

# Die Arvenbüeler Post

ZEITSCHRIFT FÜR ALLE, DIE DIE RUHE HÖREN WOLLEN



Sich und dem Körper ab und zu eine Auszeit verschaffen. Ein paar Tage in Amden bringen den Körper wieder zur Ruhe. **Barbara Rüedi** freut sich auf alle Gäste, die gerne der Hektik des Alltags entfliehen, sich ein bisschen mehr Rast gönnen und das Mehr an Erholung schätzen.

## Editorial

**S**tress, Burnout oder Allergie sind längst keine Fremdwörter mehr in unserer Gesellschaft! Teilweise sind es richtige Modeerscheinungen; wenn man nichts von all dem hat, ist man nicht in...

Liebe Gäste, wir werden in unserem Beruf fast täglich damit konfrontiert; speziell mit dem Thema Allergie. Dabei sind die Gluten- und die Laktose-Intoleranz die häufigsten Erscheinungen. Ist Ihnen auch schon aufgefallen, wie viele Menschen von diesen „neuen“ Krankheiten betroffen sind? Wohin soll das bloss noch führen? Ich bin der Meinung, dass wir endlich aufhören müssen, Symptome zu bekämpfen, stattdessen anfangen, die Ursachen dafür zu finden und diese zu heilen. Andernfalls werden wir in ein paar Jahren alle irgendwie davon betroffen sein. Wir brauchen mehr Selbstverantwortung unserem Körper gegenüber. Gönnen Sie ihm auch mal eine Verschnaufpause – ein paar Tage Ruhe, Erholung und das bisschen Mehr an Natur und frischer Luft. Ihr Körper wird es Ihnen mit mehr Vitalität und Gesundheit danken!

Herzlichst Ihre

Barbara Rüedi  
barbara.ruedi@arvenbuel.ch

*Eine geballte Ladung Spass und Unterhaltung*

## Von kulinarisch bis musikalisch gut unterhalten

Alle kommen auf ihre Kosten – vom Harley-Fahrer zum Gourmet, Tanzfreak und Ländler-Musikfreund bis hin zum Dixie-Fan

Im Hotel Arvenbüel in Amden jagt diesen Sommer ein Event den nächsten. Die Töff-Fans wechseln sich mit den Tanzfreudigen ab und die Gourmets geben den Ländlerfreunden die Klinke in die Hand. Auch die Musikgesellschaft Amden und die Blaskapelle Zimmerberg sind wieder mit von der Partie. Die traditionellen Wild- und Metzgete-Büffets im Herbst runden das abwechslungsreiche Programm ab.

**D**en Auftakt in die Sommersaison und das Oster-warm-up macht am 17. April 2014 Pepi Hug aus Weesen mit seiner „Firewall“. Die Band mit Hochdruck macht kompakt groovigen Sound. Die unkomplizierte, motivierte, starke Truppe spielt Rock, Rock n' Roll, Blues und Country. Seit 2001 ist Pepi Hug mit seiner „Firewall“ Hochdruckband unterwegs. Die Musiker leben die Songs und geben dem Publikum die Freude weiter, die sie spüren. Wer schon mal an einer „Hochdruckparty“ dabei war, weiss, dass „Firewall“ nicht nur ein Konzert, sondern auch ein Erlebnis ist.

### Töff-Fahrer willkommen

Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat schlagen die Herzen der Harley Davidson-, Victory-, Triumph-, Honda- oder Kawasaki-Fahrer höher. Die spannende, kurvenreiche Strecke von Weesen nach Amden/Arvenbüel lockt viele Motorradfahrer zu einer Ausfahrt.



Ein Ort der Idylle – am Ende der Hauptstrasse, fern ab von Stress und Hektik, umgeben von einem herrlichen Bergpanorama und grünen Weiden. Hier ist die Welt noch in Ordnung und hier lassen sich Feste aller Art feiern. Bei der 1. August Feier werden verschiedene Braten vom Holzkohलगrill zu einem grossen Salatbüffet angeboten. Was passt besser zur Unterhaltung am Nationalfeiertag als echte Schweizer Musik?

