



25 Jahre Technische Hochschule Brandenburg

Jubiläums-Kochbuch



Technische Hochschule Brandenburg

Jubiläums- Kochbuch

ES KOCHEN

Alexander Akmadeev Medovjy Sbiten	3
Marion Bischoff Soljanka	4
Juliane Dölle Teneriffianische Tapas	6
Stefanie Eichler Französische Apfeltarte	8
Prof. Dr. Med Thomas Enzmann Krutzel-Mutzel	10
Sylvia Fröhlich Kichari	12
Prof. Dr.-Ing. Thomas Götze Kluskis	14
Prof. Dr. Hartmut Heinrich Lenticchie umbrese con pancetta e cipolla alla casalingo	16
Katharina Herlitz & Christian Stahr Mascarponecreme mit Erdbeeren & Mediterraner Nudelsalat	18
Aida Heshmati Persischer Safran-Reispudding	20
Lutz Hosenfelder Lammkarree an Portweinsoße, mit Bohnen im Speckmantel, dazu ein Süßkartoffel-Sellerie-stampf, als Dessert ein Karamell-Schokomousse mit Schlagsahne und Erdbeeren	22
Susanne Huyoff Laotisches Kua	26
Steffen Kissinger Sommerlicher Reissalat	28
Franciska Lück Käsekuchen	30
Stefan Parsch Fliegender Jakob	32
Juliane Rangnow 2 Kürbisvariationen mit Fladenbrot	34
Ng Ray Man Gemischtes Gemüse mit Meeresfrüchten (kantonsisch) & Cher Kway Teow	36
Patricia Inés Rojas Montalvo Cuñapé	38
Fabian Rueda Guasacaca-Milde-Roh-Chili-Sauce	40
Prof. Dr. Rolf Socher Rote-Bete-Mozzarella & Lachs mit grünem Gemüse und Aïoli	42
Dr.-Ing. Klaus-Peter Tiemann Erdbeer-Sekt-Creme	44
Janine Werner Janny's Fatousch	46
Prof. Dr.-Ing. Burghilde Wieneke-Toutaoui Haferflockenplätzchen	48
ZDD-Team: Eva Friedrich, Christin Geiger, Sandra Hettwer, Jerome Horn, Katharina Lenz, Cornelia Schröder, Dana Voigt, Anett Wolf Hähnchenspieße mit Beilage und dualem Dip	50



TECHNISCHE HOCHSCHULE BRANDENBURG - IM PORTRAIT

Die Vielfalt an Persönlichkeiten, die mit unserer Hochschule verbunden sind, in einem Kochbuch zu präsentieren, erscheint eher ungewöhnlich. Und doch stellen wir anlässlich des 25jährigen Jubiläums der Technischen Hochschule Brandenburg Studierende, Hochschulangehörige, Absolventinnen und Absolventen, Freunde und Förderer in diesem Buch vor – mit Ihrem Lieblingsrezept. Denn unsere Hochschule besteht neben ihren fachlichen Aktivitäten und Erfolgen im Wesentlichen aus den unterschiedlichsten Menschen, die das Hochschulleben und seine Atmosphäre durch ihre Persönlichkeit gestalten und prägen. Die Rezepte spiegeln die vielen Facetten ihrer Herkunft, Leidenschaften, Geschmäcker und Vorlieben wider und zeugen dabei von genau dieser Vielfalt, die unsere Hochschule ausmacht.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei Ihren Streifzügen durch dieses Buch.

Franciska Lück

Alumniservice der Technischen Hochschule Brandenburg
Brandenburg an der Havel, Oktober 2017

Alexander Akhmadeev



Russland

Stadt Kasan in dem Föderationskreis Wolga

Master Technologie- und Innovationsmanagement 2013

Wissenschaftlicher Betreuer: Prof. Dr.-Ing. habil. Christian Mieke

Seit Oktober 2016 bin ich Leiter der F&E-Abteilung an einer mittelständischen elektrotechnischen Firma, die Betonfertigstationen, Schaltanlagen und anderer Produkten herstellt. Unsere Abteilung ist für die Entwicklung neuer Produkte zuständig. Hier kann ich fast alles anwenden, was ich während meines Studiums erlernen konnte. Ich freue mich sehr, dass das Schicksal es so gefügt hat, dass ich an der Hochschule in Brandenburg studiert habe. Dort habe ich tolle Menschen kennengelernt, bin von guten Professoren ausgebildet worden und konnte das Leben aus einem anderen Winkel betrachten.

Mein berufliches Ziel ist, F&E in Bewegung zu setzen und Produkte zu entwickeln, die auf dem Markt gefragt sind. Ich hoffe, dass ich irgendwann wieder die Möglichkeit erhalte, nach Brandenburg und zur Hochschule zu Besuch zu kommen.



Medovyj Sbiten

"MEDOVYJ SBITEN" KOMMT URSPRÜNGLICH AUS RUSSLAND. BESONDERS GUT IST ES FÜR DIE KALTEN WINTERSTUNDEN.

Einkaufsliste:

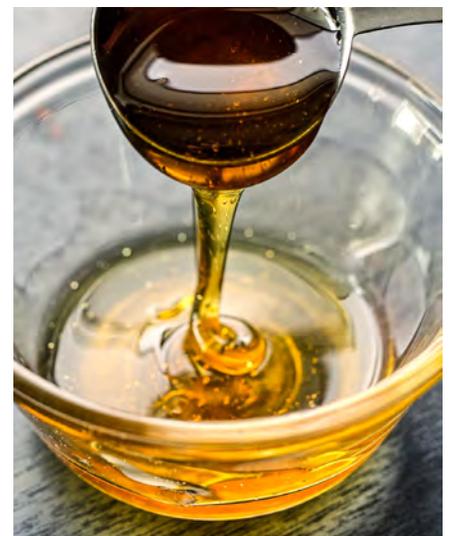
150 g Zucker
150 g Honig
1 l Wasser
ein bisschen Nelken, Lorbeerblatt, Ingwer, Kardamom und Zimt

Zubereitung:

1 l Quellwasser nehmen, dieses erwärmen und darin Honig hinein geben. Bis zum Kochen erhitzen und dann noch 20 Minuten kochen. Danach Gewürze hineingeben und noch 5 Minuten kochen.

Zucker sollte in einem anderen Topf erhitzt werden. Beim Erhitzen soll man etwas rühren, bis er braun und flüssig wird. Dann den Zucker in das Wasser mit Honig und Gewürze hineingeben. Die Gewürze heraussieben. Das Getränk ist bereit.

Guten Appetit!





Marion Bischoff

Deutschland / Seebad Heringsdorf (Insel Usedom)
Leiterin der Cafeteria
Köchin

Ich arbeite seit 1997 in der Mensa des Studentenwerks Potsdam an der Technischen Hochschule Brandenburg, bis 1997 als Beiköchin, dann als Leiterin der Cafeteria.

”

Durch die vielen Veranstaltungen, die wir für und mit der THB organisierten, sind uns einige Mitarbeiter (z.B. der Technische Dienst) ans Herz gewachsen.

Vielen Dank, meine Jungs!



Soljanka

FÜR 4 PERSONEN



Meine Kinder lieben meine Kochklopse süßsauer und süßsaure Eier (geschmacklich mit der Mensa nicht zu vergleichen). Die Soljanka ist allerdings der „Klassiker“, den wir auch in der Cafeteria anbieten.

Zubereitung:

In Streifen geschnittenen Kasslerkamm und Rauchwurst mit der Margarine scharf anbraten. Geschnittene Zwiebeln und Paprika dazu geben und mit anschwitzen.

Anschließend das Tomatenmark bzw. den Ketchup und das scharfe Paprika-Pulver hinzufügen, mit Wasser oder Fleischbrühe auffüllen, salzen & pfeffern, Piment & Lorbeerblätter dazu und aufkochen. Nun noch die kleingeschnittenen sauren Gurken mit ihrer Flüssigkeit unterrühren und ca. 15 - 20 Minuten vor sich hinköcheln lassen.

Je nach Geschmack mit Kapern, Dill oder Petersilie würzen und mit Essig bzw. Zitrone und saurer Sahne servieren.

Die Soljanka schmeckt am nächsten Tag noch besser!



Einkaufsliste:

600 g Kasslerkamm & Rauchwurst gemischt
 50 g Margarine
 3 Zwiebeln
 3 Paprika
 100 ml Tomatenmark oder Ketchup
 1 EL Paprika scharf
 4 Stk. saure Gurken mit Flüssigkeit
 Salz, Pfeffer
 Essig (alternativ 1/2 Zitrone)
 saure Sahne
 Fleischbrühe oder Wasser
 2 Lorbeerblätter
 4 Pimentkörner

Wer mag: 1 Glas Kapern, Dill oder Petersilie

Ausrüstung:

1 großer Topf

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach



Juliane Dölle

Deutschland
Brandenburg an der Havel
Verheiratet, geborene Hess
3-jährige Tochter Hannah

Seit 2014 Studium an der THB:
Betriebswirtschaftslehre mit Spezialisierung: Strategisches und operatives Controlling, Unternehmensbesteuerung und Corporate Tax

Nach meinem Abitur am von Saldern-Gymnasium im Jahr 2009 begann ich zunächst ein bilinguales Studium der Rechtswissenschaften an der Universität Potsdam/Paris X Nanterre. Es war keine wohlüberlegte Entscheidung, sondern vielmehr ein Bauchgefühl, dem ich folgte. Nach einem Semester brach ich dieses Studium jedoch ab. Auch das Bauchgefühl kann sich einmal irren. Ich entschied mich für eine journalistische Laufbahn. Dafür absolvierte ich ein Volontariat bei der Brandenburgischen Anzeigenzeitung und besuchte die Akademie für Publizistik in Hamburg. Mit dem Ende meiner dortigen Ausbildung im Jahr 2012 wurde ich vom Verlag übernommen und arbeitete die nächsten zwei Jahre als leitende Redakteurin für die Redaktion Nauen/Falkensee.

Ich lernte in dieser Zeit unglaublich viele interessante, manchmal murrige, manchmal lustige und oftmals schicksalbelastete Menschen kennen. An viele von ihnen und an viele Geschichten, die daraus entstanden, werde ich mich wahrscheinlich lebenslang erinnern. (Und ansonsten gucke ich einfach ins Archiv und lese es nach.)

2013 kam unsere Tochter Hannah auf die Welt und ich entschied mich noch einmal zu studieren. Seit dem Wintersemester 2014/2015 studiere ich Betriebswirtschaftslehre im Bachelor an der Technischen Hochschule Brandenburg. Spezialisiert habe ich mich dabei auf die Gebiete des strategischen und operativen Controllings, Unternehmensbesteuerung

und Corporate Tax. Im volkswirtschaftlichen Bereich entdeckte ich mit dem Fach Ökonometrie meine Leidenschaft für statistische Mathematik.

Seit April 2015 bin ich zudem Stipendiatin der Studienstiftung des Deutschen Volkes, engagiere mich seit August 2015 als Referatsleiterin Finanzen im AStA, wohne in dieser Legislatur dem Senat bei, arbeitete von Februar 2015 bis Dezember 2016 als studentische Hilfskraft im ZMPR, seit Februar 2017 im Projekt VSL, ebenfalls als studentische Hilfskraft. Im April 2017 beginne ich mit dem Schreiben meiner Bachelor-Arbeit, die ich hoffentlich spätestens Ende Juni fertiggestellt habe.

Im August heiratete ich meinen Lebenspartner Klaus, mit dem ich seit 8 Jahren liiert bin. Vor drei Jahren gründete er das lokale Unternehmen "Papas Bester". Wir produzieren dort einen Johannisbeer-Vanille-Likör, den es mittlerweile nicht nur in der ganzen Stadt Brandenburg gibt, sondern mittlerweile in sehr vielen anderen Filialen. Dass wir mit dieser Likör-Idee tatsächlich einmal soviel Erfolg haben würden, hätten wir nicht gedacht. Mittlerweile sind wir in zahlreichen Märkten gelistet. Darunter die REWE-Group, Edeka, die Metro-Group oder Kaufland.

Aktuell studiere ich an der THB im Master BWL und hoffe auf eine anschließende Promotion.



Teneriffianische Tapas

Mein Lieblingskochrezept sind teneriffianische Tapas, die mein Vater Roberto immer mal wieder in verschiedenen Varianten serviert hat. Irgendwie schmecken die Tapas für mich immer noch nach glücklicher Kindheit, da mein Vater sie früher relativ häufig zum Abendbrot machte. Ob sie allerdings wirklich typisch teneriffianisch sind, kann ich nicht sagen. Ich glaube fast nicht :).



Zubereitung:

1. Papas Arrugadas:

Zunächst handelt es sich hierbei um sehr kleine Kartoffeln, die nicht größer als 3 cm Durchmesser sein sollten. In einem Topf 1.5 Liter Wasser zum Kochen bringen und 300 g Salz hinzugeben. Das mag jetzt sehr viel klingen, ist es auch! Allerdings werden die Papas Arrugadas im Original mit Meerwasser gekocht. Das wird hiermit versucht, zu simulieren.

Die Papas etwa 20 Minuten kochen, bis sie gar sind, danach noch ca. 2 Minuten ohne Deckel kochen. Das Wasser anschließend abgießen und die Kartoffeln auf einem Blech etwa 5 Minuten trocknen lassen. Es sollte sich eine feine Salzkruste bilden.

2. Mojo-Soße:

Avocado entkernen, Fruchtfleisch in Pürierbehälter geben, Petersilie von groben Stielen befreien und ebenfalls hinzugeben. Einen großen Schwung Olivenöl, eine halbe ausgepresste Zitrone hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und einem kleinen Teil der Thymian- und Rosmarinblätter ebenfalls hinzugeben. Ich schnipple außerdem gerne eine kleine Chili-Schote für die Schärfe mit dran. Das Ganze gut durchpürieren. Nach Bedarf Zitronensaft, Wasser oder Öl zugeben, bis eine dickflüssige Soße entsteht.

