

# Unsere Lieblingsrezepte

ZUHAUSE IN  
OESTRICH-  
WINKEL





**Unser Spitzenteam für Oestrich-Winkel**

## **Liebe Oestrich-Winkelerinnen, liebe Oestrich-Winkeler, liebe Freundinnen und Freunde guter Rezepte,**

hier ist es: Das mittlerweile dritte Kochbuch der SPD Oestrich-Winkel. Wieder haben wir neue Rezepte gesammelt und unsere Kandidatinnen und Kandidaten präsentieren Ihnen ihr jeweiliges Lieblingsrezept. Für hoffentlich jeden Geschmack ist etwas dabei, sei es für den kleinen Hunger zwischendurch oder die Hauptspeise in Gesellschaft anderer.

Ähnlich verhält es sich mit unseren „politischen Rezepten“. In den vergangenen Jahren hat Oestrich-Winkel davon profitiert und wir konnten einiges für unsere Stadt bewegen. Daran möchten wir auch in der kommenden Wahlperiode anknüpfen und werben am 14. März bei der Kommunalwahl um Ihr Vertrauen. Unsere Kandidatinnen und Kandidaten beweisen nicht nur ein vielfältiges Kochtalent, sondern stehen mit ihren unterschiedlichen Berufs- und Lebenserfahrungen über alle Generationen und Stadtteile hinweg für eine ausgewogene und fortschrittliche Politik.

Unseren Rezepten können Sie vertrauen – nicht nur beim Kochen und Backen, sondern auch und besonders in der Politik für unsere Heimatstadt.

Ihre SPD Oestrich-Winkel



Stadtparlament OeWi 1  
Ortsbeirat Oestrich 2  
Kreistag RTK 9

**Carsten  
Sinß**

## Hackfleisch- Bacon-Käse- Rolle

- 500 g Hackfleisch
- 2 Eier
- 50 g Semmelbrösel
- Salz und Pfeffer
- 2 TL Knoblauchpulver
- 4 Scheiben Kochschinken
- 4 Scheiben Käse
- 2 Handvoll Spinat
- 10 Scheiben Bacon

Hackfleisch, Ei, Semmelbrösel, Kräuter und Gewürze in einer Schüssel gründlich miteinander verkneten. Anschließend auf Alufolie legen und rechteckig formen. Käse, Schinken und Spinat darauf verteilen und alles mit Hilfe der Folie vorsichtig einrollen. Die Seiten vorsichtig schließen. Die Rolle mit Baconscheiben bedecken und in Alufolie wickeln. Bei 180°C Ober- und Unterhitze ca. 25 Minuten backen. Die Alufolie entfernen und bei 250°C weitere 25-30 Minuten backen, sodass der Bacon knusprig wird. Die Hackfleischrolle vor dem Servieren in Scheiben schneiden. Für einen Abend mit Freunden kommt dieses Rezept bestimmt gelegen. Eine leckere Barbecue-Sauce rundet den Geschmack ab. Wer mag, kann die Rolle auch mit ein paar Süßkartoffelpommes oder Salat servieren. Die Hackfleischmasse kann natürlich nach Belieben gewürzt und belegt werden, um ein ganz eigenes, individuelles Ergebnis zu erhalten.

## Linsenauflauf mit Salat

- 1 Lauch
- 1 Kartoffel
- 1 Karotte
- 200 ml Kochsahne
- 1 Dose braune Linsen
- 50 g Streukäse
- 1 kleiner Kopfsalat
- ½ Zitrone (Dressing)
- 20 g Sonnenblumenkerne
- 5 g Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- Muskatnusspulver
- Sojasauce
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Senf
- Gemüsebrühe

Lauch, Kartoffel, Karotte in Scheiben schneiden und 10 Minuten im Backofen backen. Sahne mit Gemüsebrühe, Muskat, Salz und Pfeffer mischen. Knoblauch in eine Pfanne mit 1 EL Öl pressen, 1-2 Minuten anbraten, Linsen und Tomatenmark dazugeben und 2 Minuten anbraten, mit Sojasauce ablöschen, Senf dazugeben, mit Zucker und Pfeffer abschmecken und gehackte Petersilie dazugeben. Hälfte des Ofengemüses in eine Auflaufform geben, mit der Hälfte der Sahne übergießen, mit Linsen toppen, restliches Gemüse darüberlegen und mit restlicher Sahne übergießen. Auflauf bei 200°C 30 Minuten backen, in den letzten 5 Minuten Käse darüberstreuen. Salatdressing mit Zitrone anrühren und den Salat mit gerösteten Sonnenblumenkernen anrichten.



Stadtparlament OeWi 2

**Clara  
Goll**



Stadtparlament OeWi 3  
Ortsbeirat Winkel 4

**Katharina  
Fladung**

## Rotes Thai Curry

- 800 ml Kokosnussmilch
- 100 g Kaiserschoten
- ca. 10 g Bio-Ingwer
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 2 Möhren
- ½ Zucchini
- eine Handvoll Brokkoli-Röschen
- 1 rote Paprika
- 1-2 EL rote Currypaste
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Pflanzenöl
- 2 EL asiatische Fischsoße
- 2 EL Sojasoße

Knoblauch und Ingwer fein hacken, Frühlingszwiebeln in breite Röllchen schneiden, das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden (Tipp: Es sieht besonders schön aus, wenn das Gemüse unterschiedliche Formen hat, z.B. Karotten schräg anschneiden, Paprika in lange Streifen,...). In einem Wok (alternativ Pfanne mit hohem Rand) das Öl erhitzen und Knoblauch und Ingwer darin anschwitzen. Frühlingszwiebeln und das restliche Gemüse dazugeben und unter ständigem Wenden mitdünsten. Die Currypaste dazugeben. Alles mit der Kokosmilch ablöschen und köcheln lassen, bis das Gemüse weich, aber noch bissfest ist. Mit Fisch- und Sojasoße würzen. Bei Bedarf können auch Garnelen, Hühnerfleisch oder Tofu dazu.

Wer mag kann das Curry am Ende mit Koriander oder Thai-Basilikum servieren.

