

Ausgabe 1 SS 2012

02.04. - 27.04.2012

Keep on rollin'
S. 2-3

Jobben als Aktmodell
S. 4

Mülltauchen
S. 6-7

Vierwöchige
Übersicht der
Speisepläne
aller Mensen
S. 8-11



Hochschulgastronomie-Qualitäts-
management zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2008

Die neue Zentralmensa -
Wir bauen Zukunft.
Und bitten unsere Gäste herzlich
um Entschuldigung für Lärm & Beeinträchtigungen.

Rücksicht auf die Umwelt - nachhaltig leben

Ökologische Landwirtschaft, Nachhaltiges Wirtschaften oder Regenerative Energien ...: Die Bandbreite der umweltbezogenen Studiengänge in Kassel ist groß. In Mensen und Cafeterien gibt es zahlreiche Bio- und Fairtrade-Angebote. Ansatzpunkte zum nachhaltigen Leben gibt es aber auch außerhalb des Campus viele. Was kann man als Studentin und Student tun, um mehr Rücksicht auf die Umwelt zu nehmen? Wir haben gefragt:



Saskia ist 22, studiert berufsbezogene Mehrsprachigkeit und kommt ursprünglich aus Bremen: „Für Fahrten nach Hause nutze ich entweder die Mitfahrgelegenheit oder die Bahn. Außerdem fahre ich hier in Kassel immer mit meinem Cityroller herum, das bietet sich besonders nachts an, anstatt ein Taxi zu nehmen.“



Linda (29), die selber nachhaltiges Wirtschaften studiert, setzt sich auch im Alltag stark mit dem Thema auseinander: „Das beginnt damit, dass ich beim Einkaufen von Dingen wie Lebensmitteln überwiegend Bio-, Fairtrade- und regionale Produkte kaufe. Ich bevorzuge fleischloses Essen und trage Second-Hand-Kleidung oder tausche Klamotten mit Freunden. Dabei wäre ich am liebsten einkaufsfrei. Ich versuche auch mein Wissen weiterzugeben und andere Menschen zum nachhaltigen Konsum anzustiften, indem ich mich im Rahmen der konsumkritischen Stadtführungen engagiere.“



Mona ist 23 und studiert Landschaftsarchitektur im 5. Semester. Auf die Frage, was sie von Nachhaltigkeit hält, hat sie eine ganz einfache Antwort: „Nachhaltiges Handeln ist das Natürlichste der Welt. Warum haben wir verlernt, natürlich zu leben?“ Damit stellt sie eine Frage, die jeder für sich selbst beantworten kann, die aber einer ganzen Gesellschaft gilt. (svm)

► Wie man in Kassel nachhaltig mit dem Fahrrad unterwegs ist und wie der Begriff Müll neu definiert werden kann, sind weitere Themen dieser MensaZeit-Ausgabe.

Quality is (y)our success.



Keep on rollin‘ - Auf zwei Rädern durch Kassel

Kassel und Fahrräder, dazu fällt einem erstmal nicht viel ein, besonders nicht, wenn man aus Fahrradstädten wie Münster oder Göttingen kommt. Man sieht nicht viele Fahrräder auf den Straßen und Radwegen. Dies bestätigt auch Professor Dr.-Ing. Carsten Sommer vom Fachgebiet Verkehrsplanung und Verkehrssysteme an der Universität Kassel: „Die Nachfrage im Radverkehr in Kassel ist im Vergleich zu anderen Städten deutlich unterrepräsentiert.“

Aber woran liegt das eigentlich? Kassels Topographie, oder vereinfacht gesagt: das innerstädtische Bergauf- und ab, spielt dabei gar keine so große Rolle, wie man zunächst vermuten würde. „In anderen Städten mit ähnlicher Topographie, wie zum Beispiel Tübingen, werden Fahrräder weitaus häufiger genutzt“, so Professor Sommer. Seiner Meinung nach gibt es zwei Hauptgründe für die fehlenden Zweiräder auf Kassels Straßen: „Fehlendes Bewusstsein und die schlechte Infrastruktur.“

Auch die guten Angebote des öffentlichen Nahverkehrs könnten ein weiterer Grund für die geringe Radel-Begeisterung in Kassel sein, allerdings lässt Professor Sommer dieses Argument so nicht gelten und zieht wieder den Vergleich zu anderen Städten, in denen trotz guter Nahverkehrsangebote die Fahrräder weitaus häufiger rollen.

Mehr Räder, mehr Sicherheit

Bleiben also die zwei Hauptargumente. Beide kann Julia (27), die an der Uni Kassel gerade ihren Master macht, nur bestätigen. Vor einigen Monaten wurde sie von einem ausparkendem Auto übersehen und hat sich bei diesem Unfall ihren Mittelfußknochen gebrochen. „Radfahrer gehören auf die Straße“, sagt

Professor Sommer trotz oder gerade wegen solcher Unfälle. Das klingt im ersten Moment paradox, macht nach seiner Erklärung aber durchaus Sinn: „Je höher der Radanteil auf den Straßen ist, desto sicherer ist der Verkehr und weniger Unfälle passieren. Die Autofahrer nehmen bei höherem Radverkehrsanteil die Fahrradfahrer auf der Straße bewusster wahr und fahren somit im Regelfall umsichtiger. Ein vernünftiges Miteinander sollte das Ziel sein.“ Der Bau von Radwegen sei dabei zwar eine Option, Professor Sommer sieht aber auch kleinere und kostengünstige Maßnahmen, wie das Einrichten von Fahrradstraßen oder Aufstellflächen für Radfahrer vor dem Kfz-Verkehr an Ampeln als positive Alternativen.

Bewusstsein erweitern – Fahrrad fahren

Der Kreisverband Kassel des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) feierte 2009 mit der Einrichtung der Menzelstraße als Fahrradstraße einen ersten Erfolg und will weiterhin sein Ziel verfolgen, „mehr Menschen im Alltag auf das Fahrrad zu bringen“. Der Kreisverband hat auch eine Radwanderkarte für Kassel und Umgebung herausgebracht, die im Buchhandel oder im Umweltschauhaus erworben werden kann und fast ganz Nordhessen abdeckt. Wem Informationen zu den Radwegen in der Innenstadt reichen, der kann sich auf der Webseite der Stadt Kassel eine Karte herunterladen.

Dass es trotz solcher Informationen und Organisationen wie dem ADFC an einem Fahrrad-Bewusstsein in Kassel fehlt, macht Professor Sommer an kleinen Dingen fest, wie zum Beispiel einer fehlenden Umleitung für die im Fahrradstadtplan ausgewiesene

KASSEL
STADT DER KLIMASCHÜTZER
Mehr Infos unter www.sw-kassel.de

100% NATURSTROM
Seit 2007 automatisch für alle ohne Aufpreis!

100% NATUR GAS CO₂ NEUTRAL
Seit 2010 automatisch für alle ohne Aufpreis!

Städtische Werke Aktiengesellschaft

Hier ist Ihre Energie.



Radroute auf dem Unigelände, der an der Ahna entlangführt und momentan vor der Baustelle an der Zentralmensa endet. „Es gibt keine Umleitung und auch keine anderen Hinweisschilder für Fahrradfahrer. Das wäre

Dann kann es mit dem Konrad-Fahren schon fast losgehen: Jedes Fahrrad hat auf dem Schlossdeckel eine individuelle Nummer stehen. Diese wird angerufen und der Nutzer wird, sofern bei der Registrierung angegeben, an seiner Handynummer erkannt. Ein Tipp auf das Schlossdisplay öffnet dieses und als Studierender kann man nun eine dreiviertel Stunde kostenlos fahren. Jede weitere angefangene halbe Stunde kostet, wie für den Normalbürger auch, 50 Cent.

