



Schüggela

Jubilatt 1/07

Editorial

Sweet like chocolate...die zarteste Versuchung...Wer kann dem Gefühl schon widerstehen? Zart schmelzend zergeht sie auf der Zunge, eine knackige Haselnuss zwischen den Backenzähnen unterbricht für einen winzigen Augenblick den Traum völliger Süsse, um unmittelbar danach dem leichten Hauch von Bitterkeit im Gaumen Platz zu gewähren.

Weisse oder schwarze, mit Mandeln oder Honig, Orangestücke oder Zimtaroma, mit der Extraportion Milch und einer Überraschung, als Kugeln, Berge oder hauchdünne Scheibchen, in Alu, Plastik oder doch in Karton - ich kenne Weniges, das in so vielen Variationen erhältlich ist. Und die Lebensmittelindustrie, Nestlé allen voran, legt sich nicht zur Ruh. Die Schokolade, das beliebteste Nahrungsmittel schlechthin - jedenfalls nach meiner persönlichen Erfahrung - wurde erst mit der nötigen Prise Zucker en vogue, denn vorher konnten die Europäer mit diesem braunen Getränk der Maya nicht viel anfangen.

Ich wünsche euch eine süsse Lektüre und denkt daran, 1 h Lesen verbraucht ca. 80 Kilokalorien, dies entspricht ungefähr eine Reihe einer Tafel Schokolade!

daniela

editorial impressum	2
wär büschù ?	3
thema: schüggela	
ostern ohne schokolade?	4
tod durch schokolade	5
schokolade als droge	6
speise der götter	7
wie pralinen erfunden wurden	8
die schokoseite des lebens	9
max-havelaar-schokolade	10
truffes-torte	11
schokoladengruppenstunde	12
schokoladensauce	13
schokoladenmousse mit sanddornrahm	14
infos aus dem kanton	16
rastinfos	17
75 jahr jubiläum	18
anlass jubla schmitten	19

j u b l a t t

kalei/rast jubla freiburg

impressum

Das Jublatt ist die Zeitschrift der Jubla im Kanton Freiburg.

herausgeberInnen:

Kantonsleitung und
die Regionale Arbeitsstelle
Rue de Rome 4
1700 Fribourg
026 323 37 60
rast@jubla-freiburg.ch

redaktion:

Fanny Käser-Käsermann
Sabine Brühlhart
Daniela Fahrni
Ingrid Thalman
Matthias Roggo
Christine Wyler
Eveline Roggo

freie

mitarbeiterInnen:

Christiane Dilly

druck:

Sensia AG, Düdingen

aufgabe:

400 Exemplare

beiträge:

Nach Möglichkeit per Mail (jublatt@jubla-freiburg.ch) oder gespeichert auf CD an die Rast. Persönlich unterschriebene Texte gelten als Meinung des Verfassers/ der Verfasserin. Die Redaktion behält sich vor, auf den eingegangenen Seiten gestalterische Änderungen vorzunehmen.

nächstes jublatt:

Die Beiträge müssen bis spätestens am 26. Mai bei der Redaktion eingehen. Das nächste Jublatt erscheint Ende Juni 07.

Heute erfährst du einiges über Christoph Egger, genannt Gigi aus Schmitten. Er ist in der Scharleitung als Lagerleiter tätig. Falls du ihn mal treffen willst, er verbringt momentan die Ausgänge in Freiburg irgendwo...

Jublatt:

Wie bekannt bist du in der Jublaszene?

Christoph:

Natürlich weltbekannt. War nur ein Witz, man weiss wer ich bin in meiner JuBla und auch was ich für Aufgaben habe.

Jublatt:

Wie sieht deine bisherige Jublakarriere aus?

Christoph:

Ich kam erst in der 5. Klasse in die JuBla und durfte viele tolle Momente erleben. Letztes Jahr erlebte ich das JuBla-Jahr als Jungleiter und konnte viel Neues dazulernen. Dieses Jahr bin ich Schar- und Lager-Leiter. Obwohl es eine Menge Zeit kostet macht es mir trotzdem Riesenspass.

Jublatt:

Und wie geht es weiter?

Christoph:

Ich bin ein spontaner Mensch und lass mich überraschen was noch alles auf mich zukommt.

Jublatt:

Erzähl uns dein schönstes Jubla-Erlebnis.

Christoph:

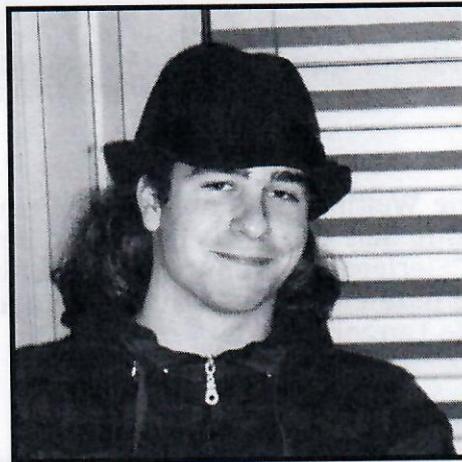
Ich habe viele tolle Erlebnisse erleben dürfen und es waren alle sehr eindrücklich. Deswegen weiss ich gar nicht, wo ich anfangen soll.

Jublatt:

Diese Ausgabe des Jublatts trägt den Titel „Schokolade, Schoggi, Schuggela, Chocolat“. Was fällt dir dazu ein?

Christoph:

Natürlich der Osterhase. Ich freu mich schon jetzt auf ihn. Letztes Jahr brachte er mir einen Riesen Schuggelohase und hoffe, dass er mir auch dieses Jahr etwas in mein Osternäschtli legt.



Nun noch ein paar persönliche Fragen:

Jublatt:

Welche Hobbies hast du?

Christoph:

Ausser der JuBla treibe ich gerne Sport in meiner Freizeit und spiele aktiv Fussball. Meine Kollegen sind mir auch sehr wichtig und ich pflege regelmässig den Kontakt mit ihnen.

Jublatt:

Was würdest du auf eine einsame Insel mitnehmen?

Christoph:

Eine Kiste Bier und eine hübsche Frau, für die einsamen Nächte.

Jublatt:

Wo trifft man dich im Ausgang?

Christoph:

Überall wo es mich hintreibt und ich bin selber jedes Mal überrascht, wo ich am Ende gelandet bin. Momentan bin ich viel in Freiburg.

Jublatt:

Was wünschst du dir für die Zukunft?

Christoph:

Ein sehr wichtiger Punkt ist für mich meine Ausbildung und ich hoffe, dass ich den Abschluss überstehe. Sonst wünsche ich mir ein spannendes und lustiges Leben.

Christoph vielen Dank, dass du dir für das Beantworten dieser Fragen Zeit genommen hast!!!

wär büschù ?



