

Das Kundenmagazin  
Winter 2022

# meine N-ERGIE



## Heizsysteme im Vergleich

Welche Heizung passt zu Ihnen? Infos zu Heizungen und Fördermitteln

## Energiesparen lohnt sich

Heizkosten spürbar senken: Energiespartipps vom Keller bis zum Dach für Mieter und Eigenheimbesitzer

# Start

## zur großen E-Auto-Rallye

[www.n-ergie.de](http://www.n-ergie.de)



## Inhalt

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>04 Rallye mit E-Autos</b><br/>Team N-ERGIE hat Mut zur Strecke beim E-Cannonball</p> <p><b>08 Heizen und sparen</b><br/>Infos zu Heizsystemen und Fördergeldern</p> <p><b>10 Lesertest</b><br/>Lesertester*innen probieren das Trinksystem „Air up“</p> <p><b>11 Interview</b><br/>Gisela Dahms weiß alles über Aischgründer Karpfen</p> | <p><b>12 Energiesparen</b><br/>Kosten senken mit Spartipps vom Keller bis zum Dach</p> <p><b>14 Energie vom Balkon</b><br/>Wissenswertes über Mini-Photovoltaikanlagen</p> <p><b>16 Köstliches am Land</b><br/>Einkehren im Landgasthof zum Schwarzen Adler</p> <p><b>18 Schneesturm im Glas</b><br/>Selbst gemacht: Bastel dir eine Schneekugel</p> |
|--|--|

### ZENTRALE STÖRUNGSANNAHME

<b>Strom</b>	0800 2 342500*
<b>Erdgas/Wasser</b>	0800 2 343600*
<b>Fernwärme</b>	0800 2 344500*

### KONTAKT

<b>Internet</b>	www.n-ergie.de
<b>N-ERGIE Servicetelefon</b>	0800 1 008009*
<b>Online-Service</b>	www.n-ergie.de/Kontakt



Sie haben noch keinen Zugang zum Online-Kundenkonto? Dann einfach freischalten über den QR-Code oder [www.n-ergie.de/online-services](http://www.n-ergie.de/online-services)



**N-ERGIE**

\*kostenfrei innerhalb Deutschlands

Ausschneiden und aufbewahren



## Liebe Leser\*innen, liebe Kund\*innen,

ein dicker Pulli und warme Socken haben Saison. Und das nicht nur, weil es Winter ist. In vielen Wohnungen wird weniger geheizt. Auch unsere Kund\*innen haben die Heizungen heruntergedreht, das sehen wir am Energieverbrauch in Nürnberg und der Region. Wir alle sind von den gestiegenen Energiepreisen betroffen. Für manche unserer Kund\*innen ist die Belastung sogar existenziell. Die politischen Signale zur finanziellen Entlastung der Menschen sind richtig. Energiesparen bleibt trotzdem wichtig. Für den persönlichen Geldbeutel und auch für unser aller Energiesicherheit. Zusammenrücken und zusammenhalten, das hilft uns nicht nur in diesem Winter und nicht nur in der Energiekrise. Es macht uns auch stark für die Herausforderungen der Zukunft. Kommen Sie gesund und wohlgenut ins neue Jahr.

**Ihr Maik Render,  
Sprecher des Vorstands der N-ERGIE**

# Ehrung

Theaterprojekt für  
junge Menschen

### Energiewende auf der Bühne

Das Projekt „Abschalten – So ein Theater um die Energiewende“ wurde bei einer Aufführung am Martin-Behaim-Gymnasium in Nürnberg ausgezeichnet. Das Bayerische Staatsministerium für Wirtschaft, Landesentwicklung und Energie würdigte das Theater-Projekt als Gestalter im Team Energiewende in Bayern. Es beschäftigt sich mit der Bedeutung von Energie im Alltag und wurde bereits an vielen Schulen in der Region erarbeitet und aufgeführt. Die N-ERGIE Schulinformation unterstützt das Projekt.



## Wie auf einer kleinen Insel ...

Gottesgab liegt im Aischgründer Weiherland bei Uehlfeld, einem der bekanntesten Teichgebiete Deutschlands, umgeben von Karpenteichen. Die Karpfenzucht hat im Aischgrund eine über tausendjährige Tradition. Ebenso alt ist der Brauch, die empfindlichen Fische nur in den kühleren Monaten mit „R“ zu essen. Also genau jetzt! Die Teichketten sind außerdem wichtig für die Wasserrückhaltung und als Lebensraum für Wasserpflanzen, Libellen und Vögel.

**Wenn Ihnen dieses Bild gefällt:** Wir verlosen 25 Kalender mit Luftaufnahmen aus der Region und Rezepten für jede Jahreszeit. Welche Fische werden in den Teichen rund um Gottesgab gezüchtet? Beantworten Sie unsere Gewinnfrage bis 15. Januar 2023 unter [www.n-ergie.de/gewinnspiele](http://www.n-ergie.de/gewinnspiele) oder schicken Sie die Antwort an N-ERGIE Aktiengesellschaft, Redaktion „meine N ERGIE“, Stichwort: Kalender, Am Plärrer 43, 90429 Nürnberg



**Impressum** Herausgeber: N-ERGIE Aktiengesellschaft, Am Plärrer 43, 90429 Nürnberg, Telefon 0911 802-01; Vorsitzender des Aufsichtsrats: Marcus König, Oberbürgermeister; Vorstand: Maik Render (Sprecher), Magdalena Weigel; Sitz der Gesellschaft: Nürnberg; eingetragen beim Amtsgericht Nürnberg unter HRB 17412; Redaktion N-ERGIE: Heiko Linder (verantwortl.), Dr. Sabine Ihle; Redaktion Trurnit GmbH: Carolyn von Oppen, Heiko Küffner, Nina Döllein (Gestaltung); Titelbild u. S. 2 (links): Sabine Freudenberger, S.2 (rechts): Torsten Hönig, S. 3: Hajo Dietz, S. 8/9: Looker\_Studio – stock.adobe.com, S. 10: Sabine Freudenberger, S. 11: Teichgenossenschaft Aischgrund, S. 18: Evi Ludwig, S. 19: © 2022 Le Creuset www.lecreuset.de; Druck: ADV-Augsburger Druck- und Verlagshaus, Augsburg

# Mut zur Strecke



**Mit dem Elektroauto durch Norddeutschland:** Stefanie und Christian Heß fahren als „Team N-ERGIE“ in einem VW ID.3 bei der „E-Cannonball“-Rallye mit.



Text: Melissa Draa  
Fotos: Sabine Freudenberger, privat

**M**it dem Auto nach Wien, Bern oder Hamburg: Das sind von Nürnberg aus jeweils rund 500 Kilometer. Eine Strecke, die auch erfahrenen E-Autofahrer\*innen die eine oder andere Schweißperle auf die Stirn treiben kann. Wie ist der Ladezustand des Akkus? Wie schnell kann ich fahren? Wo ist die nächste Ladestation? Mit ein wenig Planung, Geduld und Selbstverantwortung sind das Fragen, die sich leicht lösen lassen. Das bewiesen die rund 70 teilnehmenden Teams des „E-Cannonball 2022“. An der wohl bekanntesten Elektroauto-Rallye Deutschlands Ende September nahmen auch N-ERGIE Netz Mitarbeiter Christian Heß und seine Frau Stefanie teil. Gefahren wurde in diesem Jahr auf einem mehr als 500 Kilometer langen Rundkurs, der die Teams durch das schöne Schleswig-Holstein von Küste zu Küste führte. Start- und Endpunkt lag in Hamburg. Im Gespräch erzählen uns die beiden Elektromobilitäts-Fans aus dem unterfränkischen Rödelsee von den Herausforderungen und Aufgaben, die sie auf ihrem elektrischen Roadtrip lösen mussten.

