

# INSIDE

## LIMMATTAL

Freizeit ■ Kultur ■ Live ■ Kids Club ■ Kulinarisch ■ Lifestyle ■ Reportagen ■ People

### Peter Fischer & Marco Gehringer:

«Die Stabsübergabe ist für uns beide ein Glücksfall»

#### INSIDE

WOHLFÜHLEN & ENTDECKEN

■ Innere Balance: Die sieben Säulen der Resilienz helfen

■ Vielfalt im Garten zeigt die (G)Artenvielfalt in Dietikon

#### INSIDE

KULINARIK & LIFESTYLE

■ Indoor-Spezialität: Die Zwingli-Pilze aus Schlieren

■ Lifestyle & Trend: Ahoi den würzigen Bieren aus der Region



**Grosser Wettbewerb!**  
Mitmachen und einen Gutschein im  
**Hotel Rigi Kaltbad**  
im Wert von  
**1170 Franken**  
gewinnen!

## Inside Limmattal **Inhalt**

### ■ Inside Wohlfühlen

Wenn es regnet, brauchen wir einen Regenschutz. Und bei Seelenschmerz? Da helfen die sieben Säulen der Resilienz.

Seite 7

### ■ Inside Lifestyle

Lifestyle gibt es längst auch in der Getränkewelt. Kaum jemand, der nicht von einem handgemachten Bier schwärmt. Wir auch!

Seite 9

### ■ Inside Kulinarik

Huldreich Zwingli reformierte die Religion. Zwei junge Limmattaler reformieren mit ihren «Zwingli»-Pilzen die Gourmetwelt.

Seite 10

### ■ Inside Explorer

Überall blüht und spriesst es, vor allem dann, wenn man es richtig macht. Die (G)Artenvielfalt zeigt, wie.

Seite 11

### ■ Inside Kultur

Der Schliermer Martin von Aesch schreibt, singt und musiziert. Über was am liebsten sagt er im Interview.

Seiten 13

### ■ Inside Wettbewerb

Gewinnen Sie einen schönen Ausflug mit Übernachtung im Hotel Rigi Kaltbad!

Seite 15

# Das Leben macht durstig und hungrig

Liebe Leserinnen, liebe Leser

*Endlich ist der Sommer da und die Sonne lacht. Wir alle hoffen, dass wir Masken in Zukunft vor allem an der Fasnacht brauchen und nicht jeden Tag und dass es jetzt wieder mehr nach draussen geht. Grund dazu haben wir allemal, denn es gibt viel zu entdecken rundherum. Zum Beispiel beim Gärtnern: Hier wirds so richtig schön, wenn mans richtig macht. Dazu braucht es etwas Musse und Zeit- und den grünen Daumen obendrein. Aber wer leidenschaftlich sät und pflegt, erntet bunte Natur in Hülle und Fülle. Die Ausstellung (G)Artenvielfal in Dietikon machts vor.*



*Das kann Durst geben und dagegen hilft ein Schluck Wasser. Oder ein frisches Bierchen - und wenn schon, denn schon, wieso nicht eins aus Schlieren? Ahoi, Pale Ale! Und Prost!*

*Gutes Bier ist auch Kultur, genau wie Musik oder Literatur. Davon kommt auch einige Publikationen aus Schlieren, von Musiker und Autor Martin von Aesch. Er hat die erzwungene auftrittsfreie Zeit genutzt, um an neuen Projekten zu arbeiten. Welche genau, sagt er im Interview. So viel Kultur kann nun Hunger verursachen und wer hätte es gedacht: Eine feine Delikatesse kommt ebenfalls aus Schlieren: Die frischen Seitlinge und «Zürimähnen» von Zwinglipilz.*

*Die Protagonisten der Titelgeschichte kommen - aus Dietikon. Marco Gehringer und Peter Fischer arbeiten zusammen und bereiten sich auf die Zukunft vor. Wie genau dies von Statten geht, erfährt man in unserer neuen Ausgabe von «INSIDE»*

*Viel Spass wünscht Ihnen  
Ihr «INSIDE Limmattal»-Team*

## Inside Limmattal *Reportage*

**Impressum:** «INSIDE Limmattal» erscheint als Beilage der Limmattaler Zeitung, Ausgabe vom 17. Juni 2021  
Herausgeberin: CH Regionalmedien AG  
Verleger: Peter Wanner,  
Geschäftsführer: Dietrich Berg  
Redaktion: Thomas Pfann,  
Korrektorat: Karin Otter  
Titelbild: Thomas Pfann  
Anzeigen: Heimstrasse 1, 8953 Dietikon,  
Telefon 058 200 57 76,  
inseerate@limmattalerzeitung.ch  
Druck: CH Media Print AG



### **Erweiterte Familientradition**

Peter Fischer und Marco Gehringer (l.) sind eng mit der Garage Fischer AG verbunden. Der eine als Nachkomme und Geschäftsinhaber in zweiter Generation, der andere als Nachfolger und designerter Geschäftsinhaber der Zukunft. Beide kennen sich schon lange und haben die Stabsübergabe minutios geplant. Was sie im Leben bewegt, erzählen sie in unserer Titelgeschichte.

Mehr dazu auf Seite 4/5





**Sportlich unterwegs:** Marco Gehringer als Goalie auf dem Fussballplatz und beim Balancieren im Seilpark.

*Peter Fischer und Marco Gehringer verbindet die grosse Leidenschaft, sich für die Garage Fischer AG einzusetzen. Nun erfolgt eine Stabsübergabe im Dietiker Familienbetrieb.* **Thomas Pfann**



**Führen die Garage Fischer in die Zukunft:** Marco und Liliane Gehringer.

Bei Marco Gehringer lief es in der Jugendzeit rund - wortwörtlich. Als begeisterter Fussballer begann er eine Laufbahn als Kicker bei den Zürcher Grasshoppers. Der Ball rollte, Marco lief als Goalie auf, während rund 12 Jahren. «Zwischen sechs und achtzehn standen das Training und die Matches an oberster Stelle auf meiner Interessensliste», erinnert er sich an die Zeit der 80er- und frühen 90er-Jahre zurück. Dabei kam der gebürtige Spreitenbacher weit herum, und reiste mit der Juniorenmannschaft an alle möglichen Orte auf der Welt. Als Goalie hat man auf dem Fussballfeld eine entscheidende wichtige Funktion und kann das Endresultat stark beeinflussen. «Aber es spielt halt pro Mannschaft nur ein Torwart aktiv mit, die Konkurrenz auf dem Markt ist also noch grösser, als bei den Feldspielern», sagt Marco Gehringer und spricht seine damalige Entscheidung an, nicht auf die Karte Fussball sondern auf die Berufslehre zu setzen. Er lernte als erstes Automechaniker, auf dem zweiten Bildungsweg absolvierte er noch die Lehre zum Kaufmann. Kurz nach dem 20. Geburtstag war er dann bereit für die Berufskarriere.

