um klar
zu sehen,
genügt oft
ein Wechsel
der
Blickrichtung.*

Antoine de Saint-Exupéry

Die Gottesmutter Maria mit dem Jesuskind auf dem Arm.
Um die Ecke im nächsten Raum steht der heilige Petrus.
Szene aus dem Diözesanmuseum.





INHALT

Gesichter

„ICH BIN GERNE KATHOLISCH“ | 6

Preisrätsel

GUTSCHEIN FÜR GUTE BÜCHER | 8

Dokumentation

DIESER MORD IST BIS HEUTE NICHT AUFGEKLÄRT WORDEN | 9

Titel

LUTHERS FLEISSARBEIT IST 500 JAHRE ALT | 10

Ratgeber

WIE AKTUELL IST DIE BIBEL HEUTE NOCH? | 15

Vortrag

DIE TAUBENFIBEL ERZÄHLT VOM ANFANG | 17

Porträt

POWER FÜR PAPAS | 18

Service

BUCHTIPPS AUS DER DOM BUCHHANDLUNG | 21

Christ:OS ist ein ökumenisches Magazin unter Mitwirkung der ev.-luth. und der ev.-ref. Kirche aus dem Medienhaus des Bistums Osnabrück. Die nächste Ausgabe wird Ende November veröffentlicht.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„Wer anderen eine Grube gräbt, fällt selbst hinein.“ Diesen Spruch hatten Sie sicherlich selbst schon mal auf den Lippen. Aber hätten Sie gewusst, dass die Worte ihren Ursprung in der Bibel haben? Vor 500 Jahren hat der Reformator Martin Luther zunächst das Neue Testament übersetzt, in den Jahren danach auch das Alte. Und dabei hat er Worte geschaffen, die unseren Alltag bis heute prägen.

In kraftvoller Sprache hat Luther die Bibel übersetzt und damit die frohe Botschaft den einfachen Menschen eröffnet. Und nebenbei hat er auch die deutsche Sprache geprägt – neue Worte geformt, Sprichwörter ersonnen.

Über Luthers Bibelübersetzung lesen Sie in dieser Ausgabe von Christ:OS. Aber nicht nur – lassen Sie sich überraschen und inspirieren. Eine gute Lektüre wünscht Ihnen

Ihr Ulrich Waschki



MEIN LIEBLINGSORT AUF DEM SCHINKELBERG



Gabi Link wohnt in Schinkel-Ost und hat es nicht weit zu ihrem Lieblingsplatz, der Gaststätte Laubenpieper auf dem Schinkelberg. Sie kann zu Fuß hingehen und freut sich oben über den tollen Ausblick, den man vom Schinkelberg aus hat. „Hier ist es zu jeder Jahreszeit schön“, sagt sie, „und wenn die Bäume kein Laub tragen, hat man einen wunderbaren Blick auf alle Kirchtürme der Stadt.“ Die Aussicht reicht bei klarem Himmel bis zum Harderberg. Im Sommer könnte man im Biergarten im Grünen sitzen, allerdings ist die Gaststätte, die als Vereinsheim genutzt wurde, derzeit geschlossen. „Schade“, sagt Gabi Link.

Die 52-Jährige ist als Jobcoach tätig und begleitet berufstätige Menschen mit Beeinträchtigung; sie hilft ihnen, wenn am Arbeitsplatz Probleme auftauchen. Außerdem engagiert sie sich als Vorsitzende im „Förderverein Telefonseelsorge Osnabrück“, der Geld einwirbt, damit Fortbildungen und Supervision für die Ehrenamtlichen der Telefonseelsorge finanziert werden können, aber auch Unternehmungen in geselliger Runde.



„ICH BIN GERNE KATHOLISCH“

Rund 4000 Kinder und Jugendliche, die in der Kirche als Ministranten aktiv sind, feiern am 24. September in der Hasestadt ein buntes Glaubensfest. Rund um Dom und Marktplatz können auch die Osnabrücker ihnen begegnen.

Feiern können sie. Jedes Wochenende neu. Begeistert und selbstbewusst helfen die Ministrantinnen und Ministranten in der katholischen Kirche den Priestern oder Diakonen, Gottesdienst zu feiern. Sie übernehmen Aufgaben wie Kerzen tragen und Glocken läuten, sie unterstützen bei der Bereitung des Altares oder bedienen und schwenken den Weihrauch.

Die Gruppen der „Minis“, wie sie in der Kirche fast liebevoll genannt werden, sind oft nicht groß. In

manchen Gemeinden gibt es nur vier oder fünf aktive Kinder und Jugendliche, in anderen über 80. Einige treffen sich unter der Woche in Gruppenstunden oder fahren ins Sommer-Zeltlager, andere sehen sich nur bei ihrem Dienst in der Kirche.

Auch in Osnabrück feiern die „Minis“ jetzt. Ihre Gemeinschaft und ihren Glauben. Rund 4000 Mädchen und Jungen aus Kirchengemeinden in ganz Nordwestdeutschland werden am 24. September in der Hasestadt erwartet. Sie kommen

aus Aachen, Hildesheim, Hamburg, Münster, Vechta oder Paderborn. Es gibt ein vielfältiges Programm rund um Dom und Marktplatz sowie im Bereich von Ursula- und Domschule. „Wir freuen uns wirklich sehr“, betont der Projektleiter dieser vierten nordwestdeutschen Ministrantenvallfahrt, Benedikt Kisters. Gerade diese Kinder und Jugendlichen hätten in der Kirche coronabedingt am längsten pausieren müssen. Nun erwartet sie ein großes Begegnungsfest. Endlich wieder. Auch Karsten Tepe und Ansgar Niermann haben



sich mit ihren „Minis“ aus Voxtrup zur Wallfahrt angemeldet. „Bei diesen Ereignissen sehen die Kinder, dass sie nicht allein sind, dass es viele Messdiener gibt und dieser Dienst absolut kein Außenseiterdienst ist“, erzählen sie.

