

servus

STUDENTENWERKSMAGAZIN FÜR MÜNCHEN – FREISING – ROSENHEIM



Studentenwerk
München

AUSGABE
10/2020



GESUND ESSEN IN DEN MENSEN

Qualität für kleines Geld

KARTOFFEL MAL ANDERS

Aktionswoche in den Mensen mit Caspar Plautz

STUDIUM DIGITAL

So finden Sie auch online neue Kontakte

AUSGABE 10 / 2020

HERAUSGEBER:
 Studentenwerk München
 Tobias M. Burchard (Geschäftsführer)
 Leopoldstr. 15, 80802 München

REDAKTION:
 Ingo Wachendorfer (verantwortlich)
 Leslie Hauser
 Christopher Klein
 Sophie Plessing

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:
 15.500

servus wird kostenlos in den Einrichtungen
 des Studentenwerks München und an den
 vom Studentenwerk betreuten Hochschulen
 verteilt.

ANZEIGEN:
 Deutsche Hochschulwerbung
 Tel.: + 49 211 749 564-0
 E-Mail: info@hochschulwerbung.de



© Michael Fuchs

LIEBE STUDENTINNEN UND STUDENTEN, LIEBE LESERINNEN UND LESER,

den Anspruch, in seinen gastronomischen Einrichtungen nicht nur besonders leckeres, sondern auch gesundes Essen anzubieten, hat das Studentenwerk München schon lange. Dies zeigt sich in unserem ausgewogenen täglichen Angebot, aber auch an den vielen Auszeichnungen und Zertifikaten, die wir führen. Gerne beziehen wir Anregungen von außen mit ein wie zum Beispiel die Lieblingsgerichte von Studierenden, traditionelle Gerichte unserer internationalen Partnerorganisationen oder wie in diesem Monat die Angebote von Kooperationspartnern. Denn es kann ja schließlich nie zu viel Abwechslung geben.

In unserem Report auf den Seiten 6 bis 9 dieser Ausgabe der servus berichten wir über die Vielseitigkeit von Kartoffeln. Das als eher langweilig verschriene Knollengemüse kann für überraschend schmackhafte Kreationen verwendet werden. Inspirieren haben sich unsere Köche bei dem beliebten Kartoffelstand auf dem Viktualienmarkt „Caspar Plautz“. Die beiden Betreiber des Standes kochen in der Aktionswoche „Tolle Knolle“ in der Mensa Garching und beantworten im Interview auf S. 12 und 13 Fragen zu ihrer Motivation, ihren Ideen und zu ihrem ungewöhnlichen Namen.

Ebenfalls sehr kreative Köpfe wirken beim Projekt „Gassengarten“ in unserer Wohnanlage Olympisches Dorf mit. Sie haben zwischen den Bungalows Hochbeete mit Nutzpflanzen eingerichtet. Die Studierenden haben sogar einen Preis für ihr Engagement erhalten und dürfen den öffentlichen Raum im Olydorf jetzt mit Hilfe von Projektgeldern noch „grüner“ und damit nachhaltiger gestalten. So trägt das Urban Gardening-Projekt auf seine Weise ebenfalls zu einer gesunden Ernährung für Studierende bei.

So viel Kreativität und Engagement motiviert Sie hoffentlich, voller Energie ins neue Wintersemester zu starten. Ich wünsche Ihnen jedenfalls ein gesundes und erfolgreiches Semester!

Ihr

Tobias M. Burchard
 Geschäftsführer des Studentenwerks München

CASPAR PLAUTZ
 KOCHEN LIVE IN DER
 MENSA GARCHING
 AM 19.10.



4



14



6

Report

SERVICE

- Kartoffelwoche: Caspar Plautz kochen live in der Mensa Garching
- Neue Wohnheimverwaltungsstellen
- Gemeinsam wohnen in Corona-Zeiten: Aktuelle Infos für Mieter/-innen
- Frag doch! Wegen des Online-Semesters fällt es mir schwer, Leute kennenzulernen. Was kann ich tun?
- Interkulturelles Projektseminar „Come to Munich – be at home“ findet statt

4

Essen & Trinken
 restaurants universitaires
 cafeteria
 餐厅

Wohnen
 résidences universitaires
 accommodation
 住宿

BAföG
 aides financières
 grant
 (联邦德国教育促进法中规定的)
 助学贷款的申请

6

REPORT

Gesund essen in den Mensen – Qualität für kleines Geld

Information
 information
 information
 信息

10

AN GUADN

Aktuelle Infos und Aktionen aus der Hochschulgastronomie

Internationales
 relations internationales
 international affairs
 国际

12

ZUR SACHE

Dominik und Theo, Betreiber des Kartoffelstands „Caspar Platz“ am Viktualienmarkt, im Interview

Kultur
 service culturel
 cultural affairs
 文化和休闲时间

14

ÜBRIGENS

- Neue BAföG-Formulare – einfach und verständlich
- Gassengärtner gesucht: studentischer Gemeinschaftsgarten im Olydorf
- Filmtipp „Und morgen die ganze Welt“: Tickets zu gewinnen!

Beratung
 aide social
 counselling
 咨询

15

WER IST EIGENTLICH... ?

Benjamin Bußmann, Bereichsleiter Hochschulcatering beim Studentenwerk München

Studieren mit Kind
 étudiants parents
 studying as a parent
 带孩子的大学生

Studieren mit Behinderung
 étudiant et handicap
 students with disabilities
 残疾人士



Nachschlag*

TOLLE-KNOLLE – AKTIONSWOCHEN IN DEN MENSEN

Jeder von uns isst im Schnitt pro Jahr 50 Kilogramm Kartoffeln. Eine beachtliche Menge. Aber wussten Sie, dass es 4.000 verschiedene Sorten Kartoffeln gibt? In Deutschland sind davon 200 zugelassen. Dabei ist das Knollengemüse reich an hochwertigen Nährstoffen wie Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen wie Kalium.