...und nun zum Thema: *Schokolade!*

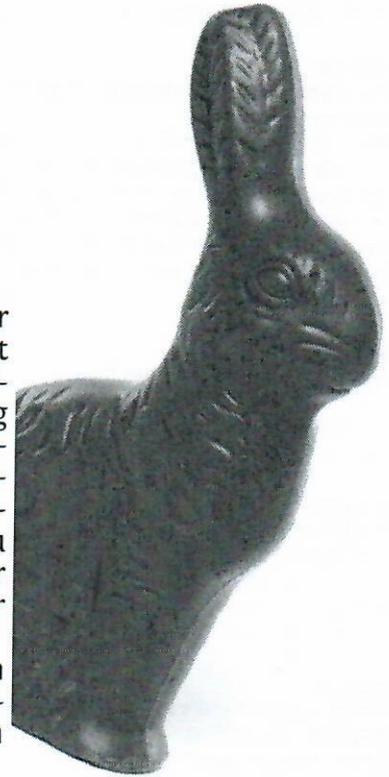


Ostern ohne Osterhase?

Das ist wie Weihnachten ohne den Weihnachtsmann. Seit über 300 Jahren ist der Hase als "Eierleger" bekannt und wird als Osterhase bezeichnet. Auch aus Schokolade sind die Langohren beliebt.

Jedes Jahr im Frühling beginnt die Herstellung der Schokoladenosterhasen. Ins Reich der Sagen gehört die Geschichte, dass Weihnachtsmänner eingeschmolzen und zu Osterhasen verarbeitet werden. Der Weg zum süßen Langohr beginnt stets mit den Kakaobohnen, die geröstet, aufgebrochen, von den Schalen befreit und zermahlen werden. Die freigesetzte Kakaobutter schmilzt und verbindet alle Bestandteile zu einer flüssigen Kakaomasse. Diese Masse wird unter anderem mit Alpenmilch, Zucker und zusätzlicher Kakaobutter verrührt.

Mehrere Stahlwalzen zerreiben sie hauchdünn. In den "Conchen" - Rühr- und Reibsystemen wird sie schließlich mehrere Stunden lang gerührt und geknetet. Am Schluss ist sie glatt und gießfähig.



Bei genau 28 Grad wird die Schokolade in die Osterhasen-Form gegossen. Diese besteht aus zwei Hälften: In die eine Hälfte wird die abgemessene Menge an flüssiger Schokolade gefüllt, dann werden beide Seiten zusammengeklappt. Große Maschinen drehen die Formen in einem Kühlkanal in alle Richtungen - dabei vibrieren diese ein wenig. So setzt sich die Schokolade Schicht für Schicht gleichmäßig an den Innenwänden der Form ab. Die Schokoschicht wird immer dicker, bis der Osterhase fertig ist. Zuletzt werden die Figuren nochmals gekühlt und in Alufolie mit dem dekorativen Äußeren verpackt - fertig ist der Schmunzelhase.

Nun kann die Reise in die Regale der Supermärkte beginnen. Und dann geht's endlich zu den Kindern, die schon sehnsüchtig auf ihren Schokoladenhasen warten.

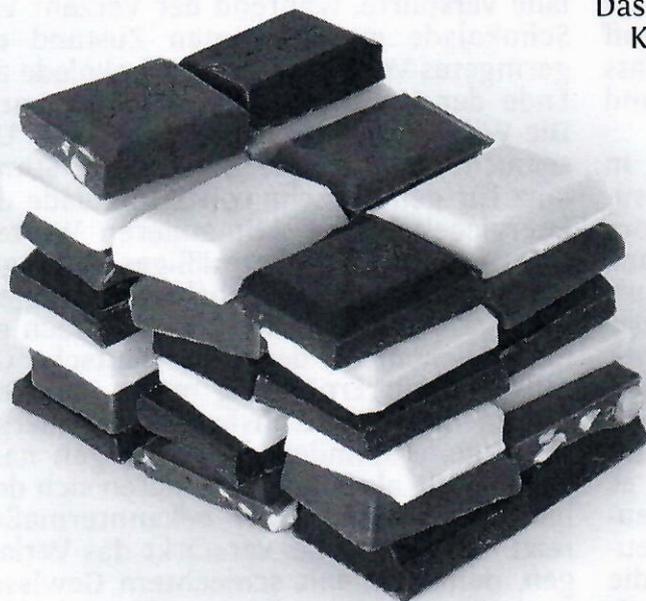
Fanny



Tod durch Schokolade

60g Schokoladenkuvertüre reichen aus, um einen Pudel zu töten, eine Tafel Vollmilchschokolade kann für einen Pekinesen schon zuviel sein, eine Tafel Edelbitter überlebt auch ein mittelgrosser Hund nicht. Diese Horrorvisionen gelten übrigens auch für Katzen!

Nicht der hohe Fett- oder Zuckergehalt machen die Schokolade für Heimtiere so gefährlich, sondern ein Stoff, der in Kakaokernen und -schalen vorkommt, das Theobromin. Je höher der Kakaanteil im Schokoladenartikel ist, desto höher auch der Theobromin-Gehalt.



Das Theobromin in der Schokolade kann für Katzen, Hunde und Pferde tödlich sein, da ihr Stoffwechsel es nur langsam abbauen kann. Die Halbwertszeit beträgt beim Hund rund sieben Stunden. Es bleibt lange in ihrem Blutkreislauf und kann zu Epileptischen Anfällen, Herzinfarkt, inneren Blutungen und schließlich zum Tode führen. Die minimale letale Dosis (tödliche Gesamtmenge an reinem Theobromin - nicht Schokolade) für Hunde beträgt laut der Universität Zürich 100 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht. Das entspricht in etwa drei Tafeln Vollmilchschokolade oder einer Tafel Zartbitter für einen 10 bis 15 Kilogramm schweren Hund. Ein Hund, der eine entsprechend große Menge Schokolade zu sich genommen hat, sollte innerhalb von zwei Stunden nach der Einnahme zum Erbrechen und zum Tierarzt zur Behandlung gebracht werden. Ein Gegenmittel gibt es leider nicht.

Speziell um die Osterzeit ist Schokolade als Osterhase in vielen Haushalten vorhanden. Manchmal bekommen auch die tierischen Familienmitglieder einen Schokoladenhasen geschenkt. Diese an sich sicher gut gemeinte Geste kann allerdings für unsere Haustiere fatale Folgen haben. **Schokolade sollte daher in jedem Fall außerhalb der Reichweite von Hund und Katze aufbewahrt werden!**

Fanny



Schokolade als Droge



Wer kennt das nicht, dass die Gedanken plötzlich um Schokolade kreisen und man dann eine Tafel Schokolade einfach so verputzt? Aber gilt dieses kleine Glück als Sucht? Oder gibt es gar eine Schokoladensucht?

Da habe ich doch gehört, dass es so einen Stoff in der Schokolade geben soll, der die Menschen - und zugegebenermassen auch immer wieder mich - glücklich macht. Als ich nun dieser Sache näher auf den Grund gehen wollte, stiess ich tatsächlich auf diesen Stoff, genannt Serotonin. Serotonin ist ein Botenstoff, der im Gehirn diese „Gute Laune“ hervorruft. Mit dem Griff zur Schokolade sorgen wir also dafür, dass der Serotoninspiegel im Gehirn steigt und zugleich auch unsere Stimmung...