Oben angekommen, riecht man den Grill schon von Weitem. Eigens für die „echten Kerle“ wurde der Big-Büel-Burger kreiert. Viel Fleisch in einem hausgemachten Hamburger Bun. Auf dem grossen Parkplatz werden die verschiedenen Maschinen bestaunt und es wird unter Gleichgesinnten kräftig „gefachsimpelt“. Aber nicht nur die Motorradfans sondern auch die Ländler-Freunde kommen auf ihre Kosten. Der Akkordeon-Virtuose und vielseitige Stegreifmusikant Martin Nauer, bestens bekannt als Mitgründer der Kapelle Carlo Brunner, wird auch diesen Sommer im Hotel Arvenbüel wieder seine Ständchen halten. Zusammen

mit Beni Böni wird das Akkordeon-Duo zweimal aufspielen.

### Liebhaber der feinen Küche

Schon immer war das Hotel Arvenbüel eine sichere Adresse, wenn es um gutes Essen ging. Hier wurde HAUSGEMACHT seit jeher grossgeschrieben. Das hat sich auch mit dem jungen Küchenchef Stefan Berger nicht geändert. „Im Gegenteil – wir produzieren alles frisch und von Grund auf selber!“ bestätigt er. „Unsere Küche ist weit herum bekannt für gutes Essen und das wird in Zukunft auch so bleiben“ verspricht der 28-jährige Deutsche, der seit 2006 in der

Schweiz ist und schon in einigen guten Häusern gearbeitet hat (Schweizerhaus Maloja oder Kronenhof Pontresina, um nur die letzten zu nennen).

### Für die Tanzfreudigen

Die vielversprechenden Tanzabende werden von DJ Paschi musikalisch untermalt. Der DJ, der jede Stimmung trifft. Er versteht es, die Leute von den Stühlen zu reissen und hat immer das richtige Repertoire mit dabei für einen durchwegs gelungenen Abend.

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen und Terminen finden Sie auf Seite 3. ☀

## In dieser Ausgabe finden Sie:

Seite 2

- Die Seerenbachfälle
- Ziger Horns – Dixieland aus dem Glarnerland
- Blaskapelle Zimmerberg

Seite 3

- Alles was Sie nicht verpassen sollten: Anlässe und Angebote

Seite 4

- My Fair Lady
- Wild- und Metzgete-Büffet
- Hausrezept Kürbiskonfitüre

Je stärker Dein Bewusstsein verfeinert wird, desto grösser wird die Übereinstimmung mit der natürlichen Welt! (Dalai Lama)

### Die Seerenbachfälle mit ihrer Rinquelle unterhalb Amden

## Einer der höchsten Wasserfälle und eines der grössten unterirdischen Flusssysteme Europas

Wohl kaum ein Erholung suchender Gast im Arvenbüel oberhalb von Amden käme auf den Gedanken, dass einige hundert Meter, direkt unter seinen Füessen, Taucher ein weit verzweigtes Flusssystem tief im Berginnern erforschen. Unter Millionen von Tonnen massiven Kalkgesteins bilden komplett mit Wasser gefüllte Gänge und tiefe Schlunde den Weg der Höhlentaucher.

