

HOTEL AKZENTe

NIMM
MICH MIT

Mit TV Programm vom 30.04.2022 - 03.06.2021



DEUTSCHLANDS

AUSFLUGSZIELE



Gewinnen Sie 2 Übernachtungen in einem der AKZENT Hotels „Seestern, Lachs oder Delphin“ in Wilhelmshaven

Ihr Gewinn

Am Meer to Hus – das sind die **AKZENT** Strandhotels Seestern, Delphin & Lachs. Die unter Denkmalschutz stehenden aber vollständig renovierten Strandhotels liegen direkt an der Südstrand-Promenade, Wilhelmshaven. Der Tag startet hier schon mit einem traumhaften Ausblick über die Nordsee. Durch die exklusive Deich- und Strandlage genießen Sie nämlich von allen 35 Zimmer der 3 Sterne Superior Komfortklasse einen herrlichen Blick auf das Meer/ auf den Jadebusen. In kulinarischer Hinsicht verwöhnt nicht nur die nahe Promenade die Gäste der **AKZENT** Hotels. In den beiden hauseigenen Restaurants genießen Gäste die schmackhaften Gerichte ebenso wie den Ausblick auf das Meer. Auf der Sonnenterrasse schmeckt es bei gutem Wetter und leichter Meeresbrise am besten. Gut gestärkt machen sich Gäste auf zu den vielen Attraktionen in der Umgebung. Im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum erfahren Interessierte viel über den Lebensraum der Fauna und den Naturschutz. Auf die See hinauswagen können sich Abenteuerlustige bei der Erlebnisfahrt zu den Seehundbänken im Jadebusen. Wer lieber festen Boden unter den Füßen behält, kann unmittelbar an den **AKZENT** Strandhotels, am Wilhelmshavener Südstrand, Schweinswale beobachten. Ferngläser gibt es auf jedem Zimmer.



AKZENT Strandhotels ★★ ★ 
Seestern, Lachs & Delphin

Südstrand 116 / 118
 26382 Wilhelmshaven
Telefon: 04421 941 00
Email: info@hoteldelphin.de
www.hoteldelphin.de



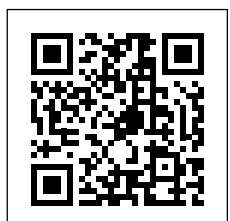
Garnaufwickelkörper	↓	anderes Wort für: Apfelsine	Judograd Regisseur † (Fritz)	Italiens eigener Name	↻ ₃	Berg im Bayer. Wald	Esprit, Scharfsinn
sonnenlichtreiche Zeit in Arktis u. Antarktis	→						↻
radioaktives chem. Element				Flächenmaß der Schweiz	→		
engl. Abk. für: lokales Netzwerk				frz. Stadt Autokennzeichen von Goslar	→		
↻ ₄							
bayer. Wintersportort	↘	von Wasser umgebenes Land	Rennbeginn Tanzlied des MA.				
↘			↻ ₂				
an diesem Ort		Abkürzung für Intercity-express					
Sinus (Abk.)	→						
Wirtschaftsorg. (Abk.)	↙						
Name von 13 Päpsten	↻ ₅						



1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



IMMER TOP INFORMIERT
 Newsletter jetzt abonnieren



AUSFÜLLEN UND EINSENDEN:

Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Viel Glück!

SPIELREGELN

Gewinnen Sie zwei Übernachtungen inkl. Frühstück für zwei Personen im Doppelzimmer in einem der **AKZENT** Hotels „Seestern, Lachs oder Delphin“ in Wilhelmshaven!

Senden Sie Ihre Lösung bis zum 02.06.2022 handschriftlich unter Angabe Ihrer Anschrift und eMail-Adresse an: **AKZENT Marketingzentrale - Stichwort „Kreuzworträtsel“ - Spitalstraße 1 - 38640 Goslar** oder per Mail an **info@akzent.de** mit dem Betreff „Kreuzworträtsel“. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Liebe Leserinnen und Leser,

Der Mai bringt uns nicht nur wärmere und längere Tage, sondern hat auch kulinarisch wieder viele Saisonstarts in Petto. Bei frühlingshaften Temperaturen beginnt das erste Angrillen und auch die Spargel- und Erdbeerzeit steht in den Startlöchern. Was Sie neben leckeren und saisonalen Gerichten in der aktuellen **AKZENTe** noch erwartet, erfahren Sie in den nachfolgenden Zeilen.

Mit den ersten schönen Tagen wird bei vielen auch die Unternehmungslust geweckt. Die Frühjahrsmüdigkeit ist vorbei und wir haben wieder Lust etwas zu Entdecken und zu Reisen. Hier haben wir für Sie den idealen Tipp. Schon mal etwas von einem „Mikroabenteuer“ gehört? Dieser Begriff beschreibt kleine Regionaltrips, perfekt für die Flucht aus dem Alltag, mehr Infos dazu ab Seite 4.

Zudem ist die Nachhaltigkeit ein Thema, welches immer relevanter wird, vor allem beim Reisen. In der aktuellen **AKZENTe** stellt sich das **AKZENT** Hotel Wassermühle mit diversen nachhaltigen Maßnahmen vor. Außerdem erfahren Sie, welche Vorteile die E-Mobilität bringt und wie weit Sie ein zentraler Baustein für den Klimaschutz darstellt.

Wir wünschen Ihnen wieder viel Spaß beim Lesen und inspirieren lassen und bleiben Sie gesund.

M. Grönding

Ihre Meike Grönding



© makbestphoto - stock.adobe.com

12 | Jetzt wird wieder angeheizt
Die Grillensaison startet

Inhaltsverzeichnis

2

Rätsel

Kreuzwörterrätsel mit tollen Preisen

Wissenswertes

Grillen weltweit

15

4

Reisen & Regionales

Ausflugsziele für die Feiertage

Hotelpotrait

AKZENT Aktiv & Vital Hotel Thüringen in Schmalkalden

16

8

Nachhaltigkeit

E-Mobilität - zentraler Baustein für den Klimaschutz

Saisonales

Das kochen wir im Mai

18

11

Nachhaltigkeit

Das AKZENT Hotel Wassermühle im stetigen Wandel

Fernsehprogramm

Vom 30. April bis 02. Juni 2022

20

12

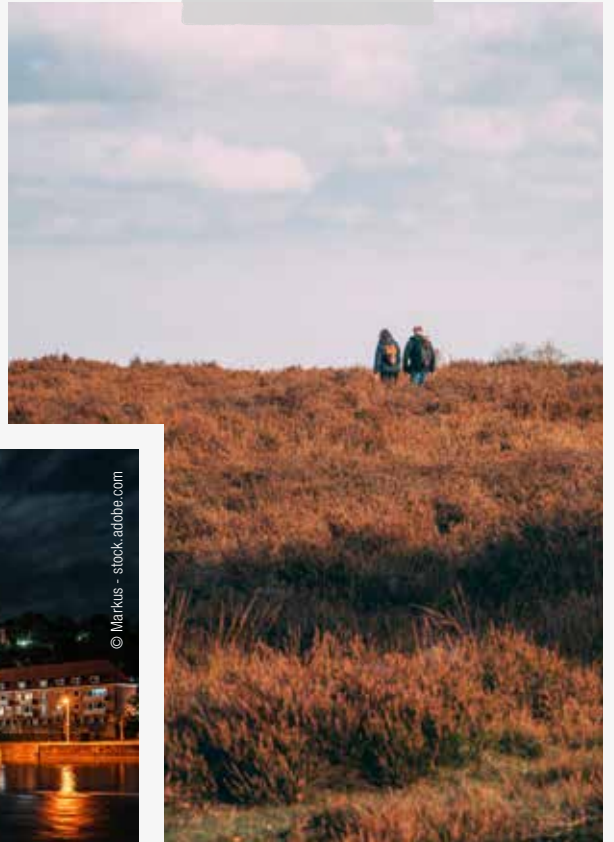
Essen & Trinken

Sommerzeit ist Grillzeit

SCHÖNES DEUTSCHLAND AUSFLUGSZIELE



BODENSEE



LÜNEBURGER HEIDE



WÜRZBURG



STUTT GART - KILLESBERGTURM

MIKROABENTEUER

“Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah liegt?” – dieses Sprichwort lehnt sich an einem Gedicht Goethes an und ist in den heutigen Zeiten aktueller denn je. Viele haben pandemiebedingt die deutschen Ferienzele kennen und lieben gelernt. Warum sich also nicht mal Goethes Gedicht zu Herzen nehmen und weiter die eigene Heimat entdecken? Seit der Pandemie hat sich ein Trend namens “Mikroabenteuer” durchgesetzt.

AUS DEM ALLTAG AUSBRECHEN

Das Prinzip des Mikroabenteuers besteht allerdings nicht erst seit den letzten zwei Jahren, sondern bereits 2014 prägte der britische Abenteurer Alastair Humphreys den Begriff und veröffentlichte ein Buch mit dem gleichnamigen Titel. Bei den kleinen Abenteuern geht es nicht darum besonders weit zu reisen oder besonders gefährliche Dinge zu tun, sondern vor allem aus dem eigenen Alltag auszubrechen. Daher sind die Abenteuer in der Regel lokal, kurz und einfach in den Alltag zu integrieren. Auch das Entdecken der eigenen Region kann also ein Mikroabenteuer sein und Schwung in den Alltagstrott bringen. Gemessen an der Vielfältigkeit verschiedener Landschaften, Ausflugsziele und Kulturgüter bietet Deutschland eine wunderbare Spielwiese für große und kleine Abenteuer. Von geschützten Naturparks, über imposante Wasserfälle und historischen Schlössern findet man von Nord bis Süd abwechslungsreiche Ausflugsziele für Groß und Klein. Immer in der Nähe: die Häuser der **AKZENT** Hotels Kooperation! Engagierte Gastgeber, die mit viel Freude und Leidenschaft jedem Gast die perfekte Auszeit ermöglichen möchten. Das zeichnet die familiengeführten **AKZENT** Hotels in ganz Deutschland aus.

TIERE HAUTNAH ERLEBEN

Einer der artenreichsten Zoos weltweit befindet sich in Stuttgart – die Wilhelma. Sie ist nicht nur einer der bekanntesten Zoologischen Gärten Deutschlands, sondern auch die beliebteste Freizeiteinrichtung in Stuttgart: pro Jahr besuchen sie über 1,5 Millionen Menschen. Denn eine Anlage wie sie gibt es kein zweites Mal: Die Wilhelma vereint einen großen botanischen Garten und einen modernen Tierpark inmitten eines ehemaligen Königsgartens mit dem Flair von 1001 Nacht. Wegen ihrer historischen Gebäude im maurischen Stil wird die Wilhelma auch die „Alhambra am Neckar“ genannt. Auf rund 30 Hektar tauchen die Besucher ein in die Geschichte des Landes und in eine vielfältige Tier- und Pflanzenwelt: Wertvolle botanische Sammlungen mit Pflanzen in rund 7.000 Arten und Sorten sowie etwa 11.000 Tiere in mehr als 1.200 Arten erwarten Sie an 365 Tagen im Jahr.



WILHELMA - STUTTGART



WILHELMA - STUTTGART

Der öffentliche Nahverkehr mit der U-Bahn ist stressfrei und bequem, und läuft in Stuttgart besonders vorbildlich. Das **AKZENT** Hotel Möhringer Hof im Stuttgarter Stadtteil Möhringen ist hiermit vom Zoo aus direkt zu erreichen. Wer in der Wilhelma auf den Geschmack von 1001 Nacht gekommen ist, kann im Stage Apollo-Theater mit Disneys ALADDIN dem Alltag entfliehen. Familie Wegener führt das Hotel seit vielen Jahren und ist für Musicalfans die erste Adresse in der Großstadt zwischen Wald und Reben.



AKZENT Hotel Möhringer Hof

Hechinger Straße 64-68
70567 Stuttgart
Telefon: 0711 71 97 00
Email: info@hotel-moehringhof.de
www.hotel-moehringhof.de

Ihre Gastgeber
Familie Wegener



EIN BESUCH BEI DEN HEIDSCHNUCKEN!

Erika heißt die Pflanze, die für die Farbenpracht der größten zusammenhängenden Heidefläche Mitteleuropas verantwortlich ist. Im Sommer blühen die Pflanzen in einem satten Lila und machen die Lüneburger Heide zu einem beliebten Ausflugsziel. Natürlich ist die Heide auch außerhalb der Blütezeit des Heidekrauts einen Ausflug



LÜNEBURGER HEIDE

FERIEN IN STUTTGART

Sicher mit Abstand Urlaub verbringen? Sich selbst sicher versorgen? Dann – raus aus den 4 Wänden und rein ins Abenteuer – aber als Selbstversorger. Entdecken Sie Stuttgart in vielen Facetten oder einfach mal ganz anders! Zahlreiche Möglichkeiten der Stadt warten auf Ihren Besuch! Weinberge, Stäffele, grüne Parks, das Grüne U trefen auf das Stadtleben. Entdecken Sie die Gärten Hohenheims, das Bärenschlössle, Schloss Solitude, die Wilhelma, die Grabkapelle, die Karlishöhe, ...

Unsere Apartments laden 2 Personen zum Verweilen + sicher urlauben ein:

- 4x Übernachtung auf 27qm
 - Selbstversorgung dank optimal ausgestatteter Kitchenette problemlos möglich
 - Handtücher + Bettwäsche inklusive
 - Reinigung nach Abreise (wir stören Sie nicht)
- Preis ab 400,00 Euro

Dieses Angebot ist nur telefonisch unter 0711 719700 oder per Mail buchbar (nicht online)



WÜRZBURG

wert. Am besten erkundet man die einzigartige Naturlandschaft zu Fuß oder mit dem Rad. Besonders eine kleine Wanderung auf die höchste Erhebung der Heide, den Wilseder Berg, lohnt sich. Denn von hier oben hat man einen wunderbaren Ausblick über die Heide und kann mit etwas Glück auch ein paar Heidschnucken ausfindig machen. Die Schafe ziehen mit ihrer Herde und ihrem Schäfer das ganze Jahr über die Heideflächen.

Mitten in der Lüneburger Heide finden Ausflugsgäste mit dem **AKZENT Hotel Berlin** eine Übernachtungsmöglichkeit, die ruhig und idyllisch gelegen ist. Vollste Entspannung bietet der freie Eintritt in die JodSoleTherme Bad Bevensen. Hier kann man nicht nur die Seele in der Therme baumeln lassen, sondern auch dem Körper mit einem Saunagang die nötige Ruhe geben, die er braucht.

Wer mit der ganzen Familie unterwegs ist und ein wenig mehr Abenteuer sucht, der sollte dem nahegelegenen Heidepark Soltau einen Besuch abstatten. Im zweitgrößten Vergnügungspark Deutschlands warten über 43 aufregende Fahrgeschäfte auf die Besucher. Über rasante Achterbahnfahrten, einem freien Fall aus 71 Meter Höhe oder einer eher gemächlichen Floßfahrt durch die Drachengrotte ist hier für jede Altersgruppe und Abenteuerlust das Passende dabei.



AKZENT Hotel ★★ ★

Berlin

Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 50 60
Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de



Ihre Gastgeber
Familie Narres

WÜRZBURG: DIE BAROCKE PERLE AM MAIN

Das **AKZENT Hotel Krone** ist der perfekte Ausgangspunkt um die Metropole Würzburg zu erkunden und sich auf die Spuren der barocken Epoche zu begeben. Die Stadt gilt nicht nur bei ihren Einwohnern als eine der lebenswertesten Städte Deutschlands. Direkt am Main gelegen bietet Würzburg von allem etwas: eine lebendige Altstadt mit vielen Cafés und Boutiquen, barockes Sightseeing mit der Festung Marienberg und eine spektakuläre Lage inmitten von Weinbergen.

Die Stadt Würzburg ist über 1.300 Jahre alt und wurde im Mittelalter ein bedeutendes wirtschaftliches und geistliches Zentrum. Davon zeugen auch die heutige Universität und vor allem die wunderschönen Bauten aus der Barock- und Rokokozeit. Die Top Sehenswürdigkeit ist zweifellos die Würzburger Residenz, die seit



AKZENT Hotel ★★ ★

Gasthof Krone

Würzburger Straße 23
97264 Helmstadt
Telefon: 09369 9 06 40
Email: info@gasthof-krone.de
www.gasthof-krone.de



Ihre Gastgeber
Familie Wander

LÜNEBURGER HEIDE ERKUNDEN

Die Lüneburger Heide und Bad Bevensen bieten sich für tolle Tagesausflüge während der Feiertage an. Die Erlebnisregion Soltau hält für Familien viele spannende Aktivitäten bereit. Wer es etwas ruhiger mag, genießt die Natur rund um Bad Bevensen und erkundet niedliche Heidedörfer

<ul style="list-style-type: none"> ■ 4x Übernachtung inkl. Frühstück ■ 2x 2-Gang-Abendmenüs ■ 1x klassische Massage (à 30 Min.) 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 4x Freien & unbegrenzten Eintritt in die Therme <p>DZ p.P. ab 335,00 – 395,00 Euro EZ p.P. ab 375,00 – 435,00 Euro</p>
--	--

ROMANTISCHES WÜRZBURG

Die Schatzkammer Frankens mit Weltkulturerbe Fürstbischöfliche RESIDENZ und dem romantischen Hofgarten gilt es zu entdecken. Die mächtige Festung Marienberg thront über der Stadt – bei einem Spaziergang über der alten Mainbrücke, entlang der Uferpromenade hat man den schönsten Blick. Begleiten Sie den Nachtwächter auf seinem abendlichen Rundgang durch die Altstadt.

