

Menü

Spargelsuppe

Zutaten: 40 dkg (=Dekagramm, 1 dkg = 10 Gramm oder ein 1/100 Kilogramm) Spargel, 3 dkg Mehl, 3 dkg Butter, 1 dl saure Sahne oder Obers, 1 Eigelb, Salz, wenig Zucker

Die Spargel werden geschält und in 3 cm lange Stücke geschnitten. Kochen Sie sie in heißem, salzigem und mit Zucker zugegebenem Wasser, bis sie weich werden. Mit der Einbrenn aus Mehl und Butter verdicken wir die Suppe und kochen sie einige Minuten weiter. Beim Servieren geben wir dazu mit Eigelb verrührte saure Sahne (Obers).



Pickelsteiner

Zutaten: 250 g Rindfleisch (Dicker Bug oder Hesse), 250 g Schweineschulter (ohne Knochen), 250 g Lammshulter (ohne Knochen), 2 Rindermarkknochen, 2 Zwiebeln, 750 g festkochende Kartoffeln (Erdäpfel), 400 g Knollen-

sellerie, 300 g gelbe Rüben (Möhren oder auch Karotten genannt), 2 Petersilienwurzeln, 1 dicke Stange Lauch, 1 EL Öl, 1 EL Fleisch- oder Gemüsebrühe, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1 Bund Petersilie, 1 Bund Schnittlauch

Alle Fleischsorten in gulaschgroße Würfel schneiden. Mark aus den Knochen lösen. Anhaftende Knochensplitter mit einer Messerspitze entfernen. Mark in Scheiben schneiden. Zwiebeln grob hacken. Kartoffeln, Sellerie, gelbe Rüben und Petersilienwurzeln schälen, waschen und in gut 1 cm dicke Scheiben schneiden. Lauch vom Wurzelansatz und allen welken Blättern befreien, längs halbieren und waschen. Hälften in gut fingerdicke Stücke schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen. Markscheiben darin bei schwacher Hitze anbraten, wieder herausnehmen und auf einem Teller beiseite stellen. Fleisch bei starker bis mittlerer Hitze portionsweise im heißen Fett rundherum braun anbraten. Ebenfalls wieder herausnehmen. Zwiebeln und Kartoffeln in 2 Portionen anbraten und aus dem Topf nehmen. Zum Schluss Gemüse ebenfalls in 2 Portionen anbraten und herausnehmen. Den Topf schichtweise mit Gemüse, Kartoffeln und Fleisch füllen und jede Schicht mit Salz und Pfeffer würzen. Als Abschluss eine Lage Kartoffeln einfüllen und darauf die Markscheiben legen. Brühe an den Seiten zugießen. Topf schließen. Pickelsteiner bei starker Hitze aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze 1 Stunde garen. Petersilie und Schnittlauch fein

zerkleinern. Pickelsteiner damit bestreuen und sehr heiß auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Buchteln

Zutaten: 1 kg Mehl, 3 dkg Germ (in Dtl.: Hefe), 5 dkg Zucker, 1 l lauwarme Milch, 4 dkg Butter, 2 Eier, 1 gestrichener Teelöffel Salz, abgeriebene Schale von einer ungespritzten Zitrone, 7,5 dkg Butter, Staubzucker

Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Vertiefung drücken, Germ hineinbröckeln und mit einem Teelöffel Zucker, der Milch und wenig Mehl verrühren. Etwas Mehl darüber streuen und zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen. Geschmolzene Butter, den restlichen Zucker, Salz und Zitronenschale dazugeben und alles verkneten. Den Teig so lange schlagen, bis er Blasen wirft. Nochmals 15 Minuten gehen lassen. In 5 dkg schwere Stücke teilen. Die Stücke zu Kugeln formen. Die Butter in einer Backform schmelzen. Die Kugeln hineinsetzen und dabei in der Butter drehen. Weitere 15 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 25-35 Minuten backen. Mit dem Staubzucker besieben und mit Vanillesauce servieren.

Guten Appetit wünscht euch das Giftkocher-Team:

Boglárka Rác

rabkabb@freemail.hu

István Soós

cherooke@freemail.hu

Leben für das Gelbe Trikot

Der Fahrradfahrer Jan Ullrich

Das Gelbe Trikot ist im Radsportleben am berühmtesten. Es gibt viele Fahrradfahrer, die das ganze Jahr für dieses Trikot trainieren. Auch **Jan Ullrich** bereitete sich jahrelang auf die französische Rundfahrt vor. Seine Geschichte ist im Leben der Tour sehr interessant. Derjenige, der die Tour de France gewinnt, kann das Gelbe Trikot tragen. Ullrich hatte einmal das Trikot, und fünfmal war er Zweiter. Seit 1995 ist er Profi, aber er hatte auch viele andere Erfolge.