Theoretisch ist es auch möglich, das Rad nach der dreiviertel Stunde einfach gegen ein neues zu tauschen und somit länger für den halbjährlich Beitrag von 1 €, den wir schon im WS11/12 mit den Semesterbeiträgen bezahlt haben, zu nutzen. Sollten das allerdings mehr als 10 Prozent der Studierenden machen, gibt es eine Sperrklausel im Vertrag zwischen AStA und Konrad. Da durch die technischen Probleme die Nutzung im letzten Wintersemester nicht ermöglicht wurde, wurde der Beitrag für dieses Semester erlassen.

Testfahrer und -fahrerinnen, zu denen ich nach meinem Gespräch mit Professor Sommer auch gehöre, nutzen das System seit dem 27. Februar und evaluieren anschließend die Nutzung. Mit Redaktionsschluss sitze ich also zum ersten Mal auf einem Konrad-Sattel und hoffe, euch spätestens im April auch da zu entdecken. Professor Sommer hat das Konrad schon ausprobiert und zeigte sich beeindruckt: „Die Räder sind wirklich gut. Sogar mit stufenloser Gangschaltung, davon hatte ich davor auch noch nichts gehört.“ Also: Registriert euch auf der Webseite und sorgt für ein wenig Bewusstseinsweiterung in Sachen Fahrrad fahren! (svm)

im motorisierten Verkehr gar nicht möglich und würde auch nicht vorkommen. Da fehlt eben noch das Bewusstsein für die Radfahrer.“

Dabei ist das Rad das schnellste städtische Verkehrsmittel bei Strecken von drei bis vier Kilometern. Trotzdem nehmen die Kasseler momentan lieber noch die Parkplatssuche in Kauf. Auf dem Weg zu einer nachhaltigen Mobilität haben die Stadt Kassel und auch NVV und KVG ein Interesse an mehr Radfahrern auf den Straßen. Auch das ist ein Grund für die Installation des neuen Fahrradverleihprojektes Konrad.

Konrad kommt

„Konrad wird das Bewusstsein für den Fahrradverkehr erweitern. Diese Wirkung ist fast noch wichtiger als die tatsächliche Nutzung, denn langfristig gesehen wird dadurch allgemein das Thema Fahrradfahren in Kassel gestärkt werden“, ist sich Professor Sommer sicher.

Diese Wirkung erhofft sich sicher auch die Stadt, die mit dem Pilotprojekt Konrad vom Bund gefördert wird. Dazu hat die Stadt Kassel an einem Wettbewerb des Bundesministeriums für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung teilgenommen und konnte mit ihrem Konzept, neben anderen Städten wie Mainz oder Nürnberg, überzeugen. Gut bewertet wurde besonders die Zusammenarbeit und Verknüpfung mit dem ÖPNV vor Ort: Mit fast allen NVV-Tickets kann Konrad 30 Minuten kostenlos genutzt werden.

Aber warum hat es denn so lange gedauert, bis Konrad endlich ins Rollen kam?

Auskunft gibt das Mobilitätsreferat vom AStA. „Technische Probleme“, lässt sich die Verschiebung des Projektes seit dem letzten Herbst erklären. „Genauer gesagt gab es Probleme mit der Stromversorgung der Schlösser.“ Außerdem gab es zu Anfang der Planung auch steuerrechtliche Bedenken. Bis Redaktionsschluss stand aber fest: Konrad kommt und zwar ab Anfang April.

Wie funktioniert's?

Sandro (24), der nahe am ICE-Bahnhof in Wilhelmshöhe wohnt und oft an der Ing-Schule Vorlesungen hat, freut sich jedenfalls schon auf den Startschuss. „Für mich liegen die Stationen von Konrad echt optimal. Nach meinem Auslandsaufenthalt werde ich bestimmt öfter mit dem Konrad zur Uni fahren.“

Wo die Konrad-Stationen sonst überall verteilt sind, sieht man auf der Webseite: www.konrad-kassel.de. Hier können die Studierenden sich auch registrieren, denn eine einmalige Anmeldung ist vor der Fahrradausleihe notwendig. Nach der Registrierung erhält man eine Nummer, die dem eigenen Konto zugewiesen ist.

Zeitschriften Toto-Lotto Telefonkarten Druckerpatronen

Lenzen's Lädchen No. One

Wolfgang Lenzen

Holländische Str. 36

Mo - Frei 6-20 Uhr | Samstag 7-20 Uhr | Sonn- u. Feiertag 8-13 Uhr

LAST MINUTE TICKETS

FÜR SCHÜLER UND STUDENTEN
5 EURO IM SCHAUSPIELHAUS / 8 EURO IM OPERNHAUS
AB 15 MINUTEN VOR VORSTELLUNGSBEGINN
AN DER THEATERKASSE

Studi-Job Akt-Modell: Nackt gegen Geld

Es ist still im Hörsaal der Kunsthochschule Kassel. Niemand redet, leise Musik sorgt für eine entspannte Atmosphäre. Die Professorin hält sich im Hintergrund. Mitten im Raum streckt sich ein halbnackter, junger Mann auf einer Isomatte. Dreißig Augenpaare beobachten ihn dabei genau, jede Sehne, jeder Muskel wird von Studentinnen und Studenten mit Bleistift und Tusche auf dem Papier festgehalten.

Es ist Dienstagabend, 18 Uhr, und David sitzt Modell. Er studiert selbst an der Kunsthochschule im neunten Semester Trickfilm und neue Medien. Seit ein paar Monaten macht er mit Freunden den etwas anderen Studentenjob. „Wir sind eine Gruppe von sechs Leuten und stehen abwechselnd bei zwei Kursen Modell. Für eineinhalb Stunden bekommen wir 27.50 Euro“. Zu den



Akt-Modell David bei der Arbeit.

Kursen kommen Studierende aus allen Bereichen der Kunsthochschule, doch auch Studis vom HoPla sind willkommen. Die meisten Aktmodelle sind nackt, David und seine Freunde tragen Unterhosen: „Ich habe schon darüber nachgedacht, aber ich gebe den Zeichnern auch so viel Abwechslung. Es geht uns auch nicht um die Nacktheit, sondern um die Positionen, die wir einnehmen. Doch die Bewegungen sind teilweise weird und die Positionen so abgefahren, das würde ohne Unterwäsche obszön aussehen.“

Seine Haltungen muten tatsächlich sehr akrobatisch an. So sitzt er auch schon mal im Yoga-Sitz da, die Arme hinter dem Körper überkreuzt oder in anderen Verrenkungen. Die Positionen sehen hart bis schmerzhaft aus, doch für David sind sie kein Pro-

blem. Denn er und die fünf anderen Modelle, mit denen er sich abwechselt, sind Tänzer der Künstlergruppe „Hä*Wie?!“. Für den Kurs bieten sie experimentelle Figuren zum Zeichnen statt der klassischen statischen Posen.

David ist bereits seit zwölf Jahren Tänzer, er macht Breakdance beziehungsweise B-Boying. Angefangen hat er damit in der freien Tanzszene, die ursprünglich aus der Hip-Hop-Kultur entstanden ist. In seiner selbst weiterentwickelten Tanzform sind alle Bewegungen erlaubt. Über die Zeit lernte er viele Menschen kennen, die sich wie er im Zirkusbereich und Ausdruckstanz Inspirationen holen. David und die übrigen bei „Hä*Wie?!“-Aktiven haben einen Namen für diesen speziellen Tanzstil: „Wir nennen das Evolving – aus dem englischen Wort für Entwickeln. Die Bewegungen dabei sind total neu und innovativ“, schwärmt er.

