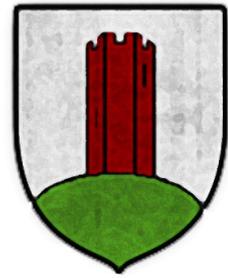


Steinsberger Botin



Die Botin für die Frau von heute

1225 Ausgabe 2

Mode und Wohlbefinden

Schönheitstipps

Schön wie eine steinsberger Heldin
Strahlend schön in 5 Schritten
Haut- und Haarpflegetipps
Der große Kosmetikprodukttest

Stil

So kleidet sich die Heldin von heute
Perfektes Aussehen in jeder Lage

Gesundheit

So bleibst Du fit und voller Energie
Stress bewältigen und innere Ruhe finden
Werde zu deiner eigenen Heldin des Alltags!

Rezepte

Kraftsuppe „Steinsberger Art“
Energiebällchen „Heldensnack“
Waldbeeren-Salat mit Honig-Dressing
Goldene Milch
Feenbrot mit Honig und Kräutern

Gesellschaft

Liebe

Ein Dating-Ratgeber für Heldwesen, Baulinge und alle dazwischen und außerhalb

Helden und Schurken

Heldenportrait: Cales, der Held von Steinsberg
Ein Interview mit Marius vom Arm

Kultur

Das riesige Exklusivinterview mit Seraphina Rosenherz
Das große Käserennen der Baulinge
Falsus Procurator - Die neue Toga Nova

Frühlings-Angebote für die modebewusste Steinsbergerin

Bestellt unsere Frühjahrs-Sonderangebote bequem von zuhause aus!

Sendet einfach eine Bestellung mit Angabe der Bestellnummern an „PHC Kontor, Lederergasse 1, Steinsburg“.

Probiert die Ware gemütlich an und sendet sie bei nichtgefallen kostenlos gegen volle Kaufpreiserstattung zurück!

(Nahrungsmittel sind von der Rücksendung ausgeschlossen)



Schmuck-Kämme:



„Excelsior“, 8 Brösel
Gefertigt aus lackiertem Leichtholz,
besetzt mit edlem Strass. #12-020



„Pfauenflügel“, 17 Brösel
Gefertigt aus Silber-Mithril-Draht,
besetzt mit Amethystsplittern. #12-021



„Zarte Blüte“, 15 Brösel
Gefertigt aus Silber-Mithril-Draht,
besetzt mit Perlmutter. #12-02“



„Federstrauß“, 5 Brösel
Gefertigt aus Pfauen- und Straußenfeder,
besetzt mit einem Blurgranat. #12-03“

Haarklammern:



„Glitzerblume“, 12 Brösel
Gefertigt aus schwarzem Samt
besetzt mit edlem Strass. #12-04



„Kunterbunt“, 17 Brösel
Gefertigt aus Paradiesvogelfeder,
besetzt mit Silberornamenten. #12-05



„Schmetterling“, 9 Brösel
Gefertigt aus Silber-Mithril-Draht,
besetzt mit Amethystsplittern. #12-06“

Haarspangen:



„Sternenregen“, 5 Brösel
Gefertigt aus Silberblech
besetzt mit edlem Strass. #12-07



„Zwergenmaid“, 6 Brösel
Gefertigt aus Messing,
zwerghische Ornamentgravuren. #12-08



„Blumenkelch“, 10 Brösel
Gefertigt aus Silber,
Blumenornamente. #12-09“



„Lotosblüte“, 10 Brösel
Gefertigt aus Silber,
Wasserlotosornament. #12-10“



Gutschein

Ihr erhaltet durch Abgabe dieses Gutscheins bei einem Einkauf von min. 40 Bröseln

einen Schmuck-Kamm „Pfauenflügel“
kostenlos!

gilt nur für Einkäufe bei einem unserer Handelsvertreter oder Kontore



Helden und Schurken

Cales, Held von Steinsberg

Warum dieser Mann die Herzen Steinsbergs erobert hat und wer ist der andere und warum ist er auf dem Bild?

Cales – Held von Steinsberg und unser Minister für Freizeit

Warum dieser Mann das Herz von Steinsberg erobert hat

Er ist der Stoff, aus dem Legenden gemacht werden: Cales, der Held von Steinsberg. Doch dieser außergewöhnliche Mann ist nicht nur ein Retter in der Not – er ist auch derjenige, der unser Leben mit Spaß, Abenteuern und magischen Momenten bereichert. Als Freizeitminister des Landes sorgt er dafür, dass in Steinsberg keine Langeweile aufkommt. Wir haben ihn getroffen, um herauszufinden, was ihn antreibt, und warum er in seiner neuen Rolle so erfolgreich ist.

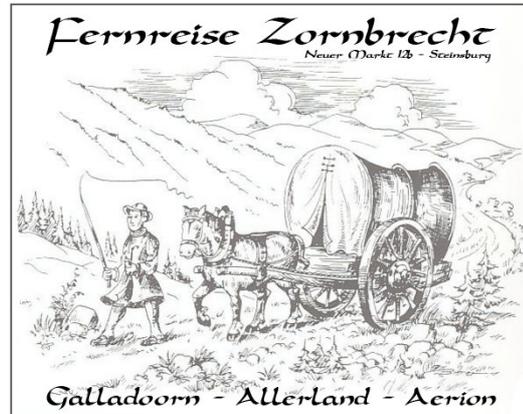
Vom Helden zum Minister – wie alles begann

Cales wurde bekannt, als er einst, vor vielen Jahren, verschiedenste Jungfern in Nöten vor den finsternen Horden der Schatten rettete. Mit seinem legendären roten Kopftuch und einer gehörigen Portion Mut führte er das Land in eine neue Ära des Friedens. Doch statt sich auf seinen Lorbeeren auszuruhen, wollte er mehr für die Menschen tun.

"Ein Land ohne Freude ist ein Land ohne Seele", sagte Cales in seiner berühmten Rede vor dem Rat. Mit diesem Satz sicherte er sich nicht nur die Herzen des Volkes, sondern auch den Posten des zweiten Freizeitministers in der Geschichte Steinsbergs.

Was macht ein Freizeitminister?

Als Freizeitminister sorgt Cales dafür, dass in Steinsberg immer etwas los ist. Von epischen Turnieren über magische Festspiele bis hin zu entspannten Picknicks am Mondspiegelsee – er organisiert Ereignisse, die für jeden Geschmack etwas bieten. Sein Ziel? Jeden Bürger Steinsbergs daran zu erinnern, dass das Leben mehr ist als Arbeit und Pflicht.



"Ich möchte, dass jeder in Steinsberg mindestens einmal im Jahr etwas tut, das ihn zum Lächeln bringt," erklärt Cales.

Einige Highlights seiner Amtszeit:

Das Fest der funkelnden Sterne, ein nächtliches Festival mit Feuerwerk und

Musik, bei dem die besten Geschichtenerzähler des Landes auftreten.

Die **Schatzjagd von Steinsberg**, bei der Teams in ganz Steinsberg Rätsel lösen und verborgene Schätze finden müssen.

Die **Ritterspiele**, bei denen mutige Bürger gegeneinander antreten und ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen – natürlich immer unter Cales' wachsamen Augen.

Der Mensch hinter dem Helden

Doch wer ist Cales wirklich? Hinter dem strahlenden Helden steckt ein Mann mit einer großen Leidenschaft für das Leben. Er liebt gutes Essen auf keinen Fall. Dann schon eher Bruder Ischias' Paranusbraten oder Hains Hähnchen, genießt lange Spaziergänge durch die Wälder Steinsbergs und hat eine Schwäche für die Geschichten der fahrenden Barden.

Sein größtes Geheimnis? Cales ist ein talentierter Tänzer! Ist er nicht! Beim letzten Ball des Hofes überraschte er alle mit einer perfekten Pirouette – ein Talent, das ihm im Kampf mit Sicherheit auch zuteilkommt. Die Pirouetten sind eher zufälliges Gestolpere

Warum wir ihn lieben

Cales ist nicht nur ein Held – er ist einer von uns. Er versteht die Sorgen und Wünsche des Volkes und setzt alles daran, Steinsberg zu einem Ort zu machen, an dem sich jeder wohlfühlt. Seine offene, herzliche Art macht ihn zu einem Minister, den man gerne an seiner Seite weiß.

Mit seiner unermüdlichen Energie, seinem Sinn für Abenteuer und seiner Liebe zu den Menschen von Steinsberg ist Cales der Held, den wir nicht nur bewundern, sondern auch gerne anfeuern.

Cales' Botschaft an die Frauen Steinsbergs

Zum Abschluss unseres Gesprächs hatte Cales noch eine besondere Botschaft an die Leserinnen unserer Zeitschrift:

"Seid mutig, seid frei und verliert nie den Glauben an euch selbst. Das Leben ist ein Abenteuer, und jeder Tag bietet die Chance, ein Held zu sein – in kleinen und großen Dingen."

Danke, Cales, dass du uns daran erinnerst, wie wichtig es ist, das Leben zu feiern. Wir freuen uns schon auf das nächste Abenteuer, das du für uns planst!

Habt ihr eine Frage an Cales oder wollt ihr eure liebsten Erlebnisse bei einem seiner Events teilen? Schreibt uns – und vielleicht liest der Held von Steinsberg ja persönlich eure Nachricht!

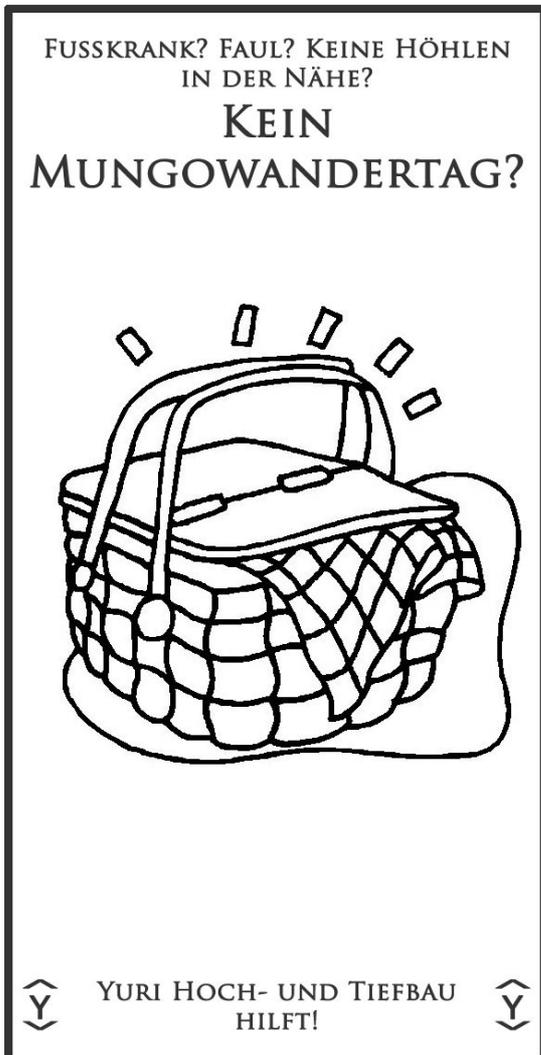


Schönheitstipps

Schön wie eine steinsberger Heldin

- Die besten Schönheitstipps aus Steinsberg

In Steinsberg geht es nicht nur um Abenteuer und Ruhm - auch die Held-innen und Damen unseres Landes verdienen es, sich von ihrer schönsten Seite zu zeigen.



