



## Naturkost im Rollberghof

Seit Mai dieses Jahres gibt es in Hardegsen wieder einen Naturkostladen. Familie Schulz, die seit fünf Jahren im Rollberghof in der Burgstraße 20 ein Kultur- und Gesundheitszentrums betreibt, hat den Laden eingerichtet, um den engen Zusammenhang, den es zwischen Ernährung, Qualität von Lebensmitteln und Gesundheit gibt, allen interessierten Hardegsern und Hardegserinnen ganz praktisch nahe zu bringen. Neben ausreichender Bewegung ist eine bewusste Ernährung ein Teil von Gesundheitsvorsorge. Dies erlebt Frau Schulz jeden Tag in ihrer Arztpraxis.

Das Angebot reicht vom Müsli (z.B. bei Verdauungsproblemen) bis zum vitaminreichen Sanddornsaft, das ganze Grundsortiment an biologisch erzeugten Lebensmitteln steht in den Regalen. Auch Produkte aus der Region, z.B. Dinkel vom Eichelberghof in Espol kann man in dem Naturkostladen finden. Besonderen Wert legt Familie Schulz auf eine fachkundige persönliche Beratung der Kunden. Viele Menschen wissen gar nicht, was es im Bereich gesunde Lebensmittel so alles gibt. Sie können sich im Rollberghof zu Neuerungen in ihrem Speiseplan inspirieren lassen.

Damit die Kunden das gleich ausprobieren können, zeigt die im Laden angestellte Köchin Yildiz Koyunku, was man aus den angebotenen Lebensmitteln herstellen kann. Ein Schwerpunkt ihrer Rezepte sind sehr schmackhafte mediterrane Speisen wie gefüllte Weinblätter, Gemüsepasteten, Tofu-Grillspieße und auch Süßes wie Banane im Teigmantel oder Maulbeerquark.

Kennen Sie z.B. das Weizengericht Bulgur, welches gerade in der Sommerzeit zusammen mit Salat aus dem eigenen Garten eine erfrischende Zwischenmahlzeit ergeben kann?

Yildiz Koyunku informiert überwiegend über vegetarische Gerichte, die auch für Buffets Verwendung finden können. Ihre Rezepte sind kein Betriebsgeheimnis, vielmehr gibt Frau Koyunku ihre Erfahrungen gern an die Kunden weiter. Es gibt auch Kostproben der leckeren Gerichte.

Der Weg zum Naturkostladen führt durch die Hof Tore des Rollberghofes in der Hinterstraße, ca. 50 m von der Ecke zur Langen Straße.

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 10 – 18 Uhr  
Mittwoch 10 - 13 Uhr



Innenhof des Rollberghofes Foto: Rainer Lutter

### Wir möchten, daß Sie sich beteiligen:

- mit Anregungen und Kritik
- mit Ideen für mehr Lebensqualität in Hardegsen
- mit Informationen über Ihre Aktivitäten zur Förderung der Stadtentwicklung
- mit Hinweisen auf interessante Veranstaltungen
- mit Berichten über positive Erlebnisse in Hardegsen

## Kunst im Rollberghof

Vom Freitag, den 22. August bis Sonntag, den 24. August findet im Rollberghof eine Ausstellung mit Bildern des Künstlers Stefan Lang statt. Die gezeigten Arbeiten tragen die Überschrift Landschaft III, es sind großformatige, aquarellartige Ölbilder, die Landschaften erahnen lassen und beim Betrachter im sinnlichen Erleben vielfältige Assoziationen und Gefühle freisetzen.

Lang, der 1958 in Wiesbaden geboren wurde, lebte einige Jahre in Hardegsen und arbeitet derzeit als Dozent an der Universität Hannover.



Seine künstlerische Laufbahn begann mit dem Kunstpädagogik-Studium in Göttingen, an das sich ein Studium der freien Kunst an der Fachhochschule in Hannover anschloss, wo er 1993 Meisterschüler von Prof. Baehr wurde.

Seine Bilder wurden in einer großen Zahl von Ausstellungen in Tokio, Antwerpen, Leipzig, Köln, Berlin u.a. gezeigt, zuletzt nahm er im Jahr 2002 an den Kunsttagen im Schloss Dornum teil. Die Ausstellung im Rollberghof zeigt überwiegend neuere, aber auch einige ältere Arbeiten Langs.

### Öffnungszeiten:

Ausstellungseröffnung  
Freitag 22.8.03 19 Uhr

Samstag 23.8.03 15 – 18 Uhr  
Sonntag 24.8.03 10 – 13 Uhr

### Koordination und Redaktion:

Umweltbeirat der Stadt Hardegsen

#### Kontakt:

Rainer Lutter  
email:

Tel. 819  
info@hardegsen.de