Wers genauer wissen will: Der Zucker in der Schokolade ruft einen raschen Insulinausstoss hervor, welcher den Einstrom von Tryptophan, der Ausgangssubstanz von Serotonin, in das Gehirn erleichtert. Ergebnis ist ein relativ langandauernder Anstieg des Serotoninspiegels und damit der Laune. Ausserdem ist der Serotoninspiegel auch abhängig von der Länge und dem Ausmass der Sonneneinstrahlung auf unseren Körper. Aus diesem Grund ist es auch nicht verwunderlich, dass Nordeuropäer mehr Schokolade essen als Südeuropäer. Wir Schweizer bilden jedoch die grosse Ausnahme und essen europaweit am meisten Schoggi. Und auch dies ist kein Wunder - schliesslich haben wir ja auch die Beste... :-)

Aber können nun uns bekannte Drogen in Zusammenhang mit Schokolade gebracht werden? Ja man staune, dies geht. Denn Anandamid ist ein ähnlicher Stoff, der im THC der Hanfplanze vorkommt. Dieses Anandamid kommt in geringen Mengen auch in der beliebten Schokolade vor. Allerdings ist die Menge zu gering, um eine Wirkung hervorzurufen. Es konnten jedoch zwei weitere Stoffe in der Schokolade gefunden werden, die den Abbau von Anandamid verhindern. So ist es zumindest möglich, dass sich Anandamid im Gehirn anhäufen kann.

Das Rätsel der Schokoladensucht scheint somit noch nicht gelöst zu sein. Ja und

wo ein Rätsel ist, sind auch immer Menschen da, die diesem Rätsel weiter auf die Spur gehen. So haben einige Forscher zwei Gruppen von Versuchspersonen gesucht, die ihnen bei der Rätsellösung behilflich sein sollten. Sie wiesen eine Gruppe ihrer Versuchspersonen an, Schokolade immer dann zu essen, wenn sie ein Hungergefühl verspürten, die andere Gruppe dann, wenn sie satt waren. Das erstaunliche Ergebnis war, dass die Gruppe, die Schokolade immer im Hungerzustand aß, am Ende ein gesteigertes Verlangen nach Schokolade verspürte, während der Verzehr von Schokolade im gesättigten Zustand ein geringeres Verlangen nach Schokolade am Ende der Untersuchung zur Folge hatte. Die Wissenschaftler folgerten aus der Untersuchung, dass die eigentliche Stimulanz für den Verzehr von Schokolade der Energiegehalt war. Mit anderen Worten: Der Grund für ein übermässiges Verlangen nach Schokolade ist schlichtweg Hunger. Aber ist das Räsel wirklich so einfach gelöst? Eben nicht, denn die Deutsche Gesellschaft für Ernährung meint in einem Kommentar: „Viele, insbesondere Übergewichtige, empfinden das Verlangen nach Schokolade als ‘Sünde’, verbieten sich deshalb den Genuss. Aber bekanntermaßen reizt das Verbotene, verstärkt das Verlangen, dem man mit schlechtem Gewissen nachgibt. In dem dargestellten Versuch war dagegen Naschen erlaubt, ja sogar Pflicht und somit entfiel ein entscheidender Anreiz zum Schokoladenverzehr.“ Somit scheint es bei der Erklärung der „Schokoladensucht“ ebenso zu sein, wie bei anderen Phänomenen auch: Es gibt eine Vielzahl von Gründen...

So da nun einiges über Schokolade gesagt wurde, und ihr euch den Risiken bewusst sein, besteht keine Gefahr, wenn ihr nun hemmungslos über das mitgelieferte Schöggeli herfallt und es ohne Gnade verzehrt! Geniesst es!

Sabine



Speise der Goetter



Es ist schwierig, genau zu datieren, wann die „Speise der Götter“ in Südamerika als Nahrungsmittel entdeckt wurde. Der schwedische Naturforscher Carl von Linné gab der Kakaopflanze 1735 den Gattungsnamen „Theobroma“, was so viel wie „Götterspeise“ bedeutet. Einer Sage nach kostete der Gott Quetzalcoatl den Trunk der Kakaobohne und verlor sofort den Verstand. Wer kann ihm das heute verübeln? Auch heute könnte man meinen, unser Hirn schalte auf Standby, wenn wir vor uns eine Schachtel Pralinen erblicken.

Die ersten Kakaoplantagen wurden um 600 nach unserer Zeitrechnung von den Maya in Yucatan, Mexiko, angelegt. Kakao wurde Kult, blieb aber den höheren Kreisen vorbehalten. Die Azteken nutzten die edlen Bohnen sogar als Zahlungsmittel, was wegen ihrer spärlichen Haltbarkeit aber problematisch war. Wer möchte denn schon Geld, das stinkt?

Kakao galt als nahrhaftes Getränk, das Seele und Leib stärkte; nüchtern getrunken, hielt man es für ein sicheres Abwehrmittel gegen Schlangenbisse.

Einen wesentlichen Schritt Richtung Schokoladengenuss in Europa machte Kolumbus, als er 1502 in der Nähe der nicaraguanischen Küste auf ein Schiff mit Eingeborenen stieß, welche neben Stoffe, Kupfer, Waffen auch eine „Art von Mandeln“ zum Tausch anboten. Doch den spanischen Zungen schmeckte das nahrhafte Getränk anfangs überhaupt nicht, der Mailänder Benzoni beschrieb es sogar als Saugetränk... Wenn der damals schon von der heutigen Schokolade gewusst hätte... Zu unserm Glück brachten die Spanier im 16. Jh. das Zuckerrohr nach Kuba und pflanzten dies an. Mit Zucker gesüßt und Vanille gewürzt - vermochte das Getränk nun auch europäische Gaumen zu beglücken, die warme Zubereitung verschonte den Magen. Bald einmal wurden die besten Kakaosorten unter der Bezeichnung „Chocolate Real“ als kochfertige Schokoladenmasse an den spanischen Hof geschickt.

Der Arzt Juan Barrios verschrieb seinen Patienten Schokolade in den unterschiedlichsten Zubereitungsformen. Da wären wir wohl alle gerne mal krank gewesen. Die Beliebtheit der Schokolade bei den Damen, welche Überraschung, ging sogar so weit, dass ihnen von der Dienerschaft während der Messe das Heissgetränk serviert wurde. Auf das Verbot von Bischof Bernardo de Salazar, Schokolade in der Kirche zu genießen, folgten leere Kirchenbänke.

Üblich war es auch Amtsleute mit Schokolade zu bestechen, was wir natürlich bei den Kindern oder manchmal auch bei uns immer noch erfolgreich versuchen.

In Deutschland war der Glaube, dass Schokolade eine „Venus - Speise“ sei und potenzsteigernd wirke, weit verbreitet. Es lag also nahe, den im Zölibat lebenden Geistlichen



8

vorzuschlagen, auf Schokolade zu verzichten, was natürlich mit hohem Protest verworfen wurde. Schokoladenstuben wurden von den Gegnern auch Spielhöllen, Treffpunkte der Halbwelt oder Schulen des Bösen genannt. Den Hauch von unsittlicher Verführung wurde im Film „Chocolat“ mit Johnny Depp in der Hauptrolle angedeutet.

