

SERVUS

STUDENTENWERKSMAGAZIN FÜR MÜNCHEN – FREISING – ROSENHEIM



Studentenwerk
München

AUSGABE
02/2019



© LeszekCzerwonka / iStockphoto.com

NARREN MIT KÖPFCHEN
Studierendenfasching in München

Februar

MENSASPEISEPLAN

→ Tagesgerichte in allen Mensen:

	Grüne Mensa 	Länder-Mensa	Mensa-Klassiker
Freitag, 01.02.19	Indisches Linsencurry 	Ungarisches Würstelgulasch 	Schollenfilet (MSC) paniert mit Remouladensauce 
Montag, 04.02.19	Reis-Gemüse-Curry 	Piccata von der Pute mit Salbei und Tomatensauce 	REGIONALE AUFZUCHT Münchner Biergulasch mit Semmelknödel 
Dienstag, 05.02.19	Gemüsegulasch 	Fleckerl mit Vorderschinken und Erbsen 	REGIONALE AUFZUCHT Fränkische Bratwurst auf saurem Kartoffelgemüse 
Mittwoch, 06.02.19	Italienischer Bohneneintopf 	Frühlingsrolle mit süßsaurer Sauce 	REGIONALE AUFZUCHT Münchner Schnitzel (Senf-Meerrettichkruste), Kartoffel-Endivien-Salat 
Donnerstag, 07.02.19	Couscous mit mediterranem Gemüse 	Rahmschwammerl 	REGIONALE AUFZUCHT Geschnetzeltes in Steinpilzrahm mit Spinatspätzle 
Freitag, 08.02.19	Bauerneintopf 	Kaiserschmarrn mit Apfelmus 	REGIONALE AUFZUCHT Gefülltes Wammerl mit Kümmeljus und Röstkartoffeln 
Montag, 11.02.19	Buntes Gemüse in scharfer Kokosmilch 	Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln 	Fleischpflanzerl mit Kümmelsauce 
Dienstag, 12.02.19	Grüner Erbseneintopf 	Jägerschnitzel mit Waldpilzen 	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce 
Mittwoch, 13.02.19	Kartoffelgulasch mit Paprika 	Geschmorte Kalbshüfte mit Pilzrahmsauce 	Bunte Farfalle mit Räucherlachssauce 
Donnerstag, 14.02.19	Spanischer Gemüseintopf 	Fränkische Bratwurst mit Sauerkraut 	Tortellini al Forno 
Freitag, 15.02.19	Polenta mit frischem Wurzelgemüse 	Gebratenes Saiblingsfilet mit Zitronenbutter 	Penne mit Austernpilzen und Babyspinat 

→ Zusätzliche Gerichte in den einzelnen Mensen:

MENSA LEOPOLDSTRASSE
SELF-SERVICE

Länder-Mensa	Mensa Spezial
Rohrnudeln mit Kirschen gefüllt dazu Vanillesauce 	
Spinatknödel Tiroler Art mit Bergkäse 	Penne all'arrabiata 
	Pasta mit Lammfleisch und Mu-Err-Pilzen 
Piccata von der Pute mit Salbei 	Fleckerl mit Vorderschinken und Erbsen 
	Pasta mit Tomaten-Räuchertofu-Sauce 
Gebratenes Truthahnsteak mit Kartoffelgratin 	Fusilli mit Rucola-Pesto 
	Gebratener Reis mit Meeresfrüchten 
Currywurst mit Honig-Ingwer-Ketchup 	Gnocchi in pikantem Hähnchen-Gemüse-Ragout 
	Gnocchi mit Gorgonzola-Sauce 
Tandoori Chicken in Joghurtmarinade 	Spaghetti mit Shrimps und getrockneten Tomaten 
Schweinerückensteak mit grünem Pfeffer 	Pasta mit Putenbolognese 
Seelachsfilet (MSC) nach Müllerin Art 	Spaghetti mit Gemüse-Thunfisch-Sauce 
	Pasta mit Räucherlachssauce 
Putenbrustspieß vom Grill mit Paprika und Zwiebel 	Pasta mit Kichererbsen-Gemüse-Ragout 
	Pasta mit Gemüsebolognese 
Gebratene Hähnchenbruststreifen süß-sauer 	
Green-Thai-Curry vom Rind (GQB) 	Penne mit Austernpilzen und Babyspinat 

Die Preise entnehmen Sie bitte den Monitoren und Thekenaufstellern vor Ort.



