

Wochenübersicht vom 29.04. – 03.05.2024

Moderation: Fatma Mittler-Solak

Montag, 29.04.2024

Rezepte: Schnitzelstullen mit Hähnchen / Veggi-Stullen mit Süßkartoffelschnitzel von Sören Anders

Talk: Bärbel Schäfer, Fernsehmoderatorin

Ratgeber: Recht: Was ist auf Balkon und Terrasse erlaubt? Mit Kay Rodegra, Rechtsanwalt

einfach kreativ: Ideen für den Balkon. Mit Sarah-Nadine Botosch, Kreativ-Bloggerin

Dienstag, 30.04.2024

Rezepte: Frittata mit Spargel / Spargelsalat von Antonina Müller

Ratgeber: Erdbeeren für Balkon und Terrasse. Mit Eva Hofmann, Gartenbauingenieurin

Ratgeber: Warum ist Olivenöl gerade so teuer? Mit Janina Schreiber, SWR-Redaktion
Umwelt und Ernährung

Mittwoch, 01.05.2024

Unsere Sendung fällt aus. Wir wünschen Ihnen einen schönen Mai-Feiertag!

Donnerstag, 02.05.2024

Rezept: Gnocchi mit Zuckerschoten-Kohlrabi-Gemüse von Sören Anders

Ratgeber: Ernährung: Weg mit dem Bauchfett. Mit Achim Sam, Ernährungswissenschaftler

Ratgeber: Bauch-weg-Übungen. Mit Andreas Walter, Fitness-Coach

Freitag, 03.05.2024

Rezept: Gebratenes Doradenfilet auf Peperonata-Gemüse von Daniele Corona

Ratgeber: Tipps zur bestmöglichen Messenger-Nutzung. Mit Julia Nestlen, Multimedia-Redakteurin

einfach süß: Rhabarber-Erdbeer-Dessert von Theresa Knipschild, Konditormeisterin

Aus aktuellem Anlass kann es zu Änderungen im Sendeablauf kommen. Wir bitten um Ihr Verständnis.