## Lachs-Couscous Päckchen

- 2 Lachsfilets
- 250 g Möhren
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 EL Öl
- Salz und Pfeffer
- 150 g Couscous
- ½ TL Zimtpulver
- 1 TL scharfes Currypulver
- 200 ml Gemüsebrühe
- 1 Bio-Zitrone
- etwas glatte Petersilie

Die Möhren putzen, schälen und schräg in ½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und schräg in ½ cm dicke Ringe schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Möhren und die Zwiebelringe darin ca. 3 Minuten braten, salzen und pfeffern. Couscous mit Zimt und Curry mischen und mit in die Pfanne geben. Brühe unterrühren und zugedeckt bei milder Hitze 5 Minuten quellen lassen, ggf. noch etwas Brühe nachgießen, damit der Couscous nicht zu trocken ist. 1 TL Zitronenschale abreiben, Petersilie hacken. Den Lachs rundum salzen und pfeffern und mit der Petersilie und der Zitronenschale bestreuen. Den Couscous mit einer Gabel auflockern und jeweils in die Mitte von 2 Backpapierbögen verteilen. Den Lachs darauf setzen. Die Zitrone halbieren, in Scheiben schneiden und auf dem Lachs verteilen. Das Backpapier wie ein Bonbon darüber zusammen falten, die Enden fest zudrehen. Die Päckchen auf dem Rost im vorgeheizten Ofen bei 200°C (nicht Umluft) auf der 2. Schiene von unten 15 Minuten backen.



Stadtparlament OeWi 4  
Kreistag RTK 12

**Thomas  
Wiczorek**



Stadtparlament OeWi 5  
Ortsbeirat Winkel 3

**Dominic  
Dillmann**

## Schälrippchen ohne Smoker

- Eine Reihe rohe Schälrippchen vom Metzger

**Zu jeweils gleichen Teilen, je nach Menge (Beispiel für einen Riegel Rippchen)**

- 50 g schwarzer Pfeffer
- 50 g Knoblauchpulver
- 50 g brauner Zucker
- 50 g Paprikapulver

### Sauce

- 40 ml Senf
- 40 ml Tomatensauce/Ketchup
- weitere Gewürze nach Wahl

Die Haut an der Unterseite der Schälrippchen kann, muss aber nicht entfernt werden. Die Zutaten gut mischen. Ofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Rippchen mit dem Pulver bestreuen und das Pulver einmassieren. Ein Backblech einfetten und Rippchen mit der Knochenseite nach unten hineinlegen. Rippchen kommen in den Ofen. Nach ca. 1½ Stunden die Rippchen herausholen (Kerntemperatur 70°C), in Alufolie einwickeln und bei gleicher Temperatur ca. 30 Minuten zu Ende garen (Kerntemperatur 85-90°C). Rippchen herausholen, Alufolie entfernen und mit Sauce benetzen und kurz (!) 2-3 Minuten mit Grillfunktion in den Ofen. Die Rippchen sind nun fertig und so butterzart, dass sie fast von alleine vom Knochen fallen.

## Mediterraner Brotauflauf

- 6-8 EL Olivenöl
- 250 g Mozzarella
- 200 g Brot (meistens wird Ciabatta empfohlen, funktioniert aber mit jedem anderen Brot ebenso gut)
- 1-2 Knoblauchzehen
- 100 g rote Zwiebeln
- 250 g Kirschtomaten
- frischer Basilikum
- 50 g Oliven ohne Stein
- Oregano
- Salz und Pfeffer

Backofen auf 200°C vorheizen, Brot sehr grob würfeln, Zwiebel schälen und fein würfeln. Kirschtomaten halbieren, Basilikum grob hacken und Oliven halbieren. Knoblauchzehen schälen und in feine Scheiben schneiden, Mozzarella gut abtropfen und grob würfeln. Auflaufform mit Olivenöl ausreiben. Etwa 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel und den Knoblauch andünsten. Alle anderen Zutaten in einer Schüssel gut mischen, mit Salz und grobem, schwarzen Pfeffer und Oregano abschmecken. Das geröstete Brot, den angedünsteten Knoblauch und alle weiteren Zutaten gleichmäßig in der Auflaufform verteilen. Übriges Olivenöl drüberträufeln und im vorgeheizten Backofen ca. 15-20 Minuten backen.

Das Rezept eignet sich bestens, um Brotreste zu verarbeiten!



Stadtparlament OeWi 6

**Olaf  
Larsen-Schmidt**



Michael  
Christ

## Schweinefilet im Blätterteigmantel

- 50 g getrocknete Steinpilze
- 1 Zwiebel
- 1 Bund glatte Petersilie
- 2 EL Butter
- 1 Msp. gemahlener Sternanis
- 1 Msp. gemahlener Zimt
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 50 g geriebener Parmesan
- 1 Schweinefilet (ca. 400 g)
- 1 Ei
- 1 Rolle Blätterteig (275 g)
- 6 Scheiben dünn geschnittene Salami Gran Magro (100 g)

Steinpilze in warmem Wasser einweichen, abgießen, ausdrücken und klein schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Backofen auf 200°C Umluft vorheizen. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig anschwitzen. Die Pilze dazugeben und 2 Minuten mitbraten. Mit Sternanis, Zimt, Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel-Steinpilz-Mischung noch heiß in einer Schüssel mit dem Parmesan und der Petersilie mischen. Das Schweinefilet von Fett und Sehnen befreien und mit Pfeffer und Salz würzen. Die restliche Butter in der Pfanne zerlassen und das Filet darin bei mittlerer Hitze rundherum kräftig anbraten. Das Ei trennen. Den Blätterteig mit einem Nudelholz etwas flacher rollen und in der Mitte 3 Salamischeiben auflegen. Das Schweinefilet drauflegen und mit der Pilzmischung ummanteln. Die restlichen Salamischeiben auflegen und Teigränder mit Eiweiß einpinseln. Die Querseiten des Blätterteigs zur Mitte hin einschlagen und zu einer festen Rolle aufwickeln und die Oberseite mit einer Gabel einstechen. Auf ein Backblech mit Backpapier legen, mit Eigelb einpinseln und im Ofen 30 Minuten garen.