MENSA ARCISSSTRASSE

Grill / Wok	Fast Lane	Baustellenteller
Gegrilltes Gemüse, mediterraner Reis, Frühlingskräuterdip		Fleischpflanzerl mit Kartoffelbrei und Erbsen
Schweinehalssteak mit Kräuterbutter und Pommes	Hähnchenknusperfilet mit Kartoffelsalat	Gebratener Seelachs auf Curry-Wirsing, dazu Salzkartoffeln
Asia-Pfanne mit Schweinefleisch	Quiche mit Gemüse, dazu Mischsalat	REGIONALE AUFZUCHT Fränkische Bratwurst auf saurem Kartoffelgemüse
Gebratenes Truthahnsteak	Mini-Fleischpflanzerl mit Pommes, Mischsalat, dazu Frühlingsdip	REGIONALE AUFZUCHT Geschnitzeltes in Steinpilzrahm mit Spinatspätzle
Currywurst mit Honig-Ingwer-Ketchup	Gefüllte Paprikaschote mit Djuvecreis und Mischsalat	REGIONALE AUFZUCHT Gefülltes Wammerl mit Kümmeljus und Röstkartoffeln
Tofugeschnitzeltes China-Town		REGIONALE AUFZUCHT Münchner Schnitzel (Senf- Meerrettichkruste) mit Kartoffel-Endivien-Salat
Gebratener Reis mit Meeresfrüchten		Putengulasch mit Reis und Karotten
Rinderhüftsteak mit Balsamico-Zwiebel-Sauce		Jägerschnitzel mit Knöpfe
Rotes Fischcurry (MSC) mit Gemüse und Basmatireis		Halbes Hendl mit Kartoffel-Gurkensalat
Fränkische Bratwurst		Ćevapčići von der Pute mit Djuvecreis und Ajvar
Karibische Reis-pfanne mit Kokos, Erdnüssen, Ananas und Paprika		Hähnchenkeule mit Wedges und Fingermöhrrchen

MENSA GARCHING

Aktionsschalter
Penne all'arrabiata
Vegetarischer Bratling mit Kräuterdip
Gebratene Hähnchenkeule mit Barbecuesauce
Currywurst mit Honig-Ingwer-Ketchup
Spaghetti mit Shrimps und getrockneten Tomaten

WEIHEN-STEPHAN

Spezial
Penne all'arrabiata
Vegetarischer Bratling mit Kräuterdip
Gebratenes Truthahnsteak
Überbackenes Putenschnitzel Toskana
Gebratenes Zanderfilet mit Rote-Bete-Streifen und Kartoffel- Meerrettich-Stampf

MENSA LOTHSTRASSE

Spezial	
	Freitag, 01.02.19
Penne all'arrabiata	Montag, 04.02.19
Vegetarischer Bratling mit Kräuterdip	Dienstag, 05.02.19
Fusilli mit Rucola-Pesto	Mittwoch, 06.02.19
Currywurst mit Honig-Ingwer-Ketchup	Donnerstag, 07.02.19
Spaghetti mit Shrimps und getrockneten Tomaten	Freitag, 08.02.19
	Montag, 11.02.19
	Dienstag, 12.02.19
	Mittwoch, 13.02.19
	Donnerstag, 14.02.19
	Freitag, 15.02.19

REGIONALE AUFZUCHT



LOKAL PRODUZIERT!

