

servus

STUDENTENWERKSMAGAZIN FÜR MÜNCHEN – FREISING – ROSENHEIM

**Studentenwerk
München**

AUSGABE
03/2019



DIE TOLLE KNOLLE
Kartoffel-Aktionswoche in den Mensen

SAGEN SIE UNS IHRE MEINUNG!

Seit dem Jahr 2010 haben Studierende die Möglichkeit, den Service des Studentenwerks zu bewerten. Über diesen Weg möchte das Studentenwerk mehr darüber erfahren, wie die Studierenden das Angebot wahrnehmen und daraus Verbesserungsideen ableiten. Die Zufriedenheitsbefragung des Studentenwerks wird für die Bereiche Hochschulgastronomie, Studentisches Wohnen und für das Amt für Ausbildungsförderung durchgeführt.

Studierende und Gäste der Mensen können das Angebot online unter www.stwm.de/mensa bewerten. BAföG-Empfänger und Bewohner der Wohnanlagen werden direkt vom Studentenwerk angeschrieben und erhalten einen Link zur Teilnahme, sofern sie ihre E-Mail-Adresse hinterlegt haben.

Mitmachen lohnt sich: Unter allen Teilnehmenden verlosen wir ein „Perfektes Mensa-Dinner“! Unsere Küchenchefs lassen sich zu diesem Anlass besondere kulinarische Kreationen für Sie und Ihre drei Wunschbegleiter/-innen einfallen.

Mehr Infos auf www.stwm.de



Studentenhilfe München e.V.

10.000 EURO SPENDEN FÜR STUDIERENDE IN NOTSITUATIONEN!

Der gemeinnützige Verein „Studentenhilfe München e.V.“ hilft Studierenden, die in einen finanziellen Engpass geraten sind. Beispielsweise in Form eines „Freitischs“ (100 Euro Guthaben für die Mensa-Karte), durch Einmalgelder für zweckgebundene Ausgaben oder über ein Ministipendium. Erste Anlaufstelle für Hilfesuchende ist das Beratungszentrum des Studentenwerks München, das die Unterstützung schnell und unbürokratisch ermöglicht.

Ende Januar 2019 überreichte Gregor Fricke (auf dem Foto links), Leiter der Abteilung Hochschulgastronomie und stellvertretender Geschäftsführer des Studentenwerks München, 10.000 Euro Spendengelder an den Vorstandsvorsitzenden des Vereins, Dr. Paul Siebertz. Das Geld konnte 2018 vor allem aus den Erlösen aus dem Aufpreis für Einwegbecher gesammelt werden.

Infos unter: www.studentenhilfe-muenchen.de

Filmtipp

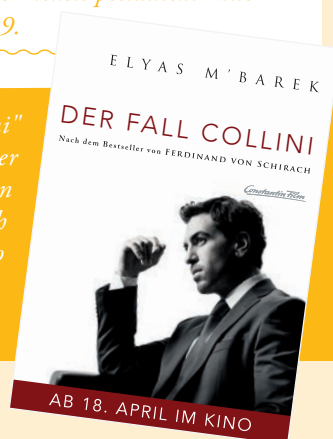
DER FALL COLLINI

Über 30 Jahre lang hat der 70-jährige Italiener Fabrizio Collini unbescholten in Deutschland gearbeitet und dann tötet er scheinbar grundlos den angesehenen Großindustriellen Hans Meyer. Als Pflichtverteidiger Caspar Leinen (Elyas M'Barek) immer tiefer in den Fall eintaucht, stößt er auf einen der größten Justizskandale der deutschen Geschichte.

Basierend auf dem gleichnamigen Roman von Ferdinand von Schirach hat Regisseur Marco Kreuzpaintner („Krabat“) ein Spannungsgeladenes Drama inszeniert, bei dem es unter anderem um die Verjährung von NS-Beihilfeverbrechen geht. Kinostar Elyas M'Barek zeigt sich in der Hauptrolle von einer ganz anderen Seite. Auch die weiteren Rollen sind mit Alexandra Maria Lara, Franco Nero und Heiner Lauterbach namhaft besetzt.

