

GRATIS!

Ihre Kundenzeitschrift von LOTTO Rheinland-Pfalz

Nr. 29 • 18.07.2017

glüXmagazin



X Nahrhafte Tipps

Das große Gesundheits-Sammelgewinnspiel
Seiten 6 und 7

X Traumhafter Tipp

Forstarbeiter träumte vom Lottogewinn
Seite 15

Sebastian Bezzel

am 26. Juli in „Schweinskopf al dente“

Mehr lesen Sie auf Seite 3.

1. Preis: Ein Fruitcube Dörrautomat von Klarstein

Mit dem Klarstein Fruitcube Dörrautomaten können auf traditionelle Weise große Mengen an frischem Naturgut ohne Zusatzstoffe haltbar gemacht werden. Ob Gemüsechips, Trockenobst oder Kräuter zum Kochen – der Fruitcube bietet genug Platz, um große Mengen schnell zu verarbeiten. Der starke Motor mit Umluftbetrieb arbeitet gleichmäßig und stromsparend. Der Fruitcube Dörrautomat entzieht schonend, aber konsequent, das Wasser. Übrig bleiben Vitamine, Mineralien und Ballaststoffe. Der Temperaturbereich von 40° bis 70° C lässt sich in 5° C-Schritten einstellen. Damit deckt der Klarstein Fruitcube das gesamte Spektrum zum Dörren ab. Auch Sauer- und Hefeteig können bei geringer Temperatur gären und Joghurtkulturen heranreifen.

www.klarstein.de

2.-6. Preis: Je ein Buch „Aufrecht und geschmeidig“

Bewegungsmangel, Schonhaltungen und einseitige Beanspruchung des Körpers wirken sich negativ auf die Faszien aus. Die Therapeutin Susanne Noll zeigt alltagstauglich und effektiv, wie man zu einer gelösten, aufrechten Körperhaltung und geschmeidiger Beweglichkeit zurückfindet.

www.scorpio-verlag.de



7.-10. Preis: Je eine Blu-Ray „Sleepless“

Jamie Foxx, Michelle Monaghan und Dermot Mulroney liefern sich in der glitzernden Metropole Las Vegas ein packendes und wendungsreiches Katz-und-Maus-Spiel, das Hochspannung bis zur letzten Minute garantiert.

www.eurovideo.de



11.-13. Preis: Je ein Hörbuch „Die Tuchvilla“

Augsburg, 1913. Die junge Marie tritt eine Anstellung als Küchenmagd in der imposanten Tuchvilla an, dem Wohnsitz der Industriellenfamilie Melzer.

www.random-house-audio.de



Ihr Wochen-Horoskop



Steinbock 22.12.–20.01.

Gut Ding will Weile haben: Lassen Sie eine Entscheidung reifen. Ihre Geduld wird reichlich belohnt.

Wassermann 21.01.–19.02.

Unruhe wegen eines Fehlers? Das können Sie noch korrigieren. Haben Sie keine Angst vor einem Wagnis.

Fische 20.02.–20.03.

Sie sind harmonisch gestimmt. Das färbt auch auf andere ab. In einem Konflikt verhalten Sie sich fair.

Widder 21.03.–20.04.

Bringen Sie sich stärker im Job ein, zum Beispiel mit kreativen Vorschlägen. Ihr Chef wird dankbar sein.

Stier 21.04.–20.05.

Ziehen Sie Bilanz und setzen Sie sich neue Ziele. Ein frischer Wind kann manchmal Wunder bewirken.

Zwillinge 21.05.–21.06.

Liebe heißt: über kleine Fehler hinwegzusehen. Halten Sie sich daran. Auch Sie sind nicht vollkommen.

Krebs 22.06.–22.07.

In dieser Woche sind Sie überaus aktiv und mittel-sam. Lassen Sie aber andere auch zu Wort kommen.

Löwe 23.07.–23.08.

In der Partnerschaft läuft es momentan nicht so gut. Etwas Distanz lädt Ihre Liebesakkus wieder auf.

Jungfrau 24.08.–23.09.

Sie sind frustriert, weil einiges schief läuft. Bewahren Sie Ruhe und schon bald wird sich alles klären.

Waage 24.09.–23.10.

In der Beziehung kribbelt es und Sie harmonieren perfekt mit Ihrem Partner. Genießen Sie es!

Skorpion 24.10.–22.11.

Ihr Perfektionsdrang lähmt Sie. Schrauben Sie die Ansprüche herunter. Das entlastet Sie schnell.

Schütze 23.11.–21.12.

Ihre diplomatische Ader ist gefragt: Sie können einen Streit schlichten und damit Freunden helfen.

Apfelkuchen

Zutaten (für 12 Stück)

150 g	Butter
150 g	Zucker
2 Päckchen	Vanillezucker
1 Prise	Salz
1	Zitrone
4	Eier
5-6 EL	Milch
2 TL	Zimt
325 g	Mehl
2 TL	Backpulver
6	Äpfel
2 EL	Zucker

Und so wird's gemacht:

Butter, Zucker und Vanillezucker mit dem Handrührgerät verrühren. Salz, Saft einer halben Zitrone, Eier, Milch und Zimt zugeben und die Masse schön glatt rühren. Mehl und Backpulver mischen und gut unterarbeiten. Die Masse in eine gebutterte Springform geben. Die Äpfel schälen, halbieren, Kerngehäuse und Stielansatz entfernen und die Äpfel leicht einschneiden. Die Apfelhälften auf



den Teig setzen, sofort mit Zitronensaft beträufeln. Mit Zucker bestreuen und bei 190° C im vorgeheizten Backofen 45 Minuten backen.

Rezept der Woche: Backen

Foto: www.1000rezepte.de