Für Peter Fischer war eine Tätigkeit in der Autobranche auch naheliegend. In Dietikon hatte sich die Garage Fischer AG während Jahrzehnten einen Namen geschaffen. Bis zum Neubau

der Trio-Überbauung an der Zürcherstrasse befand sich der Familienbetrieb auf dem ehemaligen Schellerareal. 2008 verlegte die Firma ihr Domizil an die Vorstadtstrasse am Ufer der Reppisch. Peter Fischers Vater baute das 1967 gegründete Unternehmen stetig aus, während die Mutter das Restaurant Steinmürli in Dietikon führte. «Über Unternehmergeist verfügen wir alle und waren stets bereit, viel Zeit und Leidenschaft zu investieren», sagt Peter Fischer. Er selbst wählte den betriebswirtschaftlichen Berufsweg, machte das «Kaufmännische» und wuchs nach und nach in den Garagenbetrieb hinein. Das technische Know-how erwarb er sich mit unzähligen Ausbildungen, die die Hausmarken Peugeot und Mitsubishi verlangten, so dass er bald gut über das «Mechanische» Bescheid wusste. Gegen Ende der 90er-Jahre übernahm er die Geschäftsführung des Betriebs. «Eine verantwortungsvolle Aufgabe, die ich schon früh übernehmen durfte. Zum Glück stand mir mein Vater bei vielen Fragen und Anliegen stets zur Seite.»

Glück hatte Peter Fischer auch seinen Hunger nach spannenden Reisen vorgängig stillen zu können. «Obwohl ich davon noch längst nicht satt bin», wie er lachend betont. Nach der «Stifti» zog es ihn mehrmals in die Ferne, unter anderem in die USA, wo er mehr als ein Jahr verbrachte. Zuerst ging es um die Erweiterung der Sprachfähigkeiten, bald aber waren es die täglichen Abenteuer, die der Bergdietiker erlebte. Er arbeitete zum Beispiel auf einer Farm in Montana, war danach in einem Jagdlager tätig, lernte viele interessante Menschen kennen und kam im ganzen Land herum.



# «Die Nachfolge ist geregelt. Das ist ein echter Glücksfall!»



In der Luft und auf der Erde: Peter Fischer als Fallschirmgrenadier und mit dem Motorrad in Afrika.

Die Lust am Nervenkitzel hat ihn bis heute nicht verlassen. Beim Schweizer Militär war er 17 Jahre bei den Fallschirmaufklärern - es blieb ein Hobby, das er intensiv in seiner Freizeit weiterverfolgte. «Nun habe ich entschieden, beim Fallschirmspringen etwas kürzer zu treten. Der Sport ist aufwändig und man sollte ihn nur mit genügend Training ausüben.» Dafür braucht es Zeit - und weil da noch weitere Leidenschaften wie das Outdoorleben, das Motorradfahren oder das Sporttauchen sehr viel Spass machen, ist Peter Fischers Terminkalender dicht gefüllt.

Und die Arbeit im Familienbetrieb prägt die Agenden doch wesentlich. Das ist auch für Marco Gehringer so, denn seit 15 Jahren ist er bei der Garage Fischer AG als Kundendienstleiter tätig. Vorher arbeitete er in einem Badener Unternehmen und suchte irgendwann eine neue Herausforderung, die er im Dietiker Traditionsunternehmen fand. Eine wahrlich schicksalhafte Entscheidung. Denn nicht nur fühlte er sich im Betrieb schnell wohl, er freundete sich auch mit der Familie Fischer an. Selbst sein Wohnort befindet sich in der unmittelbaren Nachbarschaft in Bergdietikon. «Marcos Kinder sind wie Enkel für meine Eltern», sagt Peter Fischer. «Und im Geschäft konnte ich von Anfang an auf ihn zählen. Das ist ein echter Glücksfall!»

Und wie es im Leben so spielt, passt manchmal das Eine perfekt zum Anderen. Peter Fischer selbst hat den Garagenbetrieb mit viel Leidenschaft und Einsatz übernommen, weiterentwickelt und ein kompetentes Team aufgebaut. Dazu waren viele Arbeitsstunden nötig. «Zwölfstundentage gehören bei uns zur Regel, das sind

wir unserer Kundschaft schuldig», sagt er. Dieser Ansicht war auch Marco Gehringer immer schon. «Ohne das tägliche Engagement würde die Firma nicht so gut funktionieren.» Für den Aufbau und das Weiterführen eines Unternehmens ist aber immer auch genügend Zeit und viel Erfahrung nötig - und nicht immer sind diese Faktoren gegeben. Umgekehrt ist es schwierig, eine Nachfolge für einen etablierten Betrieb zu finden, insbesondere wenn es sich um ein Geschäft handelt, das einen nahen, persönlichen Kontakt mit den Kundinnen und Kunden pflegt.

Die Konstellation bei der Garage Fischer AG ist diesbezüglich optimal: Peter Fischer ist überzeugt, dass eine Geschäftsübergabe dann erfolgen muss, wenn ein Nachfolger noch genügend Zeit hat, seine eigenen Ideen umzusetzen. «So habe ich das auch erlebt und es war gut - für mich und für das Unternehmen. Nun möchte ich Marco Gehringer diese Möglichkeit bieten und bin froh, dass er sich dafür entschieden hat.» Die Übergabe des Betriebs erfolgt im Verlauf des Jahres, ab 2022 ist Marco Gehringer Eigentümer der Firma, zusammen mit seiner Frau Liliane, die ebenfalls schon lange im Unternehmen tätig ist.