<ul style="list-style-type: none"> ■ 2x Übernachtung ■ 2x KRONE – Frühstücksbüffet ■ 1x Willkommens-Aperitif ■ 1x 4-Gang-Menü für Feinschmecker ■ 1x Eintritt in die Residenz oder eine Nachtwächter-Führung ■ 1x Würzburger „Welcome-Card“ – mit vielen Vergünstigungen 	<p>Hochsaison: 01.05. – 23.10.2022</p> <p>DZ Classic p.P. ab 172,00 Euro DZ Komfort p.P. ab 182,00 Euro</p> <p>Nachsaison: Januar – April, November – Dezember 2022</p> <p>DZ Classic p.P. ab 162,00 Euro DZ Komfort p.P. ab 172,00 Euro</p>
--	--

1981 als UNESCO Weltkulturerbe ausgezeichnet ist. Über Würzburg thront die Festung Marienberg, von der aus Besucher einen großartigen Panoramablick über die Stadt und die umliegenden Weinberge haben.



SCHLOSS MARIENBURG

HERRSCHAFTLICHE PARKANLAGEN

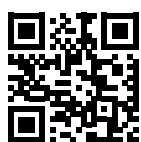
Rund 20 Kilometer südlich von Hannover liegt das Schloss Marienburg. Die gut erhaltene Residenz ist eines der ältesten Fürstenthümer Europas und einer der bedeutendsten neugotischen Baudenkmäler Deutschlands. Noch älter als die Marienburg, nämlich aus dem 17. Jahrhundert stammend, sind die Herrenhäuser Gärten in



AKZENT Hotel ★★★ Déjanil

Lise-Meitner-Str. 7/Otto-Hahn-Str. 2
31303 Burgdorf
Telefon: 05136 97 94 50
Email: info@hotel-dejanil.de
www.hotel-dejanil.de

Ihr Gastgeber
Andreas Triebisch



GOLFER AUSZEIT

- 2x Übernachtungen in der gewählten Zimmerkategorie
- reichhaltiges Frühstück vom Buffet
- ein Lunchpaket für den Hunger zwischendurch
- ein Gutschein für einen Drink an unserer Bar
- zur Begrüßung im Zimmer: Obst und eine Flasche Wasser
- Nutzung unserer Sauna

- Bademantel leihweise und Frotteeschuhe

Einzelzimmer 189,00 Euro
Doppelzimmer p.P. 145,00 Euro

Gerne organisiert das Hotel für Sie Startzeiten zur vergünstigten Greenfee auf den folgenden Golfplätzen: Burgdorfer Golfclub e.V. & Golfclub Isernhagen e.V.

Hannover. Der „Große Garten“ gehört zu den besterhaltenen Barockgärten Europas und lädt zum Flanieren ein. Doch nicht nur hier ist der Rasen top gepflegt. Auf den Golfplätzen unweit des **AKZENT** Hotels Déjanil findet man alles was das Golferherz höher und weiter schlagen lässt. Danach können die Muskeln in der ho-teleignen Sauna wieder in aller Ruhe regenerieren.

Wer wilde Natur dem gepflegten Rasen vorzieht, der findet in der Nähe des **AKZENT** Hotel den Deister, einem bewaldeten Höhenzug direkt vor den Toren Hannovers, mit zahlreichen Wander- und Radwegen. Für einen erfrischenden Tag in der Natur lohnt sich außerdem ein Ausflug zum Steinhuder Meer. Die 32 Quadratkilometer große Wasserfläche bietet Erlebnisse auf dem Wasser wie Segeln oder Surfen, sowie schöne Badestrände für die ganze Familie.



BODENSEE

WUNDERSCHÖNER BODENSEE

Ganz im Süden des Landes erwartet Reisende am Bodensee eine Urlaubsregion, die eine ganze Menge zu bieten hat. Diverse Aktivitäten auf dem Wasser oder an Land versprechen genussvolle Tage. So beispielsweise eine Tour entlang des Bodenseeradweges. Beindruckende Pflanzenwelten im Eriskircher Ried, die traumhafte Inselstadt Lindau mit sehr gut erhaltenen Fachwerkhäusern oder auch das Wasserschlösschen Montfort in Langenargen sind nur ein paar der vielen Sehenswürdigkeiten, die eine Radtour um den Bodensee unglaublich attraktiv machen.

In Langenargen heißt das **AKZENT** Hotel Löwen seine Gäste herzlich willkommen. Hier wird ein perfekter Urlaub zwischen attraktiven Rad- und Wanderwegen, erlebnisreichen Wasseraktivitäten und entspannendem Hotelaufenthalt möglich. Die liebevoll und individuell eingerichteten Zimmer laden zu Ruhe und Entspannung ein, denn das Motto des **AKZENT** Hotels lautet: Bei sich selbst ankommen! Geschlemmt werden kann entweder im Restaurant mit Wintergarten, auf der großen Seeterrasse oder im neu gestalteten Garten mit Blick auf den Gondelhafen und die deutsche Alpenlandschaft.



AKZENT Hotel ★★★★★ Löwen

Obere Seestraße 4
88085 Langenargen
Telefon: 07543 3010
Email: info@loewen-langenargen.de
www.loewen-langenargen.de

Ihre Gastgeber
Familie Buck





E-MOBILITÄT

**Ob Bahn oder Auto - E-Mobilität wird ein immer
größeres Thema. Doch wie gut lässt sich das in unseren
Alltag integrieren?**



Wenn man über Elektromobilität redet, geht es meistens um Autos oder Fahrräder. Doch dass die Eisenbahnen schon seit Ende des 19. Jahrhunderts zum Teil elektrisch betrieben werden, wird oft vergessen. Seit Anfang 2018 setzt die Deutsche Bahn im Fernverkehr innerhalb Deutschlands sogar auf 100 Prozent Ökostrom. Schon heute liegt der Anteil erneuerbarer Energien am Bahnstrommix bei rund 62 Prozent. Bis 2030 soll der DB Bahnstrommix auf 80 Prozent Ökostrom erhöht werden. Bis 2038 sollen es 100 Prozent sein.

ALLES NEU MACHT DER URLAUB

Wer in den Urlaub fährt ist in der Regel entspannter und gewillter neue Dinge auszuprobieren. So eventuell auch elektrisch betriebene Fahrräder oder E-Bikes, wie wir sie heute kennen. Urlauber, die sich zum ersten Mal auf ein solches Zweirad trauen, wollen dies auch im heimischen Umfeld nicht mehr missen. Eine ähnliche Entwicklung erfährt gerade die E-Mobilität mit Elektroautos, die man heutzutage auch schon in sämtlichen Autovermietungen bekommen kann.

Für das Laden im öffentlichen Raum gibt es allein in Deutschland knapp 80.000 Ladepunkte und ihre Anzahl wächst stetig – auch an den **AKZENT** Hotels. Zusätzlich zu den Normal-Ladesäulen auf Parkplätzen stehen zudem Schnell-Ladesäulen für das zügige Aufladen entlang der Autobahnen bereit. Die Stecker sind europaweit genormt und auch das Bezahlen ist durch Apps und Ladekarten inzwischen deutlich vereinfacht.

KLIMANEUTRALER AUFENTHALT

Wer schon ein Elektroauto besitzt oder sich vielleicht doch eins mietet, kann dieses im **AKZENT** Hotel Haus Sonnenberg ganz einfach vor der Tür laden. Das **AKZENT** Hotel verfügt seit neustem über zwei Ladepunkte. Das ist allerdings nicht der einzige Beitrag, den das **AKZENT** Hotel Haus Sonnenberg zum Thema Klimaschutz leistet. Auch sie sind, wie viele andere **AKZENT** Hotels, durch Viabono und Forliance mit Klimateffizienzklasse A zertifiziert. Seit 2013 wird hier die Hälfte des Strom- und Wärmebedarfs durch ein Blockheizkraftwerk produziert.



AKZENT Hotel ★★★★★

Haus Sonnenberg

Laubacher Str. 25
63679 Schotten

Telefon: 06044 96210
Email: info@hotel-haus-sonnenberg.de
www.hotel-haus-sonnenberg.de



Ihre Gastgeber
Arno Mangold, Frauke Hergert

KLIMAFREUNDLICH ÜBERNACHTEN

Zwei Ladepunkte für Ihr Elektroauto (insgesamt 22 kW) stehen Ihnen ab sofort direkt am Hotel zur Verfügung!

- 2x Übernachtung im Doppelzimmer mit Frühstücksbüfett
- Nutzung von Hallenbad, Sauna, Fitness- und Ruheraum
- 2x Abendessen als 3-GangMenü oder Büfett
- genügend Parkplätze direkt am Haus
- kostenfreies Aufladen ihres Elektroautos während des kompletten Aufenthalts

	Einzelzimmer	172,00 Euro
	Doppelzimmer p.P.	152,00 Euro

KLIMANEUTRAL IN STUTTGART

Auch im Stuttgarter **AKZENT** Hotel Möhringer Hof kann man klimaneutral übernachten. Hier wurde in den letzten Jahren der CO₂-Verbrauch um über zwei Kilogramm, und damit auf 8,74 Kilogramm CO₂ pro Übernachtung, verringert. Seit Juni 2017 ist das **AKZENT** Hotel offizieller Tesla Destination Charging-Partner. Den Teslafahrern stehen hier zwei Ladestationen zur Verfügung – eine außen und eine in der Tiefgarage.



AKZENT Hotel

Möhringer Hof

Hechinger Straße 64-68
70567 Stuttgart

Telefon: 0711 71 97 00
Email: info@hotel-moehringehof.de
www.hotel-moehringehof.de



Ihre Gastgeber
Familie Wegener

E-MOBILITÄT

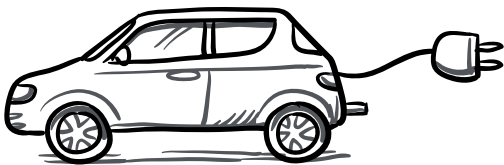
5 Gründe, warum die Zeit reif ist für E-Mobilität

EINFACHE TECHNIK

Ein Elektromotor ist relativ einfach aufgebaut. Verbrennungsmotoren dagegen sind komplexe Fabriken. Das Elektroauto besteht allgemein aus weniger Bauteilen, was die Instandhaltung einfacher macht. Denn was nicht altert oder verschleißt, muss auch nicht repariert oder ausgetauscht werden. Zum Beispiel braucht ein Elektroauto kein kompliziertes Getriebe, Abgasführung oder Auspuff. Die Begeisterung liegt aber wohl darin, dass 80 - 90 Prozent der eingesetzten Energie in Bewegung umgesetzt werden, bei Diesel- und Ottomotoren gehen circa zwei Drittel als Wärme oder Abgase verloren.

GUTE REICHWEITE

Viele neue Elektroautos kommen schon nah an die 500 Kilometer Reichweite. Die älteren schaffen doch eher nur 200 - 300 Kilometer. Die meisten privaten Fahrten belaufen sich auf 40 - 60 Kilometer am Tag. Für den Privatgebrauch reicht das also im Normalfall aus. Ob zur Arbeit, zum Einkaufen oder ins Kino, die restliche Zeit steht das Auto, das sind ca. 23 Stunden am Tag – genug Zeit, um die Akkus wieder aufzufüllen. Für Vielfahrer entsteht ein Netz von Schnellladesäulen, die innerhalb von 20 Minuten 80 Prozent Reichweite ermöglichen.



SCHONT DIE UMWELT

In vier deutschen Städten ist das Befahren mit Dieselfahrzeugen schon verboten und mehr drohen dort, wo die erlaubten Grenzwerte über einen gewissen Zeitraum überschritten werden. E-Autos werden größtenteils mit grünem Strom betrieben – das schont das Klima und die Umwelt. Aber nicht nur die Verschmutzung durch Feinstaub, CO₂ oder Stickoxiden wird minimiert – auch der Lärm verringert sich um einiges.



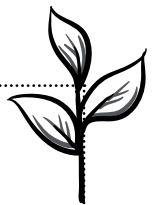
VIELE PRÄMIEN

Elektroautos sind teuer?

Durchschnittlich wurden in Deutschland 2017 30.000 Euro für ein E-Auto investiert, für ein Dieselfahrzeug hingegen 38.000 Euro. Dazu erhalten Käufer von Elektrofahrzeugen eine Umweltprämie und eine Befreiung von der KFZ-Steuer von zehn Jahren. In der Betrachtung der gesamten Betriebskosten (mit Steuern, Versicherung, Wartung, Energiekosten usw.) und aufgrund des Umweltbonus fahren Elektroautos oft überraschend günstig im Vergleich zu einem vergleichbaren PKW mit Verbrennungsmotor.

LADEN & PARKEN

In der vollen Innenstadt finden Elektroautos leicht einen Parkplatz – an der Ladesäule. Lästige Umwege zur Tankstelle bleiben so aus. Wer eine Garage hat, verwandelt diese ohne großen Aufwand zur eigenen Tankstelle. Hier kann das Auto dann warm und trocken über Nacht laden und ist bereit für den nächsten Tag. Ein Minuspunkt ist klar: hat man keinen privaten Stellplatz inklusive Ladesäule ist vieles wesentlich umständlicher.



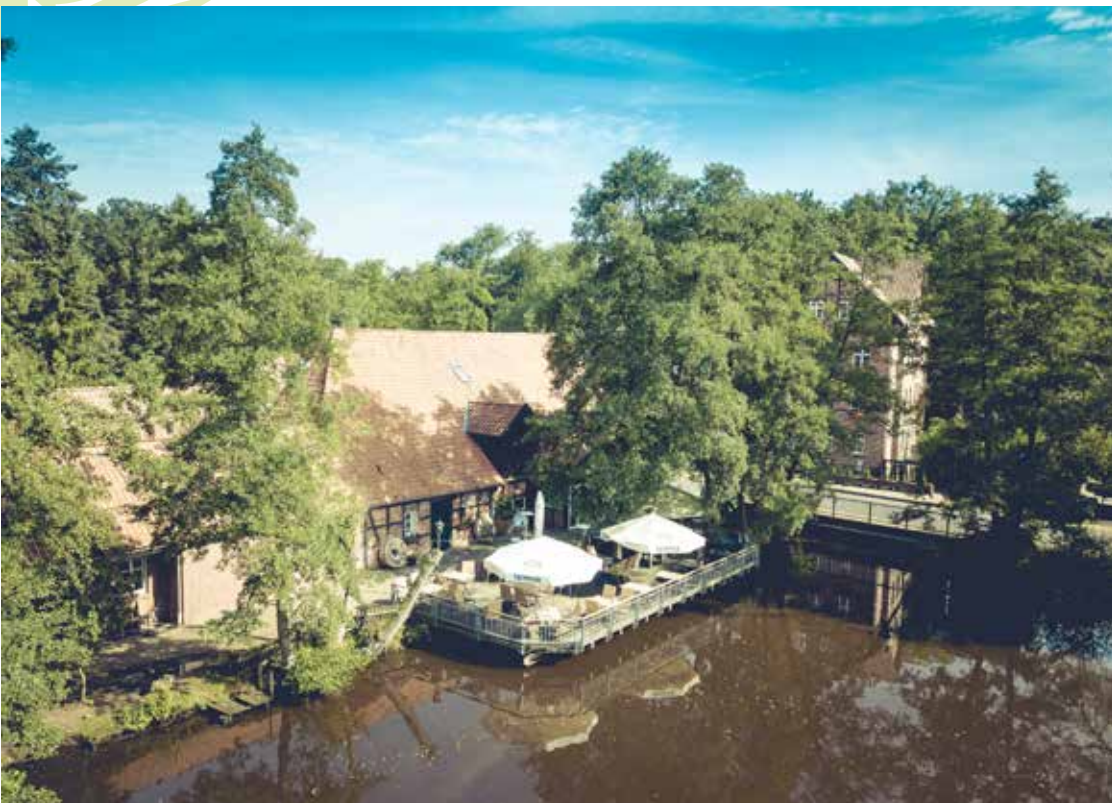
© danielabarreto - stock.adobe.com



ES SIND DIE KLEINEN DINGE

Das AKZENT Hotel Wassermühle im stetigen Wandel

THINK
green



Das **AKZENT** Hotel Wassermühle befindet sich in einem liebevoll restaurierten Gebäude einer alten Wassermühle direkt am Mühlenenteich in Heiligenthal. Das Hotel ist idyllisch und ruhig am Rand des Naturparks der Lüneburger Heide gelegen. Das Stammhaus des **AKZENT** Hotels mit insgesamt 8 Doppel- und 3 Einzelzimmern wurde im Jahre 2015 gründlich saniert und ist nun das Herzstück des Hauses. Alle 24 Zimmer der Wassermühle überzeugen mit einem modernen, aber trotzdem gemütlichen Design. Viel Holz und helle Farben machen die Zimmer zu Orten, an denen die Gäste entspannen und Kraft tanken können. Zudem legt das **AKZENT** Hotel großen Wert auf Barrierefreiheit.