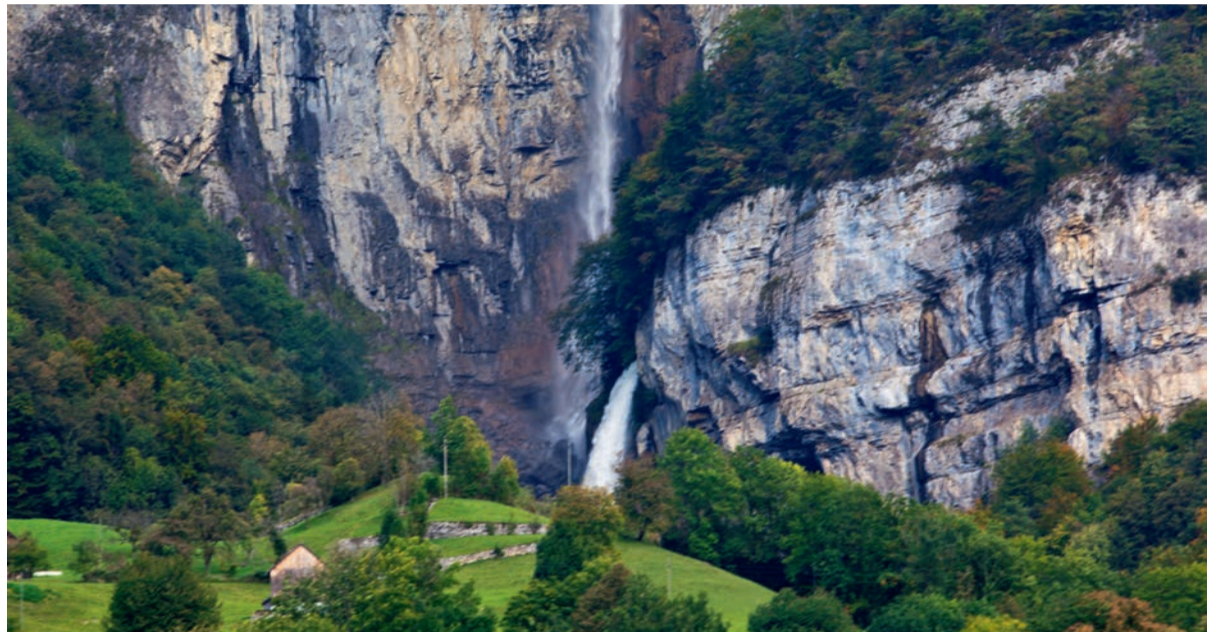
Die Seerenbachfälle bei Betlis unterhalb Amden am Walensee bilden eine Kaskade von drei Wasserfällen mit einer Gesamthöhe von 585 m. In der Schlucht, in der die Seerenbachfälle imposant in die Tiefe stürzen, tritt auch die Rinquelle ans Tageslicht.

Mit beinahe 600 Meter Höhendifferenz bilden die Seerenbachfälle einen der höchsten Wasserfälle Europas. Gleichzeitig gilt die mittlere Stufe mit einer Fallhöhe von 305 m als einer der höchsten frei fallenden Wasserfälle der Schweiz. Unmittelbar unterhalb der Prallzone der Seerenbach-Kaskade tritt die Rinquelle aus dem Berg und fällt über eine 45 m hohe Felswand in den Seerenbach. Die Rinquelle entwässert das Gebiet zwischen Walensee und dem

Toggenburg und ist eines der grössten unterirdischen Flusssysteme Europas. Durchschnittlich schüttet die Rinquelle 2650 Liter pro Sekunde. Die Quelle ist mehrmals pro Jahr trocken und es fliesst kein Wasser aus dem Höhlenportal. Bei Hochwasser beträgt die Schüttung bis zu 40'000 Liter pro Sekunde. In diesem Fall donnert das Wasser als imposanter Wasserfall über eine rund 40 Meter hohe Felswand in die untere der drei Stufen der Seerenbachfälle hinunter. Am schönsten sind die Fälle von der Kapelle in Betlis aus zu betrachten, von wo aus man den Überblick auf alle drei Stufen hat.

### Das Geheimnis

Verschiedene Expeditionen mit Tauchausrüstung erkundeten die Rinhöhle und drangen über 1000 Meter in das Innere des



Die Seerenbachfälle gehören zu den höchsten Wasserfällen Europas und im Berginnern befindet sich eines der grössten unterirdischen Flusssysteme Europas. Am imposantesten sind die Seerenbachfälle im Frühling nach der Schneeschmelze oder nach heftigen Regenfällen. Dieses Naturschauspiel ist eine kleine Wanderung wert. Verbinden Sie es mit einem erholsamen Wochenende im Arvenbüel.

