



# Veganes Mitbring-Dinner

## Band 2 – 11.04.2019

Unsere Greenpeace Hochschulgruppe veranstaltet regelmäßig vegane Mitbring-Dinner an der TU Braunschweig, bei denen jede\*r willkommen ist – egal, was zu Hause auf den Teller kommt! Hierbei bringt jede\*r eine selbstgemachte Speise und das dazugehörige Rezept mit. Anschließend wird von dem zusammengestellten, vielfältigen Buffet probiert und die leckeren Rezepte ausgetauscht. In diesem Büchlein findet ihr nun alle gesammelten Rezepte unseres letzten veganen Mitbring-Dinners, das am 11. April 2019 stattfand.

Mit dem Mitbring-Dinner möchten wir euch ermöglichen, neue Rezepte zu entdecken und wollen euch und andere von veganem Essen begeistern. Denn veganes Essen kann nicht nur lecker sein, sondern eine pflanzlich-betonte Ernährung schont Umwelt und Klima. Die Produktion tierischer Lebensmittel nimmt einen Großteil der globalen Ackerflächen in Anspruch. Die Monokulturen der Soja-Produktion, die in Südamerika den Urwald auffressen und weltweit in Mägen von Schweinen, Rindern und Geflügel landen, sind ein besonders drastisches Beispiel für die Folgen der massenhaften Tierhaltung. Mit dem Kochen dieser Rezepte, also mehr pflanzlichen und weniger tierischen Produkten auf dem Teller, kannst du einen wichtigen Beitrag zu einer nachhaltigeren Landwirtschaft leisten.



## Inhalt

Salat-Variationen .....	4
Couscous-Salat .....	4
Apfel-Möhren-Rohkost.....	4
Vegane Basilikum-Ricotta-Rollen .....	5
Hirsesalat.....	5
Quinoa-Salat mit Mango und Spinat .....	6
Aufstriche .....	7
Tomatencreme .....	7
Knoblauch-Quark Dip.....	7
Paprika-Cashew Dip .....	8
Erbsen-Minz-Hummus .....	8
Hauptspeisen .....	9
Möhren-Bärlauch-Suppe.....	9
Superschnelles Brot.....	9
Flammkuchen mit Pilzen und Zwiebeln .....	10
Falafel.....	10
Pesto-Zupfbrot .....	11
Schnelle Kichererbsen-Kokos-Suppe .....	12
Curry-Blumenkohl mit Rosinen und Pinienkernen.....	13
Kichererbsen-Eintopf.....	14
Süßes .....	15
Schoko-Crossies .....	15



Bananenbrot.....	15
Vegane Brownies mit Erdnussbuttercreme .....	16
Vegane Pfannkuchen .....	17
Frühstücksschnittchen .....	17
Brownies .....	18
Veganer Dattel-Walnuss-Milchreis .....	18
Schokomousse.....	18
Zimtschnecken .....	19
Kirsch-Sahne-Joghurt .....	19
Energy Bites .....	20
Vegane Hefeteig-Donauwelle.....	20



## Salat-Variationen

### Couscous-Salat

---

#### Zutaten:

1 Paprika  
1 Bund Petersilie  
10 Minzblätter  
1 Tomate  
1 Zwiebel  
20 g Olivenöl  
1 Tasse Wasser (375ml)  
25 g Tomatenmark  
150 g Couscous  
5 Gewürzkurgen

#### Für die Sauce

30 g Olivenöl  
2 TL Essig  
2 EL Zitronensaft  
2 TL Salz  
3 Prisen Pfeffer  
3-4 Prisen Paprikapulver  
Chiliflocken nach Bedarf

#### Zubereitung:

- Couscous in heißem Wasser quellen lassen.
  - Gemüse und Petersilie kleinschneiden.
  - Zwiebeln hacken und ca. 3 Minuten in dem Öl andünsten, Tomatenmark dazugeben.
  - Das Gemüse, die Zwiebeln und den Couscous in einer Schüssel vermengen.
  - Sauce: Alle Zutaten in einer kleinen Schüssel mischen und abschmecken.
  - Sauce und Petersilie mit dem Couscous vermischen.
- 