Zertifiziert ist das **AKZENT** Hotel mit der Klimateffizienzklasse A. Hier werden 23,31 Kilogramm CO₂ pro Übernachtung produziert. Doch in Heiligenthal ist man immer bemüht die Emissionen immer weiter einzudämmen.

Neue Fenster in der Mühle

Natürlich kommt man bei alten Gebäuden nicht um eine neue Befensterung herum. So war es auch bei der restaurierten und sanierten Mühle. Heute zieren doppelt verglaste Fenster die Fassade. Diese dienen zum einen als Lärmschutz und zum anderen sorgt die bessere Isolierung dazu, dass weniger geheizt werden muss.

Reinigung gefällig?

Ab einem Aufenthalt von zwei Nächten ist es den Gästen des 3 Sterne **AKZENT** Hotels freigestellt, ob sie eine tägliche Zimmerreinigung wollen. So wird einiges an Wasser und auch Strom gespart. Dazu kommt das noch gut bei den Gästen an. Schließlich sind diese meistens nur zum Schlafen im Zimmer – dadurch ist eine tägliche Reinigung im Regelfall auch nicht notwendig.

Nachhaltig essen

Angeschlossen an das Hotel befindet sich auch ein Restaurant, welches eine abwechslungsreiche Speisekarte bietet. Hier wird besonders viel Wert auf eine regionale und saisonale Küche gelegt.

Auch das hoteleigene Restaurant ist umweltzertifiziert und Familie Zackariat ist immer bemüht den Energieverbrauch noch weiter zu reduzieren. So wurden Anfang des Jahres die knapp 30 Jahre alten Kühlhäuser erneuert. Diese sollen wesentlich energieeffizienter sein als die alten.

Bequem laden

Seit kurzem ist Familie Zackariat stolzer Eigentümer einer E-Laststation mit zwei Stellplätzen. Diese kann während des Aufenthalts im **AKZENT** Hotel Wassermühle oder während eines entspannten Essens im Restaurant genutzt werden.



Ihre Gastgeber
Familie Zackariat

AKZENT Hotel ★★★
Hotel Wassermühle

Hauptstraße 10
21394 Heiligenthal
Telefon: 04135 822 50
Email: mail@wassermuehle-heiligenthal.de
www.wassermuehle-heiligenthal.de



Zertifiziert durch:



Sommerzeit ist GRILLZEIT

Die Temperaturen steigen, die Abende werden länger:

Es ist Zeit, den Grill wieder anzuheizen und das kulinarische
Glück unter freiem Himmel zu genießen.

VIELFALT AUF DEM GRILL

Hauptakteur auf dem Grill der Gastronomie ist und bleibt das Fleisch. Mit Klassikern wie Bratwürsten oder Steaks werden noch die meisten Gaumen verwöhnt und der Heißhunger gestillt. Doch diese Klassiker bekommen heiße Konkurrenz: Fisch und andere Leckerbissen aus dem Meer erobern den Grill und die Herzen der Deutschen. Sardinen mit Paprika, gefüllte Forellen, mariniertes Lachsfilet und Riesengarnelen verheißen einen leichten Genuss. Besonders einfach in der Zubereitung und eine Gaumenfreude sind kleine und mittelgroße Fische. Sie können einfach geschuppt, ausgenommen und im Ganzen auf den Rost gelegt werden. Aus etwas größeren Fischen lassen sich Filets und Steaks schneiden und braten. Kleinere Fischstücke oder Krabben können mit Gemüse und Obst zu abwechslungsreichen Spießen kombiniert werden. Auf der Grilltrendliste stehen die Köstlichkeiten aus Meer dicht gefolgt von vegetarischen Alternativen.

Zur Abwechslung wird in diesem Sommer auch gerne Gemüse und Käse auf den Grill gelegt. Festere Käsesorten wie Emmentaler, Bergkäse oder Gouda werden gern auf Spießen gereicht und ergänzen das klassische Steak. Ein weiterer Klassiker für den Genuss unter freiem Himmel ist die Grillkartoffel. Hierfür werden meist festkochende Sorten verwendet. Wer danach noch Appetit auf einen Nachtisch hat, kann diesen auch vom Grill bekommen. So servieren manche Restaurants auch Äpfel, Birnen und Bananen. Die Früchte werden vorher in Weinbrand oder anderen Spirituosen mariniert und nach dem Grillen mit Honig bestrichen – fertig ist die süße Verführung.

FETTARME ZUBEREITUNG

Aber nicht nur in den Restaurants und Hotels der Republik sind Grillgerichte beliebt. Auch zuhause wird in der Sommerzeit der Grill

angeworfen. Kein Wunder: Grillen ist eine der schnellsten Methoden um ein leckeres Essen zu zaubern. Steaks zum Beispiel brauchen pro Seite nur vier bis sechs Minuten und dünnere Fleischstückchen sogar nur eine Rekordzeit von drei Minuten. Ideal also, wenn Freunde und Familie kommen und man nicht stundenlang in der Küche stehen will.

Ein weiterer Punkt, der die Beliebtheit von Grillfleisch ausmacht, ist, dass beim Grillen kein oder kaum Fett hinzugegeben wird und Fett aus dem Grillgut abtropfen kann. So sind Lebensmittel gegrillt fettärmer als nach dem Braten in der Pfanne.





© liubov - stock.adobe.com

GESUNDES GRILLEN

Grillgut muss nicht direkt auf den Rost gelegt werden, um zubereitet zu werden. Wer so genannte emaillierte Grillschalen benutzt, kann darin das austretende Fett aus dem Fleisch auffangen und verhindert so das Tropfen in die Glut. Durch Schlitze oben in den Grillschalen kommt die Hitze direkt an das Grillgut. Ebenso sollte man beim Brennmaterial nicht zu unter Hitze rauchenden Substanzen wie nassem Holz greifen, da deren Rauch eine gesundheitsschädigende Wirkung auf die zu grillenden Speisen hat. Am besten geeignet ist Holzkohle, die man mit festen Grillanzündern zum Glühen bringt.



BIFTEKI FETA

0,5 altbackenes Brötchen | 2 Knoblauchzehen | 1 Zwiebel | 8 getrocknete Tomaten | 10 g Petersilie | 100 g Feta | 400 g Rinderhackfleisch | 1 Ei | 1 TL Kreuzkümmel | 1 TL Oregano | Salz | Pfeffer | 2 EL Rapsöl

Brötchen in grobe Stücke teilen, in lauwarmes Wasser legen und nach ca. 10 Min. gründlich ausdrücken. Knoblauch und Zwiebel schälen, mit getrockneten Tomaten und Petersilie klein hacken und Feta quer in 6 längliche Stücke schneiden.

Hackfleisch mit dem ausgequetschten Brötchen, Knoblauch, Zwiebel, getrockneten Tomaten, Petersilie, Ei und den Gewürzen gründlich vermischen und in 6 Portionen teilen. Aus den Portionen je einen Kreis (ca. 11 cm Durchmesser, 0,5 cm Dicke) formen und je ein Stücke Feta auf eine Hälfte legen. Die andere Hälfte darüber klappen und zusammendrücken.

Bifteki auf den Grill von allen Seiten braun braten.

GEFÜLLTE GEGRILLTE CHAMPIGNONS

5 getrocknete Feigen | 5 getrocknete Tomaten | 150 g Ziegenfrischkäse | 2 Zweige Thymian | Pfeffer | 12 grosse Champignons | 1 EL Honig

Feigen und Tomaten grob hacken. Mit Ziegenfrischkäse und gezupftem Thymian mischen und mit Pfeffer würzen.

Champignons putzen. Den Stiel abbrechen und die Kappe gerade abschneiden, sodass die Pilze gut auf dem Grill stehen können, ohne umzufallen.

Die vorbereiteten Pilze mit der Käsemischung füllen und auf dem Grill etwa 8 Minuten grillen, bis sie heiß sind. Vor dem Servieren mit Honig beträufeln.

COLESLAW

1 Weißkohl (ca. 1,4 kg) | 2 große Möhren | 1 Zwiebel | 150 g saure Sahne | 6 EL Salat-Mayonnaise | 3-4 EL Weißwein-Essig | Salz, Pfeffer, Zucker

Die äußeren Blätter des Kohls entfernen. Kohl waschen, vierteln und den Strunk keilförmig herausschneiden. Kohlviertel längs halbieren und mit einem scharfen Küchenmesser oder dem Gemüsehobel in feine Streifen schneiden. Kohl in einer großen Schüssel mit 1 TL Salz mischen und mit den Händen ca. 5 Minuten durchkneten.

Möhren putzen, schälen und grob reiben. Zwiebel schälen und fein würfeln. Beides zum Kohl geben und untermischen.

Für das Salatdressing saure Sahne, Mayonnaise, Essig, 2 TL Salz, 1 TL Pfeffer und 1 EL Zucker verrühren. Soße zum Salat geben und gut untermischen. Coleslaw zugedeckt mindestens 4 Stunden kaltstellen.

Coleslaw vor dem Servieren eventuell nochmals mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.



PFIRSICHEISTEE

8 Pfirsiche 70 g Zucker | 900 ml Wasser | 25 g schwarzer Tee, lose | 300 g Eiswürfel

6 Pfirsiche waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Pfirsichwürfel mit Zucker und 200 ml Wasser in einem Topf aufkochen. 10 Minuten köcheln lassen.

Den Tee mit 200 ml kochendem Wasser übergießen und 3 Minuten ziehen lassen. Durch ein feines Sieb in einen Krug mit 200 g Eiswürfeln gießen.

Die gekochten Pfirsiche pürieren. Das Fruchtpüree zunächst durch ein sehr feines Sieb streichen und anschließend durch ein Mulltuch filtern. Das Ganze für ca. 20 Minuten kaltstellen.

Die übrigen Pfirsiche in Spalten vom Kern herunterschneiden.

Den abgekühlten Pfirsichsaft zu dem Tee in den Krug geben und alles mit 500 ml Wasser auffüllen. Mit Eiswürfeln und Pfirsichspalten servieren.

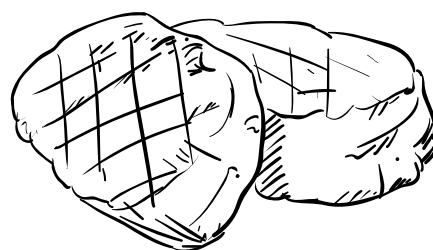


STOCKBROT

400 g Mehl | 1 Päckchen Trockenhefe 1 EL Zucker | 0.5 TL Salz | 220 ml Milch 2 EL Öl

Mehl, Trockenhefe, Zucker und Salz verrühren. Milch lauwarm erwärmen, zusammen mit dem Öl zufügen und alles zu einem glatten Teig kneten. An einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Kleine Portionen vom Teig abnehmen, zu fingerdicken Würsten rollen und diese spiralförmig und locker um einen Stock wickeln.

Den Stock mit etwa 20 cm Abstand über die Glut halten und unter regelmäßigem Drehen ca. 10 Minuten grillen.



CHILI-CHUTNEY

30 rote Chilis (mild bis mittelscharf) | 230 ml Tafelessig | 1 Stück frischer Ingwer (ca. 1-2 cm) | 1 TL Öl | 120 g Zucker | 1 TL Kreuzkümmel | 1 Prise(n) Salz

Chilis waschen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Würfel mit dem Tafelessig mischen und darin ca. 2 Std. einweichen.

Ingwer schälen und in feine Würfel hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Ingwer darin ca. 3 Min. dünsten. Ingwer zu den Chilis geben.

Zucker mit 5 EL Wasser in eine Pfanne geben und den Zucker unter Rühren im Wasser auflösen. Dann die Chilis, Kreuzkümmel und Salz hinzugeben und das Ganze bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen, bis das Chutney eindickt. Chutney entweder sofort in ein sterilisiertes Glas füllen oder etwas abkühlen lassen und direkt genießen.

WELTWEIT

GRILLLEN

Ob Schaschlik-Spieß aus Georgien oder ein dickes, saftig gegrilltes Steak aus den USA. Grillen ist weltweit bekannt und doch unterschiedlich. Egal wo man lebt, das Grillen ist und bleibt eine große Leidenschaft.

IRLAND

Speziell auf der grünen Insel ist das „Grilling“ populär. Wichtige Produkte für ein gelungenes Grillfest sind: Lammfleisch, Rindfleisch, Bacon, Kartoffeln, Kräuterbutter und ein süffiges irisches Bier.

FRANKREICH

Die Franzosen grillen nur gelegentlich im eigenen Garten. Hier wird es dekadent: zartes Entrecotes, mariniertes Meeresfisch, provenzalisches Gemüse und schmelzende Camemberts, die samt Holzschale auf den Grillrost landen. Zu den sterneverdächtigen Zutaten öffnet der Franzose gute Weine.

TÜRKEI

Izgaralar ist die korrekte Bezeichnung für Grillgerichte. Besonders stilvoll sind Fleischspezialitäten vom Spieß. Als typische Beilagen dominieren eingelegtes Gemüse, Fetasalate, minzige Joghurtsoßen und fluffiges Fladenbrot.

BRASILIEN

An den heißen Stränden von Brasilien gehören die Churrasco Grills zu den Favoriten. Auf diesen Grills werden überdimensionale Würstchengirlanden, Fleisch- und Fischportionen gebraten. Nach dem Grillen wird alles in kleine Stücke portioniert und mit Polenta und Salaten in einer Art Buffet serviert.

POLEN

In Polen ist das Grillen zum neuen Nationalsport geworden und oft haben hier Frauen das Kommando. Zu einer richtigen Grillparty gehören selbst gemachte Würste. Zusammen mit Zwiebeln erhalten die Würste auf dem Holzkohlegrill ein köstliches Röstaroma. Dazu gibt es Salat, Bier und reichlich Wodka.

KOREA

Grillen in großer Gruppe findet bei den Koreanern nur im „Yakiniku“ statt. Das sind Restaurants, wo Gäste um einen Tisch sitzen, in deren Mitte sich ein Grill befindet. Äußerst beliebt: eingelegte Fische und Fleischsorten, die mit vergorenem rotem Sauerkohl eine landestypische Delikatesse sind.





••• ZUR RUHE KOMMEN IM THÜRINGER WALD •••

Über den Dächern der geschichtsträchtigen Fachwerk- & Nougatstadt Schmalkalden liegt das **AKZENT Aktiv & Vital Hotel Thüringen**. Im 4 Sterne Wellnesshotel von Familie Gerber stehen alle Zeichen auf Erholung. Gesund schlafen, relaxen im großen Spabereich und schlemmen im hoteleigenen Restaurant – und das alles inmitten der schönen Naturlandschaft des Thüringer Wald!

ENTSPANNT SCHLAFEN

Insgesamt erwarten die Besucher 48 helle und stilvolle eingerichtete Zimmer – jedes mit Blick auf den Thüringer Wald. Die verschiedenen Einzel- und Doppelzimmer sind im gemütlichen Landhaus- oder modernen, englischen Stil eingerichtet und bieten ihren Bewohnern vollen Komfort. Die Vital- und Deluxezimmer des **AKZENT** Hotels sind sogar über einen Lift zu erreichen.

Die NEUEN Deluxezimmer sind sogar mit, Deckenventilator, Wandkamin, Zimmersafe, sowie einer Leseecke mit Relaxliege ausgestattet! So gut gebettet steht einem erholsamen Schlaf garantiert nichts mehr im Wege!

STÄRKUNG GEFÄLLIG?

Vor oder/und nach einem Ausflug ist eins besonders wichtig: sich vernünftig zu stärken. Innerhalb des **AKZENT Aktiv & Vital Hotel Thüringen** befindet sich eine gemütliche, lichtdurchflutete Gaststube – die Gaststube Henneberger Haus. Hier werden regionale, wie auch internationale Speisen angeboten. Selbstverständlich kommen aber auch alle Schleckermäuler bei den saisonal wechselnden hausgebackenen Kuchen, natürlich mit regionalen Früchten, auf ihre Kosten.