Berges vor. Ein nach aussen wasserüberlauf des unterirdischer Stollen dient nach Regenperioden und während der Schneeschmelze als Hoch-

wasserüberlauf des unterirdischen Flusssysteme. Rund 3000 Meter vom Höhleneingang entfernt befindet sich eine Ab-

zweigung, wo Wasser im Berginnern verschwindet. Wohin? - Das wird wohl ein Geheimnis bleiben. ☀

### Feedback-Karte

Teilen Sie Ihre Gedanken zu der Gästezeitung mit uns und nehmen Sie gleichzeitig teil an der Verlosung für **2 Übernachtungen inkl. Halbpension**

Ich finde, dass \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Name und Adresse nicht vergessen und einsenden an die Redaktion:  
„Die Arvenbüeler Post, Arvenbüelstr. 47, 8873 Amden

Vor- & Nachname: \_\_\_\_\_

Adresse, PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

### Impressum

Herausgeber: Hotel Arvenbüel  
Arvenbüelstrasse 47, CH-8873 Amden  
Tel. +41 (0)55 611 60 10

Redaktion: „Die Arvenbüeler Post“  
Barbara Rüedi  
Arvenbüelstrasse 47, CH-8873 Amden  
Tel. +41 (0)55 611 60 10  
barbara.ruedi@arvenbuel.ch  
www.arvenbuel.ch

Auflage: 3000 Exemplare

Erscheinung: 2x jährlich Sommer/Herbst und Winter

Druckerei: Rüesch Druck AG, Rheineck

**Gratis-Abonnemente können direkt bei der Redaktion bestellt werden.**

### Urwürzig gut – die Ziger Horns

## Dixieland aus dem Glarnerland

Die Mehrheit der Herren im „gesetzten“ Alter hat schon zur Zeit ihrer Jugend zusammen gejazzt, inzwischen haben sie in verschiedensten Formationen ihr Hobby gepflegt und ihre Kunst entwickelt.

So ist es nur logisch, dass die Band homogen und professionell auftritt, Swing, Drive und Groove – eine fetzende Musik – das sind die Qualitäten, die ihre Anhänger stets aufs Neue begeistern. In Ihrer Heimat, dem Glarnerland sind die ZIGER HORNS eine feste Grösse, kaum ein grösserer Anlass geht über die Bühne ohne ihr Mittun. Seit der dreiwöchigen Tournee in Australien 1993 sind sie selbst international bekannt. Am Samstag, 9. August 2014 ab 18.30 Uhr gehört die Bühne den Ziger Horns.



Das Sextett – die Ziger Horns ☀

### Ein unterhaltsames Repertoire der volkstümlichen Musik

## Blaskapelle Zimmerberg



Blaskapelle Zimmerberg

Unter der Leitung von Peter Diem spielt die 16 Mann Band ein unterhaltsames Repertoire, das hauptsächlich volkstümliche Blasmusik aus dem Egerland, Böhmen, Mähren, Deutschland, Österreich und der Schweiz sowie auch verschiedene Formen von Unterhaltungsmusik aus aller Welt beinhaltet.

Am Sonntag, 29. Juni 2014 spielt die Blaskapelle Zimmerberg zum zweiten Mal im Hotel Arvenbüel. Die Musiker spielen auf der schönen Sonnenterrasse und das Konzert kann deshalb nur bei guter Witterung stattfinden. Sollte Petrus an diesem Tag nicht so gut gelaunt sein, ist ein Verschiebungsdatum vorgesehen. Sonntag, 20. Juli 2014. Das Konzert beginnt jeweils um 14.30 Uhr. ☀

Alles, was Sie nicht verpassen sollten...

## Anlässe und Angebote

### Oster-Warm-Up und Saisonstart mit Pepi Hug's "Firewall"

- ✓ Gründonnerstag, 17. April 2014, ab 20.30 Uhr
- ✓ die Band mit kompaktem und groooovigem Sound
- ✓ Rock, Rock n' Roll, Blues und Country
- ✓ Warme Küche ab 18.00 Uhr
- ✓ Eintritt CHF 15.00

### Oster-Auszeit Pauschalangebot

Dem Alltagsstress, der Hektik, dem Rummel und Lärm entfliehen und ein paar Tage zuhören wie die Ruhe tönt.