## Eierlikörkuchen

- 5 Eier
- 200 g Puderzucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 125 ml Öl
- 250 ml Eierlikör
- 250 g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver

### für die Glasur

- 100 ml Eierlikör
- 180 g Puderzucker

Eier mit Puderzucker und Vanillezucker cremig schlagen. Danach das Öl mit Eierlikör vermischen und vorsichtig einrühren. Mehl und Backpulver vermischen, über das vorherige Gemisch sieben und unterheben. Die Kuchenmasse in eine eingefettete Kuchenform (Kranzform) füllen und gleichmäßig verteilen. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen, bei 180 °C, Ober- und Unterhitze für etwa 50 Minuten backen lassen. Danach den Kuchen einige Minuten in der Form abkühlen lassen und auf ein Kuchengitter stürzen. Für die Glasur Eierlikör mit Puderzucker glattrühren. Der noch etwas warme Kuchen wird mit der Hälfte der Eierlikörglasur bestrichen und für circa 10 Minuten stehen gelassen. Danach wird die übrige Glasur auf dem Kuchen verteilt.



Caroline  
Domine



**Jutta  
Mehrlein**

## Puten- geschnetzeltes mit Paprika

- 600 g Putenschnitzel
- rote Paprikaschoten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel, mittelgroß
- 200 ml Geflügelfond
- 100 g Crème fraîche
- 50 g Ajvar
- 1-2 EL Thymianblättchen
- 3 EL Olivenöl
- Salz und edelsüßes Paprika

Paprika waschen, halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden, den Knoblauch in Scheiben schneiden. Das Fleisch in Streifen oder Würfel schneiden und je nach Belieben mit Salz und edelsüßem (mildem) Paprikapulver würzen. Das Putenfleisch in einer großen Pfanne mit 1 EL heißem Olivenöl goldbraun anbraten, aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. 1-2 EL Olivenöl in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze die Paprika, Zwiebel und Knoblauch für ca. 5 Minuten andünsten und ab und zu umrühren. Gegen Ende der 5 Minuten die Thymianblättchen und den Ajvar unterrühren. Mit dem Geflügelfond ablöschen, Crème fraîche unterrühren und alles nochmal für 3-5 Minuten einköcheln lassen. Das Fleisch zurück in die Pfanne zum Gemüse geben und nochmals alles nach Belieben mit Salz, edelsüßem Paprika und Ajvar kräftig abschmecken. Dazu schmecken Reis oder Nudeln besonders lecker.

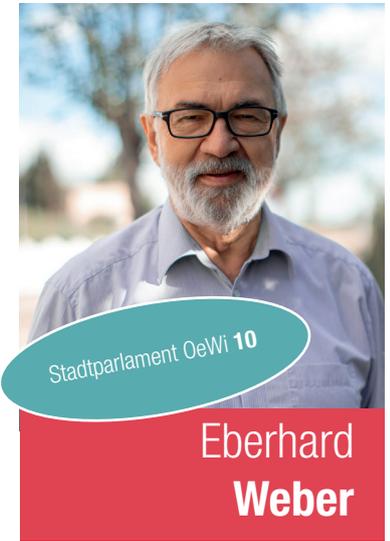
## Rote-Bete-Salat

- 4 Knollen Rote Bete (gekocht)
- 200 g Feta-Käse  
(alternativ auch Ziegenkäse)
- 1 Bund glatte Petersilie

### Dressing

- Salz
- Pfeffer
- Öl
- ein wenig Himbeeressig

Die Rote Bete und den Feta-Käse in Würfel schneiden. Die Petersilie klein rupfen und mit dem Dressing und den Zutaten mischen. Dazu frisches Baguette reichen.



**Eberhard  
Weber**



Stadtparlament OeWi 11  
Ortsbeirat Oestrich 3

**Karlheinz  
Winkel**

## Labskaus

- 500 g Pökelfleisch (Rind)
- 200 g Pökelfleisch (Schwein)
- 2 Lorbeerblätter
- 5-6 Pfefferkörner
- 5 Zwiebeln
- Pfeffer und Salz
- 1 kg Pellkartoffeln
- Schmalz
- 2 Matjesfilet
- 500 g geraspelte Rote Bete
- Muskat
- Zucker
- Äpfel
- Gewürzgurken

Pökelfleisch, Lorbeerblätter, Pfefferkörner, eine Zwiebel und Salz in einem Liter Wasser garen. Das Fleisch durchdrehen, ebenso 4 Zwiebeln und Pellkartoffeln. Die Masse in Schmalz mit dem gewürfelten Matjesfilet anbraten. Rote Bete (frisch oder aus dem Glas) unterheben, abschmecken mit Muskat, einer Prise Zucker und Pfeffer. Gewürfelte Gewürzgurken und Äpfel können zugegeben werden, das ganze sämig durchkochen. Als Garnierung wird Rote Bete, Rollmops/Matjesfilet und Spiegelei und eine als Fächer geschnittene Gewürz-/Salzgurke auf den Teller gelegt.

Als Getränk passt natürlich ein herbes norddeutsches Bier und Köm am besten.

## Farfalle mit Lachs

- 200 g Räucherlachs
- 1 Zwiebel
- Olivenöl
- 1 Dose gestückelte Tomaten
- eine Handvoll Basilikum
- 400 g Farfalle
- Salz und Pfeffer
- etwas Sahne



Stadtparlament OeWi 12  
Kreistag RTK 42

**Aylin  
Sinß**

Die Zwiebel würfeln und in etwas Olivenöl in einer hohen Pfanne anbraten. Den Räucherlachs in kleine Stücke schneiden, in die Pfanne dazugeben und anbraten bis er glasig ist. Mit Pfeffer und Salz würzen. Anschließend eine Dose gestückelte Tomaten und einen Schuss Sahne dazugeben und kurz aufkochen lassen. Den Basilikum klein hacken und ebenfalls in die Soße geben. Zum Schluss die gekochten Farfalle (wahlweise gehen natürlich auch Penne, Rigatoni oder andere Nudelformen) in die Soße geben und miteinander vermengen.

Das perfekte Essen, wenn es mal schnell gehen muss und trotzdem lecker sein soll.