Ob du auf einem rauschenden Ball glänzen möchtest oder beim nächsten Turnier eine gute Figur machen willst, wir haben die besten Tipps für dich zusammengestellt.

Denn wahre Schönheit kommt nicht nur von innen, sondern auch aus den magischen Kräutern, Ölen und Ritualen Steinsbergs!

1. Die Magie der Natur: Kräuter für Haut und Haar

Die Wälder und Wiesen Steinsbergs sind voller Geheimnisse - und voller Schätze für deine Schönheit. Hier sind einige Favoriten:

Lavendel-Elixier für strahlende Haut:

Ein Sud aus Lavendelblüten und Quellwasser beruhigt gestresste Haut und verleiht ihr einen natürlichen Glanz. Trage das Elixier mit einem Tuch auf dein Gesicht auf und lasse es 15 Augenblicke einwirken.

Rosmarin-Öl für kräftiges Haar:

Mische Rosmarin mit Olivenöl und lasse es zwei Wochen in einem Glasgefäß ziehen. Massiere das Öl vor dem Schlafengehen in deine Kopfhaut ein - das stärkt die Haarwurzeln und lässt dein Haar gesund glänzen.

Minze-Aufguss gegen müde Augen:

Ein einfaches Rezept für lange Nächte: Weiche frische Minzblätter in kaltem Wasser ein, tränke zwei Tücher darin und

lege sie für 10 Augenblicke auf deine Augen. Die Schwellung wird gelindert, und du fühlst dich erfrischt.

(Die Redaktion übernimmt keine Verantwortung für Unfälle mit Brösel-Lehm)

2. Geheimnis der Heldinnen: Die Kraft des Honigs

Wusstest du, dass Honig nicht nur süß schmeckt, sondern auch ein wahres Wundermittel für deine Schönheit ist?

Honigmaske:

Mische einen Löffel Honig mit ein paar Tropfen Zitronensaft und trage die Mischung auf dein Gesicht auf. Nach 10 Augenblicken abwaschen – und deine Haut fühlt sich geschmeidig und weich an.

Sanfte kosmetische Hautschälung:

Mische Honig mit etwas grobem Salz oder Zucker und massiere damit Hände oder Lippen – für eine glatte, samtige Haut.

3. Roter Ton aus den Hügeln

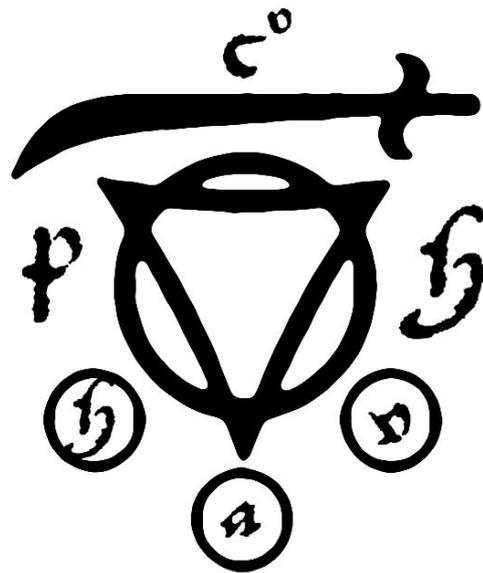
Der berühmte rote Ton, der nur in den Hügeln Steinsbergs zu finden ist, ist ein wahres Wundermittel. Er reinigt die Haut, entfernt Unreinheiten und verleiht dir eine heldenhafte Ausstrahlung.

So geht's:

Mische den Ton mit Rosenwasser zu einer Paste und trage sie auf dein Gesicht auf. Nach 20 Augenblicken mit lauwarmem Wasser abwaschen. Deine Haut wird es dir danken!

4. Die Magie der Düfte

Eine Heldin erkennt man nicht nur an ihrem Mut, sondern auch an ihrer Ausstrahlung – und dazu gehört ein angenehmer Duft. Steinsberg bietet unzählige Möglichkeiten, deinen eigenen magischen Duft zu kreieren:



Rosenöl:

Ein paar Tropfen hinter den Ohren oder auf den Handgelenken wirken beruhigend und romantisch.

Zedernholz:

Für eine markantere Note – perfekt für Frauen, die Stärke ausstrahlen möchten.

Wildblumen-Mischung:

Für einen frischen, natürlichen Duft, der an die Wiesen Steinsbergs erinnert.

5. Der wichtigste Tipp: Dein inneres Strahlen

Keine Magie, kein Zaubertrank und keine Kräutermischung kann deine natürliche Schönheit ersetzen. Wahre Schönheit entsteht, wenn du dich wohl in deiner Haut fühlst und dir selbst vertraust. Lächle, sei mutig und denke daran: Eine selbstbewusste Heldin ist immer die schönste Frau im Raum.

Unsere Empfehlung: Steinsbergs Schönheitsritual

Morgens:

Wasche dein Gesicht mit kaltem Quellwasser und trage eine leichte Lavendel-Creme auf.

Mittags:

Halte deine Haut frisch mit einem Spritzer Rosenwasser.

Abends:

Verwöhne dich mit einer Tonmaske und einem Tropfen Honig auf den Lippen.

Sei die Heldin, die du sein möchtest – innen wie außen!

Hast du eigene Schönheitstipps aus Steinsberg? Teile sie mit uns und werde Teil unseres nächsten Artikels.

con. 1204 phexens handel&compagnie stellt ein

Kurtisanen, Favoriten, Edelhirnen

Qualifikation

- Gute Gesundheit
- Gepflegtes Auftreten
- Gute Kenntnis gesellschaftl. Etikette
- Bewerbung mit Empfehlung des vorherigen Dienstherrn an H.A.C. Steinsbug, Ledergasse

i. D. Tyrion Zingerobach
phexens handel&compagnie steinsburg

ad avaricos

p h a v

Die Finanzen von Steinsberg in besten Händen

- Ein Interview mit Marius vom Arm

In Steinsberg geht es nicht nur um Abenteuer und Ruhm.

In Steinsberg gibt es nicht nur Abenteuer und magische Wesen, sondern auch Politik – und an der Spitze der Finanzgeschicke steht ein Mann, der Ordnung in die Kassen des Landes bringt: Marius, der Finanzminister von Steinsberg.

Wir haben ihn zu einem Gespräch getroffen, um mehr über seine Arbeit, seine Visionen und die Herausforderungen zu erfahren, die das Amt mit sich bringt.

Redaktion: *Marius, danke, dass du dir Zeit für uns nimmst. Beginnen wir mit einer einfachen Frage: Was genau macht ein Finanzminister in Steinsberg?*

Marius: *Danke für die Einladung! Als Finanzminister kümmere ich mich darum, dass unser schönes Land wirtschaftlich stark bleibt. Das bedeutet, ich verwalte die Steuern, überwache die Ausgaben und Sorge dafür, dass Steinsberg nicht nur stabil, sondern auch wohlhabend ist. Ein großer Teil meiner Arbeit besteht darin, sicherzustellen, dass genügend Gold für alle Projekte und Bedürfnisse des Landes zur Verfügung steht – sei es für neue Turniere, den Ausbau von Handelswegen oder die Unterstützung der Bevölkerung.*

Herausforderungen in der Finanzpolitik

Redaktion: *Was sind die größten Herausforderungen deines Amtes?*

Marius: *Oh, es gibt einige. Eine der größten Herausforderungen ist es, eine Balance zu finden zwischen den Ausgaben für unsere großen Feste und der langfristigen Stabilität. Steinsberg ist ein Land voller Lebensfreude – und das ist auch gut so! Aber ich muss immer darauf achten, dass wir nicht mehr ausgeben, als wir einnehmen.*

Außerdem gibt es immer mal wieder Spannungen mit den Händlern der umliegenden Länder. Der Handel mit magischen Artefakten zum Beispiel bringt zwar hohe Einnahmen, ist aber auch risikoreich. Und dann wären da noch die Kosten für die Verteidigung des Landes – besonders, wenn Monster aus dem Ausland auftauchen.

Steinsbergs Finanzlage: Alles im grünen Bereich?

Redaktion: *Wie würdest du die aktuelle Finanzlage von Steinsberg beschreiben?*

Marius: *Wir stehen solide da. Unsere Schatzkammer ist gut gefüllt, und die Einnahmen aus dem Handel und den Zöllen sind stabil.*

Natürlich gibt es immer Raum für Verbesserungen. Wir arbeiten gerade daran, die Handelsrouten sicherer zu machen, damit mehr Händler nach Steinsberg kommen. Mehr Handel bedeutet schließlich mehr Einnahmen für alle.

Ein Herz für die Bürger

Redaktion: *Die Menschen lieben dich dafür, dass du als Finanzminister auch die kleinen Leute nicht vergisst. Was motiviert dich, immer so bürgernah zu handeln?*

Marius: *Ich komme selbst aus einfachen Verhältnissen. Meine Familie war Teil der Handwerkerzunft, und ich weiß, wie hart das Leben sein kann, wenn die Münzen knapp werden. Deshalb ist es mir wichtig, dass jeder Bürger von Steinsberg eine faire Chance auf Wohlstand hat.*

Ein Beispiel dafür ist unser neues Programm, bei dem junge Abenteurer Unterstützung beim Kauf ihrer ersten Ausrüstung erhalten. Schließlich sind es oft diese mutigen Seelen, die unser Land beschützen und voranbringen.

Der Mensch hinter dem Minister

Redaktion: *Lass uns ein wenig persönlicher werden: Was macht ein Finanzminister, wenn er nicht gerade Gold zählt?*

Marius: *[lacht] Wenn ich mal nicht in der Schatzkammer oder bei Sitzungen bin, genieße ich die einfachen Dinge des Lebens. Ich liebe es, über die Märkte von Steinsberg zu schlendern und mit den Händlern zu plaudern. Außerdem spiele ich gern Schach – es hält den Geist scharf, was in meinem Job wirklich wichtig ist.*

Und ich gebe zu, ich habe eine Schwäche für die Backwaren von Bäckerin Elvira – ihr Honigbrot ist unschlagbar!

Marius' Vision für Steinsberg

Redaktion: *Was ist deine langfristige Vision für Steinsberg?*

Marius: *Mein Traum ist es, dass Steinsberg das wirtschaftliche Zentrum der Region wird. Ein Ort, an dem Handel, Innovation und Abenteuer Hand in Hand gehen. Ich möchte, dass unsere Bürger stolz darauf sind, hier zu leben – und dass niemand hungern oder in Armut leben muss. Dafür setze ich auf Bildung, Förderung von Handwerk und Handel sowie die Unterstützung von Helden und Abenteurern, die unser Land bereichern.*

Zum Abschluss: Dein Rat an die Bürgerinnen von Steinsberg

Redaktion: *Marius, hast du zum Schluss noch einen Rat für unsere Leserinnen?*

Marius: *Natürlich! Vertraut auf eure Fähigkeiten – und spart ein bisschen für schlechte Zeiten. Aber vergesst nicht, das Leben zu genießen. Gold ist wertvoll, aber es sind die Erlebnisse und die Gemeinschaft, die uns wirklich reich machen.*

Redaktion: *Vielen Dank für das Gespräch, Marius. Es ist beruhigend zu wissen, dass die Finanzen Steinsbergs in deinen fähigen Händen liegen.*

Marius: *Danke euch – und auf ein wohlhabendes, glückliches Steinsberg!*

Hast du Fragen an Marius oder Ideen, wie Steinsberg noch reicher werden kann? Schreib uns, und wir leiten deine Nachricht direkt an den Finanzminister weiter!



