

Toi Toi: Parkdeck ist (fast) fertig



War vermutlich keine Absicht, passt aber trotzdem gut ins Bild: Mit einem „Toi Toi“ verabschieden sich die Sanierungsarbeiten auf dem Markett-Parkdeck. Die „Glückwünsche“ auf dem mobilen Toilettenhäuschen können die Kettwiger und das Team von REWE Lenk gut gebrauchen, denn die Arbeiten waren vom Pech verfolgt.

Nun ist die Baustelle geräumt und sogar eine neue Schrankenanlage in Betrieb. Eine kleine, abgesperrte Insel (und das Toilettenhäuschen) erinnern noch an die „unendliche Geschichte“, ansonsten scheint jetzt alles wieder beim Alten zu sein. Wer bei REWE Lenk in Kettwig einkauft, kann die Parkplätze bis zu einer Stunde kostenlos nutzen.

Von einer endgültigen Fertigstellung zu sprechen, damit tut sich Marktbetreiber Thomas Lenk allerdings noch ein wenig schwer. Seit dem Beginn der Sanierungsarbeiten im Sommer 2017 wurde die Geduld der motorisierten Markett-Kunden und des Lenk-Teams immer wieder durch neue Probleme und Verzögerungen auf die Probe gestellt. Technische Schwierigkeiten, die betagte Bausubstanz, die starken Regenfälle und andere Probleme sorgten dafür, dass die Fertigstellung mehrfach in die Verlängerung gehen musste. Auch die Verkaufsräume des REWE-Marktes wurden zeitweise in Mitleidenschaft gezogen

Weiter auf Seite 4

Kürbisse sind erschreckend lecker

Vielseitige Gemüsepflanze jetzt wieder in aller Munde



Buh. Wenn es Ende Oktober wieder verstärkt auf Halloween zugeht, ist das natürlich nur etwas für ganz starke Nerven. Die Geschmacksnerven der Genießer werden allerdings schon lange vorher angesprochen, denn Kürbisse eignen sich bekanntlich nicht nur als ausgehöhlte Grusel-Deko. Mehr über den Start der Kürbissaison bei REWE Lenk gibts auf Seite 3.

Lesen Sie heute in

LENK *Live*

- Die helle Freude für Kaffee-Genießer

Seite 2

- Plastik: Weniger ist mehr für die Meere

Seite 4

- Kettwigs Kulitalia beim Kreativ Award

Seite 4



Pottschwarz: Die helle Freude für Kaffeegenießer

Kaffee aus regionaler Rösterei bei Lenk in Kettwig

Mit mehr als 160 Litern pro Kopf und Jahr gehört Kaffee ganz sicher zu den Lieblingsgetränken der Deutschen. Dass es bei aller Masse nicht an Klasse fehlt, dafür sorgen Kenner wie Oliver Kraus (Bild). 2017 gründete der Cafébesitzer und ausgebildete Barista Mülheims erste private Spezialitätenrösterei. Unter einem Namen, der gleichermaßen gut zum Produkt und zum Ruhrgebiet passt. Mittlerweile steht „Pottschwarz“ längst für schonend geröstete, aromatische Kaffees aus Mittelamerika, bei deren Handel auch die Erzeuger nicht zu kurz kommen. Ausgesuchte Kaffeespezialitäten aus der Rösterei gibt es nun auch bei REWE Lenk in Kettwig.

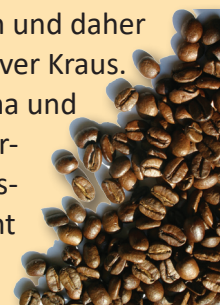
„Kaffee war und ist genau mein Ding,“ so Oliver Kraus, der seine Leidenschaft für den aromatischen Genuss zum Beruf machte. Dafür hängte er seine Arbeit in der Flugbetriebsleitung bei der Lufthansa in Düsseldorf an den Nagel und wechselte – transporttechnisch gesehen – vom Flugzeug aufs Schiff. Auf dem Wasserweg kommen die ausgesuchten Kaffeebohnen aus Mittelamerika (fast) ohne Umwege nach Mülheim. Von der Finca El

Salvador im gleichnamigen Staat bezieht „Pottschwarz“ einen direkt gehandelten Kaffee aus besten Arabica-Bohnen, dessen nussig-kraftiges Aroma an dunkle Schokolade erinnert. Die faire Bezahlung für die Kaffeebauern vor Ort steht auch bei der zweiten Pottschwarz-



Spezialität aus dem Lenk-Sortiment im Vordergrund. Die Bohnen aus Costa Rica stammen von der Finca Don Oscar aus einer Anbauhöhe von fast 2.000 Metern. Der Kaffee verfügt über ein nussig-weiches Aroma und den Anklang heller Schokolade.

