



DÖBRIACH 2014

Heldenessen:

Montag:

mittags:

Tomate mit Schafskäse

abends:

Ofenkartoffeln mit Puten- und Tofuschnitzeln mit Tsatsiki

Zimtjoghurt

Dienstag:

Bergfest: lasst Euch überraschen



WANTED!

HELDENZEITUNG (SUCHT NAMEN)

4. AUSGABE

Lecker-schmecker

Damit wir während des ganzen Heldentrainings bei Kräften bleiben, wird täglich frisch gekocht und für frisches Obst und Gemüse gesorgt.

Das Küchenteam besteht aus den sechs Superköch*innen Nathalie, Sebastian, Ecki, LüLü, Mirella und Mona. Weil wir aber nicht nur heldenmäßig toll sind, sondern auch heldenmäßig viel essen, braucht das Team eine Unterstützung von acht Workshopteilnehmer*innen. Diese Held*innen können dem Kochteam helfen. Dabei werden viele neue Dinge gelernt wie zum Beispiel : Obst und Gemüse richtig schneiden oder einen Joghurt zubereiten. Ebenso wurde schon Nachtisch für Alle gebacken: Muffins und Brownies.



Holger sorgt dafür, dass jeden Tag frisch eingekauft wird. Für alle knapp 130 Held*innen hier, die versorgt werden müssen, werden dann schon mal 20 Kilogramm Obst und Gemüse oder 15 Kilogramm Joghurt gekauft.

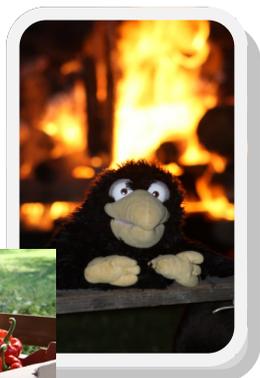


Bei so viel Essen nicht den Überblick zu verlieren, verlangt sehr viel Können und Konzentration. Aber weil unsere Küchenfee Nathalie schon zum elften Mal mitfährt und in der Küche arbeitet, ist das für sie alles kein Problem. Vor allem nicht, wenn die acht Kinder aus dem Workshop ihr tatkräftig unter die Arme greifen.

Nadine



Zeltlagerleben





Sneak Preview

= kleine geheime Vorschau aufs Programm der nächsten Tage

Montag:

morgens:

Haare färben, Heldenmasken & Batiken

mittags:

Armschützer und Schuhflügel

abends:

Bingo

Dienstag:

Bergfest

Mit dabei: Kostüme, Kissen, Überraschungen, Elsa-Ingepork, Schminke, Fotos im Kostüm



Wahre Liebe

Eine echte Männerfreundschaft ist stärker als alles andere!
Denn wahre Liebe endet nie!

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ LüLü und Janni ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥



Grüße

Schnacknaber grüßt Nachtschaber!

Der allerweltbester Matze grüßt seine Mädels Hanna, Anka, Lena & Dunja.
Ihr seid die Besten!

Von A für Gurke:

Jaaaaa ♥♥ aber denke an das Kleid! :D

An Jessica, ich möchte sagen, dass ich dich mag. Liebe Jessica, ich mag dich!
von Robin

Ich grüße Arne und Marco mit einem
♪♪ Loca, Loca, Loca! ♪♪

Vegano grüßt den Kaipitän und die Hexe des Westens.

Grüße

Arne grüßt Marco und sein Zelt mit einem Loca, Loca, Loca!

Die Prinzessin grüßt ihre Schnupsis Juliana, Greta, Martha, Jessica, Aaliyah und Alex. Ihr seid meine Heldinnen, nicht nur beim Spülen!

Liebe Grüße an den Kiwi. Ich fand den Workshop voll cool! - Lukas

Kiwi grüßt sein ultrasupercoolesgenialeschmackofautzigesturbostroapsigeshyperkrasses Spitzen-Zelt.

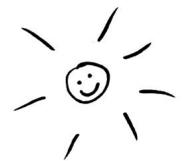
Weil sie nicht nur als Mama sondern auch als Köchin eine Heldin ist, grüßen Nadine und Beky die wunderbare Nathalie! ♥

Grüße

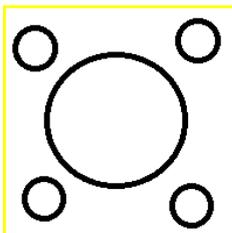
Wettervorhersage für Montag/Dienstag:



Affengeile 20-24°C!! Kurze Schauerchen sind aber leider nicht auszuschließen...



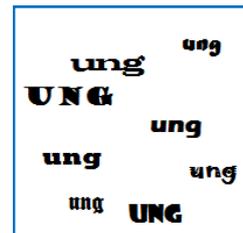
Heldenhafter Rätselspaß



Was ist das?

Was ist haarig und wird in der Pfanne gebraten?

Was ist braun und schwimmt unter Wasser?



Was ist das?

Die Auflösung zu den Rätseln gibt es in der nächsten Ausgabe.