

Gour-med®

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+THERME EUROPA

SYLTER IMPRESSIONEN

Stelldichein von
Spitzenköchen
Gourmet Festival auf Sylt

GOLFEN IM HERBST

Golfen auf dem
Sonnenplateau

GOURMET(D)-TOURING

Schlosshotel Bühlerhöhe
Swissôtel Berlin

GEWINNSPIEL

Kempinski Falkenstein

DER BESONDERE TIPP

Weintipps von Yvonne
Schuhbeck am Platzl
Fernsehkoch A. Roßmeiers
Empfehlungen

TU FELIX AUSTRIA

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

PHARMA NEWS

MEDIZIN NEWS

MEDIZIN-TECHNIK NEWS

7/8-2002

18. JAHRGANG

ISSN 0177-3941

H 54575



Sylt: Sand, Strand und Genuss



Schnell und stark bei Reizmagen und Reizdarm



Iberogast®



Iberogast® Tinktur - Zusammensetzung: 100 ml Tinktur zum Einnehmen enthalten: Arzneilich wirksame Bestandteile: Alkoholischer Frischpflanzenauszug aus: Iberis amara (Bittere Schiefwurz) (1:2) 15,0 ml, (Auszugsmittel: 50 Vol.-% Ethanol), Alkoholische Drogenauszüge aus: Angelikawurzel (1:3) 10,0 ml, Kamillenblüten (1:3) 20,0 ml, Kümmel (1:3) 10,0 ml, Mariendistelfrüchten (1:3) 10,0 ml, Melissenblüten (1:3) 10,0 ml, Pfefferminzblüten (1:3) 5,0 ml, Schöllkraut (1:3) 10,0 ml, Süßholzwurzel (1:3) 10,0 ml, (Auszugsmittel für alle Drogen: 30 Vol.-% Ethanol). Das Arzneimittel enthält 31,0 Vol.-% Alkohol. **Anwendungsgebiete:** Funktionelle und medikamentenbedingte Magen-Darm-Störungen, Gastritis, Magen- und Darmspeiseren, Ulcus ventriculi et duodeni. **Gegenanzeigen:** Keine bekannt. **Wechselwirkungen mit anderen Mitteln:** Keine bekannt. **Dosierungsanleitung, Art und Dauer der Anwendung:** Soweit nicht anders verordnet, wird Iberogast® Tinktur 3-mal täglich vor oder zu den Mahlzeiten in etwas Flüssigkeit eingenommen. Erwachsene und Jugendliche nehmen 20 Tropfen, Kinder von 4 bis 12 Jahren 15 Tropfen, Kinder von 3 bis 6 Jahren 10 Tropfen, Kinder von 3 Monaten bis 3 Jahren 8 Tropfen und Kinder unter 3 Monaten 6 Tropfen ein. Vor Gebrauch schütteln! **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Hinweis:** Beobachten Patienten Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind, sollen sie diese ihrem Arzt oder Apotheker mitteilen. **Hinweise und Angaben zur Haltbarkeit des Arzneimittels:** Sollte Iberogast® Tinktur Auflockerungen oder Trübungen aufweisen, so sind diese ohne Einfluss auf die Wirksamkeit des Präparates. Iberogast® Tinktur darf nach Ablauf des auf dem Behälter und der äußeren Umhüllung angegebenen Verfalldatums nicht mehr verwendet werden. **Darreichungsform, Packungsgrößen und Preise:** OP mit 20 ml Tinktur zum Einnehmen (N1) 6,45 €; OP mit 50 ml Tinktur zum Einnehmen (N2) 13,10 €; OP mit 100 ml Tinktur zum Einnehmen (N3) DM 23,30 €; AP mit 500 ml Tinktur zum Einnehmen. Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren. Iberogast® Tinktur enthält keine Botulinumtoxine. Steigerwald Arzneimittelwerk GmbH, Havelstraße 5, D-64295 Darmstadt. www.steigerwald.de. Stand: 01.01.2002

EDITORIAL



Lieber Gour-med Leser,

in dieser Ausgabe von Gour-med haben wir ein ganz besonderes Bonbon für Sie:

Wir präsentieren Ihnen die Meisterköche des **Davidoff Gourmet Festivals** auf Sylt. Acht Weltspitzenköche sind vom 21. – 28. September dieses Jahres in acht Sylter Spitzenrestaurants zu Gast und wollen Sie verwöhnen. Namen wie Gerd M. Eis – kocht im "Hotel Stadt Hamburg" – oder Wolfgang Staudenmaier – kocht im "Landhaus Stricker" – gehören zu den Gourmet-Künstlern, nur um einige zu nennen. Also auf nach Sylt, um sich kulinarisch verwöhnen zu lassen.

In unserer Reihe "Gourmet(d)-Touring" präsentieren wir Ihnen diesmal das "**Schloßhotel Bühlerhöhe**" bei Baden-Baden im Schwarzwald und das vor einem Jahr neu eröffnete "**Swissotel**" in Berlin mit dem schon jetzt anerkannten Gourmet-Restaurant "**Mosimann's**". Die "Bühlerhöhe" ist eines der schönsten Hotels Deutschlands mit seinem Gourmet Restaurant: "**Imperial**", und "Mosimann's" eine wirkliche Bereicherung der Berliner – sehr vielfältigen – Gourmet-Szene.

Bei unserem Gewinnspiel können Sie zwei Nächte im "Kempinski Hotel Fal-

kenstein" (Ffm) gewinnen. Außerdem präsentieren wir wie immer Tipps und Anregungen aus dem Hotel- und kulinarischen Restaurantbereich. Auch mit Empfehlungen für alle Österreich-Ur-lauber.

Unsere Sommelière Yvonne stellt wieder einmal Besonderheiten von der Mosel vor, und unser Fernsehkoch Armin Roßmeier verwöhnt Sie mit sommerlich-mediterranen Delikates-sen.

Der Gewinner unseres letzten Gewinnspiels ist: Dr. Günter Schulz aus Fockbek bei Rendsburg. Er wird sich im bekannten "Schloß Hugenpoet" (Kettwig) kulinarisch sowie im Musical "Elisabeth" in Essen kulturell verwöhnen lassen.

Ihrer besonderen Aufmerksamkeit empfehlen wir unsere neue Rubrik „Neues aus der Medizin-Technik“. Wir sehen es auch als unsere Aufgabe an, Sie über die neuesten Entwicklungen auf diesem Gebiet zu informieren.

Nun noch ein Wort in eigener Sache: In der letzten Ausgabe von Gour-med hat uns mehrfach der Druckfehlerteufel erwischt. Nicht nur das, darüber hinaus haben wir Zwischenüberschriften

verwechselt, insbesondere im redaktionellen Fachteil, das hat zu mancher Irritation bei Ihnen, verehrte Leser, geführt. Hierfür möchten wir uns aufrichtig entschuldigen und bitten um Verzeihung.

Allen Lesern wünschen wir noch einen – hoffentlich sonnigen – Sommer. Viel Spaß beim Lesen der neuen Gour-med und viel Vergnügen beim Nachkochen der Rezeptvorschläge.

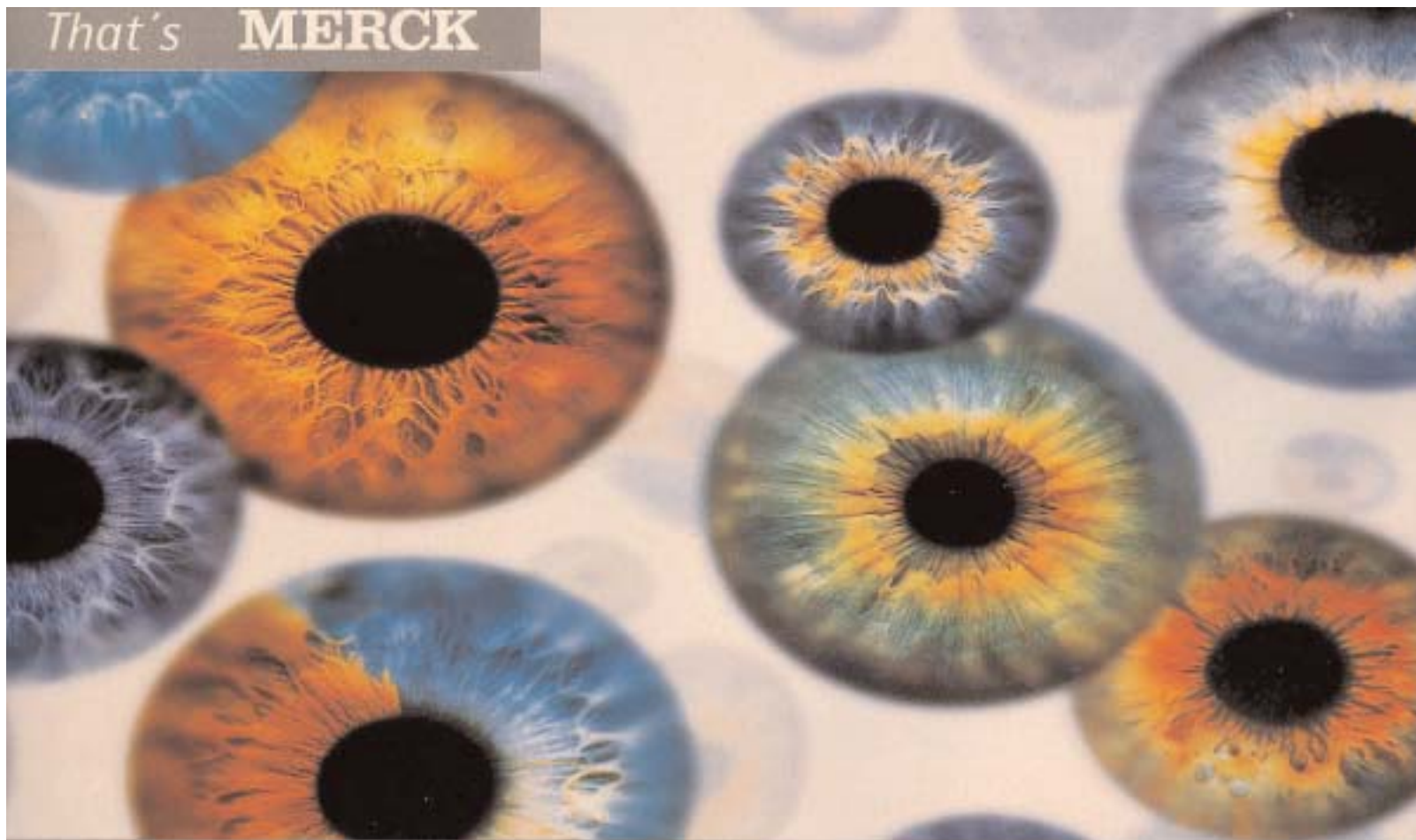
Ihr Gour-med -Team

und natürlich

Ihr

Klaus Lenser
Herausgeber

That's **MERCK**



Corticoide von Merck – denn jeder Patient ist einzigartig.

- Decortin®
- Solu-Decortin® H
- Fortecortin®

Corticoide von Merck sind mehr als nur Medikamente: Nutzen Sie ein starkes Servicekonzept und profitieren Sie von unserem wissenschaftlichen Fortschritt.

Rufen Sie unser Merck Call-Center an (0180 - 222 76 00) oder besuchen Sie unsere Homepage im Internet:
<http://www.medizinpartner.de>

Decortin®
Solu-Decortin® H
Fortecortin®

Ein Original
von Merck zum
„aut idem-
Preis“

INHALT

6	KOCHKÖPFE
	Davidoff Gourmet Festival Sylt
20	GENIESSER-TIPP VON YVONNE
	Das Weinanbaugebiet Mosel-Saar-Ruwer
22	GENIESSER-TIPP VON ARMIN ROßMEIER
	Die mediterrane Küche
24	DER BESONDERE TIPP
	Schuhbecks Kochschule · Essigpralinen
28	GEWINNSPIEL
	"Kempinski Hotel Falkenstein"
30	GOURMET(D) TOURING
	"Bühlerhöhe" · Mosimann's im "Swissôtel" Berlin
34	KULINARIA DER WELT
	Fugu - Japanisches Roulette für Feinschmecker
38	TU FELIX AUSTRIA
	"Brunnwirt" in Fuschl im Salzburger Land
40	NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN
	Fitness "tanken" in Bad Füssing
44	BUCH-TIPPS
	John Grisham: Der Richter · André Dominé: Wein
47	LIFE STYLE
	Japanisches Grillen · Maison la Cornue
48	ERNÄHRUNGSMEDIZIN AKTUELL
	Mediterran genießen
54	MEDIZIN NEWS
	Medikamentöse Therapie mit Reductil® Phytotherapie bei gastrointestinalen Beschwerden
57	MEDIZIN TECHNIK NEWS
	Neue BVMed-Informationskarte
58	PHARMA NEWS
	Der Praxis-Tipp Memantine - Weltweit erste Zulassung auch zur Therapie der schweren Alzheimer-Demenz
66	SIT VENIA VERBO / IMPRESSUM
	Klein, kleiner, am kleinsten...



Mit diesem Symbol kennzeichnen wir behinderten-
freundlich ausgestattete Restaurants und Hotels





8

Sylter Gourm
vom 21. – 28. S

KochKöpfe

Klaus Lenser

Traumhaftes Sylt Deutschlands kulinarischer Norden

Sylt, nicht nur für Kenner eines der begehrtesten Reiseziele. Nein, diese Insel ist auch für viele zur zweiten (Urlaubs-)Heimat geworden. Die Exklusivität der Insel ist schon längst einer etwas eleganteren Normalität gewichen.

Auf Sylt Urlaub zu machen ist aber immer noch etwas Besonderes. Das mag zum einen an dem gesunden und erholsamen Klima liegen, zum anderen aber auch an der Attraktivität der vielseitigen Möglichkeiten und Angebote, die die Insel nicht nur während der Sommersaison zu bieten hat. Das hat den großen Vorteil für die Touristikmanager der Insel, dass sie so gut wie gar keine Werbeaktivitäten mehr für ihr „Produkt“ durchführen müssen.

Die in der Tat einmaligen Vorzüge Sylts werden immer wieder in Reisemagazinen und Büchern hervorgehoben. Der Syltbesucher hat die Möglichkeit, jeder Interessenlage im sportlichen, kulturellen oder Shopping-Bereich nachzugehen. Er findet Golfen, Tennis, Reiten, exklusive Boutiquen, gehobene Gastronomie und natürlich eine unverwechselbare Insellandschaft, wie man sie eben nur auf Sylt antrifft. Das „reizvolle“ Klima ist im Übrigen ein wichtiger Grund, die Insel zu besuchen. Wahre Inselliebhaber fahren ihr Leben lang oft mehrfach jährlich nach Sylt. Die berühmt-berüchtigte Whiskymeile in Kampen erfreut sich nach wie vor größter Beliebtheit.



Gourmet Festival

3. September 02

OFFE

zu Gast..

auf Sylt

War Sylt vor noch wenigen Jahren eine kulinarische Enklave, so kann man inzwischen von einem wohl von keiner deutschen Insel übertroffenen Höchstangebot von Gourmet-Tempeln berichten.

Dem kulinarischen Sylt wollen wir uns in dieser Ausgabe widmen und Ihnen das diesjährige Gourmet Festival – vom 21. - 28. September 2002 – empfehlen. Acht Meisterköche aus der ganzen Welt werden in acht Sylter Gourmet-Restaurants eine Woche lang als Gastköche den höchsten kulinarischen Ansprüchen genügen und Ihnen ein lukullisches Angebot offerieren, das ein unvergessliches Feinschmeckererlebnis sein wird.

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen die gastgebenden Restaurants mit den Gastköchen und ihren Rezepten vor. Sie werden Ihnen hoffentlich das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen.

Viel Spaß und viel Genuss!

Weitere Informationen:

*Hotel Waltersshof
Kurhausstraße 23
25999 Kampen/Sylt
Stichwort:*

*Davidoff Gourmet Festival
Tel. 04651/98960
oder Fax 04651/45590*

*oder
Agentur Loerke Kommunikation GmbH
Hamburg*

Tel. 040/44405252

Fax 040/4440525

Fotos:
Tourismus Marketing Sylt

KochKöpfe

Sylt

*Gourmet Festival im "Benen-Diken-Hof"
Grand Opening Party am 21.09.2002
Edgar Osojnik, Südafrika*



*Gastkoch Edgar Osojnik
„Buitenverwachting Restaurant“,
Kapstadt*

Mit einer **Grand Opening Party** beginnt am **Samstag, den 21. September** um **14:00 Uhr** im "Benen-Diken-Hof" in Keitum das diesjährige Gourmet Festival. Bei dieser feierlichen Eröffnung (nur auf Einladung des Festival-Komitees) werden die bevorstehenden Köstlichkeiten präsentiert und alle am Festival teilnehmenden Gastköche vorgestellt. Unter

Denn der Südafrikaner ist nicht nur leidenschaftlicher Koch, sondern auch begeisterter Weinkellerer. Im Restaurant Benen-Diken-Kökken - es steht unter der Ägide von Küchenchef Jörg Seier - wird er seine Künste ausüben.

Der "Benen-Diken-Hof" gilt als ein Stück traditionelles Sylt, weit weg von allem was laut und grell ist. Eine "Insel auf der Insel" wird er von Liebhabern genannt. Hier findet der Gast im Zauber der Geborgenheit sofort zu sich selbst. Miteinander verbundene Reetdachhäuser auf der 15.000 qm großen Anlage bilden das Landhotel mit den Appartmenthäusern Dikhüs und Süderhüs. Der Benen-Diken-Hof verfügt über 100 Betten, mehrere Sonnenterrassen, eine Hotelbar, einen Wellnesbereich und einen Poolbereich mit Massage- und Beautystudio.



*Yellowtail aus der Schnapper-Familie
Das Grillrezept finden Sie auf Seite 16*

ihnen auch Edgar Osojnik. Er kommt aus einer der schönsten Städte der Welt - aus Kapstadt - um Gäste einer der schönsten Inseln des Nordens mit der feinen Gourmetvielfalt aus dem fernen Staat am Kap der Guten Hoffnung zu verwöhnen.

Osojnik ist Küchenchef des "Buitenverwachting Restaurant" in Kapstadt, das zu den zehn besten Restaurants Südafrikas gehört. Buitenverwachting heißt auf Afrikaans soviel wie "schier unglaublich" - und entsprechend groß ist die Bandbreite der dort servierten Speisen. Sie reicht von ausgefallenen internationalen Gerichten bis zu traditionellen einheimischen Speisen. Edgar Osojnik verarbeitet ausschließlich Frischprodukte - darunter auch Krusten- und Schalentiere oder Wild. Zu seinen Highlights zählt das täglich wechselnde Menue, das natürlich von adäquaten Tropfen begleitet wird.

Der "Benen-Diken-Hof", Keitum



*Weitere Informationen:
Hotel Benen-Diken-Hof
25985 Keitum/Sylt
Tel.: 04651-9 38 30
Fax: 04651-93 83 183
e-mail: info@benen-diken-hof
www.benen-diken-hof.de*



Gourmet Festival im "Landhaus Stricker" *Davidoff Ladies Night am 21.09.2002* *Wolfgang Staudenmaier, Mannheim*

Wenn Wolfgang Staudenmaier eine „Lasagne al forno“ oder Tomaten mit Mozzarella zubereitet, dann auf eine Art, wie man sie nie zuvor gegessen hat. Ansonsten versteht es der gebürtige Oberdielbacher meisterhaft, den Früchtekorb des Meeres in unglaublicher Vielfalt in Würze und Geschmack zu zelebrieren. Welche Kulisse würde sich dazu besser eignen als Sylt. Kenner behaupten allerdings, dass Fisch nirgends so raffiniert zubereitet wird wie in Mannheims "Da Gianni" – von Staudenmaier eben. Das beweist er dort schon seit 18 Jahren. Und jetzt anlässlich des Gourmet Festivals im "Landhaus Stricker".

Basis für Staudenmaiers hoch dekorierte Küche – es prasselte nur so Sterne und Hauben – ist solides Handwerk gepaart mit dem Fünkchen Esprit, das die großen Küchenmeister auszeichnet. So passt er gut als Gastkoch ins Landhaus Stricker, in dem es seit dem kulinarischen Neustart des über 200-jährigen Friesenhauses personell recht hochkarätig zugeht. Geschäftsführer und Küchenchef Holger Bodendorf gilt

als eine Instanz in der Gastronomieszene.