Seit 2014 begleiten die beiden die Ministranten in Voxtrup, bilden sie für ihren Dienst am Altar aus, zeigen ihnen Laufwege und erklären nicht nur wann, sondern auch weshalb etwas im Gottesdienst geschieht. Sie sind Ansprechpartner, schreiben Einsatzpläne, machen Ausflüge. Die Männer erzählen begeistert, wie die Kinder an dieser Aufgabe wachsen, ihre Nervosität ablegen, selbstbewusster werden: „Sie stehen während des Gottesdienstes immerhin im Mittelpunkt. Jeder sieht sie in der Kirche. Das ist schon etwas Besonderes.“

Mit ihrem Dienst setzen sich die Ministranten einer gewissen Öffentlichkeit aus und stellen sich mit ihrer Überzeugung ins Rampenlicht. Auch in Osnabrück. Benedikt Kisters, der mit seinen Mitarbeitern im Diözesanjugendamt in den letzten Vorbereitungen steckt, beeindruckt das: „In einer schweren kirchlichen Situation lassen sie sich nicht entmutigen und leben selbstbewusst ihr Kirchesein. Das ist ein riesiges Glaubenszeugnis, das wir gerade

„ Sie stellen sich mit ihrer Überzeugung ins Rampenlicht “

jetzt in der Kirche brauchen. 4000 Kinder und Jugendlichen zeigen: Ich bin gerne katholisch und ich bin gerne Ministrant.“

Und noch etwas beobachten sowohl er als auch Karsten Tepe und Ansgar Niermann bei ihren „Minis“: Sie sind sehr sozial, weil sie sich in einer Gruppe unterschiedlichster, auch unterschiedlich alter Kinder und Jugendlichen bewegen. „Sie kümmern sich umeinander“, betonen die Gruppenleiter.

Das wird auch auf der Wallfahrt so sein. Begegnung wird an diesem Tag großgeschrieben. Beim Menschenkicker, Bogenschießen und Mitmachzirkus, in Escape-Rooms sowie bei thematischen, kreativen oder sportlichen Aktionen und Workshops kommt man sich näher. Konzerte, Kunstaktionen, Musicals und vieles mehr bieten Unterhaltung. Den Abschluss bildet ein großer Gottesdienst vor dem Dom.

An bunten Festivalbändern können auch die Osnabrücker die Ministranten erkennen, ihnen begegnen. Und sich vielleicht von ihrer fröhlichen Feierlaune anstecken lassen.

Text: Astrid Fleute



Ansgar Niermann (l.) und Karsten Tepe sind stolz auf ihre Ministranten aus Voxtrup.



4. Nordwestdeutsche Ministrantenwallfahrt.
24. September 2022,
Osnabrück



Hof- & Gartenfest 24. & 25. Sept.

Wir laden zum herbstlichen Fest mit Land-
frauen-Café und großer Pflanzenauswahl

Sa 24. 9. Verkauf 8 - 18 Uhr

So 25. 9. Pflanzenverkauf 13 - 16 Uhr

Schautag & Café 12 - 18 Uhr

Im Eikrode 10 . 49565 Bramsche-Engter
05468-1584 . www.baumschule-igel.de

IGEL
Gartenkultur

SCHUHHAUS
sunderdiek

ZEIT FÜR EINEN GUTEN SCHUH

Hasestrasse 49-51

49074 Osnabrück

Telefon 0541 / 60019595

www.schuhhaus-sunderdiek.de



**GEMEINSAM
DIE HÜRDEN DES
IMMOBILIENVERKAUFS
MEISTERN.**

Appelhans Immobilien GmbH | Dorfstr. 14, 49124 Georgsmarienhütte
05401 - 365174 30 | bewertung@appelhansimmobilien.de |
www.appelhansimmobilien.de

Ein Tipp: Die Lösungen entdecken Sie, wenn Sie diese Ausgabe des Christ:OS aufmerksam durchlesen.

PREISRÄTSEL

Wenn Sie die Fragen richtig beantworten, ergeben die zugehörigen Buchstaben das Lösungswort.

Wann ist die Wallfahrt der
Messdiener nach Osnabrück?

- A – 23. September
- H – 24. September
- G – 25. September

Wo hat das Hilfsangebot für
junge Väter seinen Sitz?

- G – Große Straße
- B – Johannisstraße
- S – Kleine Domsfreiheit

Vor wie vielen Jahren hat
Martin Luther das
Neue Testament übersetzt?

- O – 300 Jahre
- A – 400 Jahre
- E – 500 Jahre

Wie heißen die
„Zwei-Minuten-Texte“
von Ralf-Uwe Beck?

- I – Momant mal
- E – Jetzt aber mal
- S – Augenblick mal

Wie heißt das kleinste Kunst-
werk im Diözesanmuseum?

- R – Taubenfibel
- E – Karl der Große
- K – Hermann

In welchem Land wird die
„Wunderkachel“ hergestellt?

- T – Italien
- R – Polen
- E – Griechenland

ZU GEWINNEN

1. PREIS: Ein Gutschein über 100 Euro für die Dom Buchhandlung in Osnabrück
2. PREIS : Ein Buch „Heute koch ich, morgen brat ich“ mit märchenhaften Rezepten
3. PREIS : Eine „Wunderkachel“ mit dem Bild vom Dom St. Petrus

Schicken Sie Ihre Lösung bis 25. September 2022 per Post an Dom Medien, Stichwort Christ:OS-Rätsel, Schillerstraße 15, 49074 Osnabrück.
Oder (Absender nicht vergessen) per E-Mail: christ-os@dom-medien.de

DOKUMENTATION

DIESER MORD IST BIS HEUTE NICHT AUFGEKLÄRT WORDEN



Ein Mord in Osnabrück aus dem Jahr 1945 ist bis heute nicht aufgeklärt. Am 23. Juni wurde Bernhard Schopmeyer damals im Bürgerpark hinterrücks erschossen. Ein Dokumentarfilm erinnert jetzt an das Wirken des katholischen Arbeitersekretärs, in dem auch drei seiner Kinder zu Wort kommen.

„Sei vorsichtig, ich stehe mit einem Bein im KZ.“ Den Ausspruch Schopmeyers hat seine Ehefrau in ihrem Tagebuch notiert. Tatsächlich war Schopmeyer ein für die Nazis unbequemer Zeitgenosse. Weil er auch nach dem Kriegsende auf ehemalige Parteimitglieder in der Stadt aufmerksam machte, sollte er wahrscheinlich mundtot gemacht werden. Die näheren Umstände wurden nie aufgeklärt, der oder die Täter nie ermittelt.

Auf Bestreben der Katholischen Arbeitnehmer-Bewegung (KAB), für die Schopmeyer damals gearbeitet hatte, ist ein Film entstanden, den Hermann Haarmann produziert hat, bis 2020 Bischöflicher Pressesprecher. Der Film, dessen Erstellung über ein Jahr brauchte, macht nicht nur das Leben Schopmeyers transparent, er zeigt auch, wie schwer es die Familie nach dem Mord hatte. Manchmal habe die Mutter abends nicht gewusst, was sie den sechs Kindern am nächsten Tag zu essen geben sollte, so die Erinnerung einer der Töchter bei der Präsentation des Films.

Der Film ist auf der Homepage der KAB zu sehen. Internet: www.kab-os.de

fip
WärmeService

Setzen Sie auf die Zukunft!

