



Die glücklichen Absolventen der Fachmatura Pädagogik.
Bild Laura Inderbitzin

Ein Besen als Abschlussgeschenk

INGENBOHL Gestern durften 19 Schülerinnen und Schüler im Theresianum Ingenbohl ihre Fachmaturitätszeugnisse Pädagogik entgegennehmen.

Laura Inderbitzin

In einer kleinen Feier konnten 19 Jugendliche aus der Region aufschneiden: endlich die Fachmatura Pädagogik geschafft. Am besten hat Roger Arnold aus Ibach abgeschlossen. Tanja Hager, Leiterin der Fachmittelschule, gratulierte ihm zu der Abschlussnote 5,1. Mit einem Augenzwinkern erhielt er ein ungewöhnliches Geschenk: einen Besen, der auch perfekt für eine Hexe geeignet wäre. Das Putzgerät wurde ihm im Namen von Clemens Gehrig, Rektor des Theresianums, übergeben.

Aufgeschobener Putzdienst

Die Erklärung: Im Theri ist es so, dass das Schulzimmer jeden Abend auf-

räumt sein muss, und stichprobenweise wird das kontrolliert. Wenn ein Zimmer nicht sauber ist, bekommt der Zuständige eine «Gelbe Karte». Nach wiederholtem Male muss dann ein Einsatz im Putzteam der Schule geleistet werden.

Roger Arnold hätte diese Aufgabe gehabt – hat sie aber lange nicht ausgeführt. Erst einige Tage vor der Abschlussfeier leistete er diesen Dienst. Deshalb kam es gestern zu diesem ungewöhnlichen Geschenk.

«Neue Freiheit finden»

Musikalisch begleitet wurde die Feier von Julianna Suter, einer Schülerin des Gymnasiums. Mit ihrer starken Stimme überzeugte sie mit Liedern wie zum Beispiel «Unwriten» von Natasha Bedingfield.

Wie in diesem Lied sprach Tanja Hager in ihrer kurzen Rede davon, dass sie die Schüler ziehen lassen müsse und dass diese nun eine neue Freiheit gewinnen könnten.

Die meisten Absolventen machen nun einen Sprachaufenthalt, bevor für sie im Herbst das Studium an der Pädagogischen Hochschule beginnt.

Alter Schwyzerweg wird von OAK saniert

SCHWYZ/OBERIBERG Der Wander- und Bewirtschaftungsweg Alter Schwyzerweg ist in einem bedenklichen Zustand. Das soll sich jetzt dank der OAK ändern.

ERHARD GICK

Der Alte Schwyzerweg ist begehrt. Jedes Jahr laufen mehrere Hundert Wanderer über die Ibergeregge, entweder nach Schwyz oder nach Oberiberg. Der Alte Schwyzerweg ist aber nicht nur Wanderweg, er ist multifunktional und dient zahlreichen Landwirten als Bewirtschaftungsweg, den Bikern als Tummelfeld. «Aufgrund von Reklamationen bezüglich Begehbarkeit des Weges kam der Verein Schwyzer Wanderwege auf die OAK als Grundeigentümerin und die betroffenen Gemeinden Oberiberg und Schwyz zu», sagt Silvan Betschart, Projektverantwortlicher bei der OAK, auf Anfrage. «Ebenfalls haben wir als Grundeigentümerin das Bedürfnis, den Weg zu sanieren, da der Weg für die Streunutzung mit landwirtschaftlichen Fahrzeugen kaum mehr befahrbar ist und das Vieh die blanken Prügel meidet», so Betschart weiter. Jetzt will die OAK Gegenmassnahmen treffen und den historischen Weg sanieren.