Schweinefleisch aus dem landwirtschaftlichen Betrieb der LMU in Oberschleißheim

MENSASPEISEPLAN

→ Tagesgerichte in allen Mensen:

	Grüne Mensa	Länder-Mensa	Mensa-Klassiker	Länder-Mensa	Grill / Wok	Baustellenteller
Montag, 18.02.19	Mexikanischer Reistopf mit Bohnen, Paprika und Mais	Hähnchenknusperfilet mit Mango-Chili-Dip	Rinderroulade nach Hausfrauen-art mit Senf-Gemüse-Sauce	Holzfüllersteak vom Schwein	Rindfleischstreifen (GQB) Spicy Ginger mit Bambussprossen	Rindergulasch (GQB) mit Semmelknödel und Blaukraut
Dienstag, 19.02.19	Reis mit asiatischem Gemüse und Koriander	Lasagne Bolognese	Gebackene Calamari-Ringe mit Zitronen-Knoblauch-Dip	Couscousbratling mit Paprika-Hummus	Rinderlende mit Kräuterbutter	Gulasch vom Schwein mit Knöpfe und Rosenkohl
Mittwoch, 20.02.19	Linseneintopf mit Gemüse	Kartoffel-Zucchini-Auflauf mit Paprikasauce	Münchener Gulasch vom Rind	Nürnberger Würstchen mit Sauerkraut	Paella mit Meeresfrüchten und Hähnchenfleisch	Überbackenes Putenschnitzel auf Tomatenreis
Donnerstag, 21.02.19	Orientalischer Bulgur mit Kichererbsen und Mango	Cornetti mit Basilikumpesto	Halbe Schweinshaxe mit Biersauce	Rahmgeschnetzeltes von der Pute	Käsekrainer	Köttbullar mit Salzkartoffeln und Cordialgemüse
Freitag, 22.02.19	Indisches Linsencurry	Pfannkuchen mit Mascarpone-Erdbeerfüllung und Vanillesauce	Scharfes Seelachsfilet (MSC) Hanoi	Farfalle mit mediterraner Gemüsesauce	Buntes Wokgemüse auf Chinanudeln	Pochiertes Seelachsfilet (MSC) nach Farmer Art mit Salzkartoffeln
Montag, 25.02.19	Graupen-Gemüse-Pfanne	Chili con Carne	Schinkennudeln (Vorderschinken) mit Zwiebeln und Ei	Rotes Curry vom Rind mit Wokgemüse	Rotes Curry vom Rind (GQB) mit Wokgemüse	Fleischpflanzerl mit Kartoffelbrei und Erbsen
Dienstag, 26.02.19	Kräuterpolenta mit Tomatenragout	Tortellini mit Ricotta-Spinat-Füllung in Kräutersauce	Schweineschnitzel Wiener Art	Rinderhüftsteak mit Balsamico-Zwiebel-Sauce	Putensteak mit Frühlingssip und Countrykartoffeln	Schweinebraten mit Kartoffelknödel und Bayerisch Kraut
Mittwoch, 27.02.19	Pikantes Kartoffelchili	Spaghetti Bolognese	Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit warmer Gemüse-salsa (scharf)	Kaspressknödel in Gemüsebouillon	Garnelen mit Zitronen-Kokos-Dip	Hähnchenkeule mit Djuvecreis und grünen Bohnen
Donnerstag, 28.02.19	Pichelsteiner Gemüseintopf	Dinkelnudelpfanne mit Oliven, Schafskäse und Knoblauch	Bierbrat mit Biersauce	Truthahnsteak Thai-Style mit Gemüse	Hähnchenbrust Thai-Style mit Gemüse	Jägerschnitzel mit Knöpfe

→ Zusätzliche Gerichte in den einzelnen Mensen:

MENSA LEO SELF-SERVICE

MENSA ARCISSTRASSE

Länder-Mensa

Grill / Wok

Baustellenteller

Die Preise entnehmen Sie bitte den Monitoren und Thekenaufstellern vor Ort.

