

BR:

40 Jahre Studio Mainfranken

Erste BR-Sendung aus Unterfranken wurde am 6. Februar 1977 gesendet.

„Aus dem Rittersaal im Mainfränkischen Museum hoch über der Stadt meldet sich zum ersten Mal die Welle Mainfranken“. Mit diesen Worten von Programmsprecher Rainer Kretschmann nahm am 6. Februar 1977 kurz nach 12.00 Uhr mittags das fünfte Hörfunkregionalprogramm des Bayerischen Rundfunks in Würzburg seinen Sendebetrieb auf. Seinen 40. Geburtstag feiert das heutige Regionalstudio Mainfranken, das Teil des Studio Franken des Bayerischen Rundfunks mit Sitz in Nürnberg ist, auf zahlreichen Veranstaltungen in ganz Unterfranken.

Dr. Kathrin Degmaier, Leiterin des Studio Franken gratuliert zum Jubiläum: „Die Kolleginnen und Kollegen im Studio Mainfranken unter der Leitung von Eberhard Schellenberger und Dr. Wolfgang Schramm arbeiten seit Jahren mit Engagement und Herzblut an Informationen und Berichten aus und für Unterfranken. Ihnen ist es durch ihre tiefe Verwurzelung und die Kenntnis ihrer Heimat gelungen, eine Verbundenheit zur Region herzustellen.“ Dabei sei es ihnen wichtig, so Degmaier, nicht nur nachhaltig und authentisch die Menschen in Unterfranken mit Informationen zu versorgen, sondern Inhalte für ganz Bayern – und je nach Anlass – für ganz Deutschland zu liefern. Das Regionalstudio habe sich im Laufe der vielen Jahre auch immer wieder als innovativer Ort gezeigt, wenn es galt, medientechnische Entwicklungen auszuprobieren und voranzutreiben.

Jubiläumsprogramm startet mit Kinderfest

Seinen 40. Geburtstag feiert das Regionalstudio Mainfranken das ganze Jahr über bei zahlreichen Veranstaltungen in der Region: Start ist am 7. Mai beim 42. Internationalen Kinderfest in der Würzburger Innenstadt, das das Studio Mainfranken mitveranstaltet.

Mainfrankentour zum Thema Umwelt

Auch auf der „Mainfrankentour“ ist der runde Geburtstag des Regionalstudios ein Thema. Die „Mainfrankentour“ besucht in diesem Jahr Umweltstationen. Auftakt ist am 14. Juni im Tierpark Sommerhausen, dessen Umweltstation als integrative Einrichtung von den Mainfränkischen Werkstätten betrieben wird. Es folgt ein Besuch im weitläufigen Areal des Landesbundes für Vogelschutz in Kleinostheim (21. Juni), bevor es zum „Rhöniversum“ nach Oberelsbach (28. Juni) geht. Finale ist dann das Steigerwaldzentrum in Handthal (5. Juli). Auf dem Programm im Jubiläumsjahr steht auch der „Tag der Franken“ am 2. Juli, der diesmal in Kitzingen stattfindet. Der BR präsentiert auf der Bühne vor dem Rathaus ein buntes Programm unter dem Motto: „Kulturbrücken bauen“.



Vietnamesisches Mango-Kokos-Gemüse

Anfang Januar habe ich in Berlin die vegane Szene erkundet – und war bei der Gelegenheit vietnamesisch essen.

Es gab ein wunderbares Gericht mit Mango und Kokos, welches ich sofort daheim nachgekocht habe.

Schon immer gehört die Mango zu einer meiner Lieblingsfrüchte.

Waren Mangos früher noch eine exotische Seltenheit, erhält man die süßen Tropenfrüchte heute das ganze Jahr über in jedem Supermarkt.

Mit ihren bunten Farben und ihrem saftigen Fruchtfleisch bereichern Mangos nicht nur Smoothies und Desserts, sondern kommen eben auch beim Kochen zum Einsatz – So koche ich bereits seit Jahren ein tolles Mango-Chutney selbst ein.

In Ihrem Herkunftsland Indien werden den Früchten sogar zahlreiche Heilwirkungen zugeschrieben. Trotz des hohen Zuckergehaltes der Frucht überwiegt ganz eindeutig der Nährwert – denn die Mango ist proppenvoll mit Vitaminen, Mi-

neralstoffen und auch der hohe Wasseranteil der Frucht macht unserem Körper eine große Freude.

