

Randalierer in Rottweil vor Gericht

Polizei Der Asylbewerber, der in Tuttlingen randalierte und dabei einen Mann verletzt haben soll, steht vor Gericht.

Tuttlingen. Gegen den 48-jährigen Asylbewerber, der Anfang dieser Woche beim Tuttlinger Landratsamt randalierte und auf einen Mitarbeiter des Landratsamtes einschlug (wir berichteten), hat das Amtsgericht Rottweil auf Antrag der Staatsanwaltschaft Rottweil einen Haftbefehl erlassen, wie aus einer Mitteilung des Polizeipräsidiums Tuttlingen zu erfahren ist.

Verfahren wurde eröffnet

Zur Eröffnung des Haftbefehls wurde der 48-Jährige bereits am gestrigen Freitag dem zuständigen Ermittlungsrichter beim Amtsgericht vorgeführt. Der in anderer Sache anberaumte Termin zur Hauptverhandlung gegen den Asylbewerber am kommenden Montag vor dem Amtsgericht Tuttlingen wurde aufgehoben. Die Staatsanwaltschaft strebt eine einheitliche Verhandlung sämtlicher Tatvorwürfe an, wie es seitens der ermittelnden Beamten heißt. *eb*

Fahrer flieht nach Unfall

Spaichingen. Ein bislang noch unbekannter Autofahrer hat Mitte der Woche auf der Bundesstraße 14 bei Spaichingen durch ein riskantes Überholmanöver einen Verkehrsunfall verursacht und ist anschließend geflüchtet, wie die Polizei mitteilt.

Der unbekannte Fahrer war an diesem Tag morgens in Richtung Aldingen unterwegs. Im Bereich einer durchgezogenen Mittellinie und bestehendem Überholverbot überholte der Unbekannte in einer Rechtskurve einen vorausfahrenden Kleinwagen. Um einen Frontalzusammenstoß zu verhindern, musste die entgegenkommende 19-jährige Audi-Fahrerin nach rechts ausweichen und prallte in die Leitplanken. Der Fahrer des überholten Pkw wich ebenfalls nach rechts in den Grünstreifen aus.

16 000 Euro Unfallschaden

Ohne sich um den Unfall zu kümmern, flüchtete der Unfallverursacher danach. Auch der Fahrer des gerade überholten silbernen Kleinwagens setzte seine Fahrt fort. Der entstandene Sachschaden wird auf rund 16 000 Euro geschätzt.

Die Polizei sucht nun Zeugen, die den hellblauen Mittelklassewagen, welche der mutmaßliche Unfallverursacher gefahren haben soll, gesehen haben. Hinweise nimmt das Polizeirevier Spaichingen unter der Telefonnummer 07424/93180 entgegen. *eb*

Behörde geschlossen

Tuttlingen. Wie das Landratsamt Tuttlingen in einer Pressemitteilung informiert, bleibt die Kfz-Zulassungsstelle des Landratsamtes Tuttlingen aufgrund von Leitungsausfällen am heutigen Samstag, 26. Mai, außerplanmäßig geschlossen. „Ab Montag, 28. Mai, ist die Zulassungsstelle voraussichtlich wieder zu den gewohnten Zeiten geöffnet“, betont Claudia Liebermann von der Pressestelle des Landratsamtes. Weitere Informationen sowie eine Übersicht der Öffnungszeiten der Zulassungsstelle gibt es online unter www.landkreis-tuttlingen.de. *eb*

Mit leckeren Rezepten den Körper entsäuern und entgiften

Ernährung Nach ihrem erfolgreichen Erstlingswerk präsentiert die passionierte Hobbyköchin und Ernährungsberaterin Andrea Lapzin-Thiem nun ihr zweites Kochbuch.

Das Thema Gesundheit ist mir nicht in die Wiege gelegt worden“, erzählt Andrea Lapzin-Thiem im Gespräch mit der NECKARQUELLE, „nein, es war mir eigentlich auch nie bewusst, dass ich mich nicht gesund ernähre.“ Stattdessen habe sie sich so ernährt, „wie sich der Durchschnitt eben ernährt“, erklärt die Autorin weiter. Ob deftige Hausmannskost, großen Fleischportionen, leckerer Kuchen mit Industriezucker und Weizenmehl oder auch die gezuckerte Getränkevielfalt, viele Gedanken hat sich Lapzin-Thiem lange Zeit keine gemacht. „Und wenn es einmal schnell gehen musste, war der Gefrierschrank stets gut gefüllt mit Pizza und Ähnlichem.“

„Ich bin schon immer ein Genießer gewesen“, gesteht die Gunningerin. Dass dabei ein paar Pfunde hängen blieben, war für sie zunächst auch kein Problem. „Ich habe mir gesagt, dass das auch normal ist, schließlich kennt jeder den Jojo-Effekt. So musste es dann ja auch bei mir sein.“ Doch das stellte sich letztlich als Trugschluss heraus. „Mein Körper war nach einiger Zeit komplett übersäuert, ich konnte nicht mehr laufen.“ Mit Lapzin-Thiems Gesundheit ging es zu diesem Zeitpunkt rapide bergab. „Ich war in einem desolaten Zustand und wurde von Zukunftsängsten geplagt.“