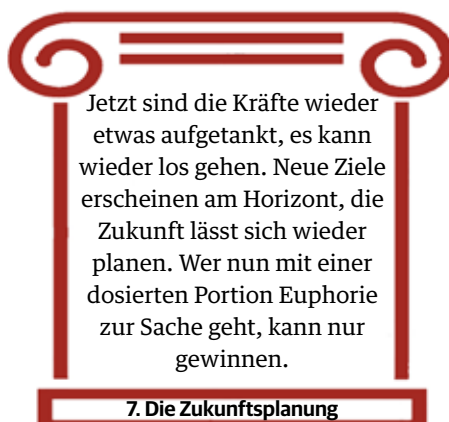
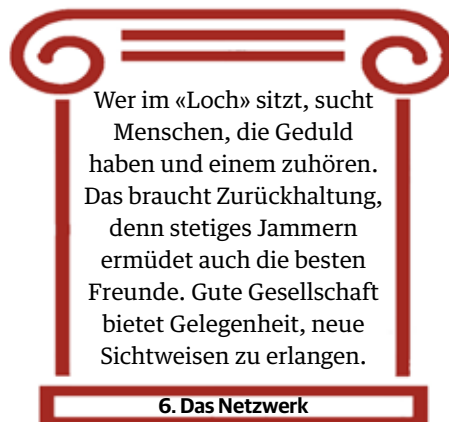
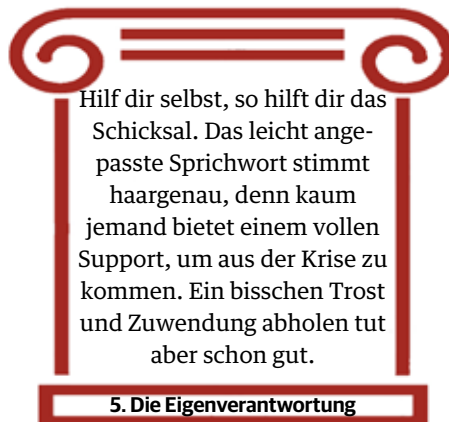
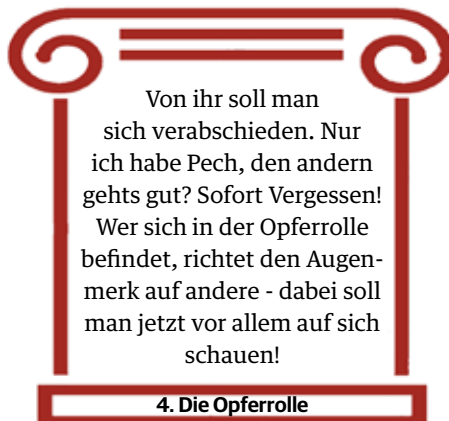
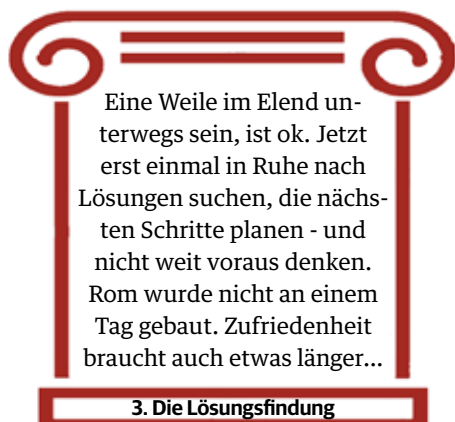
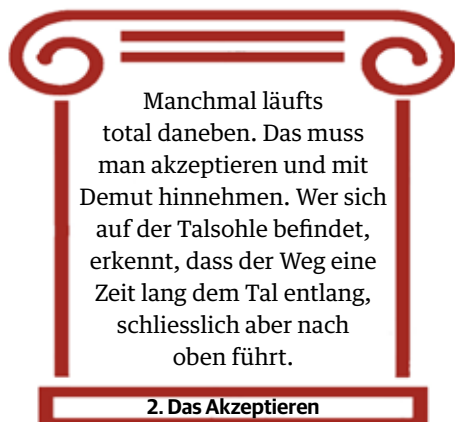
Für Peter Fischer und seine Eltern ist dieser Schritt eine echte Wunschlösung, weil die Nachfolger schon längst ein Teil ihrer Familie sind. «Wir haben sie gewissermassen adoptiert», lacht Peter. «Es passt einfach alles super zusammen.» Für ihn ist klar, dass er sich nun nicht einfach aus dem Staub macht und die Garage den neuen Besitzern überlässt. Er steht weiterhin mit Rat und Tat zur Seite. Daneben kümmert er sich um weitere Geschäftszweige und deren Pendenzen. Und er hat wieder Pläne und Wünsche für die Freizeit: «Mein Traum ist es, mit dem Motorrad Afrika von oben nach unten zu durchqueren.»

Für Marco Gehringer beginnt eine neue Ära im Leben, weil er sich schon bald als Chef im eigenen Betrieb fühlen darf. «Ich glaube nicht, dass sich viel ändern wird. Bei mir stand immer die Zufriedenheit des Teams und der Kundschaft zuoberst. Diesem Kredo bleibe ich treu.» Mit seiner Familie vermehrt auf Reisen gehen, möchte auch er. Und schliesslich wünscht er seinen Kindern eine gute Ausbildung, damit sie hoffentlich auch das Glück haben werden, einmal in einem Unternehmen mit Perspektiven tätig zu sein.

# 7 hilfreiche Säulen der Resilienz

Wer an sich selbst glaubt, gestaltet sein Leben leichter. Einfach gesagt, nicht ganz so einfach gemacht. Die sieben Säulen der Resilienz helfen, die Bürden des Alltags besser zu stützen. Es gibt diesen einen Spruch, den man dann besonders gerne hört, wenn es einem schlecht geht: «Was dich nicht umbringt, macht dich stark.» Genau in diesem Moment ist alles willkommen - ausser eine solche Plattitüde, die nur denjenigen über die Lippen geht, denen es im Augenblick ordentlich läuft... Aber ist diese Binsenwahrheit nur einfältig oder steckt tatsächlich ein Funke Wahrheit dahinter? Ein bisschen schon. Wem es gelingt, sich nicht alles zu nahe kommen zu lassen und gewisse Dinge abprallen lässt, tut einen wichtigen Schritt zum eigenen Wohlbefinden. Das Psychologievokabular nennt diese Fähigkeit «Resilienz», das Wort stammt aus dem Lateinischen resilire, «zurückspringen, abprallen». Dieser Prozess

berücksichtigt verschiedene Faktoren, die populärwissenschaftlich teilt die Resilienz in sieben Säulen auf:



## Inside Wissen

### Drei Wege zu sich selbst

Eins werden mit sich selbst, ist sicher ein guter Weg zur inneren Balance. Sowohl beim Prozess der Resilienz (Beitrag links) als auch bei den verschiedenen Methoden zur Meditation ist Disziplin und vor allem die Bereitschaft gefordert, sich mit der Thematik der Selbsterfahrung und -Erkenntnis auseinanderzusetzen. Welchen Weg man dabei wählt, ist einem selbst überlassen. Auf jeden Fall gibt es verschiedene Methoden. Wir haben drei davon ausgewählt:



In der Schweiz nicht unbekannt sind die Yogis vom Seelisberg. Berühmt war ihr Meister Maharishi Mahesh Yogi, der unter anderem auch die Beatles inspirierte und von der inneren Einkehr zu überzeugen vermochte. Seine **Transzendente Meditation**, die mit individuellen Mantras und Konzentrationsübungen arbeitet, soll es Körper und Geist leicht machen - bei richtig angewandter Technik sollen Yogis sogar vom Boden abheben können.



Laut werden kann es bei der **dynamischen Meditation von Osho**. Hierzu gehört das frühmorgendliche Entladen innerer Spannungen durch intensives Atmen und folgendem Schreien, lautem Lachen oder Weinen. Danach gibt es körperliche Bewegungen durch Hüpfen und Schütteln, worauf eine 15-minütige Phase des erstarrten Stehens folgt. Zum Schluss darf frei getanzt werden, so dass nach einer guten Stunde eine körperliche und seelische Erfüllung eintreten soll.

Die **buddhistische Meditation Metta** wird mit geschlossenen Augen im Sitzen ausgeführt. Kernpunkt dieser Methode ist die Konzentration auf sich selbst, dann auf seine nahestehenden Mitmenschen bis hin zu fremden oder fernen Personen. Metta beschreibt das Gefühl von Liebe, Freundlichkeit, Freundschaft und Verbundenheit mit sich und allen Wesen der Welt, nach dem Kredo «positive Energie senden für alle und alles auf der Erde».

## Inside Limmattal Info

### Meditieren seit 2500 Jahren

Als Vipassana bezeichnet man eine der ältesten Meditationsformen. In Indien wurde sie vor 2500 Jahren gelehrt. Sie



soll zur «Kunst des Lebens» verhelfen, indem man sich auf eine Reise durch sein eigenes Ich begibt.



