

**Aus alten Zeiten**

Der Urgrossmutter in den Kochtopf geschaut

**Lammrack im Kräutermantel**

Ostern steht vor der Tür, und da darf die Küche etwas Besonderes bieten – zum Beispiel Lammrack im Kräutermantel. Die Zutaten: 800 g Lammrack oder Lammrückenfilet; 1 ½ TL Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 EL Öl, 1 Bund Basilikum, ½ Bund Thymian, 1 Bund Petersilie; 1 Zweig Rosmarin; ½ Bund Pfefferminze, 1 bis 2 Knoblauchzehen; 1 TL Essig; 2 EL Butter; 2 EL Paniermehl.

Für die Sauce: 4 dl Lammfond oder Rindsbouillon; 20 g Butterflocken, Salz, Pfeffer aus der Mühle.

Zubereitung: Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in heissem Öl rundum anbraten, herausnehmen, in eine feuerfeste Form geben und in den auf 80 Grad vorgeheizten Ofen schieben.

Alle Kräuter fein hacken, Knoblauchzehen auspressen; mit Essig, weicher Butter und dem Paniermehl vermischen. Die Masse auf der Fleischoberseite gut andrücken. Nochmals 30 bis 45 Minuten in den Ofen schieben, herausnehmen, tranchieren und auf eine Platte legen. Fleisch bei 60 Grad Ofentemperatur warmhalten. Für die Sauce Lammfond oder Rindsbouillon zum Bratensatz geben, einkochen lassen, eventuell absieben. Butterflocken einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tranchen auf Teller anrichten und mit wenig Sauce überziehen. Mit Saisongemüse und Kartoffeln servieren. (hi)



Aus der Kochbuch- und Rezeptsammlung von Josef Lutz, Sargans.



Laden einmal monatlich herzlich zum Café TrotzDem im Restaurant Kiesfang ein: Regula Kündig (Alzheimer St. Gallen/beider Appenzell), Cornelia Jäger (Angehörigen-Gruppe Vilters), Silvan Looser (Geschäftsführer Haus Novellas), Claudia Murk (Psychiatrie Dienste Süd), Barbara Pfiffner (Pro Senectute) und Monika Grünenfelder (Fags) (von links).

Bild Katrin Wetzig

# «Passt wunderbar ins Konzept des Hauses»

Im Beisein einiger Gäste ist im Generationenhaus Novellas in Vilters mit dem Café TrotzDem ein neues Angebot für Menschen mit Demenz und deren Angehörige offiziell gestartet.

von Katrin Wetzig

Mit der kleinen Eröffnungsfeier bekamen die geladenen Gäste, darunter auch die Gemeindepäsidenten von Sargans und Pfäfers, Jörg Tanner und Axel Zimmermann, einen kleinen Ausblick auf dieses neue Angebot. Das Café TrotzDem ist ein regionales Angebot, das ohne vorherige Anmeldung von Menschen mit Demenz und Angehörigen aus dem ganzen Sarganserland besucht werden kann. Regula Kündig, Leiterin der Geschäftsstelle Alzheimer St. Gallen/beider Appenzell in St. Gallen, übernahm die Begrüssung an diesem heiteren Nachmittag und stellte Werdegang und Idee kurz vor. Während es in Holland bereits seit 1997

Alzheimer-Cafés gibt, wurde diese Idee in der Schweiz erst 2011 erstmalig kopiert. In St. Gallen wurde das erste Angebot dieser Art 2016 verwirklicht und 2017 folgten solche Cafénachmittage in Altstätten und Wil. Kündig betonte, wie wichtig es für Betroffene und ihre Angehörigen sei, niederschwellig trotz ihrer Erkrankung in entspannter Atmosphäre soziale Kontakte geniessen zu können. Auch fachlicher Austausch ist möglich. Genau das ist das Ziel des Café TrotzDem.