Die Kaffeebohnen beider Sorten werden in der Pottschwarz-Rösterei an der Düsseldorfer Straße 77 mit viel handwerklicher Arbeit in einem Trommelröster perfektioniert. „Das garantiert einen Kaffee, der ohne Säuren und daher sehr verträglich ist,“ verrät Oliver Kraus. Dass das hervorragende Aroma und das einzigartige Geschmackserlebnis bei der schonenden Röstung erhalten bleiben, versteht sich von selbst.



Wer es findet, findet es gut

Verdi: Kettwigs kleiner und feiner Geschenkeladen

Er ist nicht ganz leicht zu finden, aber wer ihn einmal gefunden hat, findet ihn gut: „Verdi“ auf dem Hof von Kettwigs Hauptstraße 90 ist längst mehr als ein Geheimtipp für alle, die Geschenke mit Herz suchen oder sicher selbst beschenken wollen. Unter dem Motto „Wohnen - Schenken - Behalten“ bietet Nicola Kuhlmann (Bild) im kleinen, aber feinen Rahmen Tücher, Schmuck, Wohnaccessoires, Taschen, dekorative Ideen und einiges mehr.

Weil nun wieder die kühlere Jahreszeit kommt, steht im dem urigen Fachwerkhäus jetzt schon alles im Zeichen der Wohlfühlatmosphäre. Die Kuschelschals, die verspielten Schmuck-Accessoires, das kunstvoll gestaltete Geschirr und die vielen kleinen Geschenkideen sind allerdings nicht das einzige, was die Stimmung an den dunkleren Herbsttagen aufhellen dürfte.

„Wir setzen hauptsächlich auf Naturmaterialien, jetzt vorwiegend in den Farbtönen

Beige, Grau, Weiß und Grün,“ verrät Kettwigerin Nicola Kuhlmann, die die Bezeichnung „Verdi“ schon vor vielen Jahren bei einem Cafébesuch in Holland aufschnappte und für ihr Geschäft in Kettwig übernahm. Aus dem Land der Tulpen und Grachten kommt – neben dem Namen – auch ein wesentlicher Bestandteil des Angebots. Die Taschen, Gürtel und Portemonnaies von X-Works, bei vielen auch unter der Bezeichnung „The Holland Brand“ bekannt, sind geschmackvolle Begleiter für unterwegs und bei der hauptsächlich weiblichen Kundschaft beliebt. Die Herren der Schöpfung sind natürlich ebenfalls willkommen, denn Geschenkideen für die Angebetete gibt es hier reichlich.



„Seit einiger Zeit bieten wir auch aufgearbeitete Möbel an, die für ein ganz besonderes Wohnflair sorgen,“ so Nicola Kuhlmann, die ihr altes „Verdi“ im Frühjahr 2017 nach einer rund zehnjährigen Kinderbetreuungspause an anderer Stelle – auf dem Hof der Hauptstraße 90 – neu eröffnete.



Für alle, die das neue Verdi noch nicht gefunden haben, zu Fuß auf der Hauptstraße unterwegs sind und aus Richtung REWE Lenk kommen: In Höhe des Denkmals am Markt rechts in die Toreinfahrt einbiegen. Auf dem Hof liegt Verdi gegenüber dem „Frechdachs“ und ist dienstags, donnerstags und freitags von 11 bis 18 Uhr und samstags von 11 bis 14 Uhr geöffnet.



Delikat und dekorativ: Kürbisse sind ganz groß im Geschmack

Herbstzeit: Die Kürbissaison bei REWE Lenk ist eröffnet

Deutschlands größter Kürbis wog fast 1200 Kilo und wurde 2016 in Ludwigsburg prämiert. Die Exemplare im Markett fallen zum Glück ein wenig kleiner aus. Dass sie trotzdem ganz groß im Geschmack sind, davon können sich die Genießer nun wieder selbst überzeugen. Mit Spezialitäten wie dem Hokkaido-, dem Gorgonzola- oder dem Butternut-Kürbis gibt es in der Frischeabteilung von REWE Lenk etwas für jeden Geschmack.

