

# PHONK.

DER REPORTER

05.20



LIFESTYLE | PEOPLE | MUSIC | FASHION | EVENTS & MORE



ENCHILADA

LASS ES  
DIR LIEFERN

oder HOLS DIR EINFACH AB

JETZT BESTELLEN UNTER:  
TEL: 07131 68591 ODER  
HEILBRONN.ENCHILADA.DE/BESTELLEN

## PHONK | MAI 2020

---

### VORWORT

Liebe Phonk-Leser,

ein ganzer Monat im Ausnahmezustand liegt hinter uns, geprägt von Social Distancing, Maskenpflicht, Reproduktionszahlen und der Diskussion über mögliche Lockerungen. Während die Lage für viele Unternehmen, Gastronomiebetriebe, Händler und Kultureinrichtungen weiter ernst bleibt, sehnen sich andererseits natürlich auch viele Menschen wieder nach Normalität. Deshalb versuchen wir, in unserer zweiten Digitalausgabe beide Seiten abzubilden. Wir zeigen euch die Restaurants, Bars und Cafés von innen, die gerade geschlossen sind. Wir haben mit UnternehmerInnen darüber gesprochen, wie sie den Monat überstanden haben und jetzt weiterplanen. Und wir zeigen euch, wie dank Autokino, Nachbarschaftshilfe-App, Desinfektionsmittel vom Gin-Hersteller und vielen weiteren Ideen in der besonderen aktuellen Lage starke Projekte entstehen.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen – bleibt gesund!

Eure Phonk-Redaktion

### INDEX

- 03. INDEX & VORWORT
- 04. FUNDSTÜCK DER GABENZAUN
- 08. FOTOSTRECKE BIS IHR WIEDER KOMMEN DÜRFT
- 12. SZENEPORTRAIT POPUP AUTOKINO
- 14. TECH NEWS BLABLA HELP
- 16. TALKBOX
- 24. TREND ALTERNATIV TIPPS
- 26. SPECIAL REPORT CORONAKRISE
- 36. YUMMY NALANS BUTCHERI
- 40. ARTE DIMITRI LUFT
- 52. BEHIND THE BEATS PAUL GLEMSER
- 54. PORTRAIT HEIMAT GIN
- 56. AUDIO
- 58. GADGET
- 64. GUIDE LIEFERDIENST+TOGO SERVICES IN HN
- 68. IMPRESSUM

## DER GABENZAUN IM WERTWIESENPAK

*Vielleicht hat der ein oder andere von euch auch schon von dem neu ins Leben gerufenen Gabenzaun am Wertwiesepark (Eingang Südseite) gehört. Falls nicht – wir waren für euch vor Ort..*

Zustande gekommen ist das Projekt durch die Initiative „Solidarisches Viertel Heilbronn“. Es soll allen Menschen, die schon länger Hilfe benötigen oder von der Corona-Krise betroffen sind, zugutekommen. Gebeten wird darum, die Plastiktüten im Abstand von 1,50 Meter aufzuhängen, so dass die aktuellen Richtlinien während der Corona-Pandemie auch eingehalten werden können. Die Idee hinter dem Gabenzaun ist das kontaktlose Spenden. Was soll ran? Damit ist das erste Plakat am Zaun beschrieben – um zu vermeiden, dass Lebensmittel gespendet werden, die eventuell schimmeln oder verderben könnten. Deshalb wird darum gebeten, lieber haltbare Lebensmittel, Konserven und Hygieneartikeln als Spende zu wählen. Auf dem anderen Plakat wird die Message des Projekts klargestellt: „In Zeiten der Krise müssen wir zusammenhalten! Wir dürfen diejenigen nicht vergessen die so oft vergessen werden.“



Als wir selbst vor Ort waren, haben wir gesehen, wie unter anderem Smoothies oder ähnliches gespendet wurde. Das ist wahrscheinlich gut gemeint, aber bei den warmen Außentemperaturen Mitte April nicht die beste Idee. Lobenswert fanden wir aber, dass mit Tiernahrungs-Spenden auch an die Vierbeiner gedacht wurde. Bei einigen Tüten haben die Spender direkt auf einen Zettel geschrieben was enthalten ist – auch ein praktischer Einfall.



Diskussionen und Meinungsverschiedenheiten über das Thema gab es einige, überwiegend unter einem Facebook-Post in der „Du bist aus Heilbronn, wenn...“-Gruppe. Einige Bürger befürchten, dass die Spenden nicht bei den richtigen Leuten ankommen. Heilbronn ist übrigens nicht die einzige Stadt, die einen Gabenzaun besitzt. Viele weitere Städte wie zum Beispiel Heidelberg, Karlsruhe oder Köln haben ebenfalls einen ähnlichen Zaun. Vielerorts ist der Gabenzaun jedoch gerade gesperrt, um eine Ansteckungsgefahr mit dem Coronavirus auf diesem Wege zu verhindern. In manchen Städten werden diese Zäune leider auch zur Müllentsorgung genutzt. Aber dass die Spenden nicht da ankommen wo sie sollten, das war auch in den anderen Städten eher nicht das Problem.

**Falls ihr auch Lust habt etwas zu spenden: Der Gabenzaun befindet sich am Eingang der Südseite des Wertwiesenparks. Jede/r kann spenden und wenn alle ein wenig dazu beitragen, können wir zusammen aus etwas Kleinem was ganz Großes machen.** [VV]



**OB DU HILFE  
BRAUCHST,  
ENTSCHEIDEST  
NICHT DU!  
OB DU HILFST  
SCHON!**

**DEIN SOZIALES JAHR!**

- > Offene Behindertenhilfe
- > Fahrdienst
- > Krankentransport
- > Erste Hilfe Ausbildung
- > Ambulante und stationäre Pflege

**INFOTELEFON:  
FSJ, BFD UND  
SOZIALES  
PRAKTIKUM  
07131/97 39 109**

**Wir helfen  
hier und jetzt**



[info@asb-heilbronn.de](mailto:info@asb-heilbronn.de) · [www.asb-heilbronn.de](http://www.asb-heilbronn.de)  
[www.facebook.de/asb.heilbronn](https://www.facebook.de/asb.heilbronn)

Arbeiter-Samariter-Bund  
Baden-Württemberg e.V.  
Region Heilbronn-Franken

## BIS IHR WIEDERKOMMEN DÜRFT

Seit Mitte März haben Bars, Clubs und Restaurants in ganz Deutschland geschlossen. In diesem Heft – und auch schon in unserer April-Ausgabe – haben wir deshalb mit einigen Gastwirten, Barbesitzern und Club-Betreibern aus Heilbronn gesprochen. Denn wir wollten wissen, vor welchen Herausforderungen sie im Moment stehen, wie sie durch die Krise kommen und auch, wie die Gäste sie jetzt unterstützen können. Aber wie sieht es eigentlich hinter den verschlossenen Türen aus?

Wer sind die Gesichter dahinter, die es kaum erwarten können, endlich wieder unbeschwert ihre Gäste in Empfang nehmen zu dürfen? Vier Heilbronner Gastronomen haben unsere Redakteurin Sarah eingeladen, damit sie – selbstverständlich mit Sicherheitsabstand – einen Blick in die verwaisten Räumlichkeiten werfen kann. Dabei sind ein paar tolle Portraits entstanden, die wir euch nicht vorenthalten wollen. [FD]

Bilder: Sarah Millan



Michael Kopp, PlanB – die Bar



Stefan Glück & Elena Mayr, Old Fashioned Cocktailbar



Jasmin Kirrstetter-Stein, Hartmans Café-Bar



Valon Dumoshi, Cafe S'Schümli

An advertisement for PINSALIEFERSERVICE Heilbronn. The background is a close-up of a pizza topped with arugula, tomatoes, and mushrooms. Overlaid on the pizza is a dark circular graphic containing the text "LIEFERSERVICE Heilbronn" in white. Below this, there is a small illustration of a red delivery scooter with a yellow box, and a yellow banner with the text "ALWAYS HOT". At the bottom, the text "It's time for PINSALIEFERSERVICE" is written in a large, white, stylized font. The logo "PINSALIEFERSERVICE" is at the top, with "PINSALIEFERSERVICE" in a smaller font and "DIE PINSALIEFERSERVICE" in a larger font. The logo consists of a circle with a "P" inside, followed by "INSALIEFERSERVICE".

