

## FASTNACHTSDIENSTAG

### EVERYTHING YOU NEED TO KNOW ABOUT FASCHINGSKRAPFEN

#### Calorie bombs

A good Krapfen may taste deliciously light and fluffy, but with between 200 and 400 calories apiece, and containing an average of 12 grams of fat, these doughnuts are not kind to your waistline. (Be warned: It takes around 50 minutes of moderate to brisk exercise to burn this many calories.) However, in the past, particularly in times of war and rationing, monks and priests are said to have recommended that their parishioners tuck into the fatty, sugary treats so that they could gain enough strength to get them through Lent.

#### Still popular

Although consumption may have decreased as Austrians became more health conscious, it's been estimated that Austrians consume an amazing 100 million Faschingskrapfen per year. (That's around 12 doughnuts per Austrian). They don't call it Fat Tuesday for nothing. But luckily it's followed by four weeks of fasting, or Lent. Traditionally Krapfen are only sold between December 31st and Ash Wednesday.

#### They go way back

Faschingskrapfen are said to have their origins in the ancient world. The Greeks used to offer up their goddess Ceres sweet, baked doughnuts and the Romans served them at festivals and parties. But the real 'Krapfen' first appeared in Vienna in the 19th century, when a famous Viennese chef called Cäcilie Krapf created "Cilly Balls" - doughnuts with an apricot jam centre, which immediately became the thing to eat at carnival dances and balls in Vienna.

We've heard that the Krapfen at Groissböck, Felber, and Mann all score highly with locals - so watch out for those!

#### **Faschingsdienstag, 9. Februar:**

Den Höhepunkt der narrischen Zeit markiert auch dieses Jahr der **Tanz der Marktfrauen am Faschingsdienstag auf dem Viktualienmarkt**. Um 9.30 Uhr ist Startschuss, der närrische Auftakt mit dem Auftritt des Narrhalla-Prinzenpaares und der Prinzengarde findet um 10.30 Uhr statt. Danach begrüßt Oberbürgermeister Dieter Reiter die Besucher sowie die tanzenden Marktweiber auf dem Viktualienmarkt. Anschließend schwingen die Händlerinnen ihre Beine. Bis zum Veranstaltungsende um 19 Uhr geht es dann mit Musik, Speisen und Getränken an den zahlreichen Ständen weiter. In diesem Jahr beteiligen sich 46 Händler an der Veranstaltung.

„**München narrisch**“ – Tag 3: Am Dienstag heizt **Partykönig Mickie Krause** den Münchner Narren mit Stimmungshits à la „Schatzi, schenk mir ein Foto“ ein. Der Mallorca-erprobte Spezialist für Albernheit ist um 15 Uhr auf der Bühne am Stachus zu sehen, um 17 Uhr spielt er am Marienplatz.

Beim „**Karneval wie dazumal**“ im **Deutschen Theater** wird wie jedes Jahr das Ende der Faschingszeit gefeiert. Mit der Musik des Tanzorchesters Odeon wird ab dem Nachmittag zwanglos getanzt und gesungen. Das zeigt sich auch am Dresscode: Alles ist erlaubt, wenn möglich fantasiereich. Beginn 16 Uhr, Einlass 15 Uhr, Schwanthalerstraße 13. Eintritt 10 bis 28 Euro, Karten unter Telefon 089/ 55 23 44 44.

Bevor um Mitternacht Schluss ist mit lustig, verabschiedet die Narrhalla ab 19 Uhr den Fasching mit dem **Kehraus im Bayerischen Hof**.