Bei schönem Wetter kann man hier auch im uralten Biergarten Platz nehmen. Wem Essen allein aber zu langweilig ist, kann auch die Aktiv & Vital Kochschule besuchen. Gekocht wird ein 3-Gang-Menü durch welches man Schritt für Schritt vom Küchenteam des **AKZENT Aktiv & Vital Hotel Thüringen** durchgeleitet wird.

EINFACH MAL ABSCHALTEN

Das kann man wohl am besten im hoteleigenen Wellnessbereich: AroniaVital SPA. Das AroniaVital SPA überzeugt durch einen beheizten Indoor-Pool mit Gegenstromanlage und Massage-sitzbank, in dem Urlauber bei jedem Wetter ihre Bahnen ziehen können. NEU ab diesem Jahr sind auch der ganzjährig nutzbare beheizte Außenpool und Sonnenraum. Wer lieber schwitzt





als schwimmt, für den stehen gleich vier Saunen zur Verfügung in denen man entspannen kann. Im Sauna-Ruheraum findet man nicht nur Relax-Liegen und Kuscheldecken vor, sondern auch ein Gradierwerk. Lust sich mal so richtig verwöhnen zu lassen? Das **AKZENT** Aktiv & Vital Hotel Thüringen bietet seinen Gästen verschiedene Anwendungen: duftende Aromaölmassagen bis hin zu besonderen Beautyanwendungen. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Kräuterstempelbehandlung mit Wildkräutern aus dem hoteleigenen Garten?

AB IN DIE NATUR

Das **AKZENT** Aktiv & Vital Hotel Thüringen liegt im schönen Thüringer Wald und dieser hat einiges zu bieten. Wer mit der ganzen Familie verreist sollte auf jeden Fall einen Ausflug zum Inselberg Funpark machen. Dieser liegt nur 26 km vom **AKZENT** Hotel entfernt. Spaß für die ganze Familie findet man dort mit vielen verschiedenen Attraktionen, wie einer 1.000 Meter lange Sommerrodelbahn und dem Wie-Flyer – ein offener Twin-Seater, der

bis zu 40 km/h schnell werden kann. Wer es lieber ruhiger mag kann auf das altbewehrte Wandern zurückgreifen. Zwei Rundwanderwege (4,5 Kilometer und 11 Kilometer) starten direkt am Hotel. Es gibt zusätzlich eine Vielzahl von Wanderwegen zu tollen Zielen in der Region wie z.B. der Burg Mainluft, dem Dolmar oder auch bis zum Rennsteig.

DIE ROMANTISCHE FACHWERKSTADT

Auch ein Ausflug in die nähere Umgebung des **AKZENT** Hotel lohnt sich: das liebevoll restaurierte Fachwerkstädtchen Schmalkalden. Ein schönes Reiseziel für Geschichtsinteressierte, Kunstliebhaber und Naturfreunde. Der Altstadt kern von Schmalkalden ist ein wertvolles Zeugnis mitteleuropäischen Städtebaus, eine historisch gewachsene „Erlebniswelt“ mit mehr als 1000 Jahren Bau-, Stadt- und Kulturgeschichte.

Zu den Besucherhighlights zählen das Schloss Wilhelmsburg mit einer der ältesten, beispielbaren Holzorgeln Europas, sowie die schöne Altstadt von Schmalkalden. Im Zentrum der Stadt befindet sich unter anderem das HISTORICUM Zinnfigurenmuseum – für Liebhaber ein absolutes Muss!

Weitere überregional bekannte Ausflugsziele sind das Hochofenmuseum „Neue Hütte“, sowie das Besucherbergwerk Finstertal. Hier erfahren Besucher alles über die Gewinnung und Verhüttung einheimischer Eisenerze.



AKZENT ★★★★★
Aktiv & Vital Hotel Thüringen
 Notstraße 33
 98574 Schmalkalden
Telefon: 036 83 466570
Email: info@aktivhotel-thueringen.de
www.aktivhotel-thueringen.de





DAS KOCHEN WIR IM

MAI

SPARGELCREMESUPPE

**1 kg weißer Spargel • Salz • Zucker • 50 g Butter • 50 g Mehl
200 g Schlagsahne • weißer Pfeffer • 2-3 EL Zitronensaft •
Kerbel zum Garnieren**

Spargel gründlich waschen. Anschließend schälen und holzige Enden abschneiden. 1,25 Liter Wasser mit Salz und 1 Prise Zucker aufkochen. Spargelschalen zugeben und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln.

Inzwischen Spargel in Stücke schneiden. Spargelschalen abgießen, gut abtropfen lassen und Spargelwasser dabei auffangen. Spargelwasser zurück in den Topf gießen, aufkochen und Spargelstücke zufügen. Ca. 15 Minuten garen. Spargel abgießen, Spargelwasser auffangen und 1 Liter Flüssigkeit abmessen.

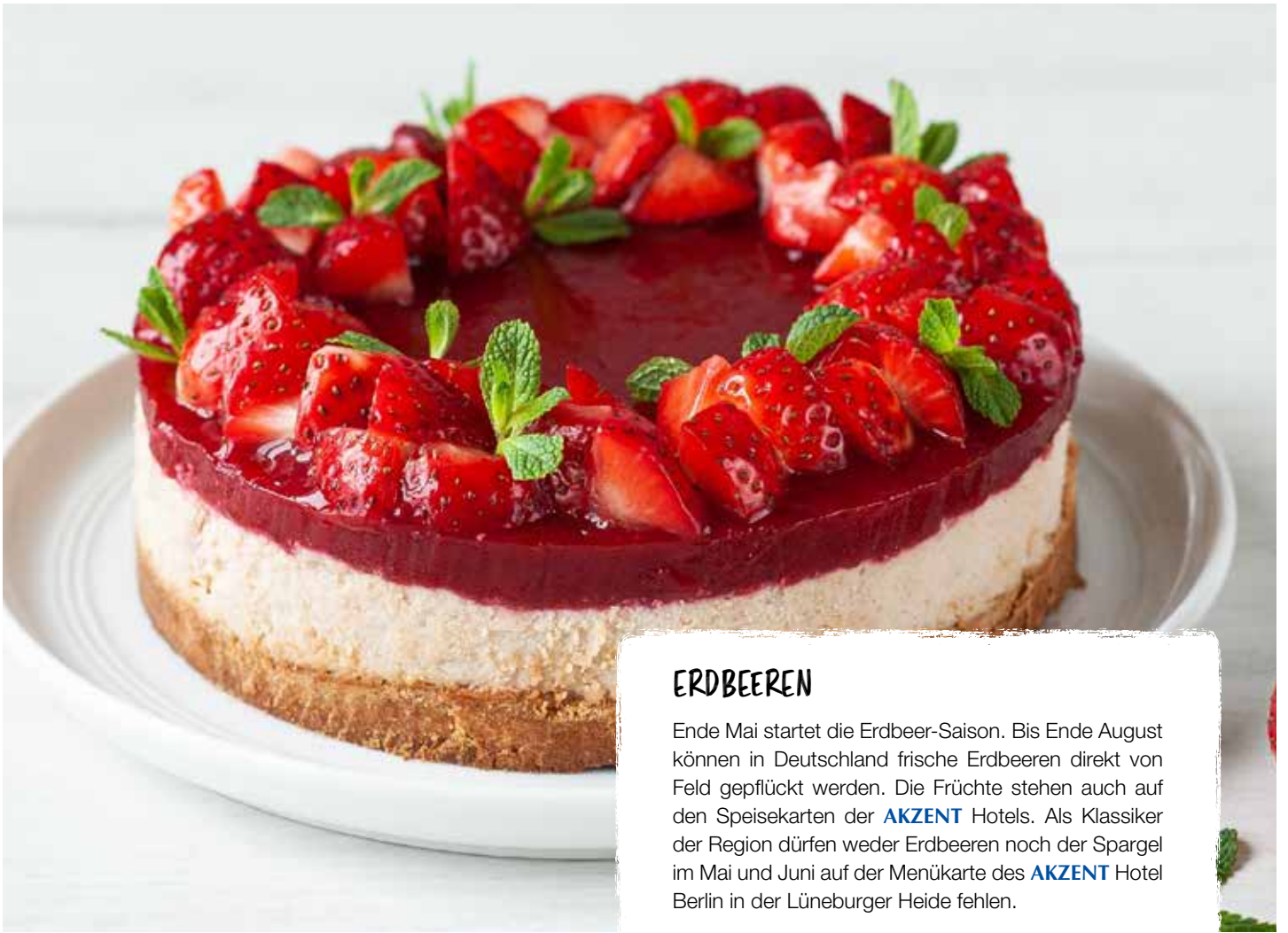
Butter in einem Topf erhitzen, mit Mehl bestäuben, anschwitzen und unter ständigem Rühren nach und nach mit Spargelwasser und Sahne ablöschen. Aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Spargel zufügen, nochmals kurz erhitzen. Mit Kerbel garnieren und servieren.

Besonders lecker wirts auch hier...



AKZENT Hotel ★★★
Berlin
Alter Wiesenweg 11
29549 Bad Bevensen
Telefon: 05821 50 60
Email: info@hotel-berlin-bad-bevensen.de
www.hotel-berlin-bad-bevensen.de





ERDBEEREN

Ende Mai startet die Erdbeer-Saison. Bis Ende August können in Deutschland frische Erdbeeren direkt von Feld gepflückt werden. Die Früchte stehen auch auf den Speisekarten der **AKZENT** Hotels. Als Klassiker der Region dürfen weder Erdbeeren noch der Spargel im Mai und Juni auf der Menükarte des **AKZENT** Hotel Berlin in der Lüneburger Heide fehlen.

ERDBEER-FRISCHKÄSE-TORTE

180 g Löffelbiskuits • 100 g Butter • 250 g Erdbeeren • 36 Blätter Gelatine • 600 g Frischkäse • 250 g Quark • 1 EL Limettensaft • 1 TL Limettenabrieb • 80 g Puderzucker • 200 g Sahne • 3 Blätter Gelatine • 250 g Erdbeeren • 1 EL Zucker • 1 EL Limettensaft • etwas Limettenschale zum Verzieren

Springform (ø 26 cm) mit Backpapier auslegen. Löffelbiskuits in einem Zerkleinerer oder einem Gefrierbeutel geben und fein zerbröseln. Butter in einem Topf auflösen. Flüssige Butter zu den Bröseln geben und miteinander vermengen. Mischung in die Springform geben, verteilen und etwas andrücken. Kurz Kühlstellen. Erdbeeren waschen, putzen und hochkant in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Die großen, schönen Erdbeerscheiben ringsum in den Springformrand stellen, so dass eine durchgehende Reihe entsteht. Übrig gebliebene Erdbeerscheiben beiseitestellen. Für die Creme Gelatine nach Packungsangabe in kaltem Wasser einweichen. Frischkäse mit Quark, und Limettensaft und -abrieb in einer Schüssel verrühren. Puderzucker zugeben. 5-6 EL der Creme mit der ausgedrückten Gelatine erwärmen und die Gelatine auflösen. Unter die restliche Masse rühren. Sahne steif schlagen. Sahne unterheben. Creme auf dem Boden verstreichen und mind. 1 Std kaltstellen.

Für das Topping Gelatine nach Packungsangabe in kaltem Wasser einweichen. Erdbeeren waschen und einige für die Dekoration beiseitestellen. Übrige Erdbeeren und Erdbeerscheiben pürieren und durch ein Sieb streichen. 2-3 EL des Pürees mit der ausgedrückten Gelatine erwärmen und die Gelatine auflösen. Zucker und Limettensaft unterrühren und vorsichtig auf die erkaltete Frischkäsecreme geben. Weitere 30 Min. kaltstellen.

SPARGEL

Hierzulande nimmt Spargel die größte Anbaufläche für Gemüse ein. 2020 wurden 106.400 Tonnen geerntet. Das Gemüse wächst bevorzugt in sandigen, lockeren und nicht zu feuchten Böden. Weißer Spargel wächst unter der Erde. Er wird geerntet, sobald seine Köpfe die Erde leicht anheben. Durchbrechen die Köpfe diese, verfärbt sich der Kopf violett. Grüner Spargel hingegen entwickelt seine Farbe oberirdisch.

ERDBEERE

+ ... liefern Folsäure

+ ... halten geistig fit

+ ... gute CO₂-Bilanz

+ ... stärken die Abwehr

+ ... helfen dem Herz

+ ... viele Vitamine



Das Erste **ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

16.30 Weltspiegel-Reportage **17.00** Tagesschau **17.10** Brisant **17.47** Wetter **17.50** Tagesschau **18.00** Sportschau **18.30** Sportschau **19.57** Lotto **20.00** Tagesschau **16.10** Die Rosenheim-Cops **17.00** heute Xpress **17.05** Länderpiegel **17.35** Re: **18.05** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Bergretter **14.45** Die Retourenprofis **15.45** Die Retourenprofis **16.45** Explosiv – Weekend **17.45** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.04** Klima Update **19.05** Life **17.00** Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** K11 – Die neuen Fälle **19.30** K11 – Die neuen Fälle **19.55** Sat.1 Nachrichten **16.10** Two and a Half Men **16.35** Two and a Half Men **17.05** The Kids Are Alright **17.30** The Kids Are Alright **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo **15.10** Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim **16.10** Die Schnäppchenhäuser **17.15** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **18.15** Bella Italia – Camping auf Deutsch



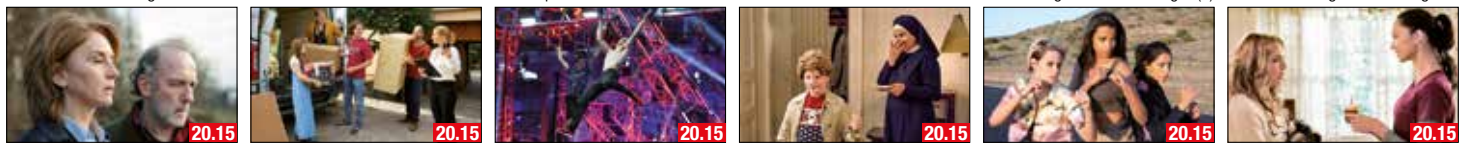
20.15 Frag doch mal die Maus **23.30** Tagesthemen **23.50** Wort zum Sonntag **23.55** Der Zürich-Krimi **1.25** Tagesschau **20.15** Kommissarin Lucas **21.45** Die Chefin **22.45** heute-journal **23.00** Das aktuelle Sportstudio **20.15** Deutschland sucht den Superstar **23.30** Take Me Out – XXL **1.25** Markus Krebs live! **1.15** Aliens vs. Predator 2 **20.15** Die Unglaublichen 2 **22.35** Star Wars: Die dunkle Bedrohung **1.15** Aliens vs. Predator 2 **20.15** Schlag den Star **0.10** Schlag den Star **4.40** Heroes of the Internet **20.15** Die letzte Festung **22.50** Stirb langsam 2 **1.10** Firestorm – Brennendes Inferno **2.45** Die letzte Festung

VOX **KABEL EINS** **NDR** **NDR** **3sat** **3SAT** **WDR** **ORF 2** **ORF 2**

12.50 Shopping Queen **13.50** Shopping Queen **14.50** Shopping Queen **15.50** Shopping Queen **16.55** Der Hundeprofi **18.00** hundkatzenmaus **19.10** Die Pferdeprofis **20.15** Härte-test – Die Prüfung meines Lebens **0.55** Medical Detectives **1.45** Medical Detectives **12.40** Castle **13.35** Castle **14.30** Castle **15.25** Hawaii Five-0 **16.20** News **16.30** Hawaii Five-0 **17.30** Hawaii Five-0 **18.20** Hawaii Five-0 **19.15** Hawaii Five-0 **20.15** 9-1-1 Notruf L.A. **21.15** 9-1-1 Notruf L.A. **22.20** MacGyver **23.15** MacGyver **0.10** Navy CIS **18.45** DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Das Geheimnis des Totenwaldes (1) **21.45** Das Geheimnis des Totenwaldes (2) **23.15** Hakan Nesser's Inspektor Barbotiti – Verachtung **0.45** Die NDR-Quizshow **20.00** Tagesschau **20.15** It Must Swing! **20.15** Die Blue Note-Story **22.05** Roger Cicero – Ein Leben für die Musik **23.05** Und trotzdem ist es meine Familie **0.55** lebens.art **20.00** Tagess. **20.15** Kommissar Dupin – Bretonisches Vermächtnis **21.45** Die verrückten 90er – Das Turbo-Jahrzehnt der Deutschen **23.15** Die Hits der 90er – Von Matthias Reim bis Guns 'n' Roses **0.40** Kommissar Dupin – Bretonisches Vermächtnis **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Österreich vom Feinsten **21.25** Die Toten von Salzburg **23.00** ZIB **23.05** Dennstein & Schwarz **0.35** Der Bulle von Tölz **0.35** Der Bulle von Tölz **1998** Kriminalreihe, D 1998