Am **21. September um 19:30 Uhr** laden er und seine Frau ein zu einem **Feuerwerk der Sinne**. Damen werden eingeführt in die Welt des Zigarrenenusses. Jede "Aficionada" kann an diesem Abend ihre Lieblingszigarre für sich entdecken und selber rollen. Die



Herren sind selbstverständlich ebenso herzlich willkommen.

Mit der Übernahme des Landhauses Stricker durch Kerstin und Holger Bodendorf präsentiert sich die traditionelle Adresse nun auch als Luxus-hotel. Eine zweiflügelige Hotelanlage im Friesenstil ist entstanden, mit Klinkerfassaden, Giebeln und Gauben, Komfort, Ambiente und Service auf Fünf-Sterne-Niveau.

Die Gäste logieren in 38 Zimmern und Suiten, die durch ihre Individualität bestechen. Es gibt private Balkone und Terrassen mitten in einer traumhaften Parklandschaft mit Seerosenteich und Wasserfall. Muße und Entspannung findet man im 600 qm großen Wellnessbereich.



Gastkoch
Wolfgang Staudenmaier,
Restaurant "Da Gianni", Mannheim



Weitere Informationen:
Landhaus Stricker
Boy-Nielsen-Straße 10
25980 Tinum
Tel.: 04651-88 99 0
Fax: 04651-88 99 499



KochKöpfe

Sylt

*Gourmet Festival im Restaurant "Sturmhaube"
Kulinarische Wahlparty am 22.09.2002
Clay Conley, USA*



*Gastkoch Clay Conley vom
„Olives“, Hotel Bellagio,
Las Vegas*

Direkt auf den hohen Gestaden des Roten Kliff's schweift der Blick von der Terrasse der "Sturmhaube" über die typische Dünenlandschaft von Sylt auf die Nordseebrandung. In der anderen Richtung schaut man über die reetgedeckten Häuser von Kampen hinweg auf das malerische Wattenmeer. Das großzügen Restaurant, eingerichtet im Stil des „American Diner“, lockt mit Kamin und „Bar-B-Q“.



Schon ab 9.00 Uhr gibt es in der "Sturmhaube" frischen Kaffee und natürlich die aktuellen großen Zeitungen. Später dann saftige Steaks und Burger vom Grill, Sandwiches, Eis und Candies – je nach Wunsch. Etwas feiner, aber keineswegs steif geht es dann im Restaurant „Sunny and Easy“ vor sich.

In dieser Umgebung und Atmosphäre wird Clay Conley, Küchenchef des zum berühmten Las Vegas Hotel „Bellagio“ gehörenden Restaurants „Olives“ (siehe Seite 36) für die Gäste der „Sturmhaube“ kochen und sie auf den typischen „American way of life“ mitnehmen. Seine Gäste können sich auf ausgefallene und internationale Kreationen freuen, die er zusammen mit Markus Gradel und Michael Quendler, dem Küchenchef-Team der "Sturmhaube" präsentieren wird.

Am **22. September** findet als **Event** der Festival-Woche anlässlich der Bundestagswahl eine **Kulinarische Wahlparty** statt. Beginn ist um **18:00 Uhr**. Bei vielen Kostlichkeiten werden die ersten Hochrechnungen und schließlich das vorläufige Endergebnis erlebt.

Aber auch sonst wird viel geboten: Bis zum 28. September findet ab 23:30 Uhr ein tägliches GET TOGETHER statt mit der Möglichkeit, alle Gastköche des Festivals sowie die einladenden Gastgeber kennen zu lernen. Am 27. September findet ein GOURMETINO FOR KIDS statt, bei dem Kinder in die Welt des Feinschmeckens eingeführt werden. Also "gedeckter Tisch" statt Chipstüte. Am 28. September schließlich das FINAL NIGHT DINNER - wie in den sieben anderen beteiligten Häusern auch.

Zur anschließenden FINAL NIGHT PARTY treffen sich alle Gastgeber und Gäste noch einmal in der "Sturmhaube" zum Ausklang des Festivals.



*Weitere Informationen:
Sturmhaube on the Beach
Riperstig 1
25999 Kampen
Tel.: 04651-99 59 40
Fax: 04651 - 9 95 94 19
e-mail: sturmhaube@t-online.de
<http://www.sturmhaube.de>*



Gourmet Festival im "Manne Pahl" Surf & Turf Party am 24.09.2002 EX-Chez-Max, Schweiz

Seit über 15 Jahren schon gilt das Manne Pahl auf Sylt als In-Lokal: Eine mit Humor inszenierte Symbiose aus Berghüttencharme und Landhausstil – wie man sie im hohen Norden und dazu noch an der See ganz selten findet. Wer sich auf der "Allwetter-Terrasse" im Herzen Kampens niederlässt, hat das Kommen und Gehen des Ortes voll im Blick. Was Feinschmecker und Freunde Sylts in die Lokalität mit ganz eigenem Charakter lockt, sind nicht nur ihr aus Luzern stammender Patron, sondern die bemerkenswerten Darbietungen aus Küche und Keller. Küchenchef Holger Schluck pflegt dabei eine Regionalküche mit internationalen Einflüssen.

Für die Dauer des Gourmet Festivals wirkt im Manne Pahl nun ein anderer, fast schon legendärer Schweizer der Kochkunst: Max Kehl, weltweit besser bekannt als "Ex-chez-Max, Zürich". Er gehört zu den ganz Großen der Schweizer Küche. Typisch ist seine Liebe für außergewöhnliche Produkte als unentbehrliche Basis für ein echtes

Festmahl. Das Fundament für seine ausgezeichneten Delikatessen ist dabei seine profunde Kenntnis der Haute Cuisine. Außerdem ist er mit einer unglaublichen Kreativität gesegnet, die einen immer wieder in Erstaunen versetzt.

Seit 1994 ist "Ex-chez-Max" Globetrotter mit gehobener Gastronomie und feiner Lebensart im Handgepäck. Er bereist die Welt als gastronomi-



Gâteau de chocolat à la Kehl
Das Rezept finden Sie auf Seite 17

scher Berater oder kocht für wohltätige Zwecke. Als "Botschafter der feinen Küche" gastiert er in Feinschmeckerrestaurants von Paris bis Bangkok, Zelebrierte sogar ein Dinner für 100 Gäste im „Orient Express“. Und nun: Sylt.

Durch "Ex-chez-Max" inspiriert steht das **Event** am **24. September** um **18:30 Uhr** unter dem **Motto Surf & Turf**. Geboten wird ein Menue mit Internationaler Weinverkostung und Live-Unterhaltung.



Gastkoch Max Kehl
"Ex-Chez-Max, Zürich"



Das "Manne Pahl" - Schweizer Hochburg

Weitere Informationen:
Manne Pahl
Uwe Düne 2
25999 Kampen
Tel.: 04651-4 25 10
Fax: 04621-4 44 10



KochKöpfe



Gastkoch Gerd Eis, "Ente",
"Nassauer Hof" Wiesbaden

Sylt

*Gourmet Festival im "Hotel Stadt Hamburg"
Gourmet-Geschichten am 25.09.2003
Gerd Eis, Wiesbaden*

Bei anspruchsvollen Sylturlaubern ist das zentral gelegene Hotel Stadt Hamburg in Westerland seit Jahrzehnten eine der ersten Adressen für spannende Urlaubstage. Dem Ambiente des luxuriösen Hauses und der vorbildlichen Gastlichkeit entspricht die Cuisine von Küchenchef Ulrich Person: leicht, frisch, und phantasievoll.

Während des Gourmet Festivals wird jedoch Chefkoch Gerd M. Eis vom

Das besondere dabei: diese Geschichten sind auch zu schmecken.

Das Hotel "Stadt Hamburg" hat, wie bei allen Relais & Châteaux-Häusern selbstverständlich, neben der Cuisine auch Caractère, Courtoisie, Calme und Charme. Entsprechend erholungsfördernd ist nach einem langen Strandtag der Aufenthalt in den 72 Zimmern und Suiten, die unverkennbar hanseatische Eleganz und englisches Landhausflair verbinden. Überall strahlt das wunderschöne Ambiente des luxuriösen Hauses Gastlichkeit aus.

Seit Weihnachten letzten Jahres hat das Fünf-Sterne Domizil dem Reigen der exklusiven Annehmlichkeiten mit dem Quira Spa, einem 500 qm großen Wellnessbereich im asiatischen Kolonialstil, das i-Tüpfelchen aufgesetzt. Französischer Limestone, chinesischer Granit und edle Hölzer zaubern ein einzigartiges Ambiente. Auch wenn Sie nicht im Hause wohnen sollten, können Sie sich als Besucher dort verwöhnen lassen.



*Zitronegrasssuppe à la G. Eis
Das Rezept finden Sie auf Seite 17*

Restaurant „Ente“ des Grandhotels „Nassauer Hof“ in Wiesbaden den Kochlöffel schwingen. Langjährige Asienaufenthalte prägen die Handschrift des ambitionierten Herdkünstlers: Sechs Jahre lang arbeitete er in Phuket und Bangkok (Thailand) sowie in Hong Kong, wo er das Restaurant "Plume" im "Regent Hotel" leitete. Seitdem pflegt er eine weltoffene Küche, die sich heute mit mediterranem Touch, morgen mit asiatischen Inspirationen und übermorgen mit dem bewährten Hauch französischer Klassik präsentiert.

Das **Event** am **25. September** um **20:00 Uhr** ist nicht nur ein gastronomischer sondern auch ein literarischer Leckerbissen: die Gäste können beim Diner den kulinarischen **Reise-geschichten** des Feinschmecker-Journalisten Horst-Dieter Ebert lauschen.



Hotel "Stadt Hamburg"

Weitere Informationen:

Hotel Stadt Hamburg

Strandstraße 2

25980 Westerland

Tel.: 04651-8 58-0

Fax: 04651-8 58 22-0

e-mail: hsh-sylt@t-online.de

<http://www.relaischateaux.com/stadthamburg>



Gourmet Festival im Restaurant "Landhaus Nösse" Gaukler & Gourmets am 25.09.2002 Armin Röttele, Schweiz

Das „Landhaus Nösse“ liegt in der Dünen- und Heidelandschaft von Morsum. Dies ist die östliche „Nase“ von Sylt, an drei Seiten von Watt umgeben. Das ganze Jahr über lockt das "Nösse" wegen dieser Lage und wegen seiner kulinarischen Köstlichkeiten von Küchenchef Olaf Böttjer zahlreiche Gäste an. Und nun kommt selbst als Gast der Freiburger Armin Röttele vom Gourmet-Restaurant "Aphrodite" aus dem Relais & Châteaux Hotel "Albergo Giardino" in Ascona. Von der italienischen Kochkunst inspiriert, kreiert er eine außergewöhnliche Küche. Sein Repertoire unterteilt er in Bereiche, die durch die Symbole Sonne, Mond und Stern in der Speisekarte gekennzeichnet sind. Die „Cucina del Sole“, die Sonnenküche, ist vegetarisch, sie verzichtet auf Fisch und Fleisch. Die „Cucina della Luna“ ist die lustvoll sanfte Küche und die „Cucina della Passione“ markiert bei Röttele die leidenschaftliche Küche.

Am **26. September, 19:30 Uhr** wird im Nösse zum **Event Teatro Giardino**



"Landhaus Nösse", Morsum

Weitere Informationen:

Landhaus Nösse

Mösistig 13

25980 Morsum

Tel.: 04651-97220

Fax: 04651-89 16 58

e-mail: noesse.sylt@t-online.de

<http://www.landhaus-noesse.de>

- **Gaukler & Gourmets** geladen, kulinarische und musikalische Köstlichkeiten alla ticinese. Die Gäste erleben eine temperamentvolle und turbulente Inszenierung des Ensembles "Bellavoice" mit der amüsanten Mini-Oper über einen Liebestrank: "Il vino D'Amore". Sie wurde eigens für das Teatro Giardino in Ascona komponiert.

Das "Landhaus Nösse" war schon um die Jahrhundertwende ein belieb-



Rötteles Rehrücken
Das Rezept finden Sie auf Seite 18

tes Ausflugsziel der Insulaner. Mit Pferd und Kutsche zogen sie nach Morsum Kliff. Noch heute bestimmen hier weit verstreute Bauernhöfe - die meisten stehen sturmflutgesichert auf erhöhten Warften - das Bild dieses Inselteils. Urlauber wandern hier ans Wattenmeer.

Falls Sie im "Landhaus Nösse" wohnen oder einkehren, können Sie die Stationen Ihrer Ausflüge als grandioses Panorama vom Zimmer, von der Cafétterasse oder durch die Fenster der gastlichen Innenräume genießen. Sämtliche eleganten Räumlichkeiten im Landhausstil laden zum entspannten Aufenthalt in einmalig schöner Natur ein. Ist es draußen auf der Terrasse einmal zu frisch, läßt man sich den hausgebackenen Kuchen oder die frischen Waffeln drinnen schmecken.



Gastkoch: Armin Röttele,
„Aphrodite“,
"Hotel Giardino", Ascona



KochKöpfe



Gastkoch Martin Sieberer,
Restaurant "Trofana Royal",
Ischgl, Österreich

Sylt

Gourmet Festival im "Fährhaus Munkmarsch"
Nuit du Champagne am 27.09.2002
Martin Sieberer, Österreich

Fernab der Sylter Touristenhochburgen liegt das "Fährhaus Munkmarsch" vor der beeindruckenden Naturkulisse der Munkmarscher Bucht mit herrlichem Blick auf den Yachthafen am Wattenmeer. Das Haus, im viktorianischen Stil originalgetreu restauriert, ist nicht zuletzt wegen seines Küchenchefs Alessandro Pape eine sehr gefragte lukullische Adresse auf der Insel.

Panznauner Schaf!
Das Rezept finden Sie auf Seite 19



Gastkoch Martin Sieberer ist hier genau richtig als Teilnehmer des 3. Gourmet Festivals. Österreichs „Koch des Jahres 2000“ aus dem First-Class-Hotel "Trofana Royal" gilt als Garant für Kreativität, Kontinuität und handwerkliche Perfektion. Regionale Spezialitäten und die internationale Küche werden bei ihm unter Berücksichtigung modernster ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse und Verwendung vorwiegend heimischer Produkte zu wahren Entdeckungen.

Bei dem **Event am 27. September** - Beginn **18:30 Uhr** - erwartet die Gäste bei der **Nuit du Champagne** ein prickelndes Vergnügen: Sieberer wird sie mit einem Spitzenmenue verwöhnen, begleitet von Raritäten eines bekannten Champagner-Hauses.

Seit Juli 1999 verfügt das "Fährhaus Munkmarsch" aber auch über einen

kleinen, sehr luxuriösen Hotelkomplex mit vierzehn eleganten, modern gestylten Zimmern mit höchstem Komfort sowie sechs Suiten, die keine Wünsche offen lassen. Schon kurz nach der Eröffnung wurde das Fährhaus Mitglied der exklusiven Vereinigung "Small Luxury Hotels of the World".

In der friesisch angehauchten "Käpt'n Selmer Stube" gibt es regionale "Kost"-barkeiten, während im Gourmet-Restaurant feine Genüsse für lustvolle Genießer locken. Sollte das Sylter Wetter einmal nicht mitspielen, lockt die Nobelherberge mit einer großzügigen Badelandschaft von rund 300 qm. Neben dem Pool kann man auch in der Sauna, im Saunarium, im Dampfbad oder im Solarium relaxen. Und natürlich gibt es auch einen besonderen Bereich zur Pflege von Beauty, Body and Soul.

Das "Fährhaus Munkmarsch"



Weitere Informationen:
Fährhaus Munkmarsch
Heefwai 1

25980 Munkmarsch/Sylt

Tel.: 04651-93970

Fax: 04651-939710

e-mail: faehrhaus-sylt@t-online.de

<http://www.faeherhaus-sylt.de>



Gourmet Festival im "Restaurant Sansibar" *Dauerevent in den Dünen* *Walter Hiedl, Österreich*

Dieses Jahr wird es im "Sansibar" **kein Special-Event** geben. Denn eigentlich ist hier die ganze Saison ein Event. Das originelle, außergewöhnliche Szene-Restaurant in den Dünen - einst eine Strandbaracke - ist buchstäblich auf Sand gebaut. Küchenchef Sven Büttner: „Wer Sylt besucht und nicht mindestens einmal im Circus Sansibar gewesen ist, hat die Insel nicht gesehen.“ Terrassengäste kom-



Filet vom Loup de Mer
Das Rezept finden Sie auf Seite 19

men tagsüber gerne barfuß, und abends nicht selten im Cocktailkleid und elegantem Sportdress, und genießen den traumhaften Blick in die Dünenlandschaft.

Seit vielen Jahren schon ist das Restaurant Treffpunkt für Gourmets und Gäste die sehen und gesehen werden wollen.

Das Innere der Lokalität wird wegen der rustikalen Einrichtung auch gerne als „die nördlichste Skihütte Deutschlands“ bezeichnet. Gastkoch Walter Hiedl aus dem Fünf-Sterne-Hotel "Weisses Rössl" im österreichischen Kitzbühel, das auf den Grundmauern einer ehemaligen Posthalterstation aus dem Jahr 1492 errichtet ist, wird sich also während der Gourmet-Festivalwoche auch im "Sansibar" irgendwie heimisch fühlen.

Hiedl verwöhnt seine Gäste gerne

mit einer Mischung aus österreichischer und internationaler Küche. Dazu gibt es die passenden Weine aus der reichhaltigen Auswahl des "Sansibar".

Herbert Seckler, aus Berufung Wirt und das Herz des "Sansibar", hat nämlich eine unstillbar große Leidenschaft: Wein in all seinen grandiosen, nuancierten Facetten hat es ihm angetan. Und wer einmal die Ehre hat, in sein Allerheiligstes hineinzuschauen, seinen phänomenalen neuen Weinkeller tief unten im Innern der Düne, wird verstehen, dass dieser das Werk eines Maniacs ist. In dem Gewölbe lagern mittlerweile rund 60.000 Flaschen des edlen Rebsaftes aus gut 1.200 verschiedenen Lagen. So verfügt das "Sansibar" über einen der größten Weinkeller Deutschlands.



Gastkoch Walter Hiedl ,
"Weisses Rössl", Kitzbühel



Im "Sansibar," Rantum

Weitere Informationen:
Sansibar
Strand Sansibar
25980 Rantum
Tel.: 04651-96 46 46
Fax: 04651-96 46 47
<http://www.sansibar.de>



Alle Rezepte zum Nachkochen

“Benen-Diken Hof”, Edgar Osojnik

Gegrillter Yellowtail mit Verjus glaciertem Kaisergranat Jakobsmuschel in Barigoule Sauce

Zutaten für 4 Personen

- 8 x 60 g Yellowtail (Gelbschwanz Schnapper) Medaillons
- 10 cl Olivenöl
- 4 geschälte Kaisergranat
- 4 geputzte Jakobsmuscheln
- 6 cl Olivenöl
- 10 g Butter
- 8 cl Verjus

Meersalz, 2 TL rosa Pfeffer, Koriander Körner in der Kaffeemühle 1:1 nicht zu fein gemahlen



Yellowtail aus der Schnapper-Familie

Zutaten für die Sauce ca. 7 Personen

- 150 ml Olivenöl
- 80 g Karottenwürfel
- 20 g Zwiebelwürfel
- 4 angedrückte Knoblauchzehen
- 300 ml Hühnerfond
- 180 ml trockener Weißwein
- 200 g gehäutete, entkernte Tomatenwürfel
- 200 ml Tomatensaft,
- 120 ml Sahne
- je 1 Rosmarin- und Thymianzweig
- 120 g gewürfelte Butter
- Meersalz
- etw. Cayenne-Pfeffer
- 4 zerzupfte große Basilikumblätter,
- 1 Ei kleine Dillzweige

Split

Zubereitung: Karotten, Zwiebel, Knoblauch in Olivenöl ohne Farbe anschwitzen. Tomaten und Tomatensaft unterrühren, Weißwein zugießen und um die Hälfte reduzieren. Mit Geflügelfond auffüllen und um 2/3 einkochen. Danach mit Sahne, Rosmarin und Thymian um 1/4 einköcheln. Durch ein Sieb passieren und mit Butter montieren. Basilikum und Dill zufügen, mit Salz und Cayenne-Pfeffer abschmecken.