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Akt-Zeichnerkurses stellen die tänzerischen Bewegungen eine echte Herausforderung dar. Und auch David und die Jungs von Hä*Wie?! profitieren von dem Job: „Wir wollen interessante Bewegungsabläufe Schritt für Schritt zeigen. Ich sehe das als Übung. Eineinhalb Stunden bezahltes Training und Stretching sozusagen. Gleichzeitig habe ich jemanden, der das dokumentiert. Das ist eine Win-Win-Situation: Die Kunststudenten sehen neue Figuren, das ist für die Zeichnungen toll, und wir machen ein Projekt daraus. Das ist wie eine Studie für uns, wir dokumentieren alles.“ Dafür fotografieren die Modelle die Arbeiten der Akt-Zeichnenden ab.

Beim ersten Mal war es trotzdem etwas seltsam für David, leicht bekleidet vor seinen Kommilitonen zu sitzen: „Dadurch, dass ich aus diesem Bereich komme, also Performance, Tanz und Theater, habe ich Bühnenerfahrung und bin daran gewöhnt, dass die Leute mich anschauen. Ich saß auch schon öfters in Shorts auf der Bühne. Aber beim ersten Mal war es hier schon komisch. Aber man ist schnell drin.“

Geld spielt für ihn nur eine Nebenrolle. „Eigentlich ist die Bezahlung nicht so hoch. Wir machen das vor allem für die Doku. Wenn ich nicht Bock darauf gehabt hätte, wäre ich nicht dabei, zumal es sehr anstrengend ist. Schon normale Aktmodelle empfinden es als schwierig, die Positionen für längere Zeit zu halten. Aber bei den extremen Positionen, die wir halten, ist es noch wesentlich ermüdender.“ Besonders wenn die Künstler eine Haltung länger zeichnen wollen, wird es hart: „Oft sind zwei Minuten erwünscht, manchmal fünf, je nachdem, wie der Kurs hat. Wir wechseln meist zweiminütig, aber es ist auch ab und zu schön, sich länger so zu halten. Wenn das dann mal nicht klappt, nimmt es niemand übel.“ Nur die Hände der Zeichnerinnen und Zeichner bewegen sich dann wieder etwas schneller, um keinen Schwung auszulassen. (saj)

Impressum

Ausgabe 1 | 2012 • Auflage 8.000 Exemplare

Herausgeber:

Studentenwerk Kassel, Anstalt des öffentlichen Rechts, Wolfhager Straße 10, 34117 Kassel

Redaktion:

Brigitte Schwarz, Joey Arand (saj), Melanie Vogelpohl (svm)
Studentenwerk Kassel, Öffentlichkeitsarbeit, Wolfhager Straße 10, 34117 Kassel
Telefon: 0561/804 25 65 • Fax: 0561/804 35 20 • E-Mail: oeffarb@studentenwerk.uni-kassel.de
www.studentenwerk-kassel.de

Gesamtherstellung und Anzeigenwerbung:

DER PLAN OHG, Siegmund-Schuckert-Str. 5, 68199 Mannheim
Telefon: 0621/83 59 69-0 • E-Mail: info@derplan-online.de

Layout & Grundgestaltung:

Manuela Strzys, strzys@yahoo.de

Fotos & Abbildungen:

Studentenwerk Kassel; privat (Seiten 1, 6),
MS Clipart (Seite 3), UniKasselTransfer (Seite 7),



Plan B: Was statt Zentralmensa geht ...

Mit dem Plan-B-Icon kennzeichnen wir ab sofort die Angebotsalternativen für unsere Gäste auf dem Campus Holländischer Platz: Wegen der Bauarbeiten an der Zentralmensa kommt es dort zu Angebotseinschränkungen. Darüber informieren wir so schnell wie möglich – natürlich auch über den entsprechenden Plan B.



Sparkassen-Girokonto

Mehr Infos auf www.sparkassen-finanzgruppe-ht.de
oder in Ihrer Sparkasse.

Sparkasse

LBS

SV SparkassenVersicherung

Helaba

ZUSAMMEN die Welt erobern.

 **Finanzgruppe
Hessen-Thüringen**

In der Sparkassen-Finanzgruppe Hessen-Thüringen finden Sie in jeder Situation den richtigen Partner, um Ihre Ziele zu erreichen. Mit dem Girokonto Ihrer Sparkasse starten Sie mit Sicherheit entspannt in Ihren neuen Lebensabschnitt. Nutzen Sie alle Möglichkeiten weltweiten Zahlungsverkehrs und genießen Sie den Komfort eines modernen Online-Kontomanagements. Und falls Sie doch mal Bargeld brauchen, warten deutschlandweit über 25.000 Geldautomaten auf Sie. **Zusammen mit Ihnen. Das ganze Leben.**

Mülltauchen: Abfall oder Essen?

MensaZeit-Redakteurin Joey ist unsere Frau fürs Experimentelle. Dieses Mal tauchte sie für die MensaZeit-Leserinnen und -Leser tief hinein in Container und Mülleimer:

Draußen ist es kalt, dunkel und ungemütlich. Der perfekte Abend für eine Tasse Tee und ruhige Musik. Warm eingepackt sitze ich daheim und habe keine Lust, mein warmes Zimmer zu verlassen. Fehlanzeige. Denn heute Abend gehe ich containern.

Über das „Containern“ habe ich gelesen: Menschen verschiedenster Gruppen und Ansichten ziehen meist nachts los, um die Mülltonnen der Supermärkte und Bäckereien nach noch genießbarem Essen zu durchforsten. Ihre Motivation: Sie kritisieren Lebensmittelverschwendung und wollen nicht dazu beitragen, dass Essen weggeworfen wird. Denn laut einer im vergangenen Jahr veröffentlichten Studie der Welternährungsorganisation (FAO) landet bereits mehr als die Hälfte unserer Lebensmittel im Müll. Ganz nebenbei sparen Mülltaucher natürlich auch Geld.

Ich will wissen, wie Containern geht. Darum klingelt um 23 Uhr Felix** an meiner Tür. Er ist selbst Mülltaucher und nimmt mich heute auf seinen Beutezug mit. Warm eingepackt, mit Taschenlampe und Gummihandschuhen ausgerüstet, machen wir uns



Frisch und knackig: Die Ausbeute einer Container-Nacht.

auf den Weg. Von meiner Nachbarin leihe ich mir noch ein Fahrrad aus – denn Supermärkte, bei denen man nach Müll tauchen kann, gibt es in meiner Nachbarschaft nicht. Viele Discounter sperren ihre Mülltonnen ab. Und juristisch gesehen, ist Containern nicht erlaubt – so seltsam das auch klingt: Der Lebensmittelabfall gehört auch in der Mülltonne noch dem Supermarkt.

Zwanzig Minuten brauchen wir zum ersten Discounter. Auf dem Weg erzählt mir Felix, was ihn zum Mülltaucher gemacht hat. „Ich habe eine Dokumentation über die Verschwendung von Lebensmitteln gesehen und darin kam eine Containerin vor. Es hat mich ziemlich aufgeregt, wie viele Lebensmittel noch genießbar sind, aber weggeworfen werden.“ In Kassel traf er zufällig Gleichgesinnte, mit denen er sich über gute Adressen fürs Containern austauschte. „Jetzt ziehe ich hin und wieder allein los, aber meistens gehen wir in Gruppen von zwei bis drei Leuten. Die meisten von uns machen das aus Überzeugung“, berichtet der Lehramtsstudent. Oft kommen bei einer Container-Tour mehrere Kilos Lebensmittel zusammen.

Auch heute haben wir Glück. Gleich beim ersten Supermarkt, den wir ansteuern, stehen etliche grüne Tonnen, die man leicht durchstöbern kann. Der Platz ist gut beleuchtet, die Tonnen-De-

ckel lassen sich leicht öffnen. Und ich bin verblüfft. Erwartet hatte ich vergammeltes Gemüse und halbfaules Obst mit Anteilen von Essbarem. Tatsächlich aber liegen saftige rote Bio-Erdbeeren, gelb leuchtende Zitronen, knackig grüner Salat und buntes Gemüse vor mir. Frische Lebensmittel, die nicht in die Tonne gehören?

