

Stadt-gmües



Erläbniswoche vom 21. bis 26. Oktober 2019

Die Kampagne zur nachhaltigen Ernährung vom Umwelt- und Gesundheitsschutz der Stadt Winterthur.
Mehr Infos finden Sie auf stadtgmues.ch

STADTGMÜES RESTAURANTS



Klimaschutz auf dem Teller. Unsere Faustregeln: vermehrt auf saisonale, regionale und pflanzliche Zutaten setzen, Bio-Produkte wählen und Food-waste vermeiden. Diese Restaurants kochen für Sie! En Guetä!

- 1 BISTRO ALTE KASERNE** Technikumstrasse 8, 8403 Winterthur
- 2 TARA VERDE RESTAURANT & TAKE OUT** Bachtelstrasse 72, 8400 Winterthur
- 3 RÄGEBEGE BIO.BISTRO*** Rudolfstrasse 13, 8400 Winterthur
- 4 CAFE RESTAURANT OBERGASS** Schulgasse 1, 8400 Winterthur
- 5 GRAND CAFÉ DU MUSÉE** Gewerbemuseum, Kirchplatz 14, 8400 Winterthur
- 6 GREPERY** Steinberggasse 59, 8400 Winterthur
- 7 ROSA PULVER** Zeughausstrasse 52, 8400 Winterthur
- 8 STRICKER'S RESTAURANT & BAR** Strickerstrasse 8, 8400 Winterthur
- 9 MUSEUMSCAFÉ WINTERTHUR** Kunst- & Naturmuseum, Museumsstrasse 52, 8400 Winterthur
- 10 JUGENDKAFI STADTMUUR** Holderplatz 4, 8400 Winterthur
- 11 RESTAURANT BAHNHÖFLI WÜLFINGEN** Wydenweg 15, 8408 Winterthur
- 12 RESTAURANT FROHSINN EIDBERG**** Hulmenweg 33, 8405 Winterthur
- 13 RESTAURANT CULINARIUM GRÜZE** Grüzefeldstrasse 41, 8404 Winterthur
- 14 OLDTIMER TAPAS-BAR & RESTAURANT** Wülflingerstrasse 18, 8400 Winterthur
- 15 RESTAURANT KAFIMÜLI** Hegifeldstrasse 2a, 8404 Winterthur
- 16 WIRTSHAUS ZUR KRONE** Marktgasse 49, 8400 Winterthur
- 17 RESTAURANT NEUBURG**** Neuburgstrasse 63, 8408 Winterthur
- 18 GASTHAUS SCHLOSSHALDE**** Mörsburgstrasse 36, 8404 Winterthur
- 19 RESTAURANT WINTI-KANNE** Steinberggasse 25, 8400 Winterthur
- 20 FOCACERIA BUON GUSTO** Museumsstrasse 74, 8400 Winterthur
- 21 RESTAURANT CULINARIUM AXA MUSEUMSSTRASSE** Museumsstrasse 15, 8400 Winterthur
- 22 MENSA BBW ANTON-GRAFF-HAUS** Zürcherstrasse 28, 8400 Winterthur
- 23 MENSA BERUFSBILDUNGSSCHULE WINTERTHUR BBW** Wülflingerstrasse 17, 8400 Winterthur
- 24 MENSA BERUFSFACHSCHULE WINTERTHUR** Tösstalstrasse 26, 8400 Winterthur
- 25 MENSA KANTONSSCHULE RYCHENBERG** Rychenbergstrasse 108, 8400 Winterthur
- 26 RESTAURANT PIONIER** AXA Superblock, Pionierstrasse3, 8400 Winterthur
- 27 MENSA ST. GEORGENPLATZ ZHAW** St. Georgenplatz 2, 8400 Winterthur
- 28 LES WAGONS** Lagerplatz 17a, 8400 Winterthur*
- 29 RESTAURANT FREDI** Casinotheater Winterthur, Stadthausstrasse 119, 8400 Winterthur
- 30 TIBITS WINTERTHUR** Oberer Graben 48, 8400 Winterthur*
- 31 RESTAURANT TRÜBLI** Bosshardengässchen 2, Neumarkt, 8400 Winterthur
- 32 CAFÉ CONDITOREI BÄCKEREI SPATZ** Frauenfelderstrasse 104, 8404 Winterthur
- 33 PORTIER** Lagerplatz 3, 8400 Winterthur*
- 34 MENSA TECHNIKUM ZHAW** Technikumstrasse 9, 8401 Winterthur
- 35 TEA&ROOM TEEKULT** Steinberggasse 21, 8400 Winterthur
- 36 SPATZ EINKAUFSZENTRUM ROSENBERG** Schaffhauserstrasse 154, 8400 Winterthur

**Restaurants ohne spezielles Stadtgmües-Menu, aber einem breiten Angebot an nachhaltigen Speisen.
**Restaurants befinden sich ausserhalb der Karte.

DIESE WINTERTHURER PROJEKTE MACHEN MUT

Auf dem Weg zur 2000 Watt-Gesellschaft braucht es das Engagement von Wirtschaft, Politik und jedem Einzelnen von uns.