3. Ofengemüsepfanne und gefüllte Champignons:

Möhren schälen und längs vierteln, Stiele der Champignons und Lamellen entfernen. Hackfleisch mit Feta, Pfeffer und ggf. Salz sowie einem kleinen Teil der Thymian- und Rosmarinstängel vermengen und abschmecken. Die Champignons mit der Masse füllen und in die Auflaufform legen. Mit den Möhrenstreifen umranden (damit die Süße später in die Pilze übergeht). Wahlweise können weitere Gemüsesorten hinzugefügt werden.

4. Dattel-Serrano-Spieße

Eine Dattel aus der Packung entnehmen, auf den Rand einer Serrano-Schinken-Scheibe legen und einrollen. Die offenen Enden mit Holzspießen schließen. Wiederholen, bis alle Scheiben aufgebraucht sind. Die fertigen Spieße zwischen den Champignons und Möhrenspießen verteilen. Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und Auflaufformen in den Ofen geben. Etwa 20 Minuten backen (je nach Größe der Champignons und deren Füllung etwas länger oder kürzer).

FÜR 4 PERSONEN

gefüllte Champions, Serano-Dattel-Spieße, Ofengemüse, Mojo-Soße und Papas Arrugadas

Einkaufsliste:

- 1 Pck. große Champions
- 1 Avocado
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Bund Möhren
- 1 Bund Petersilie
- 1 Pck. Feta (unbedingt aus Schafs- und/oder Ziegenmilch)
- Olivenöl (kaltgepresst)
- nach Bedarf frische Chilis
- Pinienkerne (kleine Tüte)
- 500 g Rinderhackfleisch
- kleine Kartoffeln (max. 3 cm) bspw. Drillinge
- Salz, Pfeffer
- separat 300 g Salz
- 1 Bund Rosmarin (frisch)
- 1 Bund Thymian (frisch)
- Palmenhonig (bestelle ich meist über das Internet oder mein Vater bringt mir ein Glas von seinen Urlauben mit)
- 16 Scheiben Serrano-Schinken
- 1 Pck. Datteln

Ausrüstung:

Pürierstab, 2 Auflaufformen, 16 Holzspieße

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel



Stefanie Eichler

Deutschland, Berlin (ursprünglich aus der Altmark)

Bachelor Betriebswirtschaftslehre
Master Internationales Management

Ich habe sowohl meinen Bachelor in BWL als auch meinen Master in International Management an der THB gemacht.

Während meines Masters bin ich im 3. Semester nach Karlskrona (Schweden) zum Auslandssemester gegangen. Dort hat es mir so gut gefallen, dass ich noch ein Semester dran gehängt habe und einen einjährigen Masterstudiengang in Entrepreneurship an der Blekinge Tekniska Högskola, also der FH in Schweden, absolviert habe.

Mein betreuender Professor der THB für die Masterarbeit in International Management war so lässig, die Konsultationen auch über E-Mail und Skype zu machen, sodass ich anschließend sogar noch etwas länger in Schweden bleiben konnte und erst zu meiner Verteidigung wieder zurück nach Deutschland gekommen bin.

Derzeit arbeite ich in einer mittelständischen Wirtschaftsprüfung und erstelle hauptsächlich Quartalsreportings und Jahresabschlüsse nach HGB und IFRS.

Zwischendurch gibt es immer mal wieder Sonderthemen, die das Ganze abwechslungsreich halten.

Französische Apfeltarte

Ich bin keine besonders begnadete Köchin, backe dafür aber ganz gern. Mein Lieblingskuchen ist die französische Apfeltarte – einfach und lecker.

Zubereitung:

Die Äpfel in Spalten schneiden und optional mit frischem Zitronensaft beträufeln. Öl, 100g Zucker, 1 Pck. Vanillezucker, 2 Eier, Stärke, Mehl und Backpulver zu einem Rührteig vermengen und in eine vorgefettete Backform geben. Die Apfelspalten in den Teig drücken und für 35 Minuten bei 180°C Umluft backen.

In der Zwischenzeit Crème fraîche, 2 Eier, 50 g Zucker und 1 Pck. Vanillezucker schaumig schlagen und nach den 35 Minuten auf den Kuchen geben. Danach weitere 25 Minuten backen.

Vor dem Servieren kann der Kuchen noch mit Puderzucker bestreut werden.



Für wie viele Personen?

Das möchte ich wirklich niemandem vorschreiben.

Einkaufsliste:

75 ml (Sonnenblumen-)Öl
150 g Zucker
2 Pck. Vanillezucker
4 Eier
50 g Stärke
100 g Mehl
1 Pck. Backpulver
150 g Crème fraîche
3 saure Äpfel
optional 1 Zitrone
optional Puderzucker

Ausrüstung:

Ofen und Handrührgerät von Vorteil



Sieht wesentlich aufwendiger aus als er ist und klingt fancy. Die perfekte Kombi!

Ach so, schmecken tut er auch.



Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 50 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach



Prof. Dr. med. Thomas Enzmann

Mein Name ist Thomas Enzmann. Ich bin Chefurologe im Klinikum Brandenburg und nehme mir für's Kochen keine Zeit und hab davon auch keine Ahnung. Das soll sich später mal ändern, wenn ich nicht mehr in der Klinik bin.

Bei früheren „Kollektivfeiern“, als wir alle noch Zeit hatten, war der Renner das von mir kreierte „Krutzel-Mutzel“. Ich bin Jäger und habe das kleine Jagdrecht immer beansprucht: es umfasst das sogenannte „Geräusch“. Für das Gericht gut verwendbar sind davon Zunge, Herz und Leber – kann man natürlich auch alles kaufen.

Krutzel-Mutzel

Das Gericht geht schnell:

- Zuerst die in Würfel geschnittenen Herzen und Zungen anbraten.
- Ein wenig später die Leber – auch in Würfel geschnitten – dazwischen salzen und frisch gemahlener Pfeffer zugeben.
- Dann kommen geschnittene, vorher gekochte Kartoffeln dazu – hat man ja vielleicht zur Hand.
- Zwiebelscheiben – reichlich – jetzt erst dazugeben, damit sie glasig bleiben und nicht verbrennen.
- Äpfelwürfel zum Schluss – die müssen noch einigermaßen knackig zu beißen sein und nicht zerflossenen Bratäpfeln ähneln.

Da die anderen vorher schon heftig und in der Zeit der Zubereitung weiter getrunken haben und damit ihre Kritikfähigkeit ziemlich ramponiert ist, können sie jetzt mit diesem Gericht auftrumpfen – hat bei mir immer geklappt!!!!

Einkaufsliste:

Zunge, Herz, Leber vom Wild
Kartoffeln, Zwiebeln, Äpfel
Salz und Pfeffer





”

Es wird niemals
so viel gelogen
wie vor der Hochzeit,
während des Krieges
und nach der Jagd.

MANFRED KRUG

Sylvia Fröhlich



Eigentlich bin ich Ur-Brandenburger (nur als 18-Jährige war mir Brandenburg mal zu leise - da zog es mich für kurze Zeit in die Großstadt nach Berlin, seit Kurzem war es mir eher zu laut, da zog es mich raus auf's Land, wo ich mich jetzt pudelwohl fühle)

1998 beendete ich mein Diplom-Studium an der THB als erste Absolventin des Studienganges Wirtschaftsinformatik. Nach 5 Jahren in der freien Wirtschaft und einem Jahr Babypause kehrte ich 2004 als akademische Mitarbeiterin an die THB zurück. Seitdem habe ich in diversen Projekten verschiedene Tätigkeitsfelder im Bereich Transfer, Marketing und Management übernommen.

Bei mir muss es immer schnell gehen. Große Braten waren noch nie mein Ding. Seit ca. einem Jahr ernähre ich mich vegetarisch, was dem Kochen eine neue Richtung verliehen hat. Was mir wichtig ist: frische, regionale Produkte, möglichst in Bio-Qualität. Meine Lieblingsgerichte sind Nudeln mit Linsen-Gemüse-Soße oder Kartoffelbrei mit Gemüsepfanne.



Ich komme täglich gern zur THB und habe Spaß an meinem bunten Arbeitstag rund um die Themen Marketing, Management und Projektarbeit im Fachbereich Informatik und Medien. Aus meinen Kolleginnen und Kollegen wurden inzwischen richtige Freunde. Wir gehen zusammen tanzen, zum Yoga, zum Badminton und kochen gemeinsam, wenn es die Zeit zulässt.

Kichari

Das regelmäßige Yoga und Meditieren verbindet mich mit meinen Kolleginnen und Kollegen schon lange. Neben den sportlichen Übungen und der Beruhigung des Geistes ist auch die Ernährung für das Wohl von Körper und Geist von großer Bedeutung.

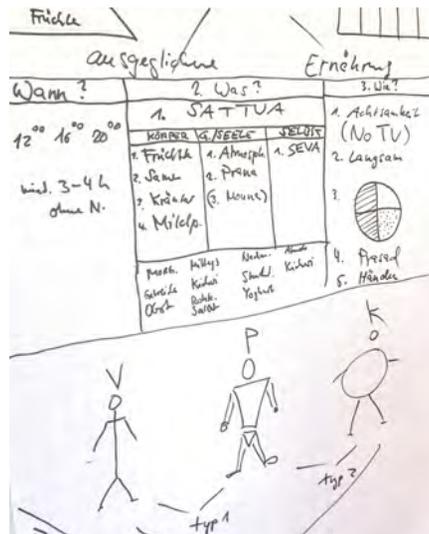
Deshalb freuten wir uns sehr, als sich unser Yoga-Lehrer Satya Stefan Krüger angeboten hat, uns in die Geheimnisse der gesunden Ernährung aus Sicht der Yogis einzuweihen. Schnell waren die Zutaten besorgt und eine Gartenparty geplant. Inzwischen koche ich dieses Gericht des Öfteren. Durch die Wahl der Zutaten lässt es sich beliebig variieren.



FÜR 4 PERSONEN

Zubereitung:

1. Hülsenfrüchte ggf. einen Tag vorher einweichen.
2. Ghee erhitzen und die Gewürze der ersten Kategorie etwas anrösten.
3. Tomaten in Stücke, etwas Chili und ggf. etwas Wasser dazugeben.
4. Eingeweichte Hülsenfrüchte hinzufügen.
5. Wenn die Hülsenfrüchte etwas weicher werden, das gewählte Gemüse dazugeben und mitdünsten.
6. Gewürze der zweiten Kategorie dazugeben.
7. Reis extra kochen und bei Bedarf untermengen.
8. Kurz vor dem Ende nach Bedarf frische Korianderblätter dazugeben.
9. Nur noch kurz köcheln lassen.
10. Ca. 15 Minuten ziehen lassen, wenn möglich.



Einkaufsliste:

Ghee, etwas Chili, Tomaten, 1 Sorte Hülsenfrüchte (z.B. Erbsen, Bohnen oder Linsen), 2 Sorten Gemüse (z.B. Zucchini, Paprika, Brokkoli,...), Reis

Gewürze:

erste Kategorie: Kreuzkümmel, Schwarzkümmel, schwarzer Senf, Fenchelsaat (diese werden zu Beginn in Ghee leicht geröstet)

zweite Kategorie: Kurkuma, Kardamom, Prise schwarzer Pfeffer, Salz und gemahlener Koriander (diese werden später dem köchelnden Kichari hinzugefügt) ggf. frischer Koriander

Ausrüstung:

1 große, tiefe Pfanne, 1 Topf



Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach



Prof. Dr.-Ing. Thomas Götze

**Deutschland / Brandenburg an der Havel
verheiratet; 3 Kinder; 5 Enkelkinder
Dekan des Fachbereichs Technik der THB**

1992 hat mich die neu gegründete FHB gelockt, mein Ingenieurethos mit Lehre und Forschung zu verbinden. Als wissenschaftlicher Mitarbeiter habe ich die Aufbauphase der FHB mitgestalten können, 2004 hat mich die Uni Karlsruhe promoviert und über einen „Umweg“ darf ich nun wieder hier meine beruflichen Ambitionen ausleben: Antriebstechnik lehren, entwickeln (und den Fachbereich Technik antreiben).

Die Fahrradtechnik verbindet bei mir berufliche Aufgabe mit persönlichem Interesse, Hobby und Freizeit. Obwohl ich einige Jahre auf dem Gebiet der Pkw-Getriebe, insbesondere der Doppelkupplungs- und Hybridgetriebe, geforscht habe, finde ich die Fahrradtriebstechnik viel spannender, effizienter und zukunftsweisender für eine „mobile“ und lebendige Gesellschaft. Im Zusammenhang mit der viel umworbenen „Elektromobilität“, die im Zweiradsektor schon äußerst erfolgreich etabliert ist, hat in urbanen Bereichen ein Sinneswandel eingesetzt: Nicht der Fahrzeugbesitz ist entscheidend, sondern wie komme ich schnell und effizient von A nach B.

An der THB möchte ich den Bereich „Antriebstechnik“ ausbauen und durch Forschung / Entwicklung leichter und zuverlässiger Antriebe diesen Trend unterstützen! Ich nenne es gerne **„Pedalum Mobil-E“**.



Ich habe in Magdeburg
Maschinenbau, Fachrichtung
Antriebstechnik, studiert, 10 Jahre
Antriebstechnik für Sondermaschinen
der Schiffbauindustrie projektiert/
berechnet und bin nun berufen, von
diesen Erfahrungen als Ingenieur zu
erzählen.

Kluskis

(ostpreußisch)

Im Gedenken an meine Mutter (2007 gest.), die aus Ostpreußen stammte und mir damit immer eine große Freude machte – Kluskis esse ich heute noch gerne.



Zubereitung:

Kartoffeln reiben und durch einen Leinensack abpressen. Ausgefallene (abgesetzte) Kartoffelstärke und eine Kartoffel zu Brei verarbeiten, dann mit abgepresster Kartoffelmasse zu Kloßteig kneten oder gleich Kloßmasse zu mausgroßen Röllchen (Kluskis) vereinzeln und im nicht mehr kochenden Salzwasser garen lassen.

Parallel Zwiebel und Schinkenspeck schneiden, in der Pfanne anbraten.