Zeit also für ein Kartoffelrevival: In Zusammenarbeit mit Caspar Plautz bieten wir Ihnen in der Woche vom **19. bis 23. Oktober** einzigartige Kartoffelgerichte an. Freuen Sie sich beispielsweise auf Bratkartoffeln mit Shakshuka und Hummus oder ein veganes Kartoffelgulasch mit Wurzelgemüse.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

* für Wissens-Hungrige jeden Monat in unserem Magazin

© Sima Dehgani

Ein- und Auszüge in den Wohnheimen

GEMEINSAM WOHNEN IN CORONA-ZEITEN

Die derzeitige Situation erfordert einiges von uns, vor allem gegenseitige Rücksicht. Deshalb bitten wir alle Bewohner/-innen und Neueinzügler um besondere Beachtung und Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln. Auch wenn es inzwischen schon fast wie eine Floskel klingt:

- Halten Sie bitte **1,5 Meter Abstand** und tragen Sie eine Mund-Nasen-Bedeckung. So können Sie sich und andere am besten schützen. Verhalten Sie sich bewusst, wenn Sie nah an anderen Menschen vorbeigehen.
- Jeder einzelne kann mit Abstand und **Hygiene** dabei helfen, der Pandemie keine Chance zu geben, sich auszubreiten. Dies gilt auch für das Zusammenleben im Wohnheim.

→ Sollten Sie befürchten, sich mit COVID-19 angesteckt zu haben oder sollten Sie positiv getestet worden sein, informieren Sie bitte unbedingt Ihre Wohnheimverwaltung. Wir beraten Sie über das weitere Vorgehen und unterstützen Sie im Fall einer **Quarantäne**. Dies gilt auch, wenn Sie aus einem Risikogebiet anreisen.

Weitere Fragen und Antworten finden Sie unter:

→ www.stwm.de/wohnen/corona-faq

Wir stehen Ihnen zur Seite und wünschen Ihnen einen guten Start ins neue Semester!

Ihr Studentenwerk München

CORONA-HINWEIS:
Der persönliche Austausch zwischen Studierenden und den Studentenwerkmitarbeitern/-innen muss zum Schutz aller aufgrund von Corona vorerst eingeschränkt bleiben. Ein Kontakt ist derzeit ausschließlich via E-Mail und Telefon möglich. Die Mitarbeiter/-innen der Wohnheimverwaltung und die Hausmeister reagieren dabei individuell auf jede einzelne Situation, um Studierende, die sich aufgrund der Pandemie in einer Ausnahmesituation befinden, zu unterstützen.



Zimmer beim Studentenwerk:
Bei der Schlüsselabholung werden alle Corona-Schutzmaßnahmen eingehalten.

New: Stiftsbogen, Studentenstadt und Agnes-/Adelheidstraße

WOHNHEIM-VERWALTUNGSSTELLEN ERWEITERT

Die Verwaltungsstellen des Bereichs Wohnen des Studentenwerks München wurden erweitert. Nun stehen den Studierenden feste Ansprechpartner in den Wohnanlagen Olympisches Dorf, Studentenstadt, Stiftsbogen, Agnes-/Adelheidstraße und Rosenheim zur Verfügung. Auch in Freising ist die Verwaltung in der Alten Akademie an zwei festen Tagen pro Woche besetzt. Damit ist den studentischen

Mietern ein unkompliziertes Klären ihrer Anliegen möglich, von der Bewerbung bis zur Wohnplatzvergabe oder Kündigung. Alle Verwaltungsstellen im Überblick sowie die jeweiligen Kontaktmöglichkeiten finden Sie unter:

→ www.stwm.de/wohnen/verwaltungsstellen



© Daniel Deiang

FRAG DOCH!

Gibt es etwas, was Sie das Studentenwerk schon immer fragen wollten? In unserer Rubrik „Frag doch!“ erhalten Sie Antworten.



Ich bin neu in München. Wegen des Online-Semesters fällt es mir schwer, Leute kennenzulernen und ich fühle mich etwas alleine. Was kann ich tun?
fragt ein Student per E-Mail.

Unsere Antwort:

Mit diesem Gefühl stehen Sie nicht alleine da, Ihren zukünftigen Studienkollegen/-innen ergeht es ähnlich. Verpassen Sie also auf keinen Fall die Erstsemesterveranstaltungen, egal, ob sie digital oder face to face stattfindet. Schauen Sie auch nach, welche Angebote Ihre Hochschule an Präsenz- oder Online-Meetings macht. Läuft das Semester erst einmal, ergeben sich neue Chancen und Sie können sich zu Studienzwecken mit anderen vernetzen, z.B. in Form einer digitalen Lerngruppe über Facebook oder WhatsApp. Sicher erfahren Sie bald auch von Möglichkeiten neben der Uni, sich im Wohnheim und in der neuen Stadt zu vernetzen. Pflegen Sie außerdem Ihre bestehenden sozialen Kontakte zu Ihrer Familie und zu Freunden.