## POPUP-AUTOKINO AUF DER THERESIENWIESE

*Film-Hits flimmern über die Leinwand, jeder bekommt den besten Sitzplatz und sogar das Popcorn darf man sich selbst mitbringen... kein Wunder, dass das Heilbronner Popup-Autokino ein voller Erfolg ist. Auf der Theresienwiese parken die Zuschauer vor einer 60 Quadratmeter großen LED-Leinwand, um auch in Zeiten von Social Distancing ein gemeinsames Kinoerlebnis zu genießen.*

„Für uns als große Filmfans war es ein merkwürdiges Gefühl als zum ersten Mal die Projektoren bundesweit dunkel blieben. Und es ging nicht nur uns so, auch viele unserer Besucher vermissten ihre Kinos sehr“, erzählt Michael Roesch von Kinostar, einer der drei Initiatoren des Popup-Autokinos. Nun kommen die Filmfreunde aber wieder voll auf ihre Kosten und müssen sich nicht mit

der Streaming-Bibliothek zu Hause begnügen.

Highlights aus den letzten Jahren von „Der König der Löwen“ über „Bohemian Rhapsody“ bis „Joker“ laufen auf der Theresienwiese. Hinzu kommen aktuelle Filme wie „Die Känguru-Chroniken“, für die Kleinen stehen außerdem „Die Eiskönigin II“ oder „Die Heinzels“ auf dem Programm.



Bilder: Popup-Autokino Heilbronn

Der Ton kommt übrigens direkt aus eurem Autoradio – die UKW-Frequenz 87.7 solltet ihr euch am besten schon vor dem Autokinobesuch einspeichern und sicherstellen, dass eure Antenne funktionsfähig ist. Den aktuellen Spielplan findet ihr unter [www.popup-autokino.de/heilbronn](http://www.popup-autokino.de/heilbronn), bis zu vier Filme pro Tag werden gezeigt. Auf der Website müsst ihr auch gleich die Tickets kaufen, das ist nämlich nur online möglich. Der Einlass erfolgt auch kontaktlos, euer QR-Code wird durch die geschlossene Autoscheibe abgescannt.

Natürlich gelten auch beim Autokino die allgemeinen Verhaltensvorschriften der Corona-Verordnung: Maximal zwei Personen dürfen sich im öffentlichen Raum aufhalten, ausgenommen sind Familien mit eigenen Kindern. Der Eintritt kostet für ein Auto mit maximal zwei Erwachsenen 24 €, zwei Erwachsene mit bis zu drei eigenen Kindern auf der Rückbank zahlen 32 €.

**Wir wünschen euch viel Spaß bei eurem Besuch und schöne Stunden im Popup-Autokino!**

[FD]



## BLABLACAR SETZT JETZT AUF BLABLAHELP

*Sich mit zwei oder drei fremden Personen für mehrere Stunden ein Auto zu teilen ist in Zeiten von Corona wirklich keine gute Idee. Deshalb haben die Macher der Mitfahr-Plattform kurzerhand eine Alternativ-Angebot ins Leben gerufen: BlaBlaHelp.*

Innerhalb der letzten Jahre ist BlaBlaCar zu einer der beliebtesten Reismöglichkeiten Europas geworden. Neben dem erst kürzlich gelaunchten Fernbus namens „BlaBlaBus“ ist das Herzstück des Unternehmens ganz klar die digitale Mitfahrzentrale. Aber die steht momentan natürlich weitestgehend still – denn aktuellen sollen auch hier nur noch unabdingbare Fahrten durchgeführt werden. Stattdessen können sich User nun bei BlaBlaHelp anmelden. Das neue Angebot basiert auf demselben Prinzip wie die bereits bekannte Nachbarschaftshilfe. Menschen connecten sich, um Personen aus Corona-Risikogruppen beispielsweise den Lebensmitteleinkauf abzunehmen. BlaBlaHelp lässt dich die Verbindung nun statt per Zettel im Hausflur einfach digital herstellen – mit der riesigen BlaBlaCar-Community im Rücken. In der App kann man entweder für sich oder Verwandte und Bekannte nach Hilfe in der Nähe suchen. Oder man bietet selbst seine Dienste an.

Innerhalb von weniger als einer Woche hat das BlaBla-Team den neuen Übergangs-Service auf die Beine gestellt. BlaBlaCar-User werden sich dank der vertrauten Benutzeroberfläche schnell zurechtfinden, der Login funktioniert mit dem bestehenden Account. Aber auch Neu-User dürften bei der Benutzung von BlaBlaHelp keinerlei Probleme haben. Die App ist selbstverständlich kostenlos, ihr findet sie ab sofort für iOS- und Android-Geräte in den jeweiligen App-Stores.

[FD]

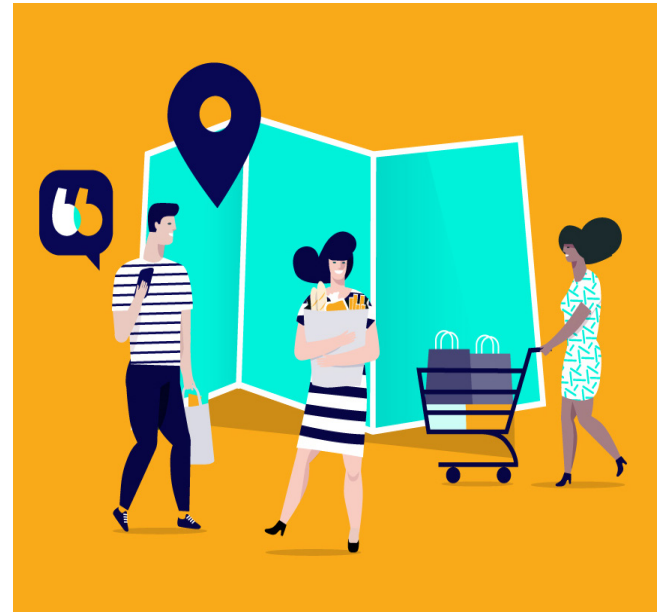
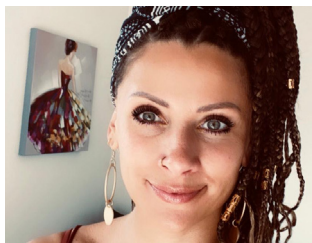


Bild: BlaBlaCar, 2020 ©



## WAS IST DAS ERSTE, WAS DU NACH ENDE DER CORONA-EINSCHRÄNKUNGEN MACHST?



JULIE (37), HEILBRONN

„Worauf ich mich am meisten freue nach Ende der Corona Einschränkung: Meine Freunde wieder in die Arme zu schließen und ganz fest zu drücken, das fehlt mir im Moment am meisten. Man kann zwar entspannt mit einander spazieren gehen auf Abstand aber Umarmungen fehlen mir sehr. Und natürlich freue ich mich darauf wieder arbeiten zu dürfen im Salon und auf meine lieben Kunden welche mich super unterstützt haben in der Zwangspause.“



KERSTIN (35), HEILBRONN

„Zuerst möchte ich sagen, dass ich für mich persönlich die Zeit der „Corona Quarantäne“ nicht negativ empfinde. Es war natürlich eine Umstellung, im Home Office zu sein und gleichzeitig meinen 7-jährigen Sohn zu unterrichten. Aber trotz anfänglicher Schwierigkeiten haben wir unser Leben ein großes Stück entschleunigt und genießen die gemeinsame Zeit sehr, die ich sonst in unserem oftmals hektischen Alltag so nicht habe. Auch für die Zeit danach möchte ich mir das zukünftig zu Herzen nehmen. Was ich am liebsten sofort nach der Kontaktsperre machen würde? Das ist einfach. Ich möchte einfach all meine Freunde und meine Familie wiedersehen und alle fest in den Arm nehmen.“

*primafila*

EISMANUFAKTUR UND CAFÉ

**NATÜRLICH LECKER!**

GESCHMACK UND QUALITÄT  
STEHEN BEI UNS  
AN ERSTER STELLE.