Die Industrialisierung machte es schliesslich möglich, die Schokolade wurde in einem rasanten Tempo produziert. Erst 1875 kam die Schweiz mit dem Berner Daniel Peter ins Spiel. Nach achtjährigen Versuchen gelang es ihm Milkschokolade herzustellen. Er lernte die älteste Tochter François Louis Caillers, Fanny, kennen und mit ihr auch die Schokolade. Namen wie Suchard, Lindt, Sprüngli folgten und bürgen noch heute für hohe Schokoladequalität.

Daniela



Wie Pralinen erfunden wurden



Der tollpatschige Küchenjunge Jean - Jacques versuchte 1671 seine Künste in der Küche des legendären Feinschmeckers Duc du Plessis-Praslin. Eines ehrenwerten Tages geschah ihm ein Missgeschick. Voller Vorsicht wollte er die Schüssel mit den fein geschälten Mandeln auf den Tisch stellen und verfehlte die Kante um Haaresbreite. Der aufgebrachte Koch stampfte herbei, hob gegen den Unglücklichen seine Hand und verpasste ihm eine Ohrfeige. Dabei leerte der Koch dummerweise das in der Hand gehaltene Pfünnchen mit heissem gebranntem Zucker über die Mandeln.

Marschall Duc du Plessis-Praslin wartete indes auf sein Dessert. Voller Verzweiflung schaufelte der Koch die abgekühlte Zucker - Mandel - Masse zusammen und servierte sie zauberhaft dekoriert dem Edelmann. Dessen erwartete Rüge blieb aus, stattdessen gab er der süssen Speise den Namen „Praslin“, woraus später „Praline“ wurde.

Daniela



Die Schokoseite des Lebens

Als ich heute Morgen die Augen öffnete, strahlte mir direkt die Sonne ins Gesicht. Und das nach einer so erholsamen Nacht, damit ich den Tag voll Energie und mit Tatendrang beginnen konnte. So dachte ich zu mir, dass ich doch wirklich ein Glückskäfer bin und auf den Schokoladenseite des Lebens stehe.

Aber was war der Grund für mein Glücklichsein? Das Dachfenster über meinem Bett, das die Sonne herein liess, oder die Tatsache, dass ich Ferien habe, oder die erholsame Nacht? Oder... nun ja, eigentlich war mir das heute Morgen ziemlich egal, ich erfreute mich einfach an meiner guten Laune und an meinem Glück.

Begeben wir uns doch zu einer grundlegenden Frage der Philosophie. Was ist Glück? Sehen wir uns doch dazu einige Zitate an:

Glück ist die Vollkommenheit des Lebens, die des Reichtums Ursprung ist. (Sera Vercetti)

Viele suchen ihr Glück, wie sie ihren Hut suchen, den sie auf dem Kopf tragen (Fennan Mikolova)

Das Glück ist eine leichtfertige Person, die sich stark schränkt und von Jense schon ist. (unbekannt)

Behalte dein Glück stillschweigend fuer dich und erfreue dich daran (J. M. Plautus)

Das Glück ist nicht mit den Tränen, sie lächeln nur aefter! (Theodor Fontane)

Das Glück ist nicht mit der Traurigkeit und ohne diese sicher nicht zu ertragen. (unbekannt)

Das Glück ist Restantien des Behalten

Das Glück ist die Vollkommenheit des Lebens, die des Reichtums Ursprung ist. (Sera Vercetti)

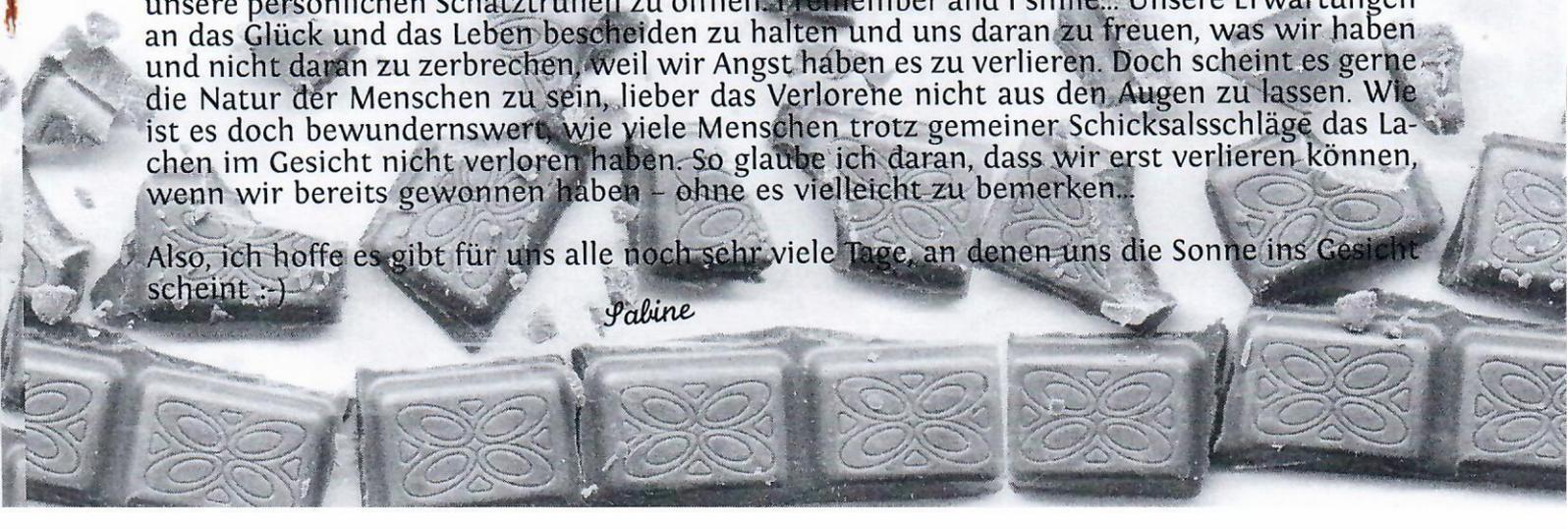
Das Glück ist nicht mit den Tränen, sie lächeln nur aefter! (Theodor Fontane)

Wenn man gluecklich ist, soll man nicht nach gluecklicher werden wollen. (Christoph Mittler-Coe)

So vielseitig kann also das Glück sein, das in uns liegt. So viele Erwartungen, die wir an unser Leben stellen und dabei fast vergessen, dass unser inneres Glück nicht immer unser ständiger Begleiter sein kann. Was ist jedoch, wenn wir dies erwarten? Was passiert mit uns, wenn wir das Glück überall suchen und nirgendwo finden können? Die Schokoladenseiten des Lebens werden bitter und ungeniessbar. Vielleicht täten wir gut daran, dem Glück eine Chance und Zeit zu geben. Still zu stehen in unserem turbulenten Leben und unsere persönlichen Schatztruhen zu öffnen. I remember and I smile... Unsere Erwartungen an das Glück und das Leben bescheiden zu halten und uns daran zu freuen, was wir haben und nicht daran zu zerbrechen, weil wir Angst haben es zu verlieren. Doch scheint es gerne die Natur der Menschen zu sein, lieber das Verlorene nicht aus den Augen zu lassen. Wie ist es doch bewundernswert, wie viele Menschen trotz gemeiner Schicksalsschläge das Lachen im Gesicht nicht verloren haben. So glaube ich daran, dass wir erst verlieren können, wenn wir bereits gewonnen haben - ohne es vielleicht zu bemerken...