Die gegarten Kluskis in die Pfanne geben und in Speck und Zwiebel einwälzen, nicht braun braten – fertig!

Einkaufsliste:

Rohe Kartoffeln oder Kloßmasse aus rohen Kartoffeln, Schinkenspeck, Zwiebeln

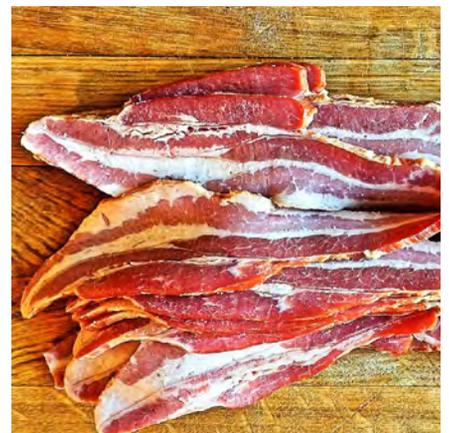
Ausrüstung:

Kartoffelreibe, Leinensack für Originalzubereitung

Vorbereitungszeit: „einkaufen“

Zubereitungszeit: 45 Minuten (eine gute Stunde mit Reiben)

Schwierigkeitsgrad: mit Kloßmasse einfach





Prof. Dr. Hartmut Heinrich

Erstmal zu meiner Person:
In der Hochschule war ich
seit 1995 Professor für
Wirtschaftsinformatik und
etliche Jahre Dekan des
Fachbereich Wirtschaft.

Seit einigen Jahren bin ich häufig in Italien, genauer: in der Region Umbrien. Das liegt etwa in der Mitte von Italien – von Berlin aus allerdings 1500 km weg. Inzwischen haben wir dort ein kleines Haus und daneben ein Feld mit Oliven.

Wenn man in Umbrien von Linsen spricht, denkt jeder an die Linsen aus dem Dorf Castelluccio (100 Einwohner) in den Monti Sibillini. Das malerische Dorf liegt am Rande einer Hochebene auf 1452 m Höhe nahe dem Monte Vettore (2478 m). Hier wachsen die besonders kleinen und aromatischen Linsen. Linsen sind eine umbrische Spezialität.

Wenn ich allerdings alleine vor Ort in Umbrien bin und irgendwas zu tun habe, im Haus, im Garten oder eilig etwas besorgen will, dann muss es mit dem Essen flott gehen. Da kommen die kostbaren Linsen aus der Hochebene nicht zum Einsatz.

Auch nix mit Kochen wie „Saltimbocca a la Romana“ (kennt ja fast jeder) - oder gar „Fagiano arrosto“ (gebratener Fasan mit Salbei) oder „Orata alla pugliese“ (überbackene Goldbrasse) oder was es noch so an tausend leckeren Dingen gibt. Meine Devise ist: einfach und schnell. Deshalb hier eins meiner Schnell-Gerichte: Linsen mit Speck und Zwiebeln. Ohne Speck geht bei mir kaum etwas beim Essen kochen. Ich mag es kräftig.

Falls die Zutaten (mal wieder) nicht im Hause sind, geht es los zur nahe gelegenen Markthalle „Piazza Umbra“. Prima, prima – denn sie ist jeden Tag geöffnet bis 21 Uhr – auch sonntags.

Da hole ich mir eine Büchse Fertig-Linsen „lenticchie subito pronte“. Sehr, sehr preiswert, den Preis verrate ich besser nicht.



Lenticchie umbrese con pancetta e cipolla alla casalingo

(Umbrische Linsen mit Speck und Zwiebeln nach Art des Hausmanns)

FÜR 1 - 2 PERSONEN



Dazu kommen durchwachsener Speck, hier abgepackt, und Zwiebeln, zum Glück heute lose vorrätig. Und schon bin ich fertig - mit dem Einkaufen.

Zum Anfang zurück: Leider wurde das „Linsen-Dorf“ Castelluccio im Herbst 2016 beim großen Erdbeben in der Gegend um Norcia fast vollständig zerstört, alle Einwohner mussten das Dorf verlassen. Ein gewisser Trost: die Linsen werden ab 2017 mit großem Aufwand erneut angepflanzt, gepflegt und hoffentlich wieder geerntet.

Was brauche ich also? Zu den Linsen (400 g -Dose) eine große Zwiebel und 150 g durchwachsenen Speck. Die Zutaten „plus minus“ - je nach Geschmack oder danach wieviel da ist. Zugegeben: am Ende wird das für eine Person eher zu viel sein, aber das ist besser als zu wenig. (Man kann ja etwas für den nächsten Tag aufheben.) Und für zwei Personen etwas zu knapp - dann kann es aber auch als Vorspeise, als „primo piatto“ durchgehen.



Praktisch läuft es dann bei mir so - (versteht sich fast von selbst): Kleinschneiden der Zwiebeln und Andünsten in Olivenöl oder Fett. Speck in kleine Würfel schneiden und - sobald Zwiebeln glasig - den Speck zu den Zwiebeln in der Pfanne hinzufügen. Es geht auch anders herum: erst den Speck in die Pfanne, dann die Zwiebeln dazu, hängt von der Art des Specks ab. - Wenn mir das vernünftig aussieht, füge ich die Linsen aus der Dose hinzu, in dieselbe Pfanne.



Vorteil: Vom Geschmack der angebratenen Zwiebeln und des Specks geht nichts verloren.

Tipp: Einen Teil der Flüssigkeit aus der Dose in einer Tasse auffangen und später - je nach Geschmack - wieder zufügen.

Ausreichend erhitzen, so dass auch die Linsen warm werden - nur nicht zu lange, sonst wird das Ganze „matschig“.

Einkaufsliste:

400 g Linsen
 1 große Zwiebel
 150 g durchwachsenen Speck
 Olivenöl
 Salz, Pfeffer, Essig oder Balsamico



Nun heißt es nur noch auftischen - und mit Salz, Pfeffer, Essig oder Balsamico abstimmen - und ein Glas Rotwein dazu! (Das passt zum kräftigen Eintopf besser als ein Weißwein.) Einen besonderen Kick gibt ein Schuss Olivenöl, das bei uns aus den eigenen Oliven stammt.



Katharina Herlitz & Christian Stahr

VERLIEBT / VERLOBT / VERHEIRATET

Vor acht Jahren lernten wir uns an der Hochschule kennen. Zur Studienzeit war es gang und gäbe, sich abends zum Grillen zu verabreden. Daher rührt der mediterrane Salat. Auf einer der legendären Wohnheimpartys sahen wir uns das erste Mal. Die Mascarponecreme ist der sogenannte süße Abschluss. Aus einer Beziehung wurde die Liebe unseres Lebens. Damit haben wir der Hochschule viel zu verdanken. Nicht nur uns, sondern auch eine gute Ausbildung.

„Ich bin durch einen Freund an die Hochschule gekommen. Er überzeugte mich, dass die THB genau das Richtige für mich ist. In meinem Ingenieursstudium mit dem Schwerpunkt Gebäudeautomationstechnik konnte ich meine Fähigkeiten vertiefen.“

CHRISTIAN ARBEITET IM BEREICH AUTOMATISIERUNGSTECHNIK IN BERLIN.

„Warum ich mich nach meinem Studium für einen Job an der Hochschule entschieden habe, liegt darin begründet, dass ich der Hochschule etwas zurückgeben möchte. Ich wäre heute nicht da, wo ich jetzt bin. Ohne mein BWL-Studium und die zahlreichen Erfahrungen, die ich in Projekten, im Auslandssemester oder im AStA sammeln durfte, hätte ich das breit gefächerte Wissen nicht erlangen können.“

KATHARINA IST IM ÖFFENTLICHEN DIENST UND ARBEITET NEBENBEI ALS SELBSTÄNDIGE IN DER VERANSTALTUNGSBRANCHE.

Mascarponecreme mit Erdbeeren & Mediterraner Nudelsalat

FÜR 4 PERSONEN

Wir lieben den Sommer und grillen für unser Leben gern. Mit frischem Gemüse und den eigenen Kräutern aus dem Garten schmeckt es doppelt so gut. Sowohl die italienische (Katharina) als auch die mexikanische (Christian) Küche sind oftmals am heimischen Herd vertreten. Und natürlich geht nichts ohne eine Prise Glück und etwas Liebe bei der Zubereitung.

Mascarponecreme mit Erdbeeren

Einkaufsliste:

- 250 g Erdbeeren & einige zur Dekoration
- 250 g Mascarpone
- 50 g Zucker, z.B. braunen
- 1 Vanilleschote
- 1 Zitrone
- 200 g Sahne
- ca. 50 ml Orangensaft (bestenfalls frisch gepresst)

Zubereitungszeit: 20 Minuten
Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitung:

Erdbeeren waschen und pürieren, mit etwas Orangensaft verfeinern. Mascarpone mit Zucker, Vanille und Zitronensaft zu einer glatten Creme rühren.

Die Sahne steif schlagen und anschließend unter die Creme heben.

Die fertige Mascarponecreme in kleine Dessertschalen füllen, mit Erdbeersoße übergießen und einige Erdbeeren zur Dekoration aufsetzen.



Mediterraner Nudelsalat

Einkaufsliste:

- 125 g Rucola
- 50 g getrocknete Tomaten
- 50 g Pinienkerne
- ca. 3 EL Pesto (selbst hergestellt) - zusätzlich 30 g Pinienkerne, 30 g Parmesan, Olivenöl, Knoblauch
- 250 g kleine Tomaten
- 250 g Nudeln

Zubereitungszeit: 20 Minuten
Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitung:

Nudeln al dente kochen und abkühlen lassen. Rucola waschen, getrocknete und frische Tomaten schneiden und die Pinienkerne in einer heißen Pfanne anrösten.

Für das Pesto die gerösteten Pinienkerne mit dem Olivenöl, Parmesan und - wenn gewünscht - etwas Knoblauch sowie ca. 60 g Rucola zerkleinern.

Abgekühlte Pinienkerne und Nudeln zusammen mit den Tomaten in eine große Schale geben. Pesto unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den restlichen Rucola dazu geben und nach Belieben mit Feta oder Ziegenkäse verfeinern.





Aida Heshmati

Ich komme ursprünglich aus dem Iran. Ich bin im Jahr 2012 zum Master Anglistik/Amerikanistik nach Deutschland gekommen. Ich habe an der Friedrich-Schiller-Universität Jena studiert und bin nach meinem Abschluss im Jahr 2014 nach Berlin gekommen.

Meine Verbindung zur THB besteht schon seit Februar 2016. Ich arbeite hier im Rahmen eines Projektes als Koordinatorin für Flüchtlingsangelegenheiten. Als erste Ansprechperson für Flüchtlinge an der THB setzte ich mich damit auseinander, wie studierfähige Flüchtlinge versuchen, sich an der Hochschule sowie in der Stadt Brandenburg zu integrieren und zu entwickeln.

Während meiner Arbeit in der Stadt Brandenburg habe ich immer wieder gesehen, wie sich die Brandenburger gerne ehrenamtlich für Flüchtlinge engagieren. Viele Flüchtlinge, mit denen ich arbeite, fühlen sich der Stadt Brandenburg sowie der THB auf eine besondere Weise verbunden, da sie hier eine gute Unterstützung bekommen.

„Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt“

... hat bereits Ludwig Wittgenstein (österreichischer Philosoph) formuliert. Das **Zentrum für Internationales und Sprachen der THB** unterschreibt dieses Zitat vorbehaltlos und geht weiter. Wir „Zissis“ – das sind Dr. Annett Kitsche, Heike Wolff, Christina Strom, Stefanie May, Aida Heshmati und Heike Schulze – machen uns dafür stark, dass Fremdsprachenlernen und -sprechen an der THB alltäglich sind, dass Lehrende und Studierende der THB in die Welt hinaus ziehen und dass Studieninteressierte aus aller Welt zu uns finden und hier gut betreut werden.

Gourmets sind wir selbstredend auch. Wir lieben Köstliches aus aller Welt, besonders, wenn es authentisch zubereitet ist. Das hat Aida mit ihrer iranischen Spezialität für uns gemacht. Nachkochen lohnt! Dazu Freunde einladen und zusammen essen! Denn:

Es ist schade um die Speise, welche allein gegessen wird. (PERSISCHES SPRICHWORT)



Ich fühle mich auch mit der THB verbunden und will gerne die Verbindung mit der Hochschule nach Beendigung des Projektes halten und bin stolz darauf, hier in Brandenburg gearbeitet zu haben.

Persischer Safran-Reispudding

(Schole-Zard) FÜR 4 PERSONEN



Zubereitung:

Reis in Wasser einweichen und ca. 1 Std. quellen lassen. Danach Wasser abgießen und den Reis ein wenig zerdrücken. Den Reis und das Wasser mit der Butter in einen Topf geben und für ca. 1 Stunde kochen und gleichzeitig umrühren.

Die Safranfäden mit etwas Zucker in einem Mörser zerstoßen, und in ca. 3 Teelöffel heißem Wasser auflösen. Danach den aufgelösten Safran, Zucker, Kardamom und das Rosenwasser sowie gehackte Mandeln dem Reis hinzufügen. Dann umrühren und für weitere 15 Minuten rühren und aufpassen, dass nichts am Topfboden ansetzt. Anschließend in Schalen füllen und auskühlen lassen.

Wenn es abgekühlt ist, den Pudding mit gehackten Pistazien und Mandeln, ein wenig Zimt und getrockneten Rosen dekorieren.



Einkaufsliste:

300 g Reis
1 Liter Wasser
½ TL Safran
200 g Zucker
1 Msp. Kardamom
3 TL Rosenwasser
150 g Butter
Mandeln und Pistazien (gehackt)
getrocknete Rosen für Deko
Zimt

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: simpel





Lutz Hosenfelder

Deutschland / Brandenburg a.d.H.

Ich bin seit dem 01.06.1992 hier an der Hochschule als Hausmeister beschäftigt und leite seit 2001 den Technischen Dienst. Als Hausmeister hat man einen Einblick in alle Bereiche der Hochschule, ist bekannt und kennt auch fast jeden Mitarbeiter.