Inspiration kam durch Facebook

Ein Gutes habe ihre Krankheit allerdings gehabt, wie die Autorin rückblickend mit einem Augenzwinkern sagen kann, denn dadurch ist sie zur basischen Ernährung gekommen. Um ihre Erfahrungen mit anderen zu teilen, gründete sie auf Facebook die Gruppe „Basische Ernährung, Körpersäuerung und alles was dazu gehört“, zu welcher mittlerweile über 30 000 Mitglieder zählen. „Die Gruppe war für mich meine Inspiration, mein Halt, meine Motivation. Ich entdeckte immer mehr meine Leidenschaft für die basische Küche und ließ mit leckeren Rezepten die Gruppenmitglieder an all den tollen Köstlichkeiten teilhaben.“

Zwei Jahre lang animierten sie ihre Gruppenmitglieder, ein

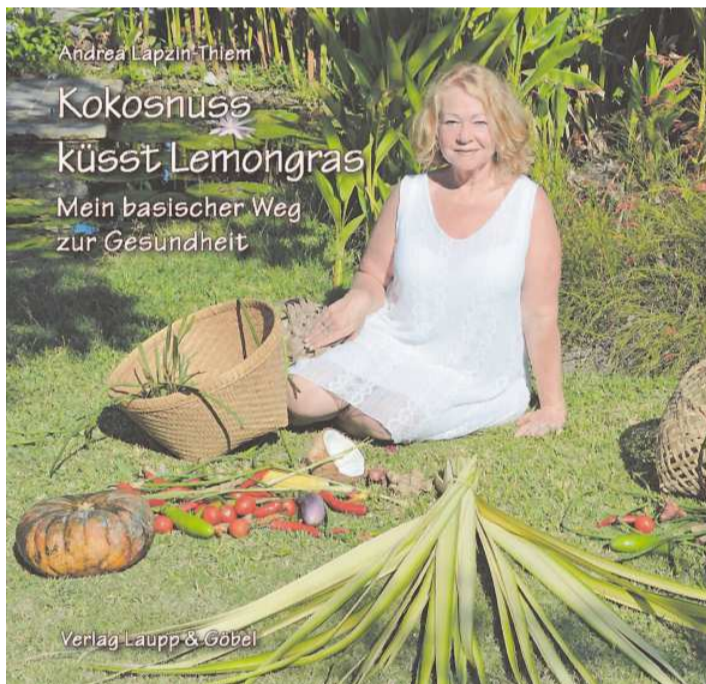
Kochbuch zu schreiben, was für Lapzin-Thiem anfangs undenkbar war. „Am Ende bin ich aber doch über meinen Schatten gesprungen und habe mich zum Schreiben überredet.“ Mit Erfolg, denn so konnte Lapzin-Thiem im August 2017 ihr Erstlingswerk „Süßkartoffel und Kokosnuss – Mein Weg zur basischen Küche“ auf den Markt bringen. Innerhalb von nur vier Monaten war die erste Auflage verkauft, und die zweite Auflage wurde produziert. Für die Neuautorin eine echte Überraschung: „Es war unglaublich, was ich an positiven Rückmeldungen erfahren durfte, ich bin sehr glücklich und dankbar über diesen großen Erfolg.“

Zweites Werk jetzt auf dem Markt

Zwischenzeitlich hat Lapzin-Thiem auch ihre Krankheit überwunden und ihre Ausbildung zur Ernährungsberaterin und Basen- und Fasten-Kursleiterin abgeschlossen. Das Kochen, dabei immer wieder neue Kreationen zaubern, fotografieren und Rezepte schreiben ist aber stets ihre Leidenschaft geblieben, und nun auch der Grund für ihr zweites Werk „Kokosnuss küsst Lemongras – Mein basischer Weg zur Gesundheit“.

„Hier finden Sie die Anleitung der Kur, die mein Leben wieder lebenswert machte“, erklärt Lapzin-Thiem ihr zweites Buch, welches einen Fokus auf die Zehn-Wochen-Kur, bestehend aus den drei Teilen Heilfasten, Rohkostfasten und Basenfasten, wirft. „Diese effektive Kur, einst von einem Heilpraktiker erstellt, brachte vor Jahren ein Mitglied aus einer Facebook-Gruppe in den Umlauf.“ Der Hauptteil des Buches besteht aus einer bunten Vielfalt von leckeren Speisen – basische, basenüberschüssige und vegane Leckereien, einfach aber auch raffiniert und „garantiert ein Gaumenschmaus für die ganze Familie“, lacht Lapzin-Thiem.

@ Weblink: Das Buch von Andrea Lapzin-Thiem „Kokosnuss küsst Lemongras – Mein basischer Weg zur Gesundheit“ ist über die Druckerei Laupp & Gobel online unter www.andreakochtbasisch.de oder direkt bei der Autorin unter der E-Mail andreakochtbasisch@gmx.de erhältlich.