Also, ich hoffe es gibt für uns alle noch sehr viele Tage, an denen uns die Sonne ins Gesicht scheint :-)

Sabine



Max Havelaar-Schokolade



Die Max Havelaar Stiftung Schweiz wurde 1992 gegründet. Sie ist eine Non-Profit Organisation, die ein Gütesiegel auf fair gehandelte Produkte vergibt. Max Havelaar betreibt selbst keinen Handel, sondern verteilt ihr Max Havelaar-Label nach Kriterien des fairen Handels. Einige dieser Kriterien sind:

- ◆ Max Havelaar-Produkte stammen von Kleinbauernorganisationen mit demokratischer Struktur oder von Plantagen, deren Besitzer die gesetzlichen Mindestnormen bezüglich Lohn und Sozialleistungen gegenüber ihrer Arbeiterschaft einhalten.
- ◆ Die begünstigten Bauernfamilien, Arbeiterinnen und Arbeiter bestimmen selbst über die Verwendung der Fair-Trade-Prämie.
- ◆ Die Produzentenorganisationen und Plantagen verfügen über eine effiziente Struktur zur Exportabwicklung.
- ◆ Sie arbeiten an einem nachhaltigen Entwicklungsprozess und fördern umweltfreundliche Anbau- und Verarbeitungsmethoden
- ◆ Im Gegenzug erhalten Produzierende im Süden einen stabilen, kostendeckenden Preis und eine Fair-Trade-Prämie von den Partnern des fairen Handels im Norden. Langfristige Handelsbeziehungen werden zudem angestrebt.

Max Havelaar versucht also durch eine gerechtere Verteilung der Einnahmen aus dem Verkauf der Produkte den Produzenten in den Entwicklungsländern einen existenzsichernden Anteil zu geben. Über 1'000'000 Familien profitieren dadurch von verbesserten Lebensbedingungen und realisieren Projekte zur Verbesserung ihrer Lebens- und Arbeitsbedingungen.

Das erfolgreichste Produkt von Max Havelaar sind Bananen. Man kann aber auch Rosen, Kaffee, Honig, Orangensaft, Zucker, Tee, Reis und vieles mehr mit Max Havelaar Gütesiegel kaufen. Das neueste Produkt sind Max Havelaar Ananas.

Seit 1994 hat Max Havelaar Schweiz auch Schokolade in ihrem Sortiment. Das Angebot ist gross: Schokoladetafeln in mehr als 25 verschiedenen Varietäten, Kakao- und Schokoladepulver, Schokolade-Brottaufstrich, Schokoladeriegel, Schokoladedrink, sowie Saison-Schokolade (Ostern, Weihnachten). Der Kakao für die Max Havelaar Schokolade stammt aus Bolivien, der Dominikanischen Republik und Peru. Die Max Havelaar Produkte kann man in der Coop, der Migros, im Carrefour und in vielen anderen Läden kaufen.

Chrigi



Truffes-Torte

Flach und feucht soll diese Torte sein – sie ist eine echte Versuchung!

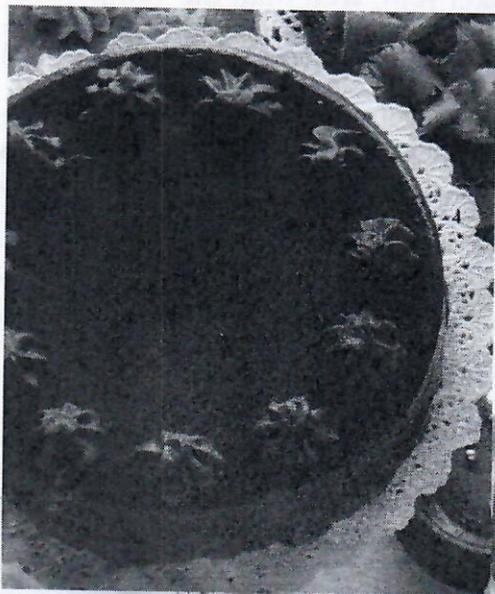
- 150 g Margarine oder Butter weich rühren
- 225g Zucker
6 Eigelb beigeben, weiterrühren, bis die Masse hell ist
- 225g Schokoladepulver darunterrühren
- 6 Eiweiss
1 Prise Salz
1 Messeerspitze Backpulver zusammen steif schlagen
- 2 Esslöffel Zucker dem Eischnee beifügen, kurz weiterschlagen
- 100g Mehl lagenweise mit dem Eischnee auf die gerührte Masse geben, mit dem Gummischaber vorsichtig darunterziehen und in die vorbereitete Form füllen.

Überzug:

- 250g Crémant Schokolade, zerbröckelt
- 2 dl Rahm
unter Rühren erwärmen, leicht auskühlen lassen und die Torte mit gut der Hälfte der Masse überziehen. Rest kühlstellen, bis die Schokolademasse fest geworden ist. In den Spritzsack füllen und die Torte verzieren.

Falls die Torte nicht sofort gegessen wird, was fast unwahrscheinlich ist, kannst du sie mit Folie bedeckt eine Woche im Kühlschrank aufbewahren. Gekühlt schmeckt sie vorzüglich.

Janny



Schokoladengruppenstunde

Eine rundum zucker- und endorphingespickte Gruppenstundenidee

Einstieg: Schokoladenspiel

Vorbereitung/Material: Schokolade mehrfach in Zeitungspapier einpacken, Mütze, Handschuhe, Schal oder Ähnliches, Würfel, Messer & Gabel.

Alle sitzen um einen Tisch. Der Reihe nach würfeln alle TN. Wer eine 6 würfelt, darf Mütze, Handschuhe etc. anziehen und beginnen die Schokolade mit Hilfe des Essbestecks auszupacken und zu essen. In der Zwischenzeit wird weiter gewürfelt. Sobald der/die Nächste eine 6 würfelt, muss der/die Erste alles sofort an dieseN abgeben.