Ich lebe in einer festen Beziehung zusammen und bin für das Kochen zuständig, was mir sehr viel Freude macht. Ich backe auch sehr gern, am liebsten was mit Hefeteig.

Ich bin beim Kochen recht flexibel, vom Eintopf, Pasta, Fleisch, Fisch bis in zu vegetarischen Gerichte, ist alles dabei. Eis und andere Dessert mache ich auch selbst.

Bei mir kommt auch schon mal eine Ente auf den Holzkohlegrill oder drei bis vier Krustenbraten für ca. 10 Stunden in den Smoker - lohnt sich, wenn die gesamte Familie zusammen ist.

Lammkarree

an Portweinsoße, mit Bohnen im Speckmantel, dazu ein Süßkartoffel-Selleriestampf, als Dessert eine

Karamell-Schokomousse

mit Schlagsahne und Erdbeeren

FÜR 4 PERSONEN

Wichtig: Mit dem Dessert beginnen, weil es für 3 Stunden in den Kühlschrank muss.

Zubereitung Schokomousse:

(15 Minuten)

Grob gehackte Kuvertüre im heißen Wasserbad schmelzen lassen, Ei und Eigelb in einer Schüssel schaumig schlagen und dann die Kuvertüre und den Rum oder Weinbrand dazugeben und verrühren.

Abkühlen lassen und dann die geschlagene Sahne unterheben.

Die Mousse schon mal in die Dessertgläser geben und bis zur Hälfte füllen.

Zubereitung Karamellmousse:

(20 Minuten)

Gelatine 10 min im Orangensaft quellen lassen, danach bei leichter Hitze erwärmen, bis die Gelatine sich vollkommen aufgelöst hat.

Nun die 250 g Zucker in einen Topf, ebenfalls bei leichter Hitze erwärmen und auflösen lassen, immer gut verrühren, dann die Temperatur erhöhen und den Zucker kochen lassen, bis er zu Karamell wird (nicht anbrennen lassen). Wenn er eine schöne Farbe angenommen hat, dann runter vom Herd und den Kochvorgang in einem kalten Wasserbad unterbrechen.

Nun kommt der Topf wieder auf den Herd und das Karamell wird vorsichtig wieder erwärmt und 6 EL Wasser werden dazu gegeben und glatt mit dem Karamell verrührt. Wieder etwas abkühlen lassen und in der Zwischenzeit die Eier mit 60 g Zucker schaumig schlagen.

Nun die Karamellmasse und die Gelatine dazu geben, weiter verrühren, bis sich alles richtig verbunden hat. Alles gut abkühlen lassen, die Sahne steif schlagen und im Anschluss unterheben.

Zum Schluss die Karamellmousse auf die Schokomousse in die Dessertgläser geben, etwas Schlagsahne noch oben drauf, mit Erdbeeren dekorieren, ein Minzeblatt dazu, ab in den Kühlschrank, fertig!



Einkaufsliste Dessert:

Schokomousse:

120 g Zartbitterkuvertüre
1 Eigelb
1 Ei
1 TL Rum oder Weinbrand
250 ml Sahne

Karamellmousse:

1 EL Gelatine
2 EL Orangensaft
250 g Zucker
5 Eier
60 g Zucker
6 EL Wasser
220 ml Sahne
200 g Erdbeeren
frische Minze



„ Nun geht es an
die Hauptspeise...

#1 Bohnen im Speckmantel

Zubereitung:

(ca. 20 Minuten)

Den Frühstücksspeck auslegen, dann Bohnen auf dem Speck legen, etwas Salz (nur sehr wenig Salz, da der Speck ja in der Regel schon salzig genug ist) und Pfeffer drauf, die Bohnen in den Speck einrollen, Zahnstocher nehmen und alles fixieren, fertig! Dann alle Bohnen in eine Auflaufform geben.

Nun in einem Topf die saure Sahne und den Knoblauchfrischkäse erhitzen, verrühren und wenn alles flüssig ist, über die Bohnen geben.

Dann ab in den Backofen und schon mal so lange bei 220°C Umluft im Ofen haben, bis der Speck eine leichte Bräune annimmt.

Dann die Bohnen wieder raus. Die kommen erst nachher wieder, gemeinsam mit dem Fleisch in den Ofen. Dann sind sie gemeinsam fertig.

#2 Süßkartoffel- Selleriestampf

Zubereitung:

(ca. 50 Minuten)

Süßkartoffeln, Kartoffeln und Sellerie schälen und in kleine Stücke schneiden. Es ist so schneller gar und alles lässt sich dann auch besser pürieren. Dann in einen Topf geben und in Salzwasser kochen.

Wenn alles weich ist, das Wasser abgießen und alles stampfen. Die Butter dazu und mit Salz und Pfeffer abschmecken, fertig!

Bei Bedarf Muskat und Milch dazu. Aber meist ist die Milch nicht nötig, weil der Sellerie für genug Feuchtigkeit sorgt. Die normalen Kartoffeln sorgen für ausreichend Bindung.



Einkaufsliste #1:

Frühstücksspeck
zwei Dosen Prinzessbohnen
200 g saure Sahne
200 g Knoblauchfrischkäse
Salz und Pfeffer
Zahnstocher



Einkaufsliste #2:

2 große Süßkartoffeln
1 Sellerieknolle
4 Kartoffeln normaler Größe
250 g Butter
Salz, Pfeffer, Muskat (wer mag)
100 ml Milch (bei Bedarf)

#3 Lammkarree

Zubereitung:
(ca. 50 Minuten)

Die frischen Kräuter klein schneiden und mit der weichen Butter in einer Schüssel vermengen. Einen Teil der Kräuterbutter in die Pfanne geben und richtig erhitzen.

Das Fleisch in die Pfanne geben und von beiden Seiten schön anbraten. In die Pfanne noch etwas Sellerie, Zwiebeln, Knoblauch, Thymian und Rosmarin geben und mit anbraten.

Wenn das Fleisch von beiden Seiten schön braun ist, raus aus der Pfanne und auf die Alufolie legen. Mit der vorbereiteten Kräuterbutter kräftig einreiben, in die Folie einschlagen und in den auf 120°C Umluft vorgeheizten Backofen (15 Minuten) stellen.

Die Bohnen nicht vergessen! In der Auflaufform wieder dazu stellen.

Nach 15 min erhöhen wir für nochmals 15 min die Temperatur auf 150°C. Dann ist das Fleisch fertig und sollte innen noch schön rosa sein. Durch die Entspannung im Backofen behält es seinen Saft und ist auch schön zart!

Während das Fleisch in der Pfanne ist, wird die Soße gemacht. Thymian und Rosmarin haben ihre Arbeit getan: sie haben ihren Geschmack abgegeben und kommen aus der Pfanne raus.

Zwiebeln, Knoblauch und Sellerie weiter in der Pfanne schmoren, etwas Tomatenmark dazu geben, verrühren und nun mit einem guten Schuss Portwein ablöschen.

Weiter verrühren und bei voller Hitze die Soße reduzieren lassen. Dann den Fleischfond dazugeben und wieder reduzieren lassen.

Als Fond habe ich Wildfond genommen, der ist kräftig und den gibt es auch fertig zu kaufen. Lammfond gibt es schwer zu kaufen. Kann man zwar selber machen, doch Wildfond ist sehr lecker dazu!

Die Soße abschmecken, bei Bedarf mehr Portwein nehmen, Salz, Pfeffer dazu und ein kleines bisschen von der Kräuterbutter dazu, fertig!

Wer nun möchte, kann die Soße durch ein Sieb passieren, um die Zwiebeln, den Sellerie und



Einkaufsliste #3:

2 gute Stücke vom Lammkarree

“ Da sollte man nicht an der Fleischqualität sparen! Ich hatte irisches Lamm. Wer mag, der kann darauf achten, dass eine kleine Fettschicht dran ist, bringt das mehr Geschmack.

- frische Kräuter (Thymian, Rosmarin, Bärlauch, Knoblauch)
- Zwiebeln
- Sellerie
- halbes Stück Butter
- 1 EL Tomatenmark
- 500 ml Fond
- 200 ml Portwein
- Alufolie



den Knoblauch zu entfernen. Oder, so wie ich, alles in einen Topf geben und mit einem Stabmixer pürieren. So haben wir eine natürlich gebundene Soße mit dem Geschmack aller Zutaten, fertig!

Nun alles schick auf einen vorgewärmten Teller bringen, ein Glas Wein dazu und guten Appetit.

Meine Gäste waren sehr zufrieden mit meinem Gericht, ich aber auch! Viel Spaß beim Nachkochen.





Susanne Huyoff

Deutschland / Zwickau

Seit 2016 Projektleitung im IQ-Netzwerk Brandenburg „Brückenmaßnahme für Akademikerinnen und Akademiker mit ausländischem Hochschulabschluss im Bereich Informatik und Medien“.

Ziel des Projektes: Menschen mit Migrationsgeschichte den Übergang in den deutschen Arbeitsmarkt zu erleichtern. Projektträger ist die Agentur für wissenschaftliche Weiterbildung und Wissenstransfer e.V. an der Technischen Hochschule Brandenburg.

Nach meinem Studium der Volkswirtschaftslehre an der Freien Universität Berlin begann ich 1999 als akademische Projektmitarbeiterin im Fachbereich Wirtschaft im Projekt „Innovation, Belegschaftsstrukturen und Altern im Betrieb (IBAB)“ unter der Leitung von Prof. Ulrich Brasche. In dieser Zeit analysierte ich Altersstrukturen in Unternehmen und arbeitete mich in die Problemstellung des demographischen Wandels ein.

Im Jahr 2000 stieg ich dann in die Lehre ein und hielt meine ersten Vorlesungen im Studiengang Wirtschaftsinformatik.

Als das Projekt 2003 auslief, hatte ich neben meiner akademischen Stelle an der damaligen Fachhochschule Brandenburg bereits weitere Lehraufträge im Fachgebiet Volkswirtschaftslehre, u.a. an der HTW Berlin und anderen privaten Bildungsträgern. Zusätzlich beschäftigte

ich mit Fachlektoraten im Rahmen von volkswirtschaftlichen Veröffentlichungen.

So lag es nahe, auch weiterhin über einen Lehrauftrag der Hochschule verbunden zu bleiben. Später stieg ich in den berufsbegleitenden Diplom-Studiengang Betriebswirtschaftslehre ein, für den die Agentur für wissenschaftliche Weiterbildung und Wissenstransfer e.V. (AWW e.V.) das Studiengangsmanagement für die Hochschule übernommen hatte. Gleichzeitig unterrichtete ich auch in der Fachschule für Wirtschaft und Technik - in der Gründungszeit ebenfalls betrieben durch die AWW e.V. - die ehemaligen Zeitsoldaten der Bundeswehr den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt und den Quereinstieg in das Studium der Technischen Hochschule Brandenburg ermöglichte.

Bedingt durch eine Elternzeitvertretung im Studiengangsmanagement wurde ich 2010 in

der AWW e.V. als Projektmitarbeiterin eingestellt und bin bis heute dort geblieben.

Über die Jahre haben sich meine Aufgaben stetig geändert. Gleichgeblieben ist die enge Zusammenarbeit in der Agentur mit den Mitarbeitern der Technischen Hochschule über Weiterbildungsmaßnahmen - wie z.B. die IQ-Brückenmaßnahme - diverse Anerkennungskonzepte u.a.m.



Laotische Kua

FÜR 2 PERSONEN

Das Rezept kann einfach erweitert und auch etwas hinsichtlich der Gewürze variiert werden.

Das Rezept begleitet mich schon seit meiner Studienzeit. Es wurde damals im Neuen Deutschland veröffentlicht, um die Weltoffenheit der DDR zu demonstrieren. Da alle Zutaten verfügbar waren, war es mal was Neues. Wir haben es mit Kommilitonen gerne gekocht und auch heute noch koche ich es gerne, wenn wir mit Freunden unterwegs sind und es Selbstversorgung gibt, wie letzten Sommer beim Segeln auf dem IJsselmeer.



Zubereitung:

Zuerst das Fleisch in schmale Streifen schneiden, mit dem Paprika- und dem Ingwerpulver mischen. Zwiebeln halbieren und ebenfalls in dünne Streifen scheiden. Den Kohlkopf vierteln und den Strunk herausschneiden. Dann jedes Viertel nochmals halbieren und in dünne Streifen scheiden. Im erhitzten Fett in der Pfanne den Zucker leicht karamellisieren lassen. Die Zwiebeln dazugeben und mitbräunen. Nach ca. 4 Minuten (je nach gewünschter Farbe der Zwiebeln) das Fleisch dazugeben.

Alles gut rühren – eventuell etwas Flüssigkeit (Wasser oder etwas Brühe) dazugeben. Zuletzt den kleingeschnittenen Weißkohl hinzugeben, alles gut vermischen und nach Bedarf schmoren. Ich mag es, wenn der Kohl noch etwas Biss hat.

Einkaufsliste:

250 g Schweinefleisch
1/2 Weißkohlkopf
2-3 Zwiebeln
Erdnussöl
1 EL Zucker
Salz, Paprikapulver, Ingwerpulver

Wer es etwas schärfer mag: Currypulver und Cayennepfeffer

Langkornreis (Beilage)

Ausrüstung:

Kann man im Wok machen, eine einfach beschichtete Pfanne geht auch. Sie sollte nur groß genug sein, damit man gut rühren kann.

Vorbereitungszeit: 30 Minuten für die Kleinschneiderei

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach





Steffen Kissinger

Deutschland / aus Brandenburg an der Havel
verheiratet

Mitarbeiter der Hochschule seit dem 01.04.2003:
Zunächst im Controlling und danach als Kanzler tätig. Hier
insbesondere zuständig für die Themen Wirtschafts- und
Personalverwaltung.