Stil

Die heißesten Modetrends in Steinsberg

- So kleidet sich die Heldin von heute

Mode ist mehr als nur Kleidung – sie ist Ausdruck von Persönlichkeit, Status und Stil.

Auch in Steinsberg legen wir großen Wert auf unsere Garderobe, sei es auf dem Schlachtfeld, bei einem Bankett oder auf dem Marktplatz in Steinsburg.

Hier sind die neuesten Modetrends, die derzeit die Straßen, Burgen und Wälder Steinsbergs erobern.

---1. Samt und Seide:

Edle Stoffe für die Abendstunden

Im Schein von Fackeln und Kerzenlicht funkeln sie besonders schön: Kleider und Tuniken aus Samt und Seide sind DER Renner für feierliche Anlässe. Besonders angesagt sind:

- Dunkle Farben wie Smaragdgrün, Burgunderrot und Nachtschwarz, die Eleganz und Tiefe ausstrahlen.
- Goldene Stickereien, inspiriert von den Sternkonstellationen über Steinsberg.

Tipp: Kombiniere eine schlichte Samtrobe mit einem auffälligen Gürtel aus Leder oder Metall – das gibt deinem Look einen Hauch Abenteuer.

---2. Leder, aber edel: Praktisch und stilvoll



Leder bleibt ein Dauerbrenner, aber die Heldinnen von heute tragen es mit einem Hauch Luxus. Ob für den Kampf oder den Alltag – hier sind die Must-haves:

- Lederwesten mit eingepprägten Symbolen, die Stärke und Stil vereinen. Besonders beliebt: Designs mit Wappen von Steinsberg oder floralen Mustern.
- Stiefel mit Schnürungen: Funktional, aber mit kunstvollen Details wie Schnallen oder Stickereien.

- Farbige Lederakzente: Dunkelblau, tiefes Rot oder Moosgrün verleihen dem klassischen Braun einen frischen Touch.

Tipp: *Pflege dein Leder regelmäßig mit Bienenwachs – so bleibt es geschmeidig und glänzt wie neu.*

---3. Capes und Umhänge: Der perfekte Mix aus Drama und Wärme

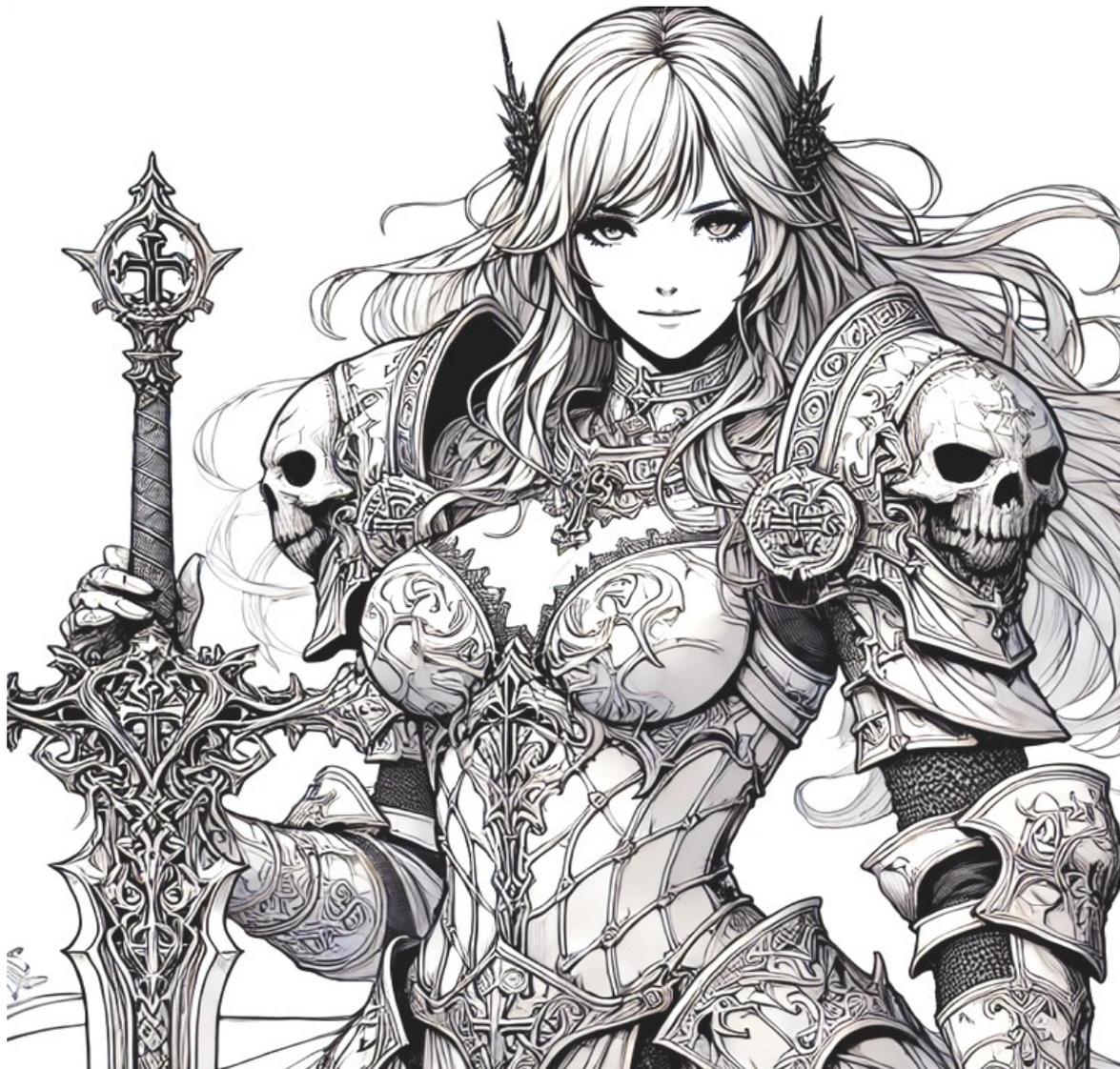
Ein Umhang ist mehr als nur ein Schutz vor Wind und Wetter – er ist der Hingucker der Saison. Diese Varianten sind gerade besonders angesagt:

- Kurze Capes mit Pelzbesatz: Ideal für Abenteurerinnen, die stilvoll bleiben wollen.

- Lange, fließende Umhänge mit Kapuze: Mystisch und elegant, besonders in Dunkelblau oder Grau.

- Bestickte Umhänge: Verziert mit goldenen oder silbernen Fäden, die Geschichten von Heldentaten erzählen.

Tipp: *Trage deinen Umhang locker über die Schultern, damit er dich nicht einengt – Freiheit ist schließlich auch ein Modetrend!*



---4. Schmuck mit Geschichte: Zubehör aus der Vergangenheit

In Steinsberg ist Schmuck mehr als Dekoration – er erzählt Geschichten. Diese Stücke sind gerade der letzte Schrei:

- Amulette mit magischen Symbolen: Sie sollen nicht nur gut aussehen, sondern auch Glück und Schutz bringen.

- Schwere Armreife aus Metall: Besonders beliebt sind Messing und Bronze, oft mit Gravuren von Drachen oder Runen.

- Ohrringe mit Edelsteinen: Rubinrot, Smaragdgrün oder Amethystlila sind die Favoriten.



Tipp: *Kombiniere moderne und antike Stücke – das zeigt, dass du sowohl mit der Zeit gehst als auch die Geschichte Steinsbergs schätzt.*

---5. Farbenfrohe Muster: Blumen und mehr

Während die kalten Monate oft von dunklen Farben dominiert werden, setzen die Modemutigen auf Muster:

- Blumenstickereien auf Kleidern und Mänteln: Sie bringen Frische und Lebensfreude in den Alltag.

- Tiermotive auf Tuniken und Hemden: Besonders angesagt sind Drachen, Wölfe und – für die mutigen Heldinnen – Baulinge. Diese Muster stehen nicht nur für Stil, sondern auch für Stärke und Verbundenheit mit der Natur.

- Geometrische Designs auf Gürteln und Schals: Inspiriert von den alten Runen und Symbolen der Steinsberger Magier.

Tipp: *Kombiniere Muster mit einfarbigen Kleidungsstücken, um deinen Look nicht zu überladen. Ein auffälliges Musterstück reicht, um zu glänzen!*

6. Die Frisuren der Saison: Zöpfe, Wellen und mehr

Keine Heldin ist komplett ohne die passende Frisur, die ihrem Aussehen den letzten Schliff verleiht:

- Geflochtene Meisterwerke: Komplexe Zopfcreationen, die bis zu den Schultern oder weiter reichen, sind nicht nur praktisch, sondern auch ein echter Hingucker.

- Natürliche Wellen: Locker, romantisch und perfekt für das nächste Lagerfeuer-Date oder die Reise durch den Felsenwald. (oder Feenwald?)

- Haarzubehör aus Holz und Metall: Haarnadeln in Form von Schwertern,

Blättern oder sogar kleinen Drachen sind der absolute Trend.

Tipp: Für glänzendes Haar, das selbst die Fackeln in den Straßen von Steinsberg erblassen lässt, empfehle ich eine Spülung aus Kamille und Honigwasser – ein Klassiker unter den Zauberrezepten.

Fazit: Die Mode von Steinsberg lebt von Individualität und Tradition

Die heißesten Modetrends kombinieren Funktionalität und Ästhetik, Tradition und Moderne. Egal, ob du dich für das nächste Abenteuer, den Marktbesuch oder ein rauschendes Fest kleidest – mit diesen Tipps bist du garantiert die bestgekleidete Heldin weit und breit.

Also schnapp dir deinen bestickten Umhang, wirf dir dein Lieblingsamulett um und wage dich mit Stolz auf die Straßen von Steinsberg – die Welt gehört den Mutigen und Stilvollen!

Schwerten, Schnapps und scharfe Bräutel!

Honigtöpfchen



*Der Abend hat schlecht angefangen?
Die große Schlacht verloren?
Die Sieger schleifen euch von dannen,
an Haaren oder Ohren?*

*Wenn einem soviel widerfährt
ist das nen großen Cocktail wert!*

Sauf dir deine Feinde schön!



Strahlend schön in 5 Schritten

Steinsberg ist bekannt für seine mutigen Heldinnen und atemberaubenden Schönheiten. Doch wie schafft man das perfekte Aussehen für Turniere, Bankette oder den Alltag? Hier sind die besten Tipps und Tricks, um in wenigen Minuten zauberhaft auszusehen.