## Energieeffizienz statt Schnelligkeit

Anders als beim fast gleichnamigen Film aus den 1970er-Jahren geht's beim E-Cannonball nicht um Schnelligkeit oder waghalsige Überholmanöver, sondern um Effizienz. Die Rallye entspricht eher einer Vergleichsfahrt und soll zeigen, dass Elektromobilität im Alltag und auf längeren Strecken problemlos funktioniert. Alle Teams starten mit gleich vollem Punktekonto, ineffiziente Fahrweise wird mit Strafpunkten sanktioniert, erfolgreich gelöste Aufgaben werden mit Punktabzug belohnt. Am Ende kommen die Teams mit den wenigsten Punkten aufs Siegerstegchen. Freitagfrüh ging es für Stefanie und Christian

in Unterfranken los. „Wir haben diesem Event lange entgegen gefiebert“, erzählt Christian voller Vorfreude. Unterwegs war das Paar mit einem rein elektrisch betriebenen VW ID.3 aus der Konzernflotte der N-ERGIE. Erster Ladestopp auf der Anfahrt war eine Raststätte am Lutterberg nahe Kassel. Die Aussicht war zwar nicht die beste, aber der VW konnte hier schnell laden. Während an einer normalen Ladestation mit Wechselstrom und einer Leistung von bis zu 22 Kilowatt (kW) geladen wird, sind an



**Los geht's: Start und Ende in Hamburg**

Schnellladestationen mit Gleichstrom (DC) bis zu 300 kW drin. Das Frühstück war kaum verzehrt, lag der SoC (State of Charge) des Akkus nach knapp 40 Minuten schon wieder bei 100 Prozent. Die Fahrt konnte weitergehen.

### Von Welt nach Kalifornien

Gegen Mittag erreichten Stefanie und Christian das windige Hamburg, doch die Mittagspause musste warten. Das Elektroauto wurde vor dem großen Rennen am Samstag noch einmal an einem Gartencenter mit Strom „vollgetankt“ – das elektrische Laden ist mittlerweile bequem an vielen Geschäften des täglichen Bedarfs möglich. Übrigens: Verschiedene Apps zeigen die nächstgelegenen Ladepunkte. In der Region Nordbayern signalisiert die App des Ladeverbund+ ([www.ladeverbundplus.de](http://www.ladeverbundplus.de)) die Ladepunkte und ob diese gerade frei sind.

Nach dem Einchecken im Hotel, einem ausgiebigen Mittagssnack und Plausch mit anderen Teilnehmenden ging es zum sogenannten „Parc Fermé“. „Wie bei der Formel 1 finden sich hier alle vor dem Wettbewerb mit ihren Fahrzeugen ein“, sagt Stefanie. „Die insgesamt 71 Teams wurden in fünf Gruppen unterteilt, nach Akkugröße der Autos und weiteren Merkmalen“, ergänzt Christian.

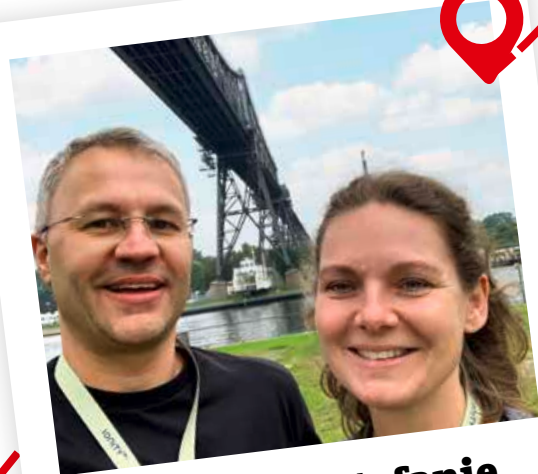
Samstag war der große Rallye-Tag. Gut gestärkt



**Das Teamauto:  
VW ID.3 – vollgeladen**

machten sich Stefanie und Christian in den frühen Morgenstunden auf zum Hamburger Startpunkt. Dort hieß es noch einmal warten: Team N-ERGIE ging erst mit Nummer 54 ins Rennen. Um 7:20 Uhr dann endlich der Start, und zwar nach Welt. Das liegt rund zwei Stunden von Hamburg entfernt im Kreis Nordfriesland. „Hier erwartete uns eine Einpark-Challenge“, so Christian. Dort musste es zügig gehen, das Team innerhalb von 45 Sekunden aus der Startbox rückwärts um einen kleinen Parcours fahren und anschließend einparken. Ohne Fehler meisterte Fahrer Christian die Herausforderung in 19,2 Sekunden.

Weiter ging's: Im idyllischen Friedrichstadt, einem holländischen Kleinod im Norden, musste ein Parkticket gezogen werden. Anschließend führte die Rallye die beiden nach Osterrönfeld, das sie um 11:49 Uhr erreichten. Hier lautete die Aufgabe, ein Selfie mit einer Fähre zu machen. Um 13:00 Uhr fuhren Stefanie und Christian den Rastplatz in Aalbek-Neumünster an. „Wir mussten



**Die Fahrer: Stefanie  
und Christian Heß**



**Lade-Challenge:  
Die Veranstalter prüfen**



**Kalifornien:  
Strecke schätzen**

die Ladeleistung unseres Elektrofahrzeugs 90 Sekunden nach dem Anstecken an der Ladesäule schätzen“, erinnert sich Stefanie. „Wir hatten heimlich geprobt, um zu sehen, wie das Fahrzeug an dem Tag lädt, damit wir den Wert besser einschätzen können.“ Es hat sich gelohnt: Bei der Schätzfrage lag Team N-ERGIE nur knapp daneben.

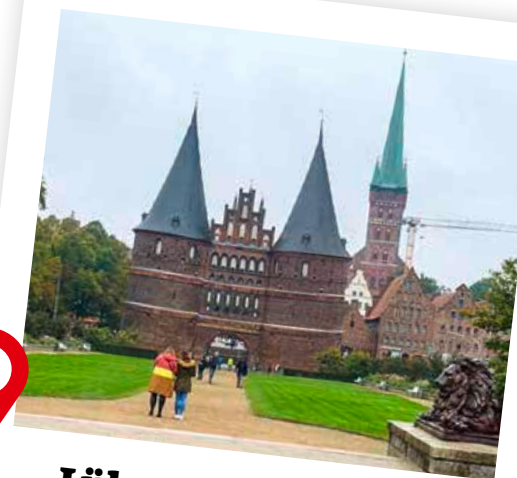
### Challenges und Kilometer zählen

Auf nach Kalifornien! In dem Ortsteil von Schönberg musste eine Strecke von zehn Metern möglichst genau gefahren werden, das erste Anhalten zählte. Ergebnis: Christian stoppte nach exakt 9,20 Meter und Team N-ERGIE kassierte keine Strafpunkte. In Lehnshahn und am Strandbad Scharbeutz in der Nähe der Ostsee-Therme folgten zwei kleinere Challenges. In der Lübecker Altstadt musste Team N-ERGIE ein Bild vom Holstentor im Vorbeifahren knipsen, was gegen 17:00 Uhr gelang. Das Ziel in Hamburg erreichten Stefanie und Christian nach knapp 530 gefahrenen Kilometern um 18:27 Uhr.