# Ahol, Bier mit Stil und Würze!



Fotos: Thomas Pfann



**Ahoi-Brauer «Kusi»** tüfelt als «Bieralchimist» immer wieder an neuen Geschmacksrichtungen herum.

*Sommer ahoi! Schiff ahoi! Bier ahoi! Fast alles gilt für die Goldschlägstrasse 13 in Schlieren. Sogar Gold gibts - in der Farbe des Biers, das Markus „Kusi“ Friederich in seiner Brauerei herstellt. Seine «Crafts» sind echter Lifestyle.*

Thomas Pfann

Zum perfekten Beer-Style, fehlt einzig das Schiff. Dafür reist der Ur-Limmattaler regelmässig ans Meer zum Kitesurfen. «Wasser ist mein Element in der Freizeit. Und in meiner Lieblingsbeschäftigung, dem Bierbrauen, spielt Wasser ebenso eine wichtige Rolle. Im Fall der Ahoi-Biere kommt Schliermer Hahnenwasser ins Fass, neben ausgewähltem Malz und Hopfen. Damit die Mischung stimmt und sich der Geschmack entfaltet, dafür hat Kusi ein glückliches Händchen. Und der Zufall wills - oder ist es Schicksal: Als gelernter und praktizierender Chemielaborant kennt er die Zusammenhänge der Brauprozesse und weiss als kreativer Bier-Alchimist, an welchen Rädchen man drehen muss, damit das Gebräu gelingt. Zusammen mit Bruder Dominik „Döme“ lässt Kusi hier Biere der besonderen Art entstehen. Und zu tun gibt es viel: Den Sud kontrollieren, Reinigen, Abfüllen, Etiketten kleben, Harrassen schleppen - es sind jeweils lange und strenge Tage des Brauens.

Als Craft-Brauerei - Craft steht für Handwerkskunst - fokussiert sich Ahoi-Bier auf würzige Spezialitäten

wie Indian Pale Ales (IPA), Belgian Blondes, Dark-Red-Ales, Fruchtbiere, Holzfassgereifte Starkbiere und viele mehr. «Gewöhnliche Lagerbiere gibt es genug, wir machen lieber Exklusivitäten», sagt Kusi. Dazu gehören zum Beispiel Eigenkreationen mit Ananas, Lavendel, Magnolien oder Eukalyptus. Diese Zutaten kommen nicht etwa während des Kochens zu Hopfen und Malz, sondern erst bei der Gärung dazu. Das macht die Sache zwar heikler bezüglich Kontaminierung durch Fremdstoffe oder Keime, dafür bleibt der volle Geschmack im Bier. «Wenns in der Brauerei gut riecht, ist das zwar schön, aber auch schade, weil dann prägende Aromastoffe einfach so verduften, anstatt in der Flasche zu landen.»

Angefangen hat die Brauerei vor gut zehn Jahren mit einem 20 Liter-Pässchen. «Ich habe von Anfang an auf Qualität gesetzt und keine Fertigbrauprodukte verwendet. Eines der ersten Biere war denn auch ein kleines Fiasko, weil ich Röst- und Pilsenermalz im Mischverhältnis 50 zu 50 verarbeitete. Das Bier war an Bitterkeit kaum zu übertreffen. Der Anteil Röstmalz hätte höchstens 5 Prozent betragen dürfen», lacht Kusi, wenn er an die Anfänge zurückdenkt.

Mit der Zeit ist Ahoi Bier gewachsen und beliebt geworden - bei regionalen Bars und Restaurants, in Biershops, bei Festen und Anlässen und auch bei Privatpersonen, die sich regelmässig an der Schliermer Adresse mit Bier eindecken und aus dem Sortiment von rund 14 Sorten wählen. Während der Corona-Zeit liefert Kusi auch aus und bringt Bestellungen zur Kundschaft. «Im letzten Jahr haben wir rund 14'000 Liter produziert, unser bestes Resultat. Und in diesem Jahr wird's sicher auch gut herauskommen.» Von der Braukunst leben kann Kusi noch nicht, aber was noch nicht ist, kann ja noch werden. Qualität und Geschmacksvielfalt stimmen auf jeden Fall schon hundertprozentig. [www.ahobier.ch](http://www.ahobier.ch)

## Inside zeigt Trends



### Süsser Tee mit Pilz

Zugegeben: Wenn man von der Zusammensetzung des Kombucha zum ersten Mal hört, hält sich die Lust dieses Getränk zu geniessen, auf verschiedenem Niveau. Tee fermentiert wegen einer Pilzkultur. Der sogenannte Kombuchapilz, auch Teepilz, ist eine Symbiose verschiedener Hefekulturen und Bakterien und

stellt in sich eine Art Ökosystem auf kleinem Raum dar. Der tee fermentiert durch Gärung, es entsteht Alkohol in geringen Mengen. Der leicht moussierende Kombucha hat vor allem in Japan eine Jahrhundertalte Tradition. In unseren Breitengraden hat er sich zum Lifestylegetränk gemausert, man kann ihn in zahlreichen Läden kaufen. Es gibt auch von Hand angefertigte Kombuchas, zum Beispiel in Dietikon bei:

[www.libergy.ch](http://www.libergy.ch)

### Im Trend seit 150 Jahren

Holdrio, Hugo, Apérol-Spritz - kaum eine Bar, die die stylischen Mixgetränke nicht im Sortiment führt. Oder geführt hat, denn kommt Zeit, kommen neue Trends - auch wenn die Ingredienzien längst bekannt und manchmal schon Jahrelang verfügbar sind. Die Brüder Lillet stellten den ersten Aperitiv vor über 150 Jahren her und gaben ihm ihren eigenen Namen. Der Mix aus Bordeaux-Weinen mit exotischen Früchten vermochte damals zu überzeugen und tut's auch heute noch. Es gibt ihn mittlerweile in verschiedenen Varianten, genauso existieren Drinks in unzähligen Zusammensetzungen. Hier ein Beispiel:



- 0,5 dl Lillet Blanc
- 10 cl Tonic Water
- 2 Himbeeren
- 1 Scheibe Gurke,
- ein Pfefferminz-Teebeutel
- Eiswürfel

Rühren, nicht schütteln, kalt servieren. **Santé!**

### Spritziger Regionalsaft

Beim Dietiker Cider kommt alles aus der Region: Äpfel und Hefe werden in einer Flaschengärung vom jungen Trio der Dcider GmbH veredelt und erhalten so seinen einzigartigen Geschmack. Mit viel Zeit, Leidenschaft und Herzblut stellen die Jungunternehmenden den Apfelwein her. Produziert wird der Dietiker Cider in der Mosterei auf dem Hof der Familie Bräm. Seit drei Generationen stellen die Bräms dort Apfelsaft aus eigenen Äpfeln her. Die richtige Mischung aus diversen Apfelsorten verleihen dem Apfelsaft seinen exzellenten Geschmack.