Und für das Wohlbefinden eines jeden Menschen gilt: Bleiben Sie neugierig und werden sie aktiv! Machen Sie Dinge, die Sie interessieren oder die Sie schon immer mal ausprobieren wollten, aber nie die Zeit dafür fanden. Achten Sie auf die Veranstaltungsangebote des Studentenwerks, zum Beispiel unter www.stwm.de/kultur, oder machen Sie beim Zentralen Hochschulsport mit, Infos unter www.zhs-muenchen.de. Auch hier ergeben sich neue Kontakte. Wenn Sie sich dennoch mal alleine fühlen und ein offenes Ohr suchen, um über Ihre Situation zu sprechen, dann wenden Sie sich an die Mobile Beratung des Studentenwerks.

Alle Infos zum Beratungsangebot des Studentenwerks finden Sie unter: → www.stwm.de/beratung

→ Sie fragen – das Studentenwerk antwortet! **Einfach eine E-Mail schreiben an: presse@stwm.de**

Im Wintersemester digital und analog

PROJEKTSEMINAR COME TO MUNICH FINDET STATT

„Come to Munich – be at home“ ist ein Seminarangebot des Studentenwerks München in Kooperation mit der TUM für deutsche und internationale Studierende. Inhalt ist das Erlernen von interkulturellen Kompetenzen, in der Theorie, aber vor allem durch das persönliche Miteinander im Team.

Das ungezwungene, persönliche Kennenlernen ist durch die aktuelle Situation nur eingeschränkt möglich: Die interkulturellen Workshops werden digital stattfinden; die kulturellen Veranstaltungen (wie Ausflüge, Escape Game, Wanderungen) sind als Live-Event mit jeweils maximal 10 Teilnehmenden angedacht. Sollte es wieder mehr Einschränkungen aufgrund von Corona geben, werden die Events in digitaler Form angeboten.

Anmeldefrist für das Projekt ist der 6. November 2020. Alle aktuellen Infos zu Terminen und zum Programm finden Sie unter: → www.stwm.de/come-to-munich



© contrastwerkstatt/istock.adobe.com



Report

GESUND ESSEN IN DEN MENSEN

QUALITÄT FÜR KLEINES GELD

←

Uns ist wichtig, dass es Ihnen schmeckt. Bei besonderen Anlässen, wie 2018 bei der Eröffnung des StuBistro^{Mensa} Martinsried, dreht der Küchenchef die Knödel auch mal selbst.

→

Wir setzen auf einen abwechslungsreichen Speiseplan mit viel Frische.



Die Qualität der Lebensmittel spielt für die Hochschulgastronomie des Studentenwerks eine große Rolle. Frisches Gemüse steht beispielsweise täglich auf dem Speiseplan unserer Mensen. In der Woche vom 19. bis 23. Oktober rücken wir eine Sorte ganz besonders ins Rampenlicht: die Kartoffel. Keineswegs als Beilage, sondern als Glanzstück in fünf völlig neuen vegetarischen Kartoffelgerichten. Die Inspiration dazu gab es auf dem Viktualienmarkt.

Im südlichen Teil des Viktualienmarkts herrscht geschäftiges Treiben: Verschiedene Kartoffelgerichte, darunter zahlreiche Portionen „Bratkartoffeln mit Shakshuka und Hummus“ gehen mittags am Kartoffelstand „Caspar Plautz“ über die Verkaufstheke. Ein Gericht, das seine Wurzeln in Israel hat und die Kartoffel gut gewürzt in den Mittelpunkt stellt. „Shakshuka“ ist eines von fünf vegetarischen Kartoffelrezepten auf dem Aktionspeiseplan „Tolle Knolle“ des Studentenwerks München. Mit der Aktionswoche wollen wir Ihnen zeigen, wie schmackhaft die gesunde und nährstoffreiche Kartoffelknolle ist.

Gesund zu essen bedeutet auch, sich über den Tag hinweg abwechslungsreich zu ernähren. Einen Teil kann das Mittagessen in der Mensa dazu beitragen. Bei der Erstellung des Speiseplans achten die Verantwortlichen beim Studentenwerk München daher auf ein breit gefächertes Mittagsangebot. Seit September 2020 können Sie sich in einigen Mensen wieder selbst bedienen und sich Ihr persönliches Wunschessen zusammenstellen.

ZERTIFIKATE UND SIEGEL

Ein Anliegen unserer Hochschulgastronomie ist es auch, für kleines Geld qualitativ hochwertige Speisen zuzubereiten. Wir möchten, dass unsere Gästen mit einem guten Gefühl bei uns essen. Von diesem Anspruch zeugen Zertifikate und Auszeichnungen, die Kontrollen nach hohen Standards in den jeweiligen Lebensmittelparten garantieren. Beispielsweise stammen die Rohprodukte für unsere Fischgerichte größtenteils aus nachhaltiger Fischerei (Marine Stewardship Council/MSC). Rindfleisch kaufen wir unter anderem in „Geprüfte Qualität Bayern“-Qualität ein. Das Siegel sichert eine kontrollierte Aufzucht der in Bayern geborenen Tiere zu. Darüber hinaus dürfen wir auch das staatliche Bio-Siegel nutzen und Bio-Lebensmittel führen. Beispielsweise werden die „Trocken-Teigwaren“, also Nudeln ohne Füllung, in der Gastronomie des Studentenwerks ausschließlich in Bio-Qualität angeboten.



Alle Zertifikate und Initiativen unter:

**WWW.STWM.DE/
MENSA/
UMWELT-GESUNDHEIT/**

→



↑
In Martinsried testen wir gerade den neuen Mehrwegbecher „StuCup“.

↑
Wir bieten viele fleischlose Gerichte an. Täglich gibt es eine vegane Speise.

↑
Rindfleisch gibt es bei uns unter anderem mit Siegel „Geprüfte Qualität Bayern“.