- ✓ 3 Übernachtungen in einem grossen Süd-Zimmer mit Balkon
- ✓ reichhaltiges Frühstücksbüffet mit 4-5 hausgemachten Broten
- ✓ jeden Abend ein schönes 4-Gang Menü
- ✓ herziges Osternestli im Zimmer
- ✓ Gratis Saunabesuch
- ✓ 1 gratis Anwendung auf der ILife SOMM Massageliege
- ✓ Anreisetag von Gründonnerstag bis Ostersonntag frei wählbar
- ✓ Pro Person im Doppelzimmer CHF 369.00
- ✓ zusätzliche Nacht CHF 120.00

### Weisser Sonntag, 27. April 2014

Haben Sie ein Kind, das am Weissen Sonntag zum ersten Mal die heilige Kommunion empfängt? Gerne empfehlen wir uns für das anschliessende Essen mit der Familie. Bei der Menüwahl stehen wir Ihnen mit professionellem Rat zur Seite und beraten Sie persönlich und kompetent!

### Biker-Büel – der Töff-Treff im Arvenbüel

- ✓ Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, ab 17.00 Uhr
- ✓ bei Biker-Wetter
- ✓ hausgemachter Big-Büel-Burger mit richtig viel Fleisch
- ✓ Musik und Grill

### Kulinarische Wochen der Extraklasse

Das Verwöhn-Angebot für alle Liebhaber der besonders feinen Küche

- ✓ Begrüssungsdrink am Anreisetag
- ✓ 7 Übernachtungen in einem grossen Süd-Zimmer mit Balkon
- ✓ reichhaltiges Frühstücksbüffet mit 4-5 hausgemachten Broten
- ✓ täglich wechselndes, auserlesenes 5-Gang Gourmet Menü
- ✓ 1 Dinner im Restaurant Fischerstube in Weesen
- ✓ 1 geführte Wanderung mit einem ortskundigen Führer
- ✓ Saunabesuch
- ✓ 1 Anwendung auf der ILifeSomm Massageliege
- ✓ CHF 1'045.00 pro Person im Doppelzimmer (CHF 1'199.00 im Einzel)
- ✓ mögliche Anreisedaten 2014: 17.5. / 28.6. / 12.7. / 16.8. /

### Tanzparty mit DJ Pasci

- ✓ Freitag, 4. Juli und Freitag, 19. September 2014, ab 20.00 Uhr
- ✓ Tanzmusik der 70er, 80er und 90er Jahre
- ✓ Disco Swing, Foxtrot, Jive, Walzer, Salsa u.v.m.
- ✓ Eintritt CHF 8.00 – mit Abendessen kostenlos

### Blaskapelle Zimmerberg

- ✓ Sonntag, 29. Juni 2014, ab 14.30 Uhr
- ✓ Verschiebedatum Sonntag, 20. Juli 2014, ab 14.30 Uhr

### Ländler-Nachmittage mit Martin Nauer

- ✓ Sonntag 13. Juli und Sonntag 24. August 2014, ab 14.30 Uhr
- ✓ Akkordeon-Duo Martin Nauer und Beni Böni
- ✓ Kein Eintritt – kein Konsumationszuschlag

### 1. August-Feier

- ✓ Freitag, 1. August 2014, ab 18.30 Uhr
- ✓ Unterhaltung mit dem Trio Etzelgruss
- ✓ Grosses Büffet mit vielen knackigen, frischen Salaten
- ✓ Saftige Braten vom Holzkohlengrill mit feinen Beilagen
- ✓ bei guter Witterung – Feuerwerk nach 22.00 Uhr
- ✓ CHF 54.00 pro Person à Discretion

### Ziger Horns – Die Glarner Dixie-Band

- ✓ Samstag, 9. August 2014, ab 18.30 Uhr
- ✓ Mitreissender Dixieland, Swing, Evergreens und Blues
- ✓ bei gutem Wetter auf der schönen Sonnenterrasse
- ✓ Eintritt CHF 15.00

### Platzkonzert der Musikgesellschaft Amden

- ✓ Sonntag, 31. August 2014, ab 14.30 Uhr
- ✓ auf unserer schönen Sonnenterrasse
- ✓ der Anlass kann nur bei guter Witterung durchgeführt werden
- ✓ kein Eintritt und kein Konsumationszuschlag

