hofpost

Das Magazin vom Ekkharthof

Ausgabe № 1 August 2023

Ekkharthof

Üsi Höhepünkt:

Rezept-Tipp: Sevi's herzhafte 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 «Hofpost»! Von nun an werden wir Sie viermal im Jahr mit den neuesten Ereignissen und spannenden 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 ein-fach 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 ein-zigartigen Publikation. Bleiben Sie neugierig und begleiten Sie uns auf diesem aufregen-den Abenteuer!

Ihr «Hofpost»-Team

üsi höhepünkt

Rezept-Tipp:

Sevi's herzhafte Roulade für 5 Personen

Zutaten Biskuit	Zubereitung Biskuit
4 Eiweiss	Steif schlagen
4 Eigelb 50ml Wasser heiss 1 Prise Zucker 1 TL Salz	Alles aufrühren
80g Mehl 40g Reibkäse	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	Zubereitung Füllung
1 Aubergine	Schälen und in 5-8mm grosse Würfel schneiden. Mit wenig Öl langsam in einer Bratpfanne braten. Wenig mit Salz und Pfeffer würzen.
1 Tomate 5–8 getrocknete Tomaten	Waschen, vierteln und Kerngehäuse herausschneiden. In Kleine Würfel schneiden. Getrocknete Tomaten so fein schneiden wie möglich (Falls ein Cutter vorhanden ist cuttern)
12 Scheiben Mostbröckli	So feine Würfel wie möglich schneiden.
Frische Kräuter z.B. Petersilie 1 Zitrone	Fein schneiden, Zitronenschale abreiben mit Raffel.
250g California Bio Frischkäse	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 Ruccola	Die Füllung auf dem kalten Biskuit gleichmässig verteilen. Am unteren Rand Sprossen und Ruccola verteilen und von dort aus locker aufrollen. In Klarsichtfolie wickeln und über Nacht ruhen lassen In Scheiben schneiden. Guten Appetit!

Rezept von Severin Brunner, Ekkharthof

Sortiment Bio-Laden

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».

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.ekkharthof.ch/erlebnisse

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.

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.

Unterstüzen Sie uns!

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.ekkharthof.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.ekkharthof.ch/agenda