Mit der Öl+Solar Brennwerttechnik.

Aral HeizölEcoPlus
 – das TÜV-geprüfte Sparheizöl

Heinrich Fip GmbH & Co. KG

Aral Markenvertriebspartner • Osnabrück
 Telefon 0541 6099-0 • info@fip.de • www.fip.de



Bucher
des Alten
Testaments
C D E

Das Neue
Testament
verheisset
von
Duffur
Martin Luther

LUTHERS FLEISSARBEIT IST 500 JAHRE ALT

1522 steckt Martin Luther in einem bahnbrechenden Projekt: der Übersetzung des Neuen Testaments ins Deutsche. Damit bringt er Gläubigen die Heilige Schrift nahe und prägt bis heute die Alltagssprache.

Seit Mai 1521 sitzt ein Mann auf der Wartburg bei Eisenach im Thüringer Wald fest und hat nur begrenzt Sinnvolles zu tun: Martin Luther. Immerhin: Er lebt. Beim Reichstag in Worms im April hat er sich geweigert, seinen Lehren abzuschwören. Mit der Konsequenz, dass fortan jeder diesen jetzt als Ketzer bezeichneten Mann straflos umbringen darf. Deshalb hat Luthers Landesherr, Kurfürst Friedrich der Weise von Sachsen, seinen Schützling zum Schein entführen und auf die Wartburg bringen lassen. Dort ist er sicher. Und zunehmend gelangweilt. Bis er sich im Dezember 1521 einer sinnvollen Arbeit zuwendet.

Martin Luther beginnt, das Neue Testament zu übersetzen. Diese Geschichten aus der Bibel erzählen das Leben Jesu, seinen Tod, seine Auferstehung – und wie es danach mit den Christen weiterging. Es ist keineswegs die erste Bibelausgabe in deutscher Sprache. Aber die erste in verständlichem Deutsch.

Zu Luthers Zeiten können neun von zehn Menschen überhaupt nicht lesen, die Bibel nehmen nur Gelehrte und Geistliche zur Hand – und zwar die lateinische Ausgabe, die „Vulgata“. Wer vor Luther die Bibel übersetzt, hält sich streng an diese Vulgata aus dem vierten Jahrhundert. Wortlaut und Satzbau sorgen dafür, dass bei wörtlicher Übersetzung die Texte im Deutschen hölzern und schwerfällig klingen. Luther befindet: „Die lateinischen Buchstaben hindern über die Maßen, sehr gutes Deutsch zu reden.“

Womit wir bei der Frage sind: Was ist gutes Deutsch? Denn die einheitliche deutsche Sprache, wie wir sie heute kennen, gibt es damals noch gar nicht. Man verwendet zwar im Süden in offiziellen Angelegenheiten das „Oberdeutsch“ und in Mitteldeutschland die „sächsische Kanzleisprache“ mit

„Perlen vor
die Säue werfen“

Nach Matthäus, 7,6

„Wer andern
eine Grube gräbt,
fällt selbst hinein.“

Nach Jesus Sirach/Sprüche Salomonis 27,26

trockenen und geschraubten Formulierungen. Die Leute aber reden in den Dialekten ihrer Regionen und können demzufolge „in 30 Meilen einander nicht verstehen“, wie Luther klagt. Auf Reisen, im Studium und als Professor in Wittenberg hat er viele Menschen und deren Mundarten kennengelernt. So verfügt er über einen überdurchschnittlich reichhaltigen Wortschatz, den er für seine Übersetzungen nutzen kann. Zudem besitzt er den Mut, immer an den Leser zu denken. Er benennt neue Begriffe, erfindet Wörter – zwar will er dicht am Originaltext bleiben, aber eben auch verständlich schreiben.

Friedemann Keller hat in seinem Arbeitszimmer gleich mehrere Bibeln stehen. Über eine Ausgabe freut er sich besonders: Ein originalgetreuer Nachdruck, ein Faksimile der ersten Luther-Bibel. Darin blättert er gerne, denn Friedemann Keller ist evangelisch-lutherischer Pastor; er lebt mit seiner Familie in Osnabrück. Schon als Kind erlebte er die biblischen Texte, wenn ihn seine Eltern mitnahmen zur Kirche, wenn ihn die Großeltern zur Auszeit in ein ehemaliges Kloster einluden, bei denen die Kinder ein eigenes Programm hatten. „Ich habe das mit der Muttermilch aufgesogen“, sagt er. Dass er heute die Bibel in verständlichem Deutsch lesen kann, verdankt er in erster Linie Martin Luther – und einigen Komponisten, denn Leute wie Bach, Mendelssohn oder Brahms ließen sich von dem Reformator beeinflussen und vertonten biblische Texte. „Und da ich gerne singe, entdecke ich die Bibel eben auch über diese Seite“, sagt er.

Im Laufe der Jahre hat Keller gemerkt, dass die vermeintlich alte Bibel doch sehr gut in sein modernes

Leben passt. Für jeden Tag des Jahres steht bei den sogenannten Losungen ein Bibeltext zur Verfügung – aus 1824 Versen wird jeweils ein Text aus dem Alten und dem Neuen Testament ausgelost, daher der Name. „Und diese zufällig entstandenen Texte haben ganz oft etwas mit meinem Leben zu tun“, sagt er. Keller findet es gut, dass Luther „Sprachlust entwickelt, ästhetisches Empfinden an den Tag gelegt hat“. Mit großer Kreativität habe er die mitunter schwierigen Texte ins Deutsche übertragen. „Er hat viele Worte gefunden, die es damals noch gar nicht gab. Die Dachrinne, zum Beispiel. Und er hat Redewendungen geprägt: ‚Hochmut kommt vor dem Fall‘ gehört dazu.“

Weitere Begriffe, die Luther damals geprägt hat, verwenden wir bis heute als Selbstverständlichkeit.

„Machtwort“ zum Beispiel. Nicht etwa von einem „Basta-Kanzler“ der Neuzeit erfunden, sondern die Umschreibung des Reformators für das Wirken Gottes bei der Erschaffung der Welt. Oder der „Lückenbüßer“ – das war jemand, der die Lücke in der Jerusalemer Tempelmauer füllte. „Ein Herz und eine Seele“ sein, in „den sauren Apfel beißen“ oder die „Zeichen der Zeit“ erkennen – das alles stammt aus der Feder Martin Luthers und hat seinen Ursprung auf der Wartburg.

Manche Redewendung hat im Laufe der Jahrhunderte ihr Bedeutung geändert. „Über den Jordan gehen“ stand einst für den Einzug der Israeliten in das von Gott versprochene Land. Um nach Kanaan zu gelangen, mussten sie den Fluss überschreiten.