Sie werden gekocht, gebraten oder gebacken und schmecken auch kalt gut: Kürbisse sind besonders dann ein besonderer Genuss, wenn es draußen langsam kühler wird. Die typische Gemüsepflanze eignet sich bekanntlich nicht

nur als schöne Herbstdekoration oder als ausgehöhlte Laterne zu Halloween, sie bildet auch die Grundlage für viele leckere und vitaminreiche Rezepte.

Kürbisse sind besonders reich an Beta-Carotin sowie Mineralstoffen wie Magnesium, Calcium und Kalium. Sie liefern zudem reichlich Ballaststoffe bei wenig Kalorien. Kein Wunder also, dass sie auch zum Herbst 2018 wieder in aller Munde sind. In den letzten Jahren hat die leckere Gemüsepflanze eine regelrechte Renaissance erlebt. Und viele Meisterköche inspiriert, denn mit der wachsenden Beliebtheit ist auch die Zahl der raffinierten Zubereitungsvarianten gestiegen.



Das Auge isst mit

Das Auge isst mit – für die Kürbisse gilt das ganz besonders. Wenn das dekorative und delikate Gemüse als Herbstschmuck ausgedient hat, kann man sich das Ganze oft noch lange nach dem Kauf schmecken lassen. Kürbisse sind besonders lange haltbar und mitunter auch nach Monaten noch ein Genuss. Voraussetzung dafür ist, dass der Kürbis keine Risse oder andere Beschädigungen hat. In diesem Fall empfiehlt es sich, das Gemüse möglichst bald zu verarbeiten oder – in geschälter und kleingeraspelter Form – einzufrieren. Wer seinen tiefgekühlten Vorrat in kleinere Portionen einteilt, hat damit noch lange eine Grundlage für die verschiedensten Gerichte.



Der Hit zum Herbst: Kürbispuffer

Die Zubereitung:

Gut geeignet sind Muskatkürbis, Hokkaido oder Gelber Zentner. Zunächst wird der Kürbis gewaschen, geschält und mit dem Gemüsehobel grob raspelt. Die Kürbistraspel dann mit 1 TL Salz mischen. Die Masse gibt man in ein Sieb, das mit einem Küchentuch ausgelegt wurde, und lässt sie etwas ruhen.

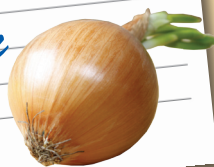
Dann werden die Kürbiskerne gehackt, die Zwiebel fein raspelt und der Schnittlauch in Ringe geschnitten. Den Sellerie und die Kartoffeln schälen und grob raspeln.

Die Kartoffeln gibt man zu dem Kürbis ins Sieb, dreht die Masse mit dem Küchentuch zu einer Kugel und drückt das Ganze kräftig aus. Dann alles mit dem Sellerie, den Zwiebeln, den Kürbiskernen, den Schnittlauchröllchen mischen und mit Speisestärke, Backpulver, Eier, Salz und Pfeffer vermengen.

Aus der Masse formt man fünf Puffer, die in einer heißen Pfanne mit Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten etwa 4 Minuten gebraten werden, bis sie eine goldbraune Farbe bekommen.

Die Zutaten:

500 g Kürbis
200g Kartoffeln
200g Knollensellerie
80g Kürbiskerne
4 EL Speisestärke
2 Eier
2 Bunde Schnittlauch
1 Gemüsezwiebel
1 TL Backpulver
Salz und Pfeffer



Festlicher Genuss für alle Tage

Weintipp von Marc Lenk



Ein Tipp aus eigener Erfahrung: Der 2017er Bockenheimer Vogelsang aus der Pfalz passt hervorragend zu festlichen Anlässen wie Hochzeiten. Er lässt sich aber auch gut an ganz normalen Tagen genießen.

Dabei handelt es sich um einen Grauen Burgunder vom Weingut Wöhrle in Bockenheim, der mit einem frischen Duft nach Birne, reifem Apfel und Banane überzeugt. Er ist cremig und füllig und verfügt über eine angenehme, lebendige Säure. Der Qualitätswein schmeckt besonders gut zu hellem Fleisch mit sahnigen, aromatischen Soßen.

0,75 l-Flasche € 7.49



Fischers Fritze fischt frische Folien: Plastikmüll bringt Meere in Gefahr

Aufkleber auf Äpfeln: REWE reduziert den Verpackungsabfall

Kennen Sie noch den alten Zungenbrecher mit den Fischen? 2018 müsste es heißen „Fischers Fritze fischt frische Folien.“ Scherz beiseite, denn wirklich lustig ist das Thema nicht. Nach Expertenschätzung landen jährlich viele Millionen Tonnen Plastikmüll in den Meeren und richten dort irreparable Schäden an. Weil es schon vor Jahren höchste Zeit zum Umdenken war, verzichtete REWE 2016 als erster großer Lebensmittelhändler flächendeckend auf Plastiktüten.