KENNEICHNUNGEN:

🍴 Ohne Fleisch / 🌱 Vegan / 🐷 Mit Schweinefleisch / 🐮 Mit Rindfleisch / 🐔 mit Geflügel / 🐏 mit Lamm / 🐿️ mit Wild / 🐟 Mit Fisch / 🐟 MSC-Siegel für nachhaltig gefangenen Fisch / 🌿 Bioessen kontrolliert durch Kontrollstelle DE-ÖKO-006 / 🌱 Klimaschonende Speise / 🇩🇪 „Geprüfte Qualität Bayern“ (GQB) für Rindfleisch und Kartoffeln / 🇧🇐 „BayernOX“: GQB-Rindfleisch aus den Gebieten Miesbach, Traunstein und Weilheim / 🇧🇐 Bio-Bayern-Siegel / 🌍 ggA: Geschützte geografische Angabe, weißer

Spargel aus Schrobenhausen / 🌿 gU: Geschützte Ursprungsbezeichnung
 → Die Allergen- und Zusatzstoffkennzeichnung zu unseren Essen finden Sie auf den jeweiligen Thekenaufstellern in den Mensen.



GESCHLOSSEN IM FEBRUAR:

Bereich LMU: 11.02. bis 28.02.: StuBistro^{Mensa} Schillerstraße, StuLounge BMC Martinsried / **Bereich TUM:** 11.02. bis 28.02.: StuCafé Olympiapark, StuLounge Weihenstephan / **Bereich Hochschule München:** Mensa Lothstraße (11.02. bis 28.02.), StuCafé Karlstraße (14.02. bis 28.02.), Mensa Pasing (11.02. bis 28.02.) / **Bereich Benediktbeuern:** StuBistro^{Mensa} (01.02. bis 28.02.)



KRAPFEN

Zutaten für 15 Stück:

380 g Mehl
180 ml Milch
30 g Zucker
20 g Hefe
3 Eigelbe
40 g Butter
1 Prise Salz
1 EL Puderzucker
Fett zum Frittieren
Marmelade

- 1** Aus Mehl, Hefe, Milch, Eigelb, Zucker, Butter und Salz einen Hefeteig herstellen. Den Teig an einem warmen Ort circa 30 Minuten gehen lassen.
- 2** Stücke abstechen und diese zu Bällchen formen. Nachmals circa 20 Minuten gehen lassen.
- 3** Frittierfett in einem Topf auf 170°C erhitzen. Die Bällchen darin von beiden Seiten goldgelb backen.
- 4** Die Krapfen mit Hilfe eines Spritzbeutels (Lochtülle Ø 5 mm) mit Marmelade füllen und mit Puderzucker bestäuben.

© victoria p. / Adobestock



AOK
Die Gesundheitskasse.
BAYERN

Gut versichert in Job und Praktikum?
Infos gibt's beim AOK Studierendenservice
☎ 089 5444-1597, Landsberger Str. 150-152
80339 München

Einfach nah. Meine AOK.



Helfen Sie Studierenden in Not!

Studentenwerk München

Spenden Sie an den Verein Studen-
tenhilfe München
e.V. – jederzeit an
den Kasse durch
„Aufrunden“ des
Betrags.

AUCH KLEINE SPENDEN HELFEN!

© Elena Zimmer

IMPRESSUM
AUSGABE 02 / 2019

HERAUSGEBER: Studentenwerk München, Dr. Ursula Wurzer-Faßnacht (Geschäftsführerin), Leopoldstr. 15, 80802 München
REDAKTION: Ingo Wachendorfer (verantwortlich), Sophie Plessing, Leslie Hauser, Julia Wölfle KONTAKT: Telefon: +49 89 38196-148,
E-Mail: presse@stwm.de SATZ UND LAYOUT: elementare teilchen GmbH
HERSTELLUNG UND DRUCK: Druckerei Joh. Walch GmbH & Co., Im Gries 6, 86179 Augsburg UMWELTHINWEIS: servus ist auf ökologisch
einwandfreiem Papier sowie CO₂-kompensiert gedruckt. Die Herstellung und die Nachhaltigkeit wird überwacht. AUFLAGE: 7.000
ANZEIGEN: Deutsche Hochschulwerbung und -vertriebs GmbH, Telefon: +49 211 74495564-0, E-Mail: info@hochschulwerbung.de
servus wird kostenlos in den Einrichtungen des Studentenwerks München und an den vom Studentenwerk betreuten Hochschulen verteilt.