Laut der Wiener Wissenschaftlerin Felicitas Schneider vom Institut für Abfallwirtschaft werden pro Discounter täglich etwa 45 Kilo genießbares Essen weggeworfen. Das hat verschiedene Gründe: Deutschland lebt im Überfluss. Supermärkte wollen auch noch fünf Minuten vor Ladenschluss frische Brötchen und volle Regale anbieten. Was dann nicht verkauft wurde, wird aussortiert, da es am nächsten Tag schon als alt gilt. Außerdem ist es für Supermärkte oft wirtschaftlicher, noch einwandfreie Lebensmittel auszusortieren, wenn eine neue Lieferung eingeht – etwa die Joghurtbecher aus dem Regal zu räumen, weil neue Becher bereits bereitstehen.

„Es wird zwar oft behauptet, dass die Lebensmittel an die „Tafel“ gespendet werden, aber Fakt ist, dass immer noch viel zu viel weggeschmissen wird“, ärgert sich Felix, als er in den Tonnen nach genießbarem Essen wühlt. „Oh, da haben wir wieder was“, ruft er und leuchtet mit seinem Handy in die Tonne. Ein Dutzend Pakete Weintrauben liegt darin, die Früchte gelbgrün und knackig. Felix öffnet eine der Plastikschalen und steckt sich eine Traube in den Mund. Die restlichen Lebensmittel verstaut er in seinem Rucksack und zwei Tragetaschen. Weiter geht es zu den nächsten Discountern.

Voll gepackt radeln wir an einem Supermarkt vorbei. Felix war hier noch nie Containern, aber wir werfen trotzdem einen schnellen Blick in den Hof. Doch die Mülltonnen sind hinter Gittern abgesperrt. Andere Supermärkte pressen sofort das ganze Essen zusammen; so wird es für die Mülltaucher komplett unbrauchbar.

Nach deutschem Recht ist auch Abfall noch dem Eigentümer zuzurechnen; demnach könnte Mülltauchen als Diebstahlsdelikt gelten. Außerdem könnte unberechtigtes Betreten der Supermarktgrundstücke als Hausfriedensbruch gewertet werden. Auch Felix hat sich schon mit dem Thema beschäftigt: „Erwischt wurde ich bisher noch nicht und mache mir auch keine Gedanken darüber, dass das passieren könnte. Aber es ist klar, dass man sich beim Containern in einer gewissen rechtlichen Grauzone bewegt.“

Vorsichtig geht es beim nächsten Supermarkt weiter. Wir beide ziehen uns unsere Mützen tief ins Gesicht – für den Fall, dass es hier Kameras gibt. Auch hier wieder leicht zugängliche Tonnen, in denen wir Obst und Gemüse finden. Doch was liegt da unter Essensabfällen, einer Packung mit zerbrochenen Eiern und Salaten mit Druckstellen? Drei Flaschen Grapefruitsaft! Bei zweien ist das Mindesthaltbarkeitsdatum um einen Tag überschritten, bei der dritten wird es erst in zwei Wochen erreicht.

Auf leicht verderblichen Lebensmitteln wie zum Beispiel Fisch, Geflügel und rohem Fleisch muss ein Verbrauchsdatum angegeben sein, an das sich Konsumenten unbedingt halten sollten. Dieses Verbrauchsdatum sollte aber nicht mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) verwechselt werden. Denn das Mindesthaltbarkeitsdatum sagt nur wenig über die Frische oder den Verderb der Produkte aus und wird allzu oft von Konsumenten falsch

verstanden. Und dann wandern Lebensmittel in den Abfalleimer, die noch gut aussehen, gut riechen und einwandfrei genießbar sind. Das MHD garantiert lediglich, dass bis zum darin genannten Zeitpunkt Lebensmittel ohne Geschmacks- und Qualitätseinbußen sowie gesundheitliches Risiko zu konsumieren sind.

Mülltaucher wie Felix prüfen für sich selbst, ob Lebensmittel gegessen werden können, obwohl das MHD bereits „abgelaufen“ ist. Felix nimmt Obst und Gemüse genauestens unter die Lupe, wäscht alles gründlich. Gerade wenn es draußen schon warm sei, meint er, müsse man besonders aufpassen. „Im Sommer riechen die Tonnen schon unangenehm, aber man kann ja Handschuhe benutzen, die Sachen ordentlich mit Wasser brausen und bei Bedarf zusätzlich schälen.“ Und für den Fall, dass man im Dunkeln tatsächlich etwas erwischt habe, was wirklich verdorben ist, könne man ja immer noch aussortieren und wegwerfen.

Um ein Uhr nachts und zurück von unserer gemeinsamen Containertour, inspizieren wir müde und durchgefroren unsere Ausbeute: Jede Menge blauer und gelber Trauben, Zitronen, Äpfel, Salat, Tomaten, Kräuter, Suppengemüse, Grapefruitsaft und sogar frische Erdbeeren – alles frisch und lecker aus der Mülltonne. Ganz schön schräg, unsere Überflusswelt.“ (saj)

* Die FAO-Studie zum Nachlesen unter:
www.messe-duesseldorf.de/save-food/doc/Global_Food_Losses.pdf

** Felix heißt in Wirklichkeit anders. Aber Containern ist nicht erlaubt – darum nennen wir hier nicht seinen echten Namen.

Dritter Kasseler Science Slam: Wissenschaftsschlacht im Zehn-Minuten-Takt

Wissenschaft kann unterhaltsam sein! Den Beweis dazu treten sechs Wissenschaftler der Universität Kassel live an. Am 4. Mai gehört die Bühne des K19 wieder den „Slammern“. Hier haben sie Gelegenheit, ihr Forschungsthema populärwissenschaftlich zu präsentieren – und die Zuschauer zu begeistern.

Bedingung: Es muss ein Thema sein, an dem der oder die Vortragende selbst forscht. Je Kurzvortrag gibt es nicht mehr als zehn Minuten Zeit. Die Uhr tickt gnadenlos: Start, Show, Cut. Das Publikum erwartet frisch aufbereitete, gut verständliche Vorträge, unterhaltsam und voller Wissen. Über Sieg oder Niederlage wird stehenden Fußes entschieden. Gekämpft wird um den Titel des „Slam-Champions“.

Der 3. Kasseler Science Slam wird ermöglicht durch die Universitätsgesellschaft Kassel e.V.