Rund zwei Jahre nach dem konsequenten Wechsel zu Stoffbeutel, Papiertüte und Pappkarton ist es für viele Verbraucher zur Selbstverständlichkeit geworden, die Plastiktüten links liegen zu lassen. „Die Resonanz war von Anfang gut,“ so Thomas Lenk zu dem Feed-

back, das er damals von den Kundinnen und Kunden bekam. Wer nicht ohnehin schon weitgehend auf Plastik verzichtete, ließ sich von der REWE-Aktion inspirieren und setzte beim Einkauf fortan verstärkt auf Transportbehälter aus Stoff und Papier.



Der richtungsweisende Kurs in Sachen Abfallvermeidung hat sich bei REWE längst auch in anderen Bereichen durchgesetzt. Wenn es beispielsweise um das Obst und Gemüse in der Frischeabteilung geht, sind viele Plastikverpackungen mittlerweile aus den Regalen verschwunden. Der Ersatz ist weitausträglicher für die Umwelt: Kleine Aufkleber auf den Äpfeln und Banderolen um die Bananen sind zwei gute Beispiele dafür, wie sich der Müllberg auf sinnvolle Art und Weise reduzieren lässt.

Kreativ Award: Ausgezeichnete Käseaktion bald ausgezeichnet?

Lenk-Team bewirbt sich mit „Kulitalia“ bei Wettbewerb



Kettwigs Käse-Kenner wussten es zu schätzen und fanden es ausgezeichnet: Bei der „Kulitalia“ im Frühjahr präsentierten Lenks Käsemäuse neben anderen italienischen Spezialitäten eine große Auswahl von würzigen Milcherzeugnissen aus dem sonnigen Süden. Jetzt könnte der zweimonatige Käsekult bei REWE ein ganz besonderes Nachspiel haben: Eva Schwabe, Laura Lenk und Iris Bätz (Foto v.l.) haben sich beim „Kreativ Award“ bewor-

ben, bei dem alle Jahre wieder die besten Aktionen des Handels rund um das Thema Käse ausgezeichnet werden. Mit einer Mappe, vielen Fotos und noch mehr Informationen tritt das Team aus Kettwig gegen eine starke, bundesweite Konkurrenz an. Wer das Rennen gemacht hat, wird bei der Preisverleihung am 10. Oktober in Neuwied bekanntgegeben. Man darf also gespannt sein - und den Kettwiger Käsemäusen die Daumen drücken.

Fortsetzung von Seite 1 Viele Stress, Lärm und nasse Füße

Dabei war der Einfluss der direkt Betroffenen auf die Planung und Ausführung der Arbeiten (Bild unten) nur sehr begrenzt, denn das Markett-Gebäude und damit auch das Parkdeck gehören nicht dem REWE-Markt, sondern einer Versicherungsgesellschaft.

„Wir möchten uns noch einmal für die Geduld und das Verständnis der vielen treuen Kundinnen und Kunden bedanken,“ so Thomas Lenk zum Abschluss der Sanierung, die ihm und seinem Team mehr als einmal Lärm, zusätzliche Arbeit und mitunter auch nasse Füße beschert hat. Das Wichtigste ist, dass die Parkplätze nun wieder im vollen Umfang genutzt werden können. Optimisten sind davon überzeugt, dass das für eine lange Zeit der Fall sein wird...



Lenk Live

Herausgeber:
REWE Lenk
Thomas Lenk
Hauptstraße 43-61
45219 Essen
Tel. 02054-971246
www.rewe-kettwig.de

Redaktion:
henkom
Michael Henrichs
Kirchfeldstraße 1
45219 Essen
Tel. 02054-970500
henrichs@henkom.de

Fotos:
henkom, REWE,
©JenkoAtaman - Fotolia.
com, ©ines39 - Fotolia.com

montags bis samstags von
7.00 bis 21.00 Uhr für Sie geöffnet

**Eine
schöne Woche
wünscht
REWE LENK**

GÜNSTIGER EINKAUFEN IN KETTWIG

Bitte beachten Sie auch unsere Angebote am Montag in der Tageszeitung

Aus unserer Fleischtheke

Aus unserer Käsetheke

Aus unserer Fischtheke

Hauptstr. 43-61

Tel. 97 12 46

www.rewe-kettwig.de