„Wie einen
Augapfel hüten“

Nach Deuteronomium/
5. Buch Mose 32,10

73 einzelne Bücher bilden zusammen die Bibel. Katholische Theologen haben ein Werk herausgegeben, mit dem sie die Anfänge dieser biblischen Bücher beschreiben. „73 Ouvertüren“ kann als Einstiegs- hilfe dienen, wenn man aus dem Neuen Testament eins der Evangelien oder etwa die Apostelgeschichte lesen möchte oder aus dem Alten Testament zum Beispiel das Buch Genesis über die Erschaffung der Welt. Die Autoren ordnen die Bücher in den historischen Kontext ein und vermitteln Hintergrundinfos, die das Verständnis der Texte erleichtern. Das Buch kostet 39 Euro.

„Den Seinen
gibt's der Herr
im Schlaf.“

Nach Psalm 127,2

Später wurde das gelobte Land mit dem Himmel umschrieben. Um dort hin zu gelangen, muss der Mensch aber sterben, was heute mit dem Jordan gemeint ist.

Im Laufe der Jahrhunderte hat es immer wieder neue Versuche gegeben, die alten Texte der Bibel ins Deutsche zu übertragen. Die Einheitsübersetzung, die vor allem in der katholischen Kirche gebraucht wird, gibt es seit 2016 in einer revidierten Ausgabe, die Luther-Bibel wurde ein Jahr später ebenfalls revidiert vorgelegt. Friedemann Keller bleibt gerne beim Original – nicht nur, weil er es so gewohnt ist. In der sogenannten Bergpredigt spricht Jesus Christus davon, dass Menschen selig genannt werden. Wenn sie zum Beispiel friedfertig sind oder arm. Eine moderne Übersetzung, die einfachere Worte verwendet, nennt diese Menschen dann nicht selig, sondern glücklich. Der Pastor schüttelt den Kopf: „Nein, das trifft es doch nicht in gleicher Weise.“ Selig – das gehe viel tiefer.

Bei Friedemann Keller hat die frühe Beschäftigung mit der Bibel für eine Lebensentscheidung gesorgt, deshalb ist er Pastor geworden. Heute setzt es ihm zu, dass so viele Menschen kaum noch einen Bezug zur Heiligen Schrift haben. „Respekt, Umgang mit Schwachen, Bewahrung der Schöpfung – solche Haltungen haben ihren Ursprung in der Bibel“, sagt er. Und dass solche Haltungen mehr und mehr verlorengehen könnten. Wer sich nun mit der Bibel neu beschäftigen wolle, dem gibt er einen Tipp:



klein anfangen. Zum Beispiel mit dem täglichen Losungswort (www.losungen.de).

Rund drei Monate braucht Martin Luther damals für die Übersetzung des Neuen Testaments. Als er im März 1522 die Wartburg verlässt und nach Wittenberg zurückkehrt, hat er das fertige Manuskript im Gepäck. Er arbeitet es mit einem anderen Reformator, Philipp Melanchton, noch einmal durch. Im September 1522, vor 500 Jahren, liegt das Werk zur Leipziger Buchmesse in der ungewöhnlich hohen Auflage von 3000 Exemplaren vor. Noch im gleichen Jahr beginnt Luther mit einer Gruppe von Fachleuten die – viel umfangreichere und aufwendigere – Übersetzung des Alten Testaments. Gedruckt erscheint die vollständige Heilige Schrift schließlich zwölf Jahre später – im Oktober 1534.

Text: Hubertus Büker, Matthias Petersen
Foto: Matthias Petersen

Gerne das Original: der evangelische Pastor Friedemann Keller mit einer alten Bibelausgabe

„Sie sind ein Herz
und eine Seele“
Apostelgeschichte 4,32

In Deutschland existieren mehrere Bibelübersetzungen nebeneinander. Für die hier groß zitierten Sprüche nehmen wir Bezug auf die Einheitsübersetzung von 2016. Internet: www.bibelwerkverlag.de

Teppichböden
Parkett
Designbeläge
Linoleum
PVC Beläge
Tapeten
Farben
Sonnenschutz
Insektenschutz
Markisen
Estrich
und vieles mehr

**Uwe Masch
Boden & Raum GmbH**



**Beratung
Ausführung
Verkauf**

Tecklenburger Str. 30 · 49205 Hasbergen
Telefon 05405 617617
www.bodenundraum.com
info@bodenundraum.com



www.stisser.com

CLAUS STISSER GmbH
Wiechmanns Ecke 5 · 49565 Bramsche · Telefon 0 54 61/93 83-0



Sie teilen Ideen und Begeisterung mit anderen. In Gemeinden, Verbänden und in Unternehmen.

Dafür bieten wir Ihnen von der Dom Medien Werbeagentur unsere Unterstützung an.

Wir bieten Beratung, Konzept, Text und Gestaltung für Werbung, Magazine, Internetseiten und Social Media.

0541 318-660
mitteiler@dom-medien.de
[instagram.com/mitteiler](https://www.instagram.com/mitteiler)



Im Medienhaus des Bistums Osnabrück

IMPRESSUM CHRIST:OS

Herausgeber:

Dom Medien GmbH
Schillerstraße 15, 49074 Osnabrück
Telefon: 0541 318-600,
www.dom-medien.de

Chefredakteur:

Ulrich Waschki

Redaktion:

Astrid Fleute, Andrea Kolhoff, Matthias Petersen

Gestaltung:

Kerstin Schröder, Katrin Kolkmeier

Anzeigen-/Werbeverkauf:

Stefan Grasser,
Telefon: 0541 318-660
s.grasser@dom-medien.de

Druck:

Bonifatius GmbH Druck | Buch | Verlag, Paderborn

Fotonachweis:

Th. Arzner (1), Th. Götz (6), H. Haarmann (9), A. Fleute (7),
A. Kolhoff (5), K. Kolkmeier (2, 11, 21, 22, 23), S. Kube (17),
S. Jegliczka (5), P. Nierhoff (7), M. Petersen (13, 15, 18),
O. Pieper (16), istockphoto: fatcamera (18)

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.



Das neue PROGRAMM ist da!
www.keb-os.de

Katholische Erwachsenenbildung

Kontakt: KEB Osnabrück, Große Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück, Tel. 0541 35868-71, info@keb-os.de

RATGEBER

FRAU PASTORIN: WIE AKTUELL IST DIE BIBEL HEUTE NOCH?

Die Bibel ist auf der ganzen Welt verbreitet. Woher kommt das?