DESHALB KOMMEN IN UNSER  
HANDWERKLICH ZUBEREITETES EIS  
NUR HOCHWERTIGE UND  
NATÜRLICHE ZUTATEN,  
FREI VON KÜNSTLICHEN AROMEN  
UND FARBSTOFFEN

**— UND DAS SCHMECKT MAN.**



IM MARRAHAUS  
OBERE NECKARSTRASSE 32 / 74072 HEILBRONN  
WWW.PRIMAFILA-EIS.DE



FABIAN (30), LEINGARTEN

„Ich habe die letzten Wochen mit Home Office verbracht und die Lehrerrolle übernommen, da die Schulen geschlossen sind. Voraussichtlich wird das noch ein paar Tage so gehen. Sobald die Gastronomie öffnet, gehe ich erst mal wieder mit meiner Frau essen. Kino stand bei uns fast wöchentlich auf der To-Do-Liste – und auch in der Stadt ausgelassen shoppen zu gehen fehlt irgendwie. Dinge die sonst so selbstverständlich waren lernt man wieder zu schätzen. Wird wohl noch ein wenig dauern, bis wir wieder auswärts zu Abend essen. Bis dahin lass ich mich daheim mit guter Küche verwöhnen und verbringe qualitative Zeit mit der Familie.“



MAHSA (35), HEILBRONN

„Für uns waren die letzten Wochen mit Kita-Kind und Home Office sehr anstrengend. Nicht nur, dass die Betreuung weggefallen ist, auch jegliche Unterstützung von den Großeltern ist weggefallen. Wir mussten den Tag gut durchorganisieren, damit wir unserer Arbeit nachgehen können, einen bevorstehenden Umzug planen und wertvolle Zeit mit unserem zweieinhalbjährigen Sohn verbringen können. Trotz den Einschränkungen genießen wir die intensive Zeit zusammen! Wir sind viel in der Natur und haben viele vergessene Plätzchen in Heilbronn und Umgebung wieder neu erkundet. Wir können es kaum erwarten, wieder wertvolle und persönliche Zeit mit unseren Freunden zu verbringen! Sobald die Krise rum ist, schmeißen wir eine Einweihungsparty mit guten Freunden, gutem Essen und leckeren Drinks!“

Phonk 05.20



CONCEPT STORE

DANKESCHÖN!



zeitlos

ILONA LANDMANN

Schubartstraße 22 . 74076 Heilbronn . [www.zeitlos-heilbronn.de](http://www.zeitlos-heilbronn.de)



JENNIFER (32), LEINGARTEN

„Als erstes bin ich froh, wenn ich meinen Friseursalon wieder öffnen darf. Es ist schon sehr nervenzehrend, wenn kein Ende in Sicht ist. Gleichzeitig habe ich die Zeit daheim aber auch genossen, da ich mir sonst niemals so viele Wochen am Stück Urlaub nehmen würde und die Familie im Arbeitsalltag oft viel zu kurz kommt. Ein schönes Abendessen im Lieblingslokal oder ins Kino gehen fehlt natürlich trotzdem. Auf einmal sind die kleinen Dinge im Leben nicht mehr so selbstverständlich, aber auch das hat die Menschheit gebraucht. Ich bin erholt und wieder ready, die Welt mit schönen Haarfarben zu schmücken. Der Kalender ist voll und die Kunden stehen in den Startlöchern.“



MARCO (25), GÜGLINGEN

„Das Erste, was ich nach dieser schrecklichen Zeit mache, liegt auf der Hand. Ich schnappe alle meine Freunde und gehe ins Bukowski-Live in Heilbronn feiern, als gäbe es keinen Morgen. Diese Zeit trifft vor allem die ganzen DJs, Musiker und Clubs. Daher werden sicher alle froh sein, wenn man wieder wie gewohnt in das Wochenende starten kann!“

**ORDER ONLINE**

Du kannst täglich **von 11:30 bis 22:00 Uhr** bei uns bestellen.  
07131 4059157 | 0163 3416968 | ORDER ONLINE



JANINE (29), HEILBRONN

„Während der Corona-Zeit wird einem erst bewusst was selbstverständlich war und was einem fehlt. Trotz allem bringt die Zeit auch viel Positives: Man ist bewusster mit seinen Liebsten und seinem engsten Umfeld zusammen und hat Zeit für sich. Was ich bewusster nach dieser Zeit machen werde? Ganz klar ins Charivari essen gehen und im Anschluss unter freiem Himmel im Hip Island tanzen. Ich hoffe, dass wir alle nach dieser schweren Zeit achtsam und dankbar das Leben genießen werden.“



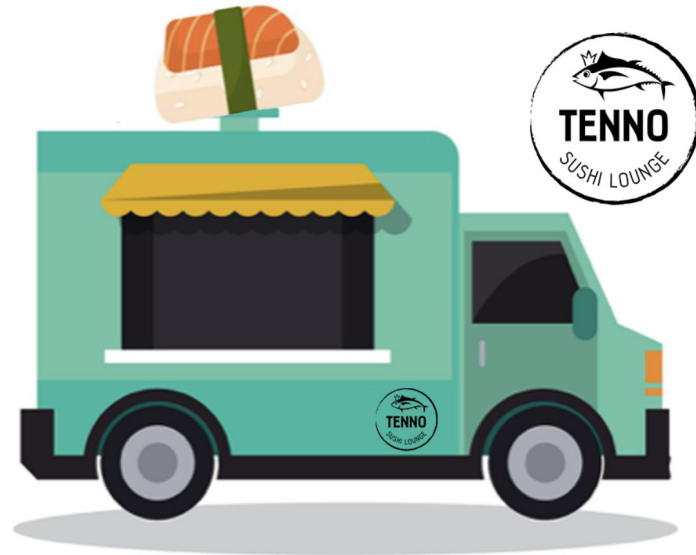
SINA (38), SCHWÄBISCH HALL

„Ich freue mich schon sehr, wenn ich meine Hobbys wie das Auflegen und Feiern in Clubs und auf Festivals sowie Crossfit in der Gruppe zurückbekomme. Auch meine verschobene Reise nach Kroatien würde ich nach dem endgültigen Lockdown direkt nachholen. Aber ich will mich auch nicht beschweren, ich bin gesund und darf normal arbeiten gehen. Somit bin ich nicht nur daheim, wie viele andere. Auch die chilligere Zeit mit Familie und Freunden genieße ich. Ich hoffe trotzdem auf ein schnelles Ende, da mir die wirtschaftlichen Auswirkungen sehr bewusst sind. Gerade die Gastro-, Bar- und Eventbranche trifft es sehr hart und das tut mir persönlich am meisten leid.“

[SC]

Phonk 05.20

## TENNO SUSHI LIEFERSERVICE



LIEFERZEITEN: MO - SA 17-21 UHR

TELEFON: +49 170 18 311 06

FOLGT UNS AUF  
INSTAGRAM

@tenno\_sushi\_lounge\_

#tennosushilounge

## KEINE LUST MEHR AUF SERIENSCHAUEN UND LESEN?

HIER KOMMEN EIN PAAR ALTERNATIV-TIPPS FÜR DIE ZEIT ZU HAUSE

*Was tun, wenn man die Watchlist durch und alle Bücher gelesen hat die man schon immer lesen wollte? Klar man könnte ganz einfach so weitermachen und eben neue Serien raussuchen. Oder sich neue Bücher holen, aber mit der Zeit wird auch das irgendwann etwas langweilig. Deswegen einfach mal etwas Neues ausprobieren. Die aktuelle Zeit zwingt uns leider, etwas eingeschränkter zu leben. Aber warum dann nicht genau diese Zeit nutzen, um mal wieder richtig kreativ zu werden?*

### 1. Go Grün!

Wie wäre es den eigenen Balkon ein wenig neu zu gestalten? Dafür reicht es auch meist schon aus, schöne Pflanzen zu besorgen und damit das Gelände zu schmücken. Ihr habt keinen Balkon? Auch kein Problem, dann eben die Wohnung mit Pflanzen ausstatten! So kommt man der Natur auch drinnen wieder etwas näher.

### 2. Mal mal!

Wenn ihr schon genug Pflanzen habt und ihr lieber etwas Anderes machen wollt, können wir euch das Malen empfehlen. Holt euch dazu einfach ein paar kleine Leinwände, ein paar Acrylfarben und Pinsel. Ihr braucht auch keine Profis in dem Bereich sein, aber einfach mal loslegen und wer weiß – vielleicht entdeckt ihr ja ein ganz neues Talent in euch und es ist als hättet ihr nie was Anderes gemacht außer zu malen?

Macht dazu noch eure Lieblingsmusik an und schon kann es losgehen

### 3. Radeln und Skaten

Schwingt euch mal wieder aufs Fahrrad! Oder warum nicht auch in die Inliner, die wahrscheinlich schon etwas vergessen im Keller oder im Abstellraum liegen? Wenn das Wetter es zulässt, dann raus in die Sonne und Energie tanken. Aber natürlich aufgrund der aktuellen Situation mit dem nötigen Abstand zu anderen Radelnden oder Skatenden.

### 4. Picknick für zwei

Zu zweit ein kleines Picknick im freien Genießen, das wäre doch auch eine Idee. Sandwiches vorbereiten, etwas Obst und was zu trinken ist kein großer Aufwand, aber es bringt eine schöne Entspannung und Abwechslung in den Alltag. Sucht euch ein ruhiges Plätzchen und genießt die Natur und die Zweisamkeit dabei.

### 5. Bleib in Bewegung!

Auch uns fällt hin und wieder die Decke auf den Kopf und das tägliche Homeoffice mit acht Stunden vor dem Rechner schlaucht irgendwann. Ein bisschen Bewegung schadet deshalb überhaupt nicht. Kleine Workouts die ihr über YouTube oder sonstige Portale machen könnt, bringen wieder Schwung und Energie in euren Körper. Probiert doch statt den üblichen Workouts auch mal Dance-Workouts aus. Ihr habt Musik, das Tanzen, die Zeit vergeht wie im Flug und der Spaßfaktor bleibt definitiv dabei nicht aus!

