

Weihnachtlicher Winterzauber

Für viele Menschen sind die Adventszeit und das Weihnachtsfest die schönsten Wochen des Jahres. Im Mittelpunkt steht in dieser Zeit die Familie. Besonders in der Weihnachtszeit ist für Kinder das Warten aufs Christkind aufregend und mit großer Vorfreude verbunden. Der Adventskranz mit seinen vier Kerzen stimmt alle auf das kommende Fest ein, und im Adventskalender steckt jeden Tag schon eine kleine Überraschung.

Traditionelle Weihnachtsbräuche sind dabei feste Bestandteile eines jeden Weihnachtsfestes. Sie bilden den Rahmen rund um das Geschehen und die Geschichte von Weihnachten und Advent. In der Vorweihnachtszeit werden winterliche Dekorationen und die ersten Weihnachtsgeschenke gebastelt oder gekauft, man singt zusammen Lieder und lauscht Geschichten. Zum Advent gehört stimmungsvoller Kerzenschein, der Duft von selbstgebackenen Plätzchen und von frischen Tannenzweigen liegt in der Luft. Wir stellen die beliebtesten Weihnachtssymbole vor und haben dazu leckere Rezepte und tolle Basteltipps für die schönste Zeit des Jahres! Optiwell wünscht Euch allen ein frohes Fest und einen guten Rutsch ins neue Jahr!



Advent, Advent ...

Advent bedeutet lateinisch "die Ankunft". Im christlichen Glauben sind die vier Wochen vor Weihnachten die Adventszeit, die Vorbereitung auf die Feier zur Geburt Jesus Christus. Im 6. Jahrhundert n.Chr. wurde von Papst Gregor die erste Form eines Adventsgottesdienstes entworfen, der später für die Kirche endgültig festgelegt wurde. Die Bräuche während der Advents- und Weihnachtszeit sind regional sehr unterschiedlich, dennoch gibt es viele klassische Traditionen.

Der Adventskranz gehört erst seit den 20er Jahren in Deutschland zu den kirchlichen Symbolen der Adventszeit. Der Kranz aus den immergrünen Tannenzweigen mit den vier Kerzen steht für den unendlichen Kreislauf der Natur, er symbolisiert Leben und Tod, Fruchtbarkeit und Neuanfang. Das Licht der Kerzen ist zudem ein Symbol der Hoffnung, es soll das Böse abwehren und die Dunkelheit vertreiben. Ein Adventskalender soll Kindern die Zeit bis zum Weihnachtsfest verkürzen. Ursprünglich erzählten Bilder hinter den Türen eines Adventskalenders die christliche Weihnachtsgeschichte. Im 17. Jahrhundert wurde zum Beispiel ab dem 1. Dezember jeden Tag ein neues religiöses Bildchen an die Wand gehängt. 1908



kam dann der erste gedruckte Adventskalender auf den Markt. Erst in den 60er Jahren machte die Schokoladenindustrie den süßen Adventskalender zu einem kommerziellen Erfolg. In der Adventszeit sehr beliebt ist auch der Nikolaustag. Der heilige Nikolaus galt als Schutzpatron der Kinder. Ob Gabenbringer Sankt Nikolaus oder Knecht Ruprecht, wie er häufig auch genannt wird: Ihm zu Ehren ist es auch heute noch Brauch, in der Nacht zum 6. Dezember in sauber geputzten Schuhen Nüsse, Früchte und kleine Geschenke zu verstecken. In den Niederlanden und Flandern sind der 5. bzw. 6. Dezember übrigens noch heute die eigentlichen Geschenketage, der 25. Dezember ist ein "normaler" religiöser Feiertag.

Symbole und Bräuche der Weihnachtszeit

Weihnachten ist zwar eines der wichtigsten Feste im Christentum, jedoch ist die Tradition der Festlichkeiten rund um die Weihnachtszeit sehr viel älter. Schon in vorchristlicher Zeit wurde zu dieser Zeit die Wintersonnenwende gefeiert. Wie bei vielen anderen heutigen Feiertagen, wurden auch für das Weihnachtsfest einfach alte heidnische Bräuche mit dem neuen christlichen Glauben verknüpft. In skandinavischen Ländern nennt man Weihnachten noch heute "Julfest", was schon von den alten Germanen so bezeichnet wurde. Heute feiern wir an den Weihnachtstagen den Geburtstag von Jesus Christus, auch wenn der tatsächliche Tag seiner Geburt unbekannt ist. Der eigentliche Festtag ist dabei der 25. Dezember, der im 4. Jahrhundert von der römischen Kirche als weihnachtlicher Feiertag festgelegt wurde.