**Grosse Unterstützung für heiteres Programm**

Basierend auf einer Idee der Frauen-Arbeitsgemeinschaft Sarganserland (Fags) hatte es die Fags-Präsidentin Monika Grünenfelder in die Hand genommen, das Angebot gemeinsam mit Cor-

nelia Jäger, Leiterin der Angehörigen-gruppe Vilters-Wangs und einigen Interessierten ins Leben zu rufen. Mit im Boot sind jetzt neben der Fags und Alzheimer St. Gallen/beide Appenzell auch die Pro Senectute, die Psychiatrie-Dienste Süd und die Spitalregion Rheintal Werdenberg Sarganserland. Neben der Gemeinnützigen Gesell-

Es ist wichtig, trotz Erkrankung in entspannter Atmosphäre soziale Kontakte geniessen zu können.

schaft St. Gallen (ggk sg) als Hauptsponsorin bieten auch diverse Orts- und Kirchgemeinden in der Region finanzielle Unterstützung.

Worum geht es beim Café TrotzDem? Ab sofort wird an jedem dritten Dienstagnachmittag von 14 bis 16.30 Uhr im Restaurant Kiesfang in Vilters ein heiteres Programm angeboten. Einzig die Konsumation muss selber bezahlt werden. Dass überraschend viele Betroffene mit ihren Angehörigen diese erste Chance zum vergnüglichen Beisammensein bei Akkordeonmusik genutzt haben, erfreut das Organisations- und Team sehr. Nun hofft man natürlich, dass sich ab jetzt jedes Mal am dritten Dienstag im Monat dort eine vergnügliche Runde trifft, um gemeinsam zu spielen, zu singen oder Erzählungen und Humor bei Kaffee und Kuchen zu geniessen. Für Silvan Looser, Geschäftsführer des Generationenhauses Novellas, passt dieses Angebot wunderbar ins Konzept des Hauses. Der Festapéro zur Eröffnung wurde deshalb vom Haus spendiert. Mit Geselligkeit liess man den Anlass bei bekannten Volksliedern, von Edith Baumgartner auf dem Akkordeon gespielt, vergnüglich ausklingen, und der eine oder andere nutzte dabei noch die Möglichkeit, mit den Fachleuten ins Gespräch zu kommen.

**Das Programm steht**

Das Programm bis Weihnachten ist bereits geplant. So wird am 21. Mai ein Erzählnachmittag mit Leo Thuli aus Vilters stattfinden. Mit «Musik und Singen» mit Othmar Kohler aus Pfäfers geht es am 18. Juni weiter. Für 16. Juli ist ein Spielnachmittag organisiert. Die Spielleitung übernimmt Sylvia Hemmi. Beim Humornachmittag mit der Clownin Aurikla (Katharina Schwitter) wird am 20. August der Humor im Zentrum stehen. Am 17. September geht es mit einem Lottomatch weiter. Am 15. Oktober wird mit den Händen gearbeitet. Marianne Bislin bietet Anleitung beim Herstellen von Gestecken an. Auf einen Fotonachmittag «Sarganserland damals und heute» darf man sich am 19. November freuen, und mit der Weihnachtsfeier vom 17. Dezember gibt es Gelegenheit, gemeinsam zu musikalischer Begleitung zu singen.

ANZEIGE

# Oster-Knaller

## 20%

auf alle Champagner, Schaumweine und Cailler-Produkte\* – auch auf bestehende Aktionspreise!

Gültig in allen Denner Verkaufsstellen, unter [denner.ch/weinshop](http://denner.ch/weinshop) und in der Denner App.

\*Ausgenommen Online Specials. Nicht mit anderen Gutscheinen und Bons kumulierbar. Solange Vorrat.

**Denner Lachsfilet**  
ohne Haut, Norwegen, 2 x 190 g

40%

10.90 statt 18.20\*

**Castelbarco Ripasso della Valpolicella DOC Superiore**  
2016, Venetien, Italien, 75 cl  
Kunden-Rating: ★★★★★

50%

6.65 statt 13.30\*

**Vogue Superslims**

- Bleue
- Lilas
- Menthe

Box, 10 x 20 Zigaretten

- 8 Fr.

87.- statt 95.-\*

Einzelpackung: 8.70 statt 9.50\*

**\*Konkurrenzvergleich**  
Aktionen gültig vom Donnerstag, 18. bis Samstag, 20. April 2019 / solange Vorrat / Druck- und Satzfehler vorbehalten / jetzt abonnieren: [denner.ch/newsletter](http://denner.ch/newsletter)

Einer für alle DENNER