Schritt 1: Der perfekte Teint - "Strahlen wie eine Heldin"

Tipp: Nutze eine getönte Creme mit leichtem Glanz (z. B. ein Mix aus Rosenwasser und Honig), um deine Haut frisch und ebenmäßig wirken zu lassen.

Improvisiere: *Kein Rouge zur Hand? Nimm ein wenig von deinem liebsten roten Lippenbalsam und tupfe ihn auf die Wangen – für den perfekten Hauch Farbe.*

Schritt 2: Augen wie ein Adler - Der Lidstrich-Trick

Tipp: Für präzise Linien erwärme deinen Kajal kurz in der Hand oder mit einer Kerze. So gleitet er leichter über die Haut.

Improvisiere: *Nutze einen dunklen Lid Schatten als Eyeliner, indem du ihn mit einem feuchten Pinsel aufträgst. Es hält länger und wirkt weicher.*

Schritt 3: Lippen, die Geschichten erzählen

Tipp: Für einen langen Halt, trage zuerst eine dünne Schicht Puder auf die Lippen auf, dann den Lippenstift.

Improvisiere: *Du willst volle Lippen? Trage einen Hauch Tante Gerdas hellem Balsam auf den Amorbogen und das Lippenherz auf – das lässt die Lippen voller wirken.*

Schritt 4: Glanz statt Glitzer - Der natürliche Tante Gerdas heller Balsam

Improvisiere: *Du hast keinen Tante Gerdas heller Balsam? Keine Sorge! Tupfe ein wenig Kokosöl oder Bienenwachs auf Wangenknochen und Nasenrücken. Es sorgt für einen natürlichen Glanz.*

Schritt 5: Fixieren wie ein Profi

Tipp: Nutze ein selbstgemachtes Haltbarkeitsmittel aus Rosenwasser und Salben-Basis. Es hält dein Make-up frisch und duftet herrlich.

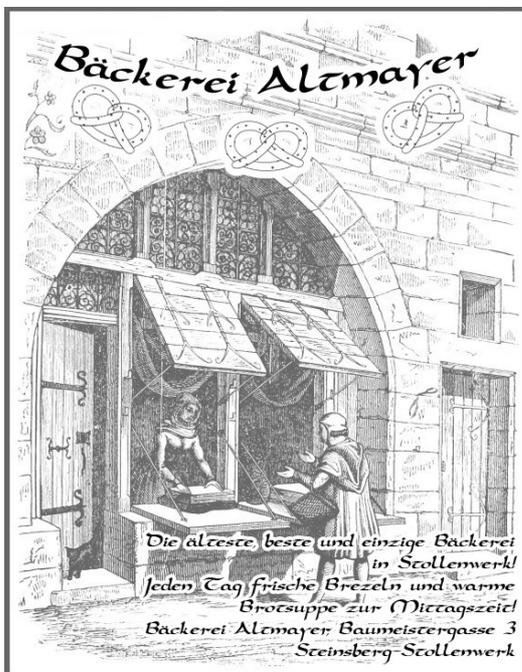
Fazit: Mit diesen Tricks bist du in jedem Abenteuer und auf jedem Ball der strahlende Mittelpunkt – ganz ohne Magie!

Schönheitstipps

Mit Haut und Haar

Haut- und Haarpflegetipps:

Egal, ob du dich nach einem langen Tag auf dem Marktplatz oder einem schweißtreibenden Training entspannen möchtest – die richtige Pflege bringt dich zum Strahlen. Hier sind unsere besten Tipps:



Hautpflege: Die Basis jeder Schönheit

Tägliche Reinigung: Wasche dein Gesicht morgens und abends mit klarem Quellwasser und einem milden Kräutersud (z. B. Kamille oder Salbei).

Feuchtigkeit: Eine einfache Maske aus Quark und Honig beruhigt die Haut und spendet Feuchtigkeit.

Abrubbeln: Mische grobes Salz mit Olivenöl und massiere es sanft in die Haut ein. Das entfernt abgestorbene Hautschüppchen und regt die Durchblutung an.

Tipp: Nach einem langen Tag hilft ein Dampfbad mit Minze und Lavendel, die Poren zu öffnen und die Haut zu reinigen.

Haarpflege: Glänzend wie eine Kriegerin

Trockene Spitzen? Massiere eine Mischung aus Kokosöl und Rosmarin in die Haarlängen ein und lasse es über Nacht wirken.

Mehr Glanz: Spüle dein Haar nach dem Waschen mit einem Sud aus Brennnesseln – das stärkt die Haarwurzeln und sorgt für Glanz.

Locken oder Wellen? Flechte dein feuchtes Haar über Nacht und löse es morgens – natürliche Wellen ohne Hitze.

Tipp: Trage beim Schlafen ein Seidentuch über den Haaren, um Haarbruch zu vermeiden und deine Frisur länger zu erhalten.

Schönheitstipps

Was hält wirklich, was es verspricht?

Der große Kosmetikprodukttest



In Steinsberg gibt es viele Produkte, die Schönheit versprechen – doch welche davon lohnen sich wirklich? Wir haben für dich getestet.

1. Rosenöl von "Floras Magische Werkstatt"

Testergebnis: 5/5 Sterne

Dieses Öl hat uns begeistert! Es spendet Feuchtigkeit, duftet herrlich und ist perfekt für trockene Haut. Ein echter All-rounder für Haut und Haar.

2. Lippenfarbe "Rubinrot" von "Bellezza's Geheimnisse"

Testergebnis: 4/5 Sterne

Die Farbe ist intensiv und hält lange, aber Vorsicht: Sie trocknet leicht aus. Ein Tropfen Honig vor dem Auftragen kann helfen.



3. Kräutermaske "Waldzauber"

Testergebnis: 3/5 Sterne

Die Maske kühlt angenehm, hat aber wenig sichtbare Wirkung. Gut für Entspannung, aber kein Wunderprodukt.

Fazit: Rosenöl ist unser Favorit – eine Investition, die sich wirklich lohnt!

Stil

Perfektes Aussehen in jeder Lage

Styling-Ideen für verschiedene Anlässe

Jeder Anlass in Steinsberg erfordert einen eigenen Stil. Ob du auf einem Ball, einem Abenteuer oder einer Märchenhochzeit bist – hier sind die besten Ideen:

1. Für den königlichen Ball

Kleidung: Ein Samtkleid in Smaragdgrün mit goldenen Stickereien. Kombiniere es mit schimmerndem Schmuck.

Make-up: Glänzende Augenlider in Gold und rote Lippen.

Frisur: Ein halb hochgesteckter Dutt mit lockeren Strähnen, verziert mit Perlen.

2. Für ein Abenteuer

Kleidung: Lederhose, weiße Bluse und ein kurzer Cape aus Wolle.

Make-up: Natürlicher Look – nur ein Hauch Rouge und getönter Lippenbalsam.

Frisur: Ein lockerer Zopf oder Doppelflechtzöpfe.

3. Für eine Märchenhochzeit

Kleidung: Ein fließendes Kleid aus Seide mit Blumenstickereien.

Make-up: Dezenter Glanz, sanfte Rosatöne auf Lippen und Wangen.

Frisur: Romantische Hochsteckfrisur mit kleinen Blüten als Deko.

Mit diesen Tipps siehst du immer perfekt aus, egal, wohin das Leben in Steinsberg dich führt!



So bleibst du fit und voller Energie

Ernährungstipps für Heldinnen und Helden

Abenteuer, Turniere und das Leben in Steinsberg fordern ihren Tribut – und dabei spielt die Ernährung eine entscheidende Rolle!

Hier findest du einfache Tipps, um gesund und kraftvoll durch den Tag zu kommen, sowie ein paar köstliche, gesunde Rezepte, die deinen Gaumen erfreuen.

Ernährungstipps: Das Geheimnis der Steinsberger Power

1. Der perfekte Start in den Tag

Beginne deinen Morgen mit einem Frühstück, das dich stärkt: Haferbrei mit Honig und Früchten oder ein Vollkornbrot mit Kräuterquark sind perfekte Energiequellen.

Tipp: Ein Becher frischer Kräutertee aus Minze, Kamille oder Löwenzahn unterstützt die Verdauung und klärt den Geist.

2. Ausreichend trinken

Halte dich hydriert! Trinke täglich mindestens 2 Liter Wasser oder Kräutertee.

Tipp: Füge deinem Wasser ein paar Scheiben Zitrone, Minze oder Beeren hinzu – das gibt Geschmack und zusätzliche Nährstoffe.



3. Frisch, regional und saisonal

Die besten Zutaten findest du direkt auf dem Steinsberger Markt: frisches Gemüse, Obst und Getreide.

Tipp: Vermeide zu stark verarbeitete Lebensmittel und setze stattdessen auf natürliche Energiequellen wie Nüsse, Samen und Hülsenfrüchte.

4. Kleine, energiereiche Snacks für unterwegs

Für Abenteuerreisen oder lange Markttage eignen sich Trockenfrüchte, selbstgemachte *Energiebällchen* (bei den Rezepten!) oder eine Handvoll Mandeln.

5. Balance statt Verbote

Genieße alles in Maßen. Ein Stück *Elviras berühmtes Honigbrot* darf ruhig mal sein – solange du deine Hauptmahlzeiten ausgewogen gestaltest.



Rezepte

Gesunde Rezepte für den Alltag

1. Kraftsuppe "Steinsberger Art"

Diese herzhafteste Suppe gibt dir Kraft für jedes Abenteuer!

Zutaten:

- 1 Bund frisches Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Pastinaken)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Handvoll Grünkohl oder Spinat
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 1 Tasse Linsen
- Kräuter: Thymian, Rosmarin, Petersilie
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Gemüse klein schneiden und in etwas Olivenöl anbraten.

Brühe und Linsen hinzufügen, 20 Augenblicke köcheln lassen.

Grünkohl oder Spinat sowie Kräuter einrühren, weitere 5 Minuten garen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und genießen!

Tipp: Dazu passt ein Stück frisch gebackenes Vollkornbrot.

2. Energiebällchen "Heldensnack"

Perfekt für unterwegs – voller Kraft und Geschmack!

Zutaten:

- 1 Tasse Haferflocken
- ½ Tasse gehackte Nüsse (z. B. Mandeln oder Walnüsse)
- 1 Tasse Datteln (entsteint)
- 2 EL Honig
- 1 EL Kakaopulver
- 1 Prise Zimt

Zubereitung:

Alle Zutaten in einem Mörser zu einer klebrigen Masse verarbeiten.

Kleine Kugeln formen und für mindestens 30 Augenblicke kalt stellen (sehr kalt).

Fertig – die Energiebällchen sind bis zu einer Woche haltbar!

3. Waldbeeren-Salat mit Walnüssen und Honig-Dressing

Ein frischer Salat, der deine Sinne belebt!

Zutaten:

- 1 Handvoll gemischter Salat
(z. B. Feldsalat, Rucola)
- 1 Tasse frische Beeren
(z. B. Him-, Blau- oder Brombeeren)
- 1 Handvoll gehackte Walnüsse
- 2 EL Schafs- oder Ziegenkäse (optional)

Dressing:

- 2 EL Honig
- 1 EL Apfelessig
- 1 EL Olivenöl
- 1 Prise Salz

Zubereitung:

Salat, Beeren und Walnüsse auf einem Teller anrichten.

