

## Infos zur Folge 6

### Kulinarische Schätze rund um den Baldeneysee

Die Köche Björn Freitag und Frank Buchholz fahren mit ihrem Skipper Heinz-Dieter Fröse und dessen selbst gebautem Hausboot durchs Ruhrgebiet. Auf ihrer abwechslungsreichen Route steuern die Freunde heute auf das Finale zu. Die "Lecker an Bord"-Mannschaft ankert am Yachtclub Ruhrland Essen, mitten im Naherholungsgebiet auf dem Baldeneysee See.

Der Baldeneysee ist der größte der insgesamt sechs Ruhrstauseen. Früher diente er zur Trinkwasserreinigung- und Versorgung. Heute ist er ein Hotspot für Freizeitsport und Erholungsuchende aus der ganzen Region.

Ein letztes Mal geht es für Björn Freitag und Frank Buchholz auf kulinarischen Beutezug. Aber auch heute gilt: Im Umkreis von 15 Kilometern um den Anleger besorgen die beiden die Zutaten fürs Abendessen an Bord. Frisch, regional, Hand gemacht.

Gemeinsam fahren die beiden Köche und Freunde zur ersten Station am Stadtrand von Essen: dem idyllisch gelegenen **Klosterberghof**. Der Bio-Hof gehört zu den Werkstätten des Franz Sales Hauses und ist ein integrativer Betrieb. Das heißt, in allen Bereichen auf dem Hof arbeiten Menschen mit geistiger Beeinträchtigung mit. Ziel ist es, sie so zu qualifizieren, dass sie auf dem ersten Arbeitsmarkt arbeiten können.

Auf dem Bio-Hof werden unter anderem Rinder und Hühner gehalten und auf ca. 15 Hektar Land werden die unterschiedlichsten Getreide- und Gemüsesorten angebaut. Außerdem gibt es hier noch eine Gärtnerei und eine Schreinerei.

#### **Klosterberghof**

Weg am Berge 39  
45279 Essen

**Internet:** <http://www.klosterberghof.de>

# Lecker AN BORD

Für Frank geht es nun nach Velbert-Langenberg zu **Thorsten Trapp**. Der Uni-Dozent hält und züchtet bereits seit vielen Jahren alte Haustierrassen. Dazu gehören zum Beispiel Alpine Steinschafe, das ist eine der ältesten Schafsrassen überhaupt. Außerdem tummeln sich hier auf dem großen Grundstück noch Mechelner Hühner, Deutsche Widder-Kaninchen und Wachteln.

Björn hat noch eine Station vor sich. Er radelt nach Hattingen, denn hier hat er eine Verabredung mit seinem Bekannten Alfred Schulte-Stade auf dem **Schulthenhof**. Bereits seit 1232 gibt es den Hof mitten in den Ruhrauen. Neben Simmentaler Rinder auf dem Hof, ist die Familie Schulte-Stade außerdem für eine Herde wilder Auerochsen in den Ruhrauen zuständig.

Die Tiere leben hier im Naturschutzgebiet ein möglichst naturnahes Leben, und sie pflegen noch nebenbei die Ruhrauen mit.

## **Schulthenhof**

Königsteiner Straße 103  
45529 Hattingen

**Internet:** <https://www.der-schulthenhof.de/>

Zum Finale gibt es einen besonders reichhaltig gedeckten Tisch: Geschmorte Kaninchenkeule, Gulasch, Paprika gefüllt mit Safranrisotto und Spieße vom Mechelner Huhn.

Und wehmütige, aber glückliche Gesichter. Denn auch diese „Lecker an Bord“-Reise war für die drei Freunde ein unvergessliches Erlebnis, mit vielen Neuentdeckungen in der Heimat.

**Alle Infos und Rezepte immer auf [leckeranbord.wdr.de](https://www.leckeranbord.wdr.de)**