### Apfel-Möhren-Rohkost

---

#### Zutaten:

ca. 2 Äpfel pro Möhre  
Öl  
Agavendicksaft  
Zitronensaft

#### Zubereitung:

- Äpfel und Möhren raspeln.
  - Nach Belieben Öl, Agavendicksaft und Zitronensaft hinzugeben.
-



## Vegane Basilikum-Ricotta-Rollen

---

### Zutaten:

Ricotta:  
70 g Cashewkerne (ca. 30 min  
aufgeweicht)  
60 ml Mandelmilch  
200 g Tofu (1 Block)  
1 TL Weißweinessig  
20-25 Basilikumblätter  
1 Knoblauchzehe  
Salz  
Pfeffer

Rollen:  
8 Tortillas  
200 g Spinat / Rucola  
2-3 Tomaten in kleinen Stücken

---

### Zubereitung:

- Für den Ricotta: Alle Zutaten in einem Mixer oder Küchenmaschine pürieren.
- Ricotta auf den Tortillas verteilen und Spinat, Rucola und Tomaten darauf verteilen.
- Die Tortillas fest aufrollen, die Enden abschneiden und in Rollen schneiden.

## Hirsesselat

---

### Zutaten:

Goldhirse  
Essig  
Öl  
Wasser  
Zitrone  
Salz  
Pfeffer  
Limettensaft  
Knoblauch  
Gemüse nach Wahl

### Zubereitung:

- Goldhirse kochen und abkühlen lassen.
  - Dressing dazugeben (Essig, Öl, Wasser, Zitrone, Salz, Pfeffer).
  - Gemüse nach Wahl unterrühren (Radieschen, Gurke, Tomate, Paprika,...), Limettensaft und Knoblauch zum Salat geben und salzen und pfeffern.
-



## Quinoa-Salat mit Mango und Spinat

---

### Zutaten:

1 Mango  
80 g Blattspinat (frisch)  
2 Frühlingszwiebeln  
40 g Basilikum (frisch)  
2 Limetten  
1 Knoblauchzehe  
100 g Quinoa  
400 g Kichererbsen (aus der Dose)  
60 g Tomaten (getrocknet)  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung:

- Quinoa nach Packungsanleitung zubereiten.
  - In der Zwischenzeit Mango, Tomaten, Frühlingszwiebeln, Basilikum und Spinat waschen, in kleine Stücke schneiden und in eine Salatschüssel geben.
  - Quinoa und abgetropfte Kichererbsen hinzufügen.
  - Limetten halbieren und auspressen.
  - Knoblauch schälen und reiben oder pressen.
  - Limettensaft und Knoblauch zum Salat geben und salzen und pfeffern.
-



# Aufstriche

## Tomatencreme

---

### Zutaten:

200 ml Hafercuisine  
½ Packung Tomatenmark  
1 Packung gefrorene italienische  
Kräuter  
4 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung:

- Alles zusammen in eine Schüssel geben und verrühren.

## Knoblauch-Quark Dip

---

### Zutaten:

300 g Sojaquark  
1 EL Knoblauchöl  
1 EL Olivenöl  
½ Packung gefrorene 8 Kräuter  
Kräutersalz  
Pfeffer  
Agavendicksaft

### Zubereitung:

- Alles zusammen in eine Schüssel geben und verrühren.



## Paprika-Cashew Dip

---

### Zutaten:

150 g Cashewkerne  
1 Paprika  
2 Tomaten  
2 Zwiebeln  
Paprikagewürz  
Salz  
Pfeffer  
Tomatenmark

### Zubereitung:

- Die Cashewkerne einige Stunden in Wasser einweichen.
  - Die Paprika, die Tomaten und die Zwiebeln in kleine Stücke schneiden und anbraten.
  - Die eingeweichten Cashewkerne und das Gemüse pürieren.
  - Nach Belieben Wasser hinzufügen.
  - Abschmecken.
- 

## Erbsen-Minz-Hummus

---

### Zutaten:

Menge je nach Belieben:  
TK-Erbsen (gekocht)  
Minze  
Tahin  
Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer  
Zitronensaft  
Olivenöl  
Agavendicksaft