### Traditionelles Wildbüffet

- ✓ Samstag, 4. und 11. Oktober 2014, ab 18.30 Uhr
- ✓ Reichhaltiges Vorspeisenbüffet mit vielen hausgemachten Terrinen, Pasteten, Trockenfleisch und Carpaccio vom Wild, frische Salate
- ✓ Hauptspeisenbüffet mit allem was das wilde Herz begehrt
- ✓ Schlemmer-Dessertbüffet – nur hausgemachte Köstlichkeiten
- ✓ CHF 87.00 à Discretion

### Gepflegtes Metzgete-Büffet

- ✓ Samstag, 25. Oktober 2014, ab 12.00 Uhr und ab 18.30 Uhr
- ✓ Abwechslungsreiches Vorspeisenbüffet mit grosser Vielfalt
- ✓ Hauptspeisenbüffet mit allem was das Herz an Währschafem begehrt
- ✓ Schlemmer-Dessertbüffet – nur hausgemachte Köstlichkeiten
- ✓ CHF 55.00 à Discretion

### WIR-Aktionen

- ✓ 100% WIR auf Hotelübernachtungen von Sonntag bis Donnerstag
- ✓ 100% WIR (exkl. MwSt.) auf den ganzen Betrag im November und Dezember 2014 für Firmenevents und Weihnachtessen



Herbstlich bunt – Blick auf das traumhafte Panorama der Glarner und St.Galler Alpen. Direkt vor dem Hotel beginnt das grosse Wandergebiet. Über 100 km markierte und gepflegte Wanderwege befinden sich auf gemeindeeigenem Boden. Wanderwege gibt es in allen Schwierigkeitsgraden und auch das Toggenburg ist gut erschlossen. Eine Wanderung an den Walensee lässt sich problemlos mit einer Schifffahrt kombinieren und das kühle Nass bringt immer eine Erfrischung.

## My Fair Lady – das Musical zum Träumen

# Die schönste Seebühne der Schweiz

Erleben Sie den weltbekannten Musical-Klassiker **MY FAIR LADY** komplett neu und berührend, exklusiv für die Walensee-Bühne arrangiert und inszeniert.

Nach den Musical-Erfolgen **HEIDI, DIE SCHWARZEN BRÜDER** und **TELL** begeistert die Walensee-Bühne im Sommer 2014 ihre Gäste bewusst mit einem Musical zum Träumen. Ein musikalisches Feuerwerk nach klassischer Musical-Tradition mit 24 Profidarstellern, 14 Berufsmusikern, einem bezaubernden Bühnenbild, opulenten Kostümen – eingebettet in der einmaligen Naturkulisse der Walensee-Bühne!

Im Sommer 2005 wurde mit der ersten Welturaufführung von **HEIDI** der Grund-

stein für den Open-Air-Grossevent am Walensee gelegt. Seit Bestehen begeisterten die Veranstalter mit Heidi, Die schwarzen Brüder und Tell (Welturaufführung). Die Walensee-Bühne braucht den internationalen Vergleich nicht zu scheuen. Die hochwertigen Produktionen auf der schönsten Seebühnen der Schweiz besuchten bereits über 250'000 Besucher aus dem In- und Ausland. Im Sommer 2014 vom 16. Juli bis 23. August steht mit der Neuinszenierung des Erfolgsmusicals **MY FAIR LADY** ein weltbekannter Klassiker auf dem Programm. Ein leichtes

und humorvolles Bühnenerlebnis mit vielen bekannten Ohrwürmern.



My Fair Lady auf der schönsten Seebühne der Schweiz. Die Romantik am See, verbunden mit dem Charme der Berge, wird als ein unvergessliches Erlebnis in Erinnerung bleiben.

## Wenn wilde Herzen höher schlagen und die köstlichen «Schweinereien» am Büffet präsentiert werden

# Wild- und Metzgete-Büffet – die Klassiker im Arvenbüel

Es ist nicht daran zu denken, die Klassiker im Herbst aus dem Programm zu nehmen – im Gegenteil! Das Metzgete-Büffet findet auf vielseitigen Wunsch nun auch am Mittag statt.