Ihr seht also:

Auch wenn wir gerade alle etwas eingeschränkter Leben müssen und wir gerne all unsere Freiheiten wiederhätten, es gibt so viele Möglichkeiten diese Zeit zu nutzen und das Beste daraus zu machen. Entrümpelt, streicht die Wände neu, malt Bilder bepflanzt euren Balkon oder eure Wohnung oder lernt eine neue Sprache. Egal was, widmet diese Zeit einfach mal wieder euch und euren kleinen Projekten. Und wenn ihr dann alles ausprobiert habt, hat auch Netflix sicher wieder neue Serien für euch zum Schauen.

Bleibt gesund und passt auf euch auf  
[SM]



Bild: © Erik Mclean on Unsplash

## GESCHÄFTE UND GASTRO IN ZEITEN VON CORONA

*Bereits in unserer April-Ausgabe sind Protagonisten hinter einigen Clubs, Bars und Restaurant aus Heilbronn zu Wort gekommen. So konnten Sie euch aus erster Hand einen Einblick in die neue Realität dieser Unternehmer geben, die von der Coronakrise gerade besonders hart getroffen werden. Nach einem ganzen Monat wollten wir jetzt erneut wissen, wie die Lage ist. Und neben Leuten aus der Gastro haben wir diesen Monat auch Heilbronner Einzelhändler gefragt, welche Auswirkungen der Lockdown für sie bisher hatte.*

Ilona Landmann, zeitlos

### **Wie habt ihr seit der Schließung eures Ladens reagiert, um die neue Situation zu überbrücken?**

„Not macht erfinderisch“ Liebevoll verpackte Geschenkideen die wir vor dem Zeitlos zur Selbstabholung angeboten haben. Individuell abgestimmte Warenlieferungen, persönlich vor die Haustüre oder per Post für unsere Kundinnen. So konnten wir einen Teil des Umsatzes kompensieren. Ein herzliches Dankeschön an unsere Kunden, die uns in dieser Zeit unterstützt und diese Angebote gerne angenommen haben. Kurzarbeit und das Fördergeld haben ihren Beitrag dazu beigetragen. Auch unsere Lieferanten haben uns durch Lieferstopps und längere Zahlungsziele unterstützt. Alles in allem konnten wir diese schwierige Zeit gut überstehen.

### **Wie blickt ihr die Wiedereröffnung entgegen? Kommen dabei auch neue Schwierigkeiten auf euch zu?**

Wir, mein Team und ich freuen uns, dass wir wieder öffnen dürfen. Probleme sehen wir im Moment noch keine. Die Zeit wir es zeigen, welche Auswirkungen COVID-19 auf unsere Branche und das Verhalten der Kunden hat. Wir sind sehr zuversichtlich und wie schon gesagt: Es geht weiter.

### **Wie habt ihr die Solidarität der Menschen in den letzten Wochen erlebt und welche Art von Unterstützung würdet ihr euch für die Zukunft wünschen?**

Solidarität, ein viel strapaziertes Wort in dieser Zeit... Es ist schön zu sehen und auch zu erfahren, dass Menschen sich gegenseitig helfen und unterstützen. Weniger schön habe ich die Situation für die Ladengeschäfte empfunden. Einzelhandelsgeschäfte, Boutiquen und Blumenläden mussten schließen. Große Supermärkte, Baumärkte oder Gartencenter hatten geöffnet und durften nicht-systemrelevante Ware verkaufen. Diese Maßnahme wurde seitens der Regierung möglicherweise nicht zu Ende gedacht. Sicherlich hätten auch alle anderen Geschäfte eine passende Lösung zur Einhaltung der Regelungen gefunden.



zeitlos  
Ilona Landmann

---

Nelly Nagel, Mangold Heilbronn

**Wie sah euer Alltag aus, seit ihr das Mangold vorübergehend zu machen musstet?**

Die ersten Tage haben wir damit verbracht, das Mangold in einen „Winterschlaf“ zu versetzen: Ware versorgen, Geräte abschalten, alles putzen und so weiter. Eigentlich ist trotzdem die ganze Zeit etwas zu tun... Letzte Woche haben wir mit dem Team unsere gesamte Außenbestuhlung renoviert und auch einige optische Veränderungen im Gastraum vorgenommen – Aufgaben, für die im laufenden Betrieb oft keine Zeit bleibt.

**Welche Folgen hat die wochenlange Schließung für euch als Gastronomen?**

Den meisten ist die Aussage schon bekannt: „Bier, das ich heute nicht verkaufe – verkaufe ich im Juni nicht doppelt!“ Die Umsätze dieses Frühjahrs mit dem Traumwetter, können wir auch im restlichen Jahr nicht mehr reinarbeiten. Die Rücklagen werden von Woche zu Woche kleiner und die bittere Tatsache ist: Viele laufende Kosten sind aktuell nur aufgeschoben ABER NICHT AUFGEHOBEN! Wir schieben und schieben und wir sind überzeugt, dass der finale Überlebenskampf für die Gastronomen im Herbst/Winter kommen wird.

**Habt ihr konkrete Maßnahmen ergriffen, um die Situation zu überbrücken?**

Wir überbrücken, indem wir die „freien“ Tage für Optimierungen nutzen. Wir haben in der Küche umgestellt, mit Lieferanten am Sortiment gefeilt und auch mit allen Mitarbeitern eine „Sommerkarte“ entworfen. Wir wollen uns jetzt rüsten, um ab der Wiedereröffnung top Leistung bringen zu können und unsere Gäste glücklich zu machen. Im Mai werden wir an schönen Tagen auch wieder Essen und Trinken zum Abholen anbieten.

**Wie können euch die Leute supporten, die jetzt erst mal nicht zu euch kommen dürfen?**

Natürlich gerne mit Geschenk-Gutscheinen – einfach per Mailbestellung an **info@mangold.hn**. Und vor allem: Seid unsere Gäste vor Ort, sobald wir wieder öffnen dürfen! ;)



---

Jürgen Klein, size 11

**Wie habt ihr die letzten Wochen überbrückt, in denen ihr schließen musstet?**

Wir hatten über Social Media 15 Prozent auf Gutscheine und unserem Sortiment angeboten. Die Resonanz war am Anfang sehr gut, wir hatten in Heilbronn auch selbst ausgeliefert. Die Kaufbereitschaft hatte in den letzten 14 Tagen leider abgenommen. Um unseren Kundenstamm besser zu bedienen und zu erweitern habe ich beschlossen, einen Onlineshop zu eröffnen.

**Könnt ihr euren Betrieb jetzt relativ nahtlos wieder aufnehmen oder steht ihr weiterhin vor Schwierigkeiten?**

Wir öffnen am 20.4 mit den Corona-Richtlinien und hoffen das die Kunden sich wieder neu einkleiden. Unser Lager ist voll und uns fehlen vier Wochen Abverkauf. Die Schwierigkeit könnte sein, dass Kunden noch verunsichert sind in die Stadt zu kommen und noch den Kontakt meiden.

**Wie habt ihr die Unterstützung der Menschen während der Schließung wahrgenommen und was wünscht ihr euch für die Zukunft?**

Wir hatten viele Gutscheine als Unterstützung verkaufen können und wünschen uns, den Laden zu erhalten. Wir hoffen, dass die Region den Heilbronner Einzelhandel offline und online unterstützt.





Philipp Strähle, Club Kaiser Skybar

**Wie sieht euer Alltag aus, seit ihr gezwungen wart, bis auf weiteres zu schließen?**

Wir haben nun die Möglichkeit, Arbeiten zu erledigen welche bislang auf Eis standen. Daraus resultiert eine neue Lichtanlage für den Club und endlich gutes WiFi. :)

**Welche Auswirkungen hatte die Schließung für die Club Kaiser Skybar ganz konkret?**

Unsere Umsätze sind auf 0 gefallen. Einige Kosten bleiben. Uns setzt es, genau wie allen anderen Gastronomen, natürlich auch zu. Wir haben uns nun dazu entschlossen, ab Donnerstag den 30.04.2020 Sushi für den Take-Away und Lieferservice anzubieten. Wenn Ihr also unser Sushi vermisst und uns gleichzeitig unterstützen wollt, dann freuen wir uns auf Eure Bestellung - von Donnerstag bis Sonntag von 17.00 Uhr bis 22.00 Uhr. :)

**Habt ihr davon abgesehen noch weitere Maßnahmen zur Überbrückung ergriffen?**

Neben unserem Take-Away und Lieferdienst verkaufen wir auch Gutscheine. Auf [saveyourfriends.de](http://saveyourfriends.de), einer Initiative von Diginights, bieten wir extrem rabattierte Gutscheine an. Wer jetzt schon weiß, dass er uns über den Dächern der Stadt besuchen mag, der sollte dort zuschlagen.