ZUTATEN AUS DER REGION

Soweit möglich beziehen wir unsere Lebensmittel aus der Region Bayern. Insbesondere beim saisonalen Obst und Gemüse achten wir auf entsprechend kurze Lieferwege, der Spargel kommt seit Jahren aus Schrobenhausen, einem der besten Anbaugelände Deutschlands. Der BayernOx stammt sogar aus der unmittelbaren Nähe (Miesbach, Traunstein, Weilheim) und wird soweit verfügbar in der Mensa Leopoldstraße zubereitet und angeboten. Auch während unserer vegetarischen Aktionswoche „Tolle Knolle“ werden viele regionale Lebensmittel verarbeitet. Dazu zählen die Kräuter für die „Grüne Soße“ bei einem der Aktionsgerichte. Sie werden von einem regionalen Kräuterbauern geliefert, der den Viktualienmarktstandl unseres Aktions-Kooperationspartners „Caspar Plautz“ versorgt. Durch die kürzeren Transportwege der Waren verringert sich der CO₂-Ausstoß, was uns und unserer Zukunft zugute kommt.

VEGAN UND VEGETARISCH

Für weniger CO₂-Ausstoß sorgt auch eine vegetarische oder vegane Ernährung. Sie belastet das Klima in der Regel wesentlich weniger als eine fleischhaltige Ernährung und ist in den letzten Jahren immer beliebter geworden. Das Studentenwerk München bietet daher in den Mensen schon seit langem täglich ein veganes Gericht an, das gleichzeitig das günstigste Tagesessen ist. Wir arbeiten daran, das vegane Angebot weiter zu vergrößern. Beispielsweise werden mehr vegane Desserts eingeführt.

↑
Das Studentenwerk München lässt sich gern zu neuen Gerichten inspirieren. Über die Aktion „Lieblingsessen“ gelangte schon die „Rougaille“, ein Curry-Gericht aus Mauritius, ins Mensa-Repertoire.

MEHRWEGBECHER „STUCUP“

Ebenfalls 2020 hat das Studentenwerk München für weniger Müllaufkommen und mehr Nachhaltigkeit in puncto Kaffeebecher gesorgt. Lange musste hier nach einer umsetzbaren Lösung gesucht werden. In Kooperation mit der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) und dem Umweltreferat der Studierendenvertretung der LMU stellen wir nun – zunächst als Test in Martinsried – wiederverwendbare Kaffeebecher samt Automaten zur Aus- und Rückgabe bereit. Sollte sich deren Einführung als Erfolg erweisen, wird das Projekt auf weitere Betriebe des Studentenwerks München ausgeweitet.

Durch die Auswirkungen der Corona-Pandemie ist leider das Aufkommen von Müll aus Einweggeschirr stark gestiegen. Es ist unser Ziel, auch dafür eine umweltverträglichere Lösung finden. Durch die Corona-Pandemie ist die Nachfrage nach Essen zum Mitnehmen leider stark gestiegen. Das Studentenwerk verwendet jedoch Verpackungen, die zum Teil biokompatibel sind. Um den Müll zu reduzieren, werden derzeit zudem Mehrwegschalen getestet, die durch einen aufgedruckten Code in unser Selbstbedienungssystem eingebunden werden können.

FAIRER KAFFEE

Nicht nur zum umweltfreundlichen Kaffeebecher, auch zum Kaffee selbst haben wir uns viele Gedanken gemacht. Da der Schutz der Umwelt vielfach mit sozialer Verantwortung einhergeht, möchte das Studentenwerk München dazu beitragen, dass die Beschäftigten in Kaffeeanbaugeländen gerecht bezahlt werden und gute Arbeitsbedingungen vorfinden. So erhalten Sie in all unseren Einrichtungen ausschließlich fairen Kaffee, Tee und heiße Schokolade. Darüber hinaus bieten wir auch verschiedene fair gehandelte Säfte und Limonaden für die kleine Lernpause an.

VIELE WEGE ZU GESUNDEM ESSEN

Regionalität, artgerechte Haltung, weniger Fleischkonsum und Müllvermeidung: Nachhaltigkeit zieht sich durch die gesamte Angebotspalette der Hochschulgastronomie des Studentenwerks München und ist Motor vielfältiger innovativer Projekte. Dabei spielt das Studentenwerk München oftmals eine Vorreiterrolle, wie auch der Beitritt zur Masthuhn-Initiative als erstes deutsches Studentenwerk beweist. Die Verantwortlichen der Hochschulgastronomie des Studentenwerks München denken ganzheitlich, wenn es um gesundes Essen geht. Es werden auch sehr hochwertige Lebensmittel bezogen, wie der oben genannte BayernOx, und dennoch zu bezahlbaren Preisen verkauft. Überzeugen Sie sich selbst – beispielsweise bei der Aktionswoche „Tolle Knolle“ mit feinen Rezepten vom Viktualienmarkt.

FÜR MEHR TIERWOHL

Wir haben uns in diesem Jahr als erstes deutsches Studentenwerk entschlossen, einen weiteren Schritt in Richtung Tierwohl zu gehen und sind der Europäischen Masthuhn-Initiative beigetreten. Der Zusammenschluss von 30 renommierten Tierschutzorganisationen hat das Ziel, die Haltung von Masthühnern deutlich zu verbessern. Dabei werden wichtige Tierschutzaspekte über die gesetzlichen Anforderungen hinaus umgesetzt, wie beispielsweise eine geringere Dichte bei der Hühnerhaltung, die Reduktion der Überzüchtung sowie das Einhalten der Mindeststandards für Licht und Beschäftigungsmaterial.