NACHGEZÄHLT

Zahlen, Daten und Fakten
unserer Hochschule

2.609

Studierende
WiSe 2016/17

18,57

Millionen Euro
Gesamthaushalt im Haushaltsjahr 2016

64

Professuren

387

internationale
Studierende
WiSe 2016/17

74

wissenschaftliche
Mitarbeiter/innen

101

nichtwissen-
schaftliche
Mitarbeiter/innen

Sommerlicher Reissalat



Das Rezept habe ich in meiner Jugend in den 1990er-Jahren entdeckt, als ich mich in den ersten Versuchen in der Küche ausprobiert habe. Es hat mich danach regelmäßig begleitet.

Einkaufsliste:

500 g Reis
500 g Salami
400 g Emmentaler
1 Glas Gewürzgurken oder Cornichons
Miracle Whip (Mayonnaise)
Bund Schnittlauch

Gibt es bei uns ab und zu im Sommer und die Familie bestellt es bei mir immer zu Silvester vor. Da wird dann eine etwas größere Menge zubereitet, als es sich aus dem zusammengestellten Rezept ergibt. Ich bereite es dann nach Gefühl ohne genaue Mengenangaben zu. Die Mengen mit 500 g Reis werden wohl zu einem Grillfest als Beilage für 8-10 Personen durchaus geeignet sein.



Zubereitung:

Den Reis nach Anleitung kochen und auskühlen lassen. Anschließend den Reis in eine Schüssel geben. In der Zwischenzeit die Salami, den Käse und die Gewürzgurken in Stücke schneiden und zum Reis in die Schüssel geben.

Schnittlauch hacken und ggf. ein paar Radieschen zur Dekoration vorbereiten.

Das Miracle Whip in ein Gefäß geben und etwas vom Gurkenwasser dazugeben. Mit Pfeffer und bei Belieben etwas Zucker abschmecken. Anschließend durchrühren und je nach Bedarf weiteres Gurkenwasser hinzugeben.

Die so entstandene Salatsauce zu den Zutaten geben und diese durchmengen. Schnittlauch entweder beim späteren Servieren hinzugeben oder mit in die Salatschüssel geben und nochmals durchrühren. Unter Umständen mit ein paar Radieschen garnieren.

Vorbereitungszeit quasi keine. Mach kocht das Wasser und gibt den Reis hinein. Während der Reis später abkühlt, kann man die anderen Zutaten schon schneiden und später alles zusammen tun. Ist eher ein einfaches Rezept.

Passt gut im Sommer oder auch zu Silvester.



Franciska Lück

**Diplom Betriebswirtin (FH)
Deutschland / in Leipzig geboren, in Rathenow
aufgewachsen und auch geblieben
2 Kinder**

**Seit Studienabschluss 2011 als akademische Mitarbeiterin
der THB u.a. im Fachbereich Wirtschaft, im Career Service
- nun im Zentrum für Studium und Karriere hauptsächlich
für den Alumni-
und Familien-
service verant-
wortlich.**

**Ich kann,
weil ich will,
weil ich muss.**

IMMANUEL KANT

Die Wahl des Studienortes Brandenburg an der Havel erfolgte eher pragmatisch - sicherte es doch das pünktliche Abholen der Kinder vor Schließung des Kindergartens. Unter uns - meine Wahl des Studienfachs folgte der selben Logik. 2006 startete ich ins Studium der Betriebswirtschaftslehre und konnte schon ab dem ersten Semester die Familienfreundlichkeit der Hochschule auf die Probe stellen.

Rückblickend habe ich alles richtig gemacht.

Mein Studium lehrte mich u. a. Selbständigkeit, Fokussierung, Organisation, ein gewisses Maß an Leidenschaft und die Anpassung an enormen Schlafmangel. Rüstzeug nicht nur fürs Berufsleben.

Als akademische Mitarbeiterin darf ich mich mittlerweile an der THB thematisch auf vielen Ebenen austoben, dabei weiterentwickeln und auch oft meiner Kreativität und Neugier nachgehen.

Ein Highlight ist sicherlich dieses Buch. Ausgehend von „Mach mal ...“ inklusive völliger Freiheit in der Umsetzung steckt viel Arbeit, aber auch Spaß und Herzblut drin.

Mich reizt an meiner Arbeit vor allem die Vielfalt an Themen, Aufgaben, Herausforderungen und Gestaltungsmöglichkeiten. Meine Arbeit lebt und profitiert von der Zusammenarbeit und dem Austausch mit meinen Kolleginnen und Kollegen innerhalb und außerhalb der THB. Es macht mir viel Freude, meine Erfahrungen mit der THB (ob als Studentin oder Mitarbeiterin) in Beratung und Hilfsangeboten für unsere Studierenden - manchmal auch in schwierigen Situationen - einfließen zu lassen und weiterentwickeln zu können.

Käsekuchen

Da ich liebend gern gut esse & viel Wert auf Herkunft und Qualität der Zutaten lege, koche & backe ich viel und oft, musste aber im Laufe der Zeit erkennen, dass zwischen beidem ein eklatant großer Unterschied besteht:

- Kochen bietet viel Raum für kreatives Chaos und es schmeckt trotzdem.
- Backen erfordert Genauigkeit und ein möglichst exaktes Vorgehen nach Rezept.

Nachdem ich das endlich eingesehen hatte, war auch Kuchenbacken kein Problem mehr. Es muss halt nur fix gehen. Käsekuchen bspw. schindet immer viel Eindruck, ist aber sehr simpel.



Zubereitung:

1. Mürbeteig:

Mehl, 75 g Zucker, Butter in Flöckchen, 1 Ei, Backpulver und Salz verkneten. Fertiger Teig kann, muss aber nicht kühl gestellt werden. Ausrollen und in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (28 cm Durchmesser) auslegen. Den Rand an den Seiten hochdrücken.

2. Quarkmasse:

3 Eier trennen. Quark, 150 g Zucker, Puddingpulver, Eigelb, Vanillezucker, Zitronensaft und Öl verrühren. Unter Rühren die Milch in kleinen Mengen zugeben, bis eine flüssige Masse entsteht.

Eiweiß steif schlagen. 100 g Zucker dabei einrieseln lassen und unter die Masse heben.

Die Quark-Eiweiß-Masse auf den Teig in die Form geben.

Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3) ca. 50 - 60 Minuten backen.



FÜR 16 PORTIONEN

Einkaufsliste:

200 g Mehl
325 g Zucker
75 g Butter
4 Eier
1 TL Backpulver
Prise Salz
Fett für die Form
1 kg Magerquark
1 1/2 Pck. Vanille-Puddingpulver
1 Pck. Vanillezucker
Saft einer halben Zitrone
150 ml Sonnenblumenöl
1/2 Liter Milch

Ausrüstung:

Mixer, Schüsseln, Backform, Nudelholz, Backpapier

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: ca. 1 Stunde

Schwierigkeitsgrad: mittel



Stefan Parsch

M.A.
Deutschland / Nürnberg
2 Kinder

Ich arbeite zehn Stunden pro Woche im Zentrum für Studium und Karriere (ZSK), wo meine Hauptaufgabe die Organisation von Firmenkontaktmessen ist. In der übrigen Zeit bin ich freier Wissenschaftsjournalist (u. a. für die Deutsche Presse-Agentur, dpa) und freier Lektor (Verein Deutscher Ingenieure, Hochschulverbund Distance Learning).

Mehr als zehn Jahre lang war ich Pressesprecher der Fachhochschule Brandenburg (2001 bis 2011, ab 2008 auf einer halben Stelle). Bereits im letzten Jahr dieser Tätigkeit trat ich die Zehn-Stunden-Stelle im Career Service an (das ZSK wurde erst später gebildet). Ich bin also seit dem 10. Jahr des Bestehens an der THB, habe dort viele nette Kolleginnen und Kollegen und auch Freunde kennengelernt. Insofern hat die Hochschule die vergangenen 15 Jahre meines Lebens geprägt.

Das Rezept habe ich von meinem Bruder, der es wiederum während seiner Studienzeit von einem Kommilitonen erhielt. Die Zutatenliste hat mich überrascht (insbesondere die Bananen), aber das Ergebnis fand ich überwältigend. Das Gericht kommt ursprünglich aus Schweden und hat sogar einen Wikipedia-Eintrag:

Der Name Fliegender Jakob kommt von Ove Jacobsson, dem Erfinder des Gerichtes, der im Frachtflug arbeitete. Das Rezept wurde erstmals 1976 in der Zeitung Allt om Mat veröffentlicht.

WIKIPEDIA

Fliegender Jakob

Jede zweite Woche bin ich alleinerziehender Vater, also koche ich für meine Kinder und mich. Gerne sind wir aber auch bei der Großtante der Kinder zu Gast, die eine ausgezeichnete Köchin ist.

Da meine Kochkünste begrenzt sind, koche ich am liebsten einfache Gerichte, wie Spinat mit Kartoffeln und Eiern, Nudeln mit Tomatensoße oder Blumenkohl mit Bratkartoffeln. Gelegentlich koche ich auch nach Rezept, etwa Lasagne oder den unten vorgestellten Fliegenden Jakob. Für mich selbst brate ich gerne einmal Leber, natürlich mit Zwiebelringen dazu.



FÜR 2-3 PERSONEN

Einkaufsliste:

250 g Reis
200 g Hühnerfleisch
150 g gesalzene oder pikant gewürzte Erdnüsse
2 Bananen
150 g Schlagsahne
Ketchup und Curry (oder Curryketchup)

Ausrüstung:

Rührmixer, Auflaufform, Kochtopf, Pfanne

Zubereitung:

Reis kochen, Hühnerfleisch in Stücke schneiden und kurz anbraten. Gekochten Reis in die Auflaufform geben, Hühnerfleisch und Erdnüsse darunter rühren. Die Bananen werden in Scheiben geschnitten und über die ganze Fläche einlagig gelegt.

Für den Überzug wird in einer Dessertschale so viel Curry mit Ketchup gemischt, dass sich die Farben der beiden Zutaten etwa in der Mitte treffen (oder Curry-Ketchup kaufen). Die Sahne wird steif geschlagen und der Curry-Ketchup kräftig untergerührt, bis sich eine mittelkräftige Farbe ergibt. Die zähflüssige Masse wird dann gleichmäßig über die Auflaufform verteilt.

Das Ganze wird dann etwa eine halbe Stunde bei 150° bis 160° C bei Umluft gebacken, bis der Überzug an Rand eine erkennbare Kruste ausgebildet hat.



Vorbereitungszeit: keine
Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: mittel



Juliane Rangnow

Verheiratet, 4 Kinder, geboren in Deutschland

Studium BWL an der THB

Abschluss Dipl.-Betriebswirtin (FH) im Januar 2013

seit Juli 2013 Akademische Mitarbeiterin an der THB im Fachbereich Wirtschaft

„**Beziehungs-
status: Es ist was
Ernstes!**“

Die THB habe ich als Studentin kennen und schätzen gelernt. Mittlerweile arbeite ich als akademische Mitarbeiterin im Fachbereich Wirtschaft und bearbeite dort viele spannende Aufgaben.

Schon mit meiner Diplomarbeit habe ich thematisch mein Studienfach – Betriebswirtschaftslehre – mit meinem persönlichen Interesse an ökologischen Belangen verknüpft. Weil ich dabei festgestellt habe, welche Brisanz diese Schnittstelle von Ökologie und Ökonomie in Zeiten des Klimawandels und globaler Krisen aufweist, wollte ich gern weiterforschen: Wie kann Wirtschaften in Verbindung mit nachhaltigem Verhalten aussehen? Wie können Verbraucher stärker in Wertschöpfungsprozesse eingebunden werden, um sie zu befähigen, ihrer Verantwortung als Konsumenten gerecht zu werden?

Ich hatte das Glück, für ein Jahr eine Doktorandenstelle an der THB zu erhalten. So führte mich mein Weg wieder an meine Hochschule zurück und ich konnte eine Promotion mit der Thematik Verbraucherpartizipation und nachhaltiges Konsumverhalten beginnen.

Aktuell unterstütze ich das Studiengangsmanagement des kleinen, aber feinen Master-Studiengangs Technologie- und Innovationsmanagement (TIM) und arbeite im Projekt „Transfercollege“.

Damit so ein Studiengang organisatorisch, inhaltlich und entspre-

chend den rechtlichen Rahmenbedingungen gut läuft, ist vieles bei der strategischen und operativen Gestaltung im Blick zu behalten. Damit sind Aufgaben verbunden wie die Weiterentwicklung des Studiengangs, die Überarbeitung der Studien- und Prüfungsordnung, aber auch Marketingaktivitäten oder Rat und Hilfe für die TIM-Studierenden.

Um Rat und Hilfe geht es ganz aktiv auch beim Transfercollege. Dabei unterstütze ich Studieninteressierte und -anfänger fachlich und organisatorisch, einen guten Start in ihr wirtschaftswissenschaftliches Studium zu meistern. Sei es durch Workshops mit Schülerinnen und Schülern, durch Schnuppervorlesungen oder im wöchentlichen BWL-Café für die Erstsemester, in dem ich u.a. Ad-hoc-Nachhilfe zu bestimmten fachlichen Themen des Studiums anbiete.

Meine Arbeit an der THB macht mir sehr viel Spaß. Hier werden für junge Menschen die Weichen für ihre berufliche Zukunft gestellt. Daran irgendwie beteiligt zu sein, bringt Verantwortung und viel Freude mit sich.



2 Kürbisvariationen mit Fladenbrot

FÜR 6 - 8 PERSONEN

Ein Herbstgericht. Und weil der Herbst bunt ist und man um Kürbisse einfach nicht herum kommt, gleich 2 Suppenvarianten auf Kürbisbasis:

1. Suppe - die exotische Variante (bei den Kindern beliebt)
2. Suppe - die regional-saisonale Variante passend zum Promotionsprojekt „Nachhaltigkeit“ (nur optisch bei den Kindern beliebt)

Einkaufsliste:

Basis für beide Suppen:

jeweils ein mittelgroßer Kürbis (am besten Butternut oder Hokkaido, die braucht man nicht schälen)
2 - 3 Zwiebeln
2 - 3 Knoblauchzehen
Gemüsebrühe
Margarine / Fett

Für die exotische Variante:

1 Stück Ingwer (daumengroß)
3 Stängel Zitronengras
1 - 2 Dosen Kokosmilch (je nach Geschmack)
Salz, Pfeffer, Gewürze (z.B. indische Gewürzmischung oder Curry, Kumin, Koriander)

Für die regional-saisonale Variante:

2 Äpfel
1 - 2 rote Beete
1 TL Meerrettich (aus dem Glas)
Salz, Pfeffer

Fladenbrot:

500 g Mehl
1/2 Würfel Hefe
1 gestrichener TL Salz (ca. 10 g)
1/2 TL Zucker
ca. 360 ml lauwarmes Wasser



Zubereitung:

Zuerst das Fladenbrot vorbereiten: Zutaten vermengen und ca. 5 Minuten kneten. Dann 1 Stunde gehen lassen. Teig in zwei Teile teilen, zu Fladen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen. Bei ca. 200°C 5 - 10 Minuten backen.