Hauptteil: Schokoladenfondue

200g Zartbitterschokolade

200g Milkschokolade

2 dl Rahm

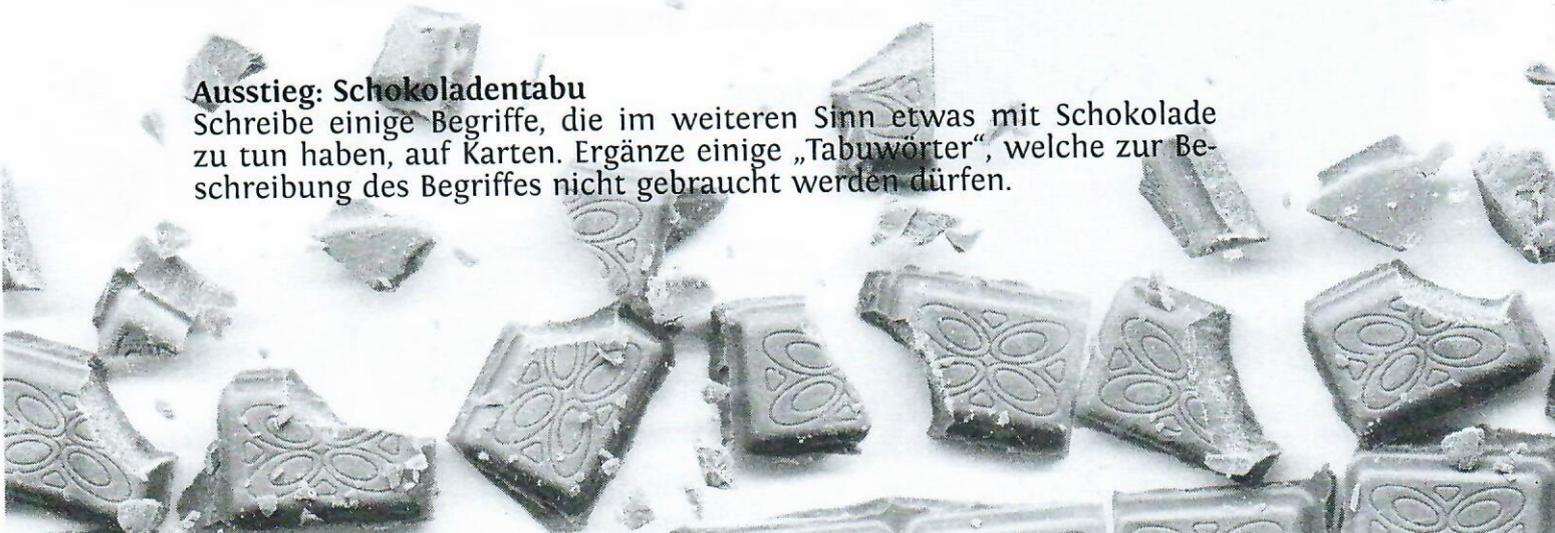
Früchte nach Belieben: z.B. Ananas, Orange, Apfel, Erdbeeren, Banane, Kiwi

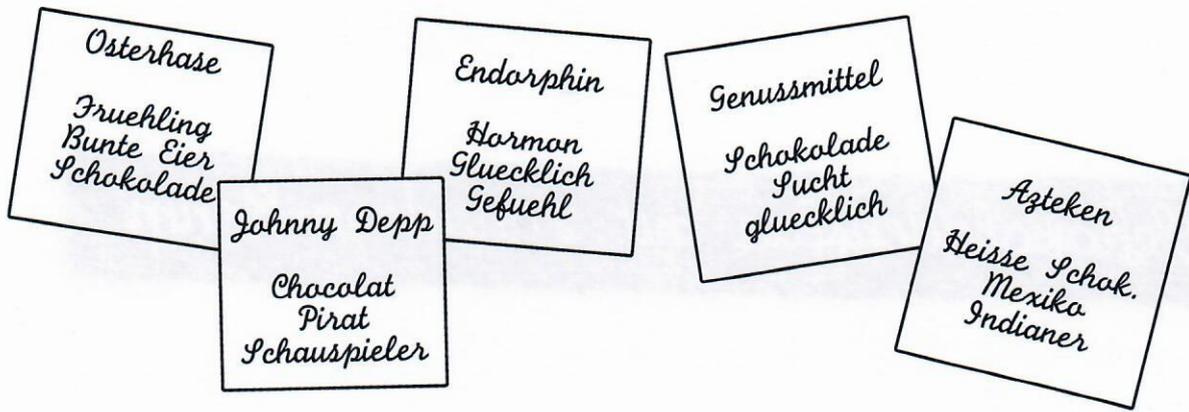
Zubereitung: Rahm in Pfanne erhitzen, Schokolade darin schmelzen (Achtung, nicht zu heiss erhitzen) Tipp: Besonders toll ist es natürlich in einer Marmite auf dem Feuer :-)
Kann aber auch etwas heikel sein, weil man die Temperatur weniger kontrollieren kann. Am Feuer sind auch immer wieder Marshmallows beliebt – sei es für's Brätle oder um in die Schokolade zu tauchen...

Alle Zutaten müssen von den TN gefunden und gesammelt werden (Schnitzeljagd mit Fragen/Rätsel zur Schokolade quer durch das Dorf. Die Fragen müssen unbedingt dem Alter der TN angepasst werden, sonst wird ihnen langweilig. Mögliche (Schätz-) Fragen: Wie hoch ist der Pro-Kopf-Verzehr an Schokolade in der Schweiz? Wer hat das erste Schokoladengetränk erfunden? Wie heissen die Glückshormone, die der Körper durch Schokolade ausschüttet? Zähle 7 Schokoladendesserts auf...

Ausstieg: Schokoladentabu

Schreibe einige Begriffe, die im weiteren Sinn etwas mit Schokolade zu tun haben, auf Karten. Ergänze einige „Tabuwörter“, welche zur Beschreibung des Begriffes nicht gebraucht werden dürfen.





Gruppenstundeneinladung

Wer im voraus Schokoladenpapiere sammelt, kann die Gruppenstundeneinladung dort drauf schreiben. Bei einem grösseren Budget könnte man die Gruppenstundeneinladung um ein Branchli wickeln und den TN ein Riesenbonbon abliefern...

Evi



für feine herzhaftete Fleisch- und Fischgerichte

- 10 g Kakaopulver, ungesüßt
- 40 g Schokolade (Zartbitter, mindestens 64%), klein geschnitten
- 300 ml Fond (Kalbfond)
- 400 ml Saft (Apfelsinensaft)
- 3 Apfelsine(n)
- 10 g Zucker

Zubereitung:

Den Kalbfond langsam bis zu einem dicken Sirup (Farbe und Glanz- Karamellfarbe) reduzieren lassen. Es ist das, was man Demi-glace nennt.

Unbehandelte Apfelsinen waschen. Sehr feine Zesten entnehmen. Apfelsinensaft in einem nicht zu großen Topf mit den Zesten und dem Zucker erhitzen und bis zur Erlangung eines Sirups reduzieren. Den reduzierten Kalbfond (Demi-glace), die kleingeschnittene Schokolade und den Kakao dazugeben. Langsam, bis zur Erlangung einer öligen Soße, köcheln lassen. Salzen und pfeffern und ein paar Tropfen Zitronensaft hinzufügen.

Tipp: Wer es verträgt, kann auch ein bisschen Chilipulver beifügen.