► **Freitag, 4. Mai 2012, 20 Uhr,**
 Kulturzentrum K 19, Moritzstraße 19, Kassel
 Einlass ab 19 Uhr; Eintritt 3 €. Vorverkauf ab Anfang April: Buchhandlung unibuch, Gottschalkstr. 8-10, Kassel. Restkarten an der Abendkasse.
www.scienceslam-kassel.de

SCIENCE
 Slam

El Sol **SPECIALS!**

MONTAG!
BIG-EATING
50 % auf
alle Hauptgerichte
 (ausgenommen Nr. 101)

MITTWOCH!
STUDITREFF
alle 0,5-L-Cocktails
 statt 9.80 nur **5,90 Euro**

FREITAG!
HAPPY-DAY
gekennzeichnete
Cocktails
 nur **4,- Euro**

Das El Sol gibt es jetzt auch für zu Hause! Cocktails, Burger, Pizzen... und mehr! Schaut in die Extra-Karte unter:
www.elsol-kassel.de

oder ruft an unter:
 05 61 / 7 66 94 34

Probier den Lieferservice!
El Sol@HOME

El Sol Kassel
 Hermannstraße 5 · 34117 Kassel · Tel. 05 61 / 7 66 94 36
www.elsol-kassel.de · info@elsol-kassel.de

El Sol @HOME



Preise: Essen ① Studierende: 1,50€ • Bedienstete: 2,70€ • Gäste: 3,30€

Essen ② Studierende: 2,10€ • Bedienstete: 3,30€ • Gäste: 3,90€

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Zentralmensa Arnold-Boде-Strasse	① Gebackene Fischfrikadelle mit feurigem Gurken-Chutney	① Rosmarinkartoffeln mit Spundekäs (f)	① Rote Tandoori-Linsen mit Zucchini (v)	① Würzige Reispfanne mit Streifen von der Putenbrust und knackigem Gemüse	① -
	② Vietnamesischer Rührei-Salat mit Ingwer und Knoblauch (f)	② Geflügelbratwurst mit Geflügelsauce	② Spaghetti Carbonara mit Parmesan (s)	② Kasseler grüne Sauce „mal anders“ mit gekochten Eiern (f)	② -
	③ -	③ -	③ -	③ -	③ -
	④ Feines Ragout vom Rind mit Perlzwiebeln und Austern- pilzen (r,a) 3,50/4,70/5,30€	④ Cordon bleu vom Schweinerücken mit Bratensauce (s,a) 3,50/4,70/5,30€	④ Klassischer Bratgockel aus dem Backofen mit Ketchupsauce (9a) 3,70/4,90/5,60€	④ Angebot des Tages Tagespreis	④ -

Heinrich-Plett-Strasse Wilhelmshöher Allee	① Gebackene Fischfrikadelle mit feurigem Gurken-Chutney	① Rosmarinkartoffeln mit Spundekäs (f)	① Rote Tandoori-Linsen mit Zucchini (v)	① Würzige Reispfanne mit Streifen von der Putenbrust und knackigem Gemüse	① -
	② Vietnamesischer Rührei-Salat mit Ingwer und Knoblauch (f)	② Geflügelbratwurst mit Geflügelsauce	② Spaghetti Carbonara mit Parmesan (s)	② Kasseler grüne Sauce „mal anders“ mit gekochten Eiern (f)	② -
	③ -	③ -	③ -	③ -	③ -
	④ Feines Ragout vom Rind mit Perlzwiebeln und Austern- pilzen (r,a) 3,50/4,70/5,30€	④ Cordon bleu vom Schweinerücken mit Bratensauce (s,a) 3,50/4,70/5,30€	④ Klassischer Bratgockel aus dem Backofen mit Ketchupsauce (9a) 3,70/4,90/5,60€	④ Angebot des Tages Tagespreis	④ -

Witzenhausen	① Putencurry auf Kräuterreis	① Portion Blumenkohl nach pol- nischer Art mit gerösteten Sem- melbröseln, Kräutern und Ei (f)	① Andalusische Paprikaklopse mit Gemüse-Jus (s)	① Frankfurter grüne Sauce mit gekochten Eiern und gehackten Kräutern (f)	① -
	② -	② -	② -	② Matjes mit Äpfeln, Zwiebeln und Schnittlauch auf Kartoffelpuffer (3)	② -
	③ Kartoffelraffeln mit Blattspinat und Käse- rahmsauce überbacken (f,ö) 2,60/3,80/4,40€	③ -	③ Pennnudeln mit Kräuterpesto (v,ö) 2,60/3,80/4,40€	③ Mohrrübchen im Backteig mit Holländischer Sauce (f,ö) 2,60/3,80/4,40€	③ -
	④ -	④ Schweinegulasch Stroganoff Art mit Zwiebeln und Gurken- streifen in Senf-Rahmsauce (s,ö) 3,70/4,90/5,50€	④ -	④ -	④ -

Menzelstraße	① Gebackene Fischfrikadelle mit feurigem Gurken-Chutney	① Rosmarinkartoffeln mit Spundekäs (f)	① Rote Tandoori-Linsen mit Zucchini (v)	① Würzige Reispfanne mit Streifen von der Putenbrust und knackigem Gemüse	① -
	② Vietnamesischer Rührei-Salat mit Ingwer und Knoblauch (f)	② Geflügelbratwurst mit Geflügelsauce	② Spaghetti Carbonara mit Parmesan (s)	② Kasseler grüne Sauce „mal anders“ mit gekochten Eiern (f)	② -

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Gratings, Salatbüfett im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Ihr **Campus-Restaurant „Moritz“** ist während des Umbaus der Zentralmensa bis voraussichtlich 1. Oktober im 1. Stock der Cafeteria Pavillon zu Gast. Dort erwartet Sie ein tages-aktuelles Angebot von vier Gerichten und großem Salatteller. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 11.00-17.00 Uhr (während der vorlesungsfreien Zeit 11.00-15.00 Uhr). Speisekarte zum Vorfreuen unter www.studentenwerk-kassel.de/moritz.html

Die Essen können durch weitere Beilagen zum Preis von jeweils 60 Cent ergänzt werden. Wählen Sie aus zwischen verschiedenen Suppen, Salaten und Desserts, zwischen Kartoffeln (ö), Pellkartoffeln (ö), Reis, Nudeln und Pommes frites. Außerdem gibt es in der Zentralmensa täglich als Wahlessen wechselnde große, gemischte Salate, mit gebratenen Geflügelstreifen, Tunfisch, Hirtenkäse, Mozzarellawürfeln nach Wahl, dazu Knoblauchbaguette und 2 Beilagen nach Wahl. In der Mensa Heinrich-Plett-Strasse gibt es zusätzlich frische Salate vom Büfett. In der Mensa in Witzenhausen ist das Essen 3 immer ökologisch. Zusätzlich werden hier 2 Öko-Fleischgerichte als Menü 4 angeboten. Nach EG-Öko-Verordnung, DE-Öko-034-Kontrollstelle **Änderungen vorbehalten**

Wir suchen studentische Aushilfen!



Wir bieten Ihnen eine anspruchsvolle Aushilfstätigkeit in einem teamorientierten Arbeitsumfeld in einem modernen, expandierenden Unternehmen. Ihre Aufgaben umfassen u. a.

- die Zusammenstellung und Aktualisierung von Vertragsdaten und die Aufbereitung von Datenmaterial,
- der Aufbau und die Pflege von Datenbanksystemen,
- und die Erstellung von Präsentationscharts

Mehr unter www.wingas.de/karriere

Die Essen bestehen aus einer Hauptkomponente und 2 Beilagen nach Wahl. Alle Preise einschließlich 2 Beilagen nach Wahl!

