

Wochenübersicht vom 25. - 29.09.2023

Moderation: Michael Friemel

Montag, 25.09.2023

Rezept: Gefüllter Lauch mit Speck von Andrea Safidine

Ratgeber: Recht: Wem gehören Fundsachen? Mit Kay Rodegra, Rechtsanwalt

Einfach blumig: Herbstlicher Kranz von Holger Schweizer, Floristmeister

Dienstag, 26.09.2023

Rezept: Pilzcremesuppe mit Thymian-Quarknocken von Kevin von Holt

Ratgeber: Pilze sammeln mit Dennis Regul, Pilzsachverständiger

einfach kreativ: DipDye Strickjacke stricken mit Tanja Steinbach, Strickdesignerin

Mittwoch, 27.09.2023

Rezept: Wirsingtörtchen mit Thymian und Trauben von Stephan Hentschel

Ratgeber: Ausgewogene Ernährung für wenig Geld. Mit Alexandra Zaiser, Ernährungswissenschaftlerin

Ratgeber: Möglichkeiten, um günstig an Lebensmittel zu kommen. Mit Britta Schautz, Verbraucherzentrale Berlin

einfach genial: DIY Möbel mit Sandra Gauck, Heimwerkerin.

Donnerstag, 28.09.2023

Rezept: Frittierte Spitzpaprika Asia-Style von Christian Henze

Ratgeber: Heizungsgesetz, was ändert sich für Hausbesitzer und Mieter? Mit Sonja Guettat, Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

einfach schön: Störende Gesichtsbehaarung entfernen mit Katharina Greiner, Kosmetikerin

Freitag, 29.09.2023

Rezept: Gratinierte Lachsschnecke mit Zuckerhut-Salat von Daniele Corona

Ratgeber: Medizin: Vorsorge und Früherkennung bei Herzkrankheiten mit Dr. Ilona Weöres, Kardiologin

einfach süß: Einfach süß: Obst-Joghurt-Törtchen von Fabian Böckeler, Konditormeister

Aus aktuellem Anlass kann es zu Änderungen im Sendeablauf kommen. Wir bitten um Ihr Verständnis.