Das Erste **ARD** **ZDF** **RTL** **SAT.1** **PRO 7** **RTL ZWEI**

19.09 Deutsche Fernsehlotterie **19.10** Sportschau **19.57** Ansprache des Vorsitzenden des Deutschen Gewerkschaftsbundes Reiner Hoffmann **20.00** Tagesschau **18.00** ZDF.reportage **18.30** Terra Xpress **18.55** Aktion Mensch Gewinner **19.00** heute **19.15** La Palma – Leben mit dem Vulkan **19.30** Ein Moment in der Geschichte **15.15** Asterix und Obelix: Mission Kleopatra **17.30** Martin Rütter **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Martin Rütter – Die Welpen kommen **13.40** Gregs Tagebuch – Böse Falle! **15.25** Die Unglaublichen 2 **14.50** Joko & Klaas gegen ProSieben **17.35** Newstime **17.45** taff weekend. Magazin. Moderation: Viviane Geppert, Christian Düren **19.05** Galileo Plus **14.10** Die Schnäppchenhäuser **15.10** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **16.15** Der Trüdeltrupp **17.15** Mein neuer Alter **20.05** Doku-Soap **18.15** GRIP – Das Motormagazin **20.15** Tatort: Warum **21.45** Anne Will **22.45** Tagesthemen **23.05** tit – Titel, Thesen, Temperamente **23.35** Druckfrisch **0.05** Code 7500 **20.15** Ella Schön – Freischwimmer **21.45** heute-journal **22.00** Harry Wild – Mörderjagd in Dublin **22.40** Harry Wild **23.30** Auf der Flucht **0.15** heute Xpress **20.15** Ninja Warrior Germany – Allstars **22.30** stern TV am Sonntag **0.30** Asterix und Obelix: Mission Kleopatra **20.15** Der Junge muss an die frische Luft **22.25** Ich bin dann mal weg **0.10** Der Junge muss an die frische Luft **20.15** 3 Engel für Charlie **22.40** Jack Reacher **1.15** 3 Engel für Charlie **20.15** Happy Deathday **22.05** Happy Death Day 2U **23.55** Unknown User 2 – Dark Web



16.00 Biete Rostlaube, suche Traumauto **17.00** auto mobil **18.10** Einmal Camping, immer Camping **19.10** Ab ins Beet! Die Garten-Soap **20.15** Grill den Hensler **23.30** Prominent! **0.15** Medical Detectives **1.15** Medical Detectives **2.05** Medical Detectives **20.15** Die Simpsons – Der Film **22.00** Phantom-Kommando **23.45** Police Academy – Dümmer als die Polizei erlaubt **1.30** Police Academy 2 – Jetzt geht's erst richtig los **16.30** Iss besser! Mit dem Ernährung-Doc **17.00** Bingo! **18.00** Hofgeschichten **18.45** DAS! **20.00** Tagesschau **20.15** Wunderschön! **21.45** Die NDR-Quizshow **22.45** Sportclub **23.30** Sportclub Story **0.00** Quizduell – Olymp **19.15** Orientexpress – Ein Zug schreibt Geschichte **20.15** Mord im Orient-Express **22.15** Gotthard **22.15** Gotthard (1/2) **22.15** Gotthard (2/2) **1.20** Auf den Schienen des Doppeladlers **18.00** Tiere suchen ein Zuhause **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Westpol **20.00** Tagess. **20.15** Wunderschön! **21.45** Torsten Sträter: „Es ist nie zu spät, unpünktlich zu sein“ **22.40** Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs **23.10** Mein großer Freund Shane **1.05** Rockpalast **19.17** Lotto **19.30** ZIB **19.51** Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Tatort: Warum **21.50** ZIB 2 **22.10** Im Zentrum **23.05** Die Zukunft ist besser als ihr Ruf **0.30** Der Bockereier **0.30** Der Bockereier **1981** Tragikomödie, A/D 1981

VOX **KABEL EINS** **NDR** **NDR** **3sat** **3SAT** **WDR** **ORF 2** **ORF 2**

16.00 Biete Rostlaube, suche Traumauto **17.00** auto mobil **18.10** Einmal Camping, immer Camping **19.10** Ab ins Beet! Die Garten-Soap **20.15** Grill den Hensler **23.30** Prominent! **0.15** Medical Detectives **1.15** Medical Detectives **2.05** Medical Detectives **20.15** Die Simpsons – Der Film **22.00** Phantom-Kommando **23.45** Police Academy – Dümmer als die Polizei erlaubt **1.30** Police Academy 2 – Jetzt geht's erst richtig los **16.30** Iss besser! Mit dem Ernährung-Doc **17.00** Bingo! **18.00** Hofgeschichten **18.45** DAS! **20.00** Tagesschau **20.15** Wunderschön! **21.45** Die NDR-Quizshow **22.45** Sportclub **23.30** Sportclub Story **0.00** Quizduell – Olymp **19.15** Orientexpress – Ein Zug schreibt Geschichte **20.15** Mord im Orient-Express **22.15** Gotthard **22.15** Gotthard (1/2) **22.15** Gotthard (2/2) **1.20** Auf den Schienen des Doppeladlers **18.00** Tiere suchen ein Zuhause **18.45** Aktuelle Stunde **19.30** Westpol **20.00** Tagess. **20.15** Wunderschön! **21.45** Torsten Sträter: „Es ist nie zu spät, unpünktlich zu sein“ **22.40** Zeiglers wunderbare Welt des Fußballs **23.10** Mein großer Freund Shane **1.05** Rockpalast **19.17** Lotto **19.30** ZIB **19.51** Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Tatort: Warum **21.50** ZIB 2 **22.10** Im Zentrum **23.05** Die Zukunft ist besser als ihr Ruf **0.30** Der Bockereier **0.30** Der Bockereier **1981** Tragikomödie, A/D 1981

Samstag, 30. April 2022

Sonntag, 1. Mai 2022

Das Erste ARD 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Morden im Norden 19.45 Wissen vor acht – Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 	DFP ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute-heute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO 20.15 	RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 	SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 	PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 	RTL ZWEI 16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Verzeihen, loslassen und hoffen 20.15 
20.15 Im Einsatz für den Planeten – Die Artenretter 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.50 Sportschau 23.10 Die Story im Ersten 23.55 Go West Go East 0.40 Nachtmagazin	20.15 Alles auf Rot 21.45 heute-journal 22.15 Die purpurnen Flüsse 23.45 heute journal update 0.00 Ein ganz und gar ...	20.15 Bauer sucht Frau International 22.15 RTL Direkt 22.35 Extra – Das RTL Magazin 23.25 Spiegel TV 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Die Alltagskämpfer 1.15 Ohne Filter	20.15 Liebe im Sinn – Das Heiratsexperiment 22.30 Kiss Bang Love 23.35 Liebe im Sinn – Das Heiratsexperiment 1.35 Kiss Bang Love Show 2.35 So gesehen Magazin	20.15 JENKE. Experiment Psyche 22.20 JENKE. Live. Der Talk danach 23.20 Das Jenke-Experiment 1.15 JENKE. Live. Der Talk danach Diskussion	20.15 Die Geissens 21.15 Die Geissens 22.15 Reeperbahn privat! 0.20 Kampf der Realitystars 2.20 Hartz und herzlich

Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 WaPo Berlin 19.45 Wissen vor acht – Natur 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 	DFP ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute-heute 18.00 SOKO Köln 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Die Rosenheim-Cops 20.15 	RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 	SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 	PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 	RTL ZWEI 16.00 RTLZWEI News 16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Geburtstagsblues 20.15 
20.15 Die Kanzlei 21.00 In aller Freundschaft 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin 0.25 Die Kanzlei	20.15 Nelson Müller: Der Fett-Kompass 21.00 frontal 21.45 heute-journal 22.15 Hass, Hetze, Gewalt – Politiker*innen im Visier 22.45 Markus Lanz 0.00 heute journal update	20.15 Bauer sucht Frau International 22.15 RTL Direkt 22.35 Back to 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Ein Volk auf Droge 1.25 CSI: Miami	20.15 Navy CIS: Hawaii 21.15 Navy CIS: Hawaii 22.15 Navy CIS 23.10 Navy CIS: New Orleans 0.05 Bull 1.00 Navy CIS: Hawaii	20.15 Joko & Klaas gegen ProSieben 23.05 Late Night Berlin 0.15 TV total 1.15 Joko & Klaas gegen ProSieben	20.15 Armes Deutschland – Deine Kinder Trennung 22.15 Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? 0.15 Autopsie 1.10 Autopsie

Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Hubert ohne Staller 19.45 Wissen vor acht – Erde 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 	DFP ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute-heute 18.00 SOKO Wismar 18.54 Lotto 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger 20.15 	RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 	SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 	PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 	RTL ZWEI 16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Chancen muss man nutzen 20.15 
20.15 Die Glücksspieler 21.00 Die Glücksspieler 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin	20.15 Da kommst du nie drauf! 21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom: Die Spur 23.15 sportstudio UEFA Champions League 0.00 Markus Lanz	20.15 Der Preis ist heiß 22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Stuntmen made in Germany	20.15 Club der guten Laune 22.25 Knallerkerle Show 23.55 Knallerkerle Show 0.25 Knallerkerle Show	20.15 TV total 21.25 Zervakis & Opdenhövel. Live. 22.40 Das Jenke-Experiment 0.40 JENKE. Live. Der Talk danach 1.40 Zervakis & Opdenhövel. Live.	20.15 Kampf der Realitystars 22.40 Naked Attraction – Dating hautnah 23.40 Autopsie – Mysteriöse Todesfälle 0.40 Autopsie

ARD

17.15 Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 Der Barcelona-Krimi **18.00** Der längste Tag **20.15** Krimireihe, D 2022

21.45 Panorama **22.15** Magazin **22.25** Tagesthemen **22.50** Die Carolin-Kebekus-Show **23.35** Sträter **0.20** Der Mensch ist ein ...

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Stuttgart **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Notruf Hafenkante



20.15 Doktor Ballouz **21.00** Doktor Ballouz **21.45** heute-journal **22.15** maybrit illner **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update **0.45** Filmgorillas

RTL

17.07 Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.04** Klima Update **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 Fußball: Europa League **21.00** Fußball: Europa League **23.00** Fußball: Europa League **0.00** RTL Nachtjournal

SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 Kühlschrankschrank **22.30** Focus TV – Reportage **0.30** Kühlschrankschrank **2.25** Buchstaben Battle

PRO 7

15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.05** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Germany's next Topmodel – by Heidi Klum **23.25** red. Magazin **0.20** What about Fashion **1.20** Germany's next Topmodel – by Heidi Klum **3.50** red. Magazin

RTL ZWEI

16.00 RTLZWEI News **16.05** SOS – Retter im Einsatz **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap



20.15 Dickes Deutschland – Unser Leben mit Übergewicht **22.15** Erste Hilfe, letzte Rettung – Sanis in Ausbildung **0.15** Der Trödeltrupp **1.10** Der Trödeltrupp **1.55** Der Trödeltrupp

VOX

16.00 Das Duell – Zwischen Tüll und Tränen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner **20.15** Avengers: Age of Ultron **23.05** Elysium **0.20** Der Mensch ist ein ...



20.15 Zimmer mit Stall – So ein Zirkus **21.45** Tagesthemen **22.15** Tatort: KI **23.45** Ein Fall für Annika **0.10** vox nachrichten

KABEL EINS

16.00 The Mentalist **16.55** Abenteuer Leben **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt **18.55** Schrauben, sägen, siegen – Das Heimwerker-Duell **20.15** Über Geld spricht man doch! **22.20** K1 **23.20** Achtung Abzocke – Betrügern auf der Spur **1.15** Late News



20.15 Der Alte **21.15** Letzte Spur Berlin **22.00** heute-journal **22.30** heute-show **23.00** ZDF Magazin Royale **23.30** aspekte **0.15** heute journal update

NDR

18.45 DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** mareTV **21.00** mareTV **21.45** NDR Info **22.50** Morden im Norden **23.35** Großstadtrevier **0.25** Polizeifunk ruft



20.15 Let's Dance Jury: Motsi Mabuse, Jorge González, Joachim Llambi **23.25** Exklusiv **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Back to

3SAT

18.30 nano **19.00** heute **19.18** 3sat-Wetter **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Atmen **21.00** schobel **22.00** ZIB 2 **22.25** auslandsjournal extra **22.55** Wir bauen auf! – Privatfilme aus der Nachkriegszeit **23.40** #SRF global **0.10** 10vor10



20.15 The Voice Kids **23.30** Let the music play – Das Hit Quiz Show **0.30** ABBA – Songs für die Ewigkeit

WDR

18.45 Aktuelle Stunde **20.00** Tagesschau **20.15** Quarks **21.45** WDR aktuell **22.15** Frau tv **22.45** Der Einbrecher **23.30** Saubere Sache **0.50** Hubert ohne Staller



20.15 Star Wars: Angriff der Klonkrieger **23.10** Jack Reacher **1.35** Vehicle 19 **3.05** Watch Me

ORF 2

19.23 Wetter **19.30** ZIB **19.51** Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Rosenheim-Cops **21.05** Am Schauplatz **22.00** ZIB 2 **22.30** Eco **23.05** Stöckl. **0.05** Unter Blinden – Das extreme Leben des Andy Holzer **0.10** Dokumentarfilm, A 2014



20.15 Déjà Vu – Wettlauf gegen die Zeit **22.50** Sieben **1.15** Déjà Vu – Wettlauf gegen die Zeit

ARD

16.00 W wie Wissen – Spezial **17.00** Weltspiegel-Reportage **17.00** Tagesschau **17.10** Brisant **17.47** Wetter **17.50** Tagesschau **18.00** Sportschau **19.57** Lotto **20.00** Tagesschau



20.15 Hirschhausens Quiz des Menschen **23.15** Tagesthemen **23.35** Wort zum Sonntag **23.40** Ladies Night **0.25** Good People

ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.05** Länderspiegel **17.35** plan b **18.05** SOKO Wien **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Bergretter



20.15 Theresa Wolff **21.45** Die ChefIn **22.45** heute-journal **23.00** Das aktuelle Sportstudio **0.25** heute Xpress

RTL

14.45 Die Retourenprofis **15.45** Die Retourenprofis **16.45** Explosiv – Weekend **17.45** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.04** Klima Update **19.05** Life



20.15 Deutschland sucht den Superstar **23.25** Star Wars: Angriff der Klonkrieger **0.00** Take Me Out – XXL **1.45** Markus Krebs live! **Permanent** Panne

SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 Harry Potter und der Halbblutprinz **23.25** Star Wars: Angriff der Klonkrieger **2.00** The Code – Vertrauen keinem Dieb **0.10** Thriller, USA/D 2009

PRO 7

16.05 Two and a Half Men **16.30** Two and a Half Men **17.00** The Kids Are Alright **17.30** The Kids Are Alright **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Das Duell um die Welt – Team Joko gegen Team Klaas **0.10** Die beste Show der Welt

RTL ZWEI

15.10 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim **16.10** Die Schnäppchenhäuser **17.15** Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt **18.15** Bella Italia – Camping auf Deutsch



20.15 The Amazing Spider-Man 2: Rise of Electro **23.00** Die Legende von Aang **1.00** Sieben **1.00** Sieben

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Hubert ohne Staller **19.45** Wissen vor acht – Erde **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 Die Glücksspieler **20.15** Dramaserie. Auf den Hund gekommen

21.00 Die Glücksspieler **21.45** Plusminus **22.15** Tagesthemen **22.50** Maischberger **0.05** Nachtmagazin **0.25** Die Glücksspieler

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wismar **18.54** Lotto **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Blutige Anfänger



20.15 Aktenzeichen XY... ungelöst **21.45** heute-journal **22.15** auslandsjournal **22.45** ZDFzoom: Die Spur **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update **0.45** mRNA – Hype oder Hoffnung? **0.20** Doku

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 stern TV **20.15** Magazin Das Live-Experiment – Wie entscheiden Sie?: Kindesentführung **22.15** RTL Direkt **22.35** stern TV **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Schwerpunkt **1.25** CSI: Miami

SAT.1 SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 Club der guten Laune **20.15** Show. Mitwirkende(r): Martin Semmelroge, Jenny Elvers, Joey Heindle, Cora Schumacher, Marc Terenzi u.a. **23.00** Knallerkerle Show **23.30** Knallerkerle Show **0.00** Knallerkerle Show

PRO 7 PRO 7

15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 TV total **20.15** Show. Moderation: Sebastian Purpaff **21.25** Zervakis & Odenhövel. Live. **22.45** Uncovered **23.50** Big Stories Show **0.50** Zervakis & Odenhövel. Live. **2.05** Uncovered

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.05 SOS – Retter im Einsatz **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap. Meine lieben Kinder!