**Was möchtet ihr euren Gästen aktuell sonst noch mitteilen?**

Sie sollen durchhalten, gesund bleiben, Gutscheine kaufen, Sushi bestellen und uns auf Instagram und Facebook folgen. :)

[FD]



# KEINE ZEIT FÜR...

S  
O  
L  
I  
D  
A  
R  
I  
T  
Ä  
T

N  
A  
C  
H  
B  
A  
R  
S  
C  
H  
L  
A  
N  
G  
F  
T  
S  
H  
I  
L  
F  
E

D  
A  
N  
K  
B  
A  
R  
K  
E  
I  
T

E  
N  
T  
S  
C  
H  
L  
E  
U  
N  
I  
G  
E  
N

F  
I  
T  
N  
S  
S

S  
C  
H  
Ö  
N  
E  
R  
O  
H  
N  
E  
N

L  
I  
E  
F  
W  
E  
R  
S  
E  
R  
V  
I  
C  
E

T  
E  
I  
L  
E  
N

F  
A  
M  
I  
L  
I  
E

G  
L  
A  
S  
S  
E  
N  
H  
E  
I  
T

## YUMMY MIT NALANS BUTCHEREI

*Regionale Fleischspezialitäten mit internationalen Einflüssen und eine riesige Weinkarte – dafür schätzen die Gäste Nalans Butcherei in Weinsberg. Doch Mitte März musste natürlich auch das Restaurant von Nalan Kuru-Black vorrübergehend schließen. Über die Folgen für sie und ihr Team hat uns die Gastgeberin mehr erzählt, aber natürlich wollten wir trotzdem auch mit Nalan übers Essen reden. Und ein Rezept für euch haben wir ebenfalls abgestaubt.*

### **Für jemanden, der noch nie bei euch war: Was muss man über Nalans Butcherei wissen?**

Herzlich und lecker. Es ist meine Berufung, Gastgeberin zu sein, persönlicher Kontakt zu den Gästen zu haben. Jeder soll sich zu Hause fühlen. Außerdem: qualitativ hochwertiges Fleisch, Gerichte mit orientalischem Touch und regionale Produkte.



### **Wie würdest du eure Philosophie in der Küche in drei Worten beschreiben?**

STEAK MEETS ORIENT!

### **Hast du ein persönliches Lieblingsgericht?**

F flanksteak Boeuf de Hohenlohe mit gebratenen Salatherzen. Allerdings esse ich wahnsinnig gerne... eigentlich alles, was die Butcherei-Küche anbietet.

### **Wie sieht euer Alltag aus, seit ihr gezwungen wart, bis auf weiteres zu schließen?**

Erstmal alles unfassbar und schrecklich, doch dann haben wir gleich umdisponiert und auf To-Go umgestellt. Aktuell bieten wir Montag bis Samstag zwischen 17:30 Uhr und 19:30 Uhr Gerichte zum Abholen an.

### **Wie spürt ihr die finanziellen Auswirkungen der Schließung?**

Bei einem Bruchteil der Einnahmen bleiben trotzdem die laufenden Kosten wie Pacht, Strom, Versicherungen und so weiter. Zum einem wird auch einiges an Rechnungen gestundet, darüber bin ich im Moment zwar froh und dankbar. Zum anderem müssen diese auch irgendwann beglichen werden. Dann stehen wir nämlich alle vor einem Berg Schulden. Bin mir ziemlich sicher, dass wir lange Zeit nicht in unseren Gastro-Alltag zurückkehren können. Mir zerreißt es mein Herz, wenn ich die aufgestuhlten Stühle jeden Tag sehe.



Ich liebe meinen Beruf, es tut einfach nur sehr weh. Es gibt Entwürfe von Auflagen, wie es bei einer Lockerung aussehen kann, es wird sehr schwer...

### **Wie können euch eure Gäste momentan am besten unterstützen?**

In dem sie unser Essen-To-Go-Angebot so oft wie möglich nutzen, uns empfehlen und weiter erzählen. Wir freuen uns über jede Unterstützung und an dieser Stelle auch ein herzliches Dankeschön. Trotz allem geht Gesundheit vor, es ist unser höchstes Gut. Bleibt gesund – wir freuen uns, euch bald in der Butcherei begrüßen zu dürfen.

*Bilder von Meli Dikta*



## NALANS REZEPT: SCHWÄBISCHER ROSTBRATEN

REZEPT FÜR 4 Personen:

### KALBSJUS

1 Kg Kalbsknochen  
1 Kg Wurzelgemüse (Sellerie, Karotte, Knoblauch, Lauch, Zwiebeln)  
5 EL Tomatenmark  
0,75 ltr. Rotwein  
2,5 ltr. leichte und ungesalzene Gemüse-, Rinder- oder Geflügelbrühe  
3 EL Rübensirup  
Pfefferkörner, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Pimentkörner

1. Kalbsknochen im Ofen bei 220°C rösten und hin und wieder wenden
2. Wurzelgemüse in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden und Knoblauch schälen
3. Das Gemüse in einem großen Topf mit etwas Sonnenblumen- oder Rapsöl dunkelbraun rösten
4. Nun das Tomatenmark zugeben und ebenfalls rösten
5. Den Rotwein in drei Schritten zugeben und dazwischen immer wieder so weit einkochen, bis man ein leichtes Bratgeräusch wahrnimmt
6. Ist der Rotwein so weit eingekocht, gibt man die Brühe, alle Gewürze, den Rübensirup sowie die gerösteten Kalbsknochen ohne das ausgelaufene Fett hinzu.



7. Die Jus sollte nun mindestens zwei, maximal 6 Stunden langsam köcheln. Dabei müssen das Fett und Eiweiß an der Oberfläche immer wieder mit einer Kelle abgeschöpft werden. Gegebenenfalls mit etwas Wasser auffüllen.
8. Nun ein feines Sieb mit einem Passiertuch (alternativ Geschirrtuch ohne Weichspüler) auslegen und die Jus langsam durchlaufen lassen.
9. Erneut aufkochen und auf ca. einen Liter Gesamtmenge reduzieren.
10. Erst jetzt mit Salz abschmecken und je nach Verwendungszweck mit Speisestärke andicken.

### SPÄTZLES TEIG

400 g Mehl  
50 g Gries  
5 Eier  
2 Eigelb  
Salz

1. In einem großen Topf Wasser mit 8g Salz / Liter aufkochen
2. Die Eier und das Eigelb verquirlen, mit Salz würzen und ca. 10 Minuten kalt stehen lassen, damit die gelbe Farbe verstärkt wird.
3. Nun mit dem Mehl und dem Gries vermengen und gegebenenfalls einen Schluck Mineralwasser zugeben.
4. Den Teig mit einem Holzlöffel kräftig schlagen, bis er Blasen wirft.
5. Nun den Spätzleteig mit einer Presse in das kochende Wasser drücken und einmal aufkochen
6. Möchte man die Spätzle abschrecken, sollte das in gesalzenem, kaltem Wasser geschehen.



### ROSTBRATEN ZUBEREITEN

4 St. Steaks aus dem Roastbeef oder Entrecote á 180g - 220g  
2 St. Zwiebeln  
150ml Kalbs- oder Rinderjus  
50ml Rotwein (leichter Rotwein wie z.B. Trollinger)

1. Zwiebeln schälen und in Halbringe schneiden.
2. In einer Pfanne je nach Vorliebe etwas Rapsöl oder Butterschmalz erhitzen, den Rostbraten salzen und auf die gewünschte Garstufe braten. Nun das Fleisch im Ofen bei 60°C warmstellen und mit schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen.
3. Anschließend in der selben Pfanne die Zwiebeln ca. 10 - 15 Minuten goldbraun rösten.
4. Mit Salz würzen und mit Rotwein ablöschen.
5. Den Rotwein beinahe einkochen, dann die Kalbsjus zugeben und erneut etwas einkochen.
6. Den Rostbraten auf einen vorgewärmten Teller anrichten und mit der Zwiebelsoße übergießen.
7. Die Spätzle frisch aus dem Topf oder in Butter geschwenkt zugeben.

