

# Abendbrot Anleitung



## Ablauf:

In Liste eintragen, möglichst zu zweit

Essen besorgen (Vorräte aus Villa oder selbst besorgen)

Ca. 18 Uhr zum Vorbereiten da sein

Essen und Trinken sollte bis nach der Andacht, zum Abendbrot fertig im Kaminzimmer angerichtet sein (ca.19.30 Uhr)

## Was gibt es?

Brot mit Aufstrichen einfachste Variante, aber alles andere auch möglich

vegetarische Variante sollte dabei sein

bei weiteren Ernährungsweisen/ Unverträglichkeiten könnt Ihr gerne nachfragen

Tee

ca. 30 Leute sollten satt werden

## Woher bekommt ihr das Essen?

Dafür verantwortlich zu schauen, ob was in der Villa ist

Alles im Frost kann fürs Abendbrot verwendet werden, außer anders beschriftet

Unteres Fach im unteren Kühlschrank ebenso **beschriftet**

Tee kann aus der Teeküche genommen werden

Aufstriche gibt es in der Teeküche

**Bringt gerne Essen von euch mit, was Ihr übrig habt, denn im Privathaushalt wird das meiste weggeworfen!**

## Ansonsten einkaufen:

In der Nähe, z. B. Mittwochs 8-14 Uhr Wochenmarkt Münchner Platz

Zgut unverpackt Löbtau

Nahrungsquell Dresden - Plauen

Biomarkt „Vorwerk Podemus“

Aber Supermarkt ist auch ok.

Den Kassenzettel für das erworbene Essen (nur das für's Abendbrot) könnt ihr bei den Kassenchef\*innen einreichen

## Beschaffungsrichtlinien:

Plastikfrei, Bio, fair, regional, saisonal, blauer Engel und mit wenig tierischen Inhaltsstoffen, es muss nicht alles erfüllt sein, aber wenigstens 1-2 Punkte sind zu beachten

[https://www.esg-dresden.de/files/2020/seite/bewussterkonsum\\_esg\\_dresden\\_19052019.pdf](https://www.esg-dresden.de/files/2020/seite/bewussterkonsum_esg_dresden_19052019.pdf)

bei gerettetem Essen entfallen die Beschaffungsrichtlinien

## Hinweise für gerettetes Essen:

nur gegartes, aufgebackenes, gekochtes oder durchgebratenes Essen verwenden

keine tierischen Produkte

wenn verwendet; beim Abendbrot kennzeichnen

**Abwasch** macht ein anderes Team, welches während des Gemeindeabends bestimmt wird

Fragen an [usb@esg-dresden.de](mailto:usb@esg-dresden.de), oder direkt ansprechen ;)

**Vielen DANK für euren Dienst an der Gemeinschaft (die Sympathie des Abends ist euch gewiss) und viel Spaß beim gemeinsamen Vorbereiten!**