20.15 Kampf der Realitätstarys **22.55** Naked Attraction – Dating hautnah **23.55** exklusiv – Die Reportage **0.50** Autopsie Dokureihe

VOX VOX

15.00 Shopping Queen **16.00** Das Duell – Zwischen Tüll und Tränen **17.00** Zwischen Tüll und Tränen **18.00** First Dates **19.00** Das perfekte Dinner **20.15** Friedmanns Vier **22.15** Bones **0.05** vox nachrichten **0.25** Medical Detectives



20.15 Der Barcelona-Krimi: Der Riss in allem **21.45** Monitor **22.15** Tagesthemen **22.50** Die Carolin-Kebekus-Show **23.35** Sträter **0.20** Nachtmagazin

KABEL EINS KABEL EINS

16.55 Abenteuer Leben täglich **17.55** Mein Lokal, Dein Lokal – Der Profi kommt. Reihe **18.55** Schrauben, sägen, siegen – Das Heimwerker-Duell **20.15** Das perfekte Verbrechen **22.40** Auf der Flucht **1.20** Watch Me



20.15 Wendehammer **21.00** Wendehammer **21.40** heute-journal **22.15** maybrit illner **23.15** Markus Lanz **0.30** heute journal update **0.45** Filmgorillas

NDR NDR

18.45 DAS! **19.30** Ländermagazine **20.00** Tagesschau **20.15** Portugal – Europas Wilder Westen **21.00** Als Bhagwan in den Norden kam **22.00** extra 3 **22.30** Stimm't's? **23.15** Zapp **23.45** Die STRG-F Nacht **3.45** ESC Songcheck



21.30 30 Jahre GZSZ – Das große Jubiläum **22.15** RTL Direkt **22.35** stern TV Spezial **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Vermisst – wenn Menschen spurlos verschwinden **1.25** CSI: Miami

3SAT 3SAT

18.30 nano **19.00** heute **19.18** 3sat-Wetter **19.20** Kulturzeit **20.00** Tagesschau **20.15** Slahi und seine Folterer **21.00** Dokumentarfilm, D 2021 **21.40** Erlebnisreisen **22.00** ZIB 2 **22.25** Parfum **23.25** Meine fremde Frau **0.55** 10vor10



20.15 Kühlschrank öffne dich! – Das Duell der Kochprofis Show **22.30** akte. Magazin **23.30** Focus TV – Reportage **0.30** Kühlschrank öffne dich! – Das Duell der Kochprofis Show **2.25** Buchstaben Battle

WDR WDR

18.00 aktuell / Lokalzeit **18.15** Servicezeit **18.45** Aktuelle Stunde **20.00** Tagesschau **20.15** Markt **21.00** Ausgerechnet **21.45** WDR aktuell **22.15** Die Umfragerrepublik **23.00** Kleine Germanen – Eine Kindheit in der rechten Szene **0.25** Maischberger



20.15 Germany's next Topmodel – by Heidi Klum **0.55** Germany's next Topmodel – by Heidi Klum **3.15** red. Magazin

ORF 2 ORF 2

20.15 Rosamunde Pilcher: Liebe ist unberechenbar **21.50** Reisezeit – Zurück zur Natur **22.00** ZIB 2 **23.05** WELTjournal **23.50** Die Protokollantin **1.25** Der Bestseller – Mord auf Italienisch **0.25** Krimikomödie, A/D 2002



20.15 Hartes Deutschland – Leben im Brennpunkt **22.15** Kriminell. Weggesperrt. Entlassen. **0.15** Der Trüdeltrupp **1.10** Der Trüdeltrupp **1.55** Der Trüdeltrupp

ARD Das Erste

17.15 Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau



20.15 Neben der Spur ist auch ein Weg **21.45** Tagesthemen **22.15** Polizeiruf 110: Der ... **23.45** Hauptkommissar Jan Fabel

ZDF ZDF

17.00 heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Kitzbühel **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Bety's Diagnose **19.25** Vertrauenssache



20.15 Ein Fall für zwei **21.15** Letzte Spur Berlin **22.00** heute-journal **22.30** heute-show **23.00** ZDF Magazin Royale **23.30** aspekte **0.15** heute journal update

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exklusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ



20.15 Let's Dance Jury: Motsi Mabuse, Jorge González, Joachim Llambi **23.25** Exklusiv spezial **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Back to **1.50** Die ultimative Chart-Show

SAT.1 SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **18.30** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten



20.15 111 Show **22.15** 111 Show. tierische Teufelskerle! **0.10** 111 Show **2.00** Sechserpack Show **2.25** Sechserpack Show **3.10** Die dreisten drei

PRO 7 PRO 7

15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo



20.15 Star Wars: Die Rache der Sith **23.10** Jack Reacher: Kein Weg zurück **1.30** Das Lazarus Projekt

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.05 SOS – Retter im Einsatz **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 **19.05** Berlin – Tag & Nacht **19.05** Doku-Soap. Unerträglicher Hunger



20.15 The Mechanic: Resurrection **22.10** Baby Driver **0.20** The First Purge

ARD Das Erste

16.00 W wie Wissen – Spezial
16.30 Weltspiegel-Reportage
17.00 Tagesschau
17.10 Brisant
17.30 Sport-schau
19.57 Lotto am Samstag
20.00 Tagesschau



20.15 Eurovision Song Contest 2022
20.55 Das Wort zum Sonntag
21.00 Eurovision Song Contest 2022
0.50 Eurovision Song Contest 2022

ZDF ZDF

17.35 plan b
18.05 SOKO Wien
18.45 Krimiserie. Filmriss. Mit Stefan Jürgens
19.00 heute
19.20 Wetter
19.25 Lena Lorenz
19.30 Familienserie. Willkommen im Leben. Mit Patricia Aulitzky



20.15 Ein starkes Team
21.45 Die Chefin
22.45 heute-journal
23.00 Das aktuelle Sportstudio
0.15 heute Xpress
0.20 heute-show

RTL RTL

14.45 Die Retourenprofil
15.45 Die Retourenprofil
16.45 Explosiv – Weekend
17.45 Explosiv
18.45 RTL Aktuell
19.03 Wetter
19.04 Klima Update
19.05 Life



20.15 Die faszinierendsten Tiergeschichten der Welt
0.00 Die faszinierendsten Tiergeschichten der Welt

SAT.1 SAT.1

17.30 Die Gemeinschaftspraxis
18.00 Lenßen übernimmt
18.30 Lenßen übernimmt
19.00 K11 – Die neuen Fälle
19.30 K11 – Die neuen Fälle
19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Harry Potter und die Heiligtümer des Todes (Teil 1)
23.10 Star Wars: Die Rache der Sith
1.50 The Drop – Bargeld

PRO 7 PRO 7

16.40 Two and a Half Men
17.05 The Kids Are Alright
17.35 The Kids Are Alright
18.00 Newstime
18.10 Die Simpsons
18.40 Die Simpsons
19.05 Galileo. Magazin



20.15 Galileo 360°
4.10 Crash Games – jeder Sturz zählt

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.15 Die Schnäppchenhäuser
15.15 Die Schnäppchenhäuser
16.15 Die Schnäppchenhäuser
17.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt
18.15 Bella Italia – Camping auf Deutsch



20.15 The Boss – Dick im Geschäft
22.15 Masterminds – Minimaler IQ, maximale Beute
0.00 New York Taxi

VOX VOX

14.50 Shopping Queen
15.50 Shopping Queen
16.55 Der Hundeprofi
18.00 hundkatzenmaus
19.10 Die Pferdeprofis
20.15 Creed II – Rocky's Legacy
22.55 Terminator 3 – Rebellion der Maschinen
1.05 Medical Detectives



20.20 Polizeiruf 110: Das Licht, das die Toten sehen
21.50 Tagesthemen extra
22.00 Anne Will
23.00 Tagesthemen
23.20 ttt
23.50 In my Room

KABEL EINS KABEL EINS

14.25 Castle
15.25 Hawaii Five-0
16.20 News
16.30 Hawaii Five-0
17.25 Hawaii Five-0
18.25 Hawaii Five-0
19.15 Hawaii Five-0
20.15 9-1-1 Notruf L.A.
21.15 9-1-1 Notruf L.A.
22.15 MacGyver
23.15 MacGyver
0.10 Navy CIS



20.15 Rosamunde Pilcher: Liebe ist unberechenbar
21.45 heute-journal
22.15 Harry Wild – Mörderjagd in Dublin
23.05 Harry Wild – Mörderjagd in Dublin

NDR NDR

17.35 Neues aus Büttenwarder
18.00 Nordtour
18.45 DAS!
19.30 Ländermagazine
20.00 Tagesschau
20.15 Extrawurst
21.40 Tatort: Böser Boden
22.10 Wie die Kunst auf den Hund kam
23.00 Rockabilly Requiem
0.25 lebens.art



20.15 Ninja Warrior Germany – Allstars
22.30 stern TV am Sonntag
0.00 Werner – Volles Rooää!!!
1.30 Werner – Gekotzt...

SAT.1 SAT.1

14.50 Harry Potter und die Heiligtümer des Todes (Teil 1)
22.50 Die neun Pforten
1.30 Harry Potter und die Heiligtümer... (Teil 2)



20.15 Harry Potter und die Heiligtümer des Todes (Teil 2)
22.50 Die neun Pforten
1.30 Harry Potter und die Heiligtümer... (Teil 2)

PRO 7 PRO 7

16.10 Crash Games – jeder Sturz zählt
17.20 Heroes of the Internet
17.35 Newstime
17.45 taff weekend. Magazin
19.05 Galileo Plus



20.15 Le Mans 66: Gegen jede Chance
23.30 Shooter
1.50 Le Mans 66: Gegen jede Chance

RTL ZWEI RTL ZWEI

14.10 Die Schnäppchenhäuser – Der Traum vom Eigenheim
15.15 Die Schnäppchenhäuser
16.15 Der Trödeltrupp
17.15 Mein neuer Alter
18.15 GRIP – Das Motormagazin



20.15 Malavita – The Family
22.25 Inside Man
1.00 Phone Booth – Nicht auflegen!

ARD Das Erste

17.15 Brisant
18.00 Wer weiß denn sowas?
18.50 Morden im Norden
19.45 Wissen vor acht – Zukunft
19.50 Wetter
19.55 Wirtschaft vor acht
20.00 Tagesschau



20.15 Gestatten – Familie Erdmannchen
21.00 Hart aber fair
22.15 Tagesthemen
22.50 Schwarzer Schatten
23.35 Go West Go East
0.20 Nachtmagazin

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops
17.00 heute
17.10 hallo deutschland
17.45 Leute heute
18.00 SOKO Potsdam
19.00 heute
19.20 Wetter
19.25 WISO



20.15 Der Kommissar und die Eifersucht
21.45 heute-journal
22.15 Meg
23.55 heute journal update
0.10 Die Bettwurst

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell
17.07 Explosiv Stories
17.30 Unter uns
18.00 Explosiv
18.30 Exklusiv
18.45 RTL Aktuell
19.03 RTL Aktuell
19.05 Alles was zählt
19.40 GZSZ



20.15 Bauer sucht Frau International
22.15 RTL Direkt
22.35 Extra – Das RTL Magazin
23.25 Spiegel TV
0.00 RTL Nachtjournal
0.35 Die Alltagskämpfer

SAT.1 SAT.1

16.00 Klinik am Südring
17.00 Die Gemeinschaftspraxis
17.30 Die Gemeinschaftspraxis
18.00 Lenßen übernimmt
18.30 Lenßen übernimmt
19.00 K11
19.30 K11
19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Liebe im Sinn – Das Heiratsexperiment
22.45 Kiss Bang Love Show
23.50 Liebe im Sinn – Das Heiratsexperiment
2.00 Kiss Bang Love Show
2.50 So gesehen Magazin
2.55 Auf Streife – Die Spezialisten

PRO 7 PRO 7

15.05 The Middle
15.35 The Big Bang Theory
16.00 The Big Bang Theory
16.30 The Big Bang Theory
17.00 taff
18.00 Newstime
18.10 Die Simpsons
18.40 Die Simpsons
19.05 Galileo



20.15 Grey's Anatomy – Die jungen Ärzte
21.15 Seattle Firefighters
22.15 Prodigal Son – Der Mörder in Dir
23.10 Prodigal Son – Der Mörder in Dir
0.05 Grey's Anatomy

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.05 SOS – Retter im Einsatz
17.05 SOS – Retter im Einsatz
18.05 Köln 50667
19.05 Berlin – Tag & Nacht
19.05 Doku-Soap. Widerstand zwecklos



20.15 Die Geissens
21.15 Davina & Shania – We Love Monaco
22.15 Reeperbahn privat!
0.15 Kampf der Realistars
1.55 Armes Deutschland

ARD
18.00 Wer weiß denn sowas? **18.50** WaPo Berlin **19.45** Wissen vor acht – Natur Magazin. Who is Who – Frosch oder Kröte? **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau

20.15 Die Kanzlei Anwaltsreihe. Feuer und Flamme **21.00** In aller Freundschaft **21.45** Angst nach der Ahrflut Doku. Neue Fehler beim Wiederaufbau? **22.15** Tagesthemen **22.50** Maischberger **0.05** Nachtmagazin

ZDF
16.10 Die Rosenheim-Cops **17.00** heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Köln **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Die Rosenheim-Cops

20.15 Der Ausbruch – War die Pandemie vermeidbar? Doku **21.45** heute-journal **22.15** Bunte Polizei – Einsatz mit Migrationsgeschichte Doku **22.45** Markus Lanz **0.00** heute journal update

RTL
17.00 RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Wohnung verzweifelt gesucht Doku **22.15** RTL Direkt **22.35** Back to Dokureihe 1990 – 1994 **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Vollgas für die Automation Doku **1.25** CSI: Miami Serie

SAT.1
17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **18.30** Lenßen übernimmt **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 Navy CIS: Hawaii Serie. Auf gar keinen Fall **21.15** Navy CIS: Hawaii Serie. Es ist kompliziert **22.15** Navy CIS Unter Druck **23.10** Bull Tag der Abrechnung **0.10** Bull Krimiserie **1.05** Navy CIS: Hawaii **1.45** Navy CIS: Hawaii

PRO 7
15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo

20.15 Joko & Klaas gegen ProSieben Gäste: Annemarie Carpendale, Wayne Carpendale u.a **23.00** Late Night Berlin **0.10** TV total Show **1.15** Joko & Klaas gegen ProSieben Show **3.35** Spätnachrichten

RTL ZWEI
16.05 SOS – Retter im Einsatz **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 Doku-Soap. Fiese Forderungen **19.05** Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Schnappatmung

20.15 Nachtschicht: Einsatz für die Lebensretter Reportagerihe **22.15** Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? Doku **0.15** Autopsie Dokureihe **1.10** Autopsie Dokureihe **1.55** Autopsie Dokureihe

ARD
17.00 Tagesschau **17.15** Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** Hubert ohne Staller **19.45** Wissen vor acht – Erde **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau

20.15 Alte Bande Komödie, D 2019. Mit Mario Adorf **21.40** Plusminus Magazin **22.10** Tagesthemen **22.45** Maischberger **0.00** Nachtmagazin **0.20** Alte Bande Komödie, D 2019. Mit Mario Adorf **1.45** Tagesschau

ZDF
17.00 heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Wismar **18.54** Lotto **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Blutige Anfänger

20.15 Marie Brand und der entsorgte Mann Kriminalfilm, D 2022 **21.45** heute-journal **22.15** auslandsjournal **22.45** ZDFzoom: Die Spur Dokureihe **23.15** Markus Lanz Talk **0.30** heute journal update

RTL
17.00 RTL Aktuell **17.07** Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 Fußball: Europa League Countdown **21.00** Fußball: Europa League Finale: Sieger West Ham United/ Eintracht Frankfurt – Sieger RB Leipzig/ Glasgow Rangers **23.15** Fußball Höhepunkte

SAT.1
17.00 Die Gemeinschaftspraxis **17.30** Die Gemeinschaftspraxis **18.00** Lenßen übernimmt **18.30** Lenßen übernimmt. Doku-Soap **19.00** K11 **19.30** K11 **19.55** Sat.1 Nachrichten

20.15 Club der guten Laune Show. Mit dabei u.a. Martin Semmelrogge, Cora Schumacher **22.45** Knallerkerle Show **23.15** Knallerkerle Show **23.50** Knallerkerle Show **0.20** Club der guten Laune **2.20** Auf Streife...