## FOTOS GEGEN FERNWEH

DIE ATEMBERAUBENDEN BILDER VON DIMITRI LVFT

Seit sieben Jahren wohnt Dimitri in Heilbronn, hauptberuflich arbeitet er hier im Einzelhandel. Abgesehen von der Arbeit ist der 33-jährige natürlich auch gerade hauptsächlich zu Hause – was ihm sein Hobby deutlich erschwert. Vor drei Jahren hat er sich nämlich eine erste Einsteigerkamera gekauft und angefangen, Fotos zu knipsen. Mittlerweile wurde der Amateurapparat gegen eine Profi-Vollformat-Kamera eingetauscht, seine Motive findet Dimitri inzwischen in der ganzen Welt. „Durch den Einfluss von Instagram kam auch die Reiselust und so beschloss ich nahezu jeden Urlaubstag in weiter Ferne zu verbringen“, erinnert er sich. Um die reisefreie Zeit zu überbrücken, hat uns der Fotograf ein paar seiner schönsten Bilder gezeigt und erzählt, wie sie entstanden sind.



**Mehr von Dimitris Travel-Fotos gibt es auf Instagram unter dem Account <https://www.instagram.com/dimoninho86> zu bestaunen. Mit <https://www.instagram.com/dim.lvft/> hat er vor kurzem auch ein neues Projekt gestartet, um sich der Portrait-Fotografie zu widmen.** [FD]



Havanna

„In den Straßen der Altstadt Havannas. Die kunterbunten Oldtimer sind immer ein sehr schönes Motiv und von den Straßen Kubas nicht wegzudenken.“



## Kuala Lumpur

„Die bunte Treppe auf dem Weg hoch zu den Batu Caves hat es in sich. Nicht nur die zahlreichen Treppen erschweren den Weg nach oben, sondern auch die diebischen Affen, die es nichts unversucht lassen, den Touristen etwas zu stehlen. Ich spreche aus Erfahrung :D“



## Mt. Fuji

„Ca. 1 Stunde Busfahrt von Tokio entfernt ist der Ort Fujiyoshida. Der Weg zu diesem Aussichtspunkt ist sehr malerisch und mit ein wenig Glück lichten sich die Wolken über dem Mt. Fuji und der Berg zeigt sich von der schönsten Seite.“



## New York

„Einer der bekanntesten Instagram Spots von New York ist der Blick von Brooklyn auf die Manhattan Bridge. Genau zwischen den Pfeilern sieht man eines der bekanntesten Hochhäuser der Welt: das Empire State Building.“



## San Francisco

„In der California Street kann man, am besten zum Sonnenaufgang, die berühmten Cable Cars fotografieren. Vorsicht ist jedoch durch den Verkehr geboten.“



## Stockholm

„Stockholm hat für mich die schönsten und außergewöhnlichsten Metro-Stationen der Welt. Das Netz gilt auch als längste Kunstausstellung und erstreckt sich über 110 km. Eine meiner Favoriten ist die Solna Centrum Station, die einem Höllenfeuer gleicht.“



## Wien

„Einen besonderen Ausblick auf den St. Stephansdom konnte ich über den Dächern Wiens durch einen Instagram-Freund ergattern. Zur Dämmerung wurde die Turmbeleuchtung eingeschaltet und durch den Sonnenuntergang ergab sich eine atemberaubende Lichtkombination.“





## Hollywood

„Der wahrscheinlich bekannteste Schriftzug der Welt erstreckt sich auf dem Gipfel der Hollywood Hills. Zum Sonnenuntergang hat man hier einen wunderschönen Ausblick auf ganz Los Angeles.“

## TAKE AWAY & LIEFERSERVICE



Jetzt anrufen unter 07131-1376175  
oder via Whatsapp 0151 275 36 276

Innerhalb von Heilbronn ab 25€

Donnerstag bis Sonntag  
17 - 22 Uhr



# Infektionsschutz

Die Infektionsschutz Corona Wall hilft wirkungsvoll, Tröpfcheninfektionen durch Husten, Ausatmen und Sprechen zu vermeiden.

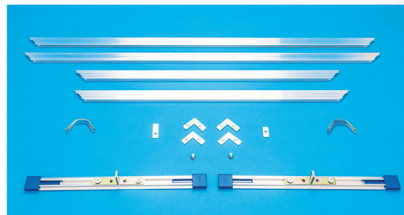
- Acrylglas 2 mm oder ähnliche transparente Platten bis zu 5 mm Stärke werden mit dem Rahmenprofil 9 pressblank eingefasst.
- Per Andruckfedern werden die Gläser im Rahmen gehalten.
- Zwei oder mehrere Fußteile sorgen für sicheren Stand.



GARTENSTRASSE 75 – 74076 HEILBRONN  
TEL: 07131 390 116

Wir haben alle Bestandteile auf Lager und sind somit lieferbereit.

Bausatz in verschiedenen Fix-Formaten (Hoch- oder Querformat)  
Maße: 50 X 70 cm oder 60 x 80 cm



## BEHIND THE BEATS // PAUL GLEMSER

### Wie und wo hast du angefangen?

Das war 2010 auf Sri Lanka. Zu der Zeit habe ich dort gelebt und war zu Besuch bei meinem Stiefonkel, welcher mir Virtual DJ vorgestellt hat. Ich war sofort verliebt! Von da an hat sich die Leidenschaft immer weiterentwickelt.

### Was macht aus einer coolen Party eine unvergessliche Nacht?

Das Gesamtpaket muss stimmen! Das Publikum, die Musik, aber mit am wichtigsten finde ich, dass alle Sinne angesprochen werden. Das kann auf die unterschiedlichste Weise geschehen. Ich persönlich bin ein riesen Fan von liebevoller Deko und durchdachten sowie atmosphärischen Lichtkonzepten.

### Was war das prägendste Erlebnis deiner Laufbahn?

Das war als ich meinen ersten Plattenvertrag in der Hand hielt. Damit hat sich ein lang angestrebter Traum erfüllt. Die EP "Raum ohne Zeit" war ein sehr persönliches Projekt - umso größer war die Freude, als die Zusage vom Label kam.

### Welcher Track regiert zurzeit die Dancefloors?

Zurzeit wohl leider nicht die Dancefloors, aber definitiv mein Schlafzimmer sowie mein Lieblings-Floor, die Oase: ARTBAT mit „For A Feeling“.

### Was sind absolute No-Gos beim Auflegen?

Betrunken sein und / oder zu spät kommen (schuldig, ist mir auch schon passiert).

## BRAINSTORMING

### Digital oder Analog?

Eigentlich Hybrid, aber wenn ich wählen muss, dann Analog.

### „Ein guter Mix...“

... ist die beste Grundlage für einen guten Master.

### Großraumdisco oder kleiner Club?

Kleiner Club, auch gerne mit nur einem Gast.

### Klassiker oder Aktuelles?

Tendenziell eher Aktuelles. Ich stehe auf innovative Sounds. Allerdings ist nicht ausgeschlossen, dass sich in meinen Sets auch mal ein Klassiker findet.



# HEIMAT GIN STELLT DIE PRODUKTION AUF DESINFEKTIONSMITTEL UM



## Alkohol und Solidarität gegen die Corona-Pandemie

Im Kampf gegen das Coronavirus stellt die HEIMAT Gin Manufaktur aus Schwaigern bei Heilbronn, in Zusammenarbeit mit der Schloss Apotheke Schwaigern, nun ihre Produktion auf Desinfektionsmittel um. Kurzerhand wurden alle Alkoholvorräte für die Produktion nach dem WHO-Rezept bereitgestellt.

Neben dem fachlichen Know-how im Umgang mit Spirituosen setzt die Destillerie auch auf bewährte Zutaten ihres beliebten Gins. Somit enthält die sorgfältig produzierte Händedesinfektion auch ätherische Öle von Wacholder, Lavendel und Thymian. „Mit der Herstellung von Desinfektionsmittel übernehmen wir soziale und gesellschaftliche Verantwortung“, so Rouven Richter, einer der drei HEIMAT-Gründer, und zuständig für die Destillation. „Wir hoffen, dadurch beim Eindämmen der Pandemie helfen zu können.“

## Nicht nur für die Hände, sondern auch für den guten Zweck

Bei den drei Jungunternehmern steht neben der reinen Produktion des dringend benötigten Händedesinfektionsmittels vor allem der gute Zweck im Mittelpunkt. Je verkaufter Flasche soll daher ein Euro an ka-

ritative Einrichtungen gespendet werden. Darüber hinaus stellt die Brennerei eine bestimmte Produktionsmenge als Spende bereit.

Abgefüllt wird die HEIMAT Händedesinfektion zum Teil in Glasflaschen, „ganz im Sinne unserer Nachhaltigkeitsphilosophie“, wie Marcel Eßlinger, welcher den Vertrieb verantwortet, betont. Das Desinfektionsmittel steht ab sofort unter

[www.heimat-distillers.de](http://www.heimat-distillers.de) in Gebindegrößen von 200ml und 500ml sowie Großgebinde im 5L Kanister zum Kauf bereit.