1993	Weltmeister der Amateure (Straße) in Oslo (Norwegen) als jüngster Amateur aller Zeiten.
1994	3. Platz im Einzel-Zeitfahren WM Sizilien, 28. im Straßenfahren WM auf Sizilien
1995	Profi-Vertrag beim Team Telekom
1996	Tour de Fance (1. Teilnahme) Platz 2 in der Gesamtwertung hinter Teamkollege Bjarne Riis
1997	Sieger der Tour de France, 1. der 10. Etappe, 1. der 12. Etappe, ab der 10. Etappe im Gelben Trikot, Deutscher Meister im Straßenfahren Velo d'Or (von „Velo“ als weltbesten Radsportler 1997)
1998	2. Platz bei der Tour de France
1999	Weltmeister im Zeitfahren, Gesamtsieg bei der Spanien-Rundfahrt
2000	2. Platz bei der Tour de France hinter Lance Armstrong, Gold im Straßenrennen und Silber im Zeitfahren der Olympischen Spiele in Sydney
2001	2. Platz bei der Tour de France hinter Lance Armstrong (USA) Weltmeister im Zeitfahren
2003	2. Platz bei der Tour de France hinter Lance Armstrong

Meiner Meinung nach ist Jan Ullrich der beste Fahrer auf der Welt. Er war schon Fahrradfahrer des Jahres und gewann die Tour mit 23 Jahren. Sein Radsportleben fängt aber schon früher an. Die Trainer merkten ganz früh, dass er kein alltäglicher Sportler werden würde. Seine Ergebnisse waren vor dem Profleben denkwürdig und interessant: 1987: DDR-Schülermeister mit dem Bahnvierer; 1988: DDR-Jugendmeister (Straße); 1990: DDR-Jugendmeister (Punktfahren); 1991: Deutscher Juniorenmeister.

1995 bekam er ein Angebot und unterschrieb einen Vertrag bei Team Telekom. Im größten deutschen Rennstahl entwickelte er sich weiter als Profi. Damals hatten viele die Hoffnung, dass er große Wettkämpfe gewinnen würde. Besonders die Tour de France war

bedeutungsvoll. Die Tour ist am wichtigsten im Radsport: 2003 war sie hundert Jahre alt. Sie dauert 21 Tage lang und ist die schwerste unter allen Touren. Es ist ein Traum aller Rennfahrer, die Tour de France zu gewinnen. Ullrich widmet das ganze Jahr der Vorbereitung auf den Kampf gegen die Uhr in Frankreich. 1996 war er noch Wasserträger seines Teamchefs Bjarne Riis, der die Tour gewann. Ullrich wurde zum ersten Mal zweiter. In der Mannschaft gibt es acht Wasserträger, die dem Kapitän helfen. Diese acht Männer geben dem Chef das Wasser oder das Essen, wenn er Durst oder Hunger hat. Am wichtigsten ist aber der Windschatten. Der Kapitän fährt immer hinter seinem Teamkollegen. 1997 war das Jahr des Teams Telekom. Die Gegner von Ullrich sahen immer

sein Hinterrad. Mit großem Vorsprung trug er das Trikot. Es war ein Wunder: Jan war erst 23! Die Journalisten meinten in ihm den Nachfolger von Eddie Merxx, dem besten Fahrer aller Zeiten, zu sehen. Aber im Team gab es noch ein anderes Trikot: das grüne. Erik Zabel war der schnellste Sprinter. 1998 schaffte er es nicht. Marko Pantani war in den Bergen stärker, und Jan wurde schon wieder zweiter. Im darauffolgenden Jahr konnte er wegen einer Verletzung nicht mitfahren. In Spanien gewann er aber die Vuelta (ähnlich wie Tour de France) und wurde im Oktober Weltmeister. In Frankreich trug Lance Armstrong das Trikot. Man konnte schon vermuten, dass 2000 ein sehr interessantes Jahr werden würde. Im nächsten Jahr sah Jan nur das Trikot, Lance gewann. Aber in Sydney (Olympische Spiele) holte Ullrich fast beide Goldmedaillen (Gold im Straßenrennen und Silber im Zeitfahren). Er war schon zum dritten Mal hinter dem Ersten! Mit der Vorbereitung fing er früher an: Schon ab Dezember trainierte er und nahm in Italien an dem Giro (Rundfahrt) teil. Die Fans hatten die Hoffnung, dass „Ulle“ 2001 schneller fahren könnte. Aber Armstrong bewies, dass er unschlagbar ist. Zum vierten Mal musste Jan mit der Nummer zwei zufrieden sein. Er ließ den Kopf nicht hängen: In Portugal wurde er Weltmeister.



Wird das Comeback erfolgreich?

2002 – das Jahr der Krise. Ullrich begann mit dem Training noch früher, im November 2001. Er hatte aber plötzlich Knieschmerzen und musste mehrmals operiert werden. Das half aber gar nichts, und Jan sagte die Tour ab. Er wollte lieber in Spanien die Vuelta gewinnen. Im Frühling passierten aber viele schlimme Sachen. Alkohol- und Dopingaffäre (es war kein Doping, sondern Amphetamin). Alkoholisiert fuhr er mit dem Auto und verursachte einen Unfall. Im Mai nahm er in einer Diskothek zwei Pillen Amphetamin und wurde erwischt. Bis Frühling 2003 durfte er nicht fahren, der Fahrradverein verbot ihm ein Jahr lang jedes Rennen. Ende des Jahres bekam er ein Angebot vom Team Coast. Ullrich unterschrieb den Vertrag mit Coast und verließ das Team Telekom. War das ein

Neuanfang? Lance Armstrong fand diesen Teamwechsel keine gute Idee: Coast sei nicht genug für Jan.

