

# m. magazin

**m.invest2020**  
Die neue  
Bürgerbeteiligung  
startet zum  
1. Juli!



## Perfekt im Fluss

*Der Mühlheimer Ruderverein von 1911 e.V.*

VORMERKUNGS-START

**m.invest2020**

Seite 6

OSTER-ROHRBRUCH

Schöne  
Überraschung

Seite 9

KONSTANTINIDIS-STORY

Mangos  
für Mühlheim

Seite 10



## m.ein Wort in eigener Sache

Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Kunden und Noch-nicht-Kunden,

alle reden über Corona, wir wollen dazu nur das aus unserer Sicht für Sie wichtigste sagen: Wir waren und sind zu allen Zeiten mit unseren Leistungen und Services für Sie da. Die Versorgung mit Strom, Wasser, Gas und Wärme ist zu keiner Zeit beeinträchtigt oder beeinträchtigt gewesen.

Und was die Bäder, unser Kundenzentrum und unsere persönlichen Services betrifft, die zur Zeit noch etwas eingeschränkt sind: Wir halten Sie über den aktuellen Stand stets auf dem Laufenden.

Zu unserer Ausgabe 32:

Wir berichten über eine sehr unterschätzte Sportart, eine sehr nette Mühlheimer Kaufmanns-Familie, einen sehr überraschenden Wasserrohrbruch zu Ostern und noch einige weitere Themen, die uns auf dem Herzen liegen, wie etwa der Vormerkungs-Start zu unserer Bürgerbeteiligung m.invest2020.

Und nun wie immer viel Spaß bei der Lektüre.  
Bleiben Sie gesund.

Ihr Wolfgang Kressel

**Herausgeber**  
Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH  
Verantwortlich: Wolfgang Kressel  
Redaktion: Evelyn Müller, Milena Rastovac

**Kontakt**  
Dietesheimer Straße 70, 63165 Mühlheim am Main  
Telefon 06108 6005-54, Telefax 06108 6005-55  
magazin@stadtwerke-muehlheim.de

m.agazin der Stadtwerke Mühlheim wird kostenlos an alle Haushalte in Mühlheim verteilt.

## Inhalt

2  
**Editorial**

3  
**Rudern ist so viel**  
*Der Mühlheimer Ruderverein von 1911 e.V.*

6  
**m.invest2020**  
*Jetzt vormerken!*

8  
**Grundwassermessstellen  
in Mühlheim**  
*Neue und alte*

9  
**Schöne Überraschung**  
*Wasserrohrbruch zu Ostern*



10  
**Wie die Mango  
nach Mühlheim kam**  
*Die Familie Konstantinidis*

12  
**Wir so**  
*Neues von den Stadtwerken*

14  
**Kunst und Kultur**  
*Made in Japan*

15  
**Frau Kaweckki kocht**  
*Zucchini-Nudeln mit Mandelpesto*

**Produktion**  
Layout: Peter Münch Werbeagentur  
Texte: Jochen List, Jörg-Peter Klotz  
Fotos: Katrin Schander (sofern nicht anders angegeben)  
Druck: Druckstudio Mühlheim  
Auflage: 14.900

# „Rudern ist so viel.“

Der Mühlheimer Ruderverein von 1911 e.V. und die Faszination einer unterschätzten Sportart

Die Olympischen Spiele von Montreal 1976: die Älteren können sich noch an eines der packendsten Duelle dieser Spiele erinnern, den Jüngeren sei dazu unbedingt ein Besuch bei Youtube empfohlen, wo es eine relativ verpixelte Dokumentation dieses Rennens gibt. Im Finale der Einer-Ruderer stehen sich die ewigen Rivalen Peter-Michael Kolbe und sein finnischer Kontrahent Pertti Karppinen gegenüber. Beide eher schmale Athleten, beide eher in sich gekehrt: Einer-Ruderer eben. Karppinen wird der erfolgreichste Einer-Ruderer aller Zeiten werden, Kolbe wird als der ewige Zweite in die Sportgeschichte eingehen. Doch damals hoffen alle, dass er es an diesem einen Tag schafft, Gold zu holen.

Doch er wird nach einem spektakulären Rennen von Karppinen abgefangen, weil er damals – für alle unerklärlich – kurz vor dem Ziel einbricht. Und schlimmer noch: Bei den Olympischen Spielen von Los Angeles, acht Jahre später, sollte sich das Drama fast genau so wiederholen.

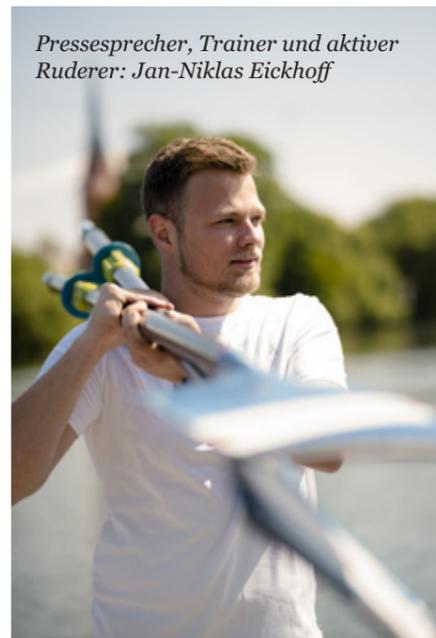
So dramatisch kann Rudern sein, muss es aber nicht. Zumindest nicht immer.  
Dennoch: Rudern ist keine Sportart wie jede andere.



**R**udern gehört zu den Sportarten, die nicht nur über eine reiche historische Tradition verfügen, etwa mit den Rennen zwischen den Universitäten Cambridge und Oxford, sondern auch über eine Breite von Möglichkeiten und Anforderungen wie kaum eine andere Sportart. Oder wie es eine junge Ruderin aus Mühlheim formuliert:

„Rudern ist so viel. Es ist ein perfektes Ganzkörpertraining, verbunden mit dem Freiheitsgefühl, sich aus eigener Muskelkraft auf dem Wasser zu bewegen. Im Ruderboot lässt sich der Kopf für ein paar Stunden am Tag ausschalten. Man hört das Wasser unter sich durchrauschen und kann sich völlig auf sich selbst konzentrieren. Das geht im Einer, aber auch im Mannschaftsboot. Und wenn ein Mannschaftsboot so richtig gut läuft und man nach viel Schweiß Wettkämpfe gewinnt, ist das Gefühl von Teamgeist und Zusammenhalt unglaublich stark. Die Mannschaft wächst zusammen und geht gemeinsam durch dick und dünn. Nach jeder Wintersaison mit langen Einheiten auf dem Ergometer und im Kraftraum ist es im Frühling immer das beste Erlebnis, endlich wieder auf dem Main in den Sonnenuntergang zu rudern.“

Diese junge Ruderin heißt Tashi Wöll, ist 16 und rudert beim Mühlheimer Ruderverein von 1911 e.V., über den wir uns mit Pressesprecher Jan-Niklas Eickhoff unterhalten haben. Wir haben ihm einige Fragen zu seinem Sport im allgemeinen und zum Mühlheimer Ruderverein im besonderen gestellt und herausgefunden, dass Tashi Wöll recht hat: Rudern ist wirklich so viel.