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zentralmensa Arnold-Bode-Straße	① - ② - ③ - ④ -	① Hacksteak mit Pfeffersauce (s) ② Knöpfe mit Steinchampignons in Rahmsauce (f) ③ - ④ Pfannengyros von der Putenbrust mit frischen Tomaten, Zwiebeln und Zaziki 3,40/4,60/5,20€	① Spaghetti mit Bärlauchsauce (f) ② Knusperfisch mit Snack-Dressing und hausgemachtem Kartoffelsalat (1,9) ③ - ④ Chili con Carne nach Art des Küchenchefs mit Kartoffelwürfeln (r) 3,20/4,40/5,00€	① Kartoffelauflauf mit Frühlingsgemüse und Kräutersauce (f) ② Makkaroni-Pfanne mit Geflügelfleisch ③ - ④ Schweineschnitzel im Taco-Mantel mit Avocado-Dip (s) 3,70/4,90/5,50€	① Knuspriger Hähnchenschenkel mit Ingwer, Zitronengras und Orangen-Pfeffer mariniert ② Bohnen in Paprika-Tomaten-Curry mit Basilikum (v) ③ - ④ Gebackenes Schollenfilet an Sauce Béarnaise (Buttersauce mit Kräuter-Reduktion) (a) 3,30/4,50/5,10€
Heinrich-Plett-Straße Wilhelmshöher Allee	① - ② - ③ - ④ -	① Hacksteak mit Pfeffersauce (s) ② Knöpfe mit Steinchampignons in Rahmsauce (f) ③ - ④ Pfannengyros von der Putenbrust mit frischen Tomaten, Zwiebeln und Zaziki 3,40/4,60/5,20€	① Spaghetti mit Bärlauchsauce (f) ② Knusperfisch mit Snack-Dressing und hausgemachtem Kartoffelsalat (1,9) ③ - ④ Chili con Carne nach Art des Küchenchefs mit Tomaten-Olivensauce (r) 3,20/4,40/5,00€	① Kartoffelauflauf mit Frühlingsgemüse und Kräutersauce (f) ② Makkaroni-Pfanne mit Geflügelfleisch ③ - ④ Schweineschnitzel im Taco-Mantel mit Avocado-Dip (s) 3,70/4,90/5,50€	① Knuspriger Hähnchenschenkel mit Ingwer, Zitronengras und Orangen-Pfeffer mariniert ② Bohnen in Paprika-Tomaten-Curry mit Basilikum (v) ③ - ④ Gebackenes Schollenfilet an Sauce Béarnaise (Buttersauce mit Kräuter-Reduktion) (a) 3,30/4,50/5,10€
Witzenhausen	① - ② - ③ - ④ -	① Süßsaures Asiagemüse auf Curry-Früchtereis (f) ② Pfannen-Gyroschnetzeltes vom Schwein mit Zaziki (s) ③ Lauch-Kartoffelgratin mit Karotten-Kräuterschaum (f,ö) 2,60/3,80/4,40€ ④ Lammgulasch mit grünen Bohnen in Senf-Thymianjus 3,70/4,90/5,50€	① Curry-Bratwurst mit Ketchupsauce (s,2,9a) ② Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltasche , dazu Petersilienschaum (f) ③ Brennnessel-Spiralnudeln mit Tomaten-Olivensauce (v,ö) 2,60/3,80/4,40€ ④ -	① Krautwickel mit Getreidefüllung und holländischer Sauce (f) ② Gebackene Chickencrossies mit Paprikadip ③ Gebatene Käsepätzle mit Gemüse-Rahmsauce (f,ö) 2,60/3,80/4,40€ ④ Hackbraten mit Champignon-Kräutersauce (s,ö) 3,70/4,90/5,50€	① Gebratener Seefisch an Curry-Erbsensauce ② Champignons im Backteig mit Schnittlauchsauce (f) ③ Kichererbsen-Paprika-Falafel mit einer Knoblauch-Sahnesauce (f,ö) 2,60/3,80/4,40€ ④ -
Menzelstraße	① - ② -	① Hacksteak mit Pfeffersauce (s) ② Knöpfe mit Steinchampignons in Rahmsauce (f)	① Spaghetti mit Bärlauchsauce (f) ② Knusperfisch mit Snack-Dressing und hausgemachtem Kartoffelsalat (1,9)	① Kartoffelauflauf mit Frühlingsgemüse und Kräutersauce (f) ② Makkaroni-Pfanne mit Geflügelfleisch	① Knuspriger Hähnchenschenkel mit Ingwer, Zitronengras und Orangen-Pfeffer mariniert ② Bohnen in Paprika-Tomaten-Curry mit Basilikum (v)

Ostermontag

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Gratings, Salatbüffet im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Ihr **Campus-Restaurant „Moritz“** ist während des Umbaus der Zentralmensa bis voraussichtlich 1. Oktober im 1. Stock der Cafeteria Pavillon zu Gast. Dort erwartet Sie ein tagesaktuelles Angebot von vier Gerichten und großem Salatteller. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 11.00-17.00 Uhr (während der vorlesungsfreien Zeit 11.00-15.00 Uhr). Speisekarte zum Vorfreuen unter www.studentenwerk-kassel.de/moritz.html

(1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) mit Süßungsmitteln, (9a) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) mit einer Phenylalaninquelle, (f) fleischlos, (v) vegan, (ö) ökologisch, DE-Öko-034-Kontrollstelle, (s) Schweinefleisch bzw. Schweinefl.-Anteile, (r) Rindfleisch bzw. Rindfl.-Anteile, (a) mit Alkohol, (g) mit Gelatine. Wir verwenden ausschließlich jodiertes Speisesalz.
Essenzeiten: Zentralmensa Mo-Fr: 11.30-14.15 • Heinrich-Plett-Straße & Wilhelmshöher Allee Mo-Fr: 11.45-14.00 • Bistro K10 Mo-Do: 11.30-20.30 / Fr: 11.30-14.30
Cafeteria Menzelstraße Mo-Do: 12.00-14.00 / Fr: 12.00-13.30 • **Restaurant Moritz** Mo-Fr: 11.00-14.30 • **Mensa Witzenhausen** Mo-Fr: 12.00-14.00



Vom Studium in den Beruf

Mit Seminaren und Workshops, Beratung und Trainingsmaßnahmen helfen wir dir auf deinem Weg in die Arbeitswelt.

Hilf dir das Semesterprogramm!

Agentur für Arbeit Kassel
Hochschulteam
Grüner Weg 46, 34117 Kassel
Tel.: 01801 - 555 111*

E-Mail: kassel.171.akademiker@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Bundesagentur für Arbeit

(*Festnetzpreis 3,9 ct/min, Mobilfunkpreise max. 43 ct/min)

fair kaufhaus

2. Hand und neu

- Möbel • Textil • Haushaltswaren
- Ausgefallenes • Bistro • Kunsthandwerk
- Haushaltsauflösungen • Reisebüro

fair bistro
Mittagstisch ab € 3,50

Philippstraße 23 · 34127 Kassel-Rothenditmold
☎ 05 61 / 4 00 75 50 · www.fairkaufhaus-kassel.de

Geöffnet: Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr, Samstag von 9 bis 16 Uhr

Sie erhalten einmalig 10% auf Ihren Einkauf von Möbeln, Haushaltswaren und Bekleidung.
Bei Vorlage vor dem Kassiervorgang!

Preise: Essen ① Studierende: 1,50€ • Bedienstete: 2,70€ • Gäste: 3,30€

Essen ② Studierende: 2,10€ • Bedienstete: 3,30€ • Gäste: 3,90€

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Zentralmensa
Arnold-Bohle-Straße

- 1 **Gebratener Fleischkäse** mit Bratensauce (s,a)
- 2 **Boccolotti** mit würzigem Bohnenragout (v)
- 3 -
- 4 **Blauer Wittling** in krosser Kartoffelhülle mit Kerbsauce 3,20/4,40/5,00€

- 1 **Frühlingsrolle** mit Gemüsefüllung und süßsaurer Sauce (f)
- 2 **Hausgemachte Cevapcici** mit leckerer Knoblauch-Jus (s)
- 3 -
- 4 **Putensteak** an Kürbis-Apfelgemüse 3,70/4,90/5,50€

- 1 **Feurige mexikanische Gemüsepfanne** (v)
- 2 **Geflügel-Frikassee** mit Spargel und Erbsen
- 3 -
- 4 **Schweineschnitzel „Waldhessen“** mit Käse überbacken (s) 3,50/4,70/5,30€

- 1 **Tortellini** mit Sahnesauce (s)
- 2 **Kartoffelpuffer** mit Apfelmus (f,3)
- 3 -
- 4 **Rindergulasch** mit Paprika und Zwiebeln (r) 3,70/4,90/5,50€

- 1 **Rührei** mit Spinat (f)
- 2 **Schweinesteak** mit hausgemachter Kräuterbutter (s)
- 3 -
- 4 **In Bierteig ausgebackenes Seelachsfilet** mit Tomatensauce (a) 3,20/4,40/5,00€