Phonk 05.20

## Artikelbeschreibung:

Das HEIMAT Hand Desinfektionsmittel ist ein hochwirksames Mittel gegen Bakterien und Viren, welches nach den Vorschriften der WHO und BAuA in Zusammenarbeit mit einer Apotheke entwickelt und hergestellt wurde. Ergänzend verwenden das HEIMAT Gin-Team ätherische Öle von Wacholder, Lavendel und Thymian aus der Gin-Produktion, welche die Haut weniger beanspruchen. Ganz im Sinne der Nachhaltigkeitsphilosophie der Gin-Hersteller haben sie Glasflaschen in einer Größe von 200ml und 500ml im Einsatz. „Wir verbinden modernes Design mit einem hochwirksamen Desinfektionsmittel“, so Raphael Heiche, der dritte Mann im Bunde. Dadurch verbindet das Team modernes Design mit einem hochwirksamen Desinfektionsmittel.

Eine saubere Sache für uns alle – Ein Hoch auf die Gesundheit.



Phonk 05.20



**200ml Glasflasche** mit Pumpzerstäuber



**500ml Glasflasche** mit Dispenserpumpe

## 5 Liter Kanister:

In erster Linie nur für Einrichtungen die Hilfe brauchen gedacht.

## WIRKSTOFFTABELLE:

bei 100ml	
Ethanol 96 %	83,33
Wasserstoffperoxid 3 %	4,17
Glycerol 98 %	1,45
Gereinigtes Wasser	11,05

## AUDIO

Album des Monats


 FIONA APPLE – FETCH  
 THE BOLT CUTTERS
 

Viele MusikerInnen nutzen aktuell die Zeit zu Hause, um sich mal komplett auf ihr Handwerk zu konzentrieren. Aber nur wenige Alben klingen so sehr nach Selbstisolation wie Fiona Apples fünfte Platte. Kurioserweise war das Album schon vor dem weltweiten Lockdown fertiggestellt, deshalb ist "Fetch The Bolt Cutters" mit Sicherheit kein Corona-Konzeptalbum. Aber diese Intimität im Gesang der New Yorkerin. Der Hang zum reduziert-experimentellen Sound. Und natürlich ihre Texte über die alltäglichen Tücken der Zwischenmenschlichkeit. Einfach das richtige Album für ziemlich seltsame Zeiten.

 DABABY – BLAME IT  
 ON BABY
 


Drei Alben in nur etwas über einem Jahr – alle Achtung vor dem Output dieses jungen Mannes. Auf „BLAME IT ON BABY“ liefert DaBaby im Großen und Ganzen gewohnte Kost und das dürfte auch der einzige Makel der 13 Tracks sein. Die angenehmste Überraschung stellen wohl die soften R&B-Gitarren auf „Find My Way“ oder „Rockstar“ dar, die an die Glanzzeiten von Nelly & Co. erinnern. Abgesehen davon zeigt DaBaby auf minimalistischen Drill-Geschossen, dass er nach wie vor einen der interessantesten Flows im Geschäft hat. Und sehr viel mehr braucht man manchmal auch gar nicht.

TOM MISCH & YUSSEF DAYES –  
WHAT KINDA MUSIC ●●●●●



Was für Musik? Darüber sollen sich Theoretiker den Kopf zerbrechen. Denn wenn sich der Londoner Produzent Tom Misch und der Drummer Yussef Dayes zusammenschließen, spielen Genres offensichtlich eine untergeordnete Rolle. Ein bisschen Soul und Jazz, ein wenig Boom-Bap-Hip-Hop, dazu eine ordentliche Portion Alternative Rock – garniert mit gerade Genug Gesang und Rap-Parts, um nicht als Instrumental-Album durchzugehen. Trotzdem besticht „What Kinda Music“ gerade durch seine entspannte Unaufdringlichkeit und ist definitiv eher was für ruhige Stunden zu Hause oder im Auto. Dann aber richtig! [FD]

# La Toscana

## RESTAURANT

**Abhol- und  
Lieferservice !!**

Pay Pal  
Zahlung  
möglich !!

**Bleiben Sie zuhause  
wir liefern !!!**

**Durchgehend von 11.00 Uhr  
bis 23.30 Uhr !!!**

Telefon 07131 / 62 91 73  
07131 / 62 74 10  
Telefax 07131 / 62 74 13



## GADGETS



COCKTAILSHAKER MIT  
REZEPTAUSWAHL

Langeweile zu Hause? Warum dann nicht einfach ein paar Cocktail-Rezepte ausprobieren? Der Cocktailshaker mit der schönen Kupferoptik enthält bis zu acht Rezepte. Verschiedene Rezepte von Mai-Tai über Margarita bis hin zum Martini verbergen sich hinter der Außenhülle des Cocktailshakers. Sobald dann wieder Partys stattfinden dürfen seid ihr bestens gewappnet und könnt eure Freunde mit euren fruchtigen Cocktails beeindrucken.



GESELLSCHAFTSSPIEL  
„HINTERHER IST MAN  
IMMER SCHLAUER“

Ein spannendes Frage-spiel, das etwas Abwechslung in den Alltag bringt. Von einem Spieler werden nach-einander fünf Fragen beantwortet. Anschließend wird allen Mitspielern mitgeteilt wie viele, aber nicht welche Antworten richtig waren. Dieselben Fragen gehen an die nächsten Spieler – die Antworten der anderen können übernommen werden oder man gibt eigene Antworten ab. Seid auf-geweckt, taktisch und analysiert das Verhalten eurer Mitspieler genau!



FEEL GREEN  
ECOCUBE MINZE

Bei dem umwelt-freundlichen kleinen Würfel aus Holz müsst ihr gar nicht viel Aufwand betreiben, damit euch daraus bald ein kleines Pflänzchen heranwächst. Einfach den Verschlusssticker abziehen, an einen hel-len, warmen Ort stellen und wässern. Schon bald darauf habt ihr das erste Ergebnis und mit ein wenig mehr Geduld nach ein paar Monaten schon eine richtige Pflanze, die dann in einen größeren Topf gesetzt werden muss. Dabei kann der ganze Würfel in den neuen Topf gesetzt werden, da er zu 100 Prozent kom-postierbar ist.

Phonk 05.20

# mpu?

[www.langlife.de](http://www.langlife.de)  
+49 174 353 50 65  
[info@langlife.de](mailto:info@langlife.de)



TOOLBOX „ÖLKANISTER“



SMARTPHONE-KARTEN-ETUI



TASSEN FÜR HELDEN MIT WUNSCHTEXT

Sei es Weinkästen zusammenbasteln oder ein neues Regal aufbauen: für ein Heimwerker-Projekt braucht man bestimmtes Werkzeug. Aber genau dieser eine Schraubenzieher der gebraucht wird scheint nirgends aufzutauhen. Diese praktische Toolbox hier schafft endlich Ordnung! Mit dem 16-teiligen Set in der originellen Verpackung eines Ölkannisters habt ihr alles schnell beisammen und könnt mit dem Heimwerkern direkt loslegen!

Wenn man unterwegs ist, braucht man schnell mal die EC-Karte oder den Ausweis zur Hand. Oft suchen wir erst einmal ewig lange in unserem Geldbeutel und bekommen die Karten kaum aus dem Fach heraus. Deswegen hilft euch jetzt die kleine Filztasche dabei: Bis zu drei Karten finden darin Platz und ihr habt sie zudem schnell griffbereit. Sie lässt sich ganz einfach auf der Rückseite eures Smartphones anbringen aber auch wieder rückstandslos entfernen, wenn ihr sie nicht mehr braucht.

Bald ist Muttertag und danach kommt auch der Vatertag. Und wenn nicht Mama oder Papa eure Helden des Alltags sind, wer dann? Ein süßes Geschenk ist deshalb diese Tasse für unsere persönlichen Heldinnen und Helden. Mit dem Wunschtext darauf macht es das Geschenk noch etwas besonderer und eure Heldin oder euer Held wird sich umso mehr darüber freuen.

[SM]

Bilder: design-3000.de

Phonk 05.20

# ONLINEDURST.DE

Ihr Online Getränke Lieferservice

**Bleib zu Hause !!!**  
Wir kommen  
**KONTAKTLOS zu Dir !!**



Testen Sie uns! [www.onlinedurst.de](http://www.onlinedurst.de)  
Bei Fragen oder Problemen: Tel. 07131 255537



## SICHER ZU HAUSE – UND TROTZDEM ALLES DA

### LIEFERDIENSTE UND TO-GO-SERVICES IN HEILBRONN

Auch diesen Monat zeigen wir euch wieder, welche Restaurants in Heilbronn euch aktuell mit ihren Köstlichkeiten versorgen, ohne dass ihr dafür vor die Tür müsst. Für weitere Bestell-Möglichkeiten und noch mehr Auswahl empfehlen wir euch [den ersten Teil unseres Liefer- und To-Go-Guides aus unserer April-Ausgabe](#)

#### Enchilada:

Ihr möchtet nicht auf eure Enchilada Lieblingsgerichte verzichten!? Kein Problem, jetzt einfach online bestellen und abholen oder euch alles nach Hause liefern lassen! Wir sind von Mittwoch bis Sonntag von 16 - 21 Uhr für euch da. Bestellen könnt ihr bei uns ganz einfach über Telefon oder dem Online Shop und bezahlt wird alles bar, mit Kreditkarte oder auch per PayPal.