Pressesprecher, Trainer und aktiver Ruderer: Jan-Niklas Eickhoff



Nach Wochen des Stillstands endlich wieder aufs Wasser: Tashi Wöll freut sich.

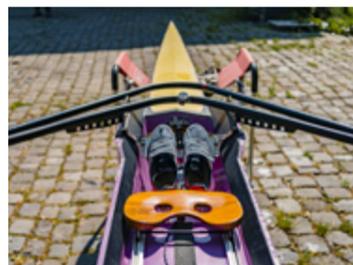
#### m.agazin: Herr Eickhoff, rudern Sie eigentlich selber auch?

Jan-Niklas Eickhoff: Ja klar, außerdem bin ich seit 7 Jahren Trainer und trainiere meist die Anfänger. Im Jahr 2019 gab es bei uns 11 Trainer für Kinder und Jugendliche. Das wechselt aber immer mal.

#### Verraten Sie uns einen Grund, warum man unbedingt rudern sollte?

Da gibt es eine Menge. Rudern ist in vielerlei Hinsicht ein sehr anspruchsvoller Sport. Er beansprucht fast alle Muskelgruppen im Körper, ist gut für die Koordination und den Teamgeist. Und man ist damit sehr naturverbunden, kann so die Ruhe auf dem Main genießen, gerade wenn man allein rudert. Rudern ist sehr facettenreich. Man tut etwas für Körper und Geist.

Besonders für Kinder ist Rudern eine ideale Sportart. Am Anfang sind die Kinder noch sehr unkoordiniert und können oft links und rechts nicht unterscheiden. Aber in der Regel nach dem dritten Mal sitzen sie dann im Boot und können es, auch vom Kopf her.



Man unterscheidet übrigens zwischen Skull-Rudern – wenn man die beiden Ruder oder Skulls links und rechts in der Hand hat und mit beiden zur gleichen Zeit rudern muss – und Riemen-Rudern. Hier hält der Ruderer ein Ruder, den Riemen, mit beiden Händen. Das geht nur in einem Boot mit mehreren Personen und man rudert versetzt, also abwechselnd auf Backbord bzw. Steuerbord.

Beim Mühlheimer Ruderverein fangen die Anfänger/Kinder mit dem Skull-Rudern an.

#### Welche Boote hat denn der Mühlheimer Ruderverein?

Der Mühlheimer Ruderverein hat ungefähr 50 Boote: Gig-Boote, das sind Boote, die breiter sind und mehr Auftrieb und Stabilität haben. Sie werden meist für Anfänger oder Breitensportler eingesetzt.

Und dann haben wir natürlich auch schmale und schnittige Rennboote für Wettkämpfe.

Schließlich gibt es noch unsere beiden Motorboote. Die sind für die Sicherheit, falls jemand kentert. Dann ist man schneller beim umgekippten Boot und kann die Personen einsammeln. Gerade im Winter wird es sonst schnell lebensgefährlich, da das Wasser sehr kalt ist.

#### Was waren denn die größten Erfolge des Mühlheimer Rudervereins?

Herausragend war hier der Weltmeistertitel im Männer-Achter im Jahr 2015 von Tobias Schad. Zuvor wurden bereits einige Weltmeistertitel bei den Junioren errungen (1972, 1973, 1975 und 2009).

Kinder können sich nach der Ausbildung über den Hessenentscheid für den Bundeswettbewerb qualifizieren. Hier hat der MRV schon einige Hessenmeister und Bundesieger stellen können. 2019 haben wir bei Regatten 57 Siege geholt, dabei zwei Hessenmeister-Titel und einen Deutschen Vizemeister der Junioren.

Tina Christmann, die Präsidentin des Oxford Frauenteam und im zweiten Jahr Teilnehmerin, hat ihre Wurzeln im MRV und ist immer noch Mitglied bei uns.

So. Und jetzt erzähle ich Ihnen aber noch kurz etwas über die Angebote und Kurse in unserem Verein:

Der MRV bietet nicht nur Spitzensport, sondern ist vorrangig auf Breitensport, Hobbyrudern und Gesundheitssport ausgerichtet.

Da gibt es die Anfänger-Ausbildung, die sich über alle Altersgruppen erstreckt, von Kindern bis zu älteren Erwachsenen. Mit einem hohen Anteil weiblicher Mitglieder.

Dann ist da der Masterbereich, der zum Leistungsrudern gehört. Hier haben wir letztes Jahr drei Mitglieder dazu gewinnen können.

Darüber hinaus gibt es viele das Rudern begleitende Sport-Angebote, ganz besonders für Breiten- und Hobby-Sportler/innen wie Gymnastik, Ergometer-Rudern, Spinning, allgemeines Kraft- und Fitness-Training.

Aber natürlich ist es uns lieber, wenn die Leute nicht wegen der Fitnesskurse in den Verein eintreten, sondern um zu rudern.

Und genau dafür bietet der Mühlheimer Ruderverein nun auch ein vom Deutschen Ruderverband zertifiziertes Kursangebot an, in dem Erwachsene in 6 Einheiten das Rudern erlernen können.

Unser erster Kurs 2018 war ein voller Erfolg. Die 5 Teilnehmerinnen und Teilnehmer – mehr passen auch nicht in einen Anfängervier mit Steuermann – zeigten, dass das Programm sehr gut funktioniert. Mehr als die Hälfte der Teilnehmer sind bereits in den Verein eingetreten.

Betreut werden die Teilnehmer unserer Angebote von ausgebildeten und erfahrenen Übungsleitern, die mindestens eine C-Trainer-Lizenz haben.

#### Was sollte man mitbringen, wenn man mit dem Rudern anfangen will?

Für Kinder ab 11 Jahren, die bei uns reinschnuppern können, sind eine gewisse Kondition und Motorik die Voraussetzung. Und auch die Größe muss stimmen, denn ist ein Kind zu klein, zieht es die Griffe der Skulls eher ins Gesicht anstatt zum Bauch. Kondition und Motorik sind auch bei den Erwachsenen hilfreich.

