



EDELWEISSBRAUEREI FARNY

Kristall-Weizen
Hefe-Weizen
Alt-Dürrener-Weisse

Mehr Informationen über unsere Bierspezialitäten unter www.farny.de

EDELWEISSBRAUEREI FARNY
Hofgut Dürren, 88353 Kiblegg i.A.
Tel. 07522 / 9788-0

Grilltipps der Leser

Huhn auf mediterrane Art

Ein Rezept für gegrilltes Hähnchenfleisch hat uns **Franziska Bleier aus Bad Schussenried** zugesandt. Für acht Spieße braucht man: 2 Hähnchenbrustfilets in 32 Würfel geschnitten, 24 Cocktailtomaten, 6 Champignons (geviertelt), 2 EL Olivenöl, 2 Knoblauchzehen zerdrückt, abgeriebene Schale und Saft von einer unbehandelten Zitrone, 1 EL gehackter Oregano.

Zubereitung: Die Holzspieße in Wasser einweichen. Auf jeden Speiß einen Fleischwürfel geben, gefolgt von einer Tomate und einem Pilzviertel. Alles zweimal wiederholen, mit einem Fleischwürfel abschließen. Die Spieße in eine Schale legen. Olivenöl mit Knoblauch, Zitronenschale und -saft sowie dem Oregano verrühren. Über die Spieße geben und diese zwei Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen. Die Spieße auf dem dünn gefetteten Rost auf jeder Seite etwa vier Minuten grillen.

Kim Fleck von BBQ24 meint dazu: Nehmen Sie am besten Bambusspieße. Die sind härter und glatter, so können keine Holzsprießel ins Grillgut gelangen. Außerdem können Sie Bambusspieße wieder verwenden.

BBQ24.DE
by Thommel

Abgetaucht: Im endlichen Blau des Freischwimmerbeckens

Beim Schnuppertauchgang fehlen Fische und Korallen – eindrucksvoll ist er trotzdem

Von Thomas Werz

Abtauchen, schwerelos durch ein Korallenriff gleiten, umringt von Tausenden bunten Fischen – so habe ich mir ein Tauchabenteuer schon als Kind vorgestellt. Am besten noch mit einem Messer am Gürtel oder einer Harpune in der Hand wie James Bond. Man weiß ja nicht so recht, was einen da unten erwartet.

Die erste Berührung mit dem Tauchsport verläuft dann allerdings doch nicht ganz so abenteuerlich. Treffpunkt ist in einem Ulmer Industriegebiet. Dort hat Jochen Bochtler seine Tauchschele „blue adventure“ eingerichtet. Kräftiger Händedruck, einnehmendes Lachen und die Statur eines Bären – bei dem 32-jährigen überlegen sich wohl auch größere Fische, ob es eine gute Idee ist, ihn anzuknabbern. Vor es aber unter Wasser geht, gehört auch zum Schnuppertauchen ein bisschen Theorie sowie Fragen zur persönlichen Gesundheit, die Jochen vor dem ersten Tauchgang mit seinen Schülern abklärt.

Zum Tauchen kam der Ulmer 2005 durch einen Zufall. „Ich war mit einer Freundin in einem ICE unterwegs, bei dem die Klimaanlage ausgefallen war“, erzählt er. In der Hitze des Waggons reifte der Entschluss, Tauchen zu gehen. „Und als ich das erste Mal Luft aus einer Flasche geatmet hatte, war klar: Das ist meins“, sagt Jochen und lacht. Von der Flaschenluft quasi infiziert absolvierte er zuerst den Kurs zum Open Water Diver (OWD) und danach weitere Kurse bis zur Ausbildung zum Tauchlehrer. Anfang 2011 machte er sich mit seiner Tauchschele selbstständig.

Das erste Mal mit voller Ausrüstung abtauchen werden wir nicht an einem der zahlreichen oberschwäbischen Seen, sondern im Langenauer Freibad. Beim ersten Tauchgang sei das viel entspannter, sagt Jochen. Die Sicht ist gut, der Beckenrand nie weit entfernt – ein ideales Anfängerrevier. Denn in vielen Baggerseen der Region könne man nach einigen Metern nicht einmal mehr eine Armlänge weit sehen. Das Freischwimmerbecken macht da schon einen vertrauensvolleren Eindruck.

Vor dem Abtauchen steht jedoch der Ausrüstungscheck: Druckluftflasche, Druckminderer, Neoprenanzug, Lungenautomat, Tarierweste, Tauchcomputer, Brille, Flossen, Blei – damit sich Menschen unter Wasser bewegen können braucht es einiges an Material. Die beiden Tauchschüler Andreas und Timo sind schon weiter in ihrer Ausbildung. Schnell haben sie ihr Equipment zusammengebaut und verschwinden im Becken.

Die erste Luft aus der Flasche atmen wir noch im Trockenen. Der Lungenautomat röchelt. Es hört sich ein bisschen nach Darth Vader aus Star Wars an: „Luke, ich bin es, ...“ Auch für die Schnuppertaucher geht es ins Becken. Zuerst legen wir nur das Gesicht aufs Wasser – und atmen. Dann tauchen wir zum ersten Mal ab. Und atmen. Jochen und Unterwasserfotograf Wolfgang sind immer in der Nähe. Jochen formt mit Daumen und Zeigefinger das Zeichen für OK. Alles okay. Der Tauchcomputer zeigt eine Tiefe von einem Meter fünfzig. Ich könnte bequem stehen. Aber warum sollte ich?