Suppe 1 - die exotische Variante: Kürbis waschen, mit einem Löffel die Kerne entfernen und den Kürbis in grobe Würfel schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schneiden und in der erhitzten Margarine (ca. 1 EL) anschwitzen. Gewürze und Kürbisstücke dazu geben und unter Rühren kurz andünsten lassen. Gemüsebrühe aufgießen, bis die Kürbisstücke nicht ganz bedeckt sind. Zitronengras zugeben (nicht klein schneiden - werden später entfernt!). Ca. 15 Minuten garen lassen, bis die Kürbisstücke weich sind. Etwas abkühlen lassen. Zitronengras entfernen. Kokosmilch zugeben und pürieren. Fertig!

Suppe 2 - die regionale - saisonale Variante: Kürbis waschen, mit einem Löffel die Kerne entfernen und grob würfeln. Zwiebeln, Knoblauch, Äpfel und rote Beete schneiden und in Fett anschwitzen. Kürbisstücke hinzufügen, mit Gemüsebrühe aufgießen, bis die Kürbisstücke knapp bedeckt sind. Ca. 15 - 20 Minuten weich kochen. Abkühlen lassen. Meerrettich dazugeben und pürieren. Fertig!

Erforderliche Ausrüstung:

jeweils 1 Topf, Pürierstab, Backpapier

Vorbereitungszeit: 10 - 15 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten (Suppe);
ca. 1,5 Stunden Fladenbrot

Schwierigkeitsgrad: einfach (schwierigste Aufgabe: Kürbisse stückeln!)



Ng Ray Man

Malaysia / Perak

Ich bin seit 2016 an der THB immatrikuliert. Neben meinem Bachelorstudium Wirtschaftsingenieurwesen arbeite als Hiwi in der Hochschulbibliothek sowie im Zentrum für Internationales und Sprachen im DAAD-Projekt STIBET II „Studieren und Wohlfühlen in Brandenburg“.

Malaysia ist eines der multikulturellsten Länder in Asien. Die meisten Malaysier werden als Bumiputera, Chinesen und Inder klassifiziert. Ich habe chinesische Wurzeln (wegen meiner Urgroßeltern). Daher ein typisches chinesisches (genauer gesagt „kantonesisches“) Gericht. Neben seiner vielen Kulturen und Natur-Highlights ist Malaysia berühmt für das unzählbare leckere Essen. Mit ein Grund dafür, dass Malaysia eines der typischen Reiseziele von Touristen ist. Eines der beliebtesten Gerichte ist „Char Kway Teow“.

Gemischtes Gemüse mit Meeresfrüchten (kantonesisch)

FÜR 2-3 PERSONEN

Einkaufsliste:

Sellerie
4-5 Stück getrocknete Chilis
2 Scheiben Ingwer
Knoblauchpulver
1/2 Möhre
Austernsauce
2 TL Hühnchenpulver
Tintenfischringe/Garnelen

Ausrüstung:

Pfanne

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 7 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach

Char Kway Teow

Gebratene Reismudeln auf malaysische Art mit Meeresfrüchten

FÜR 2-3 PERSONEN

Zubereitung:

Reismudeln in Wasser 8 - 10 Minuten kochen lassen (bis weich) und herausnehmen. Danach kalt abschwemmen und gut abtropfen lassen. Inzwischen Tintenfischringe/ Garnelen und Lauchzwiebeln waschen und schneiden.

Öl im Wok/Pfanne erhitzen. Knoblauchpulver und Lauchzwiebeln darin braten, bis sie duften.

Garnelen/Meeresfrüchte zugeben und 1 Minute unter Rühren braten, gefolgt von Sojasprossen (optional).

Ei in die Pfanne geben und ganz schnell verrühren (damit es nicht so hart wird), ein wenig Pfeffer und danach 5 Sekunden lassen.

Reismudeln unterrühren und alle restlichen Zutaten (dicke und dünne Sojasauce, Hühnchenpulver, Zucker, Salz) zugeben und gut vermischen, abschmecken. Dann weitere 2 - 3 Minuten pfannenrühren. Fertig!

Einkaufsliste:

150 g Reismudeln (entweder in 5 mm oder 10 mm dicke Streifen geschnitten)
2 Stücke gebacken Tofu (in kleine Stücke schneiden)
2 TL dicke Sojasauce
2 EL dünne Sojasauce
Lauchzwiebeln nach Geschmack
Sojasprossen (optional)
1 Ei
2 TL Hühnchenpulver
1 TL Zucker
Salz und Pfeffer (nach Geschmack)
etwa 1 EL Knoblauchpulver
Tintenfischringe/Garnelen
Herzmuscheln (optional)

Ausrüstung:

Topf, Wok/Pfanne

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach



Kleine Anmerkung: Dadurch, dass das Pfannenrühren ziemlich schnell geht, sollten alle Zutaten bereits vorbereitet sein. Reismudeln können auch mit Schnellkochenudeln (Quick Cooking Noodles) ersetzt werden.

Zubereitung:

Sellerie, getrockneter Chili, Ingwer, Möhre und Meeresfrüchte (einfach sich aussuchen: Tintenfischringe/Garnelen usw.) waschen. Dann werden Sellerie und Möhre in kleinere Stücke geschnitten. Getrocknete Chilis halbieren.

Die Pfanne leicht einfetten und erhitzen. Ingwer, getrocknete Chilis und Knoblauchpulver in eine Pfanne geben (bis aromatisch). Danach werden kleine Stücke von Möhren und Sellerie hinzugefügt, gefolgt von Austersauce (ungefähr 2 Löffel) und Hühnchenpulver. Zuletzt werden Meeresfrüchte in die Pfanne gegeben.

Alles gut mischen und das Gericht ist in 2 - 3 Minuten fertig! Es wird in der Regel mit Reis serviert.



Patricia Inés Rojas Montalvo

Bolivien / La Paz
seit 2013 Santa Cruz de la Sierra, Bolivien
Verheiratet, 2 Töchter

MSc. Technologie und Innovationsmanagement,
Lebensmittelingenieurin

An der THB habe ich Technologie- und Innovationsmanagement von 2001 bis 2003 studiert.

Dann habe ich als Teilnehmerin von SEPT „Small Enterprise Promotion + Training“ Vorträge in Tansania und in Mexiko präsentiert.

2006, Dar Es Salaam, Tanzania: The 4th International SEPneT Workshop on Networking of SMEs.

2007, Monterrey, Mexico: The 5th SEPneT-Workshop „New Tools for Innovation Management in SMEs“. SEPT ist eine gemeinsame Initiative der Universität Leipzig, Technische Universität Dresden und der Fachhochschule Brandenburg, gefördert beim DAAD.



Forschung und Entwicklung gefallen mir sehr. Die Beziehung zwischen Lebensmitteln, Engineering und TIM, die ich in der FHB gelernt habe, ist für mich das perfekte Rezept. Seit 10 Jahren arbeite ich als Forschungs- und Entwicklungsleiterin in der Lebensmittelindustrie. Neue Produkte, neue Prozesse, neue Technologie, das mache ich sehr gern.

Cuñapé

Cuñapé ist ein typisches Essen von Santa Cruz, Bolivien. Es ist einfach zu machen und meine Familie und ich finden es lecker. Cuñapé ist ein sehr beliebtes Käsebrötchen aus Maniok.

Zubereitung:

Das Maniokmehl und das Backpulver mischen. Das Ei, den Frischkäse und die Milch dazugeben. Alles zusammenkneten bis ein Teig entstanden ist. Der Teig soll sanft und nicht zu trocken sein.

Kleine Kugeln als Brötchen formen, recht platt auf das mit Backpapier ausgelegte Blech drücken.

Anschließend bei 220 °C im Ofen ca. 20 Minuten leicht braun backen.

Dann mit einem guten Kaffee genießen.



BOLIVIANISCHE KÄSEBRÖTCHEN

12 CUÑAPÉS UNGEFÄHR FÜR 6 PERSONEN

Einkaufsliste:

- 1 Tasse Maniokmehl
- 1 Tasse geriebenen Frischkäse
- 1 TL Backpulver
- 1 Ei
- 3 TL Milch

Ausrüstung:

ein Gefäß, Esslöffel, Teelöffel, ein Backofen, eine Reibe, ein Backblech, Backpapier

Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach

Maniok

Der Maniok, in unseren Breitengraden für viele eher noch unbekannt, gehört weltweit allerdings zu den 10 wichtigsten Nahrungsmitteln überhaupt. Zusammen mit der Kartoffel ist er die bedeutendste stärke-speichernde Knollenpflanze.





Fabian Rueda

2 Kinder, geboren in Venezuela, Caracas
Technologie- und Innovationsmanagement MSc.
Mitbegründer der Slow Food Manufaktur von
besonderen Chili-Saucen - Pika Pika Hot Sauces

www.DieChiliSinfonie.com

Nach dem Studium habe ich ein Praktikum bei Bosch in Stuttgart und anschließend in Caracas, Venezuela, absolviert, um später in meinem Heimatland Venezuela arbeiten zu können. Es ist alles sehr gut gelaufen, habe mich dann aber gegen die Stelle entschieden, da sich die politische Situation verschlechterte ... und ich lag richtig.

Meine ersten Erfahrungen als Mitgründer hatte ich zusammen mit meinem TIM-Kommilitonen Stefan Kutter mit einer Innovationsaudit-Software. Aber die Krise hat zugeschlagen (2008) und wir haben es nicht geschafft.

Darauf folgten drei spannende Jahre in der Internet-Industrie Berlin. Zuerst als Country Manager Spanien von Edarling.es (von der bekannte Rocket Internet) und danach als selbständiger Berater für verschiedene Internet Unternehmen (Babbel, Bodalgo, Natura Travel Colombia).

Seit ein paar Jahre läuft das Projekt „DieChiliSinfonie.com“ - zuerst als Experiment, dann als Mikro-Manufaktur. Jetzt suchen wir nach Kapital, um zu expandieren. Neu dazugekommen ist die „DieChiliMafia.com“ als Erweiterung unseres Angebotes.

„**Meine Leidenschaft: Chili-Sauce**“



Meine **Erfahrungen während des Studiums** waren in allen Hinsichten:

- Menschlich hat es mir **Kontakt** mit vielen Kulturen ermöglicht und gleichzeitig hat es mir einfach bestätigt, dass wir alle nur Menschen sind. Eine Lehre, die anscheinend heute viele vergessen haben.
- Ich hatte mit **Innovationsmanagement** ein Thema gefunden, das für mich passte - obwohl ich meine Karriere nicht unbedingt in diese Richtung weiter verfolgt habe. Aber Internet-Unternehmen und Gründungen leben von Innovationen und der Fähigkeit, innovieren zu können.
- Ich habe **Freunde** fürs Leben in Kommilitonen und Mitarbeitern an der Hochschule gefunden.

Guasacaca-Milde-Roh-Chili-Sauce

Es ist ein traditionelles Rezept aus meinem Land und ich beschäftige mich gerade sehr viel mit Chilis. Sie sind mehr als „scharf“, der Geschmack ist das Wichtigste. Hier ein super Beispiel, dass eine scharfe Soße nicht ketchupartig-dick-süß sein muss.

Nicht nur zum Grillen geeignet!



FÜR 1 LITER SAUCE

Gewicht netto (schon gesäubert)

Einkaufsliste:

100 g Zwiebel
 70 g rote Zwiebel
 80 g rote Paprika
 100 g Lauchzwiebeln
 100 g Poree
 50 g Korianderblätter
 80 g Knoblauch
 50 g gegrillte Paprika (aus dem Asia-Laden oder selbst gegrillt - 10 Minuten im Ofen)
 100 ml Wasser
 125 ml Zitronenessig
 60 ml Limettensaft
 7 g Kumin
 5 g Paprikapulver
 100 g Sonnenblumenöl
 ca. 2 Esslöffel Salz
 20 g roter Habanero (sehr scharfe Chili)

Ausrüstung:

Küchenmaschine/Stabmixer, Schüssel (mindestens 2 Liter)

Zubereitung:

Um das oben genannte Gewicht der Zutaten zu bekommen, haben Sie sie bereits geschält. Sie müssen jede einzelne Zutat - außer den Chilis und natürlich den Flüssigkeiten - mit der Küchenmaschine oder dem Stabmixer pürieren. Zerkleinern Sie nur die Hälfte der Chilischoten - ohne Stiel und Kerne. Nicht alle Chilischoten sind gleich scharf - obwohl sie aus der gleichen Pflanze gepflückt wurden. Seien Sie vorsichtig!

Sie bringen alle zerkleinerten Zutaten nacheinander in eine große Schüssel zusammen und fügen die Hälfte der Chilischoten dazu.

Mit einem großen Löffel oder einen Schneebesen rühren Sie die Sauce. Fügen Sie Essig, Limettensaft und das Öl hinzu. Rühren Sie 3 - 5 Minuten weiter, bis die Sauce homogen wird.

Sie können die Sauce in einem Glasbehälter aufbewahren. Am besten kochen Sie die Flaschen vorher ab und füllen nach dem Abfüllen ein wenig Öl hinein. Damit bleiben alle Zutaten unter der Flüssigkeit.