Vorausgesetzt wird bei allen unseren Aktivitäten übrigens, dass die Teilnehmer schwimmen können.

Für alle aber gilt: Wenn dazu noch das Interesse an einer Sportart kommt, die Technik, Kraft und Ausdauer mit einem unvergleichlichen Naturerlebnis auf dem Main verbindet, dann kann ein Anfängerkurs bei uns der Beginn einer großen Leidenschaft sein.

#### Steckbrief Mühlheimer Ruderverein

Gegründet: 1911

Mitglieder: 194

Adresse: Bootshaus  
Fährenstraße 38  
Mühlheim am Main

Website: [www.mrv1911.de](http://www.mrv1911.de)

Kontakt: [verein@mrv1911.de](mailto:verein@mrv1911.de)

#### Rudern für die gute Sache: das soziale Engagement des Mühlheimer Rudervereins

Neben der Aufgabe, interessierten Mühlheimern die Faszination Rudern nahe zu bringen, ist der Mühlheimer Ruderverein von 1911 auch für sein soziales Engagement bekannt, auf das viel Wert gelegt wird:

So ist man zum Beispiel bei „Rudern gegen Krebs“ dabei. Jedes Jahr werden Teams in die Ausbildung genommen und die Mühlheimer Ruderer sind vor Ort zum Helfen vertreten.

Darüber hinaus gibt es weitere soziale Projekte, bei denen die Mühlheimer Ruderer aktiv dabei sind, wie etwa die Krebs-Patienten-Gruppe, mit der im Sommer regelmäßig trainiert wird.

Vereinsintern und für Interessenten werden Wanderfahrten organisiert. In größeren Booten fährt man dabei längere Distanzen und übernachtet auch mal.

Und auch die Aktion „Sauberhaftes Mühlheim“, bei der die Ufer von Rodau bis zur Main-Schleuse gesäubert werden, ist ein fester Bestandteil im Jahresablauf der Ruderer.



# m.invest2020 – jetzt Vormerkungen einreichen

Das Bürgerbeteiligungskonzept m.invest2020 läuft. Die Interessenten können nun ihre Vormerkungen einreichen. Stadtwerke-Kunden erwarten Zinsen in Höhe von 2,05% und das gute Gefühl, sich an der CO<sub>2</sub>-freien Zukunft unserer Stadt zu beteiligen.

Als Teilnehmer bei unserem Bürgerbeteiligungskonzept m.invest2020 können Sie sich jetzt aktiv für den Klimaschutz engagieren und dabei auch noch eine attraktive Rendite von bis zu 2,05% p.a. als Kunde der Stadtwerke Mühlheim erzielen.

Alles was Sie dazu tun müssen, ist über unser Formular auf dieser Seite rechts unverbindlich Ihr Interesse zu bekunden. Wir melden uns dann bei Ihnen mit weiteren Informationen.

Es ist vor allem das Thema Contracting, über das wir in Mühlheim klimabewusste Projekte zur Wärmeversorgung, aber auch zur dezentralen Stromerzeugung umsetzen, das im Mittelpunkt unseres Bürgerbeteiligungskonzeptes steht.

Denn hier sehen wir gutes Potenzial für die Zukunft und eine große Akzeptanz durch unsere Kunden, ob Nutzer oder Investoren.

In der Form eines qualifizierten Nachrang-Darlehens können alle Teilnehmer als Darlehensgeber unsere Ziele bei der Umsetzung von innovativen und zukunftsfähigen Energie-Projekten unterstützen.

Hier noch einmal alle Zahlen und Fakten zu m.invest2020 im Überblick:

- Die Bürgerbeteiligung m.invest2020 startet voraussichtlich zum 01.07.2020 und hat eine Mindestlaufzeit bis zum 30.06.2025.
- Die Mindestsumme beträgt 1.000 Euro. Darüber ist eine Aufstockung in 1.000er-Schritten bis zu 50.000 Euro möglich.
- Die Einlagen werden für Energiekunden mit 2,05% p.a. verzinst und für Nicht-Kunden mit 1,55% p.a. Die Auszahlung der Zinsen erfolgt jährlich.
- Es entstehen kein zusätzlicher Aufwand und keine zusätzlichen Kosten.
- Herausgeber und Ansprechpartner für Sie ist die Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH.

## Sie haben Interesse?

Bitte sehr. Eine offizielle Interessenbekundung ist ab sofort möglich.

Sie können das über unsere Homepage tun oder mit dem Formular rechts. Am persönlichsten ist es natürlich, wenn Sie uns dazu im Kundenzentrum der Stadtwerke direkt ansprechen.

## Wenn Sie mehr über unser Beteiligungsprojekt m.invest2020 wissen möchten:

Unter unserer Bürgerbeteiligungs-Hotline informieren wir Sie gerne. Sie erreichen diese unter 06108 6005-25. Oder Sie schicken eine Mail an buergerbeteiligung@stadtwerke-muehlheim.de.

Dieser Artikel enthält lediglich verkürzte Vorabinformationen. Maßgeblich und rechtlich verbindlich werden ausschließlich der zugrundeliegende Vermögensanlagen-Verkaufsprospekt nach seiner Veröffentlichung, das damit verbundene Vermögensanlagen-Informationsblatt und die Vertragsbedingungen für das geplante qualifizierte Nachrang-Darlehen sein.

## Ihr Weg zur Beteiligung

### Erster Schritt: Unverbindliche Interessenbekundung

Wenn Sie Teil unserer Bürgerbeteiligung sein möchten, dann füllen Sie einfach das Interessentenformular auf [www.stadtwerke-muehlheim.de](http://www.stadtwerke-muehlheim.de) aus oder nutzen Sie untenstehendes Vormerkungs-Formular und senden es in einem Briefumschlag oder per Fax an die Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH.

### Wie geht es dann weiter?

Im nächsten Schritt erhalten Sie von den Stadtwerken Mühlheim am Main GmbH weiteres Informationsmaterial zugesandt.

**Auch online möglich unter [www.stadtwerke-muehlheim.de](http://www.stadtwerke-muehlheim.de)**

## Vormerkung

**Ja,** ich habe Interesse, mich zu beteiligen. Bitte senden Sie mir Informationsmaterial inklusive der Beteiligungsunterlagen zu.

**Ich möchte mich mit folgendem Betrag unverbindlich vormerken lassen:**

€

### Meine Kontaktdaten

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

Geburtsdatum

Meine Kundennummer bei den Stadtwerken Mühlheim

E-Mail

Meine personenbezogenen Daten werden nur zum Zweck der Interessenteninformation und der Beteiligungsverwaltung und nicht für andere Zwecke durch die Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH gespeichert und genutzt. Hierfür werden von der Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH teilweise auch weisungsgebundene Dienstleister eingesetzt. Die Vormerkung als Interessent kann jederzeit gegenüber der Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH in Textform (Brief, Telefax, E-Mail) widerrufen werden, die Kontaktdaten werden dann gelöscht.