### Zubereitung:

- Alles zusammen pürieren.
-





# Hauptspeisen

## Möhren-Bärlauch-Suppe

---

### Zutaten:

5 Möhren  
Bärlauch  
Ingwer  
1 Dose Kokosmilch  
3 Kartoffeln  
Gemüsebrühe  
Sojasauce  
Wasser

---

## Superschnelles Brot

---

### Zutaten:

1 Hefewürfel  
500 g Vollkornmehl  
1 Tasse Haferflocken  
150 g Sonnenblumenkerne  
2 EL Apfelessig  
1/2 Liter Wasser  
2 TL Salz

### Zubereitung:

- Alles mischen (außer Sonnenblumenkerne und Haferflocken)
  - Den Teig in eine Form geben, Sonnenblumenkerne und Haferflocken darüber streuen.
  - 1 Stunde ohne Vorheizen im Ofen backen.
  - Richtig abkühlen lassen.
-



## Flammkuchen mit Pilzen und Zwiebeln

---

### Zutaten:

Für den Teig:

500 g Mehl

10 g Hefe

200 ml warmes Wasser

1 TL Salz

2 EL Olivenöl

Für den Belag:

100 g Mandelmus

60 ml Wasser

1 TL Zitronensaft

8 Champignons

1 rote Zwiebel

### Zubereitung:

- Den Teig zubereiten und 30 min stehen lassen.
  - Ofen auf 180 °C vorheizen.
  - Mandelschmand zubereiten mit Mandelmus, Wasser, Zitronensaft und Gewürzen
  - Teig auslegen, mit Mandelschmand bestreichen und mit Champignons und Zwiebeln belegen.
  - 15 min backen.
- 

## Falafel

---

### Zutaten:

300 g Kichererbsen

(Trockengewicht)

2 EL Mehl

20 g Sesam

1 Zwiebel

1 TL Falafelgewürz (gehäuft)

Salz

Öl

### Zubereitung:

- Die Kichererbsen einweichen (ca. 10 Std.).
  - Die Zutaten in eine Schüssel geben und pürieren, dann 3 min mit der Hand kneten.
  - Bällchen formen, Öl erhitzen und Bällchen frittieren (ca. 2 min).
-



## Pesto-Zupfbrot

---

### Zutaten:

Für das Pesto:

Radieschengrün

4 EL Sonnenblumenkerne

4 EL Hefeflocken

100ml Olivenöl

1 kleine Zwiebel

Salz

Pfeffer

Für das Brot:

500g Dinkelmehl

250 ml warmes Wasser

1 Hefewürfel

1 TL Salz

### Zubereitung:

Pesto:

- Sonnenblumenkerne ohne Öl anbraten.
- Restliche Zutaten klein schneiden und pürieren.

Brot:

- Hefe in Wasser auflösen.
  - Alle Zutaten zusammenmixen, 30 min gehen lassen.
  - Den Teig ausrollen und mit Pesto bestreichen.
  - Dann in 2-5 cm dicke Steifen schneiden, im Zickzack falten und mit Schnittkante nach oben in 26er Kuchenform geben.
  - Nochmal 15-30min gehen lassen.
  - Dann 25min bei 220°C backen.
-



## Schnelle Kichererbsen-Kokos-Suppe

---

### Zutaten:

Für 4 Portionen:

4 Frühlingszwiebeln  
400 g Kichererbsen  
800 ml Kokosmilch  
240 g Erbsen (tiefgefroren)  
2 TL Kurkuma  
200 ml Wasser  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung:

- Erbsen und die Hälfte der Kokosmilch in einem Topf ca. 3 Minuten köcheln lassen.
  - Die restliche Kokosmilch, Kichererbsen hinzufügen, mit Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen und weitere 5 Minuten köcheln lassen.
  - Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden.
  - $\frac{3}{4}$  der Frühlingszwiebeln und Wasser zu der Suppe geben und noch 2 Minuten kochen.
  - Mit restlichen Frühlingszwiebeln garnieren und sofort servieren.
-



## Curry-Blumenkohl mit Rosinen und Pinienkernen

---

### Zutaten:

Für das Dressing:

90 ml Reisweinessig

4 TL Zucker

2 TL Currypulver

5 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

Für den Salat:

1 Blumenkohl, in Röschen

100 g geröstete Pinienkerne

100 g Rosinen

50 g Sonnenblumenkerne

1 fein gehackte rote Zwiebel

Salz

Pfeffer

---

### Zubereitung:

- Für das Dressing alle Zutaten miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Den Blumenkohl in kochendem Wasser blanchieren, abtropfen lassen und mit den restlichen Zutaten vermengen.
- Das Dressing über den Salat geben.
- Vor dem Servieren 1-2 Std. kühlen.