Das Dressing anrühren und über den Salat geben.

Optional mit Ziegenkäse bestreuen und sofort servieren.

4. Goldene Milch: Ein Getränk für Heldinnen

Ein wärmendes, nährstoffreiches Getränk, das dein Immunsystem stärkt.

Zutaten:

- 1 Tasse Milch
(oder pflanzliche Alternative)
- 1 TL Kurkuma
(Wurzel, die aussieht wie eine Raupe, Vorsicht, Verwechslungsgefahr!!! Die Wurzel ergibt einen orangenen Farbton, die meisten Raupen nicht, außer der Raupe des Kurkumastichlings, welche sich zwischen den Kurkumawurzeln aufhält und hochgiftig ist!)
- ½ TL Zimt
- 1 Prise schwarzer Pfeffer
- 1 TL Honig

Zubereitung:

Milch erhitzen und die Gewürze einrühren.

Auf niedriger Stufe 5 Augenblicke köcheln lassen.

Mit Honig süßen und warm genießen.

Fazit

Mit diesen Ernährungstipps und Rezepten bist du für jeden Tag in Steinsberg bestens gewappnet – sei es für große Abenteuer oder einen gemütlichen Abend am Lagerfeuer. Bleib gesund, genieße das Leben und vergiss nicht, ab und zu einen leckeren Heldensnack zu teilen!

Stress bewältigen und innere Ruhe finden

Das große Spezial für deine innere Balance und mentale Abwehr!



In einer Welt voller Abenteuer, Aufgaben und Herausforderungen ist es wichtig, nicht nur körperlich, sondern auch mental stark zu bleiben. Stressbewältigung und Achtsamkeit sind Schlüssel, um in Balance zu bleiben und den Alltag in Steinsberg mit Kraft und Gelassenheit zu meistern. Hier sind Tipps und Techniken, die dir helfen, die Heldin oder der Held deines Lebens zu sein – ohne dabei auszubrennen.

Stressbewältigung: So bleibst du gelassen, selbst in stürmischen Zeiten

1. Atemübungen für innere Ruhe

Wenn der Alltag zu hektisch wird, hilft oft schon ein bewusster Atemzug.

Die 4-4-8-Methode: Atme 4 Sekunden ein, halte den Atem für 4 Sekunden, und atme dann 8 Sekunden aus. Diese Technik beruhigt das Nervensystem und reduziert Stress in wenigen Momenten.

Tipp: Führe diese Übung vor einem großen Turnier oder einer wichtigen Entscheidung durch – es gibt dir Klarheit und Ruhe.

2. Prioritäten setzen wie ein Stratege

Die 3-Aufgaben-Regel: Schreibe dir morgens 3 Dinge auf, die du an diesem Tag erreichen willst. Fokussiere dich darauf und lasse dich nicht von weniger wichtigen Dingen ablenken.

Tipp: Erinnere dich daran, dass nicht jeder Kampf gekämpft werden muss – es ist in Ordnung, auch mal etwas liegenzulassen.

3. Bewegung gegen Anspannung

Körperliche Bewegung hilft, Stress abzubauen und den Geist zu entspannen.

Leichte Übungen: Ein Spaziergang im Wald, ein paar Dehnübungen oder leichtes Schwerttraining können Wunder wirken.

Tipp: Probiere, barfuß auf Gras oder Erde zu laufen – das erdet dich und gibt neue Energie.

4. Die Macht der Dankbarkeit

Tägliches Ritual: Schreibe jeden Abend 3 Dinge auf, für die du dankbar bist – sei es ein gelungener Marktbesuch, ein freundliches Lächeln oder ein guter Rat-schlag. Dankbarkeit hilft, den Fokus auf die positiven Aspekte des Lebens zu lenken.

Tipp: Teile deine Dankbarkeit auch mit anderen – ein kleines Lob oder eine liebe Nachricht können Beziehungen stärken.

Achtsamkeit: Im Hier und Jetzt leben

1. Der Morgenritual-Trick

Starte deinen Tag bewusst und ruhig: Trinke einen Tee, ohne dabei an die Auf-gaben des Tages zu denken. Konzentriere dich auf den Geschmack, den Geruch und die Wärme der Tasse.

Tipp: Verzichte in den ersten 10 Au-genblicke des Tages darauf, mit anderen zu sprechen oder dich von Aufgaben überrollen zu lassen.

2. Natur als Kraftquelle

Waldmeditation: Gehe in den Wald, schließe die Augen und höre bewusst den Geräuschen der Natur zu – dem Wind, den Vögeln, dem Rascheln der Blätter.

Tipp: Probiere, dich auf das Gefühl der Sonne oder des Regens auf deiner Haut

zu konzentrieren – das beruhigt und ver-bindet dich mit dem Moment.

3. Kleine Achtsamkeiten im Alltag

Beim Essen: Iss bewusst und ohne Ab-lenkung. Nimm dir Zeit, jeden Bissen zu genießen und das Essen zu schmecken.

Beim Arbeiten: Mache regelmäßig kur-ze Pausen, in denen du dich streckst, tief atmest oder einfach nur nach draußen schaust.



Techniken für mentale Stärke

1. Visualisierung: Der Erfolg im Kopf

Stelle dir eine bevorstehende Herausforderung vor und visualisiere, wie du sie erfolgreich meisterst. Dieses mentale Training stärkt das Selbstvertrauen und bereitet dich auf echte Herausforderungen vor.

Tipp: Verbinde die Visualisierung mit einer Affirmation wie: „Ich bin bereit und schaffe alles, was auf mich zukommt.“

2. Akzeptanz lernen

Nicht alles im Leben läuft nach Plan – und das ist in Ordnung.

Übe dich darin, Situationen anzunehmen, wie sie sind, anstatt dagegen anzukämpfen. Frage dich: „Was kann ich jetzt tun, um damit umzugehen?“

Tipp: Akzeptanz bedeutet nicht, aufzugeben – es ist der erste Schritt, um neue Wege zu finden.

3. Die Kraft der Pausen

Gönne dir regelmäßig Pausen, auch wenn der Tag stressig ist. Eine 5-Augenblicke Pause kann Wunder wirken und dir die Energie geben, produktiver zu sein.

Tipp: In Steinsberg ist es Tradition, zur vollen Stunde einen Moment innezuhalten und bewusst durchzuatmen. Probier es aus!

Praktische Entspannungsübungen

1. Die "Magische Hände"-Übung

Reibe deine Handflächen aneinander, bis sie warm sind, und lege sie dann für einen Moment auf deine geschlossenen Augen. Atme tief ein und aus.

Effekt: Diese Übung entspannt die Augen und beruhigt den Geist.

2. Die "Steinsberger Flamme"-Meditation



Zünde eine Kerze an, setze dich davor und konzentriere dich nur auf die Flamme. Lass deine Gedanken kommen und gehen, ohne sie zu bewerten.

Dauer: 5–10 Augenblicke reichen aus, um inneren Frieden zu finden (oder dämonische Träume zu erleben).

Fazit: *Deine mentale Stärke ist deine größte Waffe*

Mit diesen Tipps und Techniken kannst du nicht nur stressige Tage bewältigen, sondern auch inmitten von Chaos und Abenteuer innerlich ruhig und stark bleiben. Denke daran: Der wahre Held ist nicht der, der nie fällt, sondern der, der immer wieder aufsteht – mit Klarheit, Gelassenheit und einem starken Geist.



Chieggies Fell- und Krallensalon

Alle Wesen dürfen kommen, ja-ja.

Hast Du nur ein bisschen Fell am Kopf?
Oder viel zu viel Fell unter dem Bauchnabel?
Hast Du gar keine Krallen?
Oder sogar mehr als nur an Händen und Füßen?

Ich pflege alle Krallen und Felle! Ja-ja!
Waschen, Bürsten, Kämmen, Kunstfelle, Pflege!
Raspeln, Feilen, Lackieren, Kunstkrallen!

Stollenwerk, Steinsburg

Auch Katzen, aber bitte lieb sein!

Die Poetin der verlorenen Seelen

Exklusivinterview mit Seraphina Rosenherz

von H.v.d.N

Dämmriges Licht fällt durch das blasse Geäst, Nebel zieht über die moosbedeckten Grabsteine. Inmitten dieses melancholischen Idylls steht Seraphina Rosenherz, in schwarzer Spitze gehüllt, ein Hauch von Veilchen und dunkler Rose umgibt sie. Ich treffe sie hier, auf dem kleinen Waldfriedhof nahe des Regenbogentals, um über ihre Dichtkunst, ihre Inspirationen und ihr Herz voller Sehnsucht zu sprechen.

Redaktion: *Seraphina, deine Gedichte berühren so viele junge Menschen. Sie sprechen von Einsamkeit, unerwidelter Liebe und vergänglicher Schönheit. Woher nimmst du diese Gefühle?*

Seraphina: *[Sie blickt versunken in die Ferne, als würde sie einer längst vergangenen Melodie lauschen.] Es ist die Melancholie der Herbstwinde, die leisen Stimmen der Vergangenheit, die mich rufen. Mein Herz hat schon so oft in den Schatten der Dämmerung geflüstert, und manchmal... flüstert jemand zurück.*

Redaktion: *Das klingt nach ständiger Sehnsucht in deinem jungen Leben. Warst du jemals von der Liebe so glücklich verzaubert, dass dein Herz in funkelnden Fragmenten zerbrach?*

Seraphina: *[Ein trauriges Lächeln umspielt ihre Lippen.] Glückliche? Vielleicht in jenen ersten Augenblicken, wenn die Welt in Gold getaucht ist und jedes Wort, das der Geliebte spricht, wie eine Ewigkeit klingt. Doch dann... dann neigt sich die Sonne, und Schatten fallen über das Herz. Glückliche Liebe ist wie eine seltene Blüte im Blumenbett der Existenz. Ich erinnere mich an jene eine Nacht, als der Brachländler – mit seinem träumerischen Blick und den Geschichten von vergangenen Heldenstücken – mir das Gefühl gab, als ob die Sterne ihre Geheimnisse offenbarten. Doch wie jeder funkelnde Stern erlosch auch dieses Glück mit dem ersten Hauch der Morgendämmerung.*

Redaktion: *Sehr schade, aber gleichzeitig gut für deine Fans. Was diese dann noch interessiert: Du trägst immer so wunderbare, anmutige Kleider. Wo findest du solche Schätze?*

Seraphina: *Ich durchstreife die alten Läden in Schlotheim die verborgen zwischen den Gassen schlafen. Manchmal ruft ein verstaubter Samtmantel meinen Namen oder eine Brosche flüstert mir ihre Geschichte zu. Ich bin mir sicher, in vielen der Stücke lebt die Vergangenheit ihrer früheren Besitzer weiter. Ich kann sie förmlich fühlen. Es gilt zu konstatieren, die Kleider wählen mich, nicht umgekehrt.*

Ein Geheimtipp ist auch das abgelegene Kontor des Handelsministers. Mariella Blutlicht gelingt es immer wieder die zauberhaftesten Stücke aufzutreiben.