PRO 7
15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo

20.15 TV total Show. Moderation: Sebastian Purpaff **21.25** Zervakis & Odenhövel. Live. Magazin **22.45** Uncovered Reportage **23.50** Big Stories Show **0.45** Zervakis & Odenhövel. Live. Magazin **1.55** Uncovered Reportage

RTL ZWEI
17.05 SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 Doku-Soap. Die Freundin meines Feindes... **19.05** Berlin – Tag & Nacht Doku-Soap. Beziehungen auf vielen Ebenen

20.15 Kampf der Realitystars Show **22.15** Naked Attraction – Dating hautnah Julien und Ramona **23.15** exklusiv – Die Reportage **0.10** Autopsie Dokureihe **1.05** Autopsie Dokureihe

ARD
17.15 Brisant **18.00** Wer weiß denn sowas? **18.50** In aller Freundschaft – Die jungen Ärzte **19.45** Wissen vor acht **19.50** Wetter **19.55** Wirtschaft vor acht **20.00** Tagesschau

20.15 Nachtschatten – Der Usedom-Krimi Kriminalfilm, D 2020 **21.45** Kontraste Magazin **22.15** Tagesthemen **22.50** Die Carolin-Kebekus-Show Show **23.35** Sträter Show **0.20** Nachtmagazin

ZDF
17.00 heute **17.10** hallo-deutschland **17.45** Leute heute **18.00** SOKO Stuttgart **19.00** heute **19.20** Wetter **19.25** Notruf Hafenkante Fremdes Land

20.15 Wendehammer Kein Rauch ohne Feuer **21.00** Wendehammer Familienserie **21.45** heute-journal **22.15** maybrit illner **23.15** Markus Lanz Talk **0.30** heute journal update **0.45** Filmgorillas Magazin

RTL
17.07 Explosiv Stories **17.30** Unter uns **18.00** Explosiv **18.30** Exclusiv **18.45** RTL Aktuell **19.03** RTL Aktuell – Das Wetter **19.04** Klima Update **19.05** Alles was zählt **19.40** GZSZ

20.15 stern TV Spezial Das Gehaltsexperiment: Was verdient Du – was bleibt übrig? (1/2) **22.15** RTL Direkt **22.35** stern TV Spezial **0.00** RTL Nachtjournal **0.35** Die Wohnung – Objekt der Begierde

SAT.1
18.30 Lenßen übernimmt. Doku-Soap **19.00** K11 **19.30** Fußball Relegation. 1. Bundesliga: Hinspiel, Countdown **19.55** Sat.1 Nachrichten **20.00** Fußball Relegation. 1. Bundesliga: Hinspiel, Countdown **20.30** Fußball Relegation 1. Bundesliga, Hinspiel **22.20** Fußball Relegation 1. Bundesliga: Hinspiel, Highlights **23.00** 110 Notruf Autobahn! Doku-Soap **0.55** 110 Notruf Autobahn! Autodiebe im Visier

PRO 7
15.05 The Middle **15.35** The Big Bang Theory **16.00** The Big Bang Theory **16.30** The Big Bang Theory **17.00** taff **18.00** Newstime **18.10** Die Simpsons **18.40** Die Simpsons **19.05** Galileo

20.15 Germany's next Topmodel – by Heidi Klum Show. Halbfinale **23.00** red. Magazin **0.00** Germany's next Topmodel – by Heidi Klum Show **2.25** red. Magazin **3.15** Spätnachrichten **3.20** Horror Tattoos

RTL ZWEI
16.05 SOS – Retter im Einsatz **17.05** SOS – Retter im Einsatz **18.05** Köln 50667 Doku-Soap. Tattoos, Tanz und Training **19.23** Wetter **19.30** ZIB **19.51** Wetter **19.56** Sport aktuell **20.05** Seitenblicke **20.15** Die Rosenheim-Cops **21.05** Am Schauplatz **22.00** ZIB **22.30** Eco **23.05** Stöckl. **0.05** Progr. nach Ansage

Das Erste ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Wissen vor acht – Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 	DFP ZDF 17.00 heute 17.10 hallo- deutschland 17.45 Leute- heute 18.00 SOKO Kitz- bühel 18.00 Krimiserie. Parasit 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose 20.15 	RTL RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 	SAT.1 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 Fußball 19.30 Relegation. 2. Bundesliga: Hinspiel, Countdown 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.00 Fußball 20.00 Relegation. 2. Bundesliga: Hinspiel, Countdown 20.30 	PRO 7 15.05 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 	RTL ZWEI 16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 18.05 Doku-Soap. Niemals kapitulieren! 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Der Preis des Erfolges 20.15 
20.15 Schule am Meer – Frischer Wind 20.15 Drama, D 2022r 21.45 Tagesthemen 22.15 Tatort: Borowski... 22.15 Krimireihe, D 2019 23.45 Allmen und das... 23.45 Krimi, D 2016 1.15 Tagesschau	20.15 Ein Fall für zwei 20.15 Krimiserie. Kanalratten 21.15 Letzte Spur Berlin 21.15 Krimiserie. Hundeleben 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 ZDF Magazin Royale 23.30 aspekte 0.15 Magazin 0.15 heute journal update	20.15 Let's Dance 20.15 Das große Finale. Jury: Motsi Mabuse, Jorge González, Joachim Lange 0.00 Exclusiv spezial 0.30 RTL Nachtjournal 1.05 Back to 2.15 Die ultimative Chart-Show 0.30 Show	20.30 Fußball 20.30 Relegation 2. Bundesliga, Hinspiel 22.20 Fußball 22.20 Relegation 2. Bundesliga: Hinspiel, Highlights 23.00 Knallerkerle Show 23.30 Knallerkerle Show 0.00 Sechserpack Show 0.30 Sechserpack Show	20.15 Star Wars: Eine neue Hoffnung 20.15 Sci-Fi-Film, USA 1977 Mit Mark Hamill 22.55 Killer Elite 22.55 Actionfilm, GB/AUS 2011 1.10 Shooter 1.10 Actionthriller, USA 2007 3.30 Watch Me 3.30 Magazin	20.15 The Gentlemen 20.15 Actionfilm, GB 2019 Mit Charlie Hunnam 22.35 Hotel Artemis 22.35 Actionthriller, GB/USA 2018 0.20 Final Score 0.20 Actionfilm, GB 2018 2.10 The Gentlemen 2.10 Actionfilm, GB 2019

Das Erste ARD 12.15 Fußball: Finaltag der Amateure 14.15 Fußball: Finaltag der Amateure 14.15 Livetalk 16.15 Fußball: Finaltag der Amateure 16.45 Fußball: Finaltag der Amateure 18.55 Tagesschau 19.00 	DFP ZDF 17.35 plan b 18.05 SOKO Wien 18.05 Krimiserie. Auf ewig. Mit Stefan Jürgens 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Lena Lorenz 19.25 Familienserie. Willkommen im Leben. Mit Patricia Aulitzky 20.15 	RTL RTL 14.40 Die Retourenprofis 15.45 Die Retourenprofis 16.45 Explosiv – Weekend 17.45 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Life 20.15 	SAT.1 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 – Die neuen Fälle 19.30 K11 – Die neuen Fälle 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 	PRO 7 16.30 Two and a Half Men 17.00 The Kids Are Alright 17.30 The Kids Are Alright 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 	RTL ZWEI 14.15 Die Schnäppchenhäuser 15.20 Die Schnäppchenhäuser 16.15 Die Schnäppchenhäuser 17.15 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt 18.15 Bella Italia – Camping auf Deutsch 20.15 
19.00 Fußball: DFB-Pokal 19.00 Finale: SC Freiburg – RB Leipzig. Aus Berlin 22.45 Tagesthemen 23.05 Das Wort zum Sonntag 23.10 Der Zürich-Krimi 23.10 Borcherth und die letzte Hoffnung. Krimi, D 2018 0.40 Tagesschau	20.15 Wilsberg 20.15 Ins Gesicht geschrieben Krimireihe, D 2019 21.45 Die Chefin 21.45 Krimiserie 22.45 heute-journal 23.00 Atomic Blonde 23.00 Thriller, USA/D/S 2017 0.45 heute Xpress 0.50 heute-show	20.15 Otto total 20.15 Otto Waalkes ist und bleibt einer der erfolgreichsten Vertreter der deutschsprachigen Komik. In einer Clip-Show präsentiert RTL alle Highlights aus Ottos Karriere. 23.00 Progr. nach Ansage	20.15 A Toy Story: Alles hört auf kein Kommando 20.15 Animationsfilm, USA 2019 22.20 Star Wars: Eine neue Hoffnung 22.20 Sci-Fi-Film, USA 1977 0.55 Cloverfield 0.55 Actionthriller, USA 2008	20.15 Unglaublich! Spektakuläre Momente vor laufender Kamera. 20.15 Die beste Show der Welt Show. Mod.: Jeanine Michaelsen, Joko Winterscheidt, Klaas Heufer-Umlauf 2.55 Galileo 2.55 Magazin	20.15 Flightplan – Ohne jede Spur 20.15 Actionfilm, USA 2005 Mit Jodie Foster 22.05 Hard Rain 22.05 Thriller, USA/GB/F 1998 Mit Morgan Freeman 23.59 Chucky 2 – Die Mörderpuppe ist wieder da 23.59 Horror, USA 90

Das Erste ARD 17.00 Brisant 17.44 Gewinnzahlen 17.45 Tagesschau 18.00 Bericht aus Berlin 18.00 Magazin 18.30 Weltspiegel 18.30 Magazin. Auslands-korrespondenten berichten 19.15 Sportschau 20.00 Tagesschau 20.15 	DFP ZDF 18.00 ZDF.reportage 18.30 Terra Xpress 18.55 Aktion Mensch Gewinner 19.00 heute 19.10 Berlin direkt 19.30 Der Mensch und sein Müll 19.30 Dokureihe 20.15 	RTL RTL 15.20 7 Zwerge – Der Wald ist nicht genug 15.20 Komödie, D 06 17.30 Martin Rütter – Die Welpen kommen 18.45 RTL Aktuell 19.03 Wetter 19.05 Martin Rütter – Die Welpen kommen 19.05 Dokureihe 20.15 	SAT.1 13.50 A Toy Story: Alles hört auf kein Kommando 13.50 Animationsfilm, USA 2019 15.55 Hotel Transsilvanien 15.55 Animationsfilm, USA/COR/CDN 2012 17.40 Programm nach Ansage 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 	PRO 7 17.35 Newstime 17.45 taff week- end. Taff – Das Lifestyle-Magazin auf ProSieben berichtet über die neuesten Trends aus den Bereichen Beauty & Fashion, Culture und Style. 19.05 Galileo Plus 19.05 Magazin 20.15 	RTL ZWEI 15.10 Die Schnäppchenhäuser – Jeder Cent zählt 16.15 Der Trödeltrupp 16.15 Doku-Soap 17.15 Mein neuer Alter 17.15 Doku-Soap 18.15 GRIP – Das Motormagazin 18.15 Magazin 20.15 
20.15 Tatort: Das Mädchen, das allein nach Haus' geht 20.15 Krimi, D 2022 21.45 Anne Will 21.45 Diskussion 22.45 Tagesthemen 23.05 ttt – Titel, Thesen, Temperamente 23.35 Druckfrisch 0.05 Roads 0.05 Drama, D/F 19	20.15 Inga Lindström: Liebe verjährt nicht 20.15 Romanze, D 2020 21.45 heute-journal 22.15 Mord im Mittsommer 22.15 Gefährliche Verbindungen. Krimi, S 20 23.45 Deutsche im Dschihad – Kämpfen für Allah 23.45	20.15 Ninja Warrior Germany – Allstars Show. Das große Finale 23.00 stern TV am Sonntag 1.00 7 Zwerge – Männer allein im Wald 1.00 Komödie, D 2004 2.45 7 Zwerge – Der... 2.45 Fantasykomödie, D 2006	20.15 Top Gun – Sie fürchten weder Tod noch Teufel 20.15 Actionfilm, USA 86 22.35 Mission: Impossible – Rogue Nation 22.35 Actionthriller, USA/CHN/HK 15 1.15 Top Gun – Sie fürchten weder Tod noch Teufel 1.15 Actionfilm, USA 1986	20.15 Escape Room 20.15 Horrorfilm, USA/USA 2019. Mit Taylor Russell Regie: Adam Robitel 22.10 Zombieland: Doppelt hält besser 22.10 Horrorkomödie, USA 2019 0.15 Escape Room 0.15 Horrorfilm, USA/USA 2019	20.15 3 Days to Kill 20.15 Actionthriller, USA/F/SRB 2014. Mit Kevin Costner 22.30 Die Vorsehung 22.30 Thriller, USA 2015 Mit Anthony Hopkins 0.30 Ouija – Ursprung des Bösen 0.30 Horrorfilm, USA/CHN/J 2016

Freitag, 20. Mai 2022
Samstag, 21. Mai 2022
Sonntag, 22. Mai 2022

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Morden im Norden 19.45 Wissen vor acht 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Kämpfer und Könige – Afrikas Flussperle 21.00 Hart aber fair 22.15 Tagesthemen 22.50 Die AfD im Bundestag – Innenansichten einer Protestpartei 23.35 Die Romika-Story 0.20 Nachtmagazin

ZDF ZDF

16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Potsdam 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 WISO



20.15 Flammenmädchen 21.45 heute-journal 22.15 The Foreigner – Rache für meine Tochter 23.55 heute journal update 0.10 Ljon Tichy: Raumpilot

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Bauer sucht Frau wird 18 – Inkas schönste Momente 22.15 RTL Direkt 22.35 Extra – Das RTL Magazin 23.25 Spiegel TV 0.00 RTL Nachtjournal

SAT.1 SAT.1

18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 Fußball 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.00 Fußball 20.15 Auf Streife



20.30 Fußball 22.20 Fußball 23.00 Fußball Relegation. 23.40 111 schräge Spritztouren! 1.20 So gesehen Magazin 1.25 Auf Streife Doku-Soap 2.15 Auf Streife Doku-Soap

PRO 7 PRO 7

15.05 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 Grey's Anatomy 21.15 Seattle Firefighters – Die jungen Helden 22.15 Prodigal Son – Der Mörder in Dir 23.10 Prodigal Son – Der Mörder in Dir 0.05 Grey's Anatomy

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Irritierende Eifersucht



20.15 Davina & Shania – We Love Monaco 21.15 Davina & Shania – We Love Monaco 22.15 Reeperbahn privat! 0.15 Kampf der Realitystars

VOX VOX

15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten – Von Braut zu Braut 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.13 #VOX-Stimme 20.15 Die Höhle der Löwen 22.55 Meine Familien-Firma – Verwandt und fleißig 0.00 vox nachrichten



20.15 Die Kanzlei 21.00 In aller Freundschaft 21.45 Report München 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin 0.25 Die Kanzlei

KABEL EINS KABEL EINS

18.55 Schrauben, sägen, siegen – Das Heimwerker-Duell 20.15 Lethal Weapon 3 – Die Profis sind zurück 20.15 Actionkomödie, USA 1992. Mit Mel Gibson 22.40 Born 2 Die 20.15 Actionfilm, USA 2003 0.50 Lethal Weapon 3 – Die Profis sind zurück 20.15 Actionkomödie, USA 1992 2.50 Late News



20.15 Wir Deutschen und Russland 21.00 frontal 21.45 heute-journal 22.15 Die Anstalt 23.00 Leschs Kosmos 23.30 Markus Lanz 0.45 heute journal update

NDR NDR

18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Die Tricks... 21.45 NDR Info 22.00 45 Min 22.45 Kulturjournal 23.15 Der Hodschka und die Piepenkötter 0.45 Die Tricks...