Stadtparlament OeWi 13

**Sophia  
Busch**

## Rigatoni con sugo alla salsiccia

- 250 g Rigatoni
- 1 Dose passierte Tomaten
- 250 g Salsiccia
- ½ Zwiebel
- 50 g Pecorino
- 30 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss, gerieben
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Nelke
- 1 TL Fenchelsamen
- 100 ml Wasser oder Weißwein

Die Salsiccia in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, die Zwiebel häuten und würfeln. Für die Tomatensauce zunächst die Salsiccia anbraten, Zwiebelwürfel, Lorbeerblatt, eine Nelke sowie die leicht gerösteten Fenchelsamen hinzugeben. So lange ab und zu umrühren, bis die Zwiebeln glasig sind. Dann mit Wasser oder Weißwein ablöschen. Wenn die Flüssigkeit auf die Hälfte reduziert ist, die passierten Tomaten hinzugeben und die Sauce bei geringer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen. Ab und zu umrühren. Parallel die Rigatoni in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe al dente kochen. Anschließend die Pasta in den Kochtopf geben, die Sauce dazu und alles gut mit einem großen Löffel vermengen. Zum Schluss etwas Olivenöl darunter heben und mit etwas geriebener Muskatnuss würzen. Die Pasta mit einer Kelle oder einem großen Löffel auf den Teller geben und ein wenig Pecorino darüber raspeln.

Buon Appetito!

## Ungarisches Bohnengemüse

- 400 g grüne Bohnen
- 400 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 kl. Päckchen Tomatenpüree
- ¼ l Fleisch- o. Gemüsebrühe
- Olivenöl
- Crème fraîche
- Salz
- Pfeffer
- Rosenpaprika

Die Bohnen an beiden Enden abschneiden, die Fäden entfernen und in circa 3 cm lange Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Den Knoblauch klein schneiden. Alles in Olivenöl anschwitzen, das Tomatenpüree zugeben und die Brühe darüber gießen. Alles zusammen Garen. Vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und Rosenpaprika pikant abschmecken. Mit Crème fraîche verfeinern.



Stadtparlament OeWi 14  
Ortsbeirat Hallgarten 3

**Heinz  
Zott**



Stadtparlament OeWi 15  
Kreistag RTK 15

**Sebastian  
Busch**

## Arancini

- 300 g Hackfleisch
- gekochter Schinken
- gewürfelte Mozzarella
- 150 g Erbsen, abgetropft
- passierte Tomaten
- 250 g Reis (Rundkornreis)
- Eier
- Paniermehl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat

Mit dem Hackfleisch eine Sauce Bolognese kochen. Den Reis ziemlich weich kochen und abkühlen lassen. Das Hackfleisch aus der Sauce nehmen. Den Reis mit etwas Sauce vermengen. Nun die Arancini zu glatten runden, etwa orangengroßen Bällchen formen und mit Schinken, Mozzarella, Hackfleisch und Erbsen füllen. Die geformten Arancini in Ei wenden und anschließend durch das Paniermehl ziehen. Fett in der Fritteuse erhitzen (ca. 180°C) und die Arancini darin portionsweise 3-4 Minuten goldbraun ausbacken. Herausnehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Auf die Form kommt es übrigens an: Da mein Schwiegervater aus der Region Messina im Norden Siziliens kommt, machen wir die Arancini spitz – im Süden macht man sie rund.

## Spätzle

- 1 kg Mehl (Typ 405)
- 10 Eier (Größe M)
- 2 Eigelb
- 2 Teelöffel Salz
- Muskatnuss
- ca. 125 ml Sprudel



Stadtparlament OeWi 16  
Ortsbeirat Hallgarten 4

**Stefan  
Englert**

Das Mehl in eine Rührschüssel sieben. Mit einer kleineren Schüssel eine Kuhle in das Mehl drücken. 10 Eier in die Kuhle aufschlagen. 2 Eigelb trennen und auch dazu geben. Würzen mit 2 Teelöffel Salz und eine halbe Muskatnuss reiben. Mit einem Löffel den Teig rühren. Wird der Teig zu fest, nach Gefühl Sprudelwasser dazu geben. Der Teig ist fertig, wenn er beim Schlagen Blasen wirft. Er darf nicht zu dünn sein. Danach den Teig mit einer Spätzlepresse in kochendes Wasser drücken. Wenn die Spätzle aufschwimmen, mit einer Kelle aus dem Wasser nehmen und kurz mit kaltem Wasser abschrecken. Man kann die Spätzle im vorgeheizten Backofen gut warmhalten. Hier dann Butterflöckchen dazu geben, damit sie nicht trocken werden. Eine Schüssel mit Wasser in den Backofen stellen hilft auch.



Stadtparlament OeWi 17  
Ortsbeirat Oestrich 5  
Kreistag RTK 53

**Keke  
Kürvers**

## Lachs im Blätterteig

- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 500 g Spinat (TK)
- 320 g Butter-Blätterteig, gekühlt
- 4 Lachsfilets ohne Haut
- 2 große Eier
- 1 gehäufter EL rotes Pesto
- 1 Zitrone

Den Backofen auf 220°C vorheizen. Die Zwiebel schälen, hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Temperatur erhitzen. Den Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Zusammen mit der Zwiebel anschwitzen, bis er weich wird, dabei regelmäßig umrühren. Den Spinat hinzufügen und zugedeckt 5 Minuten dünsten. Den Deckel abnehmen und den Spinat garen, bis sämtliche Flüssigkeit verkocht ist. Den Blätterteig entrollen und mit dem Papier auf ein Backblech legen. Den Spinat auf dem Teig verteilen, rundherum einen 5 cm breiten Rand frei lassen. Die Lachsfilets auf den Spinat legen, dazwischen jeweils 1 cm Abstand lassen. Nun die Teigländer nach oben umschlagen, sodass die Füllung eingefasst ist – die Mitte bleibt frei. Die Eier verquirlen, den Teig damit bestreichen und das Blech 15 Minuten in den Ofen schieben. Das Pesto unter das restliche verquirlte Ei rühren. Nach der Backzeit das Blech aus dem Ofen nehmen und die Eiermischung über den Lachs und in die Lücke gießen. Für weitere 15 Minuten in den Ofen schieben, bis der Teig goldbraun und das Ei gestockt ist. In Stücke teilen und mit der Zitrone servieren.