Redaktion: *Und dein Lieblingsduft? Gibt es den auch nur unter der Ladentheke?*

Seraphina: *Nach Mitternacht, wenn der Regen fällt – dann duftet die Welt nach nasser Erde, verblühten Rosen und einem Hauch von Unendlichkeit. In Flakons gefasst: “Düstere Kalkzeiger” von Don Nariz oder “Vom Giftling berührt” von Flora und Cales. Meist aber trage ich heimlich einen Hauch von „Moonshadow Mist“ – ein Parfum, das an regennasse Gassen, verfallene Schlösser und die bittersüße Melodie vergangener Zeiten erinnert. Es ist, als würde die Nacht der steinsburger Gassen selbst in einem Flakon ihr Geheimnis verraten. Woher ich das beziehe, bleibt aber mein Geheimnis.*

Anmerkung der Redaktion: Wir haben wirklich alles versucht, um an das ein oder andere Flächen dieses Duftes für unsere Leserinnen zu kommen. Doch selbst im Ausland lässt sich keines mehr auf-treiben.

Redaktion: *Flora und Cales? Wird das in „Floras Magischer Werkstatt“ gehandelt?*

Seraphina: *Ja, Floras neue Duftkollektion „Gerüche von Heldenmut“! Mit solchen Ver-kaufsschlagern wie „Salzwind – Walfischliebe im Glas“, „Heldenschweiß“ oder „Varisches Badewasser“. Und zuweilen beziehe ich da auch den einen oder anderen Flakon.*

Redaktion: *Um aber wieder weg zu kommen von den ordinären Sachen des Alltags. Wo findest du denn die idealen Orte um dich von der Muse küssen zu lassen?*

Seraphina: *Ich suche Zuflucht an Plätzen, wo die Zeit in sich zusammenzubrechen scheint. Auf Friedhöfen, in vergessenen Bibliotheken, manchmal am Fenster, wenn draußen die Later-nen ihr fahles Licht auf verlassene Straßen werfen. Die Bibliothek der unsichtbaren Akademie ist aber eher ungeeignet. Die Unruhen, welche dort in den Schwingungen herrscht, ist un-glaublich störend. Hin und wieder formte sich auch eines meiner Wortmosaike im “Glückli-chen Poet”. Überall dort, wo Schatten leise Lieder flüstern.*

Plötzlich wird Seraphina unruhig.

Der Wind rauscht durch die Bäume, ein letzter Blick auf Seraphina, ehe sie sich im Nebel verliert. Nur ihr Duft bleibt zurück – ein Hauch von dunkler Rose und Regen auf kaltem Stein.

Seraphina in sehnsuchtsvoller Stille



Liebe

Liebe in Steinsberg

Ein Ratgeber für Heldwesen, Baulinge und alle dazwischen und außerhalb

Ah, die Liebe! Sie ist genauso aufregend wie ein Drachenkampf, genauso verwirrend wie die Abgabenerklärung von Yuris Hoch- und Tief und manchmal genauso dreckig wie eine Höhle voller Baulinge. Egal, ob du ein Held, eine Heilerin oder ein Bauling bist – die Suche nach einer richtigen Partnerin ist in Steinsberg eine Herausforderung. Aber keine Sorge, wir haben Tipps, die dein Herz (und vielleicht das eines anderen) zum Leuchten bringen!

1. Liebe geht durch den Magen – auch bei Baulingen

Wenn du einen Bauling datest, gibt es eine goldene Regel: Snacks sind der Schlüssel!

Für Baulinge: Überrasche dein Date mit einem selbstgemachten Käsekuchen oder einem Beutel Nüsse – Baulinge lieben Snacks, und das zeigt, dass du dich um die kleinen Dinge kümmerst.

Für Heldwesen: Ein romantisches Picknick auf dem Marktplatz kann wahre Wunder wirken – mit ein paar rustikalen Broten, ein wenig Honig und vielleicht einer Flasche Met.

Profi-Tipp: *Baulinge mögen es übrigens nicht, wenn du ihre Snacks ohne zu fragen anrührst. Respektiere die Käsevorräte!*

2. Die Kunst der Konversation – Mit und ohne Fell

Egal, ob dein Schwarm ein grummeliger Krieger, eine zarte Elfenheilerin oder ein Bauling ist, Kommunikation kann Wunder wirken.

Für Baulinge: Frage sie nach ihren besten Tunnelbauten! Baulinge lieben es, über ihre neuesten Konstruktionen zu sprechen. Ein Satz wie „Ich habe gehört, dass dein letzter Tunnel wirklich stabil war – kannst du mir mehr erzählen?“ bringt jedes Baulingsherz zum Schmelzen.

Für andere Heldwesen: Starte mit einem lockeren: „Hast du die letzte Schlacht von Gladien gesehen? Was für ein Spektakel!“

Profi-Tipp: *Niemals – wirklich NIEMALS – Baulinge nach ihrer Größe fragen. Das führt zu beleidigten Piepsgeräuschen und einem abrupten Ende deines Treffens.*

3. Gemeinsame Abenteuer: Romantik mit Action verbinden

Was gibt es Schöneres, als mit deinem Schwarm auf Schatzsuche zu gehen oder einen bösen Zauberer gemeinsam zu besiegen?

Idee für Heldwesen: Eine Nachtwanderung im verfluchten Wald. Nichts bringt zwei Herzen schneller zusammen als ein bisschen Grusel und das Gefühl, gemeinsam Gefahren zu trotzen.



Idee für Baulinge: Lade deinen Baulings-Schwarm ein, zusammen eine kleine Höhle zu graben. Teamarbeit bringt euch näher, und Baulinge lieben es, wenn jemand ihre Begeisterung fürs Graben teilt.

Profi-Tipp: Wenn dein Date Bauling ist, bring eine kleine Laterne mit – die meisten Baulinge lieben weiches, warmes Licht.

4. Anbändeln leicht gemacht – mit Humor und Respekt

Anbändeln muss nicht kompliziert sein! Ein kleiner Witz oder eine charmante Geste kann Eis brechen – egal, ob mit Mensch, Elfe oder Bauling.

Anbändeltipps für Heldwesen: Lächle, sei aufmerksam und mach deinem Date ein Kompliment, das ehrlich klingt. Statt „Du bist so schön wie eine Elfenprinzessin“ probiere: „Du hast echt eine schöne Art, die Dinge zu sehen. Das gefällt mir.“

Anbändelipps für Baulinge: Baulinge lieben Wortspiele! Versuch es mit: „Bist du ein Tunnel? Weil ich ganz tief in dich rein will...“ (Ja, vielleicht nicht beim ersten Date.)

5. Kulturellen Unterschiede: Baulinge vs. Menschen

Die Liebe kennt keine Grenzen, aber unterschiedliche Kulturen können Herausforderungen bringen.

Baulinge bevorzugen Geselligkeit: Wenn dein Bauling-Partner beim ersten Treffen die halbe Tunnelgemeinschaft mitbringt, sei nicht überrascht. Für Baulinge ist es normal, ihre „Clan-Familie“ früh einzubinden.

Menschen brauchen Zeit: Menschen mögen es oft, erst mal zu zweit zu sein. Wenn du ein Bauling bist, nimm das nicht persönlich – das bedeutet nicht, dass sie

Der Biceps ihre Mittelfaltmaus





dich nicht mögen, sondern nur, dass sie anders ticken.

Bonus:
Minneworte für alle Gelegenheiten

6. Geschenke, die Herzen höher schlagen lassen

Für Baulinge: Alles, was funkelt, kommt gut an. Ein hübscher, glitzernder Stein oder ein besonders schönes Stück Holz zeigt, dass du dir Gedanken gemacht hast.

Für Heldwesen: Eine kleine handgefertigte Karte mit einer Einladung zu einem Abenteuer – oder ein Ring aus Blumen, weil klassisch immer zieht.

7. Was tun, wenn es schiefgeht?

Nicht jedes Treffen endet wie im Märchen, aber das ist in Ordnung!

Wenn ein Bauling plötzlich in einen Tunnel verschwindet, sieh es nicht als Abfuhr. Sie brauchen manchmal Zeit zum Nachdenken – besonders, wenn sie dich mögen!

Wenn dein Heldwesen-Schwarm sich entschuldigt, weil die Schlacht ruft, wünsche Glück und bleib gelassen. Heldenpflichten gehen manchmal vor, aber die wahren Romantikerwesen kommen zurück.

Für Baulinge:

„Deine Tunnel sind großartig, aber dein Lächeln ist mein Lieblingsbauwerk.“

„Hast du gerade einen Käsevorrat entdeckt, oder bist du einfach nur glücklich, mich zu sehen?“

Für Heldwesen:

„Wenn ich dich sehe, brauche ich keinen Heiltrank mehr – du hast mich gerettet.“

„Bist du eine Magierin? Weil ich völlig verzaubert bin.“

Fazit: Liebe ist das größte Abenteuer

Egal, ob dein Herz für einen mutigen Krieger, eine kluge Bauling-Ingenieurin oder eine sanfte Elfenheilerin schlägt – die wichtigste Regel lautet: Sei du selbst, hab Spaß und nimm die Dinge mit Humor. Denn am Ende ist das Leben in Steinsberg viel zu kurz, um nicht auch mal ein bisschen verliebt zu sein – in die Liebe, das Leben und vielleicht sogar in einen Bauling!

Die verborgene Seele der Seraphina Rosenherz

Exklusivinterview mit Seraphina Rosenherz, Teil II

von H.v.d.N

Es ist sehr spät geworden. Ich habe zusammen mit Seraphina einige ihrer Lieblingsplätze besucht. Ihre Führung endet auf dem Friedhof im Ostquartier von Steinsburg.

Der Nebel hängt schwerer zwischen den alten Bäumen, irgendwo ruft eine Eule. Seraphina sitzt auf der steinernen Umrandung eines längst vergessenen Grabes, die Knie unter ihren wallenden Rock gezogen. Mein Pergament neigt sich dem Ende, doch ich spüre: Es gibt noch mehr. Dinge, die Seraphina nur flüstert, wenn die Welt schläft.