→ Wir verlosen 10 x 2 Kinokarten. Senden Sie eine E-Mail mit dem Betreff „Collini“ und Ihrer Postadresse bis zum 31. März 2019 an kultur@stwm.de. Die Gewinner erhalten die Tickets postalisch. Kinostart ist der 18. April 2019.

„Der Fall Collini“
Regie: Marco Kreuzpaintner
nach einer Buchvorlage von
Ferdinand von Schirach
Mit: Elyas M'Barek, Franco
Nero, Alexandra Maria Lara,
Heiner Lauterbach



März

MENSASPEISEPLAN

→ Tagesgerichte in allen Mensen:

	SELF-SERVICE			ARCISSTRASSE		
	Grüne Mensa 	Länder-Mensa	Mensa-Klassiker	Länder-Mensa	Grill / Wok	Baustellenteller
Freitag 01.03.2019	Zartweizen mit Gemüse 	Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus dazu Vanillesauce 	Gebratenes See-lachsfilet (MSC) kreolische Art 	Pfannengyros vom Schwein mit Tsatsiki 	Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit warmer Gemüsesalsa (scharf) 	Gebackenes See-lachsfilet (MSC) auf frischem Asia-Gemüse, Basmatireis 
Montag, 04.03.19	Bulgur mit Karotten, Fenchel und Sellerie 	Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce 	Schweinelachssteak mit Paprikasauce 	Rindergeschnetzeltes (GQB) Stroganoff mit Reis 	Chinapfanne mit Putenfleisch und Basmatireis 	Alm Cordon bleu gefüllt mit Bergkäse und rohem Schinken mit Bratkartoffeln 
Dienstag, 05.03.19	Veganer Borschtsch mit Kraut, Kartoffeln und Roter Beete 	Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse und Paprika-Sauce 	Kalbsrahmgulasch mit Champignons 	Sweet & Sour mit Schweinefleisch 	Grillnackensteak vom Schwein mit geschmorten Zwiebelchampignons 	Überbackenes Putenschnitzel Toskana auf Tomatenreis 
Mittwoch, 06.03.19	Mexikanisches Chili 	Hähnchenspieß mit fruchtiger Sauce mit Reis 	Matjesfilet klassische Art 	Geröstete Maultaschen mit Lauchzwiebeln und Ei 	Hähnchenbrust Thai-Style mit Gemüse 	Rinderbraten (GQB) mit Kartoffelknödel und Blaukraut 
Donnerstag, 07.03.19	Kartoffeleintopf mit Majoran 	Rendang - Indonesisches Rindergulasch mit Curcuma-reis 	Hackbraten mit Rahmsauce 	Senner Rösti mit Tomate und Käse überbacken 	Gemüsespieß vom Grill mit Kräuterdip 	Schaschlik mit Countrykartoffeln und frischem Ratatouille 
Freitag, 08.03.19	Arabischer Couscous mit Karotten und Kichererbsen 	Massamann Curry (mit Hähnchen) und Basmatireis 	Arista al fiorentina - Schweinebraten toskanische Art 	Schwarz-weißer Germknödel mit Schokofüllung 	Massamann Curry (mit Hähnchen) 	Fleischpflanzerl mit Kartoffelbrei und Erbsen 
Montag, 11.03.19	Bunte Gemüsepaella 	Ravioli mit Pilzfüllung in pikanter Kräutersauce 	Pikante Chickenwings mit Barbecue-sauce 	Esterhazygulasch vom Rind (GQB) 	Rotes Thaicurry mit Hackbällchen, Zucchini und Basmatireis 	Lammgulasch Provence mit Rosmarinkartoffeln und Bohnen 
Dienstag, 12.03.19	Orientalische Reispfanne mit Sojahack, Sesam und Gemüse 	Mediterraner Nudel-Gemüse-Auflauf und Tomatensauce 	Gebratenes Schweinefleisch HoiSin Art in Sojasauce mit Gemüse 	Pfannengyros von der Pute mit Tsatsiki und Reis 	Gyros von der Hähnchenbrust mit Tsatsiki und Pommes frites 	Krautwickel mit Kartoffelpüree 
Mittwoch, 13.03.19	Bulgur indische Art 	Knöpfungpfanne mit Gemüse und Pilzen 	Schweinesteak Strindberg (Senf-Zwiebelkruste) 	Pasta di Manzo mit Rindfleischstreifen (GQB) in Balsamico 	Sweet & Sour mit Schweinefleisch 	Halbes Hendl mit Kartoffel-Gurkensalat 
Donnerstag, 14.03.19	Pikante Hirse mit Gemüse 	Blumenkohlauflauf mit Käsesauce mit Salzkartoffeln 	Hähnchenkeule mexikanische Art 	Rigatoni mit Pesto rosso (scharf) 	Käsekrauter mit Bratensauce 	Kartoffelaufbau mit Rohkost 
Freitag, 15.03.19	Linseneintopf mit Gemüse 	Millirahmstrudel mit Äpfeln und Vanillesauce 	Wildlachs (MSC) auf Blattspinat 	Jambalaya Louisiana mit Shrimps und Hähnchenbrustfilet 	Jambalaya Louisiana mit Shrimps und Hähnchenbrustfilet 	Köttbullar mit Salzkartoffeln und Cordialgemüse 