Datum, Unterschrift

**Stadtwerke Mühlheim am Main GmbH, Dietesheimer Str. 70, 63165 Mühlheim  
Telefax: 06108 6005-55**

Das Ausfüllen und Rücksenden des Vormerkungsblattes bewirkt keinen Rechtsanspruch auf Zeichnung des zu emittierenden qualifizierten Nachrang-Darlehens.



## Wir machen das. Wieder. Die neuen und alten Grundwassermessstellen in Mühlheim

Nachdem wir als zuständiges Versorgungsunternehmen 2018 die Wasserkonzession beim Regierungspräsidium in Darmstadt erneut beantragt und auch übertragen bekommen haben, sind wir nun für weitere 20 Jahre für die Trinkwasserversorgung von Mühlheim verantwortlich.

So eine Neuvergabe ist auch für uns und trotz unserer Erfahrung keine Kleinigkeit. Denn sie ist mit einem sehr aufwändigen Genehmigungsverfahren verbunden, bei dem viele, vor allem natur- und umweltrechtliche Belange geprüft werden.

Um die Mühlheimer von Januar 2019 bis Dezember 2038 (so lange läuft unsere Konzession) wieder sicher mit Trinkwasser versorgen zu können, haben wir nach der Verlängerung der Wasserrechte durch das Regierungspräsidium Darmstadt die Auflage bekommen, fünf neue Grundwasser-

messstellen zu bauen. So wird es möglich, an noch mehr Grundwasserdaten zu kommen, mit denen die Grundwasserhöhe gemessen werden kann.

Dies geschieht aktuell mit insgesamt 22 Grundwassermessstellen in Mühlheim, die in drei Grundwasser führenden Schichten platziert sind. Die neuen Messstellen werden zwei flache und drei tiefe Messstellen sein.

### Erst bohren, dann bauen.

Der Bau einer Grundwassermessstelle ist ein größeres Projekt, denn dazu ist eine 30 bis 40 Meter tiefe Bohrung durch die verschiedenen Gesteinsschichten notwendig.

Wir haben in Mühlheim drei Schichten und zwischen jeder wasserführenden Schicht eine Trennschicht aus Lehm. Unser Trinkwasser fördern wir aus der dritten

und tiefsten Grundwasser leitenden Schicht, da das Wasser hier schon über 50 Tage in der Erde ist und in dieser Zeit eine natürliche Reinigung erfahren hat.

Unsere Grundwassermessstellen, die 22 alten, wie die fünf neuen, dienen übrigens nur der Messung, nicht etwa wie bei unseren Brunnen, zur Förderung von Trinkwasser.

Das hessische Regierungspräsidium erhält regelmäßig unsere Berichte von allen Grundwassermessstellen, sammelt Daten und vergleicht mit anderen Städten/Kommunen. So können präzisere Aussagen getroffen werden, wie sich das Grundwasser bzw. der Grundwasserspiegel im Regierungsbezirk verhält und wie er sich verändert.

Die Werte werden einmal im Monat benötigt, wir messen sie von Hand, meist um den 15. herum. Dazu fahren unsere Kollegen alle Messstellen ab und messen den Wasserstand mit einem sog. Kabellichtlot, einer Art Maßband. Unsere Messungen stellen unter anderem sicher, dass man Abweichungen oder Veränderungen frühzeitig erkennen und entsprechend darauf reagieren kann.

Der Grundwasserspiegel ist in Mühlheim sehr konstant. Selbst durch die letzten beiden heißen Sommer ist das Grundwasser in unserem Wasserschutzgebiet nicht erheblich gesunken.

Die fünf neuen Grundwassermessstellen wurden ab Anfang März östlich des Wassergewinnungsgebiets errichtet (Markwald und im südlichen Wald vom Markwald). Die restlichen Grundwassermessstellen, von denen die ersten übrigens bereits in den 80er-Jahren gebaut wurden, sind im Gewerbegebiet und im Markwald verteilt.



Anhand der Bohrkerne lässt sich erkennen, wie der Boden unter Mühlheim bzw. Markwald beschaffen ist.

# Schöne Überraschung

Ostermontag: unterirdischer Rohrbruch in der Mühlheimer Bahnhofstraße

Stephan Petri, unser Bereichsleiter Gas/Wasser, hatte es als einer der ersten bemerkt: „Ostermontag, 13. April 2020, 7.00 Uhr morgens. Ich stehe im Bad und putze mir die Zähne, als ich merke dass der Wasserdruck miserabel ist. Da muss ich wohl mal wieder den hausinternen Wasserfilter reinigen. Aber nicht heute, ist ja Feiertag, da hat man andere Pläne, wie z.B. gemütlich am gedeckten Osterfrühstückstisch sitzen oder einfach relaxen. Was kann es Schöneres geben?“

Aber der Bereitschaftsleiter von Stephan Petri hatte eine andere Idee: „Wie wäre es, statt nach Ostereiern nach einem komplizierten Wasserrohrbruch zu suchen, der die Wasserversorgung in Mühlheim auf den Kopf stellen sollte?“

Der Druckabfall lag nämlich nicht an einem verunreinigten Wasserfilter. Kurz nach 7.00 Uhr hatten die Stadtwerke bereits weitere Störungsmeldungen erreicht: Die Polizeistelle Mühlheim und Bewohner der Bahnhofstraße meldeten fehlendes Wasser. Weitere Meldungen aus anderen Straßen folgten.

### Die Nadel im Heuhaufen

Wie sich schnell herausstellte, war der gesamte Nordwesten Mühlheims betroffen. Routiniert und mit spezieller Ausrüstung machte sich das Notfall-Team der Stadtwerke umgehend auf die Suche nach dem vermuteten Wasserrohrbruch.

Standardmäßig erfahren wir über unsere Störungshotline, wo es zu Druckabfällen oder zum Ausfall der Wasserversorgung gekommen ist, oder wo man bereits auf der Straße sieht, dass Wasser austritt. In solchen Fällen ist es recht einfach, die Schadensstelle zu finden und die Reparaturarbeiten einzuleiten.

Bekommt man allerdings Störungsmeldungen aus vielen verschiedenen Straßen und gibt es kein austretendes Wasser, erschwert das die Suche nach einem Rohrbruch erheblich. Es geht dann um die sprichwörtliche Suche nach der Nadel im Heuhaufen.