Yellowtail mit Olivenöl bestreichen und mit Salz-, Pfeffer, -Koriander Mischung würzen. Kaisergranat in der Mitte zu sogenanntem „Schmetterling“ einschneiden, mit Salz würzen, Jakobsmuschel leicht salzen, auf den Kaisergranat legen, danach aufrollen und mit einem Zahnstocher feststecken.

Zum Servieren:

Yellowtail auf allen Seiten in der Grillpfanne grillen. Der Fisch sollte leicht roh in der Mitte sein (ca. 8 Min). Zur gleichen Zeit braten Sie in der Pfanne den aufgerollten Kaisergranat in heißem Olivenöl ca. 2-3 Min. auf beiden Seiten an. Kaisergranat aus der Pfanne nehmen. Butter und Verjus in die Pfanne geben und um die Hälfte reduzieren. Kaisergranat einlegen und glacieren.

Anrichten:

Auf warme Teller einen Saucenspiegel gießen. Gegrillten Yellowtail und gebratenen Kaisergranat auflegen und mit frischem Basilikum und Dill garnieren.

Beilagen Tipp: In Olivenöl gebratene 1/2 Artischocke gefüllt mit Ratatouille und Estragon-Spaghettini

Wein Tipps: Buitenverwachting Sauvignon Blanc 2002
Buitenverwachting Merlot 1999

Verjus: Gepresste, grün geerntete Trauben, wenn die Trauben reich an Säure sind und wenig Zucker und keinen Alkohol enthalten

Lasagne mit Petersfisch, Flusskrebse und Gelberbsen



Zutaten

- 4 Tranchen Petersfischfilet ca. 40 g
- 24 Flusskrebse gekocht und ausgebrochen
- 80 g gekochte Gelberbsen
- 1/2 l weiße Buttersauce
- 12 Lasagneblätter
- Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Spumante

Zutaten für die Lasagneblätter

- 3 x 50 g Mehl
- 5 Eigelb
- 5 g Tinte vom Tintenfisch
- 20 g passiertes Hummercorail (= Rogen/ Mark)
- 2 TL Olivenpüree

Zubereitung:

50 g Mehl und etwas Olivenöl zu einem Teig verkneten. In jeweils einem anderen Geschirr verfährt man genau so, nur gibt man die anderen Aromaten dazu, um unterschiedliche Teigfarben zu erhalten. Die Teigarten mit der Nudelmaschine ausrollen, in Stücke von 30 cm x 20 cm ausschneiden. Platten in feine Streifen schneiden. Gelbe Grundplatte mit Eigelb bestreichen, die verschiedenfarbigen Teigstreifen auflegen. Die belegten Platten auf 10 cm x 10 cm schneiden und durch die Nudelmaschine lassen. In kochendes Wasser geben, Hitze abschalten und 1/2 Min. ziehen lassen. Die Fischstücke pochieren.

Anrichten:

Auf einen warmen Teller Sauce geben und ein Lasagneblatt ausbreiten. Den pochierten Fisch, ein Lasagneblatt, dann die Krebse und wieder ein Lasagneblatt. Die Gelberbsen in die Sauce geben und auf die Lasagne verteilen.

“Sturmhaube”, Clay Conley

Rainbow Oysters (Amuse Gueule von Austern) für 4 Personen

Zubereitung der Carpaccios:

Geräucherten Lachs, Thunfisch (Sushi-Qualität) und Rinderfilet in möglichst dünne 5 cm x 7,5 cm große Scheiben schneiden. 1 grüne Gurke der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Jedes Carpaccio mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung der Saucen:

(in vier getrennten Schüsseln anrühren)

Für den Lachs

- 1 Tasse steif geschlagene Sahne
- 1 Teelöffel frischer, geriebener Meerrettich
- 1 TL weißer Essig
- Salz und Pfeffer

Für den Thunfisch

- 1 Avocado mit der Gabel grob zerdrücken
- Saft einer Limette
- 2 TL gehackten Koriander
- Salz und Pfeffer

Für das Rindfleisch

- 1 Tasse warme, gestampfte Kartoffeln
- 1 TL weißes Trüffelöl
- Salz und Pfeffer



Für die Gurke

- Eine Tomate, fein gewürfelt
- 2 TL Olivenöl (extra vergine)
- Saft einer Zitrone
- Salz und Pfeffer

16 Austern (z.B. Sylter Royal) in Mehl wenden, in Buttermilch tauchen und danach wieder in einer Mischung aus gleichen Teilen Speiseöl und Paniermehl wenden. Bei 180 Grad goldbraun frittieren. Je vier Austern auf Salatunterlage oder in der Schale anrichten, auf Wunsch mit einem Klacks Mayonnaise garnieren.

“Manne Pahl”, Max Kehl

Gâteau de chocolat

(für zwei mittelgrosse Cake-Formen)

Zutaten

- 7 Eier
- 200 g Grießzucker
- 250 g Haselnüsse (gemahlen)
- 100 g "Crémant"-Schokolade
- 2 gehäufte EL Kakao
- 3 EL Kirsch
- 100 g Butter
- 1 Prise Salz



Zubereitung

Eier trennen. Hälfte des Zuckers mit den Eigelben so lange aufschlagen, bis sich die Masse weiß-schaumig färbt. In ein Pfännchen einen Esslöffel Wasser geben und die Schokolade, in Stücke zerbrochen, hineingeben. Butter und Kakao dazumischen und alles auf kleinem Feuer langsam verflüssigen. Ab und zu umrühren, die Masse danach vom Feuer ziehen und lauwarm abkühlen lassen. Erst dann unter die Eiweißmasse ziehen. Das Eiweiß so lange mit einem Schwingbesen schlagen, bis die Eiweißmasse große Blasen wirft, dann das Salz und nach und nach die zweite Hälfte Zucker unterschlagen. Ist die Masse sehr steif, die Haselnüsse sanft untermengen. Die Eiweißmasse mit

der Hilfe eines Gummispatels vorsichtig unterheben.

Die mit Backpapier ausgelegten Cakeformen mit der Masse füllen und in den kalten Backofen stellen. Auf 180 Grad C. heizen und die Kuchen insgesamt 40 bis 45 Min. backen. Achtung: Im Umluftofen benötigt der Kuchen fünf bis 10 Min. weniger Backzeit.

“Stadt Hamburg”, Gerd Eis,

Scharfes Zitronengrassüppchen



- 1 kleines Bund Zitronengras
- 1 Chilischote
- 1 Ingwerknolle
- 800 ml Fisch- oder Hühnerbrühe

- 4 EL Fischsauce
- 4 EL Limonensaft
- 6 EL Kokosmilch
- 2 EL brauner Zucker

- 4 Champignon-Köpfe
- 1 Chilischote in feine Scheiben geschnitten
- 2 Knoblauchzehen in feinen Streifen
- 1/2 Ingwer in feinen Streifen
- 2 EL geschnittener Koriander

Zitronengras in kleine Stücke schneiden, kurz in Butter anschwitzen. Chili- und Ingwer dazugeben. Mit der Brühe auffüllen und 30 Min. köcheln lassen. Fischsauce, Limonensaft, Kokosmilch und braunen Zucker dazugeben. Die Champignonsuppe und die restlichen Zutaten in die Suppe geben und anrichten.

KochKöpfe



“Landhaus Nösse”, Armin Röttle

Rehrücken im Ofen gebraten mit Rosmarin-Polenta, Balsamico-Kirschen und 12 Maronen

für 4 Personen

Achtung: Marinierzeit für Kirschen
3-4 Tage !



Zutaten

Rehrücken

- 1,2 kg Rehrücken am Stück
- 2 EL Öl zum Braten

Balsamico Jus

- 300 g Wildabschnitte
- 100 g Röstgemüse
- 5 dl Merlot Wein
- 1 l Wildfond
- je 1 Zweig Rosmarin und Thymian
- 2 St. Wacholderbeeren aufgeschnitten
- 100 g Butter
- 2 EL Balsamico Essig

Rosmarin Polenta

- 1 Knoblauchzehe
- 2 Schalotten
- 20 g Butter
- 1/4 l kräftiger Geflügelfond
- 1/4 l Milch
- 70 g Bramata Polenta
- 1 EL feingehackter Rosmarin
- 1 EL fein geriebener Parmesan, Salz, Muskat und Pfeffer aus der Mühle

Balsamico-Kirschen

- 80 g Zucker
- 1 dl Balsamico Essig
- 0,5 dl Rotwein
- 1/2 Zimtstange
- 1 Nelke
- 130 g Kirschen tiefgefroren
- 250 g frisch entsteinte oder tiefgefrorene Kirschen

Glacierte Maronen

- 30 g Zucker
- 30 g Butter
- 12 Maronen, geschälte Maronen
- 2 dl Orangensaft
- geriebene Schale von 1 Orange
- 1 Stück Stangensellerie

Gebackener Rosmarin-Zweig

- 4 Rosmarinzweige
- 1 EL Mehl
- 2 EL Wasser
- Salz und wenig Pfeffer

Rosenkohlblätter

- 250 g Rosenkohl, die äußeren Blätter abgezupft
- 30 g Butter
- Salz, Pfeffer und Muskat

Zubereitung:

Rehrücken

- Rehrücken mit Salz und Pfeffer würzen
- Im Öl anbraten und im Ofen bei 180 Grad auf eine Kerntemperatur von 49 Grad garen und ruhen lassen

Balsamico Jus

- Wildabschnitte gut anbraten, Röstgemüse zugeben
- Mit Rotwein ablöschen und mit dunklem Wildfond aufgießen
- Mit Rosmarin, Thymian und Wacholderbeeren einreduzieren, abpassieren und mit der Butter aufmontieren
- Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Balsamico abschmecken

Rosmarin Polenta

- Schalotten und Knoblauch in Butter dünsten, mit Geflügelfond ablöschen und mit Milch aufkochen
- Bramata Polenta einrühren und ca. 15 Min. leicht köcheln lassen
- Abschmecken mit Rosmarin, Parmesan, Salz, Muskat und Pfeffer aus der Mühle

Balsamico-Kirschen

- Zucker, Balsamico Essig, Rotwein, Zimtstange, Nelke und Kirschen aufkochen
- Nelke und Zimtstange entfernen, den Rest pürieren
- mit 250 g frischen oder tiefgefrorenen, entsteinten Kirschen vermengen und ca. 3-4 Tage marinieren

Glacierte Maronen

- Zucker karamelisieren
- Orangenschale zugeben und mit Orangensaft ablöschen
- Butter zugeben und halbierte Maronen darin glacieren, bis der Saft fast eingekocht ist

Gebackener Rosmarin-Zweig

- Alle Zutaten zusammen vermengen und die Rosmarinzweige durchziehen
- In heissem Fett ausbacken

Rosenkohlblätter

- Die Rosenkohlblätter in Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Gut auf einem Haushaltspapier trocknen und in der Butter anschwelen. Mit Salz, Muskat und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Anrichten

- Einen Esslöffel Rosmarinpolenta in die Mitte des Tellers geben und mit zwei Tranchen Rehrücken belegen. Mit den Balsamico-Kirschen, glacierten Maronen und dem Rosmarinzweig ausgarnieren, Rosenkohlknospen dazulegen und zum Schluss mit der Sauce beträufeln.

*“Fährhaus Munkmarsch”,
Martin Sieberer*

Panznauner Schaf'l mit Paprikapüree

Für ca. 6 Personen



Achtung: Lammrücken 1-2 Tage
marinieren

Zutaten

für das Schaf'l

- 800 g Lammrücken (mit Rippenknochen gebraten, damit das Fleisch saftiger bleibt)
- 4 cl Olivenöl
- Knoblauch, Meersalz, Pfeffer
- Thymian, Rosmarin
- 1 EL Meerrettichsenf
- 2 EL Senfkeimlinge
- 3 EL Kräuterbrösel (Weißbrotbrösel mit Thymian, Rosmarin, Basilikum, Petersilie, Parmesan)
- 20 g Butter

für das Paprikapüree

- 20 g Butter
- 1 Schalotte,
- 1/2 Knoblauchzehe
- 2 vollreife rote Paprika
- 6 El Tomatensaft
- Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Für das Schaf'l den Lammrücken von Fett und Sehnen befreien und mit Olivenöl und Knoblauch sowie den Kräutern und dem Pfeffer einmarinieren. Wenn möglich sollten die Aromen 1-2 Tage auf das Fleisch einwirken. Das Fleisch in der Pfanne mit etwas Olivenöl kurz anbraten und bei kleiner Hitze rosa braten (ca. 5 Min.). An einem warmen Ort (ca. 50 Grad C.) ruhen lassen und dann mit Senf bestreichen, die Keimlinge darauf verteilen und mit den Kräuterbröseln bestreuen. Die Butter-

flocken darauf geben und im Salamander oder im Backrohr bei starker Oberhitze kurz überbacken.

Für das Paprikapüree die Butter aufschäumen lassen und die Schalotten darin goldgelb bräunen, mit etwas Zucker karamelisieren und die kleingeschnittenen Paprikawürfel dazugeben und mit dem Tomatensaft aufgießen. Eine 1/2 Stunde lang leicht köcheln lassen bis der Paprika butterweich ist, dann mit einem Stabmixer pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Das süßliche Aroma des Paprikas bewirkt eine optimale Geschmacksharmonie mit dem Panznauner Schaf'l.

“Sansibar”, Walter Hiedl

Filet vom Loup de Mer auf Tomaten-Zucchini-Risotto mit Schafskäsewürfel

(4 Portionen)

Zutaten

Für den Fisch

- 600 g Filet vom Loup de Mer (=Seewolf, Seebarsch)
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Thymian
- 1 Knoblauchzehe mit Schale



Für das Risotto

- 200 g Risottoreis
- 2 El Olivenöl
- 30 g Schalotten klein gehackt
- 1/8 l Weisswein
- 1/2 l Gemüsefond
- 50 g Butter
- 30 g Parmesan
- 50 g Schafskäse

Für das Gemüse

- 100 g in Würfel geschnittene Zucchini (evtl. gelbe und grüne)
- 100 g Tomatenwürfel
- Etwas frischer Oregano

Zubereitung

Die feingehackten Schalotten in Olivenöl kurz glasig dünsten. Den Reis dazugeben und noch kurz mit anschwitzen.

Mit dem Weißwein ablöschen und danach mit der heißen Gemüsebouillon nach und nach aufgießen.

Kurz bevor das Risotto fertig wird die Zucchini und Tomatenwürfel in Olivenöl anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und etwas frischem Oregano würzen und warmstellen.

In der Zwischenzeit die Fischfilets mit Salz, Pfeffer und Zitrone würzen, mit den Kräutern mit Olivenöl in einer Teflonpfanne braten.

Das Gemüse unter das Risotto mischen, auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit den Schafskäsewürfeln bestreuen und den gebratenen Fisch darauf anrichten. Mit frischen Kräutern garnieren.

„Der Geniesser-Tipp von Yvonne

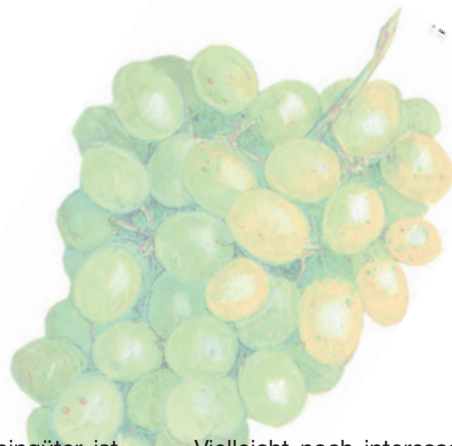


Liebe Gour-med – Leser,

in der jetzigen Ausgabe möchte ich mit Ihnen an die Mosel reisen.

Das Weinanbaugebiet Mosel-Saar-Ruwer ist besonders im Ausland für die rassigen Rieslingweine bekannt und gehört zu den bedeutendsten Weißweinanbaugebieten der Welt.

Ich verliebte mich bei meinem ersten Besuch an der Mosel sofort in die einzigartige Landschaft und natürlich in die frischen, leichten Rieslingweine. Riesling ist auch die Hauptrebsorte des Anbaugebietes, die Schieferböden bieten beste Bedingungen. Wer kennt sie nicht, die extremen Steillagen mit den Mosel-Schleifen.



Eines meiner Lieblingsweingüter ist das Weingut Dr. Pauly-Bergweiler in Bernkastel im Bereich der Mittelmosel. Es ist ein traditionelles Familienweingut und hat eine Größe von etwa 13 Hektar mit Weinbergsbesitz in den besten Lagen der Mosel. Das Weingut hat sich dem Bernkasteler Ring angeschlossen, der ältesten Weinversteigerungsgesellschaft an Mosel-Saaruwer, die im Jahre 1899 gegründet wurde. Jedes Jahr im September lädt der Ring zur Weinversteigerung ein. Hier können die besten Weine, die in Degustationen ausgewählt worden sind, ersteigert werden. Es ist für mich jedes Jahr ein Erlebnis, dabei zu sein.

Von diesem Weingut möchte ich Ihnen folgende Weine vorstellen:

**2000 Bernkasteler alte Badstube
am Doctorberg
Riesling Kabinett trocken**

Farbe: helles gelb mit dezente grünen Reflexen

Nase: Aromen, die an frischen Pfirsich und grünen Apfel erinnern, im Hintergrund etwas exotische Früchte wie zum Beispiel Ananas und Maracuja, saftiges Gras

Zunge: gleicher Eindruck wie in der Nase, die Rieslingfrucht kommt sehr deutlich zur Geltung, rassige Säure, die sich wunderbar mit den Fruchtaromen verbindet; sehr mineralisch (vom Schieferboden geprägt)

Nachhall: mittellang

Lagerzeit: jetzt sehr gut zu trinken bis etwa 2004

Servierempfehlung: Diesen Wein kann man sehr gut als Aperitif reichen. Er lässt sich auch sehr gut mit Fisch- und Geflügelgerichten kombinieren und sollte bei einer Temperatur von 8°C serviert werden.

Vielleicht noch interessant zu wissen, woher der Name der Weinbergs-lage stammt: Der Trierer Kurfürst Boemund II. hatte sich an einem Rieslingwein aus dieser Lage sozusagen „gesundgetrunken“, nachdem ihn die Ärzte schon aufgegeben hatten. Er benannte diesen Wein Doctorwein und die Lage erhielt ihren Namen. König Eduard VII. von England schwor übrigens auch auf die heilenden Kräfte dieser Weine.

Ein auch sehr interessanter Wein ist ebenfalls der

**2001 Wehlener Klosterberg
Spätburgunder Weißherbst
Spätlese trocken**

Farbe: zartes lachsrosa

Duft: Aromen, die besonders an warme Himbeeren, reife Erdbeeren und rosa Grapefruit erinnern, dezente Süßkirsche

Zunge: die Fruchtaromen kommen auf der Zunge sehr deutlich zur Geltung, hinzu kommt noch etwas rote Johannisbeere; kräftig strukturierte Säure; ganz dezente Restsüße ist zu schmecken

Nachhall: lang

Lagerzeit: jetzt trinkbar bis etwa 2003

Servierempfehlung: gut gekühlt bei etwa 8°C

Diesen Wein kann ich mir sehr gut zu grillierten Speisen vorstellen. Er ist ein sogenannter leichter Sommerwein. Roséweine sollen im allgemeinen sehr jung getrunken und nicht gelagert werden.

Die Weine können Sie natürlich am besten im Weingut verkosten. Nach einer ausgedehnten Weinprobe haben Sie auch die Möglichkeit, in der großzügigen Ferienwohnung im alten Barockhaus zu übernachten.



Yvonne Heistermann

*Viel Spaß beim Degustieren
wünscht Ihnen Ihre*

Yvonne Heistermann

Weitere Informationen:
Weingut Dr. Pauly-Bergweiler
-Familie Pauly-
Am Gestade 15
54470 Bernkastel-Kues

Tel.: 06531-3002

Telefax: 06531-7201

<http://www.pauly-bergweiler.de>

„Der Geniesser-Tipp vom Fernsehkoch Armin Roßmeier



Warum nicht ein bisschen Urlaub und mediterranes Flair in den Alltag holen? Kochen wie am Mittelmeer ist heutzutage auch bei uns in Nord- und Mitteleuropa kein Problem mehr. Alle mediterranen Rezepte lassen sich mit wenigen Ausnahmen auch mit heimischen Produkten perfekt umsetzen, den Rest erledigen moderne Kühltransportsysteme. Also egal, ob man jetzt auf einem südlichen Markt einkaufen geht, auf heimische Märkte oder im ausgesuchten Groß- und Supermarkt der nächsten Klein- oder Großstadt, wichtig ist frisch zubereiten.