PIRATEN ENTERN OLYLUST

Deutschlands größter Studierendenfasching, die OlyLust, bietet 2019 bereits zum 41. Mal alles, was das Faschingsherz begehrt: Auf dem Programm stehen der „Weiberfasching“ (28. Februar), „DER Studentenfascching“ (1. März), der „Legendäre Samstagsfasching“ (2. März) und der „Scavenger Monday“ am Rosenmontag. Karnevalsbegeisterte greifen aus der Kostümkiste die besten Stücke passend zum Motto „Pirates, Queens and Pineapples“ und feiern jeweils von 20.30 bis 5.00 Uhr zu studentischen Preisen auf den fünf Areas in der Alten Mensa. Dass diese große Party steigt, dafür sorgen mehr als 200 Studierende der studentischen Selbstverwaltung des OlyDorfs, dem Verein der Studenten im Olympiazentrum e.V.

Karten kosten im Vorverkauf zwischen 5 und 13 Euro pro Veranstaltung. Faschingsverrückte zahlen 19,90 Euro (Studierendenrabatt) oder 24,90 Euro (Normalpreis) für das „Full-Madness“-Ticket für alle Tage. Weitere Infos: www.olylust.de

Tipp: Das Gärtnerplatztheater lädt zu Fasching am 9. Februar ab 10.00 Uhr zum Kostümverkauf ein. Verkauft werden Kostüme aus verschiedenen Produktionen der letzten Jahre. Wer seinen Faschingsauftritt mit selbstgemachten Krapfen abrunden möchte, findet auf S. 6 dieser servus das passende Rezept. Viel Spaß!



Interkulturelles Projektseminar

COME TO MUNICH – BE AT HOME!

Wie wäre es mit einem Kochabend, einem bayerischen Tanzkurs oder einem Ausflug nach Neuschwanstein? Das kostenlose Projektseminar des Studentenwerks München „Come to Munich – be at home“ bietet die Gelegenheit, mit internationalen und deutschen Studierenden in Kontakt zu kommen, durch gemeinsame Workshops und Aktivitäten die eigene Perspektive zu erweitern und für andere Kulturen sensibilisiert zu werden. Die Workshops können auf Deutsch oder auf Englisch absolviert werden – für ausländische Studierende neben dem Spaß an der Sache zusätzlich eine gute Möglichkeit für das Üben der Sprache!

Jede-r Teilnehmer/-in erhält am Ende des Projektseminars ein Zertifikat über die angeeigneten Soft Skills. Zudem haben Studierende der TUM die Chance, ECTS-Punkte zu erwerben.

Jetzt vormerken: Anmeldung für das Sommersemester 2019 vom 8. bis 30. April.

www.stwm.de/come-to-munich

Filmtipp

VICE – DER ZWEITE MANN

Die Polit-Komödie „Vice – Der zweite Mann“ beleuchtet den Aufstieg des Bürokraten und Macht-Menschen Dick Cheney. Bis heute sind die Nachwirkungen seiner Amtszeit unter George W. Bush zu spüren.

Regisseur und Drehbuchautor Adam McKay inszeniert den Film mit schwarzem Humor und wirft einen scharfen Blick auf die amerikanische Politik. Die Hauptrolle spielt Christian Bale, der dafür mit dem Golden Globe ausgezeichnet wurde.

→ Wir verlosen 10 x 2 Kinokarten. Senden Sie eine E-Mail mit dem Betreff „Vice“ und Ihrer Postadresse bis zum 20. Februar 2019 an kultur@stwm.de. Die Gewinner erhalten die Tickets postalisch. Kinostart ist der 21. Februar 2019.

„Vice – Der zweite Mann“
USA 2018
Regie: Adam McKay
Mit: Christian Bale,
Sam Rockwell, Steve Carell