Am Ende des Tages wurde abgerechnet. Pro gefahrenem Kilometer erhielten die Teilnehmer einen Punkt. Neben den Challenges wurde die Differenz zum WLTP-Verbrauch bewertet. Das ist der Wert, mit dem die Autohersteller in einem standardisierten Verfahren den Verbrauch der Fahrzeuge bestimmen – unabhängig von der Antriebsart. Während Team N-ERGIE bei den Aufgaben hervorragend abschnitt, gab es Abzüge für Extrakilometer. „Wir sind die schnellste anstelle der kürzesten Route gefahren, was uns am Ende 30 Kilometer zu viel und somit 30 Strafpunkte eingebracht hat“, erklärt Christian. Mit dem 18. Platz sind die beiden total zufrieden.

Was bleibt vom E-Cannonball? „Anstrengend war's“,

sagt Stefanie und lacht. Immerhin waren die beiden am Wettbewerbstag knapp elf Stunden unterwegs. Trotzdem würden sie auf jeden Fall noch einmal an der Elektroauto-Rallye teilnehmen. „Wir haben viele tolle Menschen getroffen und ein kleines Abenteuer war es ja schon“, meint Christian. Reichweitenangst war kein Thema – und das, obwohl die beiden mit ihrem VW ID.3 an diesem Wochenende mit An- und Abreise fast 1.800 Kilometer elektrisch gefahren sind. ■



**Lübeck: Holstentor  
fotografieren**

## Sie sind ebenfalls elektrisch unterwegs?

Wer vollelektrisch fährt, verursacht keine klimaschädlichen Emissionen – sammelt also „Pluspunkte“ fürs Klima. Mit diesen Pluspunkten können Sie Geld verdienen – auch 2023:

- Besitzer\*innen von Elektroautos erhalten 2022 einen Bonus von mindestens 300 Euro, wenn sie die Treibhausgasminde-rungsquote (kurz THG-Quote), die ihrem Fahrzeug zugeteilt ist, an ein Unternehmen vermitteln. Egal ob N-ERGIE Kunde oder nicht: Sie können Ihre THG-Quote an uns übertragen und wir kümmern uns um alles Weitere, damit Sie Ihren Elektrobonus erhalten. Auch 2023 wird es wieder eine attraktive Prämie geben. Mehr unter [www.n-ergie.de/thg-quote](http://www.n-ergie.de/thg-quote)
- Wenn Sie zu Hause laden möchten, fördern wir den Einbau einer Wallbox durch einen E-Mobil-Partner der N-ERGIE mit 50 Euro. Und wenn Sie zusätzlich Ihre Prämie aus der THG-Quote über die N-ERGIE abwickeln, gibt es noch einmal 50 Euro dazu. Mehr Informationen finden Sie auf Seite 8 und 9.

# Spar-Hilfen für Sie

Es ist Winter und eigentlich möchten wir es alle warm haben. Doch Energie ist teuer und soll nur sparsam genutzt werden. Politische Entscheidungen, die die Verbraucher\*innen entlasten, setzt die N-ERGIE genauso um wie andere Energieversorger. Aktuelle Informationen, zum Beispiel zu den Energiepreisen und zur Soforthilfe, finden Sie auf [www.n-ergie.de/entlastung](http://www.n-ergie.de/entlastung)



## Fahren Sie elektrisch?

Wenn Sie zu Hause laden möchten, fördern wir den Einbau einer Wallbox durch einen E-Mobil-Partner der N-ERGIE mit 50 Euro. Und wenn Sie zusätzlich Ihre Prämie aus der THG-Quote (vgl. auch Seite 7) über die N-ERGIE abwickeln, gibt es ab 2023 noch einmal 50 Euro dazu. Infos unter [www.n-ergie.de/thg-quote](http://www.n-ergie.de/thg-quote)



Harald Liebel, Leiter Energielösungen bei der N-ERGIE

### Fragen und Antworten zur Wärmepumpe

Wie funktionieren Wärmepumpen? Warum ist die Vor-Ort-Beratung durch einen Premium-Partner der N-ERGIE so wichtig? Und wie lange müssen Sie derzeit auf eine eigene Wärmepumpe warten? Harald Liebel gibt Antworten unter [www.magazin.n-ergie.de/artikel/klimafreundlich-heizen-mit-der-waermepumpe](http://www.magazin.n-ergie.de/artikel/klimafreundlich-heizen-mit-der-waermepumpe)

### 50 Euro für 10 Prozent

Mit einer Energiesparprämie unterstützt die N-ERGIE Kund\*innen, die mit Erdgas oder Fernwärme sparsam durch den Winter gekommen sind. Wer sich zu Beginn der Heizperiode angemeldet hat und am Ende der Heizperiode mindestens 10 Prozent unter dem Vorjahresverbrauch liegt, bekommt die Prämie: 50 Euro oder drei VGN Tagestickets Plus für die Gesamtregion. Ab Frühjahr 2023 erfahren die Kund\*innen, ob sie die 10-Prozent-Hürde geknackt haben.

Auch wenn die Energiesparprämie nichts für Sie ist, gibt es viele Möglichkeiten, Energie zu sparen. Ein verantwortungsvoller Umgang mit Ressourcen schont Geldbeutel und Umwelt. Machen Sie mit beim Energieschonen! Lesen Sie unsere Tipps auf Seite 12/13 und unter [www.n-ergie.de/energie-schonen](http://www.n-ergie.de/energie-schonen)

### N-ERGIE fördert Heizungstausch und E-Mobilität

Wer durch einen Heizungstausch Energie sparen möchte, kann vom CO<sub>2</sub>-Mindeprogramm der N-ERGIE profitieren. Auch 2023 gibt es wieder insgesamt 800.000 Euro Fördergelder. Je höher die Effizienz, desto höher die Förderung. Ein Beispiel: Kund\*innen der N-ERGIE, die eine Wärmepumpe installieren oder sich für Fernwärme entscheiden, dürfen mit 1.000 Euro Zuschuss rechnen. Für Hybridgeräte (Wärmepumpe und Erdgas-Brennwertgeräte) gibt es 700 Euro. Voraussetzung ist jeweils, dass ein Handwerksbetrieb, der Partner der N-ERGIE ist, die Maßnahme umsetzt. Infos und Anträge zum CO<sub>2</sub>-Mindeprogramm 2023 ab Januar unter [www.n-ergie.de/co2](http://www.n-ergie.de/co2)

