



RAUSTAUSCH 16.03.2022

BIREGGWALD, LUZERN



RAUSTAUSCHER*INNEN

LIZ HOLDENER
RICCARDA KAPPELER
ANDREA ZIEGLER
YVONNE SCHWIENBACHER
PETER RÜTIMANN
THOMAS GUBSER
MIRJANA LAZIC
RENATA FREY
HEIDI WILDI
STEPHAN KELZ
GABRIELA SCHMID
MARGHERITA DELUSSU
KARIN BAUR

liz.holdener@lihana.ch
riccarda.kappeler@persoconsulting.ch
info@sazz.ch
yvonne.schwienbacher@ausrichten.ch
Peter@MachDeinHerzDing.ch
thomas.gubser@mailbox.org
mirjanalazic@bluewin.ch
renata@diecopiloten.ch
info@raumzauber.ch
kelzerei@gmx.ch
hallo@gabrielaschmid.com
delussu@delussu.ch
kb@karinbaur.ch

KARIN BUCHER
YVONNE INEICHEN

karin@karibu-living.ch
info@wortsprudel.ch

DAS WAR WUN- DERBAR



Hach, so ein Feuer hat einfach etwas Magisches. Wenn die Flammen tanzen und ein Röchlein in den Himmel steigt. Wenn Lachen aus Mündern perlt. Man Menschen begegnet und sich gegenseitig bereichert. Das leckere Curry köchelt und die Gespräche plätschern. Unsere Mundwinkel haben Hochzeit gefeiert und eure hoffentlich auch.

Danke, dass du dabei warst, mitgeschnipselt, mitgefeuert, mitgeräuchert und mitgekocht hast.

Wir freuen uns auf weitere Abenteuer in der Natur. Netzwerken mal anders. So darf es sein!

Karin & Yvonne





CURRY

AM FEUER ERZÄHLT
MAN SICH DIE
SPANNENDSTEN
GESCHICHTEN.

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

1 KG GEMISCHTES GEMÜSE Z.B. RÜEB-
LI, BROCCOLI, PEPERONI, ZUCCHETTI,
FENCHEL

1 ZWIEBEL

1 KNOBLAUCHZEHE

2 EL SONNENBLUMENÖL

500 ML KOKOSMILCH

1-3 GROSSE EL CURRYPASTE ROT

1 LIMETTE GEPRESST

SALZ, PFEFFER UND CHILI

Zwiebel, Knobli fein schneiden und in
Sonnenblumenöl andämpfen

Gemüse schneiden und dazugeben –
mit wenig Wasser ablöschen und ein
paar Minuten köcheln lassen

Kokosmilch, Currypaste, Limettensaft in
Pfanne geben, circa 5 Minuten köcheln
lassen

mit Gewürzen abschmecken

Pita Brot über dem Feuer rösten und ...
geniessen!

EN GUETE!



REGER AUS- TAUSCH

Ein loses Zusammentreffen von Selbständigen, die sich austauschen wollen. Wir parlierten über das Unternehmertum, die Freuden und Hürden des Alltags. Plauderten über Gewohnheiten, Ideen, Projekte. Gespöck mit feinem Humor und einer Prise Ausgelassenheit. Schön, warst du dabei!