## Spaghetti mit Karotten und Schafskäse

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer, walnussgroß
- 300 g Karotten
- 200 g Pastinaken
- 250 g Spaghetti
- 2 EL Rapsöl
- den Saft einer Orange
- 250 ml passierte Tomaten
- 1 Kästchen Kresse
- Pfeffer und Salz
- 3 EL Petersilie
- 150 g Feta-Käse, fein gebrösel

Die Zwiebel in feine Streifen schneiden, Ingwer sehr fein würfeln und den Knoblauch durch eine Presse drücken. Karotten mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Das Wurzelgemüse in Würfel schneiden. Spaghetti nach Packungsbeilage garen lassen. Das Öl in einen Schmortopf oder eine tiefe Pfanne geben und erwärmen. Knoblauch, Zwiebeln, Ingwer und Wurzelgemüse darin binnen 2 Minuten bei mittlerer Hitze glasig anbraten. Karottenstreifen zugeben und eine Minute mitbraten. Mit Orangensaft und passierten Tomaten ablöschen und köchelnd nur wenige Minuten garen, so dass die Karotten noch Biss haben. Die Kresse vom Beet schneiden und abwaschen, Nudeln abgießen, beides abtropfen lassen und unter das Karotengemüse heben. Mit Pfeffer, Salz und Petersilie abschmecken. Auf einem Teller anrichten, mit der Hälfte des Fetts und der Kresse bestreut servieren. Restlichen Käse separat anbieten.



Stadtparlament OeWi 18

**Christian  
Bender**



## Veganer Kaiserschmarrn

- 500 g Dinkelmehl
- 150 g Zucker
- 20 g Backpulver
- 550 ml Haferdrink
- 100 ml Rapsöl
- Margarine zum Anbraten
- 30 g Rosinen
- Puderzucker
- Preiselbeermarmelade

Mehl, Zucker und Backpulver in eine Schüssel geben und verrühren. Haferdrink und Öl hinzugeben, weiterrühren. Etwas Margarine in der Pfanne schmelzen und den Teig in die Pfanne gießen. Den Pfannenkuchen von beiden Seiten etwa 2 Minuten anbraten – Rosinen kurz vor dem Wenden dazugeben. In der Pfanne zerrupfen. Auf einem Teller mit Preiselbeermarmelade und Puderzucker nach Bedarf anrichten.

## Schnelle Veggi-Bolognese

- 200 g rote Linsen
- 3-4 Karotten
- 1 Stück Knollensellerie
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 kleine Zwiebel
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Dose Tomaten (gehackt oder passiert)
- Salz und Pfeffer
- Chili oder Cayennepfeffer
- 1 Prise Zucker
- 400 g Spaghetti

Die Karotten, den Sellerie und die Zwiebel schälen und in feine Stücke schneiden. Das gehackte Gemüse mit den Zwiebeln in Olivenöl anbraten, bis es leicht angeröstet ist. Anschließend mit den Dosentomaten übergießen und gar köcheln lassen. Die Soße sollte noch flüssig sein, wenn die Linsen dazu kommen. Rote Linsen haben für gewöhnlich eine max. Kochzeit von 10 Minuten. Parallel die Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe al dente kochen. Die Soße mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und etwas Chili, alternativ Cayennepfeffer, abschmecken. Nudeln abgießen, dabei etwas Nudelwasser aufheben, in die Pfanne zur Bolognese geben und alles gut unter Zugabe von Petersilie durchschwenken. Mit dem Nudelwasser die Soße ablöschen, sie verleiht zusätzlich eine gewisse Sämigkeit. Den Pfanneninhalt auf zwei tiefe Pastateller verteilen und mit Parmesankäse garnieren.

Tipp: Die Bolognese eignet sich auch prima als Soße für eine Gemüselasagne.





Stadtparlament OeWi 21  
Ortsbeirat Winkel 2

**Gerda  
Müller**

## Rotkohl

- 400 g Rotkohl
- 1 Apfel
- 50 g Butter
- 1 kleine Zwiebel
- 100 ml trockener Rotwein
- 1 EL Honig
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Nelke

Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel fein würfeln. Die Butter erhitzen, Zwiebel und Apfel hinzufügen und kurz andünsten. Den Rotkohl unterrühren und den Rotwein zufügen. Honig, Lorbeerblatt und Nelke zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. 20-25 Minuten köcheln lassen.

## Sommer- Nudelsalat

- 2 kleine Zucchini
- 500 g Cocktailtomaten
- 100 g Pinienkerne
- 50 g Rucola
- 75 g Parmesan am Stück
- 500 g Nudeln
- 5 EL Olivenöl
- 5 EL Balsamico
- 2 TL Senf (Dijon)
- 2 TL Blütenhonig (fest)
- Salz und Pfeffer

Die Nudeln nach Packungsanleitung bissfest kochen und anschließend abkühlen lassen. Die Zucchini waschen, in Scheiben oder Würfelchen schneiden und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten, ebenfalls abkühlen lassen. In der selben Pfanne die Pinienkerne mit dem verbliebenen Olivenöl rösten und dabei aufpassen, dass sie nicht schwarz werden. Tomaten in kleine Streifen schneiden. Den Rucola putzen und die holzigen Stängel entfernen. Den Parmesan in mittelgroße Hobel reiben. Alles zusammen in eine große Salatschüssel geben. Für das Dressing das Olivenöl, Balsamico, Senf und Honig sowie Salz und Pfeffer mischen und zu dem Salat geben. Kräftig umrühren und servieren. Reicht als Mahlzeit für vier Personen, als Beilage für acht Personen.

Tipp: Mit 2 TL eingelegten Pfefferkörnern wird der Salat scharf.



Stadtparlament OeWi 22  
Ortsbeirat Mittelheim 1

**Andreas  
Scharf**



Stadtparlament OeWi 23  
Ortsbeirat Hallgarten 2

**Sonja  
De Leo**

## Bruschetta mit Tomaten

- 5-7 mittelgrosse Tomaten
- 1-2 Knoblauchzehen
- 6 EL Olivenöl (extra Vergine)
- 8 Scheiben Ciabatta
- 2-3 Zweige Basilikum
- Salz
- Pfeffer
- Backpapier

Tomaten waschen, abtupfen und in gleichmäßige Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Beides mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und für eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Backofen auf 180°C Umluft vorheizen. Ciabatta mit Olivenöl beträufeln. Backblech mit Backpapier belegen und die Brotscheiben drauf verteilen. Ciabatta ca. 10-15 Minuten goldbraun backen. Basilikum waschen, trocken schütteln, zupfen und kurz vor dem Servieren unter die Tomaten mischen. Tomaten auf die warmen Brotscheiben verteilen.