Christiane



Schokoladenflan mit Sanddorn-Rahm

Für 4 Personen, ergibt 4 Puddingförmchen à 1,25 dl
Zubereitungszeit ca. 15 Minuten + auskühlen lassen + 3 - 4 Stunden fest werden lassen



Zutaten:

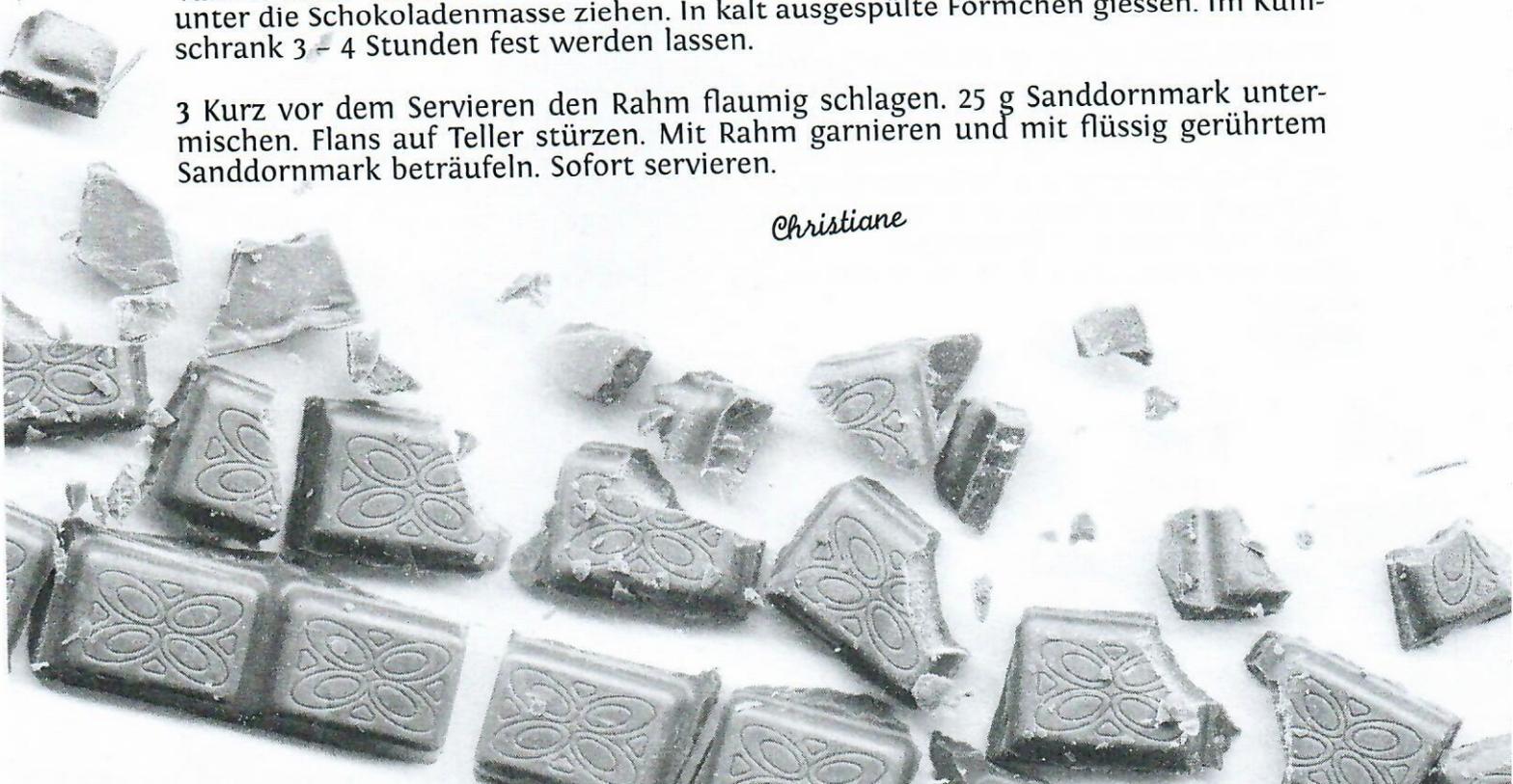
3 Blatt Gelatine
1,75 dl Milch
1,75 dl Rahm
2 Beutel Bourbon-Vanillezucker
75 g Edelbitter / dunkle Schokolade
1 Eiweiss
1 dl Rahm
50 g Sanddornmark

1 Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Milch, Rahm und 1 Beutel Vanillezucker aufkochen. 2-3 Minuten leise köcheln lassen. Vom Herd nehmen. Schokolade brechen. In der heissen Flüssigkeit schmelzen. Gelatine auspressen und in der Masse auflösen. Auskühlen lassen.

2 Bevor die Masse zu gelieren beginnt, das Eiweiss schaumig schlagen. Restlichen Vanillezucker einrieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse fest ist. Sorgfältig unter die Schokoladenmasse ziehen. In kalt ausgespülte Förmchen giessen. Im Kühlschrank 3 - 4 Stunden fest werden lassen.

3 Kurz vor dem Servieren den Rahm flaumig schlagen. 25 g Sanddornmark untermischen. Flans auf Teller stürzen. Mit Rahm garnieren und mit flüssig gerührtem Sanddornmark beträufeln. Sofort servieren.

Christiane



15er-Gen-Camp
von 11. - 22. Mai 2002
Die 15er-Gen-Camp ist ein
Mittelpunkt für alle 15er-Gen-Camp
Kinder und Jugendliche aus der
Region.
In diesem Camp werden die Kinder
von den 15er-Gen-Camp-Kommissionen
in der Region betreut.
www.fkb.ch



Schluss mit *Schokolade!*



 **Freiburger
Kantonalbank**
einfach offener

**Wir wünschen Ihnen viel Erfolg
bei Ihren Projekten.**
www.fkb.ch

15er-Team-Camp

vom 17. - 20 Mai 2007

Auch dieses Jahr organisiert die Jubla Freiburg für alle 8. & 9. Klässer und Klässlerinnen ein 15er Team Camp.

Das heisst für die Teilnehmenden vier Tage unter Gleichaltrigen aus der ganzen Region.

Bitte informiert eure 15er Teams über diesen Anlass!

Falls noch Fragen auftauchen oder ihr gerne Anmeldebogen möchtet, meldet euch auf der RAST.

**rast@jubla-freiburg.ch
026 323 37 60**

ok 15er-team-camp

Remember-Anlass

Am erfolgreichen Remember Anlass im Januar wurde beschlossen, dass der nächste Anlass etwas mit Böötlifahren, Brätlen und Jassen zu tun haben soll.

Die Fachgruppe hat sich dies zu Herzen genommen und lädt ALLE ehemaligen Jublaleute ein, sich dazu zu gesellen!