## Kichererbsen-Eintopf

### Zutaten:

250 g Möhren  
1 Lauch  
2 Zwiebeln  
200 g Kichererbsen  
(Abtropfgewicht)  
2 EL Olivenöl  
4 EL Agavendicksaft  
800 g stückige Tomaten  
2 TL getrocknete Kräuter  
der Provence  
2 TL Ras el-Hanout  
(Muskatnuss, Zimt, Anis,  
Kurkuma, Chili,  
Ingwer, Nelke,  
Piment,  
Kardamom,  
Kreuzkümmel,  
Kümmel)  
200 ml Gemüsebrühe  
2 Knoblauchzehen  
1 TL Petersilie  
1 Zitrone (unbehandelt)  
100 g grüne Oliven  
Salz  
Pfeffer  
Brötchen o.ä. als Beilage

### Zubereitung:

- Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Lauch putzen, in Ringe schneiden, waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.
- Öl in einem Topf erhitzen. Möhren, Lauch und Zwiebeln darin anbraten. Agavendicksaft dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Tomaten, Kichererbsen, Kräuter der Provence, Ras el-Hanout und Brühe dazugeben, aufkochen und bei schwacher bis mittlerer Hitze zugedeckt 10 Min. köcheln lassen.
- Inzwischen Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß waschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Knoblauch, Petersilie und Zitronenschale mischen, mit Oliven zum Gemüse geben und noch 1 Min. ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Quelle:

[https://github.com/AberDerBart/recipes/blob/master/kichererbsen\\_tajine.md](https://github.com/AberDerBart/recipes/blob/master/kichererbsen_tajine.md)



## Süßes

### Schoko-Crossies

---

#### Zutaten:

Cornflakes  
Zartbitter-Schokolade

#### Zubereitung:

- Schokolade schmelzen.
  - Cornflakes zu der Schokolade geben.
  - Mit Löffeln kleine Häufchen formen und auf Tellern abkühlen lassen.
- 

### Bananenbrot

---

#### Zutaten:

3 Bananen  
100 ml Öl  
100 ml Vanille-Sojamilch  
1 Päckchen Vanillezucker  
200 g Dinkelmehl  
150 g Rohrzucker  
2 TL Backpulver  
¼ TL Salz  
1 EL Speisestärke

#### Zubereitung:

- Alle flüssigen Zutaten und die Bananen in eine Rührschüssel geben und gut verrühren.
  - Trockene Zutaten hinzufügen und vermengen.
  - Den Teig in eine Brotform füllen und bei 180 °C ca. 45 Minuten backen.
-



## Vegane Brownies mit Erdnussbuttercreme

---

### Zutaten:

Für den Teig:

375 g Mehl

100 g Kakaopulver (Backkakao)

¼ TL Natron

125 g Zucker

200 ml flüssiger Kaffee

280 ml Pflanzenmilch

350 ml geschmacksneutrales Öl

Für die Erdnussbutter-Creme:

30 g weiche Pflanzenmargarine

120 g Erdnussbutter (am besten creamy)

150 g Puderzucker

½ TL Vanille-Extrakt (alternativ Vanillepaste oder Vanillezucker)

1 ½ EL Pflanzenmilch

Für die Deko:

Etwas Zartbitterschokolade

### Zubereitung:

- Mehl, Kakao und Natron in eine Schüssel sieben.
  - Zucker und Rohrzucker dazugeben und vermischen.
  - Kaffee, Pflanzenmilch und Öl dazugeben und mit so lange mit einem Schneebesen verrühren bis sich die Zutaten verbunden haben. (Nicht wundern: der Teig ist relativ flüssig)
  - Den Teig auf ein Backblech gießen und gleichmäßig verstreichen (auch in die Ecken).
  - Bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 18-20 Minuten backen. Bei der Stäbchenprobe darf noch ein bisschen dran kleben bleiben. Brownies abkühlen lassen.
  - Für die Creme Margarine und Erdnussbutter in eine Schüssel geben und Puderzucker reinsieben.
  - Mit dem Handmixer alles verrühren bis es sich zu einer Masse verbunden hat.
  - Nach und nach Vanilleextrakt und Pflanzenmilch dazugeben und verrühren.
  - Creme auf den Brownies verstreichen und mit geschmolzener Schoki dekorieren.
-





## Vegane Pfannkuchen

---

### Zutaten:

300 g Weizen- o.  
Dinkelvollkornmehl  
400 ml Pflanzenmilch (z.B. Mandel  
oder Hafer)  
200 ml Mineralwasser classic  
½ TL Weinstein-Backpulver  
1 Prise Salz  
Kokosöl zum Braten

### Zubereitung:

- Mehl, Weinstein-Backpulver und Salz mit der pflanzlichen Milch vermengen und gut verrühren.
  - Danach eine halbe Stunde ruhen lassen und kurz vor dem Anbraten mit Mineralwasser vermischen.
  - Pfanne auf mittlerer Hitze mit Kokosöl erhitzen und den Teig hineingeben.
  - 3-5 Minuten auf jeder Seite anbraten.
- 

## Frühstücksschnittchen

---

### Zutaten:

300 g entsteinte Datteln  
200 g Haferflocken  
60 g Vollkornmehl  
30 g Kokosraspeln  
80 g Bananenchips  
1 TL Meersalz  
1 TL Zimt  
120 ml Olivenöl  
120 g Agavendicksaft  
2 reife Bananen  
2 EL Chiasamen

### Zubereitung:

- Ofen auf 180 °C vorheizen.
  - Quadratische Backform mit Backpapier auskleiden.
  - Alle Zutaten im Mixer zu einem Teig mixen.
  - 30 min backen.
-



## Brownies

---

### Zutaten:

375 g Mehl  
100 g Kakaopulver  
1/2 Päckchen Backpulver  
250 g Zucker  
480 ml Pflanzenmilch  
350 ml Öl

### Zubereitung:

- Alles in eine Schüssel geben, verrühren und bei 170 °C 15-20 min backen.

## Veganer Dattel-Walnuss-Milchreis

---

### Zutaten:

Milchreis  
Hafermilch  
Walnüsse  
Datteln

### Zubereitung:

- Milchreis wie gewohnt zubereiten (Hafermilch anstatt normaler Milch).
- Walnüsse und Datteln kleinhacken und dazugeben.

## Schokomousse

---

### Zutaten:

Aquafaba von 2 Gläsern  
Kichererbsen  
2 Tafeln Schokolade  
1 EL Haselnussmus

### Zubereitung:

- Aquafaba schaumig schlagen.
- Die Schokolade schmelzen und Nussmus unterrühren.
- Schoko-Nuss-Mousse unter das Aquafaba heben.
- Im Kühlschrank kaltstellen.



## Zimtschnecken

---

### Zutaten:

300 g Dinkelmehl  
1 Päckchen Trockenhefe  
3 EL Zucker  
60 ml warmes Wasser  
1 Prise Salz  
2 EL Rapsöl  
100 ml Haferdrink  
2 EL Margarine  
4 Datteln  
3 TL Zimt  
2 EL Puderzucker  
1 TL Zitrone

### Zubereitung:

- Zum Hefeteig kneten.
  - Datteln, Zimt und Margarine pürieren.
  - Den Teig ausrollen, Füllung darauf geben und 12 min bei 160 °C backen.
- 

## Kirsch-Sahne-Joghurt

---

### Zutaten:

200 ml Kirschsafte  
2 Pk. Pflanzliche Gelatine  
1 Pk. Vanillezucker  
1 Glas Sauerkirschen  
200 ml Hafer-Sahne  
500 ml Joghurt