GENOSSENSCHAFT GMÜESABO

Wären Sie gerne Prosumentin? Einige Abos sind noch frei – bei der Gemüseproduktion mitreden, mithelfen und jede Woche einen Gemüsekorb abholen.

Zur Anmeldung gmuesabo.ch

WINTERTHUR NACHHALTIG

Der Verein vernetzt Menschen und Projekte – ist Ort der Begegnung und des Austauschs.

Mehr Informationen winterthur-nachhaltig.ch

BARE WARE

Unverpackte Lebensmittel in Bio-Qualität einkaufen?

Mehr Informationen bareware.ch

FOODWASTE

Ein Drittel der Lebensmittel werden in der Schweiz weggeworfen! Die restessbar.ch und die aess-bar.ch haben sich dem Thema angenommen.

Mehr Informationen restessbar.ch

RECIRCLE.CH

Take-Away ohne Wegwerfgeschirr.

Mehr Informationen recircle.ch

SCHWEIZER BIOLADENTAG 26. OKTOBER 2019

Besuchen Sie den Rägeboege, den Dorflade Oberi oder den Ultimo Bacio.

MYBLUEPLANET

Am 20. Oktober lädt myblueplanet zum Jassen fürs Klima ein.

Mehr Informationen myblueplanet.ch

FILME FÜR DIE ERDE

Eine grosse Auswahl an Filmen rund ums Themenfeld der Nachhaltigkeit.

Mehr Informationen filmsfortheearth.org

WINTERTHUR IST EINE GARTENSTADT

Ob in Pünten oder Gemeinschaftsgärten: es wird gepflanzt, gejätet und geerntet. Unsere Empfehlung: auf synthetischen Dünger und Pestizide verzichten und sich an die Richtlinien des biologischen Gärtnerns halten.

VEREIN GARTENSTADTGÄRTEN

Lust auf gemeinsames biologisches Gärtnern – und im Gemeinschaftsgarten Büel zusätzlich Weiterbildungen in Permakultur?
Mehr Informationen gartenstadtgaerten.ch

FEHLT IHR PROJEKT? MELDEN SIE SICH BEI UNS.

Wir tragen es auf der Webseite stadtgmues.ch ein

WAS GEHT AB VOM 21. BIS AM 26. OKTOBER 2019

Alle Angebote sind kostenlos und mit Verpflegung. Beschränkte Platzzahl, Anmeldung und mehr Infos unter stadtgmues.ch oder julia.hofstetter@win.ch

Montag, 17 bis 19 Uhr
STADTFÜHRUNG ESSBARE STADT

Dienstag, 17 bis 18 Uhr
DEGUSTATION, UNTERTOR WINTERTHUR

Mittwoch, 12 bis 14 Uhr
LUNCHKINO «THE BIGGEST LITTLE FARM» MIT OFFERIERTEM ZMITTAG

Donnerstag, 18 bis 22 Uhr
WIRZ GUT, KITCHEN BATTLE
Einladung zum Dreigangmenu

Freitag, 11 bis 13 Uhr
SAFRAN, SCHMALZ UND SUPPENWUNDER

Samstag, 13.30 bis 16 Uhr
ZUKUNFTSMODELL SOLAWI?

ESSBARE NATURVIELFALT



Wildkräuter und -früchte bereichern unsere Küche, stecken voller Vitamine und sind auch wichtig für die Artenvielfalt. Insekten und Vögel finden hier Nahrung und Unterschlupf.

Einige Beispiele essbarer Wildkräuter finden Sie hier und die Rezepte dazu auf stadtgmues.ch



- 1 ENTLANG DER EULACH**
Schafgarbe, Wiesenknopf, Brennnesseln und Spitzwegerich für Ihr Wiesenkräuterpesto



- 2 BEI DER SCHÜTZENWIESE**
Walnussbäume: den Duft der aromatischen Blätter einfangen und aus ihnen ein überraschendes Honiggetränk herstellen.



- 3 RUND UM DIE KIRCHE ST. ARBOGAST**
Kornelkirsche: grün und unreif als «Falsche Olive» serviert, rot und reif zu Marmelade oder pikantem Chutney verkocht, sind die kleinen Früchte der Kornelkirsche (auch Tierlibaum genannt) ein Genuss.



- 4 AM MATTENBACH**
Hagebutte und Schwarzdorn: die Hagebutte roh knabbern (zuerst die kratzigen Samen entfernen) und aus dem Schwarzdorn eine feine Schlehenmarmelade mit Äpfeln und Birnen kochen.



- 5 AM TÖSSUFER**
Holunder und Weissdorn. Der Tee aus den Blättern, Blüten und Beeren des Weissdorns stärkt das Herz, zusammen mit den Holunderbeeren, etwas Zitronensaft und Honig gekocht, ergeben die roten Herbstfrüchte ein feines Mus, das zum Beispiel ins Müesli gemischt werden kann.



- 6 ÜBERALL WO ES LINDEN GIBT**
Die Blüten als Tee, die jungen Frühlingsblätter als frische Zugabe auf einem Brotaufstrich

! Sogar die **Beeren des Vogelbeerbaums** sind gekocht geniessbar und ergeben eine herbe, aromatische Konfitüre. Finden Sie den Baum in Ihrem Quartier?