→ Zusätzliche Gerichte in den einzelnen Mensen:

MENSA LEO
SELF-SERVICEMENSA
ARCISSTRASSE

GESCHLOSSEN IM MÄRZ:

Bereich LMU: StuBistro^{Mensa} Goethestraße (04.03. bis 05.03.), StuBistro^{Mensa} Schillerstraße (01.03. bis 31.03.), StuBistro^{Mensa} Schellingstraße (04.03. bis 05.03.), StuBistro^{Mensa} Martinsried (bis 22.04.), StuLounge BioSys Großhadern (04.03. bis 05.03.), StuLounge BMC Martinsried (bis 22.04.), StuCafé Adalbertstraße (04.03. bis 05.03.) / **Bereich TUM:** StuCafé Olympiapark (01.03. bis 17.03. sowie 25.03. bis 31.03.), StuCafé Boltzmannstraße (04.03. bis 05.03.), StuCafé Akademie Weihenstephan (04.03. bis 05.03.), Stu-

Lounge Weihenstephan (01.03. bis 17.03.) / **Bereich Hochschule für Musik und Theater:** StuBistro^{Mensa} Arcisstraße (04.03. bis 05.03.) / **Bereich Hochschule für Musik und Theater:** Mensa Lothstraße (01.03. bis 17.03.), StuCafé Heßstraße (04.03. bis 05.03.), StuCafé Karlstraße (01.03. bis 17.03.), Mensa Pasing (01.03. bis 17.03.), StuCafé Pasing (04.03. bis 05.03.) / **Bereich Hochschule Rosenheim:** StuBistro^{Mensa} (04.03. bis 05.03.) / **Bereich Benediktbeuern:** StuBistro^{Mensa} (01.03. bis 10.03.)

→ Tagesgerichte in allen Mensen:

	Grüne Mensa 	Länder-Mensa	Mensa-Klassiker
Montag, 18.03.19	Indisches Linsencurry 	Spinatknödel Tiroler Art mit Bergkäse und Röstkartoffeln 	Schweinehalssteak mit Kräuterbutter 
Dienstag, 19.03.19	Gemüsegulasch 	Asia-Pfanne mit Schweinefleisch und Basmatireis 	Rumpsteak mit Schmorzwiebeln 
Mittwoch, 20.03.19	Italienischer Bohneneintopf 	Gebratenes Truthahnsteak mit Rosmarinkartoffeln 	Kalbsbrust mit Gemüsefüllung 
Donnerstag, 21.03.19	Couscous mit mediterranem Gemüse 	Frische Rahmchampignons mit Semmelknödel 	Spanferkelrollbraten mit Biersauce 
Freitag, 22.03.19	Bauerneintopf 	Kaiserschmarrn mit Apfelmus 	Schweinerückensteak mit Pfifferlingen, Steinpilzen in Rahm 
Montag, 25.03.19	Buntes Gemüse in scharfer Kokosmilch 	KARTOFFELWOCHE Reibekuchen mit Räucherlachs-Crème fraîche 	KARTOFFELWOCHE Rahm-Kartoffelgratin mit Romanescoröschchen 
Dienstag, 26.03.19	Grüner Erbseneintopf 	KARTOFFELWOCHE Pikante Kartoffeltortilla mit Aubergine, Zucchini und Paprika 	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce 
Mittwoch, 27.03.19	Kartoffelgulasch mit Paprika 	KARTOFFELWOCHE Kartoffelrösti mit Apfelmus 	KARTOFFELWOCHE Schweinesteak im Kartoffelmantel mit Rosmarinjus 
Donnerstag, 28.03.19	Spanischer Gemüseintopf 	KARTOFFELWOCHE Ofenkartoffeln mit Hackfleisch, Mozzarella und Schnittlauchdip 	Gebratene Hähnchenbruststreifen kantonesische Art (süß-sauer) 
Freitag, 29.03.19	Polenta mit frischem Wurzelgemüse 	KARTOFFELWOCHE Hausgemachter Kartoffelschmarrn mit Apfelmus 	KARTOFFELWOCHE Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln 

