

# Für Leib...

## Paniertes Kalbsschnitzel

...mit gebratenem Spargel und Kartoffelgratin

### Für das Gratin:

Pro Person 2 große Kartoffeln schälen, waschen und dünn hobeln. Auflaufform fetten und mit Zwiebelwürfel auslegen. Sahne aufkochen, salzen und pfeffern, kräftig gewürzt abschmecken, eventuell Knoblauch dazugeben. Kartoffeln in die Form legen und mit der heißen Sahne übergießen. Backen bei 200 Grad ca. 1 Stunde bis das Gratin braun gebacken ist.

### Für das Kalbschnitzel:

Pro Person ein Kalbsschnitzel, schön dünn klopfen, salzen und pfeffern. Panade vorbereiten: zunächst mehlieren, 1 Ei mit etwas Schlagsahne verrühren, das Schnitzel dort durchziehen, in Paniermehl wenden und in einer heißen Pfanne mit viel Öl bei großer Hitze braten. Einmal wenden, Butter dazugeben und immer wieder mit Fett begießen. Die Kruste soll Blasen schlagen. Das Schnitzel mit Zitronenscheiben servieren!

### Für den Spargel:

Pro Person ca. 6 Stangen Spargel schälen und die Enden abschneiden. Den Spargel in einer Pfanne mit Butter sanft braten und bissfest garen. Salzen und zuckern, karamellisieren lassen und bräunen. Frische gehackte Kräuter aus dem Garten dazugeben und abschmecken.

Gutes Gelingen und guten Appetit!



# ...und Seele!

Am letztem Tag des Festes, dem großen Tag, stellte sich Jesus hin und rief: Wer Durst hat komme zu mir und es trinke, wer an mich glaubt! Wie die Schrift sagt: Aus seinem Innern werden Ströme von lebendigem Wasser fließen. Damit meinte er den Geist, den alle empfangen sollten, die an ihn glauben; denn der Geist war noch nicht gegeben, weil Jesus noch nicht verherrlicht war.

(Joh 7,37-39)

Du Gott, wenn du uns nahe kommst, dann leben die Sinne unseres Herzens auf, weil deine Gegenwart alles heilt.

Der Glaube wird Jubel, das Vertrauen wird Freude, das Herz fängt Feuer.

Dein Heiliger Geist des Friedens und der Versöhnung hilft den schwachen Menschen und stärkt uns wie mit deinem Brot von dem wir täglich leben.

Amen.