Die echte Mittelmeerküche kommt aus den angrenzenden Ländern wie Italien, Spanien, Südfrankreich, Griechenland, Türkei und Kroatien. In den letzten Jahren hat sich auch diese Küche modernisiert und fette und schwere Gerichte den heutigen Bedingungen angepasst. Im Gegenteil, die Mittelmeerküche gilt ja als besonders gesund und fördert ein langes, genussvolles Leben, was ja nicht nur auf das Essen zurückzuführen ist, sondern auch auf die gelassene, fast relaxte Lebensart und Lebensein-

stellung. Die kulinarische Tradition des Südens und das Bedürfnis nach leichter, frischer und ausgewogener Kost macht das Eintauchen in die mediterrane Küchenwelt leicht, da mit geringem Zeitaufwand herrliche und leckere Gerichte zubereitet werden können. Carpaccio in verschiedenen Varianten, Lamm auf seine natürlichste Art oder fruchtig-frische Sorbets aus sonnengereifen Früchten sind aus der Mittelmeerküche ebenso wenig wegzudenken, wie fangfrischer Fisch und Meeresfrüchte mit einem Hauch von Knoblauch.

Die mediterranen Küchengeheimnisse sind schnell gelüftet: frische Produkte, kräftiges Öl, milde Kräuter und schon fast sherryähnlicher alter Balsamico, frisch geriebener oder gehobelter Hartkäse, eingelegter Schafskäse mit Oliven und je nach Jahreszeit leicht verdauliche Pasta mit Sommer- oder Wintertrüffel.

Speisen wie „Gott am Mittelmeer“ könnte man eigentlich sagen, wobei für uns Deutsche die italienische Küche – sie wird auch als älteste Küche der Welt bezeichnet – mehr am Herzen liegt als die anderen. Mag sein, dass es an den Urlaubsgewohnheiten liegt, der Nähe oder dem melodischen Klang solcher Worte wie: Saltimbocca, Piccata, Milanaise, Minestrone, Ossobucco. Oder ist es vielleicht „Amore und Pasta“? – Stimulierend ist sie auf jeden Fall, die italienische Küche, und in Verbindung mit einem schönen Glas Rotwein ist es für einen Rückzieher zur vorgerückten Stunde meist zu spät.

Mit den heutigen Gerichten versuche ich Sie in mediterrane Stimmung zu versetzen, mit der Essenz des Südens, dem Gefühl von Wärme und dem Duft nach Meer.

Arrangieren Sie Ihren Tisch im leichten, romantischen Flair einer südlichen Sommernacht und geben Sie sich dem

Genuss der Speisen, der Nacht und der prickelnden Stimmung hin – tauchen ein in einen Traum von Gelassenheit und Hochgenuss.

Neue Kartoffeln mit Käse auf Hagelsalz mit Rosmarin gegart

(2 Personen)

Zutaten:

8	neue Kartoffeln
500 g	grobes Hagelsalz
1	Strauß Rosmarin
4	Knoblauchzehen
1	Zwiebel rot
1	Tomate
1	Bund Schnittlauch
2 EL	kalt gepresstes Rapsöl
60 g	Emmentaler Käse
	Jodsalz
	schwarzer Pfeffer

Vorbereitung:

1. Kartoffeln waschen, trocknen, ein leichtes Kreuz einritzen. Den Knoblauch schälen und halbieren – eine Zehe grob hacken.
2. Rosmarinsträußchen abzupfen. Käse in Streifen schneiden, Schnittlauch fein schneiden.



3. Tomate schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls in feine Würfel schneiden.

Zubereitung:

1. Hagelsalz auf ein rundes Pizzablech geben und die Kartoffeln darauf setzen. Rosmarinsträußchen und Knoblauchhälften dazu verteilen. Im Backofen ca. 18 – 25 Minuten bei 160 Grad backen (je nach Größe).
2. Tomatenwürfel, Zwiebel, Knoblauch und Schnittlauch mit Rapsöl vermengen und mit Jodsalz und Pfeffer würzen.
3. Die fertigen Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, die Käsestreifen darauf legen und das Tomaten-Zwiebel-Gemisch darauf anhäufeln, mit schwarzem Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

Sommerliches Grill- gemüse mit gebratenen Jacobsmuscheln

(2 Personen)

Zutaten:



- 1 kleine Zucchini
- 1 kleine Aubergine
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 EL Rapsöl
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Jacobsmuscheln (tiefgekühlt)
- 1 TL Butterschmalz
- Jodsalz
- weißer Pfeffer
- Melissenzweig

Dip:

- 3 EL Sauerrahm
- 1 EL Crème fraîche
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- 1 Zweig Dill
- 1 Zitrone
- 2 EL Pernod
- Jodsalz
- Pfeffer

Vorbereitung:

1. Gemüse putzen, waschen. Zucchini und Aubergine in schräge Scheiben schneiden. Paprikaschote vom Kernhaus befreien und in Achtel schneiden.
2. Frühlingszwiebeln halbieren und in ca. 8 cm lange Stücke vorbereiten.
3. Jacobsmuscheln im Kühlschrank auftauen lassen, große Muscheln halbieren.

Zubereitung:

1. Gemüse in einer heißen Pfanne oder auf dem Grill mit Rapsöl ringsum braten, in Scheibchen geschnittenen Knoblauch dazugeben, zum Schluss mit Jodsalz und Pfeffer würzen.
2. Jacobsmuscheln mit Küchenkrepp abtupfen und in heißem Butterschmalz beidseitig rasch goldgelb braten.
3. Aus Sauerrahm, Crème fraîche, Zitronensaft und Pernod einen Dip rühren und mit Schnittlauch, Dill, Jodsalz und Pfeffer verfeinern.

Anrichten:

Gebratenes Gemüse auf die Teller verteilen. Jacobsmuscheln darauf setzen, mit Dip nappieren und mit Melissenzweig garnieren.

Pfirsichsorbet mit Ingwerwaffeln

(2 Personen)

Zutaten:

Sorbet:

- 200 g Zucker
- 1 Zimtstange
- 30 cl Wasser
- Saft einer Limette
- 500 g Pfirsichpüree

Waffelteig:

- 75 g Butter
- 2 Eier
- 2 EL Zucker
- 100 g Weizenmehl (Type 406)
- 1 TL Backpulver
- 50 g Sahne
- wenig frische Ingwerwurzel
- Melisse oder Minze

Zubereitung Sorbet:

1. Zuerst den Zuckersirup bereiten. Dazu Zucker und Gewürze mit Wasser aufkochen.
2. Den Sirup erkalten lassen und absei-



hen. Den Saft der Limette in das Pfirsichpüree rühren und das Ganze mit dem kalten Sirup mischen.

3. Die fertige Sorbetmischung gefrieren. Entweder in einer Eismaschine oder im Gefrierfach. Dazu in eine möglichst weite Schüssel umfüllen und in das Tiefkühlfach stellen.

4. Nach etwa 30 Minuten die Masse mit dem Schneebesen gut durchrühren und wieder in das Tiefkühlfach stellen. Die Konsistenz des Sorbets wird davon bestimmt, wie oft es durchgerührt wird.

Zubereitung Waffelteig:

1. Für den Teig Butter, Zucker und Eigelb schaumig schlagen, dann die Sahne dazugeben.
2. Das Mehl sieben, mit dem Backpulver mischen und nach und nach unterrühren.
3. Das Eiweiß steif schlagen und locker unterheben. Etwas geriebenen Ingwer unter die Masse geben.
4. Ein Waffeleisen nach Gebrauchsanweisung erhitzen, mit Öl auspinseln und nach und nach die Waffeln ausbacken.

Anrichten:

Ingwerwaffeln dekorativ auf den Tellern verteilen, Sorbetkugeln ansetzen, mit Minze oder Melisse garnieren.

*Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim
Nachkochen und guten Appetit!*

Ihr

Armin Roßmeier

Fotos und Text: ZDF/Armin Roßmeier

*Armin Rossmeier erleben Sie von Mo.-Fr. in der
Sendung: „Volle Kanne – Service täglich“
im ZDF um 9:05 Uhr*

Der besondere Tipp
für **Gour-med**-Leser

Schuhbecks Kochkunst beim *Platzl*

Cord C. Troebst



Von aussen wirkt das Münchner "Hotel Platzl" eher bescheiden: Stil Grossbürger-Haus, bayerisches Mittelalter. Tatsächlich steht es auch auf Mauerresten der alten Wittelsbacher Residenz. Doch die Lage ist bestechend: Zentralste Innenstadt. Vor allem aber: Den Hausgästen stehen 80 unterirdische, hoteleigene Stellplätze zur Verfügung. Die unmittelbare Umgebung ist ein Stück liebevoll und aufwändig restauriertes Alt-München. Bekanntes wie Hofbräuhaus, bayerische Staatsoper, Viktualienmarkt und Frauenkirche - alles das liegt in unmittelbarer Nähe. Das Innere des Vier-Sterne-Hotels bietet bayerische Behaglichkeit und freundlichen Service. Viele der Tagungsräume sind mit 150 Jahre altem Fichtenholz getäfelt. Das strahlt zusätzlich Wärme aus. 167 Zimmer gibt es, dazu Sauna und Dampfbad. Eine von vielen Geschäftsleuten begrüßte Neuerung ist der leichte Zugang zum Internet auf allen Zimmern. Kein Wunder, dass das "Platzl" eine Traumauslastung von meist 75 bis 80 % verzeichnet. Direktor Folker Müller: "Wir planen als nächstes den Ausbau des Wellness-Bereichs nach dem Motto: "Entspannte Städtereisen".

Zu all dem bietet das Hotel jetzt noch ein weiteres "Erlebnis der besonderen Art": in den Platzlgassen im Innenhof hat einer der populärsten Köche Bayerns in zwei Etagen auf 250 qm eine Kochschule eingerichtet.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

lernen!!

Bayerisch gut...

Direktor Müller: "Wir sind außerordentlich stolz darauf, dass wir Alfons Schuhbeck für die Kochschule gewinnen konnten." Die Kurse sind für bis zu 15 Teilnehmer gleichzeitig ausgelegt. Schuhbeck: "Mittwochs machen wir einen Tageskurs, den zwei-Tage-Kurs machen wir am Freitag/Samstag."

Der Meister ist stets persönlich anwesend und beantwortet humorvoll und locker selbst die intimsten - kulinarischen - Fragen. Ziel ist es, sowohl lokale Freunde der feinen bayerischen Kochkunst als auch Hobbyköche aus ganz Deutschland zu begeistern. In einfachen Schritten erklärt Schuhbeck, wie er mit Fingerspitzengefühl und Fantasie die wieder entdeckten Rezepte seiner Heimat verfeinert. Dabei lehrt er nicht einfach, wie man kocht - die Grundgesetze kennen seine Schüler ja - sondern er verrät die Feinheiten seiner hohen Kunst.

Wann zum Beispiel muss ein Steak gewendet werden, damit es saftig bleibt? Wie früh - oder wie spät - dürfen Gewürze an die Speise, damit sie ihre volle Wirkung behalten oder entfalten? Und vor allem: wie wird gewürzt? Schuhbeck: "Knoblauch soll nicht gepresst sondern nur geschnitten werden. Dann in die Sosse einlegen und ziehen lassen." Oder: "Dominierende Gewürze schalten einander aus". Ein guter Koch muss deshalb wissen, welche Gewürze sich miteinander vertragen bzw. sich gegenseitig "töten".

Das "Platzl" gehört, wie die meisten der angrenzenden Gebäude der in München und Umgebung bekannten urbayerischen Familie Inselkammer. Nach dem Motto "gemeinsam sind wir stark" sorgen deren zahlreiche Mitglieder schon seit Generationen für das Wohl ihrer Gäste. Diese erwartet gleich um die Ecke vom "Platzl" die "Pfistermühle". Pfister nannte man früher den Bäcker und Mehlmüller. Das Restaurant, in historischen Mauern von 1573, bietet unter Küchenchef Bernhard von Funcke eine gehobene bayerische Küche in altmünchner Atmosphäre.

Nur wenige Schritte weiter dann das "Ayingers", eine bayerische Wirtsstube mit Ayinger Bier aus der Inselkammer Brauerei in Aying. Auf der Karte solche Spezialitäten wie die Bayerische Festtagssuppe (mit Grießnockerl, Leberspätzle, Eierstich und Pfannkuchenstreifen), Wild, sowie fangfrische Fische aus Bayerns Seen und Flüssen, vieles davon serviert mit Schwammerln oder Semmelknödeln. Originell: das "Böfflamott". Womit ein Boeuf à la mode gemeint ist. Küchenchef ist Georg Gerl, Preisträger des Wettbewerbs "Bayerische Küche".

In dieser Nachbarschaft eröffnet Schuhbeck - neben der Kochschule - noch vor Ende des Jahres 2002 auch ein Restaurant für den gehobenen Geschmack. "An keinem anderen Ort in München wird eine solche Vielfalt an Gastronomie auf kleinstem Raum



Alfons Schuhbeck

geboten wie am Platzl" erklärt Direktor Müller mit berechtigtem Stolz.

Alfons Schuhbeck arbeitete in so berühmten Restaurants wie dem "Vier Jahreszeiten" und dem "Aubergine" in München. Er gehört seit langem zu den Spitzenköchen Deutschlands. Schuhbeck ist Träger zahlreicher bekannter nationaler und internationaler Koch- und Feinschmecker-Auszeichnungen und Autor solcher Bücher wie "Hausmannskost für Feinschmecker", "Schuhbecks Kulinarische Städtereisen", "Das neue bayerische Kochbuch!" sowie von "Ohne Messer und Gabel. Die Lust, aus der Hand zu essen!"

Fotos: Hotel Platzl

Weitere Informationen:

<<<<
Hotel Platzl
Sparkassenstraße 10
D-80331 München
Tel.: 089-23 703 0
Fax: 089-23 703 80
e-Mail: info@platzl.de
<http://www.platzl.de>

Der besondere Tipp für **Gour-med**-Leser

Gewinner des letzten

Gour-med Gewinnspiels

Dr. Günter Schulz und seine Gattin Birgit aus Fockbek freuen sich auf das kulturell-kulinarische Wochenende des letzten Gewinnspiels.

Ehepaar Schulz



Anfang Dezember wird Dr. Schulz mit seiner Frau im luxuriösen Relais & Châteaux "Hotel Schloß Hugenpoet" ein Genießer Wochenende mit einem Gala-Gourmet Dinner verbringen.

An einem Abend wird er im bekannten und spektakulären Musical "Elisabeth" in Essen, der 1 Millionen Lichterstadt *, zu Gast sein.

Das gesamte **Gour-med**-Team wünscht den Gewinnern ein erholsames und genussreiches Wochenende.

* Während der Adventszeit ist der Einkaufsbereich der Innenstadt mit mehr als 1 Millionen Lichter weihnachtlich geschmückt.

Hotel Schloß Hugenpoet



Elisabeth



**RINGHOTEL WREECHER HOF**
★★★★
Etwas Besonderes auf Rügen



Reetgedecktes Hoteldörfchen

Schwimmbad, Fitness, Beauty und Wellness - Spezialität Rügener Kreide.
Elegantes Restaurant mit feiner, ausgezeichneter Küche.
Gemütliche Zimmer und Suiten verschiedener Größe.

18581 Putbus-Wreechen Tel: 038301-850 Fax: -85100 Internet: www.wreecher-hof.de

Der besondere Tipp für **Gour-med**-Leser

Weinige(!) Spezialitäten

"...und dann gibt man sich die Kugel"

Cord C. Troebst

Essigpralinen! Wenn man davon zum ersten Mal hört, muss man unwillkürlich schlucken. Danach tut man es freiwillig - denn diese besondere Leckerei des Konditormeisters Eberhard Schell aus Gundelsheim am Neckar ist eine einmalige Spezialität. Sein "Essig-Schleckerle" ist die einzige Praline mit Patenterteilung durch das "Deutsche Patentamt" (Urkundennummer 195 19 351). Damit fand Schell auch Eingang in das "Guinness Buch der Rekorde". Vorgestellt wurde die Praline erstmals auf der württembergischen Wein- und Sektmesse 1995. Für die Füllung verwendet Schell edlen Winzeressig aus



Erfind die Essigpraline

württembergischen Spät- und Ausleseweinen. Aber nicht nur seine Essig-Pralinen sind eine neue Kreation. Durch die umliegenden Weinberge hat sich Schell für weinige (!) Pralinenspezialitäten inspirieren lassen, geleitet

von dem Gedanken: "Aus Trauben lässt sich mehr herstellen als 'nur' Wein." Pralinen rund um die Weintraube sind sein großer Renner. So entwickelte er in Zusammenarbeit mit Weingütern Barrique- und Trester-Trüffelpralinen, oder solche mit Silvaner Trockenbeerenauslese oder Lemberger Eiswein. Die Pralinen genießt man mit dem dazugehörigen Wein. Wir haben es probiert und kamen zu dem Schluss: Wer da sagt, Wein und Schokolade vertragen sich nicht, kann sich bei Schell eines Besseren belehren lassen. Selbst der britische Weinpapst Hugh Johnson liess sich davon bekehren, wie hervorragend das schmecken kann. Und über Schells Champagnerpralinen sagte Ulrich Schassberger, der Präsident der Köchegilde Eurotoques: "Da wird der Mund zur Kathedrale". Ihr Verzehr ist ein Genuss besonderer Art: Die Trüffel kommt in eine Flöte, die mit dem gleichen Champagner aufgefüllt wird, den sie im Inneren birgt. Schell: "Und mit dem letzten Schluck gibt man sich die Kugel."

Gerne weist der Konditor- und auch Bäckermeister auf die vielen Gemeinsamkeiten von Wein und Schokolade hin. Wein- und Kakaopflanze stammen beide aus den Tropen; Schokolade bzw. Wein waren bei den Kulturvölkern der Azteken und Inkas sowie bei den Griechen und Römern Speise und Getränke der Götter; Beide verzögern bei Genuss den Abbau des Glückshormons Serotonin im Körper. Fazit, laut Schell: Beim Verzehr von Pralinen und Wein wird das Wohlbefinden des Menschen noch weiter gesteigert.

Heute produzieren Schell und sein kleines Team Pralinen aller Art für Kunden in ganz Deutschland - rund 3,5 bis vier Tonnen pro Jahr. Das sind rund



Die süsse Kugel

195 000 Stück. "Alle sind von Hand gemacht, denn edle Pralinenmasse lässt sich maschinell nicht verarbeiten." Für bereits 100 Weingüter fertigt Schell Pralinen aus deren edelsten Weinen, die dann zusammen mit letzteren verkauft werden. Neben Fabrikation, Postversand und eigener Konditorei veranstaltet Schell für interessierte Winzer und Kunden auch Pralinen-, Wein- und Essigproben. Er bietet u.a. einen ausgereiften schwäbischen Balsam-Essig an, sieben Jahre alt, im Holzfass gelagert. Der kann es ohne weiteres mit einem edlen, aber viel teureren italienischen Balsamico aufnehmen.

Fotos: Cord C. Troebst

Weitere Informationen:

*Café Schell
Schloßstraße 31
74831 Gundelsheim
Tel.: 06269-/350
Fax: 06269/294
<http://www.weinpraline.de>
e-mail: weinpralinen@t-online.de*

LESER - G E

Das Kempinski Hotel Falkenstein

Ursula Robbe

Der Blick auf die Skyline von Frankfurt ist atemberaubend: Am Südhang des Taunus, inmitten eines sechs Hektar großen Parks, liegt das "Kempinski Hotel Falkenstein". Das einzigartige Gebäude-Ensemble wurde im Jahre 1907 aufgrund der guten Luft, die bis heute das Prädikat „Heilklima“ inne hat, als Erholungsstätte für hohe Offiziere des Regiments von Kaiser Wilhelm II. eröffnet. Den Park hatte der bekannte Gartenarchitekt Heinrich Siesmayer, der auch den Frankfurter Palmgarten anlegte, nach englischem Vorbild gestaltet. Von 1918 bis 1936 war der Komplex ein Sanatorium, im Zweiten Weltkrieg nutzte ihn die Wehrmacht als Lazarett. Von 1994 bis 1999 wurden alle sieben Gebäude aufwändig und unter Wahrung strenger Denkmalschutzauflagen

restauriert und mit modernster Gebäudetechnik ausgestattet. Das Ergebnis: Ein Schmuckstück.