Seit dem 19. Jahrhundert erst gehört der Weihnachtsbaum oder Christbaum, der in vielen Kulturen als Symbol für das Leben gilt, zu den weihnachtlichen Bräuchen in Deutschland. Traditionell wird er mit bunten Kugeln, Figuren und Bändern sowie Kerzen oder elektrischen Lichterketten geschmückt. Geschmückte Tannenbäume werden dabei nicht nur in den Wohnungen der Menschen, sondern auch in Kirchen, in Innenstädten und auf Dorfplätzen aufgestellt. Ein sehr alter und beliebter Weihnachtsbrauch ist das Krippenspiel, bei dem die Weihnachtsgeschichte bzw. die Geburt Christi dargestellt wird. Die heute üblichen Geschenke sind ein Symbol für die Gaben der drei Weisen aus dem Morgenland, die der Weihnachtslegende nach dem Jesuskind Myrrhe, Weihrauch und Gold überbrachten.

Winterduft und Weihnachtsschmuck

In der Weihnachtszeit wird traditionell viel gebastelt, gestickt, genäht und vor allem dekoriert. Viele schöne Sachen kann man ohne viel Aufwand selbst gestalten. Ob für die eigene Wohnung oder als kleines Gastgeschenk: Wir haben ein paar einfache und tolle Basteltipps zum Nachmachen!

Duftsäckchen: Man braucht getrocknete Schalen von Äpfeln, Orangen und Zitronen, Zimtstangen, Gewürznelken, Stoffreste oder kleine Jutesäckchen, Geschenkband oder Bastschnur. Die Fruchtschalen werden kleingeschnitten und mit Zimt und Gewürznelken in einem Schälchen zerdrückt und vermischt. Nach Belieben können der Duftmischung auch andere aromatische Zutaten wie Tannennadeln oder Lebkuchengewürz beigegeben werden. Diese Mischung nun in einen selbstgenähten kleinen Stoffbeutel oder ein Jutesäckchen geben, und das gefüllte Säckchen zubinden. Am Säckchen kann man noch ein kleines Gebinde aus einem Tannenzweig, einer getrockneten Orangenscheibe, einer Zimtstange und einem



Filzstern befestigen.

Walnusswiegen: Man braucht Schalenhälften von Walnüssen, helle kleine Holzperlen, Watte, Stoff- und Wollreste und Bändchen zum Aufhängen. Auf die Holzperle wird mit einem wasserfesten Stift ein Gesicht gemalt, mit den Wollfäden werden Haare aufgeklebt. Aus den Stoffresten schneidet man kleine viereckige Stücke aus, die als Kissen und Decke dienen sollen. Die Nussschale wird mit etwas Watte ausgepolstert. Nun das Köpfchen hineinlegen und mit dem Stoff zudecken. Die kleinen Wiegen kann man auch toll als Weihnachtsbaumschmuck verwenden!

Dekorative Adventsbasterei

Dekokugeln: Man braucht kleine runde Luftballons, Tapetenkleister, Paketschnur und Sprühlack (Gold oder Silber). Den Kleister nach Packungsanleitung anrühren. Nacheinander nun Ballons aufblasen (zwischen 5-10 cm Durchmesser) und großzügig mit Kleister bestreichen. Die Paketschnur nach Belieben kreuz und quer um den Ballon wickeln, aber dazwischen Lücken lassen. Noch eine weitere Schicht Kleister über die Schnüre streichen und mehrere Stunden gut trocknen lassen. Anschließend den (kaputten) Ballon vorsichtig zwischen den Lücken herausziehen und das Geflecht mit Gold- oder Silberlack besprühen. Diese Kugeln kann man in verschiedenen Größen herstellen, sie eignen sich als Tischdekoration ebenso wie als Baumschmuck.