Heinrich-Plett-Straße
Wilhelmshöher Allee

- 1 **Gebratener Fleischkäse** mit Bratensauce (s,a)
- 2 **Boccolotti** mit würzigem Bohnenragout (v)
- 3 -
- 4 **Blauer Wittling** in krosser Kartoffelhülle mit Kerbsauce 3,20/4,40/5,00€

- 1 **Frühlingsrolle** mit Gemüsefüllung und süßsaurer Sauce (f)
- 2 **Hausgemachte Cevapcici** mit leckerer Knoblauch-Jus (s)
- 3 -
- 4 **Putensteak** an Kürbis-Apfelgemüse 3,70/4,90/5,50€

- 1 **Feurige mexikanische Gemüsepfanne** (v)
- 2 **Geflügel-Frikassee** mit Spargel und Erbsen
- 3 -
- 4 **Schweineschnitzel „Waldhessen“** mit Käse überbacken (s) 3,50/4,70/5,30€

- 1 **Tortellini** mit Sahnesauce (s)
- 2 **Kartoffelpuffer** mit Apfelmus (f,3)
- 3 -
- 4 **Rindergulasch** mit Paprika und Zwiebeln (r) 3,70/4,90/5,50€

- 1 **Rührei** mit Spinat (f)
- 2 **Schweinesteak** mit hausgemachter Kräuterbutter (s)
- 3 -
- 4 **In Bierteig ausgebackenes Seelachsfilet** mit Tomatensauce (a) 3,20/4,40/5,00€

Witzenhausen

- 1 **Königsberger Klopse** mit Kapernsauce (s)
- 2 **Tofugulasch „Ungarische Art“** mit Paprika-Zwiebelsauce (v)
- 3 **Kartoffel-Brokkoligratin** mit Bärlauchsauce (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- 4 -

- 1 **Germknödel** mit Sauerkirschfüllung und Vanillesauce (f,1)
- 2 **Gebackene Hähnchenschnitzel** mit Hirtenkäse und Rahmsauce
- 3 **Makkaroni** mit Paprikasauce (v,ö) 3,50/4,70/5,30€
- 4 **Schweinerückenbraten „Holzfäller“** mit Zwiebeln, Champignons und Paprika (s,ö)

- 1 **Griechische Bifteki** mit Kräuter-Zwiebeldip (s)
- 2 **Grüne Tortellini** mit Gemüsefüllung und Parmesansauce (f)
- 3 **Wirsing-Karotten-Eintopf** mit Kartoffeln und Kräutern, dazu ein Weizenbrötchen (v,ö) 2,60/3,80/4,40€
- 4 -

- 1 **Rührei** mit Erbsen, Paprika und Frühlingszwiebeln (f)
- 2 **Gebratene Putenbruststreifen „Florida“** mit Orangen-Rosinensauce
- 3 **Italienisches buntes Schichtgemüse** mit Parmesan, Oliven und Tomaten-Kräuterpesto (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- 4 **Hessisches Krauthäubchen** mit Weißkraut, Hackfleisch und Rahmsauce (s,ö) 3,70/4,90/5,50€

- 1 **Spätzlepfanne „Gärtnerin“** mit Gemüsestreifen und frischen Kräutern (f)
- 2 **Gebackenes Seefischfilet** mit Sauce Choron (2,9a)
- 3 **Rote-Bete-Rösti** mit Kapernsauce (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- 4 -

Menzelstraße

- 1 **Gebratener Fleischkäse** mit Bratensauce (s,a)
- 2 **Boccolotti** mit würzigem Bohnenragout (v)

- 1 **Frühlingsrolle** mit Gemüsefüllung und süßsaurer Sauce (f)
- 2 **Hausgemachte Cevapcici** mit leckerer Knoblauch-Jus (s)

- 1 **Feurige mexikanische Gemüsepfanne** (v)
- 2 **Geflügel-Frikassee** mit Spargel und Erbsen

- 1 **Tortellini** mit Sahnesauce (s)
- 2 **Kartoffelpuffer** mit Apfelmus (f,3)

- 1 **Rührei** mit Spinat (f)
- 2 **Schweinesteak** mit hausgemachter Kräuterbutter (s)

Bistro K10

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Grätins, Salatbüfett im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Moritz

Ihr **Campus-Restaurant „Moritz“** ist während des Umbaus der Zentralmensa bis voraussichtlich 1. Oktober im 1. Stock der Cafeteria Pavillon zu Gast. Dort erwartet Sie ein tagesaktuelles Angebot von vier Gerichten und großem Salateller. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 11.00-17.00 Uhr (während der vorlesungsfreien Zeit 11.00-15.00 Uhr). Speisekarte zum Vorfreuen unter www.studentenwerk-kassel.de/moritz.html

Die Essen können durch weitere Beilagen zum Preis von jeweils 60 Cent ergänzt werden. Wählen Sie aus zwischen verschiedenen Suppen, Salaten und Desserts, zwischen Kartoffeln (ö), Pellkartoffeln (ö), Reis, Nudeln und Pommes frites. Außerdem gibt es in der Zentralmensa täglich als Wahlessen wechselnde große, gemischte Salate, mit gebratenen Geflügelstreifen, Tunfisch, Hirtenkäse, Mozzarellawürfeln nach Wahl, dazu Knoblauchbaguette und 2 Beilagen nach Wahl. In der Mensa Heinrich-Plett-Straße gibt es zusätzlich frische Salate vom Büfett. In der Mensa in Witzenhausen ist das Essen 3 immer ökologisch. Zusätzlich werden hier 2 Öko-Fleischgerichte als Menü 4 angeboten. Nach EG-Öko-Verordnung, DE-Öko-034-Kontrollstelle  **Änderungen vorbehalten**



**DU WILLST
EIN HELD
SEIN?**

**BLUT SPENDEN
AM HoPla**

www.blutspende-kassel.de

Blut- und Plasmaspendezentrum · Untere Königsstraße 86 (am HoPla) · 34117 Kassel

Die Essen bestehen aus einer Hauptkomponente und 2 Beilagen nach Wahl. Alle Preise einschließlich 2 Beilagen nach Wahl!

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Zentralmensa
Arnold-Bode-Straße

- ① Nordhessischer Wurstsalat mit Perlwiebeln, Essiggurke Radieschen und Kübiskernöl (s,2,3,8)
- ② Gemüsefrikadellen mit Bärlauch-Crème-fraîche (f)
- ③ Seelachsfilet im Knuspermantel mit dänischer Remoulade (1,9) 2,70/3,90/4,50€
- ④ -

- ① Couscous mit Gemüseragout und Tomatensauce (v)
- ② Bratwurst nach Thüringer Art mit Bratenjus (s)
- ③ -
- ④ Mit Hirtenkäse gefülltes Putensteak „Apollo“ an feiner Knoblauch-Jus 3,50/4,70/5,30€

- ① Bayerische Krautschupfnudeln mit Veggi-Jus (f)
- ② Chili con carne (s)
- ③ -
- ④ Gebratenes Pangasiusfilet mit Salatmix und Snack-Dressing (1,9) 3,20/4,40/5,00€

- ① Nasi Goreng mit Ei (Indonesisches Reisgericht) (f)
- ② Gnocchi-Zucchiniplanne mit Schinkenstreifen (s,2,3,8)
- ③ -
- ④ Südafrikanisches Rindfleischgericht mit Cranberries und Äpfeln (r) 3,70/4,90/5,50€

- ① Hähnchenschenkel mit orientalischem Dip (9a)
- ② Pizza mit Tomaten und Mozzarella (f,3)
- ③ -
- ④ Spießbraten mit Bärlauchdip und hausgemachtem Krautsalat (s) 3,50/4,70/5,30€