[www.dietikercider.ch](http://www.dietikercider.ch)



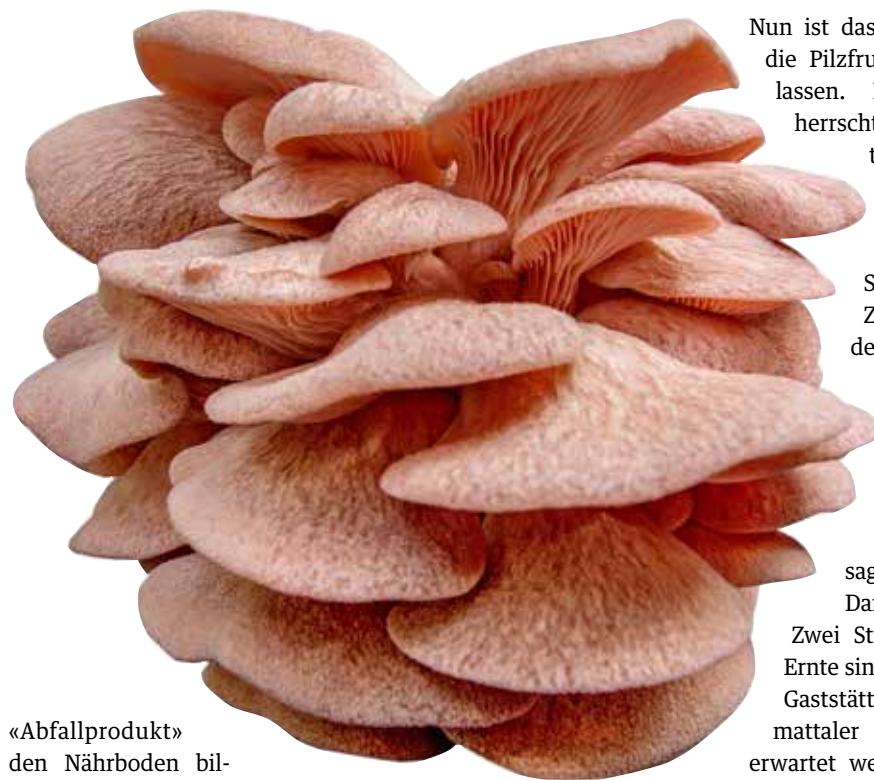
# Reformierte Pilze aus Schlieren



Kulinarische Tüftler: Yves und Philipp Aarab.

Zwei findige Limmattaler sorgen dafür, dass delikate «Zürimähnen» und Seitlinge auf die Teller kommen. Thomas Pfann

Yves und Philipp Aarab haben einen faszinierenden Kreislauf der Kulinarik geschaffen. Wer in einem Restaurant nach einem guten Essen einen Kaffee geniesst, weiss wahrscheinlich nicht, dass ein damit anfallendes



«Abfallprodukt» den Nährboden bildet, auf dem feine Pilze gedeihen. Und diese haben vielleicht dem Menü den delikaten Geschmack gegeben. «Anstatt den Kaffeesatz zu entsorgen, überlässt man ihn uns - wir machen feine Seitlinge und Igelstachelbärte damit», erklärt Philipp Aarab. Für den «Bart» haben sie den Begriff «Zürimähne» erfunden, ganz in der Tradition ihres Firmennamens: Zwinglipilz.

Diese Bezeichnung hat durchaus ihren Grund, denn die zwei Uitikoner reformieren das Pilzmachen mit innovativer Technik - in ihrer eigenen Pilzzucht mitten in Schlieren. «Zwingli war schliesslich auch ein Refor-

mator. Bei uns bedeutet dies eine neuartige Produktion eines Lebensmittels auf nachhaltiger Basis», sagt Yves Aarab. Wie sein Bruder absolvierte er zuerst eine kaufmännische Ausbildung, studierte dann aber Industriedesign und beschäftigte sich anlässlich seiner Bachelorarbeit mit der Kombination von Cellulose und Pilzkulturen als Werkstoff. Daraus entstand quasi als Nebenschauplatz die Idee, Pilze auf Kaffeesatz wachsen zu lassen.

Die Arbeits- und Reiferäume haben die Brüder fein säuberlich ausgestattet mit topmodernen Hygienebarrieren, Luftbefeuchtungsanlagen und Temperaturregelung. Den Kaffeesatz holen sie selbst ab in Gastronomiebetrieben - meist sind es die späteren Abnehmer ihrer Pilze - lassen den Satz im Autoklav sterilisieren, reichern ihn im Zwangsmischer mit dünnen Häutchen der Kaffeebohnen, sogenannte Spelzen, an und füllen ihn schliesslich in weisse Kübel ab. Vorher kommt aber noch die Pilzkultur dazu.

Nun ist das Substrat bereit, die Pilzfrucht wachsen zu lassen. Im Fruchtraum herrscht eine Luftfeuchtigkeit von 80 Prozent, die Temperatur bleibt konstant.

Schon nach kurzer Zeit wuchern aus den Kübeln Seiblinge und Zürimähnen in rauen Mengen. «Es können gegen 800 Kilogramm sein pro Monat», sagt Yves Aarab. Dann gehts schnell.

Zwei Stunden nach der Ernte sind die Pilze in den Gaststätten, wo die Limmattaler Pilze sehnlichst erwartet werden. «Wir kennen viele Köche persönlich und lassen uns auch gerne mal von einem feinen Menü überraschen.» Und jetzt, wo die Gastronomie nach dem Lockdown wieder in Fahrt kommt, läuft die Pilzproduktion auf Hochtouren.

Überraschen wollen Yves und Philipp Aarab auch in Zukunft - mit kreativen Ideen rund um Pilze und anverwandten Produkten. «Wir haben einige coole Projekte, an denen wir arbeiten und die sich erfolgreich entwickeln.»

[www.zwinglipilz.ch](http://www.zwinglipilz.ch)

## Inside must have

### Wöchentliche Milch- und Käsefreude

Bei der Genossenschaft basimil auf dem Hof Im Basi in Dietikon wird Biomilch in der hofeigenen Käserei zu Milchprodukten (Käse, Joghurt, Quark, Rohmilch, usw.) verarbeitet und im wöchentlichen Abo in der Region Zürich verteilt. Grundabos gibt es für 8 oder 4 Liter



verarbeiteter Milch pro Woche. Darin enthalten ist ein wöchentlicher Anteil an Trinkmilch, Käse, Joghurt und Quark. Die Anteile werden von den Abonnenten und von den Käsenden bestimmt.

[www.basimil.ch](http://www.basimil.ch)

### Tee wie im Paradies

Sie zerplatzen so lustig, wenn man draufbeisst und schmecken richtig schön fruchtig: Die «Bobas», die kleinen Perlen im thailändischen Bubble Tea, auch Peralmilch genannt. Das Getränk basiert auf gesüstem grünen oder schwarzen Tee, ist mit Milch und Fruchtsirup vermischt und wird anschliessend



geschüttelt und gerührt. Im Zentrum von Dietikon hat sich das Tee Paradies auf Bubble Tea spezialisiert. Beim Takeaway gleich neben dem Velohaus gibts zahlreiche Variationen, handgemacht von der Familie Wagner.