Das liegt sicherlich daran, dass sich seit jeher viele Menschen für das interessiert und danach gelebt haben, was wir als Wort Gottes bezeichnen. Dann ist die Bibel natürlich auch abwechslungsreich: Sie kennt alle Genres der Literatur, ist mal Kriminalroman oder Liebesgeschichte, Biografie oder Geschichtsbuch, Poesie oder Prosa, so vielfältig wie ein ganzer Bücherschrank.

Die Bibel ist aber auch oft für Kriege missbraucht worden.

Das stimmt. Kein Buch der Weltgeschichte hat mehr Menschen begeistert und inspiriert. Keines hat aber auch zu so vielen Konflikten geführt. Die Bibel motivierte zu grenzenloser Nächstenliebe und zu bahnbrechenden Erfindungen, mit ihr wurden aber auch Kriege geführt und Menschen versklavt und unterdrückt.

Die Texte der Bibel sind über 2000 Jahre alt und älter. Ist sie heute aktuell?

Das finde ich schon. Sie prägt bis heute das Denken und Leben Europas, ja der Welt: von der Rechtsprechung über Dichtung und Philosophie bis zur Ethik und dem Verständnis der eigenen Geschichte – so ist sie eine Richtschnur. Sie ist zugleich ein sehr persönliches Buch. Spätestens seit der Bibelübersetzung durch Martin Luther vor 500 Jahren kann sich jeder Einzelne für sich lesen. Wer in der Bibel liest, versteht die Welt besser. Wer die Bibel liest, findet für sich Orientierung, auch persönlichen Halt. Sie ist bis heute aktuell, denn die Fragen, die die

Menschen damals bewegten, sind ja die gleichen wie heute.

Laut Bibel ist die Welt in sechs Tagen entstanden. Das kann doch nicht stimmen?

Nein, das stimmt auch so nicht. Die Bibel ist ein Buch der Geschichten und Beispiele, ein Glaubensbuch. Sie erhebt keinen Anspruch auf wissenschaftliche Korrektheit. Die Schöpfungsgeschichte zum Beispiel erzählt davon, wie sich die Menschen damals die Entstehung der Welt erklärt haben.

Liest man die Bibel von vorne bis hinten durch?

Ich selbst hatte noch nie den Ehrgeiz dazu und glaube auch, dass ich an so einem Projekt schnell gescheitert wäre. Besser ist es, sich gezielt einzelne Texte oder ein Buch vorzunehmen – vielleicht zuerst die Geschichten in den Evangelien, die das Leben Jesu erzählen, dann die Schöpfungsgeschichte am Beginn der Bibel. Auch manche Psalmtexte sind wunderschön. Hilfreich ist es sicherlich, sich Einführungen zu den biblischen Büchern durchzulesen.

Haben Sie eine liebste Bibelstelle?

Ein persönliches Bibelwort begleitet mich seit meinem Studium. Es steht im 2. Korintherbrief, Kapitel 12, Vers 9: „Lass dir an meiner Gnade genügen, denn meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ Das hat mir in meinem Leben immer wieder Kraft gegeben oder Trost geschenkt, wenn ich an mir selbst und meinen Kräften, Fähigkeiten und Möglichkeiten gezweifelt habe.



ILSE LANDWEHR-WEGNER

Ilse Landwehr-Wegner ist Pastorin der ev.-ref. Gemeinde



Konzepte für mehr Qualität und Leistung

- Gebäude- und Glasreinigung
- Desinfektion und Hygienemanagement
- Sicherheit und Werkschutz
- Parkplatz- und Gehwegreinigung
- Grünpflege
- Hausmeisterdienste

www.pp-service.com
Tel. 05 41 / 34 94 - 0



Prior & Peußner
Gebäudedienstleistungen

bundesweit für Sie vor Ort



HELLMANN

FACHANWÄLTE
RECHTSANWÄLTE · NOTARE

SORGEN SIE RECHTZEITIG FÜR KLARE VERHÄLTNISSSE – BEI UNS SIND SIE GUT BERATEN:

<p>ROLF MÜLLER Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Arbeitsrecht</p> <p>RUPERT HOLTKÖTER Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht</p> <p>ANDREAS KARSCH Rechtsanwalt Fachanwalt für Arbeitsrecht</p> <p>DR. FLORIAN ARENSMANN Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Verwaltungsrecht</p> <p>MAXIMILIAN STUCKENBERG Rechtsanwalt Fachanwalt für Medizinrecht Fachanwalt für Mietrecht</p>	<p>DR. KARL F. THEDIECK Rechtsanwalt Fachanwalt für Verwaltungsrecht Fachanwalt für Medizinrecht</p> <p>DR. ULRICH HELLMANN Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Erbrecht Fachanwalt für Steuerrecht</p> <p>CHRISTIAN BRÖCKER Rechtsanwalt Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht Fachanwalt für Arbeitsrecht</p> <p>DR. MARCO ATHEN Rechtsanwalt Fachanwalt für Verwaltungsrecht Fachanwalt für Steuerrecht</p> <p>JULIA KAUFHOLD Rechtsanwältin Fachanwältin für Familienrecht</p>
---	--

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und das Gespräch mit Ihnen:
HELLMANN FACHANWÄLTE
Schloßstraße 16 • 49074 Osnabrück
Fon: 05 41/9 33 88-0 • Fax: 05 41/9 33 88 - 88
E-Mail: kanzlei@hellmann-fachanwaelte.de
www.hellmann-fachanwaelte.de



AKTION EINE KLEINE BESINNUNG FÜR JEDEN TAG

Er sieht aus wie eine Mischung aus Kaugummi- oder Snackautomat, die Aufschrift lautet „Zeitgeschenk(t)“ und in seinem Inneren sind viele Dosen aufeinandergestapelt. Er schluckt eine Zwei-Euro-Münze und gibt dafür eine Dose frei. Er steht auf einem Sockel mit Rollen dran.

Hinter dem Automaten steckt ein Projekt des Evangelisch-lutherischen Kirchenkreises und des Erzähltheaters. Superintendent Joachim Jeska und Erzählkünstlerin Sabine Meyer stellten den Automaten vor. Meyer ist die Ideengeberin für das Projekt. Die Dosen sind gefüllt mit Zeitgeschenken, die Andachtsmomente für jeden Tag enthalten.