Heizsysteme im Vergleich

	Effizienz	Umwelt	Sicherheit/Zukunft	Anschaffungskosten*	Hinweise
<b>Solarthermie</b>	Die Sonne liefert bis zu 60 Prozent der Energie für Warmwasserbereitung.	Energie der Sonne wird direkt in Wärme umgewandelt. Emissionsfrei im Betrieb	In Kombination mit konventionellen Heizungen, Wärmepumpen oder Pellet-Heizungen Geringer Wartungsaufwand Kostenlose, unbegrenzt verfügbare Energiequelle	6.000 bis 12.000 Euro Förderung von 25 Prozent der Investitionskosten durch die BAFA	Platz für Pufferspeicher benötigt. Die N-ERGIE bietet verschiedene Heizungen als Mietmodell – auf Wunsch kombinierbar mit Solarthermie: <a href="http://www.n-ergie.de/heizung">www.n-ergie.de/heizung</a>
<b>Wärmepumpe</b>	Effizienz sinkt bei niedrigen Außentemperaturen (besonders bei Luft-Wasser-Wärmepumpen).	Nutzt Wärme aus der Umwelt (Luft, Erde, Wasser). CO <sub>2</sub> -frei im Betrieb	Unabhängig von fossilen Energieträgern wartungsarm	Luft-Wasser-Wärmepumpe 25.000 bis 32.000 Euro Für Sole-Wasser-Wärmepumpen und Wasser-Wasser-Wärmepumpen sind Bohrungen notwendig, daher 28.000 bis 40.000 Euro Förderung durch die BAFA von bis zu 40 Prozent der Investitionskosten	Die N-ERGIE bietet Mietmodelle für Wärmepumpen und Hybridheizungen an: <a href="http://www.n-ergie.de/heizung">www.n-ergie.de/heizung</a> Bei enger Bebauung mögliche Lärmbelastigung bedenken.
<b>Gasheizung</b>	Effizient durch Brennwertechnik: bis zu 30 Prozent weniger Energieverbrauch als alte Gaskessel	Setzt am wenigsten CO <sub>2</sub> unter den fossilen Energieträgern frei; kann als Hybridheizung z.B. mit Wärmepumpen kombiniert werden.	Wartungsarme, ausgereifte Technik Gaspreis stark gestiegen, Verknappung am Markt durch Stopp der Lieferungen aus Russland	8.000 bis 15.000 Euro (momentan sehr teuer)	Keine Bevorratung Kein Tank bei Anschluss an Gasleitung Infos zu Mietheizungen unter <a href="http://www.n-ergie.de/heizung">www.n-ergie.de/heizung</a>
<b>Fernwärme</b>	Nürnberger Fernwärme wird gleichzeitig mit Strom durch Kraft-Wärme-Kopplung hergestellt.	Klimafreundlich durch besonders effiziente Brennstoffnutzung	Wartungsarmer Betrieb Ersatz für Einsatz erneuerbarer Energien im Rahmen des Gebäudeenergiegesetzes Zentrale Erzeugung z.B. auch durch Großwärmepumpen oder Biomasse möglich	3.000 bis 8.000 Euro (Fernwärme-Übergabestation) Förderung durch die BAFA (bis zu 35 Prozent) möglich	Nicht überall verfügbar Kein Lagerraum oder Tank Vor allem in Städten Infos zur Nürnberger Fernwärme unter <a href="http://www.n-ergie.de/fernwaerme">www.n-ergie.de/fernwaerme</a>
<b>Holzpellets</b>	Hoher Wirkungsgrad	CO <sub>2</sub> -neutral, kein fossiler Brennstoff Nachhaltig mit Pellets aus regionaler Produktion Kombinierbar mit Solarthermie	Hohe Versorgungssicherheit, hohe Anschaffungskosten Unabhängig von fossilen Energieträgern aus dem Ausland	Ab ca. 40.000 Euro (v.a. für den zu erstellenden Lagerraum) BAFA-förderfähig bis 20 Prozent	Lagerraum benötigt, Asche muss regelmäßig entsorgt werden.
<b>Ölheizung</b>	Moderne Brennwertechnik spart bis zu 30 Prozent Energie gegenüber Altanlagen.	Setzt beim Verbrennen vergleichsweise viel CO <sub>2</sub> frei. Kann mit Solarthermie kombiniert werden.	Ab 2026 dürfen keine reinen Ölheizungen mehr eingebaut werden. Preisvorteile durch günstigen Einkauf nutzen.	8.000 bis 15.000 Euro	Vor allem außerhalb von Ballungsgebieten, wo kein Erdgasnetz vorhanden ist

\*Die Anschaffungskosten sind ungefähre Werte und beziehen sich auf ein Einfamilienhaus.

# Kann das was?

**Leitungswasser mit Aromen schmackhaft machen, das ist die Idee der Trinkflasche „Air up“.**  
Unsere Lesertester\*innen probierten sie aus!



Barbara Birke

„Trinkwasser in die Flasche füllen, Aroma-Pod ins Flaschenventil einsetzen und trinken. Ich war überrascht, wie frisch und natürlich das Wasser dann schmeckt. Die Geschmacksrichtungen Lime und Berry finde ich am besten. Air up ist teuer bei der Anschaffung, aber günstig im Gebrauch. Schade, dass es die Pods immer nur in einer Geschmacksrichtung zu kaufen gibt und nicht als Mix. Trotzdem eine tolle Flasche für die Schule.“



Christian Keyl

„Ich habe die Air-up-Flasche beim Sport, im Büro und Alltag ausprobiert. Sie ist robust, dicht und hat eine gute Größe. Am Anfang fand ich das Handling etwas ungewöhnlich. Der Geschmack ist natürlich und unaufdringlich. Mein Favorit: Orange-Maracuja. Den Preis finde ich allerdings zu hoch, Nachhaltigkeit darf gern auch günstiger sein. Ich werde Air up trotzdem weiterempfehlen. Mit der Botschaft: Trink mehr vom guten Leitungswasser.“



Eveline Hutzler

„Ich hab die Flasche täglich getestet: zu Hause, beim Sport, Wandern und Shoppen. Normalerweise lösche ich meinen Durst am liebsten mit Saftschorle. Wasser pur trinken fällt mir schwer, Air up ist für mich die ideale Lösung. Außerdem sieht die Flasche gut aus und läuft nicht aus. Die Geschmack-Pods könnten allerdings billiger sein. Ich kann das System weiterempfehlen und werde es auch weiterhin nutzen – weil es mich überzeugt hat.“

**Lesertester\*in werden!** N-ERGIE Kund\*innen können ein Zimmergewächshaus testen und behalten. Wenn Sie bereit sind, sich für „meine N-ERGIE“ fotografieren zu lassen, bewerben Sie sich bitte bis zum 15. Februar 2023. Per Postkarte mit Anschrift und Telefonnummer an: N-ERGIE, Redaktion „meine N-ERGIE“, Stichwort: Lesertest/Gewächshaus, Am Plärrer 43, 90429 Nürnberg. Oder online: [www.n-ergie.de/lesertest](http://www.n-ergie.de/lesertest)



# Es ist Karpfenzeit!

**Karpfen wird gern zum Jahreswechsel gegessen.** Denn eine Karpfenschuppe im Geldbeutel soll im neuen Jahr für Geldsegen sorgen. Gisela Dahms, die Geschäftsführerin der Teichgenossenschaft Aischgrund, weiß noch mehr über Karpfen.

**Man hört immer wieder, es gäbe in dieser Saison weniger Karpfen. Liegt das am Klimawandel?**

**Dahms:** Warmes Wasser macht den Karpfen nichts aus. Schwieriger wird es, wenn durch die anhaltende Trockenheit der Wasserspiegel zu stark sinkt. Die Prädatoren, also Räuber wie Graureiher, Kormorane oder Fischotter, kommen dann besser an die Karpfen ran. Weil die Fische drei Sommer lang heranwachsen müssen und heuer nicht der erste trockene Sommer war, wird der Verlust immer größer. Von 100 Satzfishen, so heißen die kleinen Karpfen, wenn sie in den Teich kommen, bleiben manchmal nur fünf übrig. Wenn der Regen fehlt, haben unsere Teichwirte ein Problem. Denn die meisten unserer Teiche sind sogenannte Himmelsweiher, die nur vom Regenwasser gespeist werden.

**Welche Rolle spielt die Teichwirtschaft in unserer Region?**

**Dahms:** Die Weiherketten sind seit mehr als tausend Jahren Teil unserer Kulturlandschaft. Teichwirte betreiben aktiv Landschaftspflege und bewirtschaften die Weiher naturnah. Aber das ist ein Knochenjob, bei dem man nicht reich wird. Bei einem Generationswechsel werden vor allem kleinere Betriebe aufgegeben. Deshalb ist es wahrscheinlich, dass manche Teiche verschwinden.

**Was bedeutet „g.g.A.“ im Zusammenhang mit dem Aischgründer Karpfen?**

**Dahms:** Das steht für „geschützte geographische Angabe“, ein europaweites Qualitätssiegel. Wer seine Karpfen als „Original Aischgründer“ verkaufen möchte, muss strenge Vorgaben einhalten. Die Karpfen dürfen zum Beispiel nicht mehr als zehn Prozent Fett unter der Haut haben. Karpfen ist der umweltfreundlichste und gesündeste Fisch. Er frisst überwiegend Naturnahrung, bekommt keine Medikamente und hat kurze Wege bis zum Teller.