Vor Jahren Teilstücke saniert

Es ist indessen nicht die erste Instandstellung auf dem Alten Schwyzerweg. Schon vor rund 20 Jahren hat der Verein Schwyzer Wanderwege, unter Mithilfe des Bundesamts für Strassen (Astra), der Organisation «Inventar historischer Verkehrswege der Schweiz (IVS)», der OAK und der Gemeinden Oberiberg und Schwyz, den Weg instand gestellt. «Schwyzer Wanderwege begrüsst es, dass die OAK wieder mit den Gemeinden zusammen den Weg saniert. Auch die Arbeitsgemeinschaft für Wanderwege steuert einen finanziellen Beitrag zur Sanierung bei», erklärt Emil Gwerder, Geschäftsführer von Schwyzer Wanderwege.

Die Oberallmeindkorporation Schwyz ist Grundeigentümerin des Wander-

weges. Der Alte Schwyzerweg verläuft von Schwyz über die Ibergeregge nach Oberiberg. Der Weg führt durch eidgenössisch geschütztes Hoch- und Flachmoorgebiet und liegt im Einzugsgebiet der Nutzungsplanung Ibergeregge. «Aus diesem Grund dürfen wir mit der Sanierung des Weges erst im September beginnen, da er durch Flach- und Hochmoor verläuft», erklärt Silvan Betschart. Da der Weg einen historischen Verlauf mit viel Substanz aufweist, ist dieser

ein Objekt von nationaler Bedeutung und liegt weiterhin im Inventar historischer Verkehrswege der Schweiz. Insgesamt investiert die OAK 187 000 Franken in die umfangreiche Sanierung. Bei mehreren Begehungen mit Vertretern der Gemeinde, von Schwyzer Wanderwege, dem IVS und weiteren Partnern wurde ein Projekt ausgearbeitet. Das Projekt wird auch vom Amt für Natur, Jagd und Fischerei (ANJF) zur Streunutzung sehr begrüsst.



Die Bewirtschaftung ist heute mit dem schlechten Weg nur beschränkt möglich. Mit der Sanierung ändert sich das.



Das Bild spricht eine deutliche Sprache. Nässe hat dem historischen Prügelweg arg zugesetzt.
Bilder OAK

Wie fritttere ich Fasnachtsgebäck möglichst schonend?

RATGEBER

Heute zum Thema:

- Gesundheit
- Stil
- Recht
- Beziehungen
- Geld

Daheim

Erziehung

Die Fasnacht ist von ihrem Grundgedanken her etwas Lustvolles. Es war die Fas(t)-Nacht, die Nacht vor Aschermittwoch und vor dem Beginn der 40-tägigen Fastenzeit. Es durfte noch einmal richtig ausgelassen gefeiert und gegessen werden, bevor die Enthaltensamkeit begann. In katholischen Gebieten verarbeiteten die Frauen ihre Vorräte an Schmalz (Schweinefett zum Frittieren), Milch, Butter, Rahm und Eier; Nahrungsmittel, die danach untersagt waren. So kam der Schmutzige Donnerstag zu seinem Namen: Schmutz meint in diesem Kontext Fett. Und auch der Güdelmontag weist auf die alte Tradition hin, in den Tagen vor der Fastenzeit nochmals richtig zu vollern. «Güdel» steht gemäss Duden für «fetter, mit Speisen vollgestopfter Bauch».

Menge ist entscheidend

Da kaum mehr jemand fastet und wir uns nicht mehr so stark körperlich betätigen wie unsere Vorfahren, soll der

KÜCHE Die Fasnachtsgebäcke locken wieder. Doch wie sieht es aus mit der ausgewogenen Ernährung – Fasnachtsgebäck ist ja meist frittiert und daher sehr fettig. Was muss ich allenfalls beim Kauf beachten? Gerne würde ich auch einmal selber versuchen, Schenkeli herzustellen. Wie halte ich den Fettanteil bei frittierten Backwaren möglichst tief? Und was, wenn ich gar keine Fritteuse habe?