SUCHEN UND FINDEN – WETTBEWERBS-STATIONEN



Schulkinder aus Winterthur haben eine überraschende Ausstellung im öffentlichen Raum mit-gestaltet. Jede Station stellt Ihnen eine andere Frage.

Fotografieren Sie diese Aufgabe und posten Sie unter dem Hashtag Stadtgmües ihre ganz persönliche Antwort: [#stadtgmues](https://www.instagram.com/stadtgmues), [instagram.com/stadtgmues](https://www.instagram.com/stadtgmues)

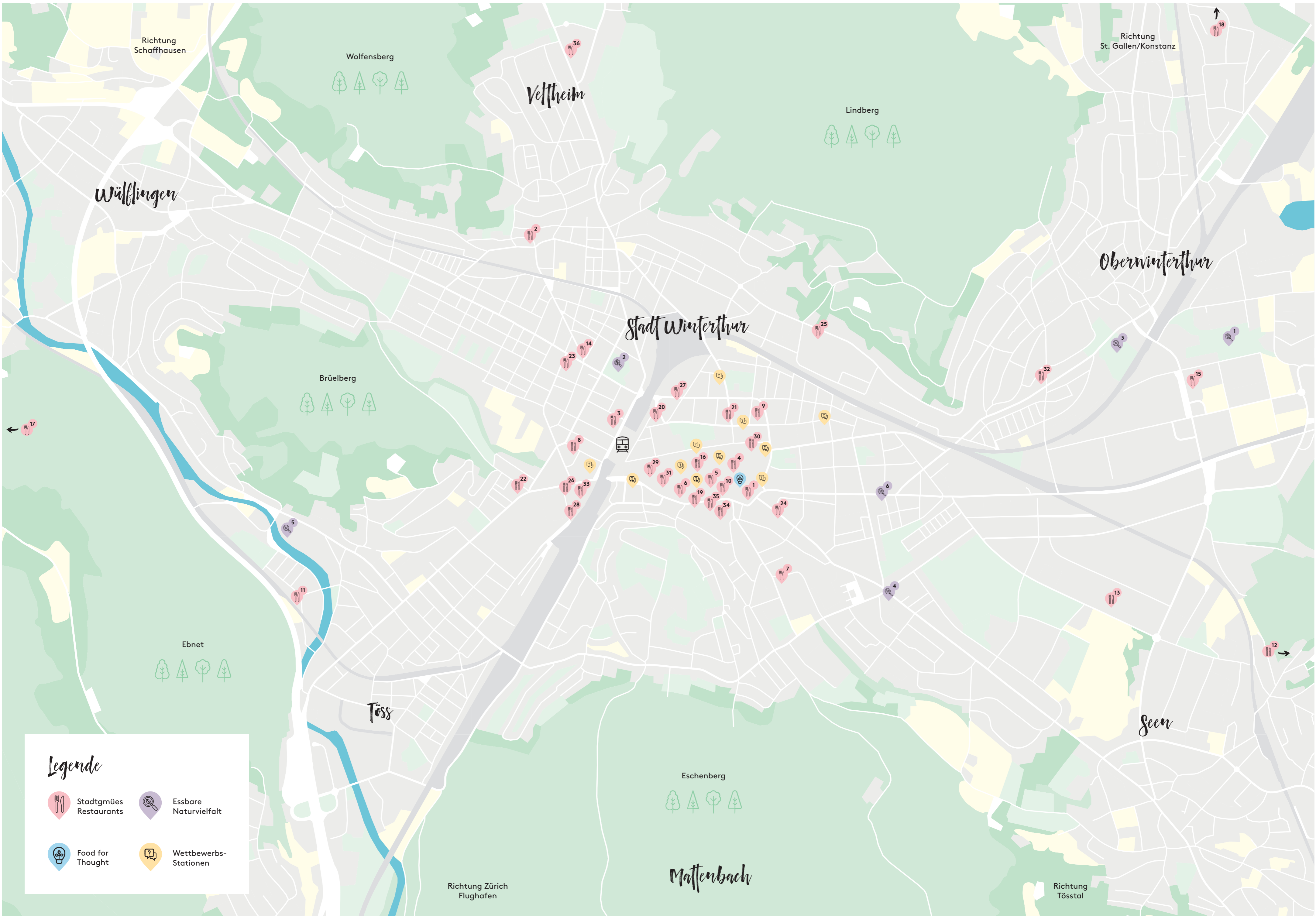
KÖSTLICHE PREISE WARTEN AUF SIE UNTER STADTGMÜES.CH

FOOD FOR THOUGHT







Besuchen Sie die Ausstellung in der Stadtbibliothek Winterthur

In Portraits erzählen mehr als dreissig Winterthurerinnen und Winterthurer von ihrem persönlichen Umgang mit nachhaltiger Ernährung.



Legende

-  Stadtmües Restaurants
-  Essbare Naturvielfalt
-  Food for Thought
-  Wettbewerbs-Stationen