Das besondere Flair des Hotels wird durch Jugendstilfenster, historische Deckengemälde, restaurierte Parkettböden, offene Kamine und stilvoll sanierte Treppenhäuser unterstrichen. Eine eigene Quelle versorgt das gesamte Hotel aus den Tiefen des Taunus mit zertifiziertem Wasser. Der Wellnessbereich – eine Oase der Ruhe – wartet mit einem beheizten Außenpool auf.

Die 62 Zimmer des Hotels befinden sich im Hauptgebäude. In den sechs Nebengebäuden im englischen Landhausstil sind 41 Apartments untergebracht. Das "Kempinski Hotel Falken-

stein" verfügt über moderne Konferenzräume, einen traditionellen „Kaisersaal“ sowie über eine Grafen-, Fürsten- und Kaisersuite. Vor einem halben Jahr wurde ihm durch den Deutschen Hotel- und Gaststättenverband der „Fünf-Sterne-Superior“-Status verliehen. Bereits im Frühjahr 2001 hatte der Gastro-Führer „Frankfurt geht aus 2002“ das hoteleigene Restaurant Siesmayer zum Sieger in der Kategorie „Hessen exklusiv“ erklärt.

In der Küche brilliert der 29-jährige Thorsten Klett mit seiner zwölfköpfigen Crew. Beruflich Station machte der gebürtige Frankfurter unter anderem im "Holiday Inn", in der Jahrhunderthalle Höchst sowie im Goldenen Löwen und im "Brückenkeller" (alle in Frankfurt). Ferner hat der Küchenchef des "Kempinski Hotels Falkenstein" im "Humperdinck" unter Alfred Friedrich gearbeitet, der inzwischen erfolgreicher Sternekoch im historischen Restaurant Marcobrunn im "Kempinski Hotel Schloss Reinhartshausen" ist (Alfred Friedrich war „Kochkopf“ der März-Ausgabe von *Gour-med*).

Thorsten Klett ist Koch aus Leidenschaft. „Im Alter von fünf Jahren, als meine Altersgenossen Feuerwehrmann oder Astronaut werden wollten, wusste ich bereits: Ich werde Koch – wie mein Vater.“ Schon als Kind habe er am Herd gestanden und seinem Großvater „schwarz-verbrannte oder völlig versalzene Mahlzeiten“ zubereitet, die dieser „tapfer aufgegessen“ habe. Heute muss niemand tapfer sein, der im Restaurant Siesmayer die Karte verlangt – im Gegenteil: Der 29-Jährige kocht mit sehr viel Fingerspitzengefühl. Beim Würzen ist er nach eigenen Angaben „zurückhaltend“, versucht, den



[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

GEWINNSPIEL



Küchenchef Thorsten Klett

Eigengeschmack der Speisen durch die jeweilige Art der Zubereitung zu unterstreichen (besonders gelungen beim Kohlrabi-Süppchen!). Sein Steckenpferd ist Fisch: Eine Vorliebe hat Thorsten Klett für Steinbutt, See- teufel, Dorade sowie den klassischen Loup de Mer. Heute stellen wir Ihnen den Zander im Kartoffelmantel vor.

Kochbücher liest Thorsten Klett wie Romane. Gemeinsam mit Hoteldirektor York Hermes, gelernter Betriebswirt und Koch, experimentiert er von Zeit zu Zeit mit alten Rezepten oder tüftelt neue aus. „Ich versuche immer, etwas Besonderes zu kreieren“, sagt der junge Küchenchef. Dem Kunden werde nach Möglichkeit jeder Wunsch erfüllt, und das gelte nicht nur für die Küche, sondern für den gesamten Hotelbetrieb. Thorsten Klett: „Wir stellen uns auf unsere Gäste ein. Flexibilität ist heutzutage unverzichtbar.“

Wenn Sie die nachstehenden Fragen richtig beantworten, können Sie zwei Übernachtungen (inklusive Frühstück und Abendessen mit begleitenden Weinen) im "Kempinski Hotel Falkenstein" für zwei Personen gewinnen.

Einsendeschluss ist der 20.09.02 Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Eine Auszahlung/Übertragung ist nicht möglich. Wunschtermine können nur nach Absprache mit dem "Kem-

pinski Hotel Falkenstein" realisiert werden.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen

Ihre Daten werden im Sinne des Datenschutzes behandelt.

Viel Spaß und viel Glück!
Ihr Gour-med Team



Zander im Kartoffelmantel

700g Zander

- 1 El Dijon Senf
- 2 Eigelb
- 4 dicke Kartoffeln
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zitronensaft

Das Zanderfilet in 4 Portionen teilen und mit einem sehr scharfen Messer von der Haut trennen. Die gewaschenen Kartoffeln schälen und mit einer Küchenreibe reiben. Den Senf mit

dem Eigelb verquirlen und auf den mit Salz, Pfeffer und Zitrone gewürzten Zander streichen.

Die geriebenen Kartoffeln auf eine Klarsichtfolie ausbreiten und den Fisch darin einschlagen. Nun die entstandene Rolle gut mit den Klarsichtfolienenden zusammenrollen, sodass die Kartoffeln fest an den Fisch gepresst werden. Die Rolle aus der Folie packen und mit einem Küchenkrepp gut abtupfen. Von allen Seiten scharf anbraten und für 5 Min. in den auf ca. 200 Grad vorgeheizten Ofen schieben. Aus der Pfanne nehmen und mit z.B. Ratatouille und Zitronen-Tymiansauce servieren.



GEWINNSPIEL-COUPON

Beantworten Sie einfach die Gewinnfragen und kreuzen Sie die richtige Lösung an, schneiden Sie den Coupon ab und faxen Sie ihn an uns oder senden Sie ihn per Post an die angegebene Adresse zurück. Und hier nun die Fragen:
Frage1: Wie heißt der Gartenarchitekt, nach dem das Restaurant im Kempinski Hotel Falkenstein benannt ist?

- ☐ Obermayer
- ☐ Siesmayer
- ☐ Mossmayer

Frage 2: Welcher Gebirgszug ermöglicht von seinem Südhang aus einen atemberaubenden Blick auf Frankfurt?

- ☐ Taunus
- ☐ Harz
- ☐ Schwarzwald

Frage 3: Woher bezieht das "Kempinski Hotel Falkenstein" sein Wasser?

- ☐ Stadtwerke
- ☐ Main
- ☐ Eigene Quelle

Hier tragen Sie bitte Ihren Namen und Ihre Anschrift ein:

Name _____ Vorname _____

Strasse, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefonnummer _____

Faxnummer _____

FAX-Nummer: 0049 (0) 2501 / 27 56 0

Redaktion Gour-med, - Gewinnspiel - , Fuggerstraße 13, 48165 Münster

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

GOURMET TOURING

GOURMET(D)-TOURING

”LEADING HOTELS OF THE WORLD”

SCHLOSSHOTEL BÜHLERHÖHE

Klaus Lenser

im Schwarzwald bei Baden-Baden

Das Schlosshotel liegt in einer der reizvollsten Landschaften Deutschlands. Eingebettet in einen 18 ha großen Schlosspark präsentiert es sich als eine „Insel der Erholung“ inmitten der Geborgenheit des schönen Nördlichen Schwarzwaldes. Das Angebot für höchste Ansprüche wird durch ein exklusives Beauty & Spa Resort und ein modernes Conference-Centrum ergänzt.

Auf 800 Höhenmetern und nur 15 km entfernt von Baden-Baden, ist die

Bühlerhöhe idealer Ausgangspunkt für Ausflüge in das nahegelegene Elsaß mit der Stadt Straßburg, nach Heidelberg und in das umliegende Rebland mit seinen bekannten Weindörfern.

Hinter der Entstehungsgeschichte der Bühlerhöhe verbirgt sich das tragische Schicksal der legendären „Generalin“ Hertha Isenbart, Tochter des jüdischen Großgrundbesitzers Schottländer aus Schlesien. Die mit dem Gutsbesitzer Pringsheim verheiratete Herta Schottländer muß damals ganz

und gar in den Vorstellungen ihrer Generation gelebt haben.

Dank des Pflichtteils aus dem Erbe ihres reichen Vaters verfügte Hertha Isenbart mit 12 Millionen Goldmark auch über die erforderlichen materiellen Voraussetzungen zur Verwirklichung ihrer Idee. So erwarb sie 1911 von der Stadt Bühl ein riesiges Waldgelände an der Schwarzwaldhochstrasse mit dem bekannten, einmaligen Blick über die Rheinebene bis hin zu den Vogesen. Als Architekt gewann sie den damals berühmten Prof. Wilhelm Kreis aus Düsseldorf, der zwischen 1911 und 1914 die Bühlerhöhe mit dem prachtvollen, barockartigen Schloss und dem zweckbestimmten Sanatorium erbaute. Letzteres ließ Hertha Isenbart für einen Arzt aus Assuan errichten, da ihn die Tätigkeit in dem als General-Genesungsheim vorgesehenen Schloss beruflich nicht restlos befriedigte.

Was ist es, was das Beauty & Spa Resort im Schlosshotel Bühlerhöhe zu einer der außergewöhnlichsten Schönheitsfarmen Europas macht? Es sind mehrere Faktoren, die hier auf glückliche Weise zusammentreffen und sich zu einem abgerundeten, harmonischen und eben außergewöhnlichen Ganzen summieren.

Schon die Lage des Hotels ist einmalig: Wer seine Bahnen im marmorum-



Das idyllische Schlosshotel Bühlerhöhe

säumten Pool der Bühlerhöhe zieht, hat den Eindruck, direkt hinaus in den wundervollen Schwarzwald zu schwimmen. Auf 800 Metern Höhe an einem der reizvollsten Punkte des nördlichen Schwarzwaldes gelegen, erstreckt sich von den Fenstern des Schlosshotels Bühlerhöhe ein traumhaftes Panorama, das zu jeder Jahreszeit und bei jedem Wetter einen besonderen Reiz hat.

Der das Schlosshotel umgebende, achtzehn Hektar große Park macht die Bühlerhöhe zu einer Oase der Ruhe und Erholung. Hier fühlen sich Menschen zu Hause, die etwas für Körper, Geist und Seele tun und gleichzeitig den Komfort und Luxus eines großen Hauses nicht missen möchten. Sie wissen auch die bauliche Schönheit des Schlosshotels zu schätzen und erfreuen sich an seinen vielen innenarchitektonischen Kostbarkeiten. Die elegante und stilvolle Einrichtung, die sich das ganze Haus hindurch auch in den Beauty & Spa Bereich zieht, dient als weiteres Element in der ganzheitlichen Harmonie des Hotels. Die exzellente und sehr persönliche Gastlichkeit im gastronomischen Bereich der "Bühlerhöhe" trägt dazu ebenso bei wie die unaufdringliche, aber allgegenwärtige Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft aller Mitarbeiter.

Besondere Aufmerksamkeit sollten Sie dem „Sternkoch“ Christian Scharrer schenken. Christian Scharrer hat trotz seiner jungen Jahre eine erstklassige Ausbildung genossen. Die feine Kunst des Kochens hat er unter anderem im Hotel „Colombi Freiburg“ bei Alfred Klink und bei Jörg Müller auf Sylt erlernt. Sein Wildlachs im Lauchmantel ist ein exklusives Sommergericht, das sie unbedingt ausprobieren sollten.



„Sternkoch“ Christian Scharrer

Wildlachs im Lauchmantel an Rote Beete Sauce

Für die Zubereitung benötigen Sie:

Für den Lachs:

500 g	Lachsfilet
100 g	Creme double
1	Stange Lauch
	Salz und Pfeffer

Für die Sauce:

400 ml	Fisch-Fond
200 ml	Sahne
200 ml	Weißwein
1	Rote Beete
1 EL	Estragon-Essig
6	Schalotten
10	Champignons
1	Zweig Estragon

Für die Bouillon-Kartoffeln:

1/2	Sellerie-Knolle
2	große Kartoffeln
30	g Butter
1	Karotte
200 ml	Fumet de poisson

Für die Garnitur:

5	Fingerringen
5	Crevetten
2	Mini Rote Beete
	Kerbel
	Meerrettich
	Kaviar

Das Lachsfilet in 100 g schwere Stücke schneiden, mit dem restlichen Lachs eine Farce zubereiten. Den Lauch in gleichmäßige Bänder schneiden und nach Farbe sortieren. Das Lachsfilet mit Farce bestreichen und den Lachs gleichmäßig mit den Lauchbändern umwickeln. Für die Sauce die Schalotten und die Champignons anschwitzen. Mit Essig und Weißwein ablöschen und reduzieren. Rote Beete kochen und schälen.

Den Fischfond in die Weißweinreduktion geben und weiter reduzieren, etwa um die Hälfte. Nun die Sahne kurz zugeben und kurz aufkochen, dann passieren. Jetzt die Rote Beete einmischen und nochmals passieren.

Für die Bouillon-Kartoffeln den Sellerie, Kartoffeln und Karotten mit einem Kugelausstecher ausstechen.



Wildlachs im Lauchmantel an Rote Beete Sauce

Anschließend die Gemüseknollen im Fumet de poisson kochen, bis die Flüssigkeit fast einreduziert und das Gemüse weich ist. Nun noch die Butter anschwitzen.

Zum Fertigstellen des Gerichtes den Lachs in einem Steam-Basket etwa 9 Minuten über dem Wasserbad dampfen. Das Bouillon-Gemüse in die Mitte des Tellers platzieren, den Fisch darauf anrichten. Die Rote Beete Sauce aufschäumen und um den Fisch geben. Das in Salzwasser blanchierte Mini Gemüse als Garnitur auf den Teller geben. Mit Kaviar den Fisch vollenden und über den ganzen Meerrettich reiben.

Weinempfehlung zum Wildlachs im Lauchmantel an Rote Beete Sauce von Sommelière Anja Richter:

1999 Burkheimer Feuerberg
Spätburgunder Weißherbst
Spätlese trocken

Temperiert auf 12 °C passt dieser Wein nicht nur farblich zum Lachs und zur Sauce. Die Frucht des Weines gibt einen harmonischen Kontrast zur Schärfe des Meerrettichs.



Foto: Schlosshotel Bühlerhöhe

Weitere Informationen unter:

SCHLOSSHOTEL BÜHLERHÖHE
Schwarzwaldhochstraße 1
D-77815 Bühl/Baden-Baden
Telefon: 07226/55-0

GOURMET TOURING

Berlin Kulinarisch

GOURMET(D)-TOURING

”LEADING HOTELS OF THE WORLD”

Ein wenig London in Berlin

– Mosimann’s im Swissôtel

Dr. Andrea Dittrich

Das neue Berliner “Swissôtel” entführt seine Restaurantgäste kurzzeitig nach London, der Blick aus dem Fenster des eleganten Restaurants Mosimann’s lässt jedoch keine Zweifel: man ist noch mitten in Berlin – hoch über dem Kurfürstendamm, vis-a-vis vom legendären Café Kranzler. Die Lage des Restaurants in einem der oberen Stockwerke des neu erbauten Luxushotels, weit weg von der Straße vermittelt den Clubcharakter, den das exklusive britische Vorbild Mosimann’s in London hat: Niemand kommt per Zufall herein, sehr viele internationale Gäste genießen die spezielle Atmosphäre, die elegante Ausstattung und

natürlich die bemerkenswerte Küche. Kunst aus der Sammlung Grothe findet sich im ganzen Hotel, im Restaurant haben Werke von Markus Lüpertz, A. R. Penk und Georg Baselitz ihren Platz gefunden.

Nicht nur der Name, sondern auch die Philosophie der „Cuisine Naturelle“ wurde von dem berühmten Küchenchef Anton Mosimann, gebürtiger Schweizer und offizieller Caterer der britischen Königsfamilie, übernommen. Die „Cuisine Naturelle“ wurde 1985 von Mosimann als eine neuere und gesündere Art des Kochens kreiert. Sie konzentriert sich auf die Qualität der Produkte und den Erhalt ihres Geschmacks. Eine leichte und zeitgemäße Küche, die den Gebrauch von zusätzlichem Fett sowie Alkohol fast gänzlich ausschließt.

Marco Schwerin, Küchenchef im Berliner Mosimann’s hat die Meisterschule im Hotel Four Seasons in Berlin absolviert und im Restaurant „Vox“ des Grand Hyatt gekocht bevor

er sich von Anton Mosimann in London in die „Cuisine Naturelle“ einführen ließ und dann schließlich die kulinarische Leitung seiner ersten Dependence auf dem Kontinent übernahm.

Eine der Köstlichkeiten dort: die Ziegenkäseterrine an Wildkräutersalat, deren Rezept der Küchenchef hier veröffentlicht. Den Auftakt bildet z. B. ein angeräucherter Rehrücken aus der Schorfheide auf Carpaccio von der Jakobsmuschel mit wildem Löwenzahn. Die Sauerampferschaumsuppe sieht nicht nur besonders schön grün aus, sondern schmeckt auch wirklich nach ihrem Namensgeber. Begleitet wird sie von einem knusprigen Ziegenkäsecrostini mit Tranchen von der Wachtel. Als Fischgang gibt es ein Steinbuttfilet unter einer üppigen Kräuterkruste mit getrüffelten weißen Bohnen und einer stark reduzierten, dunkel-rotbraunen Sauce.

Der Pot-au-Feu vom Kalbsfilet mit geschmorter Kalbsbacke auf sommerlichem Gemüse vermittelt am deutlichsten die Philosophie von der Cuisine Naturelle; alle Zutaten haben genau die richtige Zeit im Topf verbracht, frische Kräuter unterstreichen den natürlichen Geschmack – so köstlich kann Sommergemüse sein! Zum Dessert dann die warmen und kalten Variationen von Verda-Kirschen und Schoko-



Die Terrasse vom Mosimann's

lade mit Mandelkrokant. Die Restsüße Kaseler Nies'chen, 1994er Auslese vom Geheimrat Wegeler ist „der Punkt auf dem I“ bei diesem Dessert.

Ziegenfrischkäseterrine an Wildkräutersalat mit Ingwer - Grissini und Chutney von grünen Tomaten

Ziegenfrischkäseterrine

- 1 kg Ziegenfrischkäse
- etwas Olivenöl
- Salz
- weißer Pfeffer aus der Mühle

Den Ziegenfrischkäse mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen

Marinierte Tomaten

- 1 kg reife Flaschentomaten
- etwas grobes Meersalz
- weißer Pfeffer aus der Mühle
- 6 El Olivenöl
- 3 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bd. Basilikum
- 50 ml weißer Balsamico
- Thymian

Die Tomaten blanchieren, häuten, vierteln und entkernen. Die Tomatenviertel mit Olivenöl, zerdrückte Knoblauchzehen, weißem Balsamico, fein geschnittene Schalotten, Meersalz, Pfeffer, Basilikum für 6 Stunden marinieren. Anschließend ein Blech mit Backpapier belegen und mit Olivenöl einstreichen. Die abgetropften Tomatenfilets mit der Außenseite nach oben so auflegen, dass sie sich nicht berühren. Mit grobem Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, gezupftem Thymian und Olivenöl marinieren. Bei 130 Grad im Ofen 15 Min. trocknen, sodass der Saft etwas einzieht, dabei die Tomaten aber nicht zu trocken werden und auch keine Farbe nehmen sollen.

Terrine

- Lauch
- 1 Terrinenform / Dreieck
- Klarsichtfolie

Das Grüne vom Lauch abschneiden in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die Terrinenform mit Klarsichtfolie und dem Lauch auslegen.

Der Lauch muss an den Seiten überstehen, damit die Terrine am Schluss damit geschlossen werden kann. Anschließend abwechselnd den Ziegenkäse und die Tomaten einfüllen, etwas andrücken und mit dem Lauch verschließen und kühl stellen.

Chutney von grünen Tomaten

- 4 El Olivenöl
- 150 g Zwiebeln
- 1 kg grüne Tomaten
- etwas frischer Ingwer,
- 0.1 l Sherryessig
- 1/2 TL zerstoßener Koriandersamen
- 2 Nelken
- 1 Zitrone / in dünne Scheiben geschnitten
- 2 Lorbeerblätter
- 200 g Zucker
- 100 g brauner Zucker
- 1 TL grobes Meersalz
- weißer Pfeffer aus der Mühle

Die Zwiebeln in dünne Streifen schneiden und in dem erhitzten Olivenöl glasig anschwitzen. Die geviertelten und vom Strunk befreiten grünen Tomaten, Koriander, Essig, Zitronenscheiben, Lorbeerblatt, Zucker, Salz und Pfeffer aus der Mühle dazugeben. Alles zusammen aufkochen und ca. 1 Stunde leicht köcheln lassen. Zwischendurch umrühren nicht vergessen!