Dazu passt ein guter Rotwein.

## Wiener Schnitzel

- 400 g Kalbsschnitzel, vorzugsweise aus der Oberschale
- Chilisalz
- 2 gehäufte EL Mehl
- 60 ml süße Sahne, angeschlagen (halb steif)
- 1 Ei, verquirlt
- Semmelbrösel
- 250 ml Öl zum Braten



Stadtparlament OeWi 24

**Florian  
Semmler**

Die Sahne schlagen bis sie halb steif ist (der Quirl bildet und hinterlässt Spuren beim Schlagen!). In eine Schale oder einen Teller das Ei schlagen und verquirlen, dabei eine kleine Prise Chilisalz hinzufügen. Die angeschlagene Sahne unterheben. Jeweils Mehl und Paniermehl getrennt in eine Schale oder einen Teller geben. Die Kalbsschnitzel von beiden Seiten mit einer kleinen Prise Chilisalz würzen. Dann zuerst im Mehl wenden, vorsichtig abklopfen. Dann vollständig in der Eimischung und anschließend von allen Seiten im Paniermehl wenden, dabei die Panierung nicht zu fest andrücken. Wenn alle Schnitzel paniert sind, in ausreichend heißem Öl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun ausbacken. Die fertig gebratenen Kalbsschnitzel kurz auf Küchenpapier legen, damit das überschüssige Fett abtropfen kann. Die Kalbsschnitzel sofort und heiß servieren.

Tipp: Wenn sich beim Servieren die Panierung wölbt, ist das Schnitzel perfekt.



Stadtparlament OeWi 25  
Ortsbeirat Hallgarten 5

**Johann  
Doufrain**

## Grünkohl untereinander

- 450 g Grünkohl (TK)
- 4 große Kartoffeln
- 1 gewürfelte Zwiebel
- Schmalz
- Salz und Pfeffer
- etwas scharfer Senf
- 1 Würfel Bouillon
- 2 Mettwürste

Etwas Schmalz in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin hell anbräunen. Etwas Wasser dazugeben, den Bouillonwürfel darin auflösen und den Grünkohl darin garen. Mit Salz, Pfeffer und Senf würzen. Zur Hälfte der Garzeit die Mettwürste zufügen und heiß werden lassen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Danach stampfen und unter den Grünkohl mischen. Auf Tellern anrichten und die Mettwürste darauf legen. Senf dazu reichen.

## Italienische Spätzlepfanne

- 400 g frische Eierspätzle
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Frühlingszwiebeln
- 200 g Kochsahne
- 10 g glatte Petersilie
- 20 g geraspelter Hartkäse
- 1 Zucchini
- 250 g Kirschtomaten
- 15 ml Basilikumpaste
- 50 ml Gemüsebrühe
- Öl
- Salz und Pfeffer

Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Weißen und grünen Teil der Frühlingszwiebel getrennt voneinander in feine Ringe schneiden. Kirschtomaten halbieren. Blätter der Petersilie abzupfen und fein hacken. In einem hohen Rührgefäß Kochsahne, Gemüsebrühe, Basilikumpaste und gehackte Petersilie miteinander vermischen. In einer großen Pfanne 1 EL Öl erhitzen und Spätzle darin 5 Minuten knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in einer großen Schüssel kurz zwischenlagern. In der selben Pfanne wieder 1 EL Öl erhitzen und Zucchini, den weißen Teil der Frühlingszwiebeln und Knoblauch anbraten. Pfanne mit dem Sahne-Mix ablöschen. Gebratene Spätzle und die halbierten Kirschtomaten in die Soße geben. Aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz einköcheln lassen. Spätzlepfanne auf tiefen Tellern verteilen, mit geraspelttem Hartkäse und den grünen Frühlingszwiebeln bestreuen.



Stadtparlament OeWi 26

**Hans-Otto  
Höker**



Stadtparlament OeWi 27  
Ortsbeirat Winkel 1

**Monika  
Wenzl**

## Roter Silvestersalat

- 2,5 kg festkochende Kartoffeln
- 2 mittlere Zwiebeln
- 1 kleines Glas Gewürzgurken
- 1 kleines Glas Rote Bete-Saft für Salatsoße aufheben
- 4 hart gekochte Eier
- 2 Äpfel
- 1 Glas Bismarckheringe
- 200 g Fleischwurst
- Rapsöl
- Essig
- Salz und Pfeffer

Kartoffeln kochen, abkühlen lassen, in Scheiben schneiden – bitte eine größere Schüssel verwenden. Alle Zutaten in die Schüssel geben und mit einer Salatsoße aus Rapsöl, Essig, Rote Bete-Saft, Salz und Pfeffer gut durchmischen. Im Kühlschrank einige Stunden durchziehen lassen und mit einem Baguette anschließend servieren.

## Mango-Kokos-Curry

- 2 Paprikaschoten (rot)
- 2 Möhren
- ½ Bund Frühlingszwiebel
- 1 Mango
- 300 g Thai-Duftreis
- 1 Prise Salz
- 2 TL Currypaste
- 1 EL Erdnussöl
- 1 Dose Kokosmilch
- ½ Pck. frischer Koriander
- 1 Prise Pfeffer (aus der Mühle)
- 1 EL Limettensaft

Gemüse waschen und putzen. Paprika in Stücke, Möhren in feine Streifen, Frühlingszwiebeln schräg in Röllchen schneiden. Mango schälen, vom Kern schneiden und würfeln. Reis ca. 10 Minuten in Salzwasser garen. Währenddessen Currypaste in Erdnussöl andünsten, Paprika, Möhren, Frühlingszwiebeln zugeben, unter Wenden ca. 3 Minuten braten, dann Kokosmilch angießen und alles ca. 5 Minuten offen köcheln lassen. Koriander waschen, trocken schütteln, 2 Stängel für die Deko beiseitelegen, Rest in Streifen schneiden und zusammen mit der Mango unter das Curry heben. Alles mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Mango-Kokos-Curry mit übrigen Korianderblättchen auf Thai-Duftreis anrichten.