„Wir möchten hier mit gutem Beispiel vorangehen. Für die Umwelt Verantwortung zu übernehmen ist heute bedeutender denn je und für das Studentenwerk München ist das ein sehr wichtiger Baustein unseres Selbstverständnisses“, so Gregor Fricke, stellvertretender Geschäftsführer und Leiter der Hochschulgastronomie beim Studentenwerk München. „Deshalb ist für uns in der Hochschulgastronomie das Tierwohl ebenso wichtig wie die Regionalität oder die Bioqualität. Wir freuen uns, damit Maßstäbe zur Verbesserung des Tier- und Umweltschutzes zu setzen.“



Besuchen Sie uns in unseren gastronomischen Einrichtungen! Essen Sie vor Ort oder nehmen Sie sich Ihre Speisen mit. Öffnungszeiten unter:

WWW.STWM.DE/ESSEN-UND-TRINKEN

Oktober SPEISEPLAN

	Dienstag, 06.10.20	Mittwoch, 07.10.20	Donnerstag, 08.10.20	Freitag, 09.10.20	Montag, 12.10.20	Dienstag, 13.10.20	Mittwoch, 14.10.20
Pizza	Pizza Romana mit Salami	Pizza Verdura mit Grillgemüse		Pizza mit Shrimps und Cocktailtomaten	Pizza Pulled Pork	Pizza Margherita mit Mozzarella	Pizza Diavolo
Pasta	Bio-Pasta mit Bio-Tomaten-Basilikumsauce	Pasta mit Champignon-	Pasta mit orientalischer	Spaghetti Carbonara	Ravioli mit Pilzfüllung in pikan-	Penne all'amatriciana	Pasta di Manzo mit Rindfleischstreifen
Grill	Bratwurstschnecke						
Wok	Sweet & Sour mit Schweinefleisch						
Vegan	Grüne Bohnen-Kartoffel-Gemüse in Kokos-Zitronensauce	Mexikanisches	Bunte Gemüsepasta	Kartoffeleintopf	Arabischer Couscous mit Kichererbsen	Frisches Gemüse	Veganer Borschtsch mit Roten Beete
Veggie	Kartoffelastchen mit Kräuterfrischkäse						
Fleisch	Kelbsrahmlasch mit Champignons und Weißwein	Schweinesteak	Arista di fiorentina	Hackbraten mit Kumpel	Pikante Tomatensauce	Münchener Weiskraut	Schweinesteak mit Schinken und Käse überbacken
Fleisch	Käsekrainer						
Fisch	Seelachsfilet						
Süßspeise							

LIEBE GÄSTE,

der Großteil unserer gastronomischen Betriebe hat wieder geöffnet. Wir freuen uns, dass wir Ihnen in manchen Einrichtungen auch wieder unser Self-Service-System anbieten können! In dem Fall dürfen Sie sich Ihr Mittagessen wie gewohnt selbst zusammenstellen und sich an der Salatbar bedienen. Abgerechnet wird dann nach Wiegepreis.

Genießen Sie Ihre Pause direkt vor Ort und essen Sie von Porzellan-geschirr. Unser Personal platziert Sie gerne an einem freien Tisch und kümmert sich um die nötigen Corona-Schutzmaßnahmen, wie beispielsweise die Aufnahme Ihrer Kontaktdaten. Nach wie vor können Sie Ihr Essen aber auch mitnehmen. Hier verwenden wir umweltver-trägliche, zum Teil biokompatible ToGo-Verpackungen.

Das Team der Hochschulgastronomie freut sich auf Ihren Besuch!

Eine Übersicht aller aktuell geöffneten Betriebe, Öffnungszeiten und Speisenangebote erhalten Sie unter:
WWW.STWM.DE/MENSA/STANDORTE-UND-OEFFNUNGSZEITEN

Besser zurechtfinden:
LEGENDE ● Leopoldstraße / ♣ Garching / ▲ Arcisstraße / ■ Lothstraße / ★ Martinsried / ◆ Pasing / ◆ Weihenstephan

DERZEIT GEÖFFNET (UNTER VORBEHALT):
München: Mensa Leopoldstraße, StuCafé Leopoldstraße, StuBistro^{Mensa} Oettingenstraße ab 28.09., Mensa Arcisstraße, StuBistro^{Mensa} Arcisstraße ab 28.09., StuCafé Arcisstraße, StuBistro^{Mensa} Akademiestraße ab 07.09., StuCafé Adalbertstraße, StuBistro^{Mensa} Schellingstraße ab 28.09., StuBistro^{Mensa} Schillerstraße ab 02.11., StuBistro^{Mensa} Goethestraße ab 19.10., StuCafé Karlstraße ab 01.10., StuCafé Connollystraße ab 26.10., Mensa Lothstraße ab 01.10., StuCafé Lothstraße ab 28.09., StuBistro^{Mensa} Oberschleißheim ab 02.11. // Garching: Mensa Garching, StuCafé Garching-Boltzmannstraße 15, StuCafé Garching-Boltzmannstraße 19 ab 20.10. // Weihenstephan: Mensa Weihenstephan ab 06.10., StuCafé Weihenstephan-Maximus, StuLounge Weihenstephan ab 01.10., StuCafé Weihenstephan-Akademie ab 28.09. // Pasing: Mensa Pasing ab 01.10. / Mensa Martinsried ab 29.09., StuBistro^{Mensa} Martinsried, StuLounge Martinsried ab 02.11., StuLounge Butenandtstraße ab 12.10. // Rosenheim: StuBistro^{Mensa} Rosenheim ab 15.09.