Aber nun wird gekocht – freuen Sie sich auf einen Ausflug in die vietnamesische Genusswelt:

Vietnamesisches Mango-Kokosmilch-Gemüse

- 2 Karotten in ovale Scheiben schneiden
- 1/8 Blumenkohl in kleine Röschen geteilt
- 1 Lauch in Ringe geschnitten
- 1 rote Zwiebel würfeln
- 250g Pak Choi in Streifen schneiden
- 250g Mungbohnsensprossen (am Besten frisch)
- 1 Mango in kleine Stücke geschnitten, den Saft auffangen
- 3 Eßl. geröstete Zwiebeln
- 1/2 Dose Mais
- 2 Dosen Kokosmilch
- 200ml Gemüsebrühe (2 Brühwürfel hefefrei darin auflösen)
- 8 Eßl. Mango-Balsamico-Creme (z.B. Mango-Passion von Hengstenberg), Sesamöl, gutes Salz



Lauch, Karotten und Blumenkohl mit heißem Wasser übergießen und darin liegen lassen. Währenddessen die Zwiebel und die Mango in Sesamöl anbraten.

Lauch, Karotten und Blumenkohl abgießen und mit dem Mais dazugeben.

Mit Kokosmilch und der Gemüsebrühe ablöschen.

Mango-Balsamico-Creme dazugeben und alles 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Dann die gerösteten Zwiebeln, Mungbohnsensprossen und den Pak Choi unterheben und alles noch einmal ein paar Minuten ziehen lassen.

Mit Salz abschmecken. FERTIG.

Dazu reichen wir feinen Jasmin- oder Basmati-Reis.

Viel Spaß beim tierleidfreiem Kochen wünscht Fee mit feegan Grün aus dem schönen Bamberg. Weitere Rezepte und Informationen unter: www.feegan.de



Nur noch bis **11.02.**

19%¹⁾

MEHRWERTSTEUER GESCHENKT

10%²⁾

AUF EINZELNE, BEREITS REDUZIERTE AUSSTELLUNGSTÜCKE UNSERER AUSSTELLUNG



1) Betrag wird sofort an Rechnung gekürzt. 19% Mehrwertsteuer = Unser Verkaufspreis abzüglich 15,97%. Keine Barzahlung möglich. Der Kassabon wird aus gesetzlichen Gründen weiterhin die Mehrwertsteuer ausweisen, jedoch bezieht diese auf einen entsprechenden reduzierten Betrag. Gültig für Neuaufträge nicht reduzierter Ware bis 11.02.2017 bei PILIPP, PILIPP VIVO, AVANTI, AVANTI Boutique, und Teppichwelten. Ausgenommen sind in unseren aktuellen Prospekten und Anzeigen beworbene Ware, die unter www.moebel-pilipp.de einzusehen sind, sowie Markenware von Miele, Schüller, next125, Henders&Hazel, Bretz, Winova, Schlichter, Hüsko, Mustering, Epo, Hüsko Now, Kettler, Kettler HKS, Glatz, Zebra, Joop, Tempur, Rolf Benz, Leonardo Living, Spectrol, Mondo, Vito, Valmondo, Disign, Liv'in, Self, Interline, Outdoorchef, Ruby Deco. Nicht mit anderen Aktionen bei PILIPP, PILIPP VIVO, AVANTI und AVANTI Boutique, Teppichwelten kombinierbar. Nicht gültig bei Happy Baby, Gartenmöbel und Decoforum. Keine Barzahlung möglich. Pro Kunde und Kauf nur eine Prämie einlösbar.

2) Gültig nur für Neuaufträge einzelner bereits reduzierter Ausstellungsstücke unserer Ausstellung bis 11.02.2017. Nicht mit anderen Aktionen bei PILIPP, PILIPP VIVO, AVANTI, AVANTI Boutique, Teppichwelten kombinierbar. Nicht gültig bei Happy Baby, Gartenmöbel und Decoforum. Keine Barzahlung möglich. Pro Kunde und Kauf nur eine Prämie einlösbar.

Mittwoch, 15. Februar von 7:00 – 9:00 Uhr
Gasthaus „Zum Sternla“, Lange Straße 46, 96047 Bamberg

Anmeldung und Informationen
Stadtmarketing Bamberg:
Telefon: 0951- 20 1030

Kostenbeitrag inklusive Getränke:
20 Euro pro Person
10 Euro für Mitglieder vom Stadtmarketing,
Wirtschaftsjunioren & Wirtschaftsclub



Pilipp GmbH Einrichtungshaus
BAMBERG

Nürnberger Straße 243
96050 Bamberg
Tel.: 09 51 18 04-0

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo.–Fr. von 9:30 Uhr bis 19:00 Uhr
Sa. von 9:00 Uhr bis 18:00 Uhr

www.moebel-pilipp.de