Tomatenvinaigrette

- 2 EL Weißer Balsamicoessig
- Salz
- weißer Pfeffer aus der Mühle
- 1/2 TL Dijon Senf
- 8 EL Olivenöl
- 1 Schalotte
- 2 vollreife Tomaten
- 100 ml Tomatensaft
- 1 Prise Zucker

Die Schalotte in feine Würfel schneiden. Die Tomaten häuten, entkernen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Den Tomatensaft mit dem weißem Balsamico, Dijon Senf und Olivenöl verrühren.

Die Vinaigrette mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, und anschließend die Schalotten und Tomatenwürfel dazugeben.

Wildkräutersalat :

Feiner gelber Friseesalat, Franzosenkraut, Gelbsenf, wilder Löwenzahn, Giersch, Wiesenkerbel, Taubnessel, wilder Rucclasala, Gundermann

Die Salate und Kräuter waschen und fein zupfen, anschließend mit der Tomatenvinaigrette marinieren.

Ingwer – Grissini

- 250 g lauwarmes Wasser
- 2,5 TL Trockenhefe
- 450 g Mehl
- 1 TL Salz
- 75 ml Öl
- 10 g Ingwerpulver

Mehl, Ingwer und Salz in eine Schüssel geben, anschließend Wasser und Trockenhefe mischen, alles zu einem Teig verarbeiten und 1 Stunde an einem warmen Ort aufgehen lassen. Nochmals durchkneten, in Streifen schneiden und 1/2 cm dick ausrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, nochmals 10 Min. ruhen lassen und dann bei 180 Grad 12 Min. backen, bis die Grissini goldgelb und knusprig sind.

Zwei Scheiben von der Terrine abschneiden, den Salat marinieren und zusammen mit dem Chutney und dem Grissini auf einem Glasteller anrichten.



Mosimann's Restaurant in Berlin

Fotos: Swissôtel Berlin



Weitere Informationen unter:
Swissôtel Berlin
Executive Chef
Augsburgerstraße 44
10789 Berlin
Tel.: 030 220 10 23 3

Kulinaria der Welt

in Gour-med



Hier geht's zur "Gift-Küche"

Nerven- oder Gaumenkitzel?

"Japanisches Roulette" für Feinschmecker

[Edwin Karmiol](#)

Tokio - "Ein Gericht für Könige und Kaiser" haben Feinschmecker den Fugu genannt. Wer ein Stück vom Keulen- oder Kugelfisch probiere, fühle sich "wie in den 7-ten Himmel katapultiert". Andere, wie Gour-med - Leser Dr. San Gie Oey, (Gewinner unserer Megajacht-Schnupperreise zur Kieler Woche 2001) fanden das Fleisch "eher fade." Als Meeresfrüchte-Geniesser würde ich eher Loup-de-mer oder Dorade-Fische bevorzugen". Der Genuss von Fugu sei wohl eher "ein Nerven- als ein Gaumenkitzel." Eines jedenfalls ist sicher: auch wenn der Fugu als Gericht für gekrön-

te Häupter bejubelt wird, der Tenno - Japans Kaiser - wird es niemals genießen dürfen. "Zu gefährlich!"

Fische der Gattung Tetraodontidae, in Japans Fugu-Restaurants serviert, enthalten das tödliche Gift Tetrodotoxin (TTX), eines der stärksten Nicht-Protein-Gifte überhaupt. Wo es steckt, hängt von der Spezies ab. Konzentriert ist es in Augäpfeln, Kiemen, den Innereien einschliesslich der Eingeweide sowie den Fortpflanzungsorganen und bei manchen Arten auch in der Haut. Bei unsachgemäsem Tranchieren

eines Kugelfisches droht dem Feinschmecker der Tod, und dem Koch ewige Schmach. Schon ein Gramm TTX, das dem Pfeilgift Curare ähnelt, reicht aus, um 1.000 Menschen zu töten. Ein Gegengift ist nicht bekannt.

Nun, Sie müssen Fugu nicht selbst probieren wie Gour-med - Leser Oey. Aber vor oder nach einem Japan-Besuch - falls Sie zum Beispiel bei der Fussball-WM 2002 waren - könnten nachfolgende Informationen vielleicht nützlich sein, zumindest als Gesprächsthema.

Zubereitung und Anrichten des Fugu wirken auf Europäer fast wie eine Zeremonie, wenn man dabei zusehen darf. In der Gegend um die Hafenstadt Shimonoseki (an der Südwestspitze der Hauptinsel Honshu) dürfen Gäste von Fugu-Restaurants ihr Opfer - (oder ihren potentiellen Killer?) - in einem Fischtank selber aussuchen. Ein Fugu - ob im Lokal oder auf dem Markt - wiegt etwa 1 kg. Die Flossen werden abgeschnitten, die Haut des Fisches entfernt. Der Bauch wird aufgeschlitzt, die inneren Organe unversehrt (!) entnommen. Nach diesem Entfernen aller giftigen Teile bleiben 400 bis 500 g Fisch übrig. Er wird mehrfach mit kaltem, klarem Wasser abgewaschen, um letzte Blut- und evtl. Giftspuren zu entfernen. Der gesamte Abfall wird in einem Kunststoffbeutel verschlossen und in einer Kühltruhe verwahrt, bis die Stadtreinigung ihn zur Verbrennung abholt. In Tokio sind das wöchentlich rund 2.000 (zweitausend) Kilo!



Fugu-Techiri:
Hier ißt das Auge mit



*"Chrysantheme"
aus papierdünnen
Fugu-Scheiben*

Zur Zubereitung wird das Fugu-Fleisch in papierdünne, fast durchsichtige Scheiben geschnitten, sogenanntes Sashimi (von jap. Sashi = zerlegen, mi = Körper), und auf einem Teller in Form einer Chrysanthemenblüte oder einer anderen Dekoration ausgelegt. Nach einigen "Ahs" und "Ohs" werden die Scheiben der kleinen Kunstwerke in würzige Sossen wie Ponzu oder in feingeriebenen Rettich usw. gedippt und wagemutig verzehrt.

Natürlich gibt es auch andere Arten der Zubereitung: FUGU BUTSU GIRI ist ein Vorgericht aus "anderthalb mundvoll" feingehacktem Fugu. FUGU CHIRI ist eine Art Eintopf aus Gemüse und geraspelttem Fugufleisch, gewürzt mit Bitterorange. Es wird vor den Gästen in einem Tontopf zubereitet. Ist alles gar, so angelt man sich die festen Teile heraus, taucht sie in eine Zitrus/Essig- oder Zitrus/Soja-Sosse. Begleitet wird diese Henkersmahlzeit von ZOSUI, einer kochend heißen Suppe auf Fugu-Basis mit Reis, in die man Gemüse oder ein geschlagenes Ei geben kann. Wer es deftiger mag wählt FUGU YAKI - gegrillte Häppchen. FUGU KARA AGE wiederum sind frittierte Fischstückchen, die mit Soya-Sauce gewürzt werden. Zum Knabbern gibt es HIRE ZAKE - in der Sonne getrocknete Flossen des Fugu, eingetaucht in heißem Sake (Reiswein).

YUBIKI besteht aus der Haut des Fugu, wobei die Giftstacheln vom Koch kunstgerecht entfernt wurden. Die Haut wird auf einem Salat angerichtet und in Ponzu getunkt. Manche Restaurant-Gäste wünschen sich sogar den Kopf des Kugelfisches: gekocht, in einer Suppe. Kenner aber schwören auf SHIRAKO YAKI - die gegrillten Spermien-säckchen des Fugu. "Indiana Jones" alias Harrison Ford lässt grüssen! Was Sie auf den Menues NICHT finden wer-

den, ist Fugu-Leber. Sie zu servieren ist offiziell verboten. Einige Restaurants tun es dennoch heimlich, vor allem den Stammgästen zuliebe. Doch pro Person gibt es

nur zwei bis drei kleine, hauchdünne Scheibchen. Schon die vierte kann die "kritische Gesamtmenge" von 13 g sprengen. 1975 segnete Japans berühmtester Kabuki-Schauspieler Mitugoro BANDA (er galt als "lebender Nationalschatz") auf diese Weise das Zeitliche: Er starb bei der vierten Scheibe Leber..

Westliche Besucher, die den Nervenkitzel bei einem Tokio-Besuch riskieren möchten, sollten sich vertrauensvoll an Herrn Atsuo Hikage wenden. Er ist der Manager des im Stadtteil Akasaka gelegenen Fugu-Restaurants "Akasaka Otomo". In seiner Küche arbeiten zwei lizenzierte Fugu-Köche, die täglich bis zu 60 Kugelfische verarbeiten.

Billig ist die Sache nicht. Aber was ist heutzutage schon umsonst, wo doch selbst der Tod das Leben kostet. Für ein Fugu-Gericht zahlt man umgerechnet zwischen 90 und 230 Euro (1000 Yen z.Zt. ca. 8.76 EURO.) Natürlich gibt es auch Billigangebote, etwa für 5.300 Yen. Aber wer will schon "Fast Fugu". Also lieber den "Happy Fugu Course" im "Otomo" bestellen, ein umfangreiches Menue für 28.000 Yen, das viele der oben angeführten Spezialgerichte enthält. .

Jährlich werden in Japan 20.000 Tonnen (!) Fugu verarbeitet. Das ist fast schon so, also wolle man dem Gifffisch den Garaus machen. Doch Herr Katsuhiko Iizuka, der 72-jährige Direktor der Fugu Großhändler auf Tokios Tsukiji Fischmarkt mit 55-jähriger Berufserfahrung zeigt sich unbesorgt: "Grundsätzlich wird auf dem Fischmarkt von Tokio Fugu nur an lizenzierte Köche verkauft. " So besteht über den Verbrauch eine gewisse Kontrolle - und natürlich auch über seine Folgen. Offizielle Statistiken über die Zahl der Fugu-Toten gibt es zwar nicht. Fachleute schätzen die Zahl

auf jährlich lediglich 100 Vergiftungen in ganz Japan, und "nur" 60 davon mit tödlichem Ausgang. Ursache ist die Zubereitung durch unqualifizierte Köche oder durch Fischer, die ihren kostbaren Fang selbst verzehren wollten.

In so einem Fall werden zunächst die Lippen des Opfers taub wie nach einer Spritze beim Zahnarzt, dann die Zunge. Die Sprache wird undeutlich, es folgen Übelkeit, Magenkrämpfe, Atembeschwerden und schliesslich die totale Paralyse. Der Tod tritt meist nach 15 Minuten, bei "geringerer" Vergiftung manchmal erst nach Stunden ein.

In Europa sind Fugu-Restaurants (noch) verboten - in den USA scheinen sie eine Zukunft zu haben. Rick LaPointe, ein junger Koch aus Washington, D.C. macht zur Zeit eine Lehre bei einem Fugu-Chef in Kobe.

Ein Fugu-Chef verbringt mehrere Jahre seiner Ausbildung unter der Anleitung eines erfahrenen Meisters. Zunächst muss er ihm drei Monate lang über die Kochmütze schauen, ehe er selbst sein Filetirmesser in einen Kugelfisch senken darf. Zehn Jahre dauert es im allgemeinen, ehe ein Koch sein eigenes Restaurant eröffnen oder in einem Fugu-Restaurant als Chefkoch arbeiten darf.

Die mündliche und schriftliche sowie die praktische Prüfung von Fugu-Köchen findet einmal jährlich vor einer Kommission der jeweiligen Lokalbehörde statt. Dabei müssen die Kandidaten die giftigen Organe eines Fugu innerhalb von 20 Minuten von den essbaren Fleischteilen trennen und identifizieren. Wer 23 Minuten braucht, fällt durch. Was der Prüfling für geniessbar hält, muss er selber essen - eine Art Begabtenauslese! Meist kann ein aufmerksamer Prüfer tödliche Fehler verhindern. 80 Prozent aller Kandidaten fallen bei jeder Prüfung durch, dürfen sie aber wiederholen.

Fotos: Karmioll Rick LaPointe

Kulinaria der Welt

in Gour-med

LAS VEGAS

Eine Oase für die Sinne

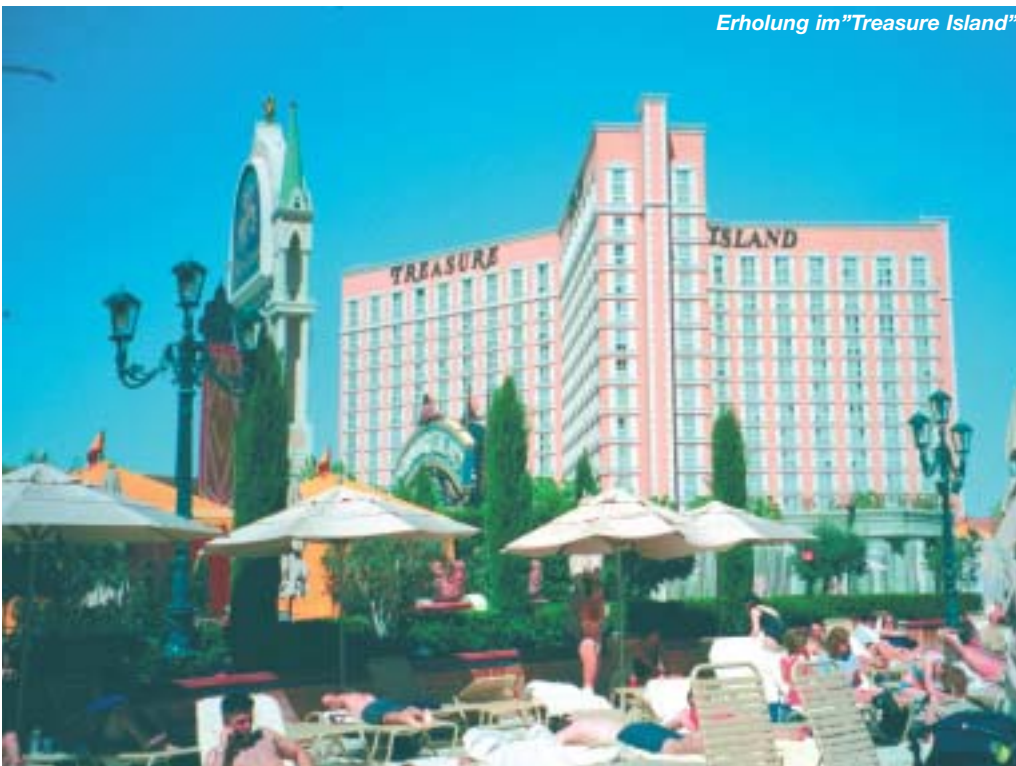
Jürgen D. Lemke

Las Vegas, das Wüstennest, das die Mormonen einst aufgaben und in dem ein Gangsterboss 1946 das erste Hotel nebst Spielhalle eröffnete, wandelte sich in den letzten Jahren zu einer, wenn nicht gar zu der Metropole des Entertainments. Vorbei die Zeiten billiger, steriler Hotels mit trostlosen Hallen voll "Einarmiger Banditen", mit preiswerten Buffets und fast geschenkten Shows als Beigabe. Las Vegas beansprucht jetzt nicht nur das Geld im Automaten und am Spieltisch

seiner Besucher, die Geldbörsen sollen noch weiter geöffnet werden durch gute Unterhaltung, durch Einkaufsparadiese, durch extravagante Themenhotels mit Fitness- und Poolbereichen und Gourmettempeln, die Weltniveau erreichen. Milliarden von Dollar wurden in den vergangenen Jahren in den Wüstensand gesetzt. Eine fantastische und einmalige Hotellandschaft entstand. Für die Gebäude ließen sich deren Architekten von Wahrzeichen der ganzen Welt inspirieren.

Größer, schöner, prachtvoller und überdimensional, ein Disneyland für Erwachsene entstand. Las Vegas heute ist eine erfrischende Oase für die Sinne. Venedig, Paris, Marokko, Ägypten, New York, Rom, Monte Carlo, die Karibik nebst Piraten und die Südsee inklusive Strand und Wellen liegen dicht beieinander. Alles zu Fuß an einem Tag erreichbar und zu besichtigen. Handwerkliche und technische Spitzenprodukte aus Eisen, Holz, Gips und Kunststoff. Wo auf dieser Welt kann man zum Lunch auf den Eiffelturm fahren, danach an der Pariser Oper und dem Louvre vorbei schlendern, ein „Sur le pont d'Avignon“ singen hören und am Nachmittag schon mit der Gondel auf dem Canale Grande unter der Rialto Brücke hindurch gleiten. Ein Bummel auf dem Markusplatz, vollklimatisiert und ohne Kanalgestank, das Hotel „Venetian“ macht es möglich und das ganz ohne Taubendreck. 16 Restaurants sorgen dafür, dass kein Gourmet das Haus verlassen muß. Amerikas Fernsehkoch Nummer eins, Emeril Lagasse, ist vertreten, Eberhard Müller mit der Dependence des New Yorker „Lutèce“ und Joachim Splichal mit seiner „Pinot Brasserie“. Trotz Blattgold an den prächtigen falschen Fresken, das „Venetian“ hat die größten Zimmer. Und es gibt in Las Vegas über 130 000 davon.

Gleich gegenüber am Hotel „Treasure Island“ kämpfen täglich die Piraten und vor dem „Mirage“ brodeln ein Vulkan. Die Altmeister der Zauberkunst Siegfried und Roy vollführen hier seit Jahren



Ihre Tricks und ein Ende ist nicht abzusehen. Italien ist durch das prächtigste Bauwerk, das „Bellagio“ vertreten. Auf einem riesigen See vor dem Hotel schießt aus tausenden Fontänen und zum Takt von Andrea Boccellis Weisen das Wasser in die Luft. Ein fantastisches Erlebnis, halbstündlich dargeboten. 15 Restaurants, darunter neun der besten Adressen Amerikas, liegen rund um den See. Zum Beispiel das „Le Cirque“, eine Zweigstelle des New Yorker Esstempels und zur Zeit das beste Restaurant der Stadt. Im spanisch angehauchten „Picasso“ sind dagegen die Bilder besser - echte Picassos natürlich - als die Küchenleistung, man kann eben nicht beides haben. Das „Bellagio“ ist auch die Heimat der aufwändigsten Show in der Wüste, dem Wasserspektakel „O“ welches drei Monate im voraus gebucht werden muß. Wer kein Glück hat hereinzukommen, der kann die „Bellagio Gallery of Fine Arts“ genießen, eine Kunstsammlung, die ihresgleichen sucht. Daneben liegt das bereits mehrmals geliftete, erweiterte und runderneuerte „Caesars Palace“. Falls Sie schon immer einmal ohne zu schwitzen in Rom am Trevibrunnen sitzen wollten, hier können sie es bei Abendstimmung unter künstlichem Himmel mit kleinen Wolken und Abendrot am Vormittag, inclusive. Shopping ist auch hier liebste Freizeitbeschäftigung.

Von den elf größten Hotels der Welt stehen allein zehn hier am „Strip“, wie der Las Vegas Boulevard liebevoll genannt wird. Hotels wie „MGM“ bieten



Das „Bellagio“ mit seinen Fontänen

einen riesigen Freizeitpark, das Hotel „Luxor“ wurde gleich einer Pyramide gebaut, das „Mandalay Bay“ Hotel kann einen Pool mit Strand präsentieren und ein Aquarium mit über 100 Haien. Die New Yorker Freiheitsstatue steht vor dem Hotel „New York New York“ und eine Achterbahn rast durch die Skyline der Metropole. Dazu Restaurants neben Restaurants. Wo sie stehen, gab es noch Anfang des 18. Jahrhunderts so gut wie nichts. Die Spanier nannten den beschwerlichen

und gefährlichen Weg durch die Wüste noch „jornada de muerte“, Reise des Todes. Dann entdeckte der junge Pfadfinder Rafael Rivera ein fruchtbares Tal mit Gras und Wasser, das die Durchquerung der Wüste um Tage verkürzte und ungefährlich machte. Man nannte das Tal Las Vegas, auf Spanisch „Die Weide“. Heute ist Las Vegas die am schnellsten wachsende Metropole der USA, eine Stadt, die niemals schläft. Und da muss man auch auf den Normalbürger Rücksicht nehmen - also neben Luxus auch Erschwingliches bieten.