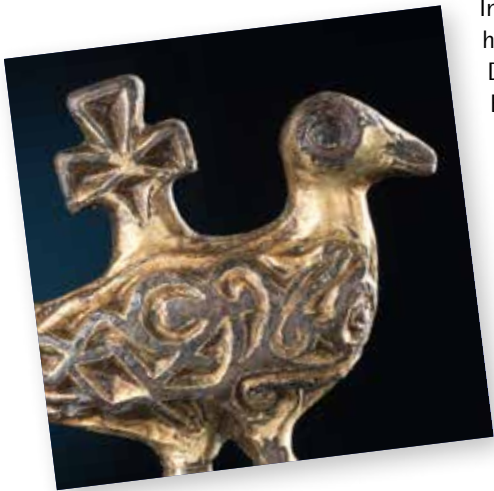
Die Inhalte der Dosen sind Gebete, Geschichten und Gedichte, die Mitglieder der Kirchengemeinden zur Verfügung gestellt haben. Da gibt es Konfirmanden, die ein Glaubensbekenntnis geschrieben haben. Es gibt auch einen selbstgeschriebenen Psalm oder eine Geschichte auf Plattdeutsch. Meyer hat die Beiträge gesammelt und die Seiten für die Dosen gestaltet. Wer sich einen der Texte zieht, kann sich damit auseinandersetzen, wie er glauben möchte und wie er in Verbindung zu seinem Glauben tritt.

Der Automat wandert durch alle evangelisch-lutherischen Kirchen der Stadt und des Umkreises. Bis Ende September steht er in Hasbergen.

VORTRAG

DIE TAUBENFIBEL ERZÄHLT VOM ANFANG

Das kleinste Kunstwerk im Diözesanmuseum hat seinen großen Auftritt! Als erstes Objekt in der Dauerausstellung erblickt der Besucher die sogenannte Taubenfibel. Und das hat einen besonderen Grund: Sie ist das Sinnbild für die frühe Christianisierung der Region.



In den Jahren 1992/93 fanden auf der Großen Domsfreiheit und dem Domhof archäologische Grabungen statt, die der Erforschung der karolingischen Domburg dienten. Bereits um 800 wurde die Missionszelle an der Hase zum Bistum erhoben und um diese Zeit dürfte ein repräsentativer Kirchenbau entstanden sein, an dem auch ein Friedhof angelegt war. In der Nähe der Nordfassade des Domes wurden Fragmente von Bestattungen freigelegt, wie sie im frühen 9. Jahrhundert üblich waren. In einem der Gräber wurde die Gewandschließe in Form einer Taube entdeckt. Warum diese Grabbeigabe den Beginn des Bistums und den Ursprung der Stadt Osnabrück markiert, fasst Martha Schönowski am Donnerstag, 6. Oktober, um 18 Uhr in einem Kurzvortrag zusammen. Infos unter Telefon 05 41/31 84 81. Treffpunkt im Forum am Dom, Domhof 12. Der Eintritt ist frei. Klapphocker werden zur Verfügung gestellt.

Seit 2016 findet nun das Veranstaltungsformat „Kunst in Kürze“ statt, bei dem jeweils am ersten Donnerstag im Monat in 20 Minuten Kunstwerke aus dem Sammlungsbestand der Domschatzkammer und des Diözesanmuseums erläutert werden. Häufig werden hierbei Objekte besprochen, für die in den überblickgebenden Museumsführungen keine Zeit bleibt. Um Lust auf einen Museumsbesuch zu machen, finden die Kurzvorträge unmittelbar vor den Kunstwerken statt und können so auch die Neugier auf weitere Entdeckungen wecken.

Mehr Infos im Internet: www.bistum-osnabrueck.de/dioezesanmuseum



AUTOMOBILE MARKENVIELFALT

- FordStore Rahenbrock
- Autopark Nahne
- Autohof Hansastrasse
- Autozentrum Weststrasse

www.rahenbrock.de

**JETZT
MARKENVIELFALT
ERLEBEN**



Rahenbrock





POWER FÜR PAPAS

773 144 Babys kamen im Jahr 2020 in Deutschland zur Welt. Wie die Mütter heißen, wie alt sie sind, ob die kleinen Kinder ältere Geschwister haben – solche Fragen werden in der Regel statistisch erfasst. Über die Väter ist aber wenig bekannt.

Die Johannisstraße in Osnabrück ist belebt an diesem Morgen. Eine Apotheke hat geöffnet, vor einem Supermarkt stehen einige Kunden, ebenso vor einem Tabakladen. Ein paar Meter weiter macht eine Beratungsstelle auf sich aufmerksam. „JuP!“ steht an der Tür, außerdem „Echte Männer reden“. Und „Aktion Mensch“. Hier hat der Sozialdienst Katholischer Männer – SKM zu Jahresbeginn ein Ladenlokal übernommen. Ganz bewusst mittendrin und nicht etwa abseits in einem sterilen Bürogebäude.

Jens Fechtmeier, Thomas Hogeback und Sebastian Dingelstedt bieten hier jungen Vätern Hilfe an. Dass junge Menschen, die Eltern werden, Unterstützung bekommen können, wissen viele gar nicht. „Und wenn es Beratung gibt, dann wendet sie sich meist in erster Linie an die Frauen. Die Männer sind eher mitgemeint“, sagt Fechtmeier. Dabei hätten auch die jungen Papas ihre Fragen: Wollte ich wirklich zu diesem Zeitpunkt Vater werden? Wie wachse ich in meine neue Rolle hinein? Wie hält man eigentlich ein Baby? Und wie

wechselt man eine Windel? Wer mit seiner Partnerin nicht zusammenlebt, muss sich mit Unterhaltsfragen beschäftigen. „Und das in einem Alter, in dem der junge Mann meist selbst noch in einem Findungsprozess ist und sich erst zu einem Erwachsenen entwickelt“, sagt Fechtmeier.

„JuP!“ kann solche Fragen beantworten. Ob in der Einzelberatung oder in der Gruppe – auf jeden Fall als ein kostenloses Angebot von außen, das vielleicht eher akzeptiert wird als das emotional beladene Gespräch

mit den eigenen Eltern oder das möglicherweise problematisierte mit den Eltern der jungen Mutter. Auch wenn es rund um die Elternschaft Schwierigkeiten geben könnte, will Fechtmeier gar nicht problembeladen in die Gespräche gehen. In erster Linie will er begleiten.

Das haben die drei von der Beratungsstelle in den vergangenen Wochen auch schon gemacht. Sie waren in Schulen und haben von ihrem Angebot erzählt, sie haben Kontakt aufgenommen zu anderen Beratungsstellen in der Stadt. In einer zehnten Klasse machte Fechtmeier eine für ihn interessante Erfahrung: Als er davon erzählte, welchen Erwartungen sich Väter heute stellen müssen, stieß er auf große Resonanz. Es ging um Entlastung der Partnerin, um Gleichstellung, um Elternzeit – aber auch um praktische Dinge wie Wickeln oder Erziehen. „Da formulierten auch die Mädchen ihre Wünsche, was manchen Jungen offenbar überrascht hat“, sagt er.

