

# Süschée 2017



JUNGI QUERSCHLEEGER



d'QUERSCHLEEGER



FASNACHTSCLIQUE

## Superfood

**(Eb Phytonplangton, Gärschtegrass, das isch dr neyschti Superfrass! Schluggsch Pilverli oder Dragée, denn git's e Loch ins Portemonnaie!)**

**Oh Superfood – oh Superfood,**  
isch das denn wirgglig **super-good?**  
Me kitzelet dr Volgges-Wille,  
und proglamiert jetzt **Super-Pille,**  
**Vitamin in Pulverform** –  
s'bringt **Power** und e tolli Form.  
Me ka's in Fraue-Heftli lääse –  
**Superfood** macht neyi Wääse!  
Am PC findsch in Online-Shops  
so **Pilverli, Pille** oder **Drops!**  
Wenn s'Portemonnaie duesch iberwache,  
kunnt hindedryy denn s'grooss Erwache!

*D'BaZ druggt uns **Dürr-i Sache** vor,  
drbyy isch s'Maischte - gar nit wohr!*

E **Dommaate** kauft me hitt konform  
ime Seggli in **Tablette-Form** –  
drfir zahlsch fir die Kaibe rund  
vierzig Frangge fir e Pfund!  
Denn machsch in aller Herrgott's – Rueh  
e Hand voll **Quinoa** no drzue;  
Das isch fir en iberzahlte Pryys  
halb **Hirse-** und halb **gschellte Ryys!**

*D'Politigger dien Stimme raffe,  
will's online nonig kasch beschaffe!*

Dr **frischi Broccoli** griegsch hitte  
in **Pulverform** fir uff d'Angge-Schnitte!  
Und zem Vergniege – wirsch's denn no gseh,  
koschtet die Choose grad dreimool meh!  
Voll **Vitamine** – schigget Eych dryy,  
sell die **Superfood**-Sach hitte syy!  
Me griegt das Zyyg – das isch e Faggt,  
in 100-Gramm-Biggsli scheen verpaggt!

*D'Frau **Herzog** isst jetzt jo au esoo,  
zem gaischtig wieder uff d'Heechi z'koo!*

No ebbis Ney's git's fir Alles-Wörger,  
me nennt das neyschtens **Fake-Fleisch-Börger!**  
Zem binde fir dä Fegi-Brummi  
bruucht me pflanzlige **Xantham-Gummi!**  
Fir d'Fleischfaasere, die fyyne,  
nimmt men e Pryyse **Weize-Proteyyne!**  
Fir mi isch das – mer makes kurz,  
e neye, typische Ami-Furz!

*Und no de Wahle blybt's wie friehner -  
Dr **Wessels**, dä wird als wie griener!*

S'git **Preiselbeer-Dringg** als Konzentrat,  
s'git au **Spirulina** statt Spinat,  
Denn no **Camu-Camu** vo de Maya,  
und **Matcha-Tee** – dasch fir in d'Haya!  
Statt Dryybel, wo als Wyy dien gääre,  
mien hitt so **Goji-Beeeri** hääre.  
Per hundert Gramm duet denn dä Boschte  
ebbe dryssig Hämmer koschte!

*A propo **Beeeri** – s'isch verschisse,  
mir dien dr **Morin** - schwäär vermisse!*

Me nennt das **Foodamentalismus** –  
denn mit normalem Frass bisch duss!  
**Laggtose** – das isch hitt dr Gracher,  
zellt näb de **Glute** als Grangg-Macher!  
Au **Zugger, Alkohol** und **Fett**  
dien schlächt wirgge z'Nacht im Bett!  
Drum hänn mir ebbis besser's welle –  
als **Junkfood** iber online bschtelle!

*Denn hämmer z'Basel wieder „Glügg“;  
s'kunnt Gott sei Dangg – kai **Heidi Mügg!***

Statt Hafergutzeli vom „Wernli“  
schluggt me ney so **Chia-Keernli!**  
Und fiehlsch Dy nit grad wiene Puma,  
wirzisch d'Lääbere mit Curcuma!  
Denn gitt's fir Heerre und fir Dame  
au **Sprouts Seets** uss verkeimtem Same!  
Und au no, statt gääli Riebli rapsle,  
**Flohameschale** als Pouwder und Kapsle!

À propos **Flöh** – eb Frau – eb Burschte ,  
s'dien die **Grien/Roote** wytter wurschte!

E **Mählwurm-Falafel** zem dryy bysse  
duet dir dr Maage fascht verrysse!  
**Heugümper** bröötle – waisch wie „good“,  
däm sait me heegschens – **Ekel-Food!**  
**Phyranhas** amene lange Spiess,  
derzue e **Gärschte-Greesli-Griess!**  
Zem Dessert denn – so duet's uns schyyne,  
e Creme vo dr **Siess-Lupyyne!**

*Als Clou fir Basel, maint unsere Papi,  
kunnt no **d'Frau Aggermaa** - als Super-Stapi !*

Zem Schluss – und das gitt bsunders Grafft,  
e rächte Schlugg **Dommaate-Saft!**  
Me kaa, statt **Pilverli** und **Pille**  
dr Fasnachts-Hunger anderscht stille!  
Mit Mählsuppe und eme Gleesli Wyy  
isch me jo 3 Dääg voll derbyy!  
Mir finde das halt **super-good,**  
denn das isch **unsere Superfood!**

---

Wotsch leere drummlen ooder pfyffe, ooder wotsch im Voordraab mitlaufe?  
Denn kumm zue uns! Amme Zyschtig iebe d Querschleeger und amme Donnschtig d Muschgetnüssli.  
Fir d Querschleeger kaasch di bim Matthias mälde (079 742 85 86) und fir d Muschgetnüssli bi dr Manu (076 424 98 85)

---

D Ladäärne-Uusstellig uff em Minschterplatz und d Waage- und Reggwisyte-Uusstellig bi dr Kasäärne sin vom Määntig znacht bis am Mittwoch demoorge!  
Deert und an de 3 Verkaufständer (CINS) in dr Stadt ka men au alli Zeedel und Schnitzelbängg, d Blaggedde und dr Rädäbängg kaufe.

---