B. C. in L.

bewusste Genuss vor der Menge stehen. Die ausgewogene Ernährung – als Richtlinie gilt die Schweizer Lebensmittelpyramide – schliesst keine Nahrungsmittel oder Speisen aus. Wie viel von was gegessen wird, ist entscheidend. (Ein Schenkeli deckt rund 16 Prozent des Tagesbedarfs an Fett, ein Fasnachtschüechli rund 19 Prozent und liefert

Kurzantwort

Frittiertes Gebäck ist nicht per se ungesund. Es kommt auf die Menge an. Eine kleine Portion ist unproblematisch. Es sollte jedoch tagsfrisch genossen werden. Beim Selber-Frittieren unbedingt hitzebeständiges Öl verwenden. Etwas komplizierter ist es im hohen Bratpf. Die Temperatur des Öls darf nicht unter 160 und nicht über 180 °C sein. Überschüssiges Fett beim Auskühlen mit Haushaltspapier auffangen/abtupfen.

etwa 200 kcal). Süsses Gebäck wie das Fasnachtsgebäck gehört in die Spitze der Pyramide. Eine kleine Portion ist unproblematisch.

Frittierte Gebäcke sollten am Tag der Herstellung genossen werden. Sonst verlieren sie ihre «Knusprigkeit», werden trocken, und der Fettgeschmack wird stärker. Dass gekaufte Schenkeli oft trocken sind, kann verschiedene Gründe haben: nicht tagesfrisch, dem Teig wurde zu viel Mehl zugegeben – oder sie wurden bei zu niedriger Temperatur und dadurch zu lange gebacken. Ein feines Schenkeli zeichnet sich durch einen schönen Riss an der Oberfläche aus.

Frittieren ist keine Hexerei

Möchten Sie selber Schenkeli herstellen, finden Sie ein Rezept im Internet oder in der Tiptopf-Ausgabe von 1999 (brauner Einband). Die Zubereitung des Teiges ist einfach; ein klassischer gerührter Teig, den man auch für Cake und Kuchen anwendet. Hat man eine Fritteuse, ist es keine Hexerei. Entscheidend ist das Öl bzw. Fett für das Frittieren. Es muss hitzebeständig sein. Geeignet ist

Frittieröl, Holl-Rapsöl, Holl-Sonnenblumenöl oder ein Gemisch aus Rapsöl, Erdnussöl und Kokosfett. Anspruchsvoller ist es, wenn man sich mit einem hohen Bratpf und einem Thermostat anstelle der Fritteuse behelfen muss. Da ist es zwingend notwendig, die Temperatur laufend zu kontrollieren. Fällt sie unter 160 °C, werden die Schenkeli eher pampig und fettig, über 180 °C ist die Gefahr des Überhitzens des Öls gross. Es könnte sich selber entflammen. Für die Backprobe schneidet man ein Schenkeli entzwei. Zu wenig frittiert wird das Gebäck «pampig», ist es zu lange frittiert, wird es dürr. Ist das Gebäck durchgebacken, lässt man es am besten auf Haushaltspapier auskühlen. So bleibt kein überschüssiges Fett an der Kruste.

Vorsicht, Brandgefahr

Beachten Sie auch folgende Hinweise für das Frittieren:

- Öl nicht überhitzen, für den Notfall passenden Deckel und/oder Feuerdecke griffbereit halten.
- Rückstände aus dem Öl sofort entfernen, damit sie nicht verbrennen.
- Gebrauchtes Öl nie mit frischem mischen.
- Bei sorgfältigem Gebrauch kann das Öl 2- bis 3-mal verwendet werden.
- Altöl bei der Sammelstelle abgeben.



MONIKA NEIDHART, GOLDAU
Hauswirtschaftslehrerin und
Fachjournalistin MAZ/IFH
ratgeber@luzernerzeitung.ch

Auch auf Facebook.
Üsi Ziitig.



Werden Sie «Bote»-Fan auf
www.facebook.com/botederurschweiz