**Tee Paradies, Bahnhofplatz 18, Dietikon**

### Stacheliger Beeren-Plausch

Der Wahl-Zürcher Autor, Journalist, Musiker und Radiomoderator Fritz Herdi beschrieb die Stachelbeeren in seinem Wörterbuch der Zürcher Gassensprache aus den 50er-Jahren als «Chruselbeeri», weil sie auf ihrer grünen Haut einen Bart aus kleinen, feinen Stacheln haben. Der Barbier hiess damals übrigens folgerichtig «Chruselbeerischaber».



Die Stachelbeeren schmecken süss-sauer und sind in gängigen Läden fast nie zu finden. Im Limmattal kann man sie kaufen, genauer gesagt, auf dem Möhrenhof in Urdorf.

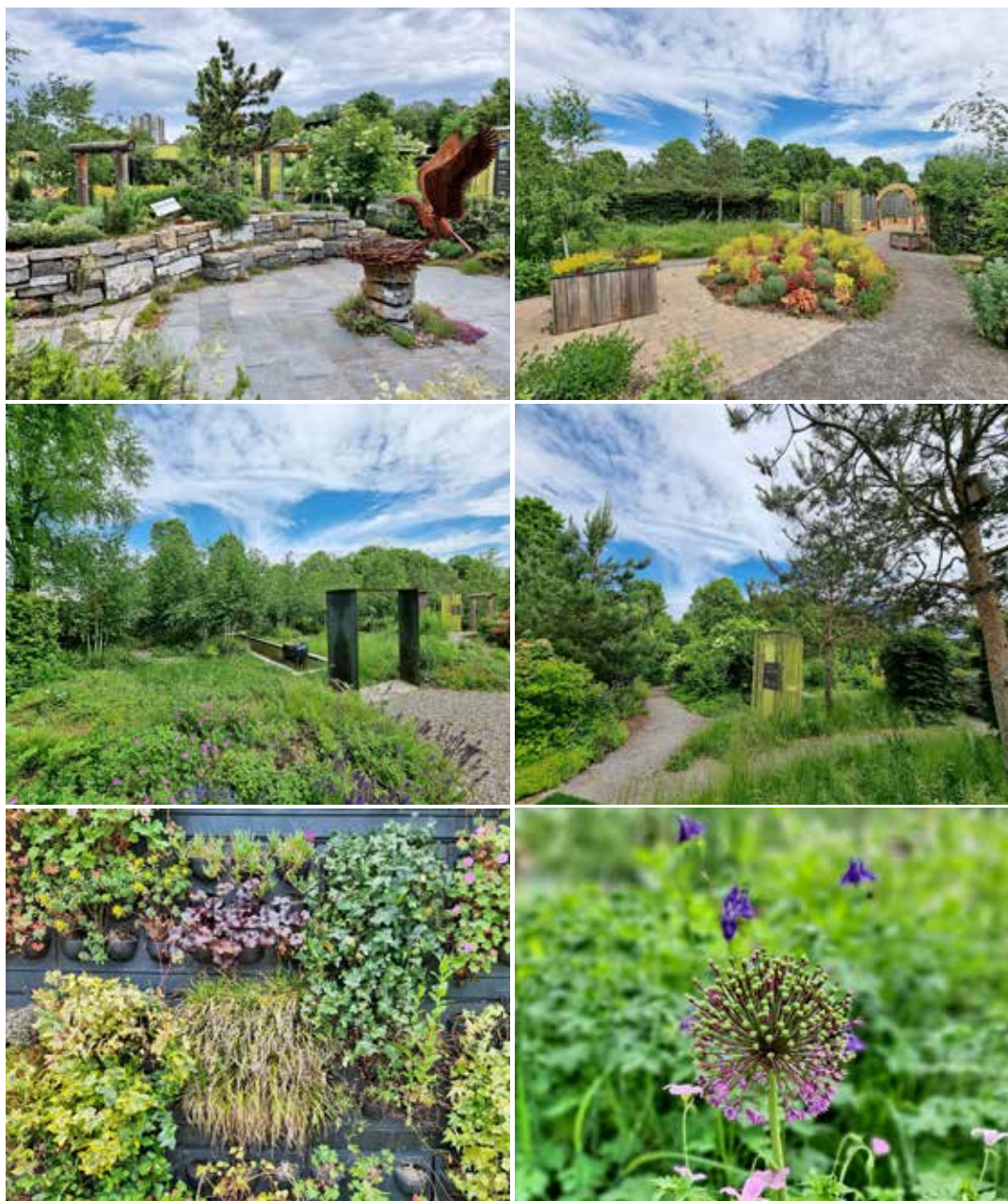
[www.stierlimoehrenhof.wixsite.com](http://www.stierlimoehrenhof.wixsite.com)

## Inside Limmattal Info

### Sind Pilze Tiere oder Pflanzen?

Diese beschäftigt auch Menschen, die sich vegan ernähren. Sie verzichten auf tierische Produkte. Bei den Pilzen gibts ein Dilemma: Sie stehen zwischen Tier und Pflanze als eine Art «dritte Gattung». Die Entscheidung, ob man Pilze essen darf oder nicht, liegt im persönlichen Ermessen.





## Wenn Dietikons Garten grünt

*Schon Tausende haben sich im Dietiker Impfzentrum den nötigen Schutz gegen Corona geholt. Wer einer der Injektionen bereits hinter sich hat, weiss, dass sich allfällige Nebenwirkungen erst Stunden einstellen, wenn überhaupt. Wenn man die Stadthalle verlässt, hat mans hinters ich und meist noch etwas Zeit übrig. Beste Gelegenheit also, die (G)Artenvielfalt gleich neben der Halle zu bewundern.* Thomas Pfann

11 Gartenbauer und Gärtnereien haben sich 2019 ins Zeug gelegt und auf dem 2500 rund Quadratmeter grossen Areal eine eigene grüne Welt angelegt. Vor allem jetzt, wo der Sommer noch jung und das Wiedererwachen der Natur noch nicht allzu lange her ist, spriesst und grünt es besonders üppig. Die einzelnen kleinen Gartenwelten sind visuell unterschiedlich gestaltet und sind mit einheimischen Pflanzen bestückt. Wer über die gewundenen Wege und durch die lauschigen Kleinalleen spaziert, fühlt sich schnell einmal wie in

einem kleinen Garten Eden. Dabei bemerkt man bald, dass in diesem Paradies auch Gefahren lauern. Nicht in Form von wilden Tieren, sondern fremden Gewächsen, die irgendwie den Weg in unsere Flora gefunden haben - sei es durch Gütertransporte von weither, durch unsachgemässes Mitbringen von grünen Souvenirs oder durch das Aussetzen von Pflanzen, die man in einem Gartencenter gekauft hat: Neophyten (siehe Spalte neben an). Aber zurück zu den freudigen Dingen in der Gartenwelt: Kinder habens entdecken im «Kindergarten» die Welt des Gärtnerns und gehen auf Entdeckungstour in der Natur. Der Kinder-Garten ist ein Projekt des Gärtnermeisterverband des Kantons Zürich im Rahmen der (G)Artenvielfalt in Zusammenarbeit mit dem Kinderkrippenverein Dietikon und mit Unterstützung des Frauenvereins Dietikon. Jeweils am Mittwoch ist der Kindergarten geöffnet und wird von einer Fachperson begleitet, eine Anmeldung ist erforderlich.

