

# Hohe Börde



6. Ausgabe

25. November 2009

## Niederndodeleben

### Weihnachts-Rezeptbörse im Holunder-Kontor am Sonn- abend, dem 12.12. von 14.00 bis 17.00 Uhr

In so manchem Garten lassen sich noch bis in den späten November hinein herrlich saftige Birnen ernten. Dieses gesunde Obst zeichnet sich durch viel Fruchtzucker und wenig Säure aus. Birnen enthalten viel Vitamin C, Betakarotin und sind reich an Mineralstoffen. Für die Weihnachtszeit lassen sich daraus feine Delikatessen zaubern. Deshalb stehen ein Birnen-Rumtopf mit Holunder und „Beschwipste Christ-Birnen“ ganz oben auf dem Rezeptblock des Holunder-Kontors am dritten Adventssonabend. Wir freuen uns, wenn auch Sie

noch ein traditionelles Birnen-Rezept aus der Börde kennen und es mit uns tauschen würden. Zum Holunderweihn bei Kerzenschein zeigt für Sie die Bördeback-Königin Helmi I., wie sie ihre „Hollerbeeren-Pannekauen“ zubereitet.

*Ursula Duchrow  
Vorsitzende des Vereins  
Holunder-Bund*