Die Vielfalt bereits am Vorspeisenbüffet lässt bei den Wildliebhabern keine Wünsche offen. Alle Platten sind wunderschön präsentiert. Die Mitarbeiter helfen beim Schöpfen und erklären jedes Detail darauf. Die Büffets sind à Discretion. Jeder Gast darf so oft zum Nachreichen kommen, wie er möchte.

Seit mehr als 20 Jahren gehören die Büffetattraktionen zum festen Programm im Hotel Arvenbüel und sind von da auch nicht mehr wegzudenken. „Viele Gäste reservieren ihren Tisch schon für das nächste Jahr und tragen den Termin fest in die Agenda ein“, erzählt Barbara Rüedi.

Beim ersten Wildbüffet waren es kaum 20 Personen und der Anlass fand nur an einem Wochenende statt. Die darauffolgenden Jahre wurden es immer mehr Gäste und irgendwann entschied man dann, den Anlass an zwei Daten zu planen. Nur kurze Zeit später waren beide Daten ausgebucht. „Manchmal müssen die Gäste ihr Wunsch-

datum schieben, da dieses bereits ausgebucht ist. Für die meisten Gäste jedoch ist dies kein Problem. Hauptsache sie können dabei sein“ schmunzelt Barbara Rüedi. Der Kolumnist Kurt Waldvogel war selbst so begeistert, dass er vor drei Jahren sogar einen Beitrag über das Wildbüffet in der Zeitschrift „Gourmet“ schrieb.

### Neu auch am Mittag

Auf vielseitigen Wunsch der Gäste wird dieses Jahr das Metzgete-Büffet auch am Mittag angeboten. Viele Gäste hätten in den letzten Jahren gerne daran teilgenommen, doch könnten sie am Abend nicht mehr so viel essen, da die eher deftige Kost etwas schwer im Magen liegt. Auch diese Gäste sollen nicht zu kurz kommen und deshalb findet nun das Metzgete-Büffet auch an einem Mittag statt. Das Angebot und auch der Ablauf werden gleich sein.

## Hausrezept

In dieser Ausgabe:

# Kürbiskonfitüre

Eine Eigenkreation unseres Küchenchefs Stefan Berger



Nebst den hausgemachten Broten Ruchbrot, Früchtebrot, Hirtenbrot, Brioche-Zopf und Brötchen sind auch die meisten Konfitüren auf dem Frühstücksbüffet hausgemacht. Die hausgemachten Brote aus der Bäckerei im Arvenbüel können auch über die Gasse gekauft werden.

### Zutaten:

750	g	Kürbis
250	g	getrocknete Aprikosen
3	dl	Wasser
1	Prise	Salz
½	TL	Zitronensaft
1		Vanillestängel
650	g	Gelierzucker
1	Prise	Piment
1	EL	Honig

### Zubereitung:

Den Kürbis schälen, entkernen und in kleine Stückchen schneiden. Aprikosen in kleine Würfel schneiden. Kürbis und Aprikosen im Wasser mit dem Salz, dem Zitronensaft und dem längs aufgeschnittenen und ausgekratzten Vanillestängel weichkochen. Den Vanillestängel aus der Masse nehmen und den Gelierzucker, den Honig und den Piment begeben. Gut 2 Minuten sprudelnd kochen lassen und dann in die vorgewärmten Gläser füllen.

### Tipp!

**Gelierprobe machen** – zu diesem Zweck entnehmen Sie der Kochmasse einen grösseren Tropfen Konfitüre und geben ihn auf einen kalten Teller. Wenn er dort nach kurzer Abkühlungszeit so steif wird, dass er keinen Wasserrand mehr bildet und bei Schräghalten des Tellers auch nicht mehr wegläuft, ist die Konfitüre fertig zubereitet und der Kochvorgang wird beendet bzw. die Heizenergie sogleich abgeschaltet.

## Gewinnerin der letzten Verlosung

# Ein kurzes Feedback an die Redaktion der Arvenbüeler Post lohnt sich!

Es freut uns sehr, den Gutschein für zwei Übernachtungen inkl. Halbpension zu übersenden. Herzliche Gratulation an

Frau  
Margaretha Hunziker  
Tulpenweg 9  
5737 Menziken

Der Gutschein wird in den nächsten Tagen versendet.