Heinrich-Plett-Straße
Wilhelmshöher Allee

- ① Nordhessischer Wurstsalat mit Perlwiebeln, Essiggurke Radieschen und Kübiskernöl (s,2,3,8)
- ② Gemüsefrikadellen mit Bärlauch-Crème-fraîche (f)
- ③ Seelachsfilet im Knuspermantel mit dänischer Remoulade (1,9) 2,70/3,90/4,50€
- ④ -

- ① Couscous mit Gemüseragout und Tomatensauce (v)
- ② Bratwurst nach Thüringer Art mit Bratenjus (s)
- ③ -
- ④ Mit Hirtenkäse gefülltes Putensteak „Apollo“ an feiner Knoblauch-Jus 3,50/4,70/5,30€

- ① Bayerische Krautschupfnudeln mit Veggi-Jus (f)
- ② Chili con carne (s)
- ③ -
- ④ Gebratenes Pangasiusfilet mit Salatmix und Snack-Dressing (1,9) 3,20/4,40/5,00€

- ① Nasi Goreng mit Ei (Indonesisches Reisgericht) (f)
- ② Gnocchi-Zucchiniplanne mit Schinkenstreifen (s,2,3,8)
- ③ -
- ④ Südafrikanisches Rindfleischgericht mit Cranberries und Äpfeln (r) 3,70/4,90/5,50€

- ① Hähnchenschenkel mit orientalischem Dip (9a)
- ② Pizza mit Tomaten und Mozzarella (f,3)
- ③ -
- ④ Spießbraten mit Bärlauchdip und hausgemachtem Krautsalat (s) 3,50/4,70/5,30€

Witzenhausen

- ① Nudelpfanne mit Champignons und Zwiebeln in Béchamelsauce (f)
- ② Hackfleisch-Gyros mit Zaziki (s)
- ③ Möhren-Reispannkuchen mit Petersilienschaum (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- ④ -

- ① Gebackene Kartoffelspalten mit Tiroler Schmand-Tomaten-Dip (f,2,9a)
- ② Paniertes Schweineschnitzel nach Gärtnerin Art, auf Gemüserahmsauce (s)
- ③ Grüne Nudeln an fruchtiger Tomatensauce (v,ö) 2,60/3,80/4,40€
- ④ Rindergeschnetzeltes nach Stroganoff Art, mit Zwiebeln, Senf und Gurkenstreifen (r) 3,50/4,70/5,30€

- ① Hausmacher Bratwürstel auf geschmortem Kümmelkraut (s)
- ② Kaiserschmarrn mit Apfel-Zimtsauce (f)
- ③ Kartoffelgratin mit Frühlingszwiebeln und Sauerrahm (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- ④ -

- ① Sellerieschnitte an Melissensauce (f)
- ② Gegrillte Hähnchenkeule an asiatischer Curry-Gemüsesauce
- ③ Tofuragout nach mexikanischer Art, mit Mais, Paprika und bunten Bohnen (v,ö) 2,60/3,80/4,40€
- ④ Rustikaler Schweinekrustenbraten an Senf-Estragon-Fond (s,ö) 3,70/4,90/5,50€

- ① Fischragout in Kapern-Senfauce
- ② Grüner Kräutercrêpe mit Pilz-Gemüsefüllung (f)
- ③ Krokette aus Kichererbsen an Knoblauch-Tomatenjus (f,ö) 2,60/3,80/4,40€
- ④ -

Menzelstraße

- ① Nordhessischer Wurstsalat mit Perlwiebeln, Essiggurke Radieschen und Kübiskernöl (s,2,3,8)
- ② Gemüsefrikadellen mit Bärlauch-Crème-fraîche (f)

- ① Couscous mit Gemüseragout und Tomatensauce (v)
- ② Bratwurst nach Thüringer Art mit Bratenjus (s)

- ① Bayerische Krautschupfnudeln mit Veggi-Jus (f)
- ② Chili con carne (s)

- ① Nasi Goreng mit Ei (Indonesisches Reisgericht) (f)
- ② Gnocchi-Zucchiniplanne mit Schinkenstreifen (s,2,3,8)

- ① Hähnchenschenkel mit orientalischem Dip (9a)
- ② Pizza mit Tomaten und Mozzarella (f,3)

Bistro K10

Bistro K10, Henschelstr. 2, am Eingang zum HoPla, montags bis donnerstags bis 20.30 Uhr frisch, lecker und preiswert essen. Menüs, Grätins, Salatbuffet im täglichen Wechsel. Wöchentlich verschiedene Pizza & Pasta. Am Abend frische Grill- oder Fischspezialitäten. Warme Küche: Mo-Do 11.30-20.30, Fr 11.30-14.30 Uhr, Cafeteria: Mo-Fr ab 8.00 Uhr. Plus: Aktuelle Sportübertragungen, Aktionswochen und Aktionstage! Infos unter www.studentenwerk-kassel.de/BistroK10.144.0.html

Moritz

Ihr **Campus-Restaurant „Moritz“** ist während des Umbaus der Zentralmensa bis voraussichtlich 1. Oktober im 1. Stock der Cafeteria Pavillon zu Gast. Dort erwartet Sie ein tagesaktuelles Angebot von vier Gerichten und großem Salatteller. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 11.00-17.00 Uhr (während der vorlesungsfreien Zeit 11.00-15.00 Uhr). Speisekarte zum Vorfreuen unter www.studentenwerk-kassel.de/moritz.html

(1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) mit Süßungsmitteln, (9a) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, (10) mit einer Phenylalaninquelle, (f) fleischlos, (v) vegan, (ö) ökologisch, DE-Öko-034-Kontrollstelle, (s) Schweinefleisch bzw. Schweinefl.-Anteile, (r) Rindfleisch bzw. Rindfl.-Anteile, (a) mit Alkohol, (g) mit Gelatine. Wir verwenden ausschließlich jodiertes Speisesalz.
Essenzeiten: Zentralmensa Mo-Fr: 11.30-14.15 • Heinrich-Plett-Straße & Wilhelmshöher Allee Mo-Fr: 11.45-14.00 • Bistro K10 Mo-Do: 11.30-20.30 / Fr: 11.30-14.30
Cafeteria Menzelstraße Mo-Do: 12.00-14.00 / Fr: 12.00-13.30 • Restaurant Moritz Mo-Fr: 11.00-14.30 • Mensa Witzenhausen Mo-Fr: 12.00-14.00

Rapunzel war gestern...

... lass auch Du Dir keine Märchen erzählen!

... und wähl die Krankenkasse, die hält was sie verspricht –
die BKK Herkules in Kassel – Leistungstark – nicht erst im Krankheitsfall!

Bis 2014
garantiert
ohne
Zusatzbeitrag!

Wie es funktioniert? – Sprich uns an!

BKK Herkules

Fünffensterstr. 5

34117 Kassel

Tel.: 0561 – 20855 – 600

www.bkk-herkules.de

E-Mail: sicher@bkk-herkules.de



Wir verzichten weiterhin auf die Praxisgebühr, beteiligen uns
an Reiseschutzimpfungen, Präventionsmaßnahmen und
belohnen Dich zusätzlich für gesundheitsbewusstes Verhalten.

SPARE RIBS
ALL YOU CAN EAT

Jeden Montag:
herzhaftes Spare Ribs
– ALL YOU CAN EAT –
nur 9,90 Euro!

WWW.ENCHILADA.DE

Enchilada
restaurante y bar mexicano
PURO MÉXICO



Enchilada – restaurante y bar mexicano
Opernstr. 9 | 34117 Kassel
Tel.: 05 61/70 33 791 | kassel@enchilada.de

MONTAGS alle Caipis
zum
1/2 Preis!