

Vorschlag

Damit Ihnen das Hören und Sehen nicht vergeht

Tempehritter

Aus Indonesien kommend, wird Tempeh auch in einer Allgäuer Fabrik fermentiert, und landet hier auf dem Grill – ob als Fleischersatz im Gyros oder Döner, oder um das südafrikanische Hackgericht Bobotie zumindest teilweise zu veganisieren. BRD 2024.

→ **Grillen mit Ivana und Adnan. Was ist Tempeh?** WDR, Sa., 15.30 Uhr

Loslassen

Sieben Oberligisten und acht Regionalligisten haben sich durch die Landespokale für die kommende Saison qualifiziert. Die einen werden vor Freude platzen, wenn sie die Bayern oder den BVB zugelost bekommen. Anderen wird man an den Augen absehen, dass in ihnen etwas stirbt, wenn sie feststellen, dass das größte Spiel der Vereinsgeschichte gegen die TSG Hoffenheim steigen wird. BRD 2026.

→ **Fußball der Herren. DFB-Pokal: Auslosung.** Das Erste, Sa., 18 Uhr

Katzen

Die Freude des Tormanns beim Elfmeter: Halten muss er nicht, aber wenn er es tut, dann ist er ein Held. Torhüterinnen und Torhüter wie Oliver Baumann, Stina Johannes und Ron-Thorben Hoffmann geben Auskunft über Leben und Leiden im Kasten. BRD 2026.

→ **Keeper. Zwischen Sieg und Scheitern.** Das Erste, Sa., 19.15 Uhr

Metamorphosen

Pionierinnen des Realismus: Maria Sibylla Merian, Maria Moninckx und Alida Withoos schufen Stilleben sowie wissenschaftliche Zeichnungen von Flora und Fauna. BRD 2026.

→ **Flower Power. Niederländische Malerinnen im 17. Jahrhundert.** Arte, So., 16.45 Uhr

Baumhausbau

Es mangelt an Bäumen, in denen sich Bienen niederlassen können. Also schlagen Waldimkerinnen und -imker Beuten in die Stämme, in denen die Immen ihre Stöcke bauen sollen. BRD 2022.

→ **Die Zeidler von Augustów. Piotr und die Waldbienen.** Arte, So., 19.30 Uhr

America's Dad

Fast so berühmt wie Otm Shank: Thomas Jeffrey Hanks begeht am 9. Juli seinen 70. F 2026.

→ **Tom Hanks, ein ganz normaler Held.** Arte, 22.25 Uhr

Tante Käthe

, auch wenn man auf der Insel meint, Nick Woltemade sei sein Wiedergänger auf Stelzen: Rudolf Völler. BRD 2026.

→ **Rudi Völler. Eine deutsche Fußballlegende.** ZDF, So., 23.45 Uhr

<https://www.jungewelt.de/artikel/523861.vorschlag.html>