Fechtmeier hat Erfahrung darin, jungen Männern zur Seite zu stehen. Das hat er in den vergangenen elf Jahren in einer Einrichtung in Bielefeld schon gemacht, jetzt hat er für „JuP!“ den Arbeitgeber gewechselt. Eine Frage musste sich das Team selbst erst einmal beantworten: Auf welche Weise lassen sich die jungen Leute am besten erreichen? Ob es die frisch gedruckten Flyer sind, darauf ein junger Mann, der mit einem Kind spielt? Ob es über die sozialen Medien funktioniert? Die Erfahrung zeigt im Moment, dass die Mobilfunknummer über WhatsApp stark genutzt wird. Für den ersten Kontakt wird meistens geschrieben. Kaum jemand ruft an.

„ Da formulieren dann auch die Mädchen ihre Wünsche.“

Und es geht natürlich über die persönliche Ansprache. Deshalb verlassen die drei Männer regelmäßig ihr Büro in der Johannisstraße. Sie erzählen nicht nur in Schulen vom Vatersein, sondern wollen jetzt auch in Jugendclubs zu Wort kommen.

Oder sich beim Fachtag der Hebammen bekanntmachen.

Müssen interessierte Männer Voraussetzungen mitbringen? Abgesehen von der Altersbegrenzung auf 27 Jahre, die aber auch nicht in jedem Fall komplett festgeschrieben sein muss, kann jeder kommen, sagt Fechtmeier. Auch unabhängig von Religion oder Konfession ist jeder willkommen, auch wenn die Beratungsstelle katholisch getragen ist und Fechtmeier der evangelisch-reformierten Kirche angehört.

Wer „JuP!“ unverbindlich kennenlernen möchte, hat dazu am Sonntag, 25. September, die Möglichkeit. Am Weltkindertag präsentieren sich auf dem Rathausplatz viele Organisationen, die Kindern helfen – und ihren Eltern.

Text und Foto: Matthias Petersen



Ansprechbar: Thomas Hogeback (links), Jens Fechtmeier und Sebastian Dingelstedt beraten junge Papas.

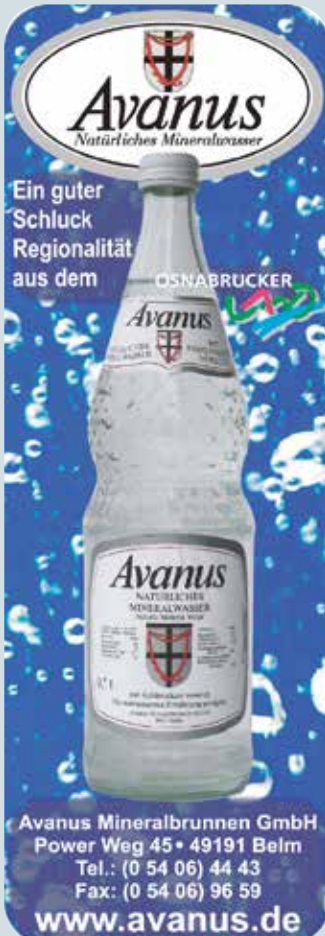
Das Angebot in der Johannisstraße 24 ist kostenlos. Dienstags von 16 bis 18 Uhr und donnerstags von 14 bis 16 Uhr ist offene Sprechstunde. Terminvereinbarung auch per WhatsApp: 0175 4385792.

CHRIST:OS

Die Zeitung „CHRIST:OS“ wird im Osnabrücker Stadtgebiet an jeden Haushalt verteilt – es sei denn, auf dem Briefkasten wird das Einwerfen kostenloser Zeitungen untersagt.

Sie haben die Zeitung bei einem Nachbarn gesehen, sie aber nicht bekommen und möchten sie [nachbestellen](#)?

Wir schicken Ihnen den „CHRIST:OS“ kostenlos zu. Schreiben Sie per E-Mail: christ-os@dom-medien.de



Avanus
Natürliches Mineralwasser

Ein guter Schluck
Regionalität
aus dem OSNABRÜCKER

Avanus
NATÜRLICHES MINERALWASSER

Avanus Mineralbrunnen GmbH
Power Weg 45 • 49191 Belm
Tel.: (0 54 06) 44 43
Fax: (0 54 06) 96 59
www.avanus.de

PILGERREISE



Spurensuche
im Heiligen Land

14. bis 24. November 2022

www.leser-und-pilgerreisen.de

Heiliges Land

Brückner ♦ Lange ♦ Unger ♦ Dr. Berger

Rechtsanwälte Fachanwälte Notare

Rechtsanwälte

Harald Brückner	Notar a.D.
Franz Lange	Fachanwalt für Versicherungsrecht
Detlef Unger	Notar, Fachanwalt für Arbeitsrecht
Dr. Martin Berger	Notar, Fachanwalt für Medizinrecht u. Versicherungsrecht
Jörg Gottschlich	Notar, Fachanwalt für Verkehrsrecht
Martina Kleine	Fachwältin für Familienrecht
Dr. Thorsten Arnemann	Fachanwalt für Bau- u. Architektenrecht
Christian Lange	
Katrin Holthoff	

Kollegienwall 26 | 49074 Osnabrück | Tel. 0541 - 35840 - 0 | Fax 0541 - 35840 - 48
info@brueckner-lange.de | www.brueckner-lange.de



BRÖCKER

**BRÖCKER METALLBAU -
IHR ZERTIFIZIERTER METALL-
SPEZIALIST AUS OSNABRÜCK**

Bröcker Metallbau GmbH
Franz-Lenz-Str. 14
49084 Osnabrück
TEL +49 541 40 69 69 - 0
FAX +49 541 40 69 69 - 69
E-MAIL info@broecker-metallbau.de

METALLBAU & SCHLOSSEREI // REPARATUR & WARTUNG // BAUELEMENTE // SONNENSCHUTZ

EIN GUTES BUCH MACHT DEN TAG AM ENDE FRÖHLICHER

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Zu wissen, dass am Ende eines langen Tages ein gutes Buch auf einen wartet, macht den Tag fröhlicher.“



In dieser doch so unsicheren Zeit, ist dieses Zitat von Kathleen Norris in meinen Augen wahrer denn je, und damit möchte

ich Sie einstimmen auf meine Empfehlungen des Herbstes.