166 vegane, basische und basenüberschüssige Rezepte finden sich in dem bereits zweiten Buch der Gunningerin Andrea Lapzin-Thiem. Es trägt den Namen „Kokosnuss küsst Lemongras – Mein basischer Weg zur Gesundheit“. *Fotos: Privat*

Müllabgabe besser unter der Woche

Entsorgung Das Tuttlinger Landratsamt warnt am 1. Juni vor erhöhtem Verkehrsaufkommen am Abfallzentrum.

Kreis Tuttlingen. Das Landratsamt Tuttlingen informiert in einer Mitteilung über das erwartete größere Anlieferaufkommen am 1. Juni am Abfallzentrum in Talheim und Tuningen. „Der 1. Juni bietet sich für viele Bürgerinnen und Bürger an, diesen Brückentag für Arbeiten zu nutzen, die bislang unerledigt blieben“, betont Claudia Liebermann von der Pressestelle des Landratsamtes. Dazu gehöre auch die Idee, sich seiner Abfälle direkt am Abfallzentrum in Talheim und Tuningen zu entledigen. Die Erfahrungen der letzten Brückentage zeige aber: Wenn viele die gleiche Idee haben, ist dies leider gar nicht so gut, so Liebermann weiter.

Lange Wartezeiten erwartet

„Das erhöhte Anlieferaufkommen an solchen Brückentagen führt dazu, dass bei der Anlieferung mit Warte- und Abfertigungszeiten von bis zu ein- bis zwei Stunden gerechnet werden muss.“ Deshalb rät die Abfallwirtschaft aus den Landkreisen Tuttlingen und Schwarzwald-Baar-Kreis für den kommenden Brückentag, die Anlieferungen am Abfallzentrum in Talheim und Tuningen am besten an den regulären Arbeitstagen unter der Woche einzuplanen und die Anlage an solch beliebigen Anlieferungen wie dem kommenden 1. Juni zu meiden. Liebermann: „Damit vermeiden die Anlieferer unnötige Zeitverluste, die man ansonsten im Stau vor der Anlage verbringen müsste.“

Wer stattdessen die regulären Öffnungszeiten des Abfallzentrums in Talheim und Tuningen unter der Woche nutzen will, hat montags bis freitags von 8 Uhr bis 12 Uhr und von 13 Uhr bis 17.30 Uhr die Möglichkeit zur Anlieferung. *eb*

Minderjährige Taschendiebe

Tuttlingen. Im Laufe der vergangenen Woche ist eine 87 Jahre alte Frau in der Unterführung zur Hegaustraße von zwei Heranwachsenden angerempelt worden. Danach habe sie ihre Handtasche vermisst, wie das Polizeipräsidium Tuttlingen in einer Pressemitteilung erklärt.

Nach Remppler fehlt die Tasche

Die betagte Frau ging dabei zu Fuß durch die Unterführung der Bundesstraße in Tuttlingen und wollte nach links hoch zur Hegaustraße. Von dort kamen zwei Jungs, etwa 12 und 14 Jahre alt, die sie anrampelten. Die Seniorin fiel daraufhin zu Boden. Als sie vom Boden aufstehen konnte bemerkte sie das Fehlen ihrer grauen Stofftasche samt Inhalt. In der Tasche befand sich unter anderem das Portemonnaie des Opfers. Die beiden jungen Tatverdächtigen flüchteten laut Angaben der Seniorin in Richtung Alexanderstraße. Bei dem Sturz verletzte sich die 87-Jährige leicht.

Ermittlungen laufen bereits

Die Kriminalpolizei hat bereits Ermittlungen wegen Verdacht des Raubes aufgenommen und sucht nach Zeugen dieses Vorfalls. Wer vor oder nach der Tat die beiden dunkel gekleideten, jungen Täter im Bereich Unterführung Hegaustraße gesehen hat wird gebeten, sich bei der Polizei in Tuttlingen unter der Telefonnummer 07461/9410 zu melden. *eb*



Gartenfreunde besuchen Mineralbrunnen

25 Gartenfreunde aus Aldingen besuchten unlängst die Bad Dürrheimer Mineralbrunnen GmbH. Die Firma wurde 1958 gegründet und die erste Flasche Mineralwasser lief 1959 vom Band, wie die Gäste dabei erfahren durften. Heute sind hier etwa 150 Personen beschäftigt und die Menge Wasser die von 1959 bis 1960 verarbeitet wurde, entspricht mittler-

weile der heutigen Tagesproduktion. Bei der Führung erfuhren die Gartenfreunde zudem, das täglich mehrmals Wasserproben beim Abfüllen entnommen werden, von welchen ein Teil sofort im Labor untersucht wird. In einer Halle wurden die Glasflaschen gereinigt, auf Fehler kontrolliert, befüllt und mit Deckel wieder verschlossen. In der nächsten

Halle wurden gekaufte Rohlinge erwärmt, aufgeblasen, mit Mineralwasser befüllt und schließlich verschlossen. Hier konnten die Gäste zudem lernen, dass das aus den Brunnen gepumpte Wasser vor rund 60 Jahren im Schwarzwald versickert ist und nun aus einer Tiefe von 170 Metern an Tageslicht gefördert wird. *eb/Foto: Privat*