

### Spruch des Monats:

Die Kunst des Ausruhens ist ein  
Teil der Kunst des Arbeitens.

*John Steinbeck*

### Lustiges

Beim Frauenarzt:

"Also Frau Beck, ich habe eine  
gute Nachricht für Sie."

"Fräulein Beck, bitte!"

"Also, Fräulein Beck, ich habe  
eine ziemlich schlechte Nachricht  
für sie!..."

## Chirurgische Praxis

Dr. med. H. Röhrig

- Enddarmmerkrankungen
- Venenerkrankungen
- Ambulante Operationen

Violenstraße 27  
28195 Bremen

Telefon: 0421 - 43 48 06 06  
Telefax: 0421 - 43 48 06 07

info@praxis-dr-roehrig.de  
www.praxis-dr-roehrig.de

### Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie da:

Montag, Dienstag und Donnerstag:  
08:00 h - 12:00 h und 15:00 h - 18:00 h

Mittwoch und Freitag:  
08:00 h - 13:00 h

und nach Vereinbarung!

# Monatspost



**PRAXIS**  
**DR. RÖHRIG**

Chirurgische Praxis für  
Enddarm- und Venenerkrankungen  
Ambulantes OP-Zentrum

**April 2016**

## Rezept des Monats:

### Leichtes Hähnchengratin

- 120g Frischkäse
- 80 g Käse geraspelt
- 200 g frische Champignons
- 250 g Brokkoli
- 200 g Möhren
- 1 TL Öl
- 100 ml Gemüsebrühe
- 400 g Hähnchenbrustfilet
- Salz, Pfeffer, Muskat

Das Fleisch in heißem Fett anbraten, salzen, pfeffern und ca. 10 Minuten sanft weiterbraten. Danach herausnehmen und die in Scheiben geschnittenen Pilze in der Pfanne anbraten, salzen und pfeffern. Den Brokkoli putzen und waschen. Die Möhren waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Beides in Salzwasser 5 Minuten garen.

Gemüse und Pilze in eine gefettete Auflaufform geben, die Hähnchenbrustfilets in Scheiben schneiden und darauf legen. Den Frischkäse mit der heißen Gemüsebrühe cremig rühren und den Käse unterheben. Mit Muskat, Pfeffer und Salz kräftig abschmecken. Die Sauce auf den Zutaten in der Form verteilen und das Gratin bei 180°C ca. 20 Minuten backen.

Als Beilage passt Reis ganz gut dazu.

Guten Appetit



## News:

Liebe Patientinnen,  
liebe Patienten,

wir freuen uns Herrn Dr. med.  
H.-W. Leonhardt ab dem  
01.04.2016 als Verstärkung in  
unserem Team begrüßen zu  
dürfen.

Herr Dr. Leonhardt bietet  
Donnerstags und Freitags  
Sprechstunden für Sie an.

Hierdurch entstehen kürzere  
Wartezeiten auf einen  
Sprechstundentermin.

Kommen Sie gut und gesund  
durch den April. Der Frühling wird  
wohl hoffentlich bald in Sicht sein.

Ihr

Praxisteam



## Aprilrätsel:

Jetzt mal ein Rätsel, welches sogar der  
Doc lösen konnte. ;-)

Den ersten Teil sollst du vergessen.

Der zweite Teil gehört nicht dir sondern  
alleine mir.

Der dritte Teil reimt sich auf Licht und be-  
deutet Nein.

Welches Frühlingswort wird hier gesucht?



Vergissmeinnicht

**Lösung:**