Stadtparlament OeWi 28

**Robert  
Fladung**



Stadtparlament OeWi 29

**Brigitte  
Sinß**

## Schüttelkuchen

- 300 g Mehl
- 3 Eier
- 250 g Zucker
- 1 Päckchen Backpulver
- 180 g geriebene Schokolade
- 150 g zerlassene Butter
- ¼ l kalter Kaffee
- 1 Schuss Rum

Mehl, Zucker, Backpulver und Schokolade in eine große Rührschüssel geben, Deckel drauf und gut durchschütteln. Dann Eier, kalten Kaffee und zerlassene Butter in die trockene Masse geben. Luft rauslassen und nochmals durchschütteln oder mit dem Handrührgerät verrühren. In eine Kastenform füllen und im Backofen bei 180°C eine Stunde backen.

## Gulasch auf Tagliatelle

- 1 kg Schweinekammbraten
- Zwiebeln im gleichen Volumen wie das Fleisch (nicht das gleiche Gewicht)
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Paprikapulver süß, mild
- 1 Msp. Paprika scharf
- 0,1 l Bratöl
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz
- 1 l Wasser

Das Fleisch in gleichmäßig große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und in mittelgroße Würfel schneiden. Die Fleischwürfel in einem großen Topf mit möglichst großer Fläche von allen Seiten braun anbraten. Die Zwiebeln zugeben und ebenfalls braun anbraten. Das Tomatenmark zugeben und mit 2 TL Zucker weiterbraten. Mit etwas Wasser die Röststoffe am Boden ablösen. Das süße Paprikapulver zugeben, anschwitzen und mit etwas Wasser ablöschen. Anschließend das restliche Wasser aufgießen. Das Gulasch auf kleiner Flamme garen. Garzeit ca. 40 bis 50 Minuten, bis das Fleisch schier ist (zwischendurch die Konsistenz prüfen und eventuell etwas Wasser nachgießen). Die Zwiebeln zerfallen während des Garvorganges und ergeben eine sämige Soße.

Die Tagliatelle selbst herstellen oder fertig kaufen und nach Packungsangabe zubereiten.



Stadtparlament OeWi 30

**Alfred  
Ernst**



Stadtparlament OeWi 31  
Ortsbeirat Mittelheim 5

Heinz-Dieter  
Mielke

## Hansen-Jensen- Torte

### Teig für 2 Böden

- 6 Eigelb ■ 6 EL warmes Wasser
- 150 g Zucker ■ 150 g Mehl
- ¼ TL Backpulver

### für das Baiser

- 6 Eiweiß ■ 1 Prise Salz
- 300 g Zucker
- 100 g gehobelte Mandeln

### für die Füllung

- 500 ml Sahne ■ 40 g Zucker
- 2 Päckchen Sahnesteif
- 1 Glas Sauerkirschen/ Stachelbeeren  
oder 500 g frische Erdbeeren

6 Eigelb mit dem warmen Wasser und dem Zucker cremig rühren. Das Mehl mit dem Backpulver vermischen und unterheben. 2 Springformen mit Backpapier auslegen und den Rand einfetten, den Teig halbieren und in den Springformen glattstreichen. 6 Eiweiß mit der Prise Salz steif schlagen, den Zucker nach und nach einrieseln, dabei weiter schlagen, bis sich der Zucker gelöst hat. Das Baiser auf beiden Böden glattstreichen und mit je 50 g gehobelten Mandeln bestreuen. Im auf 180°C vorgeheizten Backofen 20-25 Minuten backen. Anschließend herausnehmen und auf Kuchengitter auskühlen lassen. Kirschen oder Stachelbeeren abtropfen lassen (Erdbeeren klein schneiden). Sahne steif schlagen, Zucker und Sahnesteif dabei einrieseln lassen. Gewähltes Obst in steif geschlagene Sahne unterheben. Die „Obst-Sahne“ auf einen der Böden verteilen, vorher einen Tortenring um den Boden anbringen. Zweiten Boden auflegen und leicht andrücken, anschließend mindestens 1 Stunde kalt stellen.

*Wussten Sie  
eigentlich?*

Die Liste der SPD Oestrich-Winkel ist die jüngste Liste. Der jüngste Kandidat ist 18 Jahre alt, der älteste ist 75 Jahre alt.

*Wussten Sie  
eigentlich?*

Honig verdirbt nie.  
Man kann 32.000 Jahre  
alten Honig essen.

*Wussten Sie  
eigentlich?*

Oestrich-Winkel ist mit 1.110 Hektar Rebfläche die größte Weinbaugemeinde in Hessen.



Kreistag RTK 4

**Wendy  
Penk**

## Maronensuppe

- 3 kleine Zwiebeln
- 100 g Butter
- 400 g Maronen
- 750 ml Gemüsefond
- 350 ml Sahne
- 125 ml Milch
- Salz
- Zucker
- etwas Zimtpulver

Die Butter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Die gehackten Maronen dazugeben und mit dem Fond auffüllen. Auf kleiner Flamme etwa 30 Minuten kochen lassen. Dann die Sahne und die Milch dazugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Mit dem Mixstab fein pürieren und mit den Gewürzen abschmecken.

## Shortbread

- 300 g Butter
- 1½ TL Zucker
- 2 Prisen Salz
- 100 g getrocknete Tomaten, fein gehackt
- 120 g Parmesan, fein gerieben
- 450 g Mehl (Type 405)
- 1 Ei (Größe M)
- etwas Sahne
- Oregano
- Fleur de Sel

Backofen auf 190°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Butter, Zucker und Salz leicht schaumig schlagen. Getrocknete Tomaten und Parmesan dazugeben und verkneten. Mehl ebenfalls dazugeben und zu einem herzhafte Mürbeteig verkneten. Herzhaften Mürbeteig zwischen zwei Backpapierbögen dünn ausrollen und eine Stunde kalt stellen. Ei mit Sahne verrühren, Mürbeteig bestreichen und nach Belieben in Form schneiden. Oregano und Fleur de Sel auf die Teig-Rohlinge streuen und im vorgeheizten Backofen 10-12 Minuten backen.