KENNZEICHNUNGEN:
🌱 Klimaschonende Speise / 🍗 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. Alle trockenen Teigwaren sind bio. / BO „BayernOX“: GQB-Rindfleisch aus den Gebieten Miesbach, Traunstein und Weilheim / 🏆 Geprüfte Qualität Bayern (GQB) für Rindfleisch / 📍 ggA: Geschützte geografische Angabe, weißer Spargel aus Schrobenhausen / 📍 gU: Geschützte Ursprungsbezeichnung



LASS ES DIR SCHMECKEN!

Aktionen in den Mensen



19. bis 23. Oktober 2020

TOLLE KNOLLE



Der Kartoffelstand „Caspar Plautz“ am Viktualienmarkt hat uns fünf besondere Rezepte zur Verfügung gestellt. Freuen Sie sich auf „Bratkartoffeln mit Shakshuka und Hummus“ oder „Kartoffelgratin mit Erbsen-Minz-Pürree und Ofenkürbis“.

19.10. +++ CASPAR PLAUTZ kochen LIVE in der MENSA GARCHING! +++ 19.10.

30. Oktober 2020

HALLOWEEN

Heute geht es schaurig zu! Passend zum Herbst und zu Halloween servieren wir Ihnen leckere Kürbisgerichte, wie Kürbis-Kartoffelgratin und süßer Kürbisstrudel. Schaurig schön wird Ihr Mittagessen dann mit einem Halloween-Gruseldessert. Lassen Sie sich überraschen!



2. bis 6. November 2020

VEGAN UND RICHTIG LECKER



Der gelegentliche Verzicht auf tierische Produkte verringert den ökologischen Fußabdruck und tut der Gesundheit gut. Eine Woche lang gibt es jeden Tag mehrere vegane Gerichte – zum Beispiel Auberginencurry mit Kichererbsenreis oder Gemüselasagne – und ein veganes Dessert.

Dessert gratis

Geschenk zum Semesterstart

Studentenwerk München

Am 7. und 8.10. in den Hochschulgastronomiebetrieben im Bereich der Hochschule München.
Am 4. und 5.11. in den Hochschulgastronomiebetrieben im Bereich der Universitäten.

AOK

Auf die Extras kommt's an

Sie erwarten etwas mehr? Wir bieten Ihnen den AOK-Gesundheitsvorteil.
www.aok.de/bayern/gesundheitsvorteil

Einfach nah. Meine AOK.

Interview

„MEHR ALS NUR KNÖDEL“

Dominik und Theo von Caspar Plautz sind die Ideengeber der leckeren Gerichte in der Aktionswoche „Tolle Knolle“ unserer Hochschulgastronomie. In diesem Zuge hatte servus natürlich einige Fragen an die jungen Standbetreiber vom Viktualienmarkt. Die beiden sind nicht nur gute Köche und Kartoffelexperten, sondern auch Inspirationsquelle für Studenten/-innen, die mit dem Gedanken spielen, sich selbstständig zu machen. Wir haben uns mit Theo unterhalten.

Die erste Frage, die alle brennend interessiert: Was bedeutet Caspar Plautz?

Caspar Plautz war ein Mönch, der 1621 ein Buch geschrieben hat, in dem er das erste Kartoffelrezept Europas festhielt. Und nach dem haben wir uns benannt. Keiner von uns heißt Caspar oder Plautz.

Das heißt, die Kartoffel stand schon zuvor fest – wie seid ihr denn zur Kartoffel gekommen?

Die Kartoffel kam eher zu uns. Am Viktualienmarkt ist es so, dass die sogenannte Zuweisung immer auf dem Stand bleibt. Die Stadt München entscheidet, was wo verkauft wird. Wo unser Stand heute ist, war früher der alte Kartoffelmarkt. Dort gab es ausschließlich Kartoffelstände. Wir sind jetzt mit unserem Nachbarn die letzten zwei. Daher war es klar, dass wir etwas mit Kartoffeln machen mussten.

Wie kam es letztlich zu diesem Stand?

Der Stand hatte 2017 schon längere Zeit geschlossen. Dominik und ich arbeiteten damals neben unseren eigentlichen Jobs schon lange im Catering. Nach einer etwas längeren Nacht landeten wir morgens mit Kater auf dem Viktualienmarkt, um uns für das nächste Catering inspi-

rieren zu lassen. Wir tranken am Kaffeestand unseren Cappuccino und ich merkte, dass an dem eigentlich geschlossenen Nebenstand jemand war – ich kannte denjenigen schon vorher – und so fragte ich, warum der Stand denn geschlossen sei. Er meinte, er müsste ihn wegen eines Bandscheibenvorfalles aufgeben. Als ich Interesse an dem Stand bekundete, gab er mir gleich den Schlüssel! Und plötzlich kam eins zum anderen. Nach einem langen bürokratischen Prozedere haben wir dann Caspar Plautz gegründet und freuen uns, jetzt hier zu sein.

Welche bürokratischen Hürden gab es denn?

Hier ist es so, dass alles ziemlich reglementiert ist. Das ist insofern auch gut, denn der Stadt ist daran gelegen, dass die alte Struktur des Viktualienmarktes erhalten bleibt. Beispielsweise wurde uns gleich gesagt, dass wir Pommes vergessen können. Aber rückblickend war es gerade diese Begrenzung, die es uns ermöglicht hat, eine große Expertise im Bereich Kartoffel zu entwickeln.

Ihr habt den Stand jetzt seit bald drei Jahren. Was motiviert euch jeden Tag aufs neue, frühmorgens und bei jedem Wetter wieder zu öffnen?