**Warum hat sich gerade im Aischgrund die Teichwirtschaft so gut entwickelt?**

**Dahms:** Weil die Böden nur bedingt landwirtschaftlich genutzt werden konnten, wurden im Mittelalter Teiche



Die amtierende Karpfenkönigin Svenja I. repräsentiert den Aischgründer Karpfen auf vielen Messen und Veranstaltungen



**Der Aischgrund liegt zwischen Nürnberg, Bamberg und Neustadt an der Aisch. Mehr als 7.000 Teiche (im Durchschnitt halb so groß wie ein Fußballfeld) 1.200 Teichwirt\*innen**

angelegt. Dazu kam, dass die Klöster in der Umgebung wegen der vielen Fastentage einen großen Bedarf an Fisch hatten. Der allerdings durfte nicht über den Teller hinausragen. Deshalb ist der Aischgründer Karpfen besonders hochrückig: Er passt sich optimal dem Teller an.

**Warum isst man Karpfen nur in Monaten mit „R“?**

**Dahms:** Das kommt aus der Zeit, als es noch keine Kühlung gab. Die Karpfen verkraften das Abfischen und den Transport im kühleren, sauerstoffreichen Wasser besser. Heute könnte man ganzjährig Karpfen essen, aber ich finde diese Tradition gut. Spargel, Erdbeeren und Karpfen – alles hat seine Zeit.

**Und wie genießen Sie den Karpfen am liebsten?**

**Dahms:** Ich esse gerne Karpfenfilet in allen Varianten – ohne Gräten. Der Grätenschneider ist eine raffinierte Erfindung. Jetzt essen auch Leute Karpfen, die vorher keinen gemocht haben. Seine Y-Gräten sind nämlich eine echte Herausforderung. Nicht umsonst lautet ein alter Spruch: „Beim Fischessen redet man nicht.“ ■

— Mehr Infos

[www.teichgenossenschaft-aischgrund.de](http://www.teichgenossenschaft-aischgrund.de)  
[www.karpfenland-aischgrund.eu](http://www.karpfenland-aischgrund.eu)  
[www.karpfenfilm.de](http://www.karpfenfilm.de)

# Energiesparen? Lohnt sich!

Nie war Energieeffizienz wichtiger für Klima und Geldbeutel. Wir zeigen, wie Sie Ihre **Energiekosten spürbar senken** und die **Umwelt entlasten** – egal ob als Mieter oder Eigenheimbesitzer. Kommen Sie mit auf Energiespartour!

Illustration Artur Quante

### Kleine Kochhelfer nutzen

Kleingeräte wie Wasserkocher und Toaster arbeiten schneller und verbrauchen weniger Energie als Kochfeld und Backofen. Auf Vorheizen des Backofens kann man meistens verzichten: Das spart rund 20 Prozent Energie.

### Irrtümer

## So bitte nicht

### Aus dem Haus, Heizung aus!

**Besser nicht:** Wer in den Winterurlaub fährt, sollte die Heizung nicht ausschalten, sondern die Temperatur auf 14 Grad einstellen. Sonst können Wasserleitungen bei Außentemperaturen unter null Grad einfrieren und Schäden entstehen.

### Heizkörperregler ganz aufdrehen, dann wird's schneller warm!

**Falsch:** Der Thermostat regelt die Raumtemperatur, aber nicht, wie rasch diese erreicht wird. Wer den Thermostat auf Fünf (28 °C) stellt, wartet genauso lang, bis es warm wird, wie mit Stufe Drei (20 °C).

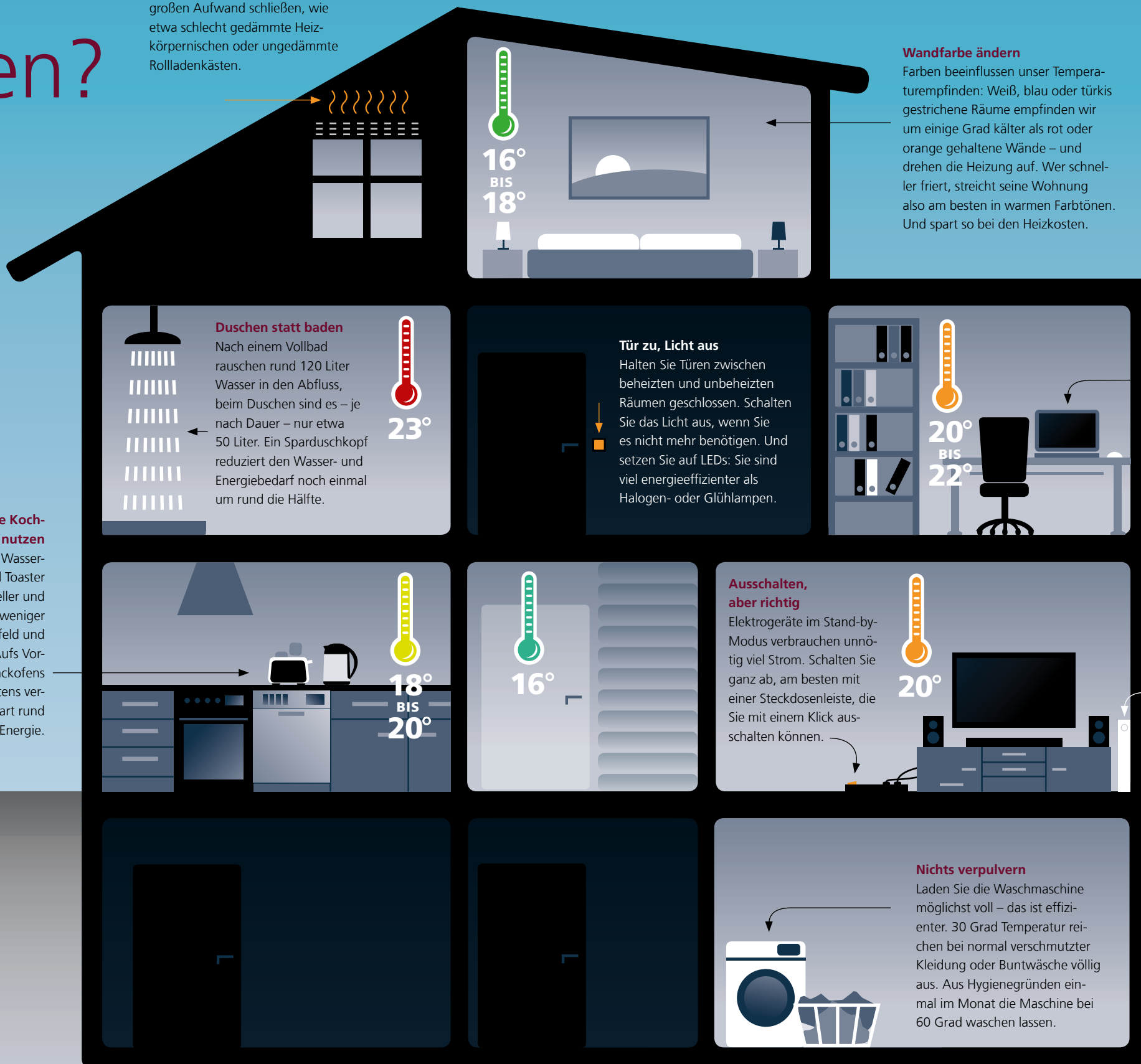
### Fenster kippen genügt!