[www.gartenvielfalt.ch](http://www.gartenvielfalt.ch)

## Inside Wissen

### Grüne Invasoren machen sich breit

Die (G)Artenvielfalt zeigt eindrücklich, wie sich die Eindringlinge vermehren und heimische Gewächse verdrängen können. Einige von ihnen sind selbst für Menschen eine Bedrohung, lösen Allergien aus und können die Atmung beeinträchtigen. Hier einige Beispiele:

#### Der Kirschlorbeer

Ein immergrüner, bis zu 6 Meter hoher Baum mit immergrünen Blättern. Er wächst überall und verbreitet sich schnell, weil Vögel seine Beeren fressen und die Samen weitertragen. Auch in die Wälder, wo der Kirschlorbeer verwildert Jungpflanzen wichtiges Sonnenlicht vorenthaltet. Tipp: Nie in Waldnähe pflanzen.



#### Der Götterbaum

Er zeigt sich als Strauch oder wird bis über 20 Meter hoch. Oft wird er in südlichen Ländern als Parkbaum gepflanzt, in unseren Breitengraden stört er das Gleichgewicht der Waldflora. Rinde und Blätter können Hautallergien verursachen. Dank seinen geflügelten Samen verbreitet sich der Götterbaum mit dem Wind. Er sollte nicht gepflanzt, und wenn möglich entfernt werden.



#### Der Essigbaum

Diese Pflanze ist leicht giftig, sein milchiger Saft kann Augen- und Hautentzündungen verursachen. Der Essigbaum breitet sich schnell aus, dank seiner



starken Wurzelbildung. Nachbarpflanzen haben da wenig Überlebenschancen. Zum Entfernen des Essigbaums wendet man sich an Spezialisten, die Pflanzen und Wurzeln fachgerecht entsorgen.

## Inside Limmattal Info

### Vielfältige Broschüre

Die Stiftung Natur & Wissenschaft hat für die (G) Gartenvielfalt eine Sonderausgabe herausgegeben. Zum Downloaden auf [www.naturundwirtschaft.ch](http://www.naturundwirtschaft.ch) unter: «Publikationen»





# «Ich beobachte, was rundherum passiert»



Ja, zur Zeit arbeite ich an einem Roman, allerdings keiner für Kinder. Viel verraten möchte ich darüber nicht, ausser dass es eine Hammer-Geschichte ist und teilweise auch im Limmattals spielt.

## Darf man mit einer Veröffentlichung rechnen bis Ende Jahr?

Nein, so schnell gehts dann doch nicht. Gewisse Kapitel sind zwar schon geschrieben, dennoch sind weitere Recherchen nötig, um die Story zu vervollständigen. Aber ich bleib am Ball und freu mich jetzt schon aufs Resultat.

Martin von Aesch geniesst auch die Momente des Nichtstuns. tp

*Ob Songtext, Buch, Weihnachtsgeschichte, oder Kolumne: Der Schliermer Martin von Aesch schreibt aus Leidenschaft – und macht Musik. Und das alles mit Erfolg.* Thomas Pfann

## Martin von Aesch, du schreibst, spielst Musik und bist Kulturveranstalter. Gibt es ein kreatives Genre, wo du eher auf dünnem Eis stehst?

Ja, alles was mit Gestaltung zu tun hat, liegt mir nicht besonders. Beim Zeichnen bin ich nicht übers Strichmännchen hinaus gekommen. Und als Veranstalter bin ich kaum mehr aktiv, nachdem ich die Leitung des Jazzclubs Allmend in Oberengstringen abgegeben habe vor über drei Jahren. Jetzt organisiere ich hauptsächlich meine eigenen Lesungen und Konzerte.

## Den Jazzclub Allmend hattest du Ende 80er-Jahre gegründet und viele Jazzkoryphäen zum Konzert geladen. Der Club existiert nach wie vor. Gehst du ab und zu hin?

Ja, die Konzerte finden noch immer statt, was mich sehr freut. Ich war jetzt schon eine Weile nicht mehr dort und hoffe, dass es nach den Corona-Massnahmen endlich wieder klappt.

## Apropos Corona: Man kommt fast nicht drum herum, über die Pandemie zu sprechen. Wie hast du dich als Künstler damit arrangiert?

Ich darf zum Glück sagen, dass es mir sehr gut geht. Aber natürlich fehlen mir die Auftritte auch und bin froh, dass es bald wieder losgeht! Auf jeden Fall hab die Zeit gut genutzt, um mich auf kommende Aktivitäten vorzubereiten.

## Was steht denn als nächstes auf dem Programm?

Meine Lesungen sind beliebt, vor allem in Schulklassen der ganzen Deutschschweiz. Seit Mitte Frühling bin ich damit wieder in den Klassenzimmern unterwegs, das ist super! Als ehemaliger Lehrer aus Passion fehlte es mir doch sehr, vor versammelter Schülerschar zu stehen.

## Du hast mit der «Kuku»-Reihe erfolgreiche Kinderkrimibücher und auch ein Weihnachtbuch publiziert. Sind weitere Bücher in der Pipeline?

## Du bist im Limmattal verwurzelt. Hat es dich nie weggezogen, in eine andere Region, in ein anderes Land?

Fernweh hat mich nie geplagt. Ich fühle mich definitiv als Limmattaler, auch als Schliermer - obwohl ich hier nur gerade zwei Jahre lang zur Schule ging. Die Mischung von Stadt und Land passt - und die Stadt Zürich gehört ja auch zum Limmattal.

## Ganz nach dem städtischen Slogan: «Schlieren - wo Zürich Zukunft hat».

Genau. Oder besser noch umgekehrt: Zürich - ein Teil von Schlieren! Darüber habe ich auch schon mal eine Kolumne geschrieben, über die Eingemeindung von Zürich in Schlieren.

## Deine Kolumnen in der Zeitung sind legendär. Hast Du nachgezählt, wie viele es waren bisher?

Über 160, erschienen in den vergangenen sechs Jahren. Diese Art von Beiträgen liebe ich übrigens sehr, obwohl es nicht immer nur leicht fällt, ein Thema zu finden.

## Woher nimmst du denn die Ideen dazu?

Ich beobachte aufmerksam, was rundherum passiert. Dann schreibe ich die Gedanken auf, lasse den Text einen oder zwei Tage ruhen und schleife dann den Finish, bevor ich die Kolumne abschicke.

## Kennst Du eigentlich Momente von Langeweile? Augenblicke, wo du nichts machst?

Die kenne ich schon und geniesse sie sogar. Zum Glück habe ich das grosse Privileg, zwischenzeitlich Nichts tun zu dürfen. Mein Leben ist angenehm entschleunigt.