20.15 Reich und Herzlich – Ein Millionär geht undercover 22.15 RTL Direkt 22.35 Back to 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Genie am Gehirn 1.25 CSI: Miami

3SAT 3SAT

20.15 Mit dem Postauto durch die Schweiz 21.05 Mit dem Postauto durch die Schweiz 22.00 ZIB 2 22.25 Mythos Cerro Torre – Reinhold Messner auf Spurensuche 23.45 Bunte Polizei – Einsatz mit Migrationsgeschichte 0.15 10vor10 0.45 Anne Will



20.30 Fußball: 2. Bundesliga 22.20 Fußball: 2. Bundesliga 23.00 Fußball: 2. Bundesliga 23.40 Navy CIS 0.35 Bull 1.20 Bull

WDR WDR

16.15 Hier und heute 18.00 aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 21.00 Die Vorkoster 21.00 Viel für wenig 21.45 WDR aktuell 22.15 Team Abdel 22.45 Die Carolin-Kebekus-Show 23.30 Sträter 0.15 extra 3 0.45 Team Abdel



20.15 Darüber staunt die Welt – Die unglaublichesten Experimente 22.50 Late Night Berlin 0.00 TV total Show 1.00 Darüber staunt die Welt – Die unglaublichesten Experimente 3.10 Spätnachrichten

ORF 2 ORF 2

19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Millionen-Show 21.10 Thema 22.00 ZIB 2 22.30 kulturMontag 23.15 Die Grazer Gruppe 0.00 Tatort: Das Mädchen, das allein nach Haus' geht 0.00 Krimireihe, D 2022



20.15 Progr. nach Ansage 22.15 Armes Deutschland – Stempeln oder abrackern? 0.15 Autopsie

ARD Das Erste

17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Hubert ohne Staller 19.45 Wissen vor acht – Erde 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau



20.15 Männertreu 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin 0.25 Männertreu

ZDF ZDF

17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar heute 18.54 Lotto 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger



20.15 Vier 21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom: Die Spur 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update 0.45 Schwache Kirche, starker Glaube

RTL RTL

17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exklusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell – Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ



20.15 Mario Barth deckt auf 22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Deutschland im Visier radikaler Islamisten 1.25 CSI: Miami

SAT.1 SAT.1

17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt. Doku-Soap 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten



20.15 Club der guten Laune 23.00 Knallerkerle Show 23.25 Knallerkerle Show 23.55 Knallerkerle Show 0.25 Club der guten Laune

PRO 7 PRO 7

15.05 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo



20.15 TV total 21.25 Zervakis & Opendenhövel. Live. 22.40 Uncovered 23.45 Big Stories 0.45 Zervakis & Opendenhövel. Live.

RTL ZWEI RTL ZWEI

16.05 SOS – Retter im Einsatz 17.05 SOS – Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin – Tag & Nacht 19.05 Doku-Soap. Liebe und Freundschaft



20.15 Kampf der Realitystars 22.15 Daniela Katzenberger – Familienglück auf Mallorca 23.15 Daniela Katzenberger – Familienglück auf Mallorca 0.15 Autopsie

ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Hubert ohne Staller 19.45 Wissen vor acht - Erde 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 Glückskind 21.45 Plusminus 22.15 Tagesthemen 22.50 Maischberger 0.05 Nachtmagazin 0.25 Glückskind	ZDF 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Wismar 18.52 Lotto 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Blutige Anfänger 20.15 AktENZEICHEN XY... ungelöst 21.45 heute-journal 22.15 auslandsjournal 22.45 ZDFzoom 23.15 Markus Lanz 0.30 heute journal update	RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 Mario Barth live! 21.15 Show. Mario Barth begeistert mit seinem Bühnenprogramm „Männer sind faul, sagen die Frauen“ die Republik. 22.15 RTL Direkt 22.35 stern TV 0.00 RTL Nachtjournal	SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 Club der guten Laune 21.15 Show. Nachdem die Promis den Tag am Pool verbracht haben, treffen sie sich zur „Bunten Stunde“. 23.00 Progr. nach Ansage 0.00 Club der guten Laune	PRO 7 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 TV total 21.25 Zervakis & Opdenhövel. Live. 22.40 Uncovered 23.50 Big Stories Show 0.50 Zervakis & Opdenhövel. Live. Magazin 2.05 Uncovered	RTL ZWEI 15.00 Der Trödeltrupp 16.00 RTLZWEI News 16.05 SOS - Retter im Einsatz 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.15 Kampf der Realistars 22.15 Daniela Katzenberger - Familienglück auf Mallorca 23.20 Daniela Katzenberger - Familienglück auf Mallorca 0.25 Autopsie
---	--	---	--	--	---

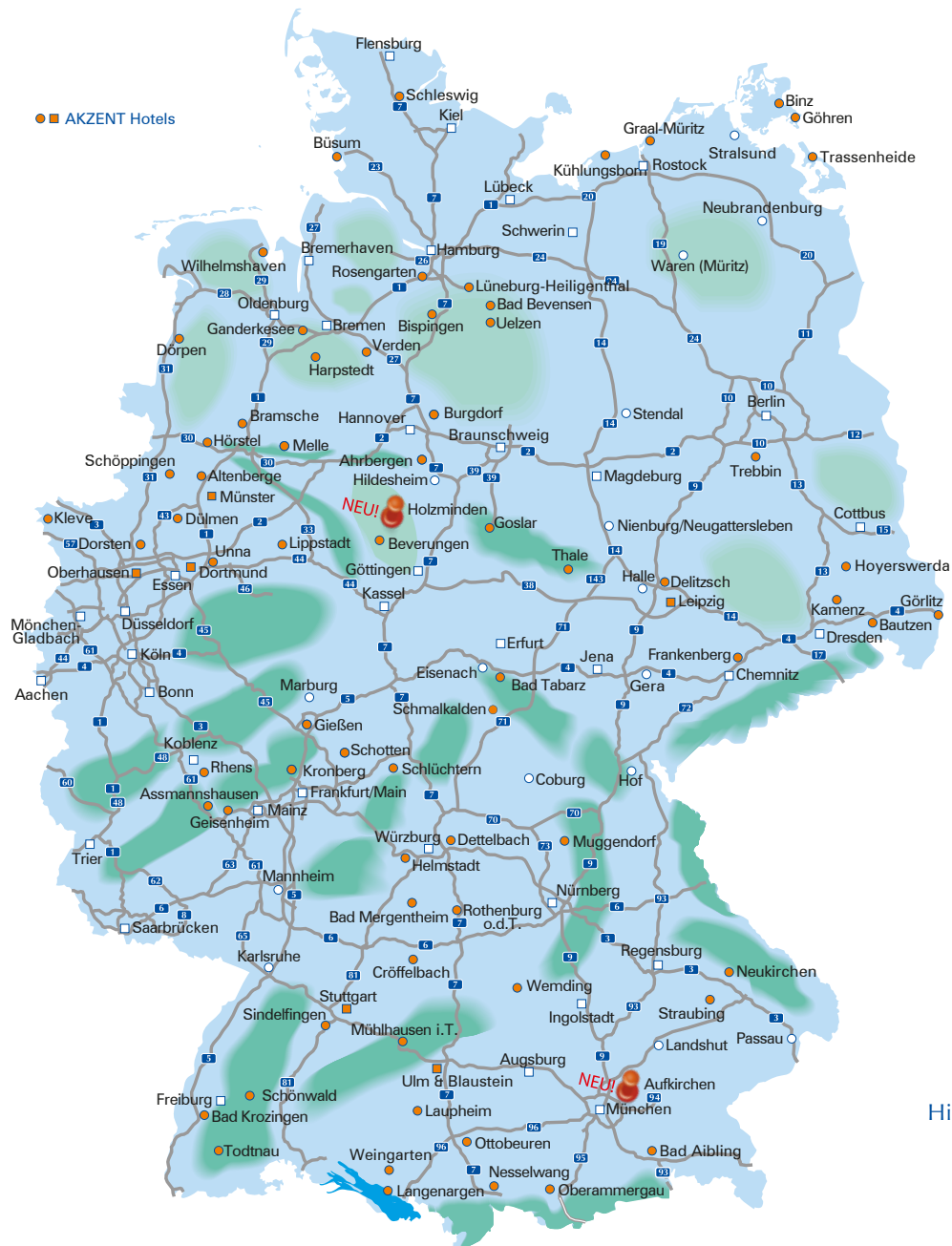
VOX 15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten - Von Braut zu Braut 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Club der roten Bänder - Wie alles begann 20.22 Drama, D 2019 22.30 Weil wir Champions sind 0.35 vox nachrichten	KABEL EINS 16.00 The Mentalist 16.55 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen 20.15 Die Glücksritter 21.00 Komödie, USA 1983 22.40 Auf der Suche nach dem goldenen Kind 23.00 Komödie, USA 1986 0.35 Tanz der Teufel	NDR 18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 Expeditionen ins Tierreich 21.00 Unsere Geschichte 21.45 NDR Info 22.00 extra 3 23.00 Kroymann 23.00 Programm nach Ansage 0.00 extra 3	3SAT 18.30 nano 19.00 heute 19.18 3sat-Wetter 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Heißzeit 20.20 Wege aus der Klima-Katastrophe 21.00 Doku 21.45 Erlebnisreisen 22.00 ZIB 2 23.25 Hanna Svensson 23.25 Und dennoch lieben wir 0.55 Drama, D 2011 10vor10	WDR 16.15 Hier und heute 18.00 WDR aktuell / Lokalzeit 18.15 Servicezeit 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Markt 21.00 Ausgerechnet 21.45 WDR aktuell 22.15 Die Story 23.00 Sommerfahrt Zeit heilt keine Wunden 0.25 Dokumentarfilm, D 2022 0.25 Maischberger	ORF 2 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Die Queen - Ein Leben für die Krone 22.00 Dokumentarfilm, A 2016 22.00 ZIB 2 22.30 WELTjournal 23.05 WELTjournal + 23.55 Die Queen Gesellschaftsdrama, GB/USA/F 2006
---	---	---	---	---	--

ARD 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Die jungen Ärzte 19.45 Wissen vor acht - Mensch 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 Vom Geben und Nehmen - Der Usedom-Krimi 21.45 Panorama 22.15 Tagesthemen 22.50 Die Carolin Kebekus Show 23.35 Das Gipfeltreffen 0.05 Nachtmagazin	ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Stuttgart 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Notruf Hafenkante 20.15 Immer Ärger mit Grandpa 21.40 heute-journal 22.10 heute-journal 23.10 Markus Lanz 0.25 heute journal update 0.40 Filmgorillas	RTL 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 Das Wetter 19.04 Klima Update 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 Elizabeth II. - Ein Leben zwischen Herz und Krone 22.15 RTL Direkt 22.35 Zerbrecen jetzt die Windsors? Insider packen aus 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Die Deutschtürken	SAT.1 16.00 Klinik am Südring 17.00 Die Gemeinschaftspraxis 17.30 Die Gemeinschaftspraxis 18.00 Lenßen übernimmt 18.30 Lenßen übernimmt 19.00 K11 19.30 K11 19.55 Sat.1 Nachrichten 20.15 Progr. nach Ansage 22.25 akte. Moderation: Claudia von Brauchitsch. Das Magazin informiert über Schicksale und Skandale mit Schwerpunkt auf Verbraucherschutz. 23.20 SAT.1 Reportage 0.20 Nach Ansage	PRO 7 15.05 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 Beauty and the Nerd 22.40 red. Magazin 23.40 Big Stories 0.40 Beauty and the Nerd 2.45 red. Magazin 3.35 Spätnachrichten	RTL ZWEI 15.00 Der Trödeltrupp 16.00 Doku-Soap. Andreas bei Heinz und Sandy 16.00 News 16.05 SOS - Retter im Einsatz 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.15 Hartes Deutschland - Leben im Brennpunkt 22.15 Programm nach Ansage 0.15 Der Trödeltrupp 1.10 Der Trödeltrupp 1.55 Der Trödeltrupp 2.40 Der Trödeltrupp
--	---	---	--	---	--

ARD 17.00 Tagesschau 17.15 Brisant 18.00 Wer weiß denn sowas? 18.50 Quizduell-Olymp 19.45 Wissen vor acht - Zukunft 19.50 Wetter 19.55 Wirtschaft vor acht 20.00 Tagesschau 20.15 Meine Mutter spielt verrückt 21.45 Tagesthemen 22.15 Wild Republic 23.00 Wild Republic 23.45 Wild Republic 0.30 Wild Republic	ZDF 16.10 Die Rosenheim-Cops 17.00 heute 17.10 hallo-deutschland 17.45 Leute heute 18.00 SOKO Kitzbühel 19.00 heute 19.20 Wetter 19.25 Bettys Diagnose 20.15 Ein Fall für zwei 21.15 Letzte Spur Berlin 22.00 heute-journal 22.30 heute-show 23.00 aspekte 23.45 heute journal update 0.00 Kriminelle Karrieren	RTL 17.00 RTL Aktuell 17.07 Explosiv Stories 17.30 Unter uns 18.00 Explosiv 18.30 Exclusiv 18.45 RTL Aktuell 19.03 RTL Aktuell - Das Wetter 19.05 Alles was zählt 19.40 GZSZ 20.15 Das RTL Turmspringen 21.15 Show. Mit: Filip Pavlovic, Paul Janke, Dominik Stuckmann, Lola Weippert, u.a. 0.00 RTL Nachtjournal 0.35 Back to 1.50 Die ultimative Chart-Show	SAT.1 18.00 Fußball: U21-EM-Qualifikation 18.15 Fußball: U21-EM-Qualifikation 19.05 Fußball: U21-EM-Qualifikation 19.15 Fußball: U21-EM-Qualifikation 20.00 Sat.1 Nachrichten 20.15 All Together Now 23.05 Let the music play - Das Hit Quiz Show 0.00 Let the music play - Das Hit Quiz Show. Moderation: Amiaz Habtu 1.00 All Together Now	PRO 7 15.05 The Middle 15.35 The Big Bang Theory 16.05 The Big Bang Theory 16.30 The Big Bang Theory 17.00 taff 18.00 Newstime 18.10 Die Simpsons 18.40 Die Simpsons 19.05 Galileo 20.15 Spider-Man: A New Universe 22.35 The Amazing Spider-Man 1.15 Final Destination 2	RTL ZWEI 15.00 Die Reimanns - Ein außergewöhnliches Leben 16.00 News 16.05 SOS - Retter im Einsatz 17.05 SOS - Retter im Einsatz 18.05 Köln 50667 19.05 Berlin - Tag & Nacht 20.15 Olympus Has Fallen - Die Welt in Gefahr 22.25 Code Ava 0.15 Pfad der Rache
--	---	--	--	--	---

VOX 15.00 Shopping Queen 16.00 4 Hochzeiten - Von Braut zu Braut 17.00 Zwischen Tüll und Tränen 18.00 First Dates 19.00 Das perfekte Dinner 20.15 Viva Goodbye Deutschland! Das Beste aus 15 Jahren 23.50 vox nachrichten 0.10 Medical Detectives	KABEL EINS 15.50 News 16.00 Abenteuer Leben täglich 17.55 Mein Lokal, Dein Lokal 18.55 Schrauben, sägen, siegen - Das Heimwerker-Duell 20.15 Navy CIS 21.15 Navy CIS 22.15 Navy CIS 23.15 Navy CIS 0.15 Criminal Minds 1.10 Kabel Eins Late News 1.15 Navy CIS	NDR 17.00 NDR Info 17.10 Spürnase, Fährtenau & Co. 18.00 Ländermagazine 18.15 Die Nordreportage 18.45 DAS! 19.30 Ländermagazine 20.00 Tagesschau 20.15 die nordstory 21.15 Hafenmeister*innen 21.45 NDR Info 22.00 NDR Talk Show 0.00 Käpt'n's Dinner	3SAT 18.30 nano 19.00 heute 19.20 Kulturzeit 20.00 Tagesschau 20.15 Unsere wunderbaren Jahre (3/3) 21.00 Drama, D 2020 21.45 Erlebnisreisen-Tipp 22.00 ZIB 2 22.25 Wehrlös 0.15 Die Tochter des Generals Kriminalfilm, USA/D 1999 0.15 10vor10	WDR 18.15 Unsere eigene Farm - Hier blüht uns was 18.45 Aktuelle Stunde 20.00 Tagesschau 20.15 Der Jahrhundertbesuch - Die Königin in Deutschland 21.00 Programm nach Ansage 21.45 WDR aktuell 22.00 Kölner Treff 23.30 Bielefelder 0.15 Kölner Treff	ORF 2 19.23 Wetter 19.30 ZIB 19.51 Wetter 19.56 Sport aktuell 20.05 Seitenblicke 20.15 Matula 20.15 Kriminallfilm, D 2017 21.50 Reisezeit - Zurück zur Natur 22.00 ZIB 2 22.25 EuroMillionen 23.25 Universum History 23.20 Babylon Berlin 0.05 Babylon Berlin
--	--	--	---	---	---

AKZENT - HOTELS -



Hier unser Gästemagazin
einfach downloaden



Telefon + 49 53 21 / 75 91 40 Fax · + 49 53 21 / 75 91 49 · Spitalstraße 1 · D-38640 Goslar · www.akzent.de · info@akzent.de

Pinterest · Facebook · Instagram

Werden Sie unser

AKZENT Stammgast

... und profitieren Sie von unschlagbaren Raten
und unserem **Stammgastvorteil in Höhe von 5 €.**

Ihre Treue belohnen wir!

Ihren **AKZENT**-Stammgastcode erhalten Sie bei Abreise in
einem unserer **AKZENT** Hotels. Danach können Sie direkt von
den Vorteilen profitieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt in einem unserer
AKZENT Hotels und viel Spaß mit der **AKZENT** Stammgastkarte!

Wie?

Fragen Sie unser freundliches **Rezeptions-Team!**