Die Sauce hält ungefähr 2 - 3 Monate. Der Geschmack ändert sich langsam, aber es schimmelt nicht. Chilis sind natürliche Konservierungsstoffe.

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach



Prof. Dr. Rolf Socher

Dekan des Fachbereichs Informatik und Medien

Mein Name ist Rolf Socher. Ich bin aufgewachsen im elterlichen Weingut in Maikammer an der Weinstraße in der schönen Pfalz.

Nach meinem Mathematikstudium in Kaiserslautern (einigen vielleicht bekannt von den «roten Teufeln vom Betzenberg») und in Mainz (einigen vielleicht bekannt von den Rosenmontagsumzügen – in Mainz heißt das Fasnacht, und wehe, jemand sagt Karneval!) habe ich drei Jahre lang als Software-Ingenieur gearbeitet.

Computer waren zu der Zeit Riesen-Schränke; dass 15 Jahre später auf jedem Schreibtisch ein kleiner PC oder Mac stehen würde, der zehnmal besser und schneller war als die damaligen Riesenkisten, das war damals fast unvorstellbar.

Nach den drei Jahren ging ich wieder an die Uni in Kaiserslautern, um auf dem Gebiet der künstlichen Intelligenz – um das damals ein wahnsinniger Hype gemacht wurde – zu promovieren und landete anschließend nach einigen Zwischenetappen in Ostfriesland. Nur zur Erinnerung für die Älteren unter Ihnen: «Ossis», das waren zu der Zeit Ostfriesen! Und jeder kannte damals irgendeinen doofen Ostfriesenwitz. Genauer gesagt, ich wurde Professor für künstliche Intelligenz an der (damaligen) Fachhochschule Ostfriesland in Emden. Die Hochschule wurde später mit anderen Fachhochschulen zusammgelegt, dann

wieder getrennt und erfuhr drei Namensänderungen. Einer der Namen lautete: «Fachhochschule Oldenburg/Ostfriesland/Wilhelmshaven (OOW)», ausgesprochen: «oh, oh, weh!». Heute heißt sie «Hochschule Emden/Leer».

Dreizehn Jahre später hatte ich das große Glück, einen Ruf an die damalige Fachhochschule Brandenburg im Fachbereich Informatik und Medien zu bekommen. Dort unterrichtete ich Mathematik für Informatiker. Zur Zeit bin ich Dekan des Fachbereichs.

Ich wohne mit meiner Frau Katharina und unserem Kater George in Berlin/Zehlendorf. Meine beiden Töchter aus erster Ehe, Judith und Mirjam, leben in Nürnberg und promovieren dort gerade in International Management bzw. Wirtschaftsmathematik. Meine Frau und ich kochen beide sehr gerne. Wir lieben Italien, das Land und seine enorm vielfältige Küche. Dienstags abends fahre ich nach der Arbeit direkt zur Chorprobe. Da muss es schnell gehen mit dem Essen. Da gibt es bei uns fast immer Spaghetti Carbonara, die sind in 15 Minuten fertig. Am Wochenende, wenn wir mehr Zeit zum Kochen haben, gibt es aufwendigere Gerichte, Zander mit Risotto beispielsweise. Mein Vater, der aus München stammte, konnte überhaupt nicht kochen, nur ein Gericht, das hat er ab und zu gekocht: bayerische Semmelknödel. Das Rezept hat er mir vererbt, und ab und zu mache ich sie, zum Beispiel mit Schweinsbraten (das ist kein Druckfehler, auf bayerisch heißt das so!) oder Gulasch oder die vegetarische Variante, mit «Schwammerln».



Rote Bete Salat mit Büffelmozzarella

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Rote Bete
- 2 EL Olivenöl
- 3 bis 4 Knoblauchzehen
- einige Zweige Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Zucker
- 3 EL Balsamico-Essig
- 2 Kugeln Büffelmozzarella
- Salz, frisch gem. schwarzer Pfeffer

Die geschälten, geviertelten Roten Beten nebeneinander in eine Auflaufform geben. Knoblauchzehen mit einem Messer oder einer Gabel leicht andrücken. Mit Olivenöl und etwas Wasser beträufeln, Lorbeer, Thymian, Zucker und Knoblauch dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und die Form fest mit Alufolie abdecken. Im auf 190°C vorgeheizten Backofen ungefähr eine Stunde schmoren, bis die Beten weich sind. Knoblauch und Kräuter entfernen, die Beten in eine Schüssel geben. Den Schmorsaft mit etwas Wasser und Balsamico aufkochen und auf die Hälfte reduzieren. Diesen Sirup über die Beten gießen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Beten auf dem Teller anrichten, den zerzupften Büffelmozzarella dazu.

Man kann auch vakuumierte vorgekochte Rote Bete verwenden. Dabei spart man sich das Schälen und die Schmorzeit reduziert sich auf 20 bis 30 Minuten.



Aïoli

8 PORTIONEN

- 1 großes oder 2 kleine Eigelb
- 1 TL Dijonsenf
- 250 ml neutrales Öl (z.B. Rapsöl)
- 250 ml gutes (!) Olivenöl
- Zitronensaft
- Salz, frisch gem. schwarzer Pfeffer

Den Knoblauch mit 1 TL Salz fein zerreiben. Eigelb und Senf in einer Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Unter ständigem Rühren (geht auch mit dem Handmixer) langsam das Öl in dünnem Strahl hinzufügen. Sobald eine glatte Masse entstanden ist, in der Konsistenz wie Mayonnaise, wird die Aïoli mit Knoblauch und Zitronensaft aromatisiert. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Varianten:

- a) Fertige Aïoli mit Curry abschmecken.
- b) Fertige Aïoli mit Estragon und Pimpinelle o.ä. abschmecken. (Vorsicht: Estragon ist nicht jedermanns Geschmack!)

Hinweise: Die fertige Aïoli hält sich einige Tage im Kühlschrank. Sollte aber mit Frischhaltefolie abgedeckt werden, weil sonst der ganze Kühlschrank nach Knoblauch stinkt.



Lachs mit grünem Gemüse und Aïoli

Rezept von Jamie Oliver

FÜR 4 PERSONEN

- ½ Rezeptmenge Aïoli
- 850 ml Hühner- oder Gemüsebrühe
- 8 kleine Fenchelknollen
- 4 Lachssteaks, je 150 g
- Olivenöl
- je eine kl. Handvoll Minze und Basilikum
- 100 g grüne Bohnen
- 100 g dicke Bohnen (auch Saubohnen genannt)
- 100 g Erbsen

Zuerst die Aïoli zubereiten. Brühe in einem großen Topf zum Kochen bringen, Fenchel hineingeben. Er soll zunächst 4 Minuten kochen. Währenddessen Lachs säubern, dünn mit Olivenöl einreiben, salzen und pfeffern und mit der Hautseite nach unten in die erhitzte Pfanne legen. Nach etwa 2 bis 3 Minuten wenden (er soll auf der Hautseite schön knusprig gebraten sein). Auf der zweiten Seite in etwa 1 Minute fertig braten. Nachdem der Fenchel 4 Minuten gekocht hat, die grünen und dicken Bohnen hinzugeben und weitere 2 Minuten kochen. Dann die Erbsen dazugeben und nochmal 2 Minuten kochen.

Das Gemüse auf die Teller verteilen. Minze und Basilikumblätter zerpflücken und über das Gemüse streuen. Etwas von der heißen Brühe darübergießen. Darauf den Lachs anrichten und einen großen Klecks Aïoli dazugeben. Guten Appetit!

Dazu passt Baguette oder Ciabattabrot sowie ein kräftiger, nicht zu fruchtiger Weißwein, etwa ein Rheingauer Riesling oder ein Sauvignon Blanc.

Hinweise: Bei sehr dicken Steaks kann sich die Bratzeit erhöhen. Der Lachs sollte aber niemals zu lange gebraten werden, dadurch wird er trocken und der wunderbare Geschmack ist perdu.



Dr.-Ing. Klaus-Peter Tiemann

Geboren und aufgewachsen in der Stadt Brandenburg an der Havel.

- Vorsitzender des Vereins der Freunde der Technischen Hochschule Brandenburg (THB)
- Stifter und Mitglied der Studierendengründung der THB
- Sponsor für den seit 2002 jährlich ausgelobten Brain (Innovationspreis) der THB
- Vertretung der THB in der Hochschulallianz für den Mittelstand e.V.

Meine Kindheit und Jugend war maßgeblich von einem hohen Interesse an den Naturwissenschaften und der Elektrotechnik/Elektronik geprägt. Meine mit großer Begeisterung erfolgte Berufsausbildung, die absolvierten Studien der Funktechnik, der Elektrotechnik/Elektronik, der Informationstechnik sowie der Promotion im wissenschaftlichen Gerätebau, haben mich befähigt, meine immer klar formulierten Zielstellungen zu realisieren.

Ich hatte und habe die Chance, mit meinem ausgeprägten Forschungs- und Entwicklungsinteresse bedeutende Entwicklungen, beginnend in den 60er-Jahren bis in die heutige Zeit, erfolgreich zu begleiten sowie diese zu prägen.

Erwähnenswerte Leistungen:

- 1964 Entwicklung mobiler, frequenzmodulierter Subminiatursender mittels Kapazitätsdioden
- 1969 maßgebliche Beteiligung bei der Einführung des Farbfernsehens der DDR
- 1970 Herausgabe (Autor) der Literatur für die Ausbildung von Radio- und Fernstechnikern; Ausbildung von insgesamt 1200 Radio- und Fernstechnikern auf dem Gebiet des Farbfernsehens

Mit der Gründung der Fachhochschule Brandenburg im Jahr 1992 hatte die Stadt Brandenburg eine Bildungseinrichtung, deren Ausbildungsziele mir immer sehr nahe waren und weiterhin sind. In meiner ab 1994 beginnenden Unternehmertätigkeit, welche zwischenzeitlich 6 Betriebe umfasst, kam ich der von der damaligen Fachhochschule Brandenburg geäußerten Bitte gern nach, die Hochschule mit Rat und Tat zu unterstützen.

Erdbeere-Sekt-Creme



FÜR 8 - 10 PERSONEN

Zubereitung:

AM VORTAG:

Den Saft der 5 Limetten mit Sekt auffüllen auf insgesamt 750 ml. Davon etwas abnehmen und mit 40 g Speisestärke anrühren. Das restliche Saft-Sekt-Gemisch mit 200 g Zucker zum Kochen bringen und die angerührte Stärke dazu geben. Abkühlen lassen und über Nacht im Kühlschrank lagern.

AM TAG SELBST:

Die frischen Erdbeeren waschen und in kleine Stücke teilen. Ein wenig Zucker darüber und in den Kühlschrank stellen.

Getrennt voneinander 3 Eiweiße sowie 400 g Schlagsahne steifschlagen.

Danach zu dem Eischnee 75 g Zucker geben und verrühren.

Unter das am Vortag zubereitete Saft-Sekt-Gemisch wird nun zuerst die Sahne und dann der Eischnee gemischt.

Fertig ist die Sekt-Creme.

Zum Abschluss kann die Creme nach Belieben mit den einzuckerten Erdbeeren ergänzt werden

Guten Appetit wünscht Klaus-Peter Tiemann



Einkaufsliste:

5 Limetten
600 ml trockener Sekt
40 g Speisestärke
275 g Zucker,
750 g Erdbeeren
400 g Schlagsahne
3 Eiweiße (Größe M)





Janine Werner

Deutschland

Ich habe mein Studium der Betriebswirtschaft an der damals noch FH Brandenburg genannten Hochschule absolviert. Wenn ich an die FH Brandenburg denke, dann erinnere ich mich an eine spannende und aufregende Zeit zurück.

Ich lebe mit meinem Sohn und meinem Partner in Uster, 15 Minuten von Zürich entfernt. Ich arbeite als Organisatorin und Assistenz der Geschäftsführung am Dekanat der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät der Universität Zürich.

Der Liebe wegen bin ich damals in die Schweiz gezogen und habe meine Diplomarbeit bei einem Versandhandel (Elégance - hochwertige Damenmode, gehört zur Karstadt-Quelle Group) hier in Schwerzenbach geschrieben. Habe das Land lieben gelernt (Wandern, Berge, Snowboarden etc. gelernt) und sehr gute Freunde gefunden.

Bei meiner ersten Stelle nach dem Studium bei der Spida Sozialversicherung (als betriebswirtschaftliche Assistentin) bin ich mit dem Thema Unternehmensentwicklung, Prozessmanagement und EFQM erstmals in Kontakt gekommen. Das Thema rund um die kontinuierliche Verbesserung, Prozessmanagement und Unternehmensentwicklung hat mich begeistert und dann konnte ich eine Stelle bei der UBS als Process Officer und später Process Manager übernehmen.

Es folgten viele Ausbildungen (Business-Analyse, Leadership-Ausbildung, Lean Six Sigma Yellow und Green Belt) und die Übernahme von Verbesserungsprojekten.

Nach einer Reorganisation bei der UBS wollte ich eine beruflich Auszeit bzw. Reduzierung (bin auf 50 % runter und habe ein Großprojekt geleitet im Risk-Management Bereich). Ich wollte mich verändern und habe die Stelle bei der UBS aufgegeben.

Dann habe ich eine Stelle als Assistentin am Dekanat angenommen. Ich bin zuständig für Finanzen (Budgetplanung und -überwachung, Forecast etc.), Personal und interne Projekte. Ich führe Prozessanalysen zur Optimierung der Arbeitsabläufe durch. Beispielsweise haben wir den Abschlussprozess verschlankt. Weiterhin absolviere ich gerade eine Ausbildung zur Schwimmlehrerin (und gebe seit kurzen auch Schwimmkurse als Hilfsschwimmlehrerin) und gebe nebenbei einmal in der Woche polysportiven Sportunterricht als J+S Leiterin (Jugend- und Sporttrainer). Am Dekanat arbeite ich 80 %.

Janny´s Fatousch



FÜR 3 - 4 PERSONEN



Zubereitung:

Backofen auf ca. 150°C anstellen, die Brotscheiben im Ofen auf dem Backpapier goldbraun backen.