→ Zusätzliche Gerichte in den einzelnen Mensen:

MENSA LEO
SELF-SERVICE

MENSA
ARCISSTRASSE

Länder-Mensa

Grill / Wok

Baustellenteller

Penne all'arrabiata 

Fleckerl mit Vorderschinken und Erbsen 

Fusilli mit Rucola-Pesto 

Gnocchi in pikantem Hähnchen-Gemüse-Ragout 

Spaghetti mit Shrimps und getrockneten Tomaten 

Fleischpflanzerl mit Kümmelsauce und Kartoffelbrei 

Rinderhüftsteak mit Balsamico-Zwiebel-Sauce und Frittierte Waffelkartoffeln 

Bunte Farfalle mit Räucherlachsauce 

Tortellini al forno 

Gebratene Hähnchenkeule mit Barbecuesauce und Countrykartoffeln 

DIE MENSA
ARCISSTRASSE IST
GEÖFFNET.
Wegen Umbauarbeiten hat
nur Schalter 1 geöffnet.

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

KENNZEICHNUNGEN:

🍌 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 /

🌱 gU: Geschützte Ursprungsbezeichnung

→ Die Allergen- und Zusatzstoffkennzeichnung zu unseren Essen finden Sie auf den jeweiligen Thekenaufstellern in den Mensen.



KARTOFFEL – DIE TOLLE KNOLLE

... ODER DIE OLLE KNOLLE

Die Kartoffel ist uralt, etwa 13.000 Jahre. Sie stammt aus Südamerika, aus den Hochanden von Peru, Chile und Bolivien. Auf ihren Erkundungstouren lernten die Spanier die Kartoffel bei den Inkas kennen und brachten sie mit ihren Schiffen nach Europa. Was tun damit?, fragten sich die Europäer. Sie wussten zunächst nichts mit der Knolle anzufangen und erfreuten sich nur an der fremd aussehenden hübschen Blüte.

1630 kam die Kartoffel nach Deutschland – und stieß auf Widerstand: Unwissende hatten sie roh gegessen und sich den Magen verdorben. Und so wurde die Kartoffel als „Teufelskraut“ mehr als 100 Jahre geächtet. Erst Friedrich der Große verhalf ihr 1756 mit einem Trick zum Durchbruch: Der „Alte Fritz“ zwang die Bauern zum Anbau der Knolle und ließ die Felder von seinen Soldaten bewachen. Notgedrungen aßen die Menschen aus Hunger schließlich die ungeliebte Kartoffel. Sie sicherte vielen das Überleben und endlich erkannte man, wie wertvoll die wohlschmeckende Knolle war.

DER DEUTSCHE KOMIKER
HEINZ ERHARDT MUTMASSTE

IN DEN 1960ER JAHREN:
„... DRUM HEISSEN SIE, DAS IST
KEIN WITZ – POMMES FRITZ“.

SCHON GEWUSST?