Das sind viele Dinge. Zum einen ist es die Selbstständigkeit an sich. Man macht das, was man tut,



DOMINIK UND THEO

... sind die jungen Viktualienmarkthelden und Kartoffelexperten von Caspar Plautz.

für sich, auch wenn es anstrengend ist. Wenn ich daran denke, dass wir das am Anfang zu zweit gemacht haben, kommt mir das schon absurd vor: von halb sieben morgens bis halb sieben abends, verkaufen, kochen, räumen – aber das ging, weil wir diese Energie hatten, die das Unternehmertum eben so auslöst. Heute sind wir zu neun.

Natürlich spielt dieser wunderschöne Ort auch eine große Rolle. Gerade als Münchner ist der Viktualienmarkt fast mythisch aufgeladen. Wenn man hier morgens sitzt und das Treiben bei jeder Jahreszeit beobachten kann, da fällt einem immer wieder auf, wie besonders das hier ist. Zudem lernt man einfach unglaublich viele Leute kennen, das ist ein ganz eigener Mikrokosmos, den wir als sehr positiv wahrnehmen.

Und schließlich ist es auch die Kreativität, die wir in dem kleinen Bereich Kartoffel einbringen können, die uns antreibt. Neben den sechs Kartengerichten, die saisonal wechseln, führen wir zum Beispiel auch immer ein Wochengericht. Nach knapp 150 Wochengerichten finde ich es faszinierend, dass uns da immer wieder etwas anderes einfällt.

Ihr legt ein gutes Tempo vor: Mittlerweile habt ihr sogar ein erfolgreiches Kartoffel-Kochbuch veröffentlicht. Wie kam es dazu?

Das war so ähnlich wie mit der Kartoffel selbst, denn auch das kam eigentlich zu uns und nicht wir zu ihm. Tatsächlich wurden wir zeitgleich

von zwei Verlagen angefragt, einem größeren und einem kleineren Münchner Independent-Verlag. Für den haben wir uns dann auch entschieden, weil wir dort mehr Freiheiten hatten. Das war wie so vieles, das uns passiert: Wir haben keine Ahnung, wie es geht, aber wir machen es einfach und es wird schon. Ein Kochbuch haben wir ja auch noch nie geschrieben. Das Buch ist inzwischen komplett ausverkauft. Das freut uns natürlich sehr. Wir arbeiten auch schon am nächsten.

Viele sagen, ihr hättet die Kartoffel ganz neu gedacht. Was heißt das?

So eine Kartoffel hat ja eher ein langweiliges Image. Die muss ja auch für Beleidigungen herhalten, wo eine gewisse Spießigkeit und Fadheit mitschwingt. Auf der anderen Seite haben viele Menschen eine emotionale Verbindung dazu. Viele erinnern sich noch an den Reiberdatschi oder die Schupfnudeln von der Oma. Oder: Pommes im Schwimmbad, der Klassiker. Zudem erhält man die Kartoffel noch unverpackt mit Erde dran, man muss sie schälen, sie entschleunigt – die Kartoffel erdet einen, im wahrsten Sinne des Wortes. Und dieses Alte, Nostalgische mit etwas Neuem, Kreativen und Experimentellen zu verbinden, das ist vielleicht ‚neu gedacht‘. Die Kartoffel ist eben mehr als nur Beilage oder Knödel.

Caspar Plautz
kochen in der
Mensa Garching!

19.10.

Mehr Infos auf
Seite 11 und unter
www.stwm.de

Verständlicher und einfacher

NEUE BAFÖG-FORMULARE 2020

Seit September 2020 gibt es neu gestaltete BAFÖG-Formulare. Diese wurden optisch und inhaltlich überarbeitet. Eine besondere Neuerung ist das „Formblatt 09“, das es so bisher nicht gab: Wer bereits einmal BAFÖG beantragt hat, kann einen nächsten Antrag mit nur einem einzigen

DIN-A4-Blatt erledigen! Das gilt zumindest, wenn seit der letzten Antragstellung keine Änderung bei Einkommen und Vermögen eingetreten sind. Das „Formblatt 03“ für die Eltern wird dennoch weiterhin benötigt. Sinn der neuen Formulare ist nicht nur eine Modernisierung des

Designs, sondern vor allem eine Verbesserung der Verständlichkeit. Überflüssiges wurde gestrichen und die Texte wurden überarbeitet. Weitere Infos zum BAFÖG und zur Antragstellung unter: www.stwm.delfinanzierung



© STWM

Grün im Olympischen Dorf

GASSENGÄRTNER-/INNEN GESUCHT

Der Gassengarten ist eine grüne Idylle. Inmitten der Bungalows der Wohnanlage Olympisches Dorf haben Vincent Unkauf und weitere Studierende aus Hochbeeten und bunten Palettenmöbeln einen Ort geschaffen, der zum Verweilen einlädt – und zum Gärtnern. Hier gedeihen Rosen, Tomaten und sogar innerstädtische Kartoffeln! Der studentische Gemeinschaftsgarten ist ein grünes Projekt, bei dem viel Wert auf Nachhaltigkeit gelegt wird: Die Pflanzen werden zum Teil selbst gezogen und wachsen in aus Bioabfall recycelter Komposterde. Honigbienen finden hier genauso ihren Nektar, wie Bungalowbewohner/-innen schmackhafte Tomaten. Das kreative Projekt gewann in diesem Jahr einen Preis beim Wettbewerb „Gestalte Deine Stadt“ des Green City e.V. Mit neuem finanziellen Polster sind auch für den Herbst viele Gartenprojekte geplant.