**Nein, richtig Lüften geht anders:** Auch im Winter drei bis vier Mal am Tag für fünf Minuten querlüften: Heizkörper abdrehen und alle Fenster und Türen weit öffnen. Trockene Luft erwärmt sich schneller, das spart Heizkosten.

### Wärmelecks schließen

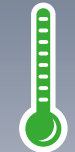
Nicht immer muss gleich die ganze Fassade neu gedämmt werden: Viele Wärmelecks lassen sich ohne großen Aufwand schließen, wie etwa schlecht gedämmte Heizkörpernischen oder ungedämmte Rollladenkästen.

**Mehr Tipps zum Energiesparen** vom Keller bis zum Dach finden Sie im Internet: [www.n-ergie.de/energie-schonen](http://www.n-ergie.de/energie-schonen)



### Wandfarbe ändern

Farben beeinflussen unser Temperaturempfinden: Weiß, blau oder türkis gestrichene Räume empfinden wir um einige Grad kälter als rot oder orange gehaltene Wände – und drehen die Heizung auf. Wer schneller friert, streicht seine Wohnung also am besten in warmen Farbtönen. Und spart so bei den Heizkosten.



16°  
BIS  
18°



### Duschen statt baden

Nach einem Vollbad rauschen rund 120 Liter Wasser in den Abfluss, beim Duschen sind es – je nach Dauer – nur etwa 50 Liter. Ein Sparduschkopf reduziert den Wasser- und Energiebedarf noch einmal um rund die Hälfte.



23°

### Tür zu, Licht aus

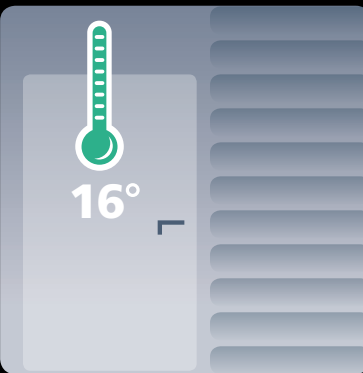
Halten Sie Türen zwischen beheizten und unbeheizten Räumen geschlossen. Schalten Sie das Licht aus, wenn Sie es nicht mehr benötigen. Und setzen Sie auf LEDs: Sie sind viel energieeffizienter als Halogen- oder Glühlampen.



20°  
BIS  
22°



18°  
BIS  
20°



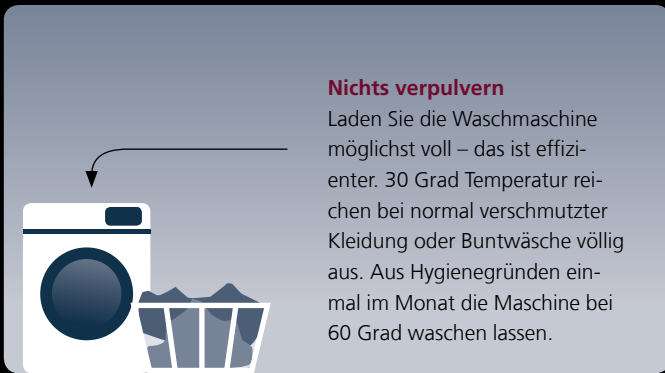
16°

### Ausschalten, aber richtig

Elektrogeräte im Stand-by-Modus verbrauchen unnötig viel Strom. Schalten Sie ganz ab, am besten mit einer Steckdosenleiste, die Sie mit einem Klick ausschalten können.



20°



### Nichts verpulvern

Laden Sie die Waschmaschine möglichst voll – das ist effizienter. 30 Grad Temperatur reichen bei normal verschmutzter Kleidung oder Buntwäsche völlig aus. Aus Hygienegründen einmal im Monat die Maschine bei 60 Grad waschen lassen.

### Energiesparen im Homeoffice

Ein Laptop benötigt gut zwei Drittel weniger Strom als ein festinstallierter PC. Tablets sind noch energieeffizienter. Reduzieren Sie die Helligkeit des Monitors: Das schont Geldbeutel und Augen. Gönnen Sie dem Router nachts eine Pause: Er verbraucht auch dann Energie, wenn Sie kein WLAN nutzen.

### Thermostate klug einstellen

Drehen Sie das Thermostatventil am Heizkörper nicht voll auf: Es wird dadurch nicht schneller warm. Bei analogen Thermostatventilen entspricht Stufe 3 etwa 20 Grad. Bei einer fünfstufigen Skala liegen zwischen jeder Stufe circa vier Grad.



### Clever heizen

Jedes eingesparte Grad Raumtemperatur senkt die Heizkosten um etwa sechs Prozent. Das heißt nicht, dass Sie frieren müssen. Regulieren Sie die Temperatur je nach Raum individuell: Die optimale Wärme zeigt das Thermometer links im Schaubild.

## Mini-PV-Anlagen

# Klein, aber begehrt

In der aktuellen Energiekrise denken immer mehr Menschen über eine Mini-PV-Anlage am Balkon oder auf der Terrasse nach. Was sollte man vorab wissen?

**Z**wei Fachleute beantworten die Fragen von „meine N-ERGIE“: Björn Hemmann von der Deutschen Gesellschaft für Sonnenenergie (DGS) und Klaus-Peter Rißbeck von der N-ERGIE Netz GmbH.

## Was ist eine Balkon-Solaranlage?

**Hemmann:** Eine Balkon-Solaranlage besteht wie eine „richtige“ PV-Anlage aus Modul und Wechselrichter. Allerdings hat sie weniger Leistung und der Strom wird direkt über einen Stecker eingespeist. Sie können diese Anlagen auch auf oder an Balkonen in Mietwohnungen anbringen. So kann man an der Energiewende teilhaben, auch wenn kein Dach zur Verfügung steht.

## Wie viel Strom kann man mit einer Balkon-Solaranlage erzeugen? Rechnet sich das?

**Hemmann:** Da gibt es mehrere Faktoren. Oft bieten Balkone nicht die optimale Ausrichtung. Die Stromausbeute hängt auch davon ab, wie und wo die Module angebracht sind. Nehmen wir an, Sie haben ein Standard-Modul mit 300 Watt. Damit können Sie etwa 250 Kilowattstunden Strom pro Jahr erzeugen. Bei einer Betriebsdauer von 20 Jahren rechnen sich Balkon-Anlagen fast immer.

## Darf man das Gerät einfach in die Steckdose einstecken?

**Rißbeck:** Die aktuelle VDE-Norm schreibt dafür eine spezielle Energiesteckdose vor, die eine Fachkraft installieren muss. Diese Norm wird gerade überarbeitet. Auf jeden Fall sollte die Installation fachmännisch geprüft werden.

## Braucht man einen bestimmten Stromzähler?

**Rißbeck:** Wer bereits eine sogenannte moderne Messein-

richtung, also einen elektronischen Zähler hat, kann das Gerät sofort einschalten. Wer noch einen alten Zähler mit Drehscheibe hat, stellt mit seiner Anmeldung bei der N-ERGIE Netz GmbH gleich den Antrag auf Zählerwechsel. Das ist kostenfrei, dauert zurzeit allerdings vier bis sechs Wochen wegen der vielen Anmeldungen.

## Ist die Nachfrage seit der Energiekrise gestiegen?

**Rißbeck:** Das kann man wohl sagen. Wir sehen das an den Anmeldungen: 2021 waren es gut 250 Anmeldungen. Im Jahr 2022 bis September schon etwa drei Mal so viel. Die Menschen wollen ihren Verbrauch verringern, die Kosten minimieren, im Kleinen etwas für die Energiewende tun. Mit dem Gerät können sie die Grundlast im Haus teilweise abdecken. Das sind zum Beispiel die Verbräuche von Kühlschrank, Router, Gefriergerät – alles, was dauerhaft Strom braucht.