Beginnen möchte ich mit einem absoluten Highlight – dem Debüt von Shelby van Pelt: „Das Glück hat acht Arme.“ Diese Hommage an das Leben rührt den Leser ab der ersten Seite. Sie beschreibt das Leben der Witwe Tova, die der Gesellschaft wegen einen Putzjob im örtlichen Aquarium annimmt. Sie freundet sich mit dem alten Kraken Marcellus an. Ihm allein kann sie ihre Sorgen anvertrauen. Als dann der junge Mann Cameron ihr nach einem Sturz unter die Arme greift, sehen beide nicht, dass sie so viel verbindet. Nun hat Marcellus alle acht Kraken voll zu tun, um die Wahrheit ans Licht zu bringen.

Als nächstes wartet mit Birk Grünlings „Am Arsch der Welt und andere spannende Orte“ trotz des deftigen Titels ein herrliches Kinderbuch auf Sie. Es entführt Sie und Ihre Kinder in 25 Landkarten zu skurrilen Orten mit spannenden Fakten von: Welches ist der höchste, welches der kälteste Ort, wo leben welche „Monster“ bis hin zu: Wo ist es gefährlich und in welchem Land lebt man sicher? Tolle Illustrationen runden dieses Kinderbuch für Jung und Alt ab.

Wenn die Tage kühler und die Abende länger werden greift man gerne mal in den Spieleschrank. Mit „High Score“ haben wir für Sie ein cleveres Würfelspiel für zwei bis fünf Spieler herausgesucht. Die kurzen, verständlichen Regeln erlauben einen schnellen Einstieg in immer neue Herausforderungen. Wer knackt den High Score und wer verliert alles? Denn nachdem der Erste vorgelegt hat, muss jeder Nachfolgende versuchen, das Ergebnis zu toppen. Doch aufgepasst, wer zu viel riskiert, kann alles verlieren.

Mit einem letzten Titel möchte ich sie auf die schöne Herbstzeit mit lauschigen Spaziergängen und gemütlichen Kaminabende einstimmen. Ralf-Uwe Beck hat mit „Augenblick mal“ Zwei-Minuten-Texte vorgelegt, die den Alltag durchkreuzen und zum Innehalten und Reflektieren einladen. Nehmen Sie sich die Zeit, es lohnt sich.

Bis dahin wünsche ich Ihnen eine friedliche Herbstzeit

Birgit Tepe-Rülander, Mitarbeiterin der Dom Buchhandlung



Ralf-Uwe Beck, Augenblick mal; 10,- €



Shelby van Pelt, das Glück hat acht Arme; 22,- €



Birk Grünling, Am Arsch der Welt und andere spannende Orte; 13,- €



Dom Buchhandlung

Buch & Kunst & mehr

Telefon: 0541 35738-20

bestellservice@

dom-buchhandlung.de

www.dom-buchhandlung.de



AKTION

DIE NEUE „WUNDERKACHEL“ ZEIGT DEN DOM

Ab sofort bietet die Dom Buchhandlung ein neues Highlight für alle Osnabrück-Liebhaber an: Nur in dem gegenüber dem Haupteingang des Doms gelegenen Geschäft erhalten Interessierte exklusiv die erste „Osnabrücker Wunderkachel“, die als Motiv den Dom St. Petrus zeigt. Handgefertigt und gebrannt in Italien, ist jede Kachel ein Unikat.

Mit einem handlichen Format von 10x10 Zentimetern kann sie ein ideales Geschenk für alle Fans der Friedensstadt sein und außerdem als perfektes Mitbringsel für alle dienen, die andere besuchen und auf diese Weise ihrer Heimatliebe Ausdruck verleihen möchten.

Die „Osnabrücker Wunderkachel“ gibt's zum Preis von 15 Euro in der Dom Buchhandlung, Domhof 2.



Dem Leben Perspektive(n) geben...



Berufsbildende Schulen im Marienheim

Gut Sutthausen 1 | 49082 Osnabrück
Tel. 0541-99004-40 | sekretariat@bbs-marienheim.de

www.bbs-marienheim.de

Unser Bildungsangebot

Schulformen:

- ✎ **Berufseinstiegsschule**
Gesundheit und Soziales
- ✎ **Berufsfachschule**
Schwerpunkt Sozialpädagogik
- ✎ **Fachoberschule**
Gesundheit und Soziales
Schwerpunkt Sozialpädagogik
Schwerpunkt Gesundheit / Pflege

Ausbildungen (Schule und Praxiseinrichtung):

- ✎ **Berufsfachschule Pflegeassistenz**
Staatlich geprüfte/r Pflegeassistent/in
- ✎ **Berufsfachschule**
Sozialpädagogische Assistenz
Staatlich geprüfte/r Sozialpädagogische/r
Assistent/in
- ✎ **Fachschule Sozialpädagogik**
Staatlich anerkannte/r Erzieher/in

Nähere Informationen auf unserer Webseite.
Beratung und Anmeldung gerne nach Vereinbarung.



**VERSTEHEN.
VERTRAUEN.
VERANTWORTEN.**

SOMMERLICH UND GESUND

AROMATISCH GEFÜLLTE TOMATEN

Zutaten für vier Personen:

4	schöne Tomaten (z. B. Oxshenherztomaten)
150 g	große Graupen
450 ml	Gemüsebrühe
1 TL	Kurkuma
1 Bd.	Lauchzwiebeln
300 g	Brokkoli
2	violette Möhren
2 EL	Öl
	Salz und Pfeffer
½ Bd.	Estragon
120 g	geriebener Bergkäse



- Tomaten waschen und im oberen Drittel einen Deckel abschneiden. Mit einem Kugelausstecher aushöhlen und mit der Öffnung nach unten gut abtropfen lassen.
- Graupen in einem Sieb abbrausen. Anschließend in der mit Kurkuma gewürzten Brühe ca. 30 Minuten garen.
- Inzwischen Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Brokkoli in Röschen teilen und waschen. Möhren schälen, putzen, in dünne Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Gemüse darin anbraten.
- Graupen abgießen, abtropfen lassen und mit dem Gemüse mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen.
- Estragonblättchen abzupfen, hacken und bis auf ein paar Blättchen zum Garnieren mit dem Käse unter die Gemüse-Graupen-Mischung geben.
- Tomaten mit der Mischung füllen und in die Auflauf-form setzen. Im heißen Ofen ca. 20 Minuten backen, dann herausnehmen und mit Estragon garnieren.

Guten Appetit!

BEREIT FÜR MEER?

MÜNSTER OSNABRÜCK
INTERNATIONAL AIRPORT
#wirfliegenabhier



ENTDECKEN
SIE SONNENZIELE
IN DER TÜRKEI,
ÄGYPTEN,
SPANIEN ODER
GRIECHENLAND.

**NONSTOP
URLAUB AB FMO!**
DEUTSCHLANDS
BELIEBTESTER FLUGHAFEN*

*laut Google-Ranking (05/2022)

FMO.DE