Jochen taucht schwerelos im Wasser sitzend voran. Ich dagegen habe

mit der Schwerelosigkeit noch so meine Schwierigkeiten. Mal ist zu wenig Luft in der Tarierweste, mal zu viel. Ich sinke auf den Boden oder werde an die Oberfläche gehoben. „Die Weste so einzustellen, dass man tatsächlich schwerelos im Wasser steht, ist am Anfang das Schwerste“, sagt Jochen. Wir tauchen weiter durchs Becken. Auch wenn es hier weder bunte Fische, noch Korallen oder Schiffwracks gibt, ist es trotzdem irgendwie faszinierend. Von oben scheint die Sonne ins Wasser, über uns ziehen die Schwimmer ihre Bahnen, vom Sprungturm machen ein paar Jungs Arschbomben. Neben mir steht wie ein Seepferdchen ein verlorengegangenes Pflaster im Wasser. Und außer dem Zischen des Lungenautomaten ist es sehr ruhig. Tauchen sei kein Actionsport, hatte Jochen noch vor dem Sprung in die Tiefe gesagt, sondern Ruhe und vollkommene Entspannung.

Ein bisschen Action ist dann doch noch dabei. Jochen hat einen Scooter mit ins Wasser genommen. Er wird von einem Propeller angetrieben und zieht einen durchs Wasser. James Bond hatte auch so was. Jetzt fehlt nur noch die Harpune. Mit ihr könnte man vielleicht auf das Pflaster schießen? Die Stunde am Grund des Freischwimmerbeckens vergeht wie im Flug. Eine Tiefe von drei Meter dreißig zeigt der Tauchcomputer am Handgelenk. Jochen gibt das Zeichen zum Auftauchen.



Tief gesunken? Unter Wasser gilt es, stets den Luftdruck in der Tarierweste zu kontrollieren. FOTO: WOLFGANG GABEL

ENTDECKE Unvergessliches

Freizeitpark Ravensburger SPIELELAND

Herbstpass 2011 für nur 29 Euro pro Person!

Alle Vorteile auf einen Blick!

- 10% Ermäßigung im Ravensburger Schnäppchenzeit!
- Kostenloses Parken!
- Gültig von 29. August bis 06. November 2011
- 10% Rabatt in allen Restaurants und Shops (außer Bücher)

Like it like

www.spieleland.de

Ravensburger

Beim ersten Zug aus der Druckluftflasche sei er vom Tauchvirus infiziert worden, hatte Jochen behauptet. Auch ich habe ein zufriedenes Lächeln auf dem Gesicht. Infiziert? Vielleicht. Was wohl außer Sauerstoff in den Flaschen ist? Beim nächsten Abtauchen gibt's dann hoffentlich auch bunte Fische – oder vielleicht ein echtes Seepferdchen.

Mehr Informationen zum Schnuppertauchen oder der Tauchausbildung gibt es unter Tel.: 0731/93807863 oder im Internet unter www.blue-adventure.de, www.padi.com oder beim Verband deutscher Sporttaucher unter www.vdst.de

Gewinnspiel

Sommerrätsel
Täglich 100€ gewinnen

Was benötigt man zum Tauchen?

a) Schwimmflügel
b) Flossen
c) Badeschlappen

Unter allen Teilnehmern verlosen wir einen Flug für Zwei nach New York im Airbus 380!

Anrufen: **01379 888210***
SMS an: **1111*** mit **SZSommer** und a, b oder c

(*1€/Anruf bzw. SMS aus dem deutschen Festnetz, ggf. abweichende Mobilfunkpreise)

Gewinner vom Donnerstag, 25. August: Eva Melchers, Ravensburg

DO-X 1931 2011
80 JAHRE TRANSATLANTIKFLUG

Lufthansa Schwäbische Zeitung

ANZEIGEN

Klimazeiten
Wenn die Erde Fieber hat

AKTUELLE SONDERAUSSTELLUNG

Prinzip und Geschichte sowie Ursachen und mögliche Folgen einer Klimaerwärmung werden leicht verständlich und spannend präsentiert.

ab 15. April 2011 täglich 10–18 h

www.inatura.at

inatura
Natur und Technik erleben

Gesucht.
Südfinder.
Gefunden.

suedfinder.de

Südfinder

Gewinnen Sie neue Gäste und Besucher!

- Ihre Vorteile:
- Motivierendes Umfeld mit vielen Tipps und Anregungen zur Freizeitgestaltung im Herbst
 - Spezielle Themenbereiche: Wellnesshotels, Outlet-Werksverkauf
 - Attraktiver Sonderpreis

Erscheinungstermin: Freitag, 23. September 2011
Anzeigenschluss: Freitag, 9. September 2011

Interessiert? Dann rufen Sie uns an:
Telefon 07561 80-850, Fax 80-356
anzeigen@schwaebische.de

Aktiv im Herbst

Das Reise- und Freizeitmagazin der Schwäbischen Zeitung

Schwäbische Zeitung