Ein Tipp: Das Restaurant „Lotus of Siam“ hat eine der besten Thai-Küchen in Amerika. Das Restaurant liegt nicht am „Strip“, sondern in einer Gegend (953 East Sahara Avenue), die nicht gerade zu den bevorzugten gehört. Eine Spezialität ist der im ganzen servierte Catfisch mit einer köstlichen feurigen Sauce und das zu einem Preis, zu dem man in den Edelrestaurants noch nicht einmal eine Vorspeise serviert bekommt. Das preiswerte Las Vegas gibt es also auch noch.

Fotos: Jürgen D. Lemke



Gediegen Wohnen im „Venetian“

Weitere Informationen:
Las Vegas Convention and Visitors Authority
c/o Mangnum Management
Herzogspitalstrasse 5
80331 München, Tel. 089-2366 2130
<http://www.lasvegas24hours.com>

Brunnwirt in Fuschl

*Verwöhneküche und Bilderbuchpanorama
am romantischen Fuschlsee im Salzburger Land*

Andrea Hinterseer

Der See spiegelt in karibischen Farben. Vom sanften Türkis bis hin zum funkelnden Smaragd. Sonnenstrahlen tanzen auf der Wasseroberfläche. Der Wind hat sich in das Salzburger Becken verzogen und auf dem verlockenden, unergründlichen Nass spiegeln sich die Felskonturen von Schöber und Frauenkopf. Die Idylle wird durch den sattgrünen Nadelwald perfekt, zwischen dessen Bäumen sich vereinzelt Häuser verstecken. Im Stil der Sommerfrisch-Residenzen aus der Zeit von Kaiser Franz Josef.

23 Kilometer vor den Toren der Festspielstadt lockt jedoch nicht nur eine

Ferienregion, die Erholung und Spannung verspricht mit Wassersport, Rad- und Wandererlebnissen, Golf, Minigolf und einer rasanten Sommerrodelbahn. Kenner lieben Fuschl's Kulinarium. Und dabei ist der Brunnwirt ein Geheimtip unter Festspielgästen und Salzburg-Genießern.

Johannes Brandstätter hat sich eben in eine schwarzgestreifte Hose und eine blütenweiße Jacke gekleidet. Ein Zeichen für seine zwei Töchter Lena und Sophie, dass Papa jetzt seine Ruhe braucht. Konzentration für die Vorbereitung seiner weitem bekannten Gaumenfreuden.

Anfang 2002 hat er mit seiner Frau Gerti den Familienbetrieb seiner Eltern übernommen. „Der Brunnwirt ist schon seit anno 1400 ein Gasthaus. Damals als Poststation mit Landwirtschaft. Er war immer in Familienbesitz und so konnte der gute Name wachsen. Seit sechs Generationen ist nun schon der Name Brandstätter drauf. Allerdings lebte hier auch schon vorher unsere Familie. Nur gab es damals halt einmal nur Mädchen, die heirateten“, kramt er in den Annalen des liebevoll restaurierten Schmuckstücks. Obwohl mit der Kehrseite der Landesstraße Richtung Wolfgangsee zugewandt, ist in den gemütlichen Stuben oder dem idyllischen Garten mit überwältigendem Seeblick nichts von der Betriebsamkeit des Alltages zu bemerken.

Eingehüllt in die Wärme und Aufmerksamkeit des Personals, verwöhnt durch wie und was an den liebevoll gedeckten Tische serviert wird, taucht der Gast ab in eine Zeit lange bevor das Wort Stress erfunden wurde.

„Wir halten unser Angebot bewusst klein“, verrät Johannes Brandstätter, während seine Frau Gerti noch einen Kontrollrundgang durch das Lokal macht, „deshalb haben wir in den Stuben Platz für 30 bis 35 Personen – und nicht mehr. Aber zum Verwöhnen, um auf individuelle Wünsche einzugehen und sie dann auch zur hohen Zufriedenheit zu erfüllen, ist das eine überschaubare Menge!“

Es gibt aber auch einen schönen Hochzeitssaal, in dem Gruppen bis zu 150 Personen Platz finden. Er wird je nach Anlass mit viel Geschmack dekoriert. Die Fenster zum See bieten auch

Blick auf Fuschl vom Garten des „Brunnwirt“



dem Auge eine Weide, während der Gaumen frohlockt.

Ein Blick in die Küche zeigt den jungen Koch in Aktion. Man sieht ihm die Freude an seiner Arbeit an. Gelernt hat er bei der Mutter im eigenen Restaurant. Aber dann durften Aufenthalte in Italien und Frankreich nicht fehlen. Enzo Santin und Patrick Cardin gaben ihm ihre berühmten Kenntnisse weiter, die er heute nicht nur für Gäste aus dem Ausland zum Besten gibt. „Wir halten die Preise so, dass auch unsere Einheimischen, besonders die Fuschler, gern kommen. Es ist meiner Frau und mir wichtig, dass wir – auch wenn unser Restaurant weitem einen guten Ruf genießt – ein Wirtshaus auch für unsere eigenen Leute bleiben können“, sagt Johannes Brandstätter. Allerdings eines der gehobenen Klasse. Und das wissen auch „seine“ Fuschler zu schätzen.

Der junge, engagierte Koch hält nichts von überschüssigem Firlefanz. Kreationen ja, aber was kunstvoll am Teller drapiert vorgesetzt wird, und



Gastgarten mit Weinlaube



Johannes Brandstätter

nicht, was übertriebenen Phantasien eines Speisekünstlers entschlüpft. „Es soll alles Hand und Fuß haben“, sagt er knapp und widmet sich dem Loup de Mer mit Karottentascherl. „Ich habe auch keine Berührungsängste mit fremden Speisen, auch wenn ich sehr auf Klassiker setze. Der Loup de Mer gehört ebenso auf meine Karte wie der Saibling, der Aal oder die Forelle aus dem Fuschlsee“.

Am Teller landet, was dem Genießer Freude bereitet. Die Karte ist bewusst nicht ausufernd und es darf auch einmal ein Schweinebraten sein. Dann natürlich vom feinsten Spanferkel. Und neben den erlesenen Speisen lohnt sich ein Blick auf die exzellent bestückte Weinkarte.



Fotos: „Brunnwirt“

Weitere Informationen:

Brunnwirt

Wolfgangseestraße 11

A-5330 Fuschl am See

Tel.: 0043/662/8236

Fax.: 0043/662/8236-13

e-mail: office@brunnwirt.at

<http://www.brunnwirt.at>



Neues aus Kur- und Heilbädern



Neues aus Kur- und Wellness Heilbädern Fitness/Health Gesundheit

Parlament rehabilitiert die alte „Kur“: Mehrausgaben von 20 Millionen Euro beschlossen

Viele Maßnahmen der Vergangenheit haben die Kur demontiert, doch quasi in letzter Minute vor der Sommerpause machte der Deutsche Bundestag eine zukunftsweisende Kehrtwende: Am 4. Juli 2002 wurde im Konsens mit der Mehrzahl der Fraktionen der Gesetzesentwurf zur Anhebung des Zuschusses zu ambulanten medizinischen Vorsorgeleistungen beschlossen.

Sogar weitgehende Änderungen, die der Deutsche Heilbäderverband und der Verband Deutscher Badeärzte in langen Diskussionen mit den Politikern eingefordert hatten, fanden die Zustimmung des Parlaments.

Die Änderungen im Überblick:

- Die Zuschusshöhe für Erwachsene steigt von bisher 8 Euro auf maximal 13 Euro
- Der Zuschuss für versicherte chronisch kranke Kinder wird von 16 Euro auf 21 Euro erhöht
- Die Begrenzung der Kurdauer für ambulante Vorsorgemaßnahmen auf drei Wochen entfällt, diese Frist gilt nur noch für stationäre Maßnahmen
- Kuranträge für ambulante medizinische Vorsorgeleistungen können bereits nach drei (bisher vier) Jahren erneut gestellt werden.

Damit ist Wesentliches der Rechtslage wieder erreicht, die bis 1996 Geltung hatte. Die wiedererweckten Fördermaßnahmen für die Bereitstellung von ambulanten Vorsorgemaßnahmen in Heilbädern und Kurorten werden rund 20 Millionen Euro kosten, die das Parlament gebilligt hat.

„Wir sind hocherfreut über diese Entwicklung“, so Prof. Dr. Manfred Steinbach, Präsident des Deutschen Heilbäderverbandes, „dass wir die

Politik davon überzeugen konnten, dass die Leistungen letztlich die Kosten in der Gesetzlichen Krankenversicherung senken können. Das Geld der Solidargemeinschaft ist hier also sehr gut angelegt.“

Die Erfolge von Kurmaßnahmen seien nicht nur den Badeärzten vertraut, die dies in ihrer täglichen Praxis erlebten, so Dr. Arno Wenemoser, stellv. Vorsitzende des Verbandes Deutscher Badeärzte: „In den letzten Jahren wurden einige wissenschaftliche Studien zum Effekt von Maßnahmen am Kurort in Auftrag gegeben und die Ergebnisse geben uns und nun auch den Politikern des Bundestages recht.“ Man werde daher umso genauer darauf achten, so Dr. Wenemoser, ob der Medizinische Dienst der Krankenkassen, wie bisher oft beobachtet, weiterhin Kuranträge mit fadenscheinigen Begründungen ablehne und so dem Wunsch des Parlaments zuwiderlaufe.

Die jetzige Entwicklung, der bereits die Bestätigung der Vollfinanzierung von Mutter-Kind-Kuren Ende Juni vorausgegangen war, sei zuerst einmal ein Anlass für Freude und auch für den Dank an die Politiker, so Prof. Steinbach: „Nach der Phase der Freude über die große Anerkennung, die unserer Arbeit mit diesen Beschlüssen zuerkannt wurde, müssen wir jetzt auch daran gehen, die von uns selbst gesetzten Qualitätsziele noch mehr durchzusetzen.“

Für Rückfragen:
DHV, Tel.: 0228 / 20120-30
<http://www.deutscher-heilbaedeverband.de>
Dr. Arno Wenemoser,
Verband Deutscher Badeärzte e.V.,
Tel.: 08531 / 98 13 57

Neues aus Kur- und Heilbädern *Wellness* Fitness/Health Gesundheit

Ausbildung zum Medizinischen Wellness-Trainer

Wellness - das Modewort der Zeit: ein bisschen Entspannung, ein paar Streicheleinheiten, sich mal eben verwöhnen lassen. Hierzulande verbindet man mit Wellness in erster Linie einen passiven Kurz-Event in einer schnelllebigsten Zeit – ein bisschen Wellness für die Mittagspause, nach einem Tennis-match, bestenfalls das berühmte Verwöhnwochenende. Dies alles typischerweise verbunden mit Fitness, Beauty und Fun: Wellness exklusiv für die Jugend, für Gesunde und Erfolgreiche.

Amerika geht da inzwischen ganz andere Wege. Universitäten und Gesundheitsorganisationen untersetzen den Begriff Wellness mit ambitionierten Inhalten. Wellness steht dort für ein stetes, aktives Streben nach nachhaltigem Wohlbefinden in körperlicher, geistiger und seelischer Hinsicht und nach Zufriedenheit im sozialen, kulturellen und beruflichen Umfeld. Ein ganzheitlicher Ansatz also – ein Ideal, und noch richtungsweisend, denn auch in Deutschland wird Wellness sich in Zukunft zunehmend an diesem Konzept orientieren!

Die Nachfrage nach Qualität und Service steigt, gerade in einem unregulierten Markt. Gebraucht werden Menschen, die den cross-over schaffen von der konsumfokussierten Wellness für Gesunde und zielorientierten Wellness für Menschen mit einem gesundheitlichen Anliegen, hochqualifizierte Fachleute mit Einfühlungsvermögen, Motivationsfähigkeit, Phantasie, die den Überblick behalten und die neuesten Trends einzuschätzen wis-

sen.

Das Forschungsinstitut für Balneologie und Kurortwissenschaft Bad Elster (FBK) ist eine nachgeordnete Einrichtung des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales. Als größtes Institut seiner Art in Europa befasst sich das FBK Bad Elster mit Forschung und Entwicklung sowie Beratung, Dienstleistungen und Qualitätsmanagement auf den Gebieten der Prävention, Rehabilitation und Naturheilkunde.

Der Kurs wird zweimal jährlich angeboten, Beginn ist jeweils im März und September. Über einen Zeitraum von 10 Monaten findet der Unterricht berufsbegleitend jeweils zweimal im Monat in der Regel von Donnerstag bis Samstag statt (Gesamtumfang: 400 Unterrichtsstunden).

Weitere Informationen:
DIE AKADEMIE am FBK Bad Elster,
Frau Busch, Lindenstr. 5,
08645 Bad Elster, Tel: 037437/55717

**TV-Gesundheitspapst
Hademar Bankhofer:**

Zum Relaxen und Fitness „tanken“ in Bad Füssing

Bad Füssing – Millionen Deutsche und Österreicher schätzen seinen Rat



Wellness

Neues aus Kur- und Wellness Heilbädern Fitness/Health Gesundheit



ditionelle Chinesische Medizin, am Nachmittag zum Baden in das legendäre Heilwasser in Deutschlands ausgedehntester Thermenlandschaft mit über 11.000 qm Wasserfläche. „Bad Füssing ist für mich ideal zum Entspannen, es liegt verkehrsgünstig an der Autobahn Passau-Linz und das Angebot an Wellness-Medizin ist exzellent“, sagt der in Deutschland und Österreich zur Zeit meistpublizier- te Gesundheitsexperte.

Bad Füssing hat seine Angebote für Wellness- und Gesundheitsurlauber in den letzten Jahren um immer neue Attraktionen erweitert: vom Thermalwasserfall bis zu asiatischen Entspannungsprogrammen, von Flaniermeilen im italienischen Piazza-Stil bis zum ganz neuen 18-Loch-Golfplatz speziell für Golfer mit Gelenkproblemen. Mit

Millionenaufwand entsteht derzeit in Bad Füssing ein „historisches Saunadorf“, ein Therapiezentrum gegen Wetterfühligkeit ist in Planung.

Bad Füssing will in Zukunft vor allem auf dem Gebiet der Komfort-Kuren deutschlandweit Maßstäbe setzen. Im Mittelpunkt auch dabei das legendäre Bad Füssinger Heilwasser mit seiner europaweit einmaligen Wirkstoffkombination und einer nach Ansicht vieler Mediziner und Gästen unübertroffenen Heilwirkung bei Gelenkproblemen, Rheuma und Verschleiß-Erscheinungen.

Weitere Informationen unter:
Bad Füssing, Tel.: 0941/3074114

und sein Fachwissen in Sachen Gesundheit: Professor Hademar Bankhofer ist derzeit wohl der populärste und beliebteste Gesundheitsexperte in TV, Radio, Zeitungen und Zeitschriften. Der Autor von mittlerweile 38 Gesundheits-Büchern erreicht mit seinen regelmäßigen Kolumnen in Zeitungen und Zeitschriften Woche für Woche ein Millionenpublikum. Professor Bankhofer steht ein „heißer Herbst bevor“: mit zahlreichen neuen Sendereihen unter anderem beim Südwest-Fernsehen oder Auftritten etwa in Bioleks Kochshow. Grund genug für den „Gesundheitspapst“ sich jetzt vom Studio- stress und Termindruck zu erholen: mit einem Wellness-Kurzurlaub in den legendären Thermen von Bad Füssing – Europas beliebtestem Kurort.

Am Vormittag zur Entspannungstherapie in das Deutsche Zentrum für Tra-



Buch – Tipps

Kulinarisch... Gewürze



Gewürze haben seit jeher im Leben des Menschen eine große Rolle gespielt. Manch ein Vermögen entstand im Gewürzhandel, oder ging durch ihn verloren. Selbst Kriege wurden um Gewürze geführt. Je internationaler unsere Küche wird, desto mehr steigen Bedarf und Bedeutung vor allem exotischer Gewürze. Das Büchlein "Gewürze - Gesundheit und Wohlbefinden!" von Michael Waldegg schildert die gesund-

heitliche Bedeutung des Würzens und macht auf die heilsamen Kräfte und Wirkungen der verschiedenen Gewürze aufmerksam. Man kann sich zwar damit nicht "gesund essen", wohl aber Schmackhaftes mit Nützlichem verbinden. Dabei hilft eine tabellarische Übersicht über die hauptächliche Verwendung eines Gewürzes in der Küche sowie seine Wirkung auf den Organismus.

Michael Waldegg
GEWÜRZE
Pinguin-Verlag
98 Seiten
Euro 15,24
ISBN 3-7016-2509-3



Kulinarisch... WEIN

Dieses umfassende Standardwerk ist Weinatlas, Nachschlagewerk und Einkaufsführer zugleich. Weinliebhaber oder die, die es noch werden möchten erfahren alles über Weinbau, Weinbereitung, Lagerung und Wein-genuss. Über 130 detaillierte Weinkarten mit allen bedeutenden Regionen und Spitzenlagen stellen die wichtigsten Anbauggebiete der Welt im Überblick dar. Die Empfehlungen zum Weinkauf bei Erzeugern, Domänen, Schlossgütern und Kellereien mit den Abbildungen der jeweiligen Etiketten ermöglichen darüber hinaus einen gezielten Einkauf für wahren Weingenuss.

Als einer der ersten Journalisten berichtete André Dominé über südfranzösische Weine und schnüffelt und kostet sich seither durch die Weinberge aller interessanten Weinländer. Die Fotografen Armin Faber und Thomas Pothmann aus Düsseldorf haben sich auf die Themen Still-, Food-, People- und Werbefotografie spezialisiert und bereits einen Fundus von mehr als 200000 Dias in ihrem Archiv.

Am 06. Mai 2002 wurde dem Buch in New York ein ganz besonderer Preis verliehen: Der James Beard Award - der Oscar unter den Buchauszeichnungen.

André Dominé (Hrsg.)
Wein
Könemann Verlag
923 Seiten
Euro 29,95
ISBN 3-8290-2765-6

Spannung...

Der Richter

Eigentlich hat Ray Atlee, Juraprofessor an der University of Virginia, mit seiner Vergangenheit in Clanton, Mississippi, längst abgeschlossen. Ray versucht gerade seine überstürzte Scheidung zu verarbeiten, als die Erinnerung an Clanton auf einmal wiedererweckt wird: mit einer Vorladung - einer Vorladung zu seinem Vater. Auf Datum und Uhrzeit genau hat der Vater, allen noch immer als „Richter Atlee“ bekannt, seine Söhne geladen, um mit ihnen sein Erbe zu regeln. Nun aber findet Ray seinen Vater tot auf, als er pünktlich zum Termin eintrifft. Rays schlimmste Befürchtungen, dass sein Vater keines natürlichen Todes gestorben ist, werden wahr, als er in dessen Büro-schränken drei Millionen Dol-



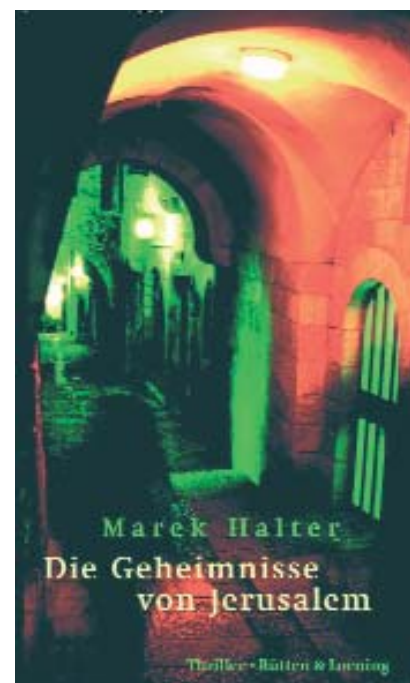
lar entdeckt. Er kommt nach und nach hinter ein furchtbares Geheimnis, das außer ihm offensichtlich auch noch jemand anderer kennt...

John Grisham
Der Richter
Heyne-Verlag
414 Seiten
Euro 24,-
ISBN 3-453-21506-0

Abenteuer...

Die Geheimnisse von Jerusalem

In Little Odessa, dem russischen Viertel von New York, wird auf offener Straße der Student Aaron Adjashlivi erschossen. Seinem Freund Tom Hopkins, Journalist bei der "New York Times", hinterläßt Aaron einen Text auf Diskette, aus dem hervorgeht, daß er einem weit über zweitausendjährigen Geheimnis auf der Spur war, das an den Ufern des Toten Meeres seine Auflösung finden könnte. Doch was wie eine klassische Schatzsuche beginnt, entwickelt sich zu einer Verfolgungsjagd mit brisanterem politischem Hintergrund.