Anstelle des gebrochenen Rohrs wurde ein Abstellschieber eingebaut.



Das war auch am Ostermontag so. Deshalb war es gegen 7.45 Uhr eine der ersten Maßnahmen, die Leistung der Netz- und Brunnenpumpen hochzufahren, um den Druck im Wasserturm nicht weiter abfallen zu lassen.

Dann schlug die Stunde unserer Spezialmikrofone. Gezielt wurden sie Richtung Wasserturm an Wasserschieber und Hydranten gehalten, um den Rohrbruch durch ungewöhnliches Plätschern des Wassers zu orten. Fündig wurden wir schon kurze Zeit später in der Bahnhofstraße/Ecke Zimmerstraße. Zu dieser Zeit war es ungefähr 10.30 Uhr, also dreieinhalb Stunden nach dem Eintreffen der ersten Schadensmeldungen.

### Reparatur und Reaktionen

Nachdem wir festgestellt hatten, dass die Rohrleitung im Kanal geplatzt war, wurde in der Bahnhofstraße ein Loch gegraben, ein Teil des Rohrs entnommen und ein Abstellschieber eingebaut. Um 15.45 Uhr konnte die Bahnhofstraße wieder mit Wasser versorgt werden.

Übrigens: Dass das Problem in so relativ kurzer Zeit lokalisiert und behoben werden konnte, verdankt sich ein bisschen der Technik und dem Glück, aber auch den Nutzern unserer Facebook-Seite.

Unser Post zur Störung wurde nämlich schnell und fleißig geteilt, wodurch viele Bürgerinnen und Bürger informiert werden konnten, die uns dann weitere betroffene Straßen mitgeteilt haben.

Das bestätigt uns darin, auf unserer Facebook-Seite nicht nur über Veranstaltungen und News zu allgemeinen Energiethemen zu informieren, sondern auch aktuelle, eilige Meldungen zu veröffentlichen.

Wenn Sie uns also noch nicht folgen, holen Sie es nach. Besuchen Sie unsere Seite [facebook.com/StadtwerkeMuehlheimamMain](https://facebook.com/StadtwerkeMuehlheimamMain) und abonnieren Sie uns!

An dieser Stelle aber zunächst noch einmal ein herzliches Dankeschön, für die lieben und verständnisvollen Worte, die Sie uns auf Facebook haben zukommen lassen.





Aus der Bahnhofstraße nicht mehr wegzudenken:  
Stylianos (links) und Kosta Konstantinidis

# Wie die Mango nach Mühlheim kam

## Die Obst- und Gemüsegeschichten der Familie Konstantinidis

Den Feinkostladen von Stylianos Konstantinidis in der Mühlheimer Bahnhofstraße kennt jeder. Er ist jeden Tag voll mit frischem Obst und Gemüse und netten Leuten vor und hinter der Theke. Und wenn man das Glück hat, Stylianos Konstantinidis oder seinen Sohn Kosta dort zu treffen und ein bisschen Zeit mitbringt, dann gibt es obendrauf auch noch die eine oder andere Geschichte.

Die erste beginnt in Offenbach. Dort nämlich hatte der Onkel von Stylianos Konstantinidis einen Fisch- und Gemüseladen. Als Stylianos 1983 nach Deutschland kam, mit Frau Georgia und zwei kleinen Kindern, ohne Job und Geld, war das seine erste Station auf dem Weg in ein neues, anderes Leben.

Vier Jahre hatte Stylianos Konstantinidis dann dort in Offenbach gearbeitet, bis er 1987 nach Mühlheim zog, in die Marktstraße/Ecke Apfelbaumgasse, und dort seinen eigenen Gemüseladen eröffnete – belächelt und abgeschrieben von Leuten, die für den Laden keine Zukunft sahen, ohne Unterstützung, ohne Werbung und mit knappem Budget.

Als er aber am Tag der Eröffnung von seiner Einkaufstour in der Großmarkthalle zurückkam, sah er zu seiner Überraschung eine lange Menschenschlange vor seinem Laden stehen. Und erst als ihm seine Frau sagte, „Ich glaube, die warten alle auf uns“, war ihm klar, dass sein Plan aufgegangen war und er in Mühlheim Erfolg haben würde.

Schon 1996 eröffnete die Familie parallel auch einen zweiten Laden in der Bahnhofstraße, dem heutigen Standort des Geschäfts.

### In Mühlheim angekommen

Auf die Frage, warum es ihn von Offenbach ausgerechnet nach Mühlheim gezogen hat, erzählt Stylianos folgende Geschichte: Bei seinem Onkel in Offenbach arbeitete eine Dame, die aus Mühlheim kam und direkt oberhalb des späteren Ladens von Stylianos in der Marktstraße wohnte.

Der Laden stand zu diesem Zeitpunkt leer und die Kollegin aus Mühlheim schlug Stylianos vor, ihn zu mieten und sein eigenes Geschäft aufzumachen. Stylianos war skeptisch und lehnte ab, weil er glaubte, dafür

nicht die ausreichenden finanziellen Mittel zu haben. Nachdem seine Kollegin ihn aber immer wieder aufs Neue fragte, gab er nach und sah sich den Laden in der Marktstraße zumindest mal an – und von da an gab es kein Zurück mehr.

Sein Sohn Kosta erzählt lachend: Mein Vater ist zum Vermieter gegangen und hat zu ihm gesagt: „Ich habe zwar kein Geld, aber ich will den Laden unbedingt haben.“ Soviel Ehrlichkeit hatte den Vermieter damals offensichtlich überzeugt. Denn Stylianos bekam den Laden.



### Vater und Sohn

In einem Hinterhof des Ladens in der Bahnhofstraße erzählt uns Kosta Konstantinidis, der mit 31 Jahren jüngste Sohn der Familie, bei einer Tasse Kaffee, auch etwas über seine und seines Vaters Pläne für die Zukunft.

Kosta, der noch eine Schwester und einen Bruder hat, arbeitet mit seiner Mutter, die jeden Tag um fünf Uhr in der Frühe anfängt, das Essen und die eingelegte Feinkost vorzubereiten, und zwei Aushilfen im Laden in der Bahnhofstraße. Und er ist es auch, der das Geschäft einmal übernehmen soll. Zwar ist sein Vater derzeit noch der Geschäftsführer, aber Kosta trägt auch jetzt schon Verantwortung und entscheidet vieles selbst.

Nur eine Sache gibt der Vater nicht aus der Hand, und das ist der tägliche Besuch in der Großmarkthalle. Jeden Morgen um drei Uhr macht sich Stylianos auf den Weg zum Großmarkt, um Ware für seinen Laden zu holen.