Ortsbeirat Winkel 5

**Werner  
Fladung**



Ortsbeirat Mittelheim 2

**Margarete  
Schulz**

## Rote-Bete-Suppe (polnische Art)

- 500 g Rote Bete
- 300 g festkochende Kartoffeln
- 100 g Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- 30 g Butter
- 1 l Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- 150 ml Sahne

Die Rote Bete, die Kartoffeln und den Sellerie schälen, waschen und in Würfel schneiden. Die Rote Bete Blätter waschen, trocken schleudern und – bis auf einige für die Garnitur – in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen, fein hacken und in einem Topf mit zerlassener Butter glasig dünsten. Die Rote Bete, die Kartoffeln und den Sellerie zugeben, kurz andünsten und mit der Brühe auffüllen. Salzen, pfeffern, das Lorbeerblatt einlegen und bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Blattstreifen und die Sahne zugeben und ziehen lassen. Das Lorbeerblatt entfernen, die Suppe noch einmal abschmecken und in vorgewärmte Suppenteller füllen. Mit den übrigen Rote Bete Blättern garniert servieren. Nach Belieben gekochte Eier dazu reichen.

## Französische Ratatouille

- 1 kg reife Tomaten
- 2 Auberginen
- 500 g Zucchini
- 1 rote, 1 grüne und 1 gelbe Paprikaschote
- 2 Chilischoten
- 250 g Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 100 ml Olivenöl
- Rosmarin, Thymian, Oregano
- Pfeffer
- Salz

Paprikaschoten, Auberginen, Zucchini waschen, putzen, in kleine Stücke schneiden. Tomaten waschen, halbieren, grob hacken. Chilischoten aufschlitzen, Kerne entfernen, klein schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren, in Scheibchen schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Öl bei mittlerer Hitze in einem Schmortopf erhitzen. Zwiebeln, Chili und Knoblauch leicht andünsten. Paprika 2-3 Minuten leicht anbraten. Zucchini und Auberginen hinzufügen und leicht anbraten. Am Schluss Tomaten und die Kräuter hinzufügen. Hitze reduzieren und alles gut 1 Stunde schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Besonders gut schmeckt dazu Basmatireis oder auch Nudeln, Kartoffeln oder Baguette.

Bon appétit!



Ortsbeirat Mittelheim 3

**Renata  
Kroha**



**ZUHAUSE IN  
OESTRICH-  
WINKEL**



# Unsere Kandidatinnen und Kandidaten im Überblick

## Stadtverordnetenversammlung Oestrich-Winkel

- |                              |                               |
|------------------------------|-------------------------------|
| <b>1</b> Carsten Sinß        | <b>25</b> Johann Doufrain     |
| <b>2</b> Clara Goll          | <b>26</b> Hans-Otto Höker     |
| <b>3</b> Katharina Fladung   | <b>27</b> Monika Wenzl        |
| <b>4</b> Thomas Wieczorek    | <b>28</b> Robert Fladung      |
| <b>5</b> Dominic Dillmann    | <b>29</b> Brigitte Sinß       |
| <b>6</b> Olaf Larsen-Schmidt | <b>30</b> Alfred Ernst        |
| <b>7</b> Michael Christ      | <b>31</b> Heinz-Dieter Mielke |
| <b>8</b> Caroline Domine     | 32 Kurt Lippert               |
| <b>9</b> Jutta Mehrlein      | 33 Joachim Bach               |
| <b>10</b> Eberhard Weber     | 34 Volker Allendorf           |
| <b>11</b> Karlheinz Winkel   | 35 Charlotte Schiewer         |
| <b>12</b> Aylin Sinß         | 36 Klaus Ries                 |
| <b>13</b> Sophia Busch       | 37 Klaus Berlebach            |
| <b>14</b> Heinz Zott         | 38 Werner Burkhardt           |
| <b>15</b> Sebastian Busch    | 39 Peter Hirschochs           |
| <b>16</b> Stefan Englert     | 40 Friedrich Hagenkötter      |
| <b>17</b> Keke Kürvers       | 41 Hans-Jürgen Pakusch        |
| <b>18</b> Christian Bender   | 42 Karl-Ernst Pallas          |
| <b>19</b> Simon Weyhofen     | 43 Renata Kroha               |
| <b>20</b> Anja Kloos         | 44 Waltraud Kreuz             |
| <b>21</b> Gerda Müller       | 45 Franz Holland              |
| <b>22</b> Andreas Scharf     | 46 Jakob Prinz                |
| <b>23</b> Sonja De Leo       | 47 Dietmar Schneider          |
| <b>24</b> Florian Semmler    | 48 Werner Fladung             |

## Ortsbeirat Winkel

- 1 Monika Wenzl
- 2 Gerda Müller
- 3 Dominic Dillmann
- 4 Katharina Fladung
- 5 Werner Fladung
- 6 Volker Allendorf
- 7 Anja Kloos

## Ortsbeirat Oestrich

- 1 Jutta Mehrlein
- 2 Carsten Sinß
- 3 Karlheinz Winkel
- 4 Simon Weyhofen
- 5 Keke Kürvers
- 6 Brigitte Sinß
- 7 Thomas Wieczorek

## Ortsbeirat Hallgarten

- 1 Michael Christ
- 2 Sonja De Leo
- 3 Heinz Zott
- 4 Stefan Englert
- 5 Johann Doufrain
- 6 Florian Semmler
- 7 Werner Burkhardt

## Ortsbeirat Mittelheim

- 1 Andreas Scharf
- 2 Margarete Schulz
- 3 Renata Kroha
- 4 Caroline Domine
- 5 Heinz-Dieter Mielke
- 6 Joachim Bach
- 7 Hans-Otto Höker

## Kreistag Rheingau-Taunus

- |                            |                           |
|----------------------------|---------------------------|
| <b>4</b> Wendy Penk        | <b>15</b> Sebastian Busch |
| <b>9</b> Carsten Sinß      | <b>42</b> Aylin Sinß      |
| <b>12</b> Thomas Wieczorek | <b>53</b> Keke Kürvers    |

**ZUHAUSE IN  
OESTRICH-  
WINKEL**



**[www.zuhause-in-owski.de](http://www.zuhause-in-owski.de)**

**Am 14. März ist Kommunalwahl.  
Bitte gehen Sie wählen.**



Herausgegeben von der  
SPD Oestrich-Winkel  
Straße der Republik 11  
65375 Oestrich-Winkel

Bilder: Denis Miroshnik (Kandidaten); pixabay.de (Titel)