Marek Halter
Die Geheimnisse von Jerusalem
Rütten & Loening
485 Seiten
Euro 22,50
ISBN 3-352-00587-7



Der neue „Brockhaus Recht“ hilft dem juristischen Laien seine Ansprüche zu erkennen und zu verstehen

Wann müssen Eltern wegen Verletzung ihrer Aufsichtspflicht haften? In welchem Umfang kann man aufgrund eines Mangels die Miete mindern? Welche Rechte und Pflichten ergeben sich aus einer eheähnlichen Lebensgemeinschaft? Was bedeutet Ehegattensplitting?

Ob als Verbraucher, als Staatsbürger oder als Person – Rechtsfragen begegnen uns allerorten. Der neue

Brockhaus richtet sich an Menschen, die in vielfältigen Situationen des beruflichen und privaten Lebens auf Rechtsfragen stoßen, ohne durch entsprechende Vorbildung sogleich die passenden Antworten parat zu haben. Dabei legt der Band den Schwerpunkt auf die Fragen, die für den Benutzer von besonderer praktischer Bedeutung sind, wie das Arbeitsrecht, Sozialrecht, Steuerrecht, Familienrecht und Verbraucherrecht.

Brockhaus. Recht
Das Recht verstehen,
seine Rechte kennen
Brockhaus-Verlag
ca. 848 Seiten
Euro 49,95
ISBN 3-7653-0561-8

Spannung...

Bis zum Beweis der Unschuld

Was braucht ein erfolgloser Anwalt, der sich mit Dieben und Drogendealern begnügen muß? Einen Fall, der in die Schlagzeilen kommt! Bald erscheint die schöne Ashley Bronson in seinem Büro. Sie wird beschuldigt, das frühere Kabinettsmitglied Raymond Garvey ermordet zu haben. Sie will ihn als Verteidiger engagieren. Leider hat die Sache einen Haken: Ashley gesteht Frank, den Mord begangen zu haben. Doch der nimmt die Herausforderung an und gerät auf der Suche nach der richtigen Strategie mitten in den politischen Morast. Und daß Anwalt und Klientin sich heftig ineinander verlieben, macht die Sache auch nicht einfacher. Bis zum Beweis der Unschuld muß Frank einen langen, moralisch schwierigen Weg gehen.



Stephen Horn
Bis zum Beweis der Unschuld
dtv premium
460 Seiten
Euro 14,50
ISBN: 3423243104

Krimi...

Das rote Zimmer



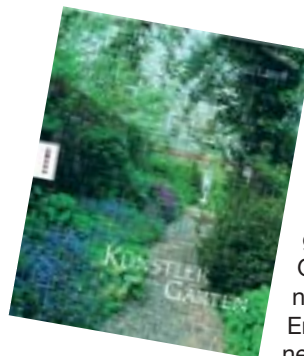
Ist Kit Quinn ein hoffnungsloser Fall? Der hoffnungslose Fall eines Gutmenschen? Da wird die junge Londoner Psychiaterin, die sich voller Idealismus der allergrößten Verlierer unserer Wohlstandsgesellschaft annimmt, von einem solchen Ausgestoßenen tödlich angegriffen und für immer entstellt, und dann willigt sie ein, mit eben diesem offensichtlich geistesgestörten Täter erneut zu arbeiten? Ein junges Mädchen wurde tot an einem abgelegenen Kanal gefunden. Ihre Leiche ist

übel zugerichtet. Die Polizei hat einen Verdächtigen. Es ist jener Mann, der Kit angriff: Michael Doll, verwahrlost, vorbestraft, auffällig, eben ein Perverser, wie es Inspector Furth selbstgefällig formuliert. Für den leitenden Ermittler Inspektor Oban ist die Angelegenheit klar und die Überführung des Täters eher Formsache. Die erfahrene Therapeutin soll das letzte Indiz in der Beweiskette beibringen.

Nicci French
Das rote Zimmer
C.Bertelsmann
Euro 22,90
ISBN 3-570-00589-5

Natur pur ...

Künstler und ihre Gärten



Die Seerosenbilder von Claude Monet gehören zum Eindrucksvollsten, was die Malerei hervorgebracht hat. Sie entstanden in Giverny, wo der Maler inmitten seines Wassergartens lebte. Auch für Emil Nolde stellte sein Garten keinen bloßen Rückzugsort dar – er inspirierte ihn zu seinen leuchtenden Blumenquarellen. Gärten sind mehr als eine Inspirationsquelle für Künstler, denn die Natur fordert zur Gestaltung geradezu heraus. Die künstlerische Lust am Spiel mit der Perspektive der Wirkung von Farbe, Licht und Schatten lässt höchst phantasievolle und verführerische, gelegentlich auch sehr eigenwillige Gartenanlagen entstehen. Zwanzig besonders reizvolle und in hohem Maße unterschiedliche Gärten berühmter Künstler hat Bill Laws für uns besucht und in eindrucksvollen Fotografien festgehalten.

Bill Laws
KÜNSTLER UND IHRE GÄRTEN
Knesebeck Verlag
200 Seiten
Euro 49,90
ISBN 3-89660-050-8

Golfen

mit **Gour-med** Lesern

Herbstidylle auf dem Sonnenplateau...

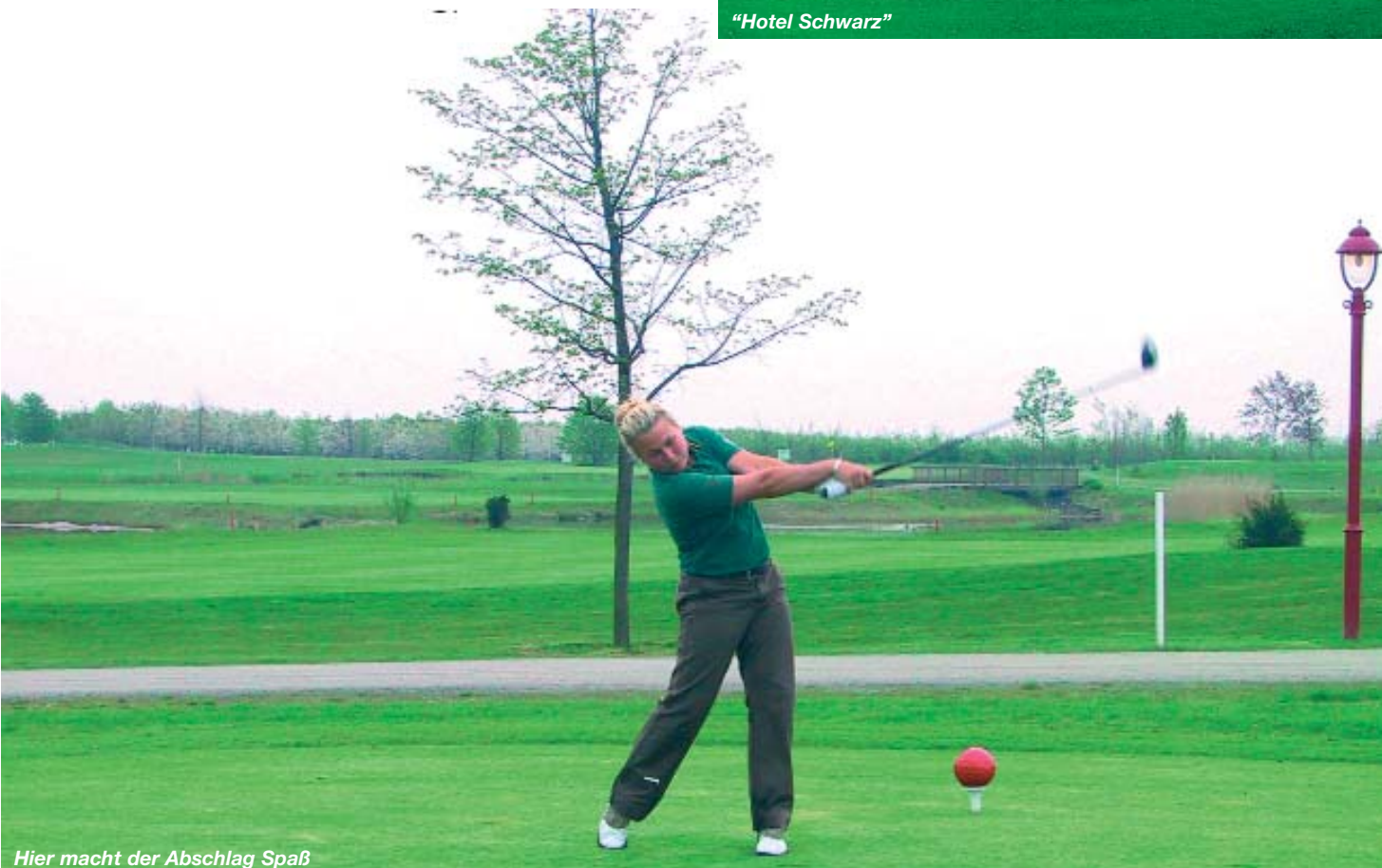
Eine spannende Golfwoche vom 30. September bis 04. Oktober dieses Jahres veranstaltet das "Wellnessresort Hotel Schwarz".

Am 02. Oktober findet das **GOUR-med** - Golf-Turnier statt, zu dem wir Sie ganz herzlich einladen.

Alles über die Turnierausschreibung erfahren Sie direkt unter dem Stichwort "Gour-med - Golf" im:

Wellnessresort Hotel Schwarz

Familie Pirkl
A - 6414 Mieming / Österreich
Tel.: 00 43 5264-52 12 0
Fax.: 00 43 5264-52 12 1
<http://www.schwarz.at>



LifeStyle Gour-med

Das besondere Grillen auf dem „Teppan Yaki“

Ein neues Produkt von der Möbel Designerin Lizzi Heinen

Japanisches Grillen erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Ein eigens dafür konzipierter Servierwagen bietet flexibles Grillen für draußen und drinnen. Auf der flachen Grillfläche lassen sich die feinsten Speisen zaubern. Ob Fleisch, Fisch, Gemüse oder einen „Strammen Max“ – sogar Crepes oder flambiertes Obst. Mit viel Fantasie wird die Zubereitung zu einem äußerst kulinarischem Grillgenuß. In der Bedienung einfach, praktisch, gut – und all das gewürzt mit einer Prise Exklusivität und Eleganz.

Das Grillen mit dem „Teppan Yaki“ ist nicht nur schnell und einfach, sondern bietet viele Vorteile:

- genaue Temperaturregelung auf zwei Heizzonen
- äußerst geringer Fettbedarf
- kein zusätzliches Kochgeschirr
- gute Geschmacksausbildung
- wertstoffhaltend
- sehr gut für Diät- und Vollwertküche
- geringer Energiebedarf
- keine Überhitzung
- auch das Kochen mit Töpfen ist sehr gut möglich
- einfache Reinigung



Technische Daten:

67,3 cm lang, 58,5 cm tief,
7,5 cm hoch, Gewicht: 27 kg,
Garfläche 41 x 48 cm
Beheizung: 3200 W (Absicherung 16 A), Schuko-
steckdose, Spannung 220 – 240 V, Heizkörper-
spannung 230 V, Verbrauch: ca. 0,8 kw bei 200
Grad im Leerlauf

T.B.

Weitere Informationen:

L. Heinen Design
45731 Waltrop
Tel.: 0 23 09 / 7 68 90
Fax: 0 23 09 / 7 39 26
Mobil: 0172 / 9 19 82 22
<http://www.lizzi-heinen.de>
E-Mail: heinenwal@aol.com

ALS BONBON FÜR UNSERE LESER: UNTER DEM STICHWORT GOUR-MED ERHALTEN SIE
BEIM KAUF EINEN RABATT VON 10%. EIN RECHTSANSPRUCH BESTEHT NICHT.

Küchenleiste aus Palisander

Maison la Cornue

Kochen wird zu einem ganz besonderen Genuss, verfügt man bei der Zubereitung über Werkzeuge und Utensilien, die in ihrer Form und Anwendung der Vielfalt der Speisen in nichts nachstehen. Ein Geheimnis dabei ist es, Unentbehrliches, Nützliches und Angenehmes mit Schönheit zu verbinden. Hier hat der Designer Jean Francois Piron eine Reihe besonders ästhetischer Utensilien nach ergonomischen Gesichtspunkten kreiert. Die Verwendung edelster Materialien wie Palisanderholz, Messing, versilbertes Kupfer oder Gusseisen gewährleisten sowohl eine lange Lebensdauer als auch hohen Bedienkomfort. Alle Teile sind einzeln erhältlich – die vielfältige, wertvolle Kollektion weckt Ihre Sammel-

leidenschaft.

Fangen Sie doch an mit einer Küchenleiste aus Palisander. An der Unterseite besitzt sie eine Schiene für abnehmbare Messinghaken. Die Wandbefestigung erfolgt über unsichtbare Steckschrauben. Die Leiste ist verfügbar in zwei Längen: 100 cm mit 15 Haken, 50 cm mit 7 Haken. Zusätzliche Haken sind paarweise erhältlich.

Zubehör von links nach rechts: Küchengarnroller, Holzlöffel, Lederbecher für Utensilien, Parmesanmesser,



Gemüsemesser, Tomatenmesser,
Wurstmesser, Schneidbrett für Kräuter
und Gewürze.

T.B.

Bezugsquelle: ATELIERS LA CORNUÉ
Verkaufsbüro Deutschland
Hardstr. 3, 76530 Bade Baden
Tel. 07221-94 91 94

Mediterran genießen



Mediterranes Essen und eine südländische, gelassene Lebensweise gelten als besonders gesund und krankheitsvorbeugend. Die Bevölkerung der Mittelmeerländer leidet seltener als die Mitteleuropäer an Übergewicht und Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmten Formen von Krebs.

Eine 7-Länder-Studie zeigte erstmals nicht nur die unterschiedlichen Ernährungsweisen in verschiedenen Ländern während der 50-er Jahre, sondern auch die abweichende Häufigkeit von Koronaren Herzerkrankungen:

In Nordeuropa und in den USA starben relativ zur Einwohnerzahl rund drei Mal mehr Menschen an Herzinfarkt als in den Mittelmeerländern. Bis heute haben viele Studien nachgewiesen, dass die mediterrane Ernährung das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebserkrankungen senkt.

Mediterrane Ernährung: Was ist das?

Schauen wir uns die Menschen auf Kreta an? Oder die Spanier? Oder die Südfranzosen mit regelmäßigem 5-Gänge-Menue spät am Abend? Trotz aller Unterschiede finden sich auch einige Gemeinsamkeiten, wenn man die Ernährungsweise in den Mittelmeerländern vergleicht. Typisch sind eine Fülle von frischen pflanzlichen Lebensmitteln, heimische Pflanzenöle als Hauptfettquelle, regelmäßig Fleisch, Fisch und Milchprodukte sowie Wein als Tischgetränk. Dazu kommen Genuss und Ruhe beim Essen, dolce vita und laissez-faire sowie regelmäßige körperliche Bewegung.

Nach Kreta fliegen der gesunden Ernährung wegen?

Das muss nicht sein. Eine mediterrane Ernährungsweise lässt sich, weitab vom Mittelmeer, auch in der deutschen Küche umsetzen. Das vielfältige Angebot heimischer Lebensmittel bietet – ernährungswissenschaftlich betrachtet – alles, was an gesunden Nährstoffen dazugehört. Und um die gesunde Lebensweise können wir uns selbst kümmern *Deutsch essen – mediterran genießen* ist ein gesunder und genussvoller Lebensstil, mit dem man auch hierzulande alle gesundheitsfördernden Facetten des Essens und Trinkens nutzen kann.



ERNÄHRUNGSMEDIZIN AKTUELL

Vielfalt sichert umfassende Nährstoffzufuhr

Pflanzliche Lebensmittel sind die Basis der mediterranen Ernährung. Im Vergleich zu den Völkern am Mittelmeer essen wir noch zu wenig davon. Dabei steht uns auch hierzulande rund um das Jahr eine große Vielfalt pflanzlicher Lebensmittel zur Verfügung: Brot und Getreideprodukte, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Gemüse, Obst, Nüsse und Samen. Wenn sie den Hauptteil unserer täglichen Ernährung bilden, ist eine optimale Versorgung mit den meisten wichtigen Mikronährstoffen wie sekundären Pflanzenstoffen, Antioxidanzien, Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Ballaststoffen gesichert.



Frische durch heimische und saisonale Lebensmittel

Frische ist ein Qualitätsmerkmal – nicht nur beim Einkauf, auch bei der Zubereitung. Darauf wird in den mediterranen Ländern wie auch bei uns großer Wert gelegt. Heimisches Obst und Gemüse kann reif geerntet werden, weil die Transportwege bis zum Verbraucher kurz sind. Es enthält somit die ganze Fülle an Vitaminen und bioaktiven Substanzen. Zudem sind saisonale Lebensmittel oft preisgünstiger, rückstandsärmer und entsprechen eher dem aktuellen Nährstoffbedarf des Körpers. Ein Blick auf den Saisonkalender von Gemüse und Obst zeigt, wie vielfältig die Auswahl in Deutschland über das ganze Jahr ist. Bereichert wird die Speisekarte durch manches schon fast in Vergessenheit geratene heimische Lebensmittel. Kürbis- und Steckrübengerichte im Herbst, Bärlauchpesto im Frühjahr erleben derzeit eine Renaissance.



5 am Tag

Es gibt keinen Zweifel mehr daran: Ein großes Quantum Obst und Gemüse in der täglichen Ernährung senkt das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und einigen Krebsarten drastisch. Das wurde durch eine Fülle großer wissenschaftlicher Studien belegt. Von den mediterranen Ländern können wir in puncto Genuss von Gemüse und Obst noch einiges lernen.

Um die Vorteile aller Gemüse und Salate optimal zu nutzen, ist Abwechslung angesagt. Mit drei Portionen Gemüse pro Tag sind Sie dabei – ob frisch, als Tiefkühlprodukt, als Sauerkonserve, als Saft oder in Öl eingelegt, ob Kohlgemüse, Salate oder Sommergemüse: Abwechslung in Zubereitung und Auswahl sorgen für ein günstiges Zusammenspiel der schützenden sekundären Pflanzenstoffe, die in den Gemüsesorten unterschiedlich verteilt sind. Heimische Gemüse stehen darin im Vergleich zum mediterranen Angebot nicht zurück.

Auch für Obst gilt: mindestens zwei Portionen sollten es täglich sein. Frische Früchte sind das ideale Dessert, eine leichte Zwischenmahlzeit und auch eine gute Stärkung vor dem Sport.



Der Brotkorb fehlt auf keinem Tisch

Beilagen

Beilagen stehen in den Mittelmeerländern hoch im Kurs. Egal ob Pasta, Kartoffeln oder Hülsenfrüchte: Beilagen gibt es zu jeder Mahlzeit, oft mehrere gleichzeitig. Und Brot wird sowieso zu allem gereicht. Warum stellen wir nicht auch den Brotkorb zu jeder Mahlzeit auf den Tisch? Beilagen haben zu Unrecht den Ruf als Dickmacher. Sie reihen sich optimal in die Liste der Nährstofflieferanten ein und sind die sättigende Grundlage vieler schmackhafter Gerichte.

Pflanzliche Öle:

Ein wichtiger Beitrag zur mediterranen Ernährung

Pflanzliche Öle sind ein weiteres typisches Merkmal der mediterranen Ernährung. Dabei kommt es besonders auf das Fettsäuremuster an. Die so genannten einfach ungesättigten Fettsäuren und die Omega-3-Fettsäuren gelten als besonders gesund. In der mediterranen Ernährung ist ihre Zufuhr durch einen hohen Verzehr an Olivenöl sowie Fisch/Meeresfrüchten gewährleistet.

Wie sind die heimischen Pflanzenöle zu beurteilen? Am besten sind solche Öle geeignet, die wie das Olivenöl reich an einfach ungesättigten Fettsäuren und Omega-3-Fettsäuren sind. Hier bietet sich vor allem das Rapsöl an, das bzgl. seiner Zusammensetzung sogar noch besser abschneidet als Olivenöl.

	einfach ungesättigte Fettsäuren*	Omega-3-Fettsäuren*	Omega-6:Omega-3
Rapsöl	55 g	9,3