**Also, liebe Ehemaligen, merkt euch folgendes Datum:
23. Juni 2007
und schreibt fett in eure Agenda: „Remember“**

Eine Anmeldung für den Anlass wird ab dem 1. Mai online auf der Homepage möglich sein: www.jubla-freiburg.ch

Es würde uns freuen!

fg remember
sonja, wendelin, matthias, annick, sabine

Bildschirmfreie Woche

Vom 23. - 29. April 2007 startet zum dritten Mal die Aktion:

Eine Woche bildschirmfreie Freizeit

- ...Powere dich aus bei einer Outdoor-Gruppenstunde.
- ...Gewinne beim Töggelturnier gegen deinen Nachbarn.
- ...Lass den Winterspeck auf dem Bike purzeln.
- ...Besetze wieder einmal stundenlang die Leitung deines Telefons.

**Oder komm beim Spielabend auf der Rast vorbei:
Am Mittwoch, 25. April 2007 ab 19.00 Uhr.**

Lass aber auf alle Fälle den Bildschirm aus und gewinne den Wettbewerb.

Mehr Infos unter: www.bildschirmfreie-woche.ch

Warum?

Warum nicht!?

Unsere Kinder verbringen fast gleich viel Zeit vor dem Fernseher wie in der Schule, nämlich bis zu 912 Stunden pro Jahr...
Mach etwas dagegen...



Angaben Rast

Rast
rue de Rome 4
1700 Fribourg

026 323 37 60
rast@jubla-freiburg.ch

Öffnungszeiten: Dienstag, Mittwoch 15.00 - 18.45 Uhr

rastinfos

75 jahr jubiläum

Der erste Anmeldeschluss der Scharen ist vorbei!

Schon über 8500 Personen haben sich angemeldet. Ab sofort können Scharen nur noch nachgemeldet werden! Melde deine Schar oder deine Gruppe an das riesige Jubiläumsfest an (nach)!

<http://jahr75.jubla.ch>

Wer sich nach dem 28. Februar anmeldet, zahlt zusätzlich 10% pro Person, die nach diesem Termin angemeldet wird: also Fr. 55.-.

Anreisespiel

Das Fest beginnt für dich bereits an deinem Wohnort: Denn dort startest du mit deiner Schar in das grosse Anreisegeländespiel. Informationen sammeln, austauschen und geschicktes Kombinieren sind dabei gefragt.

100 Angebote

Auf dem Festgelände angekommen, stellst du mit deiner Gruppe ein Zelt auf oder beziehst Unterkunft in einer der grossen Hallen. Jetzt kannst du dich hineinstürzen in den bunten „Angebots-Märit“. Nicht nur die ganze Welt steht dir offen – nein – gleich 5 Welten zum Motto Lebensfreu(n)de wird es dort geben, nämlich je eine zu jedem von unseren Grundsätzen: mitbestimmen, zusammen sein, kreativ sein, Natur erleben und Glauben Leben. Action und ruhige Minuten, Kreatives und Sportliches, Nachdenkliches und Lustiges wird gleichermaßen zu finden sein in den rund 100 Angeboten.

JAHRE



**blauring.
jungwacht**

Die Nacht wird zum Tag!

Ein riesiges Fest soll es werden...
Doch aus welchem Grund wollen wir feiern?

Jubiläum?

Dann kam alles anders...
Trotzdem und gerade deshalb möchten wir feiern!

Datum: 12. Mai 2007
Zeit: Ab 18.00 Uhr (Spaghetti-Festival)
Ort: Turnhalle Gwatt-Schmitten und Umgebung
Kosten: Gratis (Kollekte)

Programm:

- Als kulinarische Gaumenfreude bieten wir für Jung und Alt ein Spaghetti-Festival.
- Während des Abends führen wir verschiedene lustige und abwechslungsreiche Ateliers durch.
- Von 21.00 - 23.30 Uhr gibt es ein grosses Spielturnier in Gruppen von 6 - 8 Personen (bitte Gruppen selber einteilen und Namen angeben). Für die An- und Abreise der verschiedenen Scharen muss selber gesorgt werden

Eingeladen sind alle Kinder der Jubla-Schmitten, Eltern, ehemalige Jublaner, TeilnehmerInnen anderer Scharen, Interessierte...

Damit wir wissen, mit wie vielen Besuchern wir rechnen dürfen, bitten wir dich, die Anmeldung auszufüllen und an folgende Adresse zu schicken:

Sebastian Schafer
Waldmeisterweg 5
3185 Schmitten
oder auf dem Internet unter www.jublaschmitten.ch

Anmeldeschluss ist der 1. Mai.

Wir freuen uns mit euch auf einen unvergesslichen Tag und hoffen auf zahlreiche «Jublaköpfe» und und und...
Bis bald, das Jubla-Schmitten-Team

Anmeldung

Name, Vorname: _____

Adresse: _____

Schar: _____

Ich melde mich an für:

Spaghetti-Festival

Spielturnier

Gruppenname: _____

Namen Teilnehmer:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

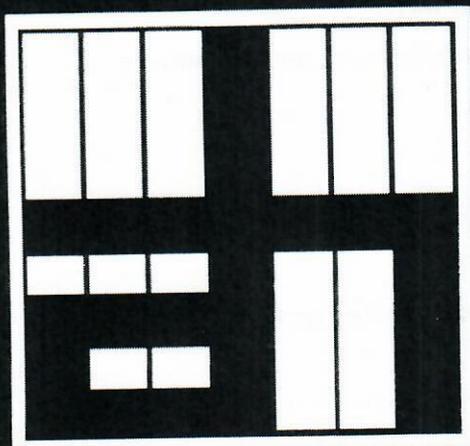
7. _____

8. _____

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

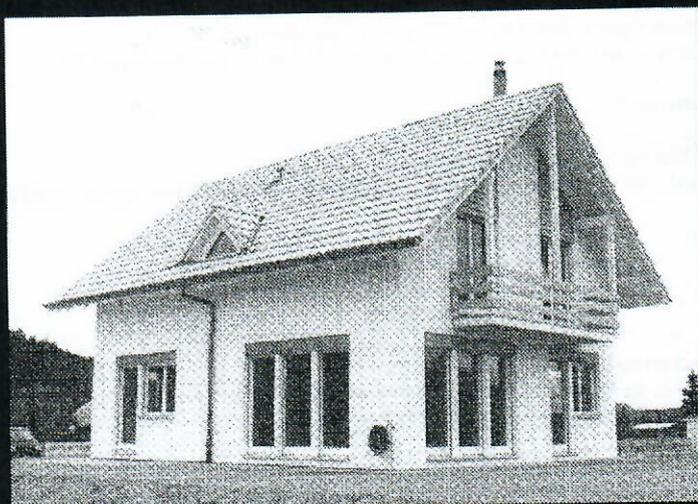
Holz-Elementbau
den Kundenwünschen
entsprechend gefertigt.

Zimmerei, Sägerei
Schreinerei,
Türen- und
Fensterfabrikation
Renovationen



**Éléments en
bois-préfabriqué**
selon la demande
du client

Charpente, Scierie
Menuiserie
Portes et fenêtres
Renovations



**HAYOZ A.
HOLZBAU AG**
3212 Gurmels

Tel. 026 - 674 13 75

Fax 026 - 674 22 65

Internet: www.hayoz-holzbau.ch