Währenddessen:

Salat waschen, klein schneiden und in Schüssel geben.

Gemüse waschen, in Würfel schneiden und zum Salat geben.

Minze und Petersilie kleinhacken und zum Salat geben.

Dressing:

Knoblauch pressen und mit dem Saft der Zitrone, dem Öl und dem Essig mixen, die Granatapfelkerne dazugeben, 1 bis 2 Teelöffel Sumach dazugeben und das Dressing ordentlich schütteln.

Brot aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und dann über dem Salat zerkleinern.

Dressing dazugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Einkaufsliste:

grüner Salat 500 g (nach Geschmack)
1 Salatgurke
1 Paprika
Packung kleine Cherrytomaten
1 Zwiebel oder Zwiebellauch
1 Avocado
2 Zehen Knoblauch
3 Bund frische Minze
2 Bunde frische glatte Petersilie
½ Granatapfel
1 Zitrone
Sumach (Gewürz)
Pfeffer, Salz
Öl & Essig

4 Scheiben Schwarzbrot (Originalrezept mit Fladenbrot)

Ausrüstung:

Messer, Sparschäler, Brett

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach & schnell



Warum haben Sie dieses Rezept ausgewählt?

Weil das der erste Salat war, den mein Sohn ohne zu murren gegessen hat.



Prof. Dr.-Ing. Burghilde Wieneke- Toutaoui

**Deutschland / Dülmen i. Westf. (das liegt im Münsterland)
Präsidentin**

Aufgewachsen im flachen Münsterland, zum Maschinenbau-Studium nach Berlin gekommen und dort für Jahrzehnte hängengeblieben, hat mich ein gutes Schicksal nach Brandenburg an der Havel gebracht. Die Hochschule passt zu mir (finde ich), die Stadt und die Gegend gefällt mir (ist so flach wie im Münsterland, aber durch das viele Wasser und die andere Art der Landwirtschaft viel interessanter). Als Pendlerin kann ich morgens „aufs Land“ fahren, durch eine wunderschöne Landschaft, durch die Jahreszeiten immer wieder anders geprägt. Und abends bin ich dann am Alexanderplatz, meinem Umsteigebahnhof, wieder mitten in der Großstadt; ich habe das Beste aus zwei Welten.

Essen kann man auch gut in der Stadt Brandenburg: mein persönlicher Lieblingsplatz im Sommer ist auf der Terrasse beim Inder am Stadtkanal. Dorthin habe ich schon viele Verwandte und Bekannte gebracht, denen es ebenfalls sehr gut gefallen hat. (Ich habe das Glück, dass sich die Mücken nicht ausgerechnet auf mich stürzen.) Und noch ein Tipp: Die Bäckerei Backwahn in Päwesin (mehr wird nicht verraten, selbst hinfahren und ausprobieren).

Leider koche ich zurzeit selbst eher selten, aber wenn, dann muss es scharf (eher sehr scharf), vegetarisch und asiatisch angehaucht sein. Meine Zeit in Korea und meine familiäre Bindung zu Algerien haben mich da eindeutig geprägt.

Ausgewählt habe ich das Rezept für die Plätzchen, die fast immer bei Besprechungen in meinem Büro stehen. Ich kann sie inzwischen fast schon im Schlaf backen (auch gern parallel zum Tatort), sie schmecken den meisten Besuchern und ein doppeltes Rezept passt in eine Box, die ich bequem im Regionalexpress mitnehmen kann.

Hafer- flocken- plätzchen

Das ist das Rezept für die Plätzchen, die in meinem Büro immer auf dem Tisch stehen.

Zubereitung:

Die Butter wird flüssig geschmolzen (ich mache das in der Mikrowelle). Derweil fülle ich die Haferflocken in eine große Schüssel, vermische sie gründlich mit der flüssigen Butter. Die Eier werden mit dem Zucker, dem Vanillezucker und der Prise Salz in der Küchenmaschine cremig aufgeschlagen. Das Mehl und das Backpulver werden vermischt und dann zur Eiercreme zugefügt und untergerührt. Wenn Cranberries, Rosinen oder gehackte Schokolade verwendet werden, so werden diese jetzt zugefügt und untergerührt. Zuletzt wird die Haferflocken-Mischung gründlich untergerührt.

Dann werden die Plätzchen mit zwei Esslöffeln auf mit Backpapier ausgelegten Backblechen (ca. ½ Esslöffel je Plätzchen) gesetzt und bei ca. 160 Grad (Umluft) ca. 15 Minuten gebacken. Sie sind fertig, wenn sie goldbraun sind und sich vom Blech lösen lassen.

Dann abkühlen lassen und guten Appetit!

Ich backe lieber als dass ich koche. Und ich mag den Geruch von Kuchen in der Wohnung; deshalb backe ich gern am Samstag. Backen ist entspannend für mich. Nur das Abspülen hinterher finde ich weniger gut.



FÜR CA. 50 PLÄTZCHEN:

500 g kernige Haferflocken
250 g Butter
200 g brauner Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
2 Eier (L)
1 Prise Meersalz
1 TL Backpulver
50 g Mehl
ggfs. noch 200 g Cranberries (grob hacken)
oder Rosinen oder gehackte Schokolade oder..

Ausrüstung:

Küchenmaschine

Vorbereitungszeit: ca. 5 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach



ZDD- Team

Wir arbeiten als Team zusammen im „Zentrum für Durchlässigkeit und duales Studium“. Wir beraten zu Fragen der Anrechnung, zum Studieren ohne Abitur, fördern und unterstützen die Fachbereiche bei der Entwicklung und Einführung dualer und berufsbegleitender Studienformate sowie wissenschaftlicher Weiterbildung.



Wir kochen und backen alle gelegentlich am Wochenende und lieben das tägliche, gemeinsame Mittagessen in unserer Mensa – besonders das.

Eva Friedrich

Leiterin Zentrum für Durchlässigkeit und duales Studium

Deutschland / Berlin
verheiratet, 2 Kinder



Seit Anfang 2010 bin ich als akademische Mitarbeiterin in verschiedenen Projekten an der Schnittstelle zwischen beruflicher und akademischer Bildung an der THB tätig. Primäres Ziel ist es die Öffnung der Hochschule hinsichtlich beruflich qualifizierter Studierender so zu gestalten, dass flexible Studienformate etabliert, Übergänge optimal gestaltet, Kompetenzen angerechnet und der Studien-erfolg gesichert wird. Es geht darum Bildungsperspektiven zu ermöglichen!

Der Themenbereich des Lebenslangen Lernens, die Vereinbarkeit von Familie, Beruf und Studium und die Anrechnung von erlangten Kompetenzen auf ein Studium sind mir ein Anliegen.

„ Ich arbeite gerne an der THB!

Die THB ist eine vielseitige, offene und bunte Hochschule. Besonders schätze ich die Arbeit im Team und die kurzen Wege.



Christin Geiger

Deutschland / Brandenburg a.d.H.
Medizinformatik B.Sc. (Abschluss 2016)
Masterstudentin Informatik

Mich hat vor allem die familiäre Atmosphäre überzeugt, hier an der THB im Fachbereich Informatik und Medien zu studieren. Letztes Jahr beendete ich mein Bachelorstudium Medizinformatik und inzwischen absolviere ich mein Masterstudium Informatik in Teilzeit.

Die andere Hälfte meiner Zeit bringe ich das duale Studium an der THB voran, lerne neue Unternehmen kennen und treffe interessante Menschen.



Katharina Lenz

Deutschland / Brandenburg a.d.H.
seit 2009 an der THB



Sandra Hettwer

Deutschland / Brandenburg a.d.H.
verheiratet, 2 Kinder

” Trotz meiner erst kurzen Beschäftigungszeit an der THB habe ich das Gefühl, dass ich schon ewig hier arbeite. Ich fühle mich im Team sehr gut integriert und schätze die offene und familiäre Atmosphäre.



Jerome Horn

Deutschland / Brandenburg a.d.H.

Ich habe die THB als Student kennenlernen dürfen und bin während meines Studentendaseins durch den Fachbereich und dem Hochschulmarketing in zusätzliche Rollen geschlüpft.

Ich persönlich koche sehr selten. Dafür stehe ich jedoch umso öfter am Grill. Deshalb ist es selbstverständlich, dass ich bei der Zubereitung unseres Rezepts den Grillmeister gemacht habe.

” An meiner THB schätze ich vor allem den offenen und historischen Campus sowie die familiäre Atmosphäre in jeder Hinsicht.

” Es freut mich sehr, meine bisher gesammelten Erfahrungen im Bereich der Durchlässigkeit und des dualen Studiums jetzt an der THB als Leiterin des Projekts „MasterPlan“ einbringen zu können.



Cornelia Schröder

Deutschland / Paretz
Medizininformatik B.Sc. (2013)
Masterstudentin Informatik

Als Studentin der Medizininformatik durfte ich die Technische Hochschule bereits aus der Studentensicht kennen lernen.

Im Moment schreibe ich gerade meine Masterarbeit zum Thema Patientensicherheit.

Der kleine Campus, die nette Atmosphäre und das gute Essen in der Mensa sind einfach unschlagbar.



Ich liebe das Kochen und Essen - frei nach dem Motto: „Wer nicht genießt, ist ungenießbar.“

CORNELIA SCHRÖDER



Dana Voigt

Deutschland / Wusterwitz
Diplom Betriebswirtin (FH) (2013)
verheiratet, 3 Kinder

In der Zeit von 1998 - 2003 absolvierte ich direkt nach dem Abitur das Studium der Betriebswirtschaftslehre an der FHB.

Nach selbständiger Tätigkeit kehrte ich 2008 als Mitarbeiterin der Pressestelle zurück an die Hochschule.

Schon auf dem Weg zum Vorstellungsgespräch war mir der Geruch der alten Gemäuer wieder sehr vertraut und ich fühle mich bis heute hier sehr wohl.



Anett Wolf

Deutschland
Betriebswirtin B.Sc. (2010)
verheiratet, 2 Kinder

Ich habe von 2007 bis 2012 an der THB Betriebswirtschaftslehre studiert und schätzte schon damals das familiäre Umfeld sowie den tollen Campus.

Nach meinem Abschluss wurde ich Mitarbeiterin der Hochschule und konnte in spannenden Projekten mit tollen Kolleginnen und Kollegen zusammenarbeiten.

Neben meiner Arbeit im Zentrum für Durchlässigkeit und duales Studium bin ich im Fachbereich Wirtschaft als akademische Mitarbeiterin tätig.



Hähnchenspieß mit Beilage und dualem Dip

FÜR 10 PERSONEN

Einkaufsliste:

10 Hähnchenbrustfilets
3 gelbe Paprika
3 rote Paprika
20 kleine Champignons
5 rote Zwiebeln
Salz
Pfeffer

Für die Marinade:

4 EL Olivenöl, 2 Knoblauchzehen

Für den Mango-Chili-Dip:

1 reife Mango
200 g Frischkäse
Chiliflocken nach Belieben

Für den Basilikum-Quark-Dip:

eine handvoll Basilikumblätter
200 g Quark (20 % Fett)
150 g Schmand
eine Prise Salz
Zitronensaft (nach belieben)
etwas Olivenöl
1 TL Kurkuma

Beilage:

Ecken aus Vollkorn- & Weißbrot

Ausrüstung:

Spieße, Grill, Holzkohle, Grillanzünder

Vorbereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten Grillzeit

Schwierigkeitsgrad: einfach



Zubereitung:

Das Hähnchenfleisch in 3 cm große Würfel schneiden.

Die roten Zwiebeln schälen und vierteln. Die Paprika waschen und halbieren. Entkernen und in 3 cm große Würfel schneiden sowie die Champignons putzen und ggfs. halbieren.

Die Hähnchenspieße vorbereiten: ein Stück rote Zwiebel, ein Stück Paprika ein Stück Hähnchenfleisch, einen Champignon ..., bis etwa 4 – 5 Stücke Hähnchenfleisch auf jedem Spieß sind.

Die Marinade zubereiten. Hierfür das Öl mit den Knoblauchzehen und dem Currypulver vermischen.

Die Hähnchenspieße in der Marinade wenden und die Marinade im Kühlschrank etwa 1 Stunde einwirken lassen.

Die Hähnchenspieße mit Salz und Pfeffer würzen.

Mango-Chili-Dip:

Mango pürieren und mit dem Frischkäse verrühren. Mit Chili abschmecken.

Basilikum-Quark-Dip

Basilikumblätter vom Stiel abzupfen und mit Olivenöl und etwas Quark pürieren, danach alle anderen Zutaten untermischen und mit Salz und Zitrone abschmecken.

Am Grill:

Den Grill (auf ca. 220°C) vorheizen. Für einen Holzkohlegrill benötigen Sie ungefähr einen halben Anzündkamin mit angezündeten Briketts. Den Grillrost mit etwas Öl einölen. Die Hähnchenspieße auf den Grillrost legen und über direkter Hitze etwa 15 Minuten grillen. Etwa alle 3 Minuten wenden. Die Spieße sind fertig, wenn die Temperatur im Inneren des Hähnchens 75°C erreicht hat.

IMPRESSUM

25 Jahre THB
Jubiläums-Kochbuch

Herausgeberin: Die Präsidentin der
Technischen Hochschule Brandenburg
Prof. Dr.-Ing. Burghilde Wieneke-Toutaoui

Redaktion: Franciska Lück (V.i.S.d.P.)
Mitarbeit: alle genannten Autoren und
Fotografen
Bildnachweise: Franciska Lück, Portraitierte,
pixabay
Design: Thomas Manns & Company,
Franciska Lück

Druck: Druckerei Rüss, Potsdam
Auflage: 500

Technische Hochschule Brandenburg
University of Applied Sciences
Magdeburger Straße 50
14770 Brandenburg an der Havel
Postanschrift: Postfach 2132
14737 Brandenburg an der Havel

Vielen Dank an die Mitarbeiterinnen und
Mitarbeiter, Studierenden und Alumni sowie
Freunde & Förderer der THB, die dieses Buch
mit ihren Beiträgen, Fotos und Geschichten
ermöglicht haben.