Vater und Sohn haben hierüber schon oft diskutiert. Denn Kosta als gelernter Einzelhandelskaufmann findet, dass es wirtschaftlich sinnvoller und auch vollkommen ausreichend wäre, im Winter nur noch alle zwei Tage in den Großmarkt zu fahren. Doch davon möchte der Vater nichts hören. „Meine Kunden sollen jeden Tag frische Ware bekommen und nicht nur alle zwei Tage“, sagt Stylianos.

Schon früh stand für Kosta fest, dass er im Laden seiner Eltern arbeiten würde. Nach dem Schulabschluss begann er auf Wunsch seines Vaters aber zunächst ein Jahrespraktikum in einem Autohaus, das er aus gesundheitlichen Gründen aber abbrechen musste.



Schließlich entschloss er sich, das Jahrespraktikum im Laden seiner Eltern fortzusetzen. Und nach dem Praktikum wurde der Laden auch seine Ausbildungsstelle. Ausbilderin war die Mama.

„Selbst wenn das mit der Ausbildung im Autohaus funktioniert hätte“, sagt Kosta dazu, „ich wäre früher oder später doch hier gelandet, ich bin hier reingeboren worden, ich kenne nichts anderes. Einmal in der Woche denke ich mir zwar, ich schmeiß jetzt alles hin und mach was Eigenes, aber ich komme immer wieder hierher zurück, hier fühle ich mich einfach wohl.“

Kosta hat mittlerweile eine eigene kleine Familie, mit einer knapp zweijährigen Tochter, Ariana. Und er kann sich durchaus vorstellen, dass auch sie ihm einmal zur Seite steht. Auch wenn er sich etwas „angenehmeres“ für seine Tochter wünscht. Denn er weiß am besten, wie hart die Arbeit in seiner Branche ist.

Und doch hat Kosta Träume für die Zukunft des Geschäfts. Ein größerer Laden mit mehr Verkaufs- und Lagerfläche schwebt ihm vor. Aber es soll auf keinen Fall eine Art Supermarkt werden. Das Flair vom kleinen griechischen Gemüseladen sollte auf jeden Fall erhalten bleiben, und die Leute sollen sich hier wohl fühlen, auch mal einen Kaffee trinken können und gerne herkommen wollen.

### Gemüsegeschichten: die Familie Konstantinidis

Gemüse und Lebensmittel haben offensichtlich schon immer eine besondere Rolle im Leben der Konstantinidis' gespielt. Kosta erzählt, dass die Vorfahren der Familie ihre Wurzeln im Pontos haben und schon dort – mit Kutschen ausgestattet – ihr Dorf mit frischem Gemüse versorgt haben. Auch die Mutter von Stylianos kommt mehr oder we-

niger aus dem Lebensmittelhandel. Sie hält Hühner und verkauft frische Eier.

Bezeichnend ist auch, wie schwer Stylianos die Schließung des Ladens in der Marktstraße damals gefallen ist. Er behielt den Laden noch weitere fünf Jahre nach der offiziellen Schließung und zahlte Miete für einen unbenutzten Laden, da er sich einfach nicht trennen konnte.

An Rente denkt der eingefleischte Händler Stylianos, stets voll unterstützt durch seine Frau Georgia, natürlich nicht. Wenn er im Lotto gewinnen würde, wäre sein Wunsch, einen riesigen Gemüseladen zu eröffnen und genauso weiterzumachen wie bisher. Und auch Urlaub ist ein Fremdwort für Stylianos. Erst nach 15 Jahren hatte er sich einmal einen kurzen Urlaub gegönnt.

Dass die Liebe zu Obst und Gemüse keine einseitige Leidenschaft ist, zeigt eine weitere Geschichte. Die von einer ehemaligen Stammkundin, einer alten Dame, die mittlerweile im Pflegeheim ist. Sie hatte den jungen Kosta einmal auf einer seiner Auslieferungstouren angehalten und ihm gesagt: „Kosta, dein Vater hat die Mango nach Mühlheim gebracht. Erst durch den Gemüseladen deiner Familie kam ich in den Genuss, meine erste Mango essen zu dürfen.“

Auch in Zeiten der Corona-Krise ist die Familie Konstantinidis für ihre Kunden da. Mit einem Lieferservice für Mühlheim, Bieber, Bürgel, Rumpenheim, Obertshausen, Hausen, Steinheim und Kesselstadt.

Durch freiwillige Helfer ist es dem kleinen Laden möglich, so viele Städte zu beliefern. „Wir machen das auch gerne, denn so viele Menschen können nicht aus dem Haus und wenn wir helfen können, dann helfen wir auch“, sagt Kosta Konstantinidis und Stylianos nickt dazu.

## Zuverlässig durch die Krise

### Unsere Leistungen und Maßnahmen

Trotz Lockerungen herrscht auch bei uns in Mühlheim immer noch eine Ausnahmesituation mit vielen Regeln und Beschränkungen. Und niemand weiß, wie lange diese Einschränkungen im öffentlichen Leben noch andauern.

Auf eines können Sie sich in dieser schwierigen Situation aber verlassen: Wir sind für Sie da!

So haben wir interne Maßnahmen getroffen und uns so organisiert, dass die Versorgung mit Strom, Gas und Wasser gesichert ist. Sollte es eine Störung geben, sind wir weiterhin unter den bekanntesten Störungsnummern für Sie zu erreichen:

- Gas: 069 213 88110
- Strom und Wasser: 06108 72428



### Folgende Schutzmaßnahmen gelten:

Alle Fahrzeuge unserer Monteure sind mit Handschuhen, Masken und Desinfektionsmittel ausgestattet.

Das Kundenzentrum ist vermutlich ab Mitte Juni wieder geöffnet. Jeder Besucher ist aufgefordert, einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen sowie den erforderlichen Mindestabstand von 1,5 Meter einzuhalten. Es dürfen sich maximal drei Besucher gleichzeitig im Kundenzentrum aufhalten. Daher ist eventuell mit Wartezeiten zu rechnen. Auch beim Warten vor dem Gebäude sind der Mindestabstand sowie das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes erforderlich.

Im Kundenzentrum werden Kunden und Mitarbeiter zusätzlich durch angebrachte Plexiglasscheiben geschützt, Bodenmarkierungen weisen auf den Mindestabstand hin.

Im Zuge der Krise und der erforderlichen Hygienemaßnahmen werden wir im Kundenzentrum kein Bargeld beim Bezahlen von Abschlägen oder Rechnungen mehr annehmen. Sie haben aber die Möglichkeit, mit Ihrer EC-Karte zu zahlen. Weitere Bezahlvarianten sind die Einrichtung eines Dauerauftrags, Bankeinzug durch SEPA-Mandat oder Überweisungen.