Redaktion: *Seraphina, es gibt so viele, die dich bewundern. Doch gibt es etwas, das du selbst niemals über dich preisgeben würdest?*

Seraphina: *[Sie zögert, spielt mit einem silbernen Ring an ihrem Finger.] Manchmal, wenn ich ganz allein bin, frage ich mich, ob mich je jemand wirklich sehen wird. Nicht nur das Bild, nicht nur die Verse... sondern mich.*

Redaktion: *Das klingt, als hättest du Angst vor dem Vergessenwerden.*

Seraphina: *Vielleicht... oder davor, dass mich nur meine Schatten lieben.*

Redaktion: *Das klingt sehr danach, als würde dich das wirklich stark beschäftigen. Um dich ein wenig abzulenken: Wenn du eine Nacht mit einer einzigen Person verbringen könntest – egal ob lebendig oder längst vergangen – wer wäre es?*

Seraphina: *[Ihr Blick wird weich, fast verträumt.] Ebon A. Gram. Ich würde ihn fragen, ob Le Nore wirklich tot ist oder ob sie nur in einer anderen Welt weint.*

Redaktion: *Wie romantisch... Da wir gerade bei literarischen Werken sind, gibt es eines, das dein Herz in Stücke gerissen hat?*

Seraphina: *„Die Tränen des Zeitenwächters“ von E. Schattenblatt hat mich oft in die Tiefen der eigenen Seele geführt. Jedes Mal, wenn ich in ihre Zeilen versinke, spüre ich, wie ein Teil von mir mit den Worten verweht – wie glitzernde Gnormitränen im Licht der Erinnerung.*

Redaktion: *Und Musik? Welche Klänge begleiten dich, wenn die Nacht, deine Feder führt?*

Seraphina: *Die Melodien von „The Sunset Notes“ sind mein steter Begleiter – so eigen und geheimnisvoll wie die Geschichten von K. Nubbel und so schillernd wie nächtlichen Eskapaden im neuen Freizeitpark. Ihre Lieder tragen den Rhythmus einer Welt, in der selbst die Dunkelheit ein schelmisches Lächeln verbirgt.*

Redaktion: *Würdest du sagen, dass du glücklich bist?*

Seraphina: *Glück ist eine Illusion, ein Schatten, der mit der Dämmerung kommt und mit der Morgensonne flieht. Aber... ich bin wahrhaftig in meiner Traurigkeit. Und das ist vielleicht genug.*

Redaktion: *Gibt es etwas, das du unseren Leserinnen mitgeben möchtest?*

Seraphina: *Liebt mit aller Kraft, auch wenn es schmerzt. Tragt eure Narben wie Edelsteine. Und wenn ihr nachts weint, dann lasst den Mond eure Tränen zählen.*



Falsus Procurator

Für alle die Drama lieben: die neue Toga-Nova!

Es gibt Intrigen. Es gibt Liebe. Es gibt noch mehr Intrigen!

Die neue thaskarische Leidenschaftssaga „Falsus Procurator“ hat alles, was dein dramatisch-schlagendes Herz begehrt – und noch ein bisschen mehr.

Die Handlung: Intrigen im Schatten der Toga

In der prachtvollen Regierungssitz in Thaskar, wo jeder Zentimeter Stoff über deinen sozialen Rang entscheidet, wird nicht nur über Politik gestritten, sondern auch über wer mit wem und wer gegen wen. Die Serie folgt einer illustren Gruppe von Charakteren, die alle ein Ziel haben: die Macht (und die Liebe) – aber bitte in der besten Seiden-Toga der Stadt!

Was dich erwartet:

Die feurige Liebesgeschichte: Thalissa, die Tochter eines angesehenen Toga-Meisters, verliebt sich in den mysteriösen Sklaven Taron. Doch die Schatten seiner Vergangenheit könnten alles zerstören.

Intrigen am Hofe: Der zwielichtige Konsul Phorandus will Thaskars höchsten Richter stürzen, während er heimlich versucht, den besten Stoffhändler der Stadt zu bestechen.

Die Geheimnisse der Stoffhändlergilde: Warum verschwinden immer wieder Ballen von purpurroter Seide, und was hat die schlagfertige Näherin Sennya damit zu tun?

Die Charaktere: Drama in jeder Faser der Toga

Thalissa (die Unschuldige mit dunklen Geheimnissen): Ihre schlichte weiße Toga wird immer mehr zur Leinwand für Intrigen – und einen Mord?

Taron (der Geheime mit einem Meisterwerk der Bauchkunst): Niemand weiß, warum er plötzlich als Sklave in der Stadt auftauchte, aber eins ist klar – er hat etwas vor.

Phorandus (der Schleimige in Gold): Seine Toga ist fast so blendend wie seine Pläne – fast.

Sennya (die Wilde mit Nadel und Faden): Sie ist nicht nur gut mit Stoff, sondern auch mit Dolchen. Wer Sennya unterschätzt, endet schneller auf dem Boden als eine schlecht genähte Naht.

Warum du „Falsus Procurator“ sehen solltest

Drama, Magister! Jede Episode ist eine emotionale Raserei der Höhen und Tiefen – von herzerreißender Romantik bis hin zu Skandalen, die sogar den Friedensminister in Verlegenheit bringen würden.

Stoff, der atemberaubend ist – wortwörtlich. Du dachtest, Mode in Steinsberg sei spannend? Warte, bis du siehst, wie in Thaskar Stoffe den Verlauf ganzer Schlachten entscheiden können.

Baulinge lieben es auch! Wer hätte gedacht, dass sogar unsere felligen Freund*innen so sehr in die Serie versinken, dass sie Snacks vergessen?

Wann und wo läuft „Falsus Procurator“?

Jeden Abend hat man die Chance, einen Traum zu haben und dabei zu sein. Der Thaskar-Sprech wird dich schnell süchtig machen. Nach nur einer Folge wirst du Sätze sagen wie:

„Bei den Göttern der Seide, was ist nur mit Thalissas Saum passiert?!“

Bonus: Interaktiver Spaß für Fans

„Toga-Tipps“: Entwerfe deine eigene Toga inspiriert von Thalissas Stil.

„Das Intrigen-Quiz“: Bist du mehr Phorandus oder Taron? Finde es heraus!

Live-Bauling-Kommentare: Jeden Mittwoch analysieren Baulinge die Handlung und tippen, wer als nächstes verraten wird.

Fazit:

„Falsus Procurator“ ist die Serie, die du nicht verpassen darfst. Ob du ein Fan von großen Gefühlen, noch größeren Intrigen oder einfach gutem thaskarischem Drama bist – diese Serie liefert alles. Also schnapp dir dein Lieblingskissen, und lass dich von Thaskar in den Bann ziehen.

Kleine Prophezeiung der Handlung:

In Folge III gibt's einen dramatischen Stoffdiebstahl – und das ist **erst der Anfang**.



Werde die Heldin deines Lebens

Mit Motivation und Selbstreflexion zur Heldin des Alltags!

Du knackst gern harte Nüsse?
Du beißt dich gerne durch?

Werde
Hilfsadvocat

bei den
Advocati Mortis!

Bewerbungen an die
Kanzlei, Freistadt,
Steinsburg



Manchmal fühlt man sich, als hätte man gegen einen besonders mürrischen Drachen gekämpft, nur um festzustellen, dass der wahre Feind die innere Unsicherheit

war. Egal, ob du ein Bauling bist, der sich vor großen Aufgaben fürchtet, oder ein Held, der in einer Sackgasse steckt – Motivation und Persönlichkeitsentwicklung sind der Schlüssel, um dich selbst zu deinem stärksten Charakter zu machen. Hier sind praktische und inspirierende Tipps, um dein volles Potenzial zu entfalten.



1. Selbstreflexion:

Der wichtigste Zaubertrank

Du kannst keine Quests erfolgreich abschließen, wenn du nicht weißt, wer du bist und was du wirklich willst. Setz dich hin (ja, auch mitten im Schlachtgetümmel, falls nötig) und beantworte diese Fragen:

Was will ich wirklich? Ist es Ruhm, Liebe oder einfach nur ein sicheres Vorratslager voller Käse?

Was hält mich zurück? Ein böser Fluch oder nur die Angst vor dem Unbekannten?

Tipp: *Schreib alles auf – aber bitte nicht in einer mystischen Sprache, die du später nicht mehr lesen kannst. Klarheit ist Macht!*

2. Kleine Schritte für große Veränderungen

Nicht jeder Held begann mit einem glänzenden Schwert oder einer perfekten Rüstung. Der Weg zur Größe beginnt mit kleinen Taten.

Setz dir erreichbare Ziele. Statt „Ich besiege alle Drachen“, versuch es mit „Heute übe ich, meinen Helm richtig aufzusetzen.“

Feiere kleine Erfolge. Baue dir ein Ritual auf: Nach jeder erfolgreich bestandenen Herausforderung gönn dir eine Belohnung – sei es ein Stück Kuchen oder eine Runde Tanzen im Marktplatzstaub.

Motivationsmantra: *„Jeder fängt mal als Novize an – aber ich habe das Potenzial eines legendären Magiers!“*

3. Der magische Kreis: Such dir die richtigen Gefährten

Niemand kämpft allein, und das solltest du auch nicht! Deine Gefährten können dich motivieren, an dich glauben und dich aus einem Loch holen, wenn du mal wieder mit einem Baulings-Sandwich feststeckst.

Tipp für Baulinge: Finde jemanden, der deine Liebe für Tunnel teilt – oder zumindest Snacks bringt.

Tipp für Heldwesen: Umgib dich mit Leuten, die dich anfeuern, selbst wenn dein Schwert stumpf ist.

Warnung: *Meide die, die deine Energie rauben (a.k.a. „Die Schreckensgrummelei“). Solche Menschen sind wie verfluchte Schilde – sie bremsen dich nur.*

4. Motivation: Finde dein „Warum“

Warum machst du das alles? Warum kämpfst du, gräbst Tunnel oder trägst diese unglaublich schwere Toga? Dein „Warum“ gibt dir Kraft, wenn alles andere wankt.

Für Heldwesen: Vielleicht willst du anderen helfen, ein besseres Leben zu führen.

Für Baulinge: Vielleicht möchtest du den tiefsten Tunnel graben, den je ein Bauling gesehen hat.

Für alle: Finde dein persönliches Ziel – und behalte es im Blick, selbst wenn es mal staubig wird.

Inspiration: *Schreib dein „Warum“ auf ein kleines Stück Pergament und trage es immer bei dir. Es ist wie ein Zauber, der dich daran erinnert, warum du angefangen hast.*

5. Fehler machen – und trotzdem gewinnen

Jeder Held hat mal einen Pfeil ins Knie (oder ins Auge) bekommen (und das nicht nur metaphorisch). Wichtig ist, wie du damit umgehst.

Lerne aus Fehlern: Jeder Fehler ist eine Lektion. Frag dich: „Was kann ich beim nächsten Mal anders machen?“

Verzeih dir selbst: Selbst wenn du das epische Käsemesser des Baulings verloren hast, heißt das nicht, dass du kein Held mehr bist.

Profi-Tipp: *Wenn du dich richtig mies fühlst, stell dir vor, du wärst ein Bürgermeister in deinem eigenen Leben – würdest du ihn verurteilen? Nein? Eben!*

6. Übung macht die Meisterin

Persönlichkeitsentwicklung ist kein Sprint, sondern ein epischer Marsch durch Berge, Wälder und vielleicht ein paar Moirlöcher. Setz auf die Kraft der Gewohnheit.

Täglich ein bisschen: Ein kleiner Schritt (wie 5 Augenblicke Meditation oder das Üben eines neuen Tricks) bringt dich weiter als gar nichts zu tun.

Mach es Spaßig: Wenn das Üben zur lästigen Pflicht wird, füg etwas Lustiges hinzu. Zum Beispiel kannst du beim Training ein Lied singen – oder deine Übung als Teil eines epischen Kampfs inszenieren.

7. Achtsamkeit und Pausen: Auch Held*innen brauchen Pause

Selbst der beste Held kann nicht immer kämpfen. Gönn dir eine Auszeit und sei im Moment.

Meditation für Anfänger: Setz dich irgendwo ruhig hin, atme tief ein und aus. Stell dir vor, dein Geist ist ein klarer Fluss, der ruhig dahinplätschert.

Pausen für Baulinge: Höre dem Klang der Erde zu, wenn du in deinem Tunnel sitzt. Das ist Baulings-Achtsamkeit!