Klaus-Peter Rißbeck  
von der N-ERGIE  
Netz GmbH



Björn Hemmann von der  
Deutschen Gesellschaft für  
Sonnenenergie (DGS)

Text Sabine Ihle  
Foto stock.adobe.com – Maryana

## Wie funktioniert die Anmeldung?

**Rißbeck:** Für Anlagen bis 600 Watt gibt es das vereinfachte Verfahren. Das Formular für die Anmeldung beim Netzbetreiber finden Sie im Internet (vgl. Infos oben rechts). Zusätzlich muss die Anlage im Marktstammdatenregister der Bundesnetzagentur angemeldet werden. Auch dafür gibt es Anleitungen im Internet. Die Anmeldungen sind kostenlos.

## Was kostet eine Balkon-Solaranlage und wo kann man sie kaufen?

**Hemmann:** Am besten schaut man sich im Internet um.

## Balkon-Solaranlage anmelden – so geht's:

- Formular online ausfüllen auf [www.n-ergie-netz.de](http://www.n-ergie-netz.de) > Erzeugungsanlagen > steckerfertige Erzeugungsanlagen oder Anmeldeformular auf [www.n-ergie-netz.de](http://www.n-ergie-netz.de) als PDF mit dem Webcode 5232 aufrufen.
- Ausfüllen und (digital) unterschreiben. Angaben zur Anlage finden Sie im Datenblatt des Herstellers.
- Per E-Mail an [kundenservice@n-ergie-netz.de](mailto:kundenservice@n-ergie-netz.de) schicken.

## Produktübersicht

### Balkon-Solaranlagen:

- [www.pvplug.de/marktuebersicht](http://www.pvplug.de/marktuebersicht)
- [www.pv-magazine.de/marktuebersichten/produkt-datenbank-stecker-solar-geraete/](http://www.pv-magazine.de/marktuebersichten/produkt-datenbank-stecker-solar-geraete/)
- <https://machdeinenstrom.de/>

Die DGS bietet eine Produktdatenbank für einen ersten Überblick (vgl. Infobox). Wenn Ihnen ein Modell zusagt, können Sie über den Produktnamen Preise und Verfügbarkeit recherchieren. Die Preise haben in letzter Zeit ziemlich angezogen. Sie liegen aktuell zwischen 300 und 1.500 Euro. Viele Modelle sind ausverkauft oder haben einige Monate Lieferzeit. Die Geräte können Sie im Internet bestellen oder in Baumärkten kaufen.

## Worauf sollte man beim Kauf achten?

**Hemmann:** Die DGS hat einen Sicherheitsstandard für steckbare Stromerzeugungsgeräte erarbeitet, der sich an DIN- und VDE-Normen orientiert. Die Produktübersicht zeigt auch, ob die jeweiligen Geräte diesem Standard genügen.

## Muss man Nachbarn, Vermieter oder Miteigentümer um Erlaubnis fragen?

**Hemmann:** Wenn man eine Veränderung an der Fassade eines Mehrfamilienhauses vornimmt, sollte man sich vorher mit der Hausgemeinschaft abstimmen. Wenn Sie das Gerät wie ein Gartenmöbel auf die Terrasse stellen, ist das nicht nötig. ■



# Köstliches am Land

## Playboys gibt es nicht mehr.

Bernd Meyer bekochte einen zehn Jahre lang. Was blieb, ist eine wunderbare fränkisch-internationale Küche, die heute jeder bei ihm genießen kann.

**D**ie Karpfen kommen aus dem eigenen Weiher, der Wein vom eigenen Weinberg, die Lebensmittel frisch aus dem Umland. So muss es sein in Franken, im „Landgasthaus Schwarzer Adler“ in Ulsenheim ist es genauso. Seit fast 370 Jahren ist das Haus im Familienbesitz, vier Generationen helfen mit, dass sich Gäste hier wohlfühlen. Dafür sorgen nicht nur gepflegte Gasträume wie die Alte Wirtschaft, das Margaretenzimmer, der kleine Wintergarten oder die Orangerie für größere Feiern. Von Frühjahr bis Herbst ist auch der gemütliche Biergarten geöffnet. Aber es ist vor allem Bernd Meyers gute fränkische Küche mit internationalem Einschlag, die Schlemmer aus Würzburg, Nürnberg und der Umgebung ins Dorf lockt.

Das Kochen lernte Bernd Meyer in Weikersheim im exklusiven „Hotel Laurentius“. Sein Lehrmeister vermittelte ihn danach an eine ganz besondere Adresse, und so wurde Meyer zehn Jahre lang Privatkoch bei Gunter Sachs in der Schweiz und Südfrankreich. Der legendäre Schweinfurter Industrielle, Fotograf, Dokumentarfilmer, Kunstsammler, Bobfahrer, Playboy und Gentlemen war beim Essen „ein ganz Einfacher“, erinnert sich Meyer. „Rinderfilet mit Pfeffersoße aß er gern, außerdem Kartoffelbrei ... und Kräutertomelette, wie es sich gehört: in der Mitte schön fluffig.“

### Karpfen, Wild und Eintöpfe

Den Kontakt zur Heimat verlor Meyer nie, seine Frau Anja stammt aus dem Nachbardorf Schwebheim. Auch schon fast Ausland: „Die sprechen ganz anders“, wundert sich der 48-Jährige noch heute und lacht: „Dort enden alle Wörter mit a, bei uns mit i.“ Typisch Franken eben. Bernd und Anja übernahmen 2013 den elterlichen Betrieb. Mit

Text Heiko Küffner  
Fotos Sabine Freudenberger



Herzlich fränkisch: Anja und Bernd Meyer bringen internationalen Geschmack in die traditionelle Küche



Der Kerwabaum vorm Haus, das Gasthaus mitten im Dorf: Der „Schwarze Adler“ ist seit 1655 eine Institution in Ulsenheim

kulinarischen Einflüssen aus Südfrankreich machte er aus traditionellen fränkischen Gerichten neue Geschmackserlebnisse. Aber auch aus anderen Regionen der Welt lässt sich Meyer inspirieren. So kommt der Karpfen im „Schwarzen Adler“ nicht nur Blau oder Gebacken auf den Teller, sondern auch in Kokos-Curry-Soße mit knackigem Gemüse (siehe Rezept rechts). Nach den Karpfen- starten die Wildwochen, dann die Gänsezeit. Bei den Gästen beliebt sind die Eintopfwochen im Februar: Neben Bouillabaisse mit Rouille und Croûtons stehen Linsen- und Erbseneintopf, Krautwickel und Irish Stew als Gaumenschmeichler bereit.