Anfang 2003 war Jan aushungert und motiviert. Zum Beispiel holte er den Sieg in Köln (Rund um Köln). Aber Schwierigkeiten kamen mit dem Team Coast: Sie konnten die Stars nicht bezahlen. Vor der Tour de France wurde ein neues Team gegründet, Team Bianchi, und als Kapitän fuhr Ullrich wieder mit Lance. So interessant war es noch nie! Zwischen Ullrich und Armstrong gab es nicht mehr als eine Minute Unterschied. Er konnte fast gewinnen. Er war

wieder enttäuscht, und wollte mit seiner Karriere aufhören. Vielleicht kann man das verstehen: Schon zum fünften Mal! Im Oktober bekam er wieder ein Angebot vom Team Telekom und fuhr in der besonderen Farbe Rosa von Telekom. Er fing mit der Vorbereitung am 1. November an. Jan, ich wünsche Dir viel Erfolg und das berühmte Trikot!

Internet:
www.radsport-news.de
www.janullrich.de

László Bereczki
 bereczkilaszlo@hotmail.com

Geschichte geschrieben

Die Erfolgsgeschichte von Michael Schumacher

Sechs WM-Titel! Das hat vor Michael Schumacher noch keiner Formel 1 Pilot geschafft. In zwölf Jahren eroberte der Ferrari Pilot in einer einmaligen Rekordfahrt den Olymp des Motorsports.

In der vergangenen Saison war Michael Schumacher mit Formel-1 Legende Juan Manuel Fangio gleichgestellt worden. In diesem Jahr aber hat er den argentinischen Motorsporthelden endgültig überflügelt. In einem Herzschlagfinale beim letzten Saisonrennen in Suzuka holte sich der Ferrari Star seine sechste WM Krone. Ein Rekord für die Geschichte! Gleichzeitig holte Schumi zum vierten Mal in Folge den Titel. Das hat vor ihm auch nur der große Fangio erreicht. Dass er einmal den berühmten Argentinier vom Thron der ewigen Bestenliste stoßen würde, hätte sich Michael Schumacher vor zwölf Jahren selbst in seinen kühnsten Träumen nicht auszumalen gewagt. Siegen ist seine Passion, ihr ordnet Schumi alles unter. Deshalb ist eines klar: Schumacher wird, obwohl er die höchste Stufe erreicht hat, mit der selben Begeisterung weiter fahren und wahrscheinlich auch den siebten Titel holen. Ein weiterer WM-Triumph wäre nur die logische Folge, weil er einfach der Beste ist. Seine Motivation ist ungebrochen, und mit seiner Professionalität, sportlicher Leistungsfähigkeit sowie Ausdauer und seinem unbändigen Siegeswillen, hat Schumacher neue Maßstäbe gesetzt. Diese Kombination, und noch dazu sein Talent, sprechen für sich und geben ihm die

besten Ausgangspositionen. Aber, wie fing alles an?

Der Anfang

Michael Schumacher fuhr bereits mit fünf Jahren sein erstes Kart Rennen. Obwohl Vater Rolf von den Kart Ambitionen seines Sohnes wenig begeistert war, blieb der Junior dem Motorsport treu. Vater Rolf hatte für ihn das erste Fahrzeug gebaut und meldete ihn im Kart Club Kerpen-Horrem an. Für Meisterschaftsrennen war er allerdings noch zu jung und musste auf die deutsche Kart Lizenz bis 1983 warten. 1984 wurde er dann prompt deutscher Juniorenmeister. 1985 gewann er die deutsche Juniorenmeisterschaft erneut und wurde zusätzlich Junioren-Vize-Weltmeister in Le Mans. 1986 nahm er erstmals an der Deutschen Kartmeisterschaft teil und wurde auf Anhieb Dritter in der Gesamtwertung ebenso wie bei der Europameisterschaft. Im Jahr 1987 folgte dann der zwischenzeitlich größte

Triumph. Schumi gewann die deutsche Kartmeisterschaft und die Europameisterschaft. 1988 bestritt Michael Schumacher seine erste Saison in einem Formel Rennwagen. Endlich konnte er zeigen, was er in seiner Kartzeit gelernt hatte. Doch der Aufstieg gestaltete sich schwierig: Er musste ein Angebot zu einer ersten Testfahrt in einem Formel Ford ablehnen, weil ihm die geforderten 500 DM Startgeld fehlten. Bei der nächsten Testmöglichkeit unterschrieb er einen Vertrag beim Euphra Formel-Ford-Team. Im gleichen Jahr debütierte er in der Formel 3000 und wurde Zweiter in Sugo in der japanischen Serie.