## Schon m.live 2.0?

### Jetzt die neue Stadtwerke-App downloaden!

m.live  
2.0

Seit April 2020 gibt es nun bereits unsere neue App m.live 2.0. Und die sollten Sie unbedingt downloaden. Denn m.live 2.0 bietet Ihnen eine ganze Menge: von lokalen Nachrichten, aktuellen Events, dem Abfallkalender mit Erinnerungsfunktion und Übermittlung von Zählerständen bis zur Fahrplanauskunft.

Besonders wichtig: Die neuesten Updates und News von den Stadtwerken erhalten Sie nur noch über die neue App m.live 2.0. Wenn Sie also noch die alte App auf Ihrem Smartphone haben: Jetzt einfach löschen und durch die neue App m.live 2.0 ersetzen. Die gibt's gratis im App Store oder bei Google Play.

Hier  
kostenlos  
downloaden!



## Mehr Platz, weniger CO<sub>2</sub>

### Umstellung auf umweltfreundliche Erdgasheizung im Seniorenheim

Die Heizung des DRK-Seniorenzentrums Mühlheim wurde bereits seit 2010 mit Holz-Pellets betrieben. Die Stadtwerke Mühlheim hatten dazu damals mit dem DRK-Kreisverband Offenbach e.V. einen Contracting-Vertrag über die Wärmeversorgung geschlossen. Und falls die Pellets-Anlage einmal ausfallen würde, hatte man sich auf eine zusätzliche Ölheizung geeinigt.

Als Unternehmen mit einem hohen Anspruch an ebenso kostengünstige wie umweltfreundliche Energie entschlossen sich die Stadtwerke Mühlheim im Juni 2019 für eine Umrüstung der Ölheizung auf umweltfreundliches Erdgas. Die Umstellung verlief problemlos, Ölheizung und Öltanks wurden durch eine neue Gasleitung und eine moderne Gasheizung ersetzt. Das bietet nun eine ganze Reihe von Vorteilen:



So sind keine Öllieferungen mehr notwendig und das Seniorenzentrum bekommt einen zusätzlichen Raum, denn der alte Öltankraum wird nun nicht mehr benötigt.

Darüber hinaus verbrauchte die alte Ölheizung wesentlich mehr Energie als die neue Gastherme, die so konstruiert ist, dass sie schon bei geringen kW-Leistungen heizen kann. Ganz zu schweigen von der Tatsache, dass Gas bei der Verbrennung nur halb so viel CO<sub>2</sub> freisetzt wie Öl.

# Wir so

## Gestiegene Verbräuche durch Ausgangsbeschränkung?

### Jetzt Zähler-Zwischenablesung durchführen!

Aufgrund der strengen Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen Ende März bis Anfang Mai mussten viele Bürger zu Hause bleiben oder von zu Hause aus arbeiten. Das wird sich auch im Verbrauch von Strom und Wasser niederschlagen. Sonst war man tagsüber meist unterwegs, entweder im Büro oder die Kinder in der Kita/Schule. Nun waren viele daheim: kochen, Homeoffice, Toilettengang, Händewaschen, die eigenen 4 Wände auf Vordermann bringen...

Wenn Sie das auch betrifft, ist es ratsam, eine Zwischenablesung zu machen, um eine hohe Nachzahlung bei der nächsten Jahresendabrechnung zu vermeiden.

Übermitteln Sie uns daher bitte gerne bis zum 30.06.2020 Ihre Zählerstände für Strom und Wasser, so dass wir Ihre Abschlagszahlungen ggf. anpassen können.

Wie? Ganz einfach!

Entweder über die neue App m.live 2.0 oder Sie registrieren sich im Online-Portal der Stadtwerke und tragen die Zählerstände dort ein.

Bei Fragen steht Ihnen unser Kundenzentrum gerne zur Verfügung.

Kontakt:  
info@stadtwerke-muehlheim.de  
Tel. 06108 6005-0

Zahl zum Quartal:

# 15,9%

**mehr Wasser als im Vorjahr wurden in Mühlheim im April 2020 verbraucht.**

„Die, die sonst in Frankfurt bei der Arbeit auf die Toilette gehen, machen das nun tagsüber zu Hause“, erläutert Wolfgang Kressel, Geschäftsführer der Stadtwerke. Im April 2020 wurden 142.431 m<sup>3</sup> Wasser verbraucht. 2019 waren es im April lediglich 122.887 m<sup>3</sup>.



Am 24. Juli 2020 hätten sich die Augen der Welt auf Tokio gerichtet – zur Eröffnungsfeier der XXXII. Olympischen Sommerspiele. 17 Tage lang wären in Japan Leichtathleten, Hockeyspieler, Ringer, Turner, Gewichtheber, Schützen, Fechter, Judoka oder Handballer auch hierzulande aus dem Schatten von König Fußball getreten – und bald darauf auch die Para-Olympioniken.

Doch statt gebannt auf den Medaillen-Spiegel zu blicken, starrt die Welt auf Statistiken zur Corona-Pandemie – und das Internationale Olympische Komitee hatte ein spätes Einsehen und verschob die Spiele auf 2021. Trotzdem lohnt sich der Blick auf Japan und seine Kultur, risikofrei, wenn man von eventuellen Computerviren absieht.

Technologisch prägte uns das Wirtschaftswunderland im Fernen Osten jahrzehntelang. Mit bezahlbaren Kameras und Stereoanlagen, Sonys legendärem Walkman, VHS-Videorekordern von JVC, Panasonic und Co., Fernsehern, Instrumenten von Yamaha oder Roland – schon die Namen klangen nach großer, weiter Welt. Man verband sie mit fortschrittlicher Technik und einem guten Preis-Leistungsverhältnis. Ähnliches galt für Automarken wie Toyota, Mitsubishi oder Honda. Bei Motorradfans hatten Namen wie Kawasaki oder Suzuki einen ähnlich guten Klang wie Onkyo-Boxen. Und wer ein Nakamichi Dragon-Tapedeck besaß, das Kassetten autark umdrehen konnte, dessen Wohnzimmer wurde zur Pilgerstätte von Technik- und Musik-Fans.



Japanische Videospiele, Konsolen und Computer schreiben bis heute Erfolgsgeschichte. Man denke nur an den Klassiker Atari, an Super-Mario, Nintendo oder die Playstations von Sony, dem multinationalen Konzern, der auch im Film- und Musikgeschäft zu den Branchenriesen zählt. Bis zum wirtschaftlichen Aufstieg Südkoreas war Japan in Sachen Technik immer ganz vorne.