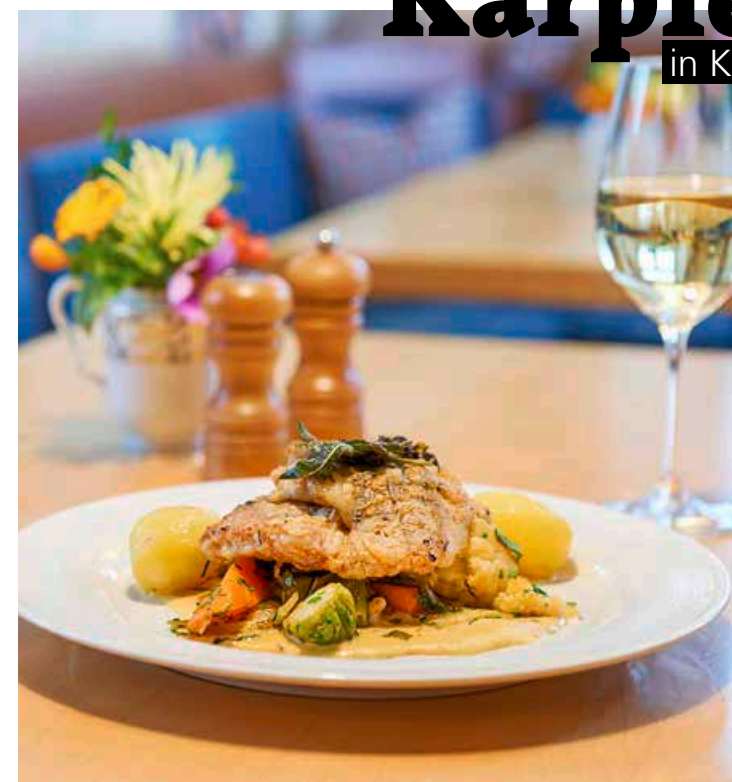
### Kultur und Wein

Im „Schwarzen Adler“ lässt sich nicht nur gut essen, sondern auch übernachten, zwölf geschmackvoll eingerichtete Zimmer und Appartements laden dazu ein. Reizvolle Wanderungen führen ins Gollachtal, durch Weinberge und Jahrhunderte alte Kulturlandschaft. Steigerwald und Rothenburg ob der Tauber sind nah. Zum leckeren Essen geht's aber dann wieder zurück, nach Ulsenheim. ■

### — Mehr Infos

Landgasthof zum Schwarzen Adler, 91478 Ulsenheim 97  
Geöffnet: Donnerstag bis Samstag 11:30 bis 13:30 Uhr, 17:00 bis 22:00 Uhr. Sonntag 11:00 bis 14:00 Uhr, 17:00 bis 20:00 Uhr. Ruhetage: Montag, Dienstag und Mittwoch.  
Tel.: 09842 8206  
Mail: info@frankenurlaub.de  
[www.frankenurlaub.de](http://www.frankenurlaub.de)

## Karpfenfilet in Kokos-Curry



### Das brauchen Sie (für 4 Personen):

4 küchenfertige Karpfenfilets (entgrätet), verschiedenes Gemüse, 100 ml Kokosmilch, 100 ml Brühe (Geflügelbrühe), 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Thai-Currypaste (gelb), Limonengras, 1 Kafirlimetten-Blatt, Salbei, Thymian, Salz, Pfeffer, Speisestärke, Butter, Sesamöl.

**So geht's:** In einer Pfanne die Butter mit dem Thymian und Salbei erhitzen, die Karpfenfilets mit der Hautseite nach unten kurz bei mittlerer Hitze anbraten. Im Backofen etwa 5 Minuten bei 160 Grad Ober- und Unterhitze garen. Für die Soße Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel schneiden und mit einem halben Kaffeelöffel Thai-Currypaste in Sesamöl andünsten. Mit Brühe und Kokosmilch aufgießen, Limonengras und Kafirblatt zufügen, etwas einkochen lassen. Mit Stärke leicht abbinden, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse waschen, putzen, in mundgerechte Stücke schneiden. In etwas Butter und Wasser knackig dünsten. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

# Bastel dir eine Schneekugel

Und so geht's:

Marmeladenglas, destilliertes Wasser, Glitzerpulver oder klein geschnepte Alufolie, Spülmittel, ein Plastiktierchen und wasserfesten Kleber.

**Eine Schneekugel selbst herstellen** ist ganz einfach. Man braucht lediglich ein sauberes Marmeladenglas, destilliertes Wasser, Glitzerpulver oder klein geschnepte Alufolie, ein oder zwei Tropfen Spülmittel, ein origi-

nelles Plastiktierchen und wasserfesten Kleber. Manche Bastler nehmen Glycerin, um dafür zu sorgen, dass sich der Glitzerschnee langsamer in der Kugel bewegt. Dieses gibt es in der Regel in Apotheken. Haushaltsübliches Spülmittel eignet sich ebenfalls.



## Wann wird's winterlich?

**Wenn es anfängt zu schneien**, ist der Boden meistens noch nicht so kalt wie die Luft. Ist er zum Beispiel wärmer als null Grad Celsius, dann bleiben die Flocken normalerweise nicht liegen. Das passiert nur, wenn sehr viele Flöckchen vom Himmel fallen und sich schnell eine dicke Schicht auf Wiesen und Straßen bildet. Die ist dann meistens so kalt, dass auch der Boden abkühlt und die neuen Flocken liegen bleiben. Wärmer als fünf Grad darf es aber nicht sein, denn dann funktioniert das Ganze selbst bei richtig dichtem Schneefall nicht mehr.

## Was ist Eis?

**Eis ist gefrorenes Wasser.** Wasser gefriert bei null Grad Celsius (0 °C). Dann bilden die Wassermoleküle winzige Eiskristalle. Erst wenn sich viele Kristalle zusammenschließen, ist auch eine Eisschicht erkennbar. Schichten dieser Art entstehen, wenn eine relativ große Wassermenge schnell friert.

## Warum ist Schnee weiß?

**Müsste Schnee nicht durchsichtig sein**, weil er aus Wasser ist? Eigentlich ja, aber die Lichtspiegelung sorgt dafür, dass Schnee für uns weiß aussieht. Die Flocken bestehen aus Kristallen, die wie kleine Spiegel sind und das Licht brechen. Bei einem Eiswürfel ist das nicht so: Durch ihn scheint Licht fast ganz gerade hindurch.

Mitmachen & gewinnen

## Die Glückszahlsuche



### So wird's gemacht:

Die drei Bildausschnitte stammen von Fotos aus diesem Heft. Finden Sie die Fotos und notieren Sie jeweils die Seitenzahl des Originalfotos. Dann rechnen Sie die Zahlen zusammen. Die so ermittelte Summe ist Ihre Glückszahl. Einsendeschluss ist der 15. Februar 2023.



### Nehmen Sie online am Gewinnspiel teil:



[www.n-ergie.de/gewinnspiele](http://www.n-ergie.de/gewinnspiele) oder schicken Sie Ihre Glückszahl per Postkarte an: N-ERGIE Aktiengesellschaft, Redaktion „meine N-ERGIE“, Stichwort: Glückszahl, Am Plärrer 43, 90429 Nürnberg.



Wer gerne kocht, wird ihn lieben: Der gusseiserne Bräter von Le Creuset ist ein echter Klassiker. Das Material speichert die Wärme sehr gut. Der Bräter lässt sich leicht reinigen und eignet sich für Backofen und Herd gleichermaßen. Bei einem Fassungsvermögen von 4,7 Liter wird die ganze Familie satt. Mit der richtigen Antwort nehmen Sie teil an der Verlosung eines Bräters von Le Creuset.

Teilnahmebedingungen: Mitarbeiter\*innen der N-ERGIE und ihre Angehörigen können nicht teilnehmen, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es gelten die Datenschutzbestimmungen der N-ERGIE ([www.n-ergie.de/datenschutz](http://www.n-ergie.de/datenschutz)). Sammeleinsendungen bleiben unberücksichtigt, alle Gewinner\*innen werden schriftlich benachrichtigt. Als Hauptgewinnerin des Rätsels aus der vorigen Ausgabe kann sich Heidi Willer aus Dietenhofen über die True-Wireless In-Ear-Kopfhörer von Sony freuen.

## Mit unseren Online-Services schnell ans Ziel.

### Kundenservice rund um die Uhr:



Kunde werden



Rechnung einsehen



Produkt wechseln



Zählerstand mitteilen



Umzug melden



Zahlungsweise/  
Bankverbindung ändern



Abschlagshöhe ändern

[n-ergie.de/online-services](https://n-ergie.de/online-services)