Noch mehr kreative Ideen finden sich in unseren Buch-Tipps:
Wagener/Mansfeld "222 Ideen für Advent & Weihnachten"
Ulmer 2009, ISBN 978-3800156764, Broschiert 14,90 Euro

"Dekorativer Winterzauber: Kreative Ideen für die Winter- und Weihnachtszeit"
Frech 2008, ISBN 978-3772455223, Gebunden 19,90 Euro

"Weihnachtlich dekorieren. Stimmungsvolle Ideen für die schönste Zeit des Jahres"
Naumann & Göbel Verlag 2009, ISBN 978-3625119890, Gebunden 9,95 Euro

Gesunder Backgenuss

Die Weihnachtsbäckerei macht viel Freude und gehört zur Vorweihnachtszeit unbedingt dazu. Kinder lieben es, Teige zu kneten, zu naschen, Plätzchen auszustecken und das selbstproduzierte Gebäck stolz zu präsentieren - und wieder aufzuessen. Mit ein paar leichten Veränderungen können übrigens kalorienreiche Rezepte ganz einfach entschärft werden. Statt normaler Butter oder Margarine kann man Pflanzenöl (100g Butter entsprechen etwa 80ml Öl), Magerquark oder Joghurtbutter verwenden. Weißer Zucker kann durch Honig, Ahornsirup oder Fruchtzucker ersetzt werden. Beim Einsatz von Fruchtzucker sollten eine niedrigere Backtemperatur und eine etwas längere Backzeit eingeplant werden, da die Plätzchen schnell dunkel werden können. Weizenmehl kann durch Vollkornmehl (z.B. Dinkelmehl) ersetzt werden. Zum Verzieren eignen sich dunkle Schokolade, Nüsse oder Marmelade.





Walnussplätzchen: Zutaten: 375g gemahlene Walnüsse, 2 EL Vollkornmehl, 3 kleine Eier, 250g Honig, 1 Messerspitze Vanille, 1/2 TL Zimt, 1 Prise gemahlene Nelken, abgeriebene Schale einer Zitrone, Oblaten. Zubereitung: Die Eier mit dem Honig, den Gewürzen und der Zitronenschale schaumig rühren. Gemahlene Walnüsse und Vollkornmehl unterheben. Den Teig löffelweise auf kleine Oblaten setzen und bei 150°C etwa 15 Min. backen. Nach Belieben vor dem Backen mit Walnüssen oder danach mit Schokoguss verzieren.

Marmeladenkekse: Zutaten: 250g Dinkelmehl, 125g Butter oder Magerquark, 80g Vollrohrzucker, 1 Ei, 1 Messerspitze Zimt, Marmelade nach Geschmack. Zubereitung: Alle Zutaten verkneten, den Teig ausrollen und Kekse ausstechen. Eine kleine Mulde in die Mitte der Kekse drücken und mit Marmelade füllen. Die Kekse werden bei 200° Grad etwa zehn bis zwölf Minuten gebacken

Köstlichkeiten zum Verschenken

Leckere Plätzchen und köstliche, selbst gemachte Kleinigkeiten sind tolle Präsente in der Weihnachtszeit. Hübsch verpackt in einem Zellophantütchen kommen zum Beispiel Zitronenkugeln gut an. Zutaten: 100g Butter, 100g Hirseflocken, 100g Dinkelmehl, 80g Vollrohrzucker, Saft von 2 Zitronen, Vanillezucker. Zubereitung: In einer Pfanne etwa 20g Butter schmelzen und die Hirseflocken darin etwas anrösten. Das Dinkelmehl, 80g Butter, Rohrzucker, Zitronensaft und Vanillezucker zu einem Teig verkneten und die gerösteten Hirseflocken dazugeben. Masse etwa 30 Minuten auskühlen lassen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Aus dem Teig kleine Kugeln formen, auf das Backblech setzen und etwa 10-15 Minuten backen.

Buch-Tipps für noch mehr Leckereien:

Linda Collister "Weihnachtsgeschenkebackerei: Selbstgemachtes zum Genießen und Verschenken"
Moewig 2009, ISBN 978-3868033717, Gebunden 6,90 Euro

"Weihnachten: Plätzchen, Stollen, Glühwein & alles, was die Adventszeit schöner macht"
Gräfe & Unzer 2009, ISBN 978-3833816765, Gebunden 16,90 Euro



Mehr Artikel und Rezepte findest Du jeden Monat unter www.optiwell.de/magazin
© 2011 FrieslandCampina Germany GmbH