Anders die japanische Popkultur, die in Europa nicht allzu ernst genommen wird – auch wenn der Titel des Alphaville-Hits „Big in Japan“ in der Unterhaltungsindustrie lange dafür stand, dass man es weltweit geschafft hatte. Das Kaiserreich war lange der zweitgrößte Musikmarkt der Welt und dank begeisterungsfähiger Fans auch ein Konzertmekka für Bands. Das unterstreichen legendäre Liveplatten wie Deep Purples „Made in Japan“ oder „Tokyo Tapes“ von den Scorpions.

Im Film ragt Akira Kurosawa heraus, der Regie-Größen von Ingmar Bergman bis Steven Spielberg wesentlich beeinflusste und neben Kubrick und Scorsese die meisten Einträge in der Internet Movie Database der

250 bestbewerteten Filme der Welt aufweisen kann, angeführt vom Klassiker „Die sieben Samurai“ auf Platz 15.

Berühmt ist auch Hayao Miyazakis Oscar-gekröntes Animationsmärchen „Chihiros Reise ins Zauberland“, das vielen als bester japanischer Film überhaupt gilt. Wie so oft wirken hier die Erfahrungen aus dem Zweiten Weltkrieg nach. Das Trauma der US-Atombomben prägt die Kultur bis heute – im Film übrigens auch in den zig „Godzilla“-Streifen seit den 50er-Jahren. Umgekehrt vermitteln uns Filme westlicher Regisseure wie „Ghost Dog – der Weg des Samurai“ von Jim Jarmusch oder „Lost in Translation“ von Sofia Coppola das oft fremde Lebensgefühl im Land der aufgehenden Sonne.

# MADE IN JAPAN

Olympisches Alternativ-Programm:  
Kunst & Kultur aus dem Land der aufgehenden Sonne

初音ミク  
HATSUNE MIKU



Heute ein globaler Teil der Jugendkultur sind Anime-Filme und Manga-Comics, oft Massenware, manche aber auch durchaus beeindruckende Kunstwerke. Übrigens: Schon seit den 70er-Jahren prägen japanische Zeichentrickkünstler unser Leben, mit heißgeliebten Kinderserien wie „Wickie“, „Biene Maja“ oder „Heidi“. Animes und Mangas sind auch Grundlage der Cosplays, bei denen sich Jugendliche aufwendig verkleiden und Messen und Fantreffen zu großartigen Happenings machen.

Fast nur in diesem dominanten Zweig der globalen Jugendkultur spielt „J-Pop“, japanische Popmusik, eine Rolle. Ein Hologramm mit Piepsstimme wie Hatsune Miku wird zwar millionenfach gehört, ist aber westlichen Normalhörern kaum vermittelbar. Japans Popmusiker orientieren sich oft zu stark an westlichen Vorbildern, um für unsere Ohren originell zu klingen – im Gegensatz zur traditionellen japanischen Musik, die für unsere Hörgewohnheiten doch recht speziell klingt.

Japans Literatur ist zugänglicher, auch abseits kurzlebiger Begeisterung für Haikus, die traditionellen Zen-Gedichte. Kazuo Ishiguro, 1954 in Nagasaki geborener britischer Literaturnobelpreisträger, erlangte Weltrenown mit dem prominent verfilmten „Was vom Tage übrig blieb“. Der heute 85-jährige Kenzaburo Oe überzeugte die schwedische Akademie 1994 mit politisch engagierten Romanen. Haruki Murakami, Jahrgang 1949, zählt seit Jahren zu den Nobel-Favoriten, als Kritiker-Liebling und weltweit populärer Bestseller-Autor. Sein vielfältiges Werk paart virtuos und unterhaltsam einen scharfen Blick in die Abgründe des Einzelnen in der modernen Leistungsgesellschaft. Lesens- und empfehlenswert sind alle seine Werke. Sie spielen in der Regel in Japan, sind aber von moderner amerikanischer Erzähltradition und surrealen Tendenzen geprägt. Dass er 2006 den Franz-Kafka-Literaturpreis und den World Fantasy Award gewann, zeigt, wie breit sein Spektrum ist.

Unser Sommer-Tipp: Statt Olympia schauen Murakami lesen, ob im Park oder zuhause – es lohnt sich!



KAWECKIS KOCH-KOLUMNE

Liebe Leserinnen und Leser unseres m.agazin,

ich hoffe, Ihnen geht es gut und Sie sind gesund durch diese wirklich schwierige Zeit gekommen. Der Sommer hält nun Einzug und mit ihm die Hoffnung auf Normalität. Und eines sollten wir uns nicht nehmen lassen: Die Freude am Kochen und Genießen! Deshalb auch in dieser Ausgabe mein Rezept für Sie.

## Zucchini-Nudeln mit Mandelpesto



### Zutaten für 3-4 Personen

50g Rucola  
50g Baby-Spinat  
100g Parmesan  
50g Mandeln  
1 Knoblauchzehe  
1 Bio-Zitrone  
80ml Olivenöl  
1 Prise Salz  
1 Prise Pfeffer (aus der Mühle)  
300g Spaghetti  
1 Mango  
300g Zucchini

### Zubereitung

Rucola und Baby-Spinat waschen, trockenschleudern, grob hacken. Parmesan fein reiben. Mandeln grob hacken. Knoblauch abziehen, fein würfeln. Schale der Zitrone fein abreiben, Saft auspressen.

Rucola, Spinat, Mandelkerne und Knoblauch mit Olivenöl und Zitronenschale im Mixer fein pürieren.

Pesto mit der Hälfte des Parmesan, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Mango schälen, vom Stein und in schmale Spalten schneiden.

Spaghetti in Salzwasser nach Packungsanleitung garen.

Die Zucchini waschen, putzen und mit dem Spiralschneider in „Zucchini-Spaghetti“ schneiden.

In den letzten Sekunden der Garzeit zu den Spaghetti geben, kurz miterwärmen, dann zusammen abgießen und mit Mandelpesto, Mangospalten und restlichem Parmesan bestreut servieren.

Schmeckt gut dazu: ein fruchtiger, trockener Weißwein, z.B. ein Grauer Burgunder.

### TIPP

Spiralschneider sind im Fachhandel oder über das Internet ab ca. 10 Euro erhältlich. Alternativ kann man einen Julieneschneider oder einen Gemüsehobel verwenden.

# m.live 2.0

## Ihre neue Stadtwerke-App

Echt smart:  
die Stadtwerke Mühlheim  
auf Ihrem Handy!

Jetzt  
kostenlos  
downloaden!



Download on the  
App Store



GET IT ON  
Google Play

Wir machen das. Ihre Stadtwerke

mühl  
heim  
am  
main