› Schmankerl-Tipp



Rund 30 verschiedene Sorten hat die Haarer Bäckerei derzeit im Sortiment. PRIVAT

Krapfen: Einfach zum Reinbeißen

In der Dinkelbäckerei Dümig gibt es Backwaren ausschließlich aus Dinkelmehl

Genau zehn Jahre ist es her, dass in der Dinkelbäckerei Dümig in Haar (Landkreis München) das Weizenmehl verbannt wurde. Chef Florian Suntinger (34) sagt: „Wir haben einfach gemerkt, dass immer mehr Menschen Weizenmehl nicht vertragen und deshalb unser ganzes Sortiment Schritt für Schritt umgestellt." Selbst die Krapfen werden seit ein paar Jahren ausschließlich mit Dinkelmehl gebacken. „Das passt hervorragend. Selbst bei Feingebäck", sagt Suntinger. Dinkelmehl schmecke im Gegensatz zu Weizenmehl nussiger und etwas süßer. Das liege an dem Klebereiweiß des Dinkels. Das Mehl hat übrigens keinen langen Weg hinter sich. Es kommt aus Bruckmühl. „Regionalität unserer Zutaten ist uns wichtig." Dass bei Düming kein Palmfett verwendet wird, „versteht sich für uns von selbst". In diesem Jahr ist ein Krapfen mit Pistazie der Krapfen des Jahres. In der Füllung befindet sich außerdem der Saft der Kalamansi, einer besonderen Orange aus Süditalien.

Die Krapfen beginnen bei 2,60 Euro (mit Marillen-Marmelade gefüllt), die teuersten kommen auf 4 Euro (am Sonntag 4,10 Euro). Krapfen gibt es übrigens nicht nur in der Faschingszeit – „unser Erdbeer-Mascarpone-Krapfen ist ein Ganz-Jahres-Hit". Auch Veganer kommen auf ihre Kosten: „Wir haben seit ein paar Jahren eine vegane Variante im Angebot."

Die Dinkelbäckerei Dümig hat mehrere Filialen. In Haar befindet sie sich in der Salmdorfer Straße 1 . Geöffnet von Mo bis Fr: 6.30 bis 18 Uhr. Sa: 6.30 bis 15 Uhr, So: 7 bis 15 Uhr, Feiertag: 7 bis 13 Uhr. In Vaterstetten ist die Filiale in der Wendelsteinstraße 10. Mo bis Fr: 7 bis 13 Uhr und 14 bis 18 Uhr, Sa: 7 bis 13 Uhr, So & Feiertag: 7 bis 11 Uhr. In Ottobrunn befinden sich Laden und Café in der Rosenheimer Landstraße 55. Geöffnet Mo bis Fr: 7 bis 18 Uhr. Sa, So, Feiertags: 7 bis 17 Uhr.

Online-Versand: Die Dinkelbäckerei Dümig verkauft die handgefertigten Köstlichkeiten auch im Online-Shop. E-Mail: info@dinkelking.de, Infos online unter www.dinkelking.de. STEPHANIE EBNER



› In der Faschingszeit backen wir bis zu 5000 Krapfen täglich. ‹

So gewinnen Sie!

Wir verlosen fünf Krapfen-Pakete im Wert von jeweils 24 Euro.
Bitte schreiben Sie uns oder rufen Sie an – bitte mit Name, Adresse, Telefonnummer und Lösungswort.

Münchner Merkur/tz
Marketing
Lösungswort: Dinkelkrapfen
81010 München,
Tel.: 0137/88 066 35
(Fa. telemedia-interactive GmbH,
50 Cent/Anruf aus dt. Festnetz; ggf. abw. Preise Mobilfunknetz)

Einsendeschluss: Dienstag, 4. März

Den Gutschein für die Spezl-Wirtschaft in Haidhausen hat Martin Schrittenloh aus München gewonnen. Der Gewinner wird benachrichtigt.

Unterwegs mit...



Synthia Demetriou
Stadtführerin



Synthia Demetriou beim Ida-Schumacher-Brunnen am Viktualienmarkt.

Auf Spurensuche zum Welt-Frauentag

Münchens weibliche Seite



Die Glückslöwen der Residenz, eine Ganzkörperreliquie, das Schneeballsystem und die Trambahnritzenreinigung: „All das hat mit Frauen in München zu tun", sagt Synthia Demetriou (49). Was genau, das erklärt sie auf einer Stadtführung, die sie einen Tag vor dem **Internationalen Frauentag** organisiert hat. „Dabei geht es um mutige Unternehmerinnen, Frauenrechtlerinnen, Heilige und, na ja, auch nicht ganz so heilige Damen", berichtet die Inhaberin von Servus Bavaria Tours. Auf die Führung am 7. März folgt ein Klavierkonzert von Diana Brekalo im **Gasteig HP8**, bei dem die Pianistin Stücke von „rebellischen Komponistinnen" präsentieren wird. Münchens weibliche Seite – hier sind einige Stationen der Tour und Infos zum Frauenpower-Konzert.

Start der Stadtführung ist um 15 Uhr am **Fischbrunnen** am Marienplatz, danach geht's zum **Alten Peter**. Hier ruht die heilige Munditia seit 1677 in einem gläsernen Schrein. „Sie gilt als Patronin der alleinstehenden Frauen", erzählt Synthia Demetriou. „Manche Besucher erschrecken ein bisserl beim Anblick des Skeletts. Der Gedenktag der frühchristlichen Märtyrerin am 17. November wird in St. Peter aber jährlich mit einer Messe gefeiert."