Kartoffel-Liebe in den Mensen

- Ganze **98 TONNEN** Kartoffeln wurden 2018 in Form von Aufläufen, Gratins, Suppen & Co. in den gastronomischen Betrieben des Studentenwerks verspeist.
- Ein liebevolles Von-Hand-Schälen ist bei einer Jahresmenge von **4 MILLIONEN** ausgegebenen Essen nicht möglich. Deshalb wird die Kartoffelware vorbereitet geliefert: zum Beispiel gewürfelt, in Scheiben geschnitten oder bereits vorgegart.
- Über **14.000 PORTIONEN** Kartoffeleintopf wurden verzehrt, **43 TONNEN** Kartoffelsalat – und runde **360.000 KARTOFFELKNÖDEL!**
- **27 TONNEN** Pommes und **8 TONNEN** Kroketten wurden 2018 produziert – sie zählen damit mit Abstand zu den beliebtesten Kartoffelgerichten in den Mensen.

Das Studentenwerk München unterstützt heimische Bauern und bezieht nach Möglichkeit Kartoffeln mit GQB-Siegel (Geprüfte Qualität Bayern), das eine rein bayerische Erzeugung und Verarbeitung garantiert. In den Speiseplänen werden die Gerichte mit dem GQB-Siegel gekennzeichnet. Wenn ein Lieferant mal nicht die Menge zur Verfügung stellen kann, die das Studentenwerk braucht, müssen andere Kartoffeln gefunden werden. Hier gilt die Devise: Hauptsache regional! Durch kurze Lieferwege kann so auch ein Beitrag zum Umweltschutz geleistet werden.

Volle Vielfalt

Weltweit gibt es etwa
4.000
Kartoffelsorten.
In Deutschland sind
davon rund
200 zugelassen.

Gesund

Kartoffeln sind durch den hohen Stärkeanteil nicht nur sättigend, sondern liefern auch hochwertiges Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe wie Kalium. Mit einem Anteil von rund

80
Prozent Wasser
sind sie zudem kalorienarm.

Beliebt

Jeder von uns isst im
Jahr im Schnitt über
50
Kilogramm Kartoffeln.

KARTOFFEL-AKTIONSWOCHE IN DEN MENSEN

Vom 25. bis 29. März gibt es in den Mensen des Studentenwerks tolle Kartoffelgerichte.

Die Auswahl reicht von Schweinesteak im Kartoffelmantel mit Rosmarinjus und Röstkartoffeln bis hin zu Reibekuchen mit Räucherlachscreme. Wer jetzt Lust auf ein selbstgekochtes Kartoffelgericht bekommen hat: Reibekuchen lassen sich daheim mit nebenstehendem Rezept ganz unkompliziert zubereiten.

→ Rezept für daheim!

REIBEKUCHEN MIT RÄUCHERLACHS- CREME

Zutaten für 4 Personen:

Kartoffelpuffer: 6 BIS 8 GROSSE, ROHE KARTOFFELN (oder ca. 600 g Kartoffeln – gemischt: mehlig kochend und festkochend) und 1 MITTELGROSSE ZWIEBEL schälen.

Beides reiben und mit 2 EIERN vermischen. Mit SALZ UND PFEFFER abschmecken. Die Masse mit etwas KARTOFFELSTÄRKE binden, so dass sie etwas breiig ist. Etwas PFLANZENÖL in einer beschichteten Pfanne erhitzen und darin kleine Puffer anbraten.

Creme: 400 G CRÈME FRAÎCHE mit ca. 150 BIS 200 ML MILCH gleichmäßig vermischen. 1 BUND GEHACKTEN DILL und 150 GR KLEIN GESCHNITTENEN RÄUCHERLACHS untermischen. Mit SALZ UND PFEFFER abschmecken

© Illustrationen Katharina Bitzl



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.



**Pfirsich-Lassi
geschenkt!**

Wann?
18. März, Mensa Pasing
und Mensa Lothstraße.

Einen guten Start ins Semester wünscht
Ihre Hochschulgastronomie des Studentenwerks.

**Studentenwerk
München**

© geografix / Fotolia.com

IMPRESSUM AUSGABE 03 / 2019

HERAUSGEBER: Studentenwerk München, Dr. Ursula Wurzer-Faßnacht (Geschäftsführerin), Leopoldstr. 15, 80802 München
REDAKTION: Ingo Wachendorfer (verantwortlich), Sophie Plessing, Leslie Hauser, Julia Wölfe KONTAKT: Telefon: +49 89 38196-148,
E-Mail: presse@stwm.de SATZ UND LAYOUT: elementare teilchen GmbH, Illustrationen Seite 5 und 6 Katharina Bitzl
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.