## Und welche Passionen pflegst du neben der literarischen und musikalischen Muse?

Die Kunst des Kochens mag ich sehr. Ein Tag ohne Kochen ist ein verlorener - davon bin ich überzeugt! Ich hab auch lange Fussball gespielt, übrigens in der Schweizer Schriftsteller-Nationalmannschaft. Die Kondition dafür setze ich nun aber lieber für die vielen Lesungen und Konzerte ein.

## Inside Regional

### Gesammelte Stadtgeschichten

**Sammlungen, Museen, Ausstellungen in einer Stadt bedeuten Zeitgeschichte und sind Wissensreservoir und Inspiration für die Gesellschaft der Gegenwart und der Zukunft.**

Man ist sich heutzutage gewohnt, Informationen im Internet einfach und sofort zu finden. In vielen Fällen funktioniert die Recherche, leicht gehen aber Quellen vergessen, die ihren Ursprung weit vor dem weltweiten Netz haben und dadurch schwieriger auffindbar sind. In vielen Gemeinden existieren darum Bücher Chroniken und Aufzeichnungen zum Leben und Leuten, die in der Stadt oder im Dorf gewirkt haben. Manchmal handelt es sich um kleinere, eher unbedeutende Ereignisse, oft haben die Geschehnisse aber einen starken Einfluss auf die Entwicklung einer Ortschaft oder gar einer ganzen Region. Sowohl für Einheimische als auch für Auswärtige bieten die Annalen einen spannenden Fundus an Geschichten, Anekdoten, Zahlen und Fakten und kuriosen Geschichten.

In der Stadt Schlieren kümmert sich die städtische Kommission Ortsgeschichte mit den Jahrbüchern um die historische Präsenz der Stadt. Herausgegeben und vertrieben werden die Publikationen durch die Vereinigung Heimatkunde, die auch für den Betrieb des Ortsmuseums an der Badenerstrasse 15 verantwortlich zeichnet. Die Jahrbücher sind elektronisch frei verfügbar und geben seit 1954 Einblick in die bewegte Schliermer Geschichte.

[www.schlieren.ch/jahrbuecher](http://www.schlieren.ch/jahrbuecher)



Die Stadt Dietikon ist bezüglich historischen Aufzeichnungen ähnlich aufgestellt wie ihre Nachbarstadt: Die Sammlung der Neujahrsblätter beginnt im Jahr 1948. Herausgeber ist der Stadtverein, der ehemalige Verkehrsverein Dietikon. Ebenfalls unter seiner Obhut befindet sich das Ortsmuseum an der Schöneeggstrasse, gleich wie in Schlieren sind die Neujahrsblätter online abrufbar.

[www.stadtverein.ch](http://www.stadtverein.ch)



## Inside Limmattal Info

### 300'000 x «Schliermer Chind»

Der Chor der Schliermer Kinder gründete 1957 der Lehrer und Mitgründer des Cabarets Rotstift, Werner von Aesch. «D'Schliermer Chind» sangen unter anderem über die Schule oder über den Zoobesuch - und waren sehr erfolgreich damit: Über 300'000 Tonträger gingen bisher über den Ladentisch, ein Ende ist nicht abzusehen.





Inside Limmattal *Freizeitipp*



**Entspannen mit zauberhafter Aussicht**

Das **Hotel Rigi Kaltbad** liegt auf einer der schönsten und sonnigsten Aussichtsterrassen der Schweiz. Mit seinem direktem Zugang zum Mineralbad & Spa von Mario Botta, der hervorragenden Kulinarik und die Lage im Wander- und Skigebiet Rigi ist es ideal für einen erholsamen und genussreichen Aufenthalt.

**Spektakuläre Anreise**

In nur zehn Minuten fährt man mit der Luftseilbahn von Weggis aus auf die Rigi und ist in einer anderen Welt über dem Nebelmeer. Wer es etwas nostalgischer mag, kann mit der Rigi-Bahn ab Vitznau anreisen, der ersten Zahnradbahn Europas.

**Erholung im Mineralbad & Spa**

Das 3-Sterne-Superior-Haus bietet einen direkten Zugang zum Mineralbad mit Sauna, Dampfbad, Kristallbad und Innen- und Aussenbad mit Sprudel- und Massagedüsen. Das 34°C warme Wasser der Heilquelle «Drei-Schwestern-Brunnen» unterstützt mit wertvollen vitalisierenden Wirkstoffen das Wohlbefinden. Alle 52 Hotelzimmer haben den Blick Richtung Voralpen.

**Vielfältige Kulinarik**

Für das kulinarische Vergnügen sorgt das urchige RigiStübli sowie die beiden Restaurants Sunset und Panorama; beide mit wunderschöner Terrasse. Für einen Apéritif oder um den Abend ausklingen zu lassen, ist die Mark Twain Bar der richtige Ort. Mit dem grossen Cheminée, der wunderbaren Aussicht und den über 120 verschiedenen Single Malts kommen auch Sie, wie damals Mark Twain, ins Schwärmen.



**Seminare mit Aussicht**

Für Seminare und Bankette stehen sechs Räumlichkeiten für bis zu 150 Personen mit grandioser Aussicht zur Verfügung. Die Rigi ist mit ihrer Natur und ihrem Brauchtum ideal für ein spannendes und teambildendes Rahmenprogramm.

Inside Limmattal *Wettbewerb*



**Gewinnen Sie als Hauptpreis einen Gutschein im Hotel Rigi Kaltbad im Wert von 1170.- Franken !**



- 3 Übernachtungen im Doppelzimmer Standard für 2 Personen
- Reichhaltiges Frühstücksbüffet
- 3 x 4-Gang-Auswahlmenü
- Freie Benützung von Mineralbad & Spa

Lesen Sie die Beiträge im «Inside Limmattal» und beantworten Sie die Fragen. Finden Sie die gesuchten Begriffe, notieren Sie diese in die vorgesehenen Felder und übertragen Sie das Lösungswort anhand der Nummern auf den Anmeldetalon.

In welcher Ortschaft befindet sich die Garage, wo Marco Gehring und Peter Fischer arbeiten?

3			8						

Von welchen sieben Säulen ist in der Rubrik «Wohlfühlen» die Rede?

1							6		

An der Goldschlägstrasse in Schlieren gibt es eine kleine...

					5				

Eine der Pilzsorten, die bei «Zwingli Pilz» in Schlieren gehegt, gepflegt und geerntet wird.

4							7		

Sie sind fürs Leben lebenswichtig, sind oft grün und in der Ausstellung (G)Artenvielfalt üppig vertreten.

9							2		

**Das Lösungswort lautet:**

.....

Vorname, Name: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Tel.: .....

E-Mail: .....

Einsenden an: Limmattaler Zeitung, «Wettbewerb Inside Limmattal», Heimstrasse 1, 8953 Dietikon oder per E-Mail verlosung@chmedia.ch, Stichwort «INSIDE LIMMATTAL» Einsendeschluss ist der 16. Juli 2021. Nur in der Schweiz wohnhafte Personen (ausgeschlossen Mitarbeitende von CH Media) sind gewinnberechtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt, Gewinner werden persönlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen und Gewinne werden nicht in bar ausbezahlt.