An der **Frauenkirche** zeigt die Stadtführerin wenig später auf eine Grabplatte an der nördlichen Mauer. Darauf zu sehen ist eine Frau: „Petronella Stromair mit Halskrause und Rosenkranz, gestützt auf einen Totenschädel und beinahe verschmitzt lächelnd." Als reiche Witwe Ende des 16. Jahrhunderts sei sie gedrängt worden, noch mal zu heiraten. „Die Verehrer kamen in Scharen. Da hat die schlaue Petronella in ihrem Testament ihr gesamtes Vermögen der Hausangestellten und den Armen ihrer Heimatstadt Nürnberg vermacht." Schon waren sämtliche Kavaliere verschwunden. „Und Petronella lebte noch fröhlich bis zu ihrem Tod 1601."









Adele Spitzeder (o. li.) hatte im Orlando-Haus (mi.) ihre Volksküche. Die Julia-Statue (o. re.) stammt aus Verona. An der Residenz erzählt Synthia Demetriou die Legende über die Löwennasen. FOTOS: MARCUS SCHLAF

Entlang der Theatinerstraße spaziert die Kommunikationswissenschaftlerin zu den vier **Bronzelöwen** der **Residenz**. Viele Münchner streicheln die Schnauzen in der Hoffnung auf etwas Glück. „Das geht auf Lola Montez zurück, die Geliebte von König Ludwig I. Eine interessante, selbstbewusste Frau." Die Affäre hatte Mitte des 19. Jahrhunderts zu Tumulten in der Stadt geführt. „Der Legende nach hängte ein Student Schmähschriften an die Residenztore." Ludwig I. ließ diese entfernen – der Bursche befestigte sie erneut. „Schließlich setzte der König ein Kopfgeld aus und der Student stellte sich." Dieser Mut habe dem Monarchen imponiert. Statt die Todesstrafe zu verhängen, schenkte er dem jungen Mann einen Beutel Gold. „Als der Student wieder draußen vor der Residenz stand, stützte er sich zitternd an einer der Löwennasen ab, hielt das Geld fest und sprach vom Glück seines Lebens." Die Passanten seien schwer beeindruckt gewesen. „Seitdem wird geglaubt, das Nasenstreicheln bringe Glück und Reichtum."

Um viel Geld geht es auch am **Orlando-Haus**: Am **Platzl** hatte Schauspielerin Adele Spitzeder (1832 - 1895) einst ihre Volksküche. „Die Armen zu versorgen, war aber nur ein Vorwand, um sich gut zu verkaufen", sagt die Münchnerin. „Adele war eine Betrügerin, die per Schneeballsystem Handwerker, Bauern und Dienstboten um ihr Erspartes brachte." Zehn Prozent Zinsen im Monat in bar habe die ‚Spitzedersche Privatbank' versprochen. „In knapp zwei Jahren prellte sie 32 000 Bürger um umgerechnet 400 Millionen Euro." 1872 wurde Adele Spitzeder verhaftet, am Alten Südfriedhof ist ihr anonymes Grab.

Synthia Demetriou kennt noch viele weitere Geschichten, etwa zur 2,65 Meter großen Julia-Statue am **Alten Rathaus**. Oder zu Komödiantin Ida Schumacher (1894 - 1956). „Eine ihrer bekanntesten Rollen war die Trambahnschienenritzenreinigungsdame. Diesen Job hatten tatsächlich Münchnerinnen inne. Weil sie aber Schürze und Mantel tragen mussten, während sie an den Schienen werkelten, gab es viele Unfälle." Am Ende der Runde steht Synthia Demetriou am Brunnen, mit dem Ida Schumacher seit 1977 am **Viktualienmarkt** für ihre Schauspielkunst geehrt wird. „Ich freue mich, wenn ich mit meiner Tour die vielen spannenden Frauen unserer Stadt ins Bewusstsein der Gäste rufen kann." MARTINA WILLIAMS

Infos für die Tour und das Klavierkonzert

- **Tour:** Die Führung „Münchner Frauen" ist am 7. März von 15 bis 16.30 Uhr. Start: Fischbrunnen/ Marienplatz. Danach ist eine Pause bis zum Konzert. Das Ticket muss man vorab buchen.
- **Konzert:** Von 19 bis 20.30 Uhr gibt Diana Brekalo (re.) das Klavierkonzert „Rebellische Komponistinnen". Die Pianistin, mehrfache Preisträgerin nationaler und internationaler Klavierwettbewerbe, spielt Werke u.a. von Clara Schumann, Fanny Mendelssohn, Mélanie Bonis und Anna de Belleville.
- **Ort:** Gasteig HP8, Saal X, Hans-Preißinger-Str. 8. Die Anreise muss selbst organisiert werden. Auf der U3 gibt es derzeit einen SEV mit Ersatzbussen.
- **Tickets:** Für beide Veranstaltungen gibt es ein Kombiticket für 55 Euro. Das Ticket ist ab 15 Uhr auch gültig für Hin- und Rückfahrt mit dem MVV. Unter www.muenchenticket.de/event/rebellische-komponistinnen-30511/ sind die Karten bei München Ticket erhältlich.
- **Infos:** Servus Bavaria Tours, Tel. 089/ 244 11 54 64, www.servus-bavaria.tours