Jeder, der Lust hat, ist eingeladen, mit anzupacken! Besondere Kenntnisse sind nicht erforderlich.

KONTAKT:

→ gassengarten@web.de oder über Instagram

Filmtipp

UND MORGEN DIE GANZE WELT

Luisa, 20 Jahre, stammt aus gutem Haus und studiert Jura. Als es in Deutschland zu Brandanschlägen auf Flüchtlingsunterkünfte und gewaltsame Übergriffe kommt, will sie nicht tatenlos zusehen. Alarmiert von der plötzlich zunehmenden Beliebtheit populistischer Parteien im Land, schließt sie sich einer Antifa-Gruppe an, um sich klar gegen die Rechtsextremen zu positionieren. Schnell findet sie Anschluss beim charismatischen Alfa und dessen besten Freund Lenor. Doch für Alfa ist der Einsatz von Gewalt ein erlaubtes Mittel, um Widerstand zu leisten. Bald schon überstürzen sich die Ereignisse und Luisa muss entscheiden, wie weit sie bereit ist zu gehen ... auch wenn das fatale Konsequenzen für sie und ihre Freunde haben könnte.

Mit direkter Wucht und emotionaler Intelligenz zeichnet die Filmemacherin Julia von Heinz ein Bild vom Deutschland des Jahres 2020, das aktueller und brisanter nicht sein könnte.

→ **servus verlost 10 x 2 Freikarten:** Senden Sie eine E-Mail mit Ihrem Namen und dem Betreff „Und morgen die ganze Welt“ bis zum 25.10.20 an servus@stwm.de.

Die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt.

„Und morgen die ganze Welt“
D/F 2020
Regie:
Julia von Heinz
Kinostart:
29.10.2020



© Alantode Filmvertrieb

Steckbrief

BENJAMIN BUSSMANN



WER IST EIGENTLICH... ?

GEBURTSORT:

München

AUSBILDUNG:

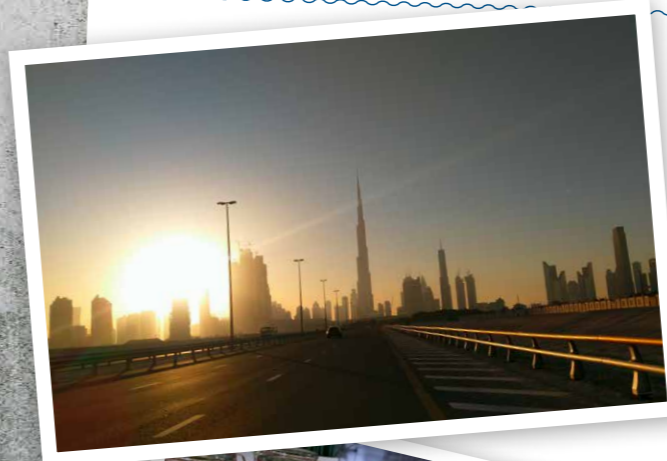
Koch & staatlich geprüfter Betriebswirt

IHR JOB BEI UNS:

Bereichsleiter Hochschulcatering

PERSÖNLICHES:

In Dubai habe ich viele spannende Erfahrungen, Kontakte und meinen zweiten Management-Trainee machen dürfen.



© Benjamin Bussmann



© Benjamin Bussmann

Beschreiben Sie bitte Ihre Arbeit bei uns.

Als Bereichsleiter organisiere ich mit einem kleinen aber sehr feinen Team das wirtschaftliche und operative Gelingen verschiedener Veranstaltungen im Hochschul Umfeld. Wir schreiben die Angebote und arbeiten verschiedene Cateringkonzepte für die Hochschulen und somit auch für die Studierenden aus. Zwei wesentliche Bestandteile sind das kontinuierliche Qualitätsmanagement und die richtige Positionierung im Markt.

Welche Aspekte Ihrer Arbeit machen Ihnen dabei besonders Spaß?

Ich mag besonders die Diversität der Aufgaben, die unsere Abteilung mit sich bringt. Von der Angebotserstellung und Konzeption der Veranstaltungen, über die direkte Arbeit am Produkt bis hin zum täglichen Kontakt mit meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, Kollegen und natürlich unseren Gästen.

Welches Buch haben Sie zuletzt gelesen?

„Eine Frage der Leidenschaft“. Jan Frodeno, Weltrekordhalter im Ironman Hawaii, beschreibt, wie man mit Mut und Motivation zum Erfolg kommt. Für mich nicht nur als Triathlet inspirierend, sondern auch im Beruf, hier spielen Leidenschaft, Präzision, Augenmaß und Dankbarkeit eine essentielle Rolle für mich.

Ihr Rezept, wenn es stressig wird?

Ruhe bewahren! Optimistisch bleiben und ans Ziel denken!

Was können Sie gar nicht leiden?

Unaufrichtigkeit, Egozentrik und Engstirnigkeit. Damit verbaut man sich viele Gelegenheiten, erfolgreich miteinander zu arbeiten.

Ihr Motto?

Authentisch bleiben und „leading by example“.

Was fällt Ihnen zu diesem Bild ein?

Nachhaltigkeit: Das neue Cateringkonzept präsentiert sich im Weckglas – ohne Einwegkunststoff, schick, modern und selbst produziert, um die Qualität nach unseren Maßstäben beeinflussen zu können.

CORONA-KRISE IN DEINER FAMILIE?

Jetzt BAföG beantragen!



Kurzarbeit, weniger Unterstützung deiner Familie für dein Studium?
Jetzt lohnt sich ein BAföG-Antrag erst recht!



Deutsches Studentenwerk