Erinnerung: *Ein müder Held ist ein verletzlicher Held. Pausen sind keine Schwäche – sie sind Teil der Strategie.*

Fazit: Werde dein eigener Mythos

Egal, ob du in Steinsberg, Thaskar oder einem winzigen Baulingsbau lebst – du hast das Zeug, deine beste Version zu werden. Arbeite an dir, bleib dran, und vergiss nie: Die größte Quest deines Lebens bist du selbst. Also, zieh los, entwickle dich weiter – und mach die Welt ein kleines bisschen epischer!



Grotte schon geschmückt?

am
12. Tag des 2. Monats
beginnt die alljährliche

Mango-Wandertags-Woche
mit dem
Schmücke deine Grotte-Tag

Eine ganze Woche lang ziehen Steinsberger überall durch ihre Nachbarschaften und picknicken, feiern und bestaunen gemeinsam die liebevoll geschmückten Höhlen und Feiegrotten ihrer Mitbürger.

Hast Du deine Grotte schon geschmückt?



“Feierloch” der Pi-Ratten am Hochseehafen,
Schaugrotte von Yuri Hoch- & Tiefbau



Käse, Chaos und Triumph

Das Große Käserennen der Baulinge

Im unterirdischen Reich der Baulinge fand kürzlich DAS Highlight des Jahres statt: das Große Käserennen. Dieses außergewöhnliche Ereignis, das tief in den Tunneln von Steinsburg ausgetragen wird, vereint sportlichen Ehrgeiz, köstlichen Käse und die ein oder andere dramatische Wendung.

Wie funktioniert das Käserennen?

Die Regeln sind einfach, aber der Weg zum Ziel ist es nicht:

Startklar: Jeder Teilnehmerin erhält einen perfekt gereiften Käselaib von genau 1,5 Baulingspfoten (etwa 2 kg bzw. 1 80stel Ischias).

Der Tunnel-Parcours: Der Weg zum Ziel führt durch ein Labyrinth voller Herausforderungen – von glitschigen Stellen über Wurzelstränge bis hin zu zufällig platzierten Metkrügen und schnarchenden Baulingen.

Der Clou: Der Käse muss nicht nur durch den Parcours gerollt, sondern dabei unterwegs auch gegessen werden! Wer zuerst ankommt und gleichzeitig die größte Menge Käse verputzt hat, wird zum Sieger gekürt. Das klingt verwirrend, ist es aber auch!

Doch Vorsicht: Das Rennen ist nichts für schwache Mägen – oder schwache Nerven!

Die Heldin des Jahres: Bala-Schnüffelpfote

Die diesjährige Gewinnerin, Bala-Schnüffelpfote, wurde zum Star des Rennens. Während andere Teilnehmer*innen hektisch durch die Tunnel hasteten, setzte Bala auf ihre „Strategie des Schnüffeln“.

Ihr Erfolgsgeheimnis: „Der Käse weiß, wo er hinwill. Du musst nur zuhören – und zwischendurch einen großen Bissen nehmen.“

Mit einer beeindruckenden Kombination aus Geschwindigkeit und Käseliebe überrollte (und vernaschte) sie die Konkurrenz.

Die besten Momente des Rennens

Das Käserennen bot auch in diesem Jahr zahlreiche Glanzpunkte, die für Lacher und unvergessliche Erinnerungen sorgten:

Der rollende Käse des Chaos: Ein Teilnehmer verlor die Kontrolle über seinen Käselaub, der daraufhin eigenständig eine halbe Strecke zurücklegte und dabei drei Mitstreiter zu Boden brachte.

Eichhörchen-Attacke: Eine Horde Tunnel-Eichhörchen stürzte sich auf die Käsevorräte eines unglücklichen Baulings, was zu einer unfreiwilligen Snackpause führte.

Käse-Diplomatie: Zwei Teilnehmer schlossen ein temporäres Bündnis, um gemeinsam einen besonders kniffligen Tunnelabschnitt zu überwinden – nur um sich später erbittert um den letzten Käsestück zu streiten.

Der Held des Rennens: Tunnelgouda Extra Fest

Das Rennen ist nicht nur ein sportliches Ereignis, sondern auch eine Feier des Käses. Dieses Jahr war der „*Tunnelgouda Extra Fest*“ der Käse des Tages – ein speziell gereifter Käse, der für das Rennen entwickelt wurde.

Aroma: Würzig mit einem Hauch von Steinsberger Höhlenluft.

Konsistenz: Fest genug, um durch die Tunnel zu rollen, aber weich genug, um direkt gegessen zu werden.

Besonderheit: Es gab einen kleinen Skandal, als ein Teilnehmer versuchte, einen weicheren Käse ins Rennen zu schmuggeln. Der „Käse-Schummler“ wurde jedoch schnell enttarnt.

Ein Event für alle

Das Käserennen ist mehr als nur ein Wettbewerb – es ist ein Fest für die Gemeinschaft. Besucher konnten Käseverkostungen genießen, an Bauling-Tanzwettbewerben teilnehmen und ihre eigenen Fähigkeiten im „Käsezielrollen“ unter Beweis stellen.

Und für Heldwesen, die sich in den Tunneln verloren fühlten, gab es immer einen hilfsbereiten Bauling, der ihnen den Weg wies – manchmal gegen eine kleine Käsegebühr.

Sei beim nächsten Mal dabei!

Das Große Käserennen zeigt, dass Käse mehr ist als ein Lebensmittel – er ist ein verbindendes Element, das Menschen, Baulinge und andere Kreaturen gleichermaßen begeistert.

Die Anmeldung für das nächste Rennen beginnt bald! Ob als Teilnehmer oder Zuschauer – dieses Ereignis solltest du dir nicht entgehen lassen! Bring Freunde mit, trainiere den Appetit und erlebe ein Rennen voller Spaß, Spannung und natürlich Käse. Denn am Ende des Tages geht es nur um eines: **Wer rollt, isst und lacht am besten?**

Rezepte

Feenbrot mit Honig und Kräutern

Ein zeitloses steinsberger Original

Ein Rezept, das in den Küchen von Steinsberg genauso beliebt ist wie in den versteckten Backstuben der Baulinge. Dieses Brot vereint süße und herzhaft aromatische Aromen – perfekt für ein Festmahl oder als Wegzehrung für Abenteuer.

Zutaten (für 1 Laib Feenbrot):

- 500 g Mehl (Dinkel- oder Roggenmehl für authentisches Flair)
- 1 TL Salz
- 1 TL getrockneter Thymian (oder Rosmarin, je nach Vorliebe)
- 2 TL Honig
- 20 g frische Hefe
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 50 g Butter oder 2 EL Olivenöl
- 1 Handvoll Walnüsse oder Mandeln (optional, für einen rustikalen Biss)
- 1 Ei (für die Glasur, optional)

Zubereitung:

Die magische Mischung vorbereiten:

In einer großen Schüssel das Mehl, Salz und die getrockneten Kräuter vermengen.

Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Honig verrühren. Den Zaubertrank (Hefe-Wasser-Honig-Mischung) in das Mehl gießen.

Kneten wie ein Bauling:

Butter oder Olivenöl hinzufügen und den Teig kneten, bis er geschmeidig ist. Das dauert etwa 8–10 Augenblicke – eine gute Gelegenheit, über das nächste Abenteuer nachzudenken!

Falls Walnüsse oder Mandeln verwendet werden, diese während des Knetens einarbeiten.

Ruhezeit (für magische Fermentation):

Den Teig in eine bemehlte Schüssel legen, mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Formen und dekorieren:

Den Teig auf einer bemehlten Fläche erneut kurz durchkneten und zu einem runden Laib formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

Wer mag, kann den Laib mit einem Messer mit Mustern wie Runen oder Blättern verzieren. Für einen goldenen Glanz das Ei verquirlen und den Teig damit bestreichen.

Backen mit Drachenhitze:

Den Ofen auf 200 °C vorheizen (bei Drachenfeuer bitte vorsichtig sein).

Das Brot für 25–30 Augenblicke backen, bis es eine goldbraune Kruste hat und beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt.

Abkühlen lassen und genießen:

Das Brot auf auskühlen lassen – auch wenn der Duft verführerisch ist!

Serviert wird das Feenbrot mit frischer Butter, Käse und einem Klecks Honig.

Tipp:

Dieses Brot schmeckt besonders gut, wenn es in einem hölzernen Brotkorb auf einem Festbankett serviert wird. Für die ganz authentische Erfahrung könnt ihr dazu einen Krug Met oder eine Tasse Kräutertee reichen.

Viel Spaß beim Backen – und möge euch der Feenstaub niemals ausgehen!



Für mehr Einbeziehung und weniger Hürden

Die Redaktion dankt für die Kritik!

Sehr geehrte Redaktion,

ich schreibe, weil es ein Problem gibt. Es ist gut, dass alle mitmachen dürfen. Baulinge dürfen Werbung machen. Zwerge sind auch Modelle. Das ist schön. Aber die Schrift ist schwer zu lesen. Die Buchstaben sind zu klein. Manche Schriften sind zu kompliziert. Viele Leute können das nicht lesen. Das ist nicht gut.

Im Rahmen der aktuellen Maßnahmen zur Förderung der inklusiven Informationsvermittlung muss festgestellt werden, dass die konzeptionellen Ansätze in ihrer praktischen Umsetzung gravierende Defizite aufweisen. Trotz des prinzipiell zu befürwortenden Vorhabens, sämtliche gesellschaftliche Gruppen – einschließlich ehemals marginalisierter und subaltern definierter Entitäten – in den medialen Diskurs einzubinden, persistieren signifikante Mängel in der typografischen und gestalterischen Realisierung.

Unter Berücksichtigung der normativen Vorgaben zur barrierefreien Kommunikation erachte ich es als unabdingbar, dass die implementierten Schriftarten und dimensionsspezifischen Parameter einer detaillierten Evaluierung unterzogen werden. Hierbei sind insbesondere die divergenten Skalierungsvorgaben sowie die missachteten Formatierungsschemata in Bezug auf die Lesbarkeit und Nutzerfreundlichkeit als prioritär zu revidieren. Es obliegt der verantwortlichen Instanz, hier eine adäquate Reformation unter Einbeziehung interdisziplinärer Expertisen vorzunehmen, um eine konsistente und normgerechte Gestaltung sicherzustellen.

Ferner fordere ich, in Übereinstimmung mit den geltenden Richtlinien für neutrale Informationsdarstellung, eine terminierte Überprüfung der

bisher praktizierten Designstandards. Die divergenten Schriftgestaltungen bedürfen einer Harmonisierung unter Berücksichtigung der spezifischen Anforderungen aller beteiligten Subjektgruppen, um einerseits eine visuelle Diskriminierung zu vermeiden und andererseits die operative Effizienz der inklusiven Kommunikation nachhaltig zu gewährleisten.

Ich erwarte eine zeitnahe und substanzielle Implementierung der erforderlichen Korrekturmaßnahmen und verbleibe

mit hochachtungsvollen Grüßen

*Zuständige Wesenheit für neutrale Informationsdarstellung,
Gleichbehandlung und echte Einbeziehung (ZuWeniGE)*

