

**Ausgabe: 01 \Sept 05**

**Preis: 2,50€**

# Wochenblick

**Ihr Anzeigenmarkt für die ganze Region**

Verdiene Dein Geld mit  
Deinem Körper  
*Bist Du jung? Siehst Du gut aus?  
Bist Du unabhängig? Brauchst Du  
Geld? Hast Du die perfekten Maße?*  
Dann melde Dich bei uns: Chiffre 66366

**V E R K A U F E !**  
GUT ERHALTENE MÄNNERBADEHOSE  
GÜNSTIG ABZUGEBEN. MUSTER IST  
ORANGE-BLAU KARIERT. SIEHT NICHT  
NUR GUT AUS, TRÄGT SICH AUCH GUT.  
PREIS VHB, TEL.: 05251/50006005

Suche Brieffreundin in OWL.  
Wohne in München und suche  
jemanden, der genauso gerne  
Briefe schreibt wie ich.  
Chiffre 20405

Sie sucht ihn: Ich bin 34 und  
bildhübsch. Habe lange blonde Haare  
und grüne Augen. In meiner Freizeit  
koche ich sehr gerne oder gehe  
chinesisch Essen. Bist Du charakternvoll  
und ehrlich? Dann schreib' mir!  
Chiffre 20504

**Guter Nebenverdienst möglich.**  
Arbeiten von zu Hause aus.  
Kugelschreiber zusammensetzen auf  
400€-Basis. 0180 3434343433

**Hier könnte auch Ihre  
stehen. Deshalb  
zögern Sie nicht und  
rufen Sie uns an.**



## Beweis 2.1

Zeitschriften-Annonce

**Fundort:**

im Zimmer von Ricarda

### Fischers Mahlzeit -Kochen mit Fischen

#### **THUNFISCH, GESPICKT UND MARINIERT**

##### **ZUBEREITUNG:**

Den Fisch waschen und mit Streifen von Sardellenfilets spicken. Aus Zitronensaft, Wein, Salz, Pfefferkörnern, den Kräutern, Lorbeerblatt, enthäuteter Zwiebel und Knoblauch Marinade bereiten, den Fisch 3 Stunden darin einlegen. Dann gut abtropfen lassen, trockentupfen. In der Pfanne im Öl kurz



anbraten. Die Tomaten in einen Topf geben, den Fisch darauf legen. Mit der Marinade begiessen. Den Topf schliessen und in den kalten Backofen stellen, aufheizen.

##### **ZUTATEN:**

4 Scheiben Thunfisch, 10 Sardellenfilets, 1 Zitrone, 1 Tasse Wein, Salz, Pfefferkörner, 2 TL Tr.kräuter-misch. der Provence, 1 Lorbeerblatt, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 4 EL Olivenöl, 1 Dose Tomaten

Seite 45

### Fischers Mahlzeit -Kochen mit Fischen

#### **FORELLE MÜLLERIN**

Forelle (250-350gr) abtrocknen, mit Salz einreiben und im Mehl wenden.

Petersilie in den Bauch streuen und in heissem Öl oder Butter auf jeder Seite ca. 5-6 Min. Braten. Die Forelle auf vorgewärmten Teller anrichten, mit brauner Butter übergiessen, Und mit Petersilie garnieren.



#### **FORELLEN-FILETS MIT STEINPILZEN**

Steinpilze oder eine Mischung von Pilzen waschen und in Butter mit gehackten Schalotten sautieren und würzen. Bei halber Garzeit Doppelrahm begeben und etwas einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Filets dämpfen, auf heissen Teller anrichten und mit der feinen Pilz-sauce übergiessen. Dazu reichen Sie Kartoffeln, Nudeln oder weissen Risotto und grünen Salat.



Seite 46

## Beweis 2.5

Kochrezepte

Fundort:

im Zimmer von Kai