### Zubereitung:

- Die Sahne steifschlagen.
  - Gelatine in warmem Wasser oder Kirschsafte auflösen und mit Schneebesen gut verrühren.
  - Joghurt und Kirschen unterrühren, dann die Sahne unterheben.
  - Die Creme mind. 2 Std. in den Kühlschrank stellen.
  - Um es zu Eiscreme zu machen einfach ins Tiefkühlfach stellen.
-



## Energy Bites

### Zutaten:

60 g Kokosmehl  
120 g Haferflocken  
140 g gefrorene Himbeeren  
70 g Cashewkerne  
2 EL Kokosöl  
Agavendicksaft

### Zubereitung:

- Die Zutaten mischen, Kokosöl hinzugeben und Kugeln formen

## Vegane Hefeteig-Donauwelle

### Zutaten:

Für die „Butter“-Creme:

400 ml Sojamilch  
1 Pck. Puddingpulver  
(Vanillegeschmack)  
125 g Margarine (zerlassen)  
Zucker wie auf der  
Puddingverpackung  
angegeben

Für den Hefeteig:

400 g Mehl  
250 ml Sojamilch  
50 g Margarine (zerlassen,  
aber nicht heiß)  
120 g Zucker  
1/2 Würfel Hefe

Für die „Quark“-Creme:

1 kg Sojajoghurt  
2 Pck. Puddingpulver  
(Vanillegeschmack)

### Zubereitung:

- „Butter“-Creme: Aus einem Päckchen Puddingpulver, der Sojamilch (am besten eine Sorte mit mildem Sojageschmack verwenden) und dem benötigten Zucker einen Pudding kochen und die geschmolzene Margarine unterrühren. Diese "Buttercreme" zum Abkühlen Beiseite stellen. Das kann ein paar Stunden dauern, sie muss zur Weiterverwendung fest sein, deswegen: rechtzeitig anfangen.
- Hefeteig: Die Hefe in der handwarmen Sojamilch auflösen und mit dem Mehl verkneten. Die vorsichtig geschmolzene Margarine und den Zucker zugeben. Alles verkneten. Den Hefeteig zugedeckt an einen warmen Ort stellen und etwa 30 bis 45 Minuten gehen lassen.



8 EL Sojamilch  
250 g Margarine (zerlassen,  
aber nicht heiß)  
240 g Zucker  
1 Prise Salz

Für den Belag:  
2 Gläser Kirschen  
(Schattenmorellen)  
200 g Kuvertüre (zartbitter)  
Fett für das Blech

- „Quark“-Creme: Für die Quarkmasse den Sojajoghurt, den Zucker, die geschmolzene aber nicht heiße Margarine, das mit der Sojamilch angerührte Vanillepuddingpulver und die Prise Salz verrühren.
- Belag: Den Hefeteig auf einem Backblech ausrollen. (Vorher mit Backpapier auslegen oder einfetten.) Die Sojajoghurtmasse auf den Hefeteig gießen und die abgetropften Schattenmorellen darauf verteilen. Bei 160°C Umluft 30 Minuten backen. Dann das Ganze gut abkühlen lassen. (Sehr wichtig!)
- Die Buttercreme aufschlagen und auf dem abgekühlten Kuchen verteilen. Der Kuchen muss wirklich kalt sein. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen, etwas erkalten lassen und auf dem Kuchen verteilen.
- Den Kuchen stellt man vor dem Servieren noch etwas in den Kühlschrank, damit die Kuvertüre schön fest wird und der Kuchen etwas durchzieht. Er kann auch gut am Vortag gebacken werden.

Quelle:

[https://github.com/tstehr/recipes/blob/master/Vegane\\_Hefeteig\\_Donauwelle.md](https://github.com/tstehr/recipes/blob/master/Vegane_Hefeteig_Donauwelle.md)



## Impressum

Rezeptbuch zum Veganen Mitbring-Dinner #2, 11.04.2019. Bilder Greenpeace. Für den Inhalt der Rezepte sind die Rezept-Autor\*innen verantwortlich. Stand 07/2019. V.i.s.d.P.: Lisa Hoffmann, Hagenbrücke 1/2, 38100 Braunschweig.