Kandel kocht – Gerichte mit Geschichte

# Das Kochbuch kurz und knapp

## Migration ist Normalität und so natürlich wie Atmen, Schlafen und Essen.

***Unser Rezept für ein bereicherndes Zusammenleben***:

1 Handvoll Toleranz

1 Bund Dialog

1/2 Tasse Vielfalt

1 Becher Akzeptanz

4 Messerspitzen Gemeinschaft und Teilhabe

100 Gramm friedliches Miteinander

1 Päckchen Respekt

200 Gramm Zugehörigkeitsgefühl

1 Prise Geduld

Migration hat eine lange Tradition in Deutschland. Und so auch in Kandel, unserer schönen Stadt an der Grenze zu Frankreich und mit Verbindungen in die ganze Welt. Die gesellschaftliche und kulturelle Vielfalt bereichert unser Zusammenleben. Wir laden mit unserem Kochbuch dazu ein, kulinarisch zu entdecken, wie wohlschmeckend diese Vielfalt ist.

Uns alle eint der Genuss, der in der Pfalz eine lange Tradition hat.

Essen verbindet uns untereinander. Essen zu teilen, bedeutet ein Erlebnis zu teilen. Denn wer etwas schmeckt, dem eröffnen sich Erinnerungen, Sehnsüchte, Wohlgefühl und Zusammengehörigkeit. Unsere Mahlzeiten und ihre Zubereitung sind für uns alle ein wichtiger Bestandteil unseres täglichen Lebens, den wir mit Gemeinsamkeit kultivieren und durch neue Inspirationen ständig weiterentwickeln. Gemeinsames Kochen und Essen ist unerlässlich für die Überwindung einengender Grenzen.

Deshalb bitten die Kandler Kulturen zu Tisch…

 …und bringen mehr als eine Rezeptsammlung hervor.

Die Gerichte aus unserem Kochbuch werden nämlich nicht nur den Magen füllen, sondern auch die Geschichten hinter den Rezepten erzählen.

Wir möchten in diesem Buch Erinnerungen, Sehnsüchte, Gemeinschaft, und natürlich vielfältige Geschmacksrichtungen festhalten – dabei behalten alle Gerichte ihre Eigenheit und ihre Besonderheit.

Wir wünschen uns, dass dieses Buch Menschen verbindet und vielleicht auch mal über ihren Tellerrand blinzeln lässt.

Wir freuen uns von Herzen, dass Sie uns Ihr Lieblingsrezept stiften!

Die nachfolgende Maske dient als Orientierung zum Eintragen der Rezepte und Geschichten. Bitte sehen Sie diese als Anregung, nicht als Verpflichtung. Sie müssen weder alle Fragen beantworten, noch alle Felder ausfüllen oder alle Maßeinheiten und Grammangaben parat haben. Teilen Sie so viel sie möchten und können mit uns.

Gerne wollen wir die Rezepte mit Fotos von Ihnen, der Zubereitung und dem fertigen Gericht bereichern. Bitte kreuzen Sie unten an, ob Sie bereits sind auch Fotos zu machen und welche.

Sollte es Rückfragen geben, dann melden Sie sich gerne bei Ulrike Regner, Ansprechpartnerin der AG für Toleranz und Geschichtsbewusstsein unter ulrikeregner@gmx.de

Ihr Lieblingsrezept

|  |  |
| --- | --- |
| Zutaten: | Arbeitsschritte: |
|  Menge Zutat

|  |  |
| --- | --- |
|  | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |

 | 1. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
2. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
3. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
4. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
5. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
6. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
7. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
8. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
9. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
10. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.
 |

Geschichte zu Ihrem Lieblingsrezept

## Warum ist es Ihr Lieblingsrezept? Erzählen Sie uns die Geschichte Ihres Lieblingsgerichts.

Es folgen ein paar Fragen als Anhaltpunkte:

* Wo kommt es her?
* Wie haben Sie es kennengelernt?
* Wann gab es das bei Ihnen üblicherweise zu essen?
* Wer hat es (für Sie) gekocht?
* Wie und wann haben Sie gelernt, es zu kochen?
* Hat das Gericht eine kulturelle Bedeutung? Wenn ja, welche?
* Wie und wann wird es traditionell zubereitet?
* Wie wird es traditionell gegessen? (Foto von gedeckten Tischen, Esskultur: Menge, Uhrzeit, Ort, kulturelle Bedeutung etc.)

|  |
| --- |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |

Ihr Steckbrief

## Erzählen Sie uns ein Wenig über sich!

Bitte denken Sie daran: Sie müssen keines falls alle fragen beantworten und falls wir eine Frage nicht gestellt haben, dann schreiben Sie die Antwort trotzdem auf! Alles ist willkommen, womit Sie sich wohl fühlen!

|  |  |
| --- | --- |
| *Vorname, Alter:* | *Foto:* |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | [ ]  Ja, ich bin einverstanden von einem Fotografen[[1]](#footnote-1) porträtiert zu werden[ ]  Nein, ich möchte nicht fotografiert werden[[2]](#footnote-2). |

*Steckbrief*

|  |  |
| --- | --- |
| Seit wann wohnen Sie in Kandel? Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Was bedeutet Ihnen Kochen und/oder Essen?Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Warum Kandel, was hat Sie hierher geführt? Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Wo finden Sie die besten Zutaten? Hier in Kandel und in der Region, oder auch im Internet!Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Welche Stationen haben Sie zuvor, dazwischen & danach erlebt?Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. | Welches ist Ihr liebstes Gewürz und warum?Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
|  | Wo essen Sie am liebsten? Und mit wem?Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
|  | Was war ein schönes Erlebnis im Zusammenhang mit Essen oder Ihrem Lieblingsrezept?Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Platz für mehr… | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |

Ihre Kontaktdaten

|  |  |
| --- | --- |
| Vorname und Name | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Telefon und/oder | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| E-Mail | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Andere Kontaktdaten | Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Haben Sie Lust darauf, Ihr Rezept anlässlich einer Veranstaltung rund um das Kochbuch gemeinsam mit uns oder anderen Rezeptgeber:innen zuzubereiten? | [ ]  Ja[ ]  Nein |

1. Die Porträts werden freundlicherweise Robert Hantzsche übernommen. Zur Terminvereinbarung bitten wir um Angabe Ihrer Kontaktdaten auf der letzten Seite. [↑](#footnote-ref-1)
2. Personen, die nicht fotografiert werden möchten, erhalten auf der entsprechenden Seite eine Illustration zum Rezept. [↑](#footnote-ref-2)