Auch auf unsere Happy Hour Aktion müsst ihr nicht verzichten, die gilt immer von 16 bis 20 Uhr. Ebenfalls eine besondere Aktion ist die für Selbstholer, denn diese erhalten 10 % auf ihre Bestellung (schließt bereits reduzierte Ware aus anderen Aktionen aus). Holt euch in dieser Zeit ein wenig Urlaub nach Hause: [www.heilbronn.enchilada.de/bestellen](http://www.heilbronn.enchilada.de/bestellen)



#### Club Kaiser Sushi Lounge:

Ab sofort bieten wir euch die Möglichkeit für Take-Away & Lieferservice.

Damit ihr nicht auf unser leckeres Sushi verzichten müsst, sind wir immer Donnerstag bis Sonntag von 17 bis 22 Uhr für euch da. Wir bieten euch unser Sushi zum Abholen an, aber gerne liefern wir euch unser Sushi auch innerhalb von Heilbronn und 5 km Umgebung nach Hause. Bestellt wird bei uns per Anruf **07131 / 1376175** oder über eine **WhatsApp-Nachricht an 0151 / 27536276**.

Bezahlen könnt ihr bar, mit Karte und auch über PayPal.

Als kleine Aufmerksamkeit und vor allem Dankeschön von uns an euch erhaltet ihr zu eurer Bestellung ein Paar Nigiri nach Wahl aufs Haus!

[www.clubkaiser.de](http://www.clubkaiser.de)



## La Pinseria:

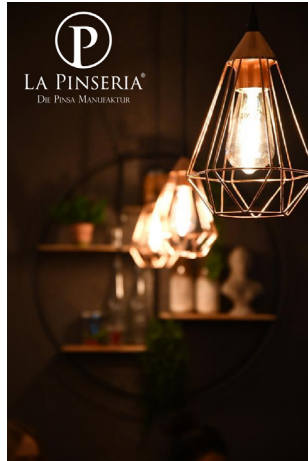
Unsere besondere Pinsa möchten wir euch auch in dieser Zeit zu Hause bieten und deshalb haben wir für euch den Liefer- & Abholservice.

Aufgrund der aktuellen Lage sind wir für euch Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 18- 21 Uhr da. Samstag und Sonntag könnt ihr von 17 - 21 Uhr bei uns bestellen.

Bestellen könnt ihr bei uns ganz einfach telefonisch unter **07131 / 1259920** oder per **WhatsApp** mit der gleichen Telefonnummer.

Euer bestelltes Essen könnt ihr bar bezahlen, mit Karte (aber nur bei Abholung) und per PayPal. Ein bisschen Italien für euch zu Hause - bleibt gesund!

[www.lapinseria.de](http://www.lapinseria.de)



# NALANS BUTCHEREI

RESTAURANT & WEINBAR

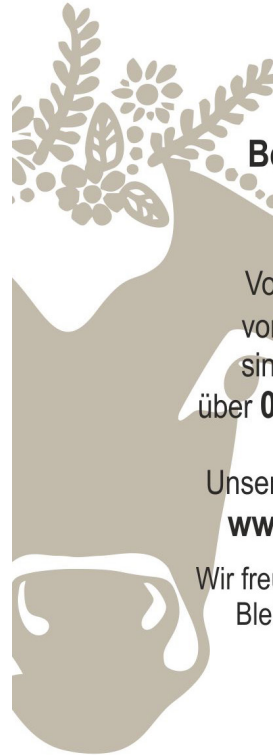
## Bestellzeiten für unsere Speisen To Go:

Von **Montag bis Samstag**  
von **17:30 Uhr - 19:30 Uhr**  
sind wir für eure Bestellungen  
über **07134 / 91 98 787** erreichbar.

Unsere Speisekarte findet Ihr unter:  
**[www.nalansbutcherei.com](http://www.nalansbutcherei.com)**

Wir freuen uns über eure Unterstützung  
Bleibt gesund und bis ganz bald!

**Nalan mit Team**



**PHONK. Der Reporter**

Roseggerstr. 1  
D- 74072 Heilbronn

Fon 0 71 31 / 20 33 842  
Fax 0 71 31 / 20 33 843  
info@phonk-magazin.de  
www.phonk-magazin.de

**Inhaber (ViSdP)**  
Saban Camili

**Konzeption & Gestaltung**  
Jana Müller (JM)  
gestaltung@phonk-magazin.de

**Redaktionsleitung**  
Florian Deckert (FD)

**Redaktion**  
Sarah Millan (SM)  
Ramona Krauss (RK)  
Percy Friedrich (PF)  
Julius Haido (JH)  
Venice Vass (VV)  
redaktion@phonk-magazin.de

**Anzeigenleitung**  
Saban Camili  
info@phonk-magazin.de

Erscheinungsweise: zum 1. jeden Monats  
Verteilung: Großraum Heilbronn,  
Ludwigsburg, Sinsheim, Mosbach,  
Öhringen,...

Preis: kostenlos | Auflage: 10.000

Die Verwendung von Inhalten ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet. Urheberrechte für Artikel, Fotos usw. bleiben beim Verlag. Aus redaktionellen Gründen können leserverfasste Beiträge sinngemäß gekürzt oder abgeändert werden. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit veröffentlichter Artikel übernimmt der Verlag keine Gewähr. Die Veröffentlichung unverlangt zugesandter Artikel kann der Verlag nicht garantieren. Mit der Zusendung der Unterlagen überträgt der Reporter dem Verlag das Veröffentlichungsrecht. Haftung hinsichtlich der Anzeigeninhalte wird nicht übernommen. Angaben ohne Gewähr.

**Clubguide Heilbronn**

Bukowski Live | Hafenstr. 36 | 74076  
Heilbronn | www.bukowski-live.de

Bel-Air | Hans-Seyfer-Str. 2/1 | 74076  
Heilbronn | www.facebook.com/BelAir.  
Heilbronn

Creme 21 – Der Club | Lichtenberger Str. 17  
74076 Heilbronn | www.creme21club.de

Doris Hill | Schulgasse 1 | 74072 Heilbronn

Ebene 3 | Berliner Platz 12 |  
74072 Heilbronn | www.ebene-3.de

Gartenlaube Heilbronn | Viehweide 13 |  
74080 Heilbronn | www.gartenlaube.com

Green Door | Charlottenstr. 190 | 74074  
Heilbronn | www.green-door.de

Club Kaiser Skybar | Gottlieb-Daimler-Str.  
9d | 74076 Heilbronn | www.clubkaiser.de

La Boom | Daimlerstr. 67 | 74211 Leingarten  
www.diskotheek-laboom.de

Malinki Club | Raiffeisenstr. 43 | 74906 Bad  
Rappenau | www.malinkiclub.de

Mobilat | Salzstr. 27 | 74076 Heilbronn  
www.mobilat.club

Musikpark Heilbronn | Gottlieb-Daimler-  
Str. 9d | 74076 Heilbronn  
www.musikparkheilbronn.de

The Rooms Club | Etzelstr. 38 | 74076  
Heilbronn | www.roomsclub.de

# TAKE AWAY & DELIVERY

**KONTAKTLOS BESTELLEN & BEZAHLEN**  
mit EC-Karte oder Paypal

SO - DO 12 - 21 UHR | FR + SA 12 - 22 UHR

## DELIVERY



Lieferumkreis 3 km  
Mindestbestellwert 20 Euro



## TAKE AWAY

**10% Rabatt auf die Bestellung**

Nicht mit anderen Rabattaktionen & Lunchdeal kombinierbar  
Rabattaktion gilt bis 31.12.2020

## *Post* LUNCH DEAL

**BURGER + FRITTEN + GETRÄNK für 9,90€**  
Täglich von 12 - 17 Uhr



Speisekarten  
und alle Infos  
auf unserer  
Facebook Page

**BURGERHEART HEILBRONN** // Kaiserstraße 2

Tel. 07131 5946910 // heilbronn@burgerheart.com // www.burgerheart.com

„ahhhhh“

DU BESTELLST...

WIR LIEFERN!



**DIE SATTMACHER**

[www.sattmacher-heilbronn.de](http://www.sattmacher-heilbronn.de)

Du kannst täglich **von 11:30 bis 22:00 Uhr** bei uns bestellen.

0163 3416968 | ORDER ONLINE