

# hofpost

Das Magazin vom Ekkharthof

Ausgabe N° 1 August 2023

Ekkharthof

## Üsi Höhepunkt:

Rezept-Tipp: Sevi's  
herzhaft Roulade

## Üsi Erläbnis:

Diesen Sommer:  
Minigolf für alle!

# neus vo üs

Liebe Leserin, lieber Leser  
Mit grosser Freude und einem  
Hauch von frechem Charme  
stellen wir Ihnen heute unsere  
neue Publikation vor: Die «Hof-  
post»! Von nun an werden wir  
Sie viermal im Jahr mit den  
neuesten Ereignissen und span-  
nenden Geschichten aus  
unserer bunten Gemeinschaft  
versorgen – leichtfüssig, aber  
unwiderstehlich.

Die Form ist knapper, denn in die «Hofpost» kommt, was auf den Punkt kommt. Sie werden sehen: Die «Hofpost» ist ein Ort, an dem wir unsere Gemeinschaft zusammenbringen und sie feiern. Ob es um die Geschichten unserer Menschen geht, um inspirierende Projekte und Produkte, die hier entstehen, oder um Veranstaltungen, die uns zum Lachen und Nachdenken bringen - in der «Hofpost» werden Sie all das finden und noch viel mehr, denn die «Hofpost» ist mehr als nur ein bescheidenes Faltblatt:

Wenn Sie sie entfaltet und durchgelesen haben, es Sie aber nach noch mehr Ekkhart-hof verlangt, verlängern Sie Ihre Lektüre einfach via QR-Codes auf unsere Website.

Wir platzen vor Freude und hoffen, dass Sie genauso viel Freude beim Lesen haben wie wir beim Erstellen unserer neuen und einzigartigen Publikation. Bleiben Sie neugierig und begleiten Sie uns auf diesem aufregenden Abenteuer!

**Ihr «Hofpost»-Team**

**Weitere  
News:**



# üsi höhepunkt

## Rezept-Tipp:

### Sevi's herzhafte Roulade für 5 Personen

#### Zutaten Biskuit

4 Eiweiss  
4 Eigelb  
50ml Wasser heiss  
1 Prise Zucker  
1 TL Salz

80g Mehl  
40g Reibkäse

#### Zubereitung Biskuit

Steif schlagen

Alles aufrühren

Eiweiss, Mehl und Reibkäse abwechselnd langsam unter die Masse heben Ofen auf 180°C vorbacken.

1 Backblech mit Backpapier richten. Masse auf Blech verteilen gleichmässig ausstreichen bis in die Ecken. Im Ofen 10 min backen. Rausnehmen und auf ein nasses Küchentuch stürzen und mit dem Blech zudecken.

#### Zutaten Füllung

1 Aubergine

1 Tomate  
5-8 getrocknete Tomaten

12 Scheiben Mostbröckli

Frische Kräuter z.B. Petersilie  
1 Zitrone

250g California Bio Frischkäse

#### Zubereitung Füllung

Schälen und in 5-8mm grosse Würfel schneiden. Mit wenig Öl langsam in einer Bratpfanne braten. Wenig mit Salz und Pfeffer würzen.

Waschen, vierteln und Kerngehäuse ausschneiden. In kleine Würfel schneiden. Getrocknete Tomaten so fein schneiden wie möglich (falls ein Cutter vorhanden ist cuttern)

So feine Würfel wie möglich schneiden.

Fein schneiden, Zitronenschale abreiben mit Raffel.

Mit den gehackten getrockneten Tomaten vermischen. Die gebratene Aubergine, Tomaten frisch, Mostbröckli, frische Kräuter, Zitronenschale und Frischkäsegemisch zusammen mischen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Paprika abschmecken.

#### Füllen

Sprossen oder Rucicola

Die Füllung auf dem kalten Biskuit gleichmässig verteilen. Am unteren Rand Sprossen und Rucicola verteilen und von dort aus locker aufrollen. In Klarsichtfolie wickeln und über Nacht ruhen lassen In Scheiben schneiden. Guten Appetit!



#### Entdecken Sie unsere Produkte

Die Produkte, die wir für das Rezept verwenden, sind alle in unserem Bio-Laden erhältlich. Der Zucker und die Kräuter stammen von unserer hauseigenen Marke «Hand und Hof».



Rezept von  
Severin Brunner,  
Ekkharthof

# üsi erlÄbniS

Vielfältige Erlebnisse das ganze Jahr über.

Der Ekkharthof ist ein Ort, an dem schon immer Inklusion gelebt wird. Hier wird Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen ein barrierefreies Sport- und Freizeitangebot geboten.

Weitere Erlebnisse unter:  
[www.ekkhartof.ch/erlebnisse](http://www.ekkhartof.ch/erlebnisse)



Diesen Sommer: Minigolf für alle!

Neben dem Erlebnisrundgang und dem gemütlichen Bistro ist die Minigolfanlage diesen Sommer ein Highlight für Jung und Alt. Doch nicht nur die betreuten Menschen profitieren von diesen Angeboten – auch Besucherinnen und Besucher sind herzlich eingeladen, an den Aktivitäten teilzunehmen und unvergessliche Momente zu erleben.



Der Eintritt ist kostenlos! Schläger sowie Bälle stehen frei zur Verfügung. Die neue Minigolfanlage auf dem Ekkharthof ist ein Ort, an dem sich Menschen jeden Alters und jeder Fähigkeit begegnen können.

Ob Sie alleine spielen oder mit Freunden und Familie kommen, bei uns ist für jeden etwas dabei. Das Spielen auf unserer Anlage macht nicht nur Spass, sondern fördert auch den Zusammenhalt und die Integration.

Es ist eine grossartige Gelegenheit, neue Menschen kennenzulernen und gemeinsam eine gute Zeit zu verbringen. Neben dem Minigolf können Sie auch den Bioladen auf dem Ekkharthof besuchen und sich mit frischen, regionalen Produkten versorgen. Und für eine erfrischende Pause steht Ihnen unser Eis zur Verfügung.

Wir laden Sie herzlich ein, den Ekkharthof zu besuchen und die vielfältigen Möglichkeiten für Bewegung, Begegnung und Genuss zu entdecken. Bei uns finden Sie ein inklusives und herzliches Umfeld.



Der Ekkharthof ist darauf angewiesen, Spenden zu erhalten, um die Infrastruktur lebendig und erlebnisreich zu gestalten. Jede Unterstützung, sei es finanziell oder durch Ihre Teilnahme an den Aktivitäten, ist von grosser Bedeutung und hilft uns, anderen wunderschöne Momente zu bescheren.

Mehr unter:  
[www.ekkhartof.ch/spenden](http://www.ekkhartof.ch/spenden)

# üsi gschichte

«Ziit schenke»!

Mit grosser Freude möchten wir uns bei der Katholischen Kirche Kreuzlingen-Emmishofen für die diesjährige finanzielle Unterstützung im Rahmen ihres Aufrufs zur Projektförderung bezüglich soziales Engagement bedanken. Ihre grosszügige Zuwendung in Höhe von 11.000 CHF hat es uns ermöglicht, ein ganz besonderes Projekt für unsere Bewohner:innen umzusetzen: «Ziit schenke».



Zum Online-Artikel



## üsi produkt



Bio-Eistee

Unser Bio-Eistee von Hand & Hof – die perfekte Erfrischung für heisse Sommertage! Mit erlesenen Kräutern und Früchten, ausgewählt von unserer Gärtnerei, von Hand verarbeitet, ist unsere Bio-Eistee-Hausmischung genau die richtige Abkühlung bei diesen heissen Temperaturen. Erhältlich im Ekkharthof Bio-Laden.



# üsi agenda



**Fr. 18.08**

Irischer Abend: Konzert, Darts mit Snacks und Guinness. An Muilleoir, ab 19 Uhr

---

**Sa. 02.09 &  
So. 03.09**

Herbstfest: Motto «Begegnung», kreative Angebote und Aktivitäten Essen und Musik, ab 10 Uhr bis 17 Uhr

---

**Mi. 06.09**

Referat mit Markus Treichler:  
«Über die Seele – Grundlagen einer anthroposophischen Psychologie», 15:30 bis 16:45 Uhr

---

**Mi. 27.09.**

Lunchtime-Referat mit Barbara Fuhrer:  
«Fit in analoger und digitaler Kommunikation»,  
11:30 Uhr, Eintritt frei!

---

**Die gesamte Agenda finden Sie unter:  
[www.ekkhart Hof.ch/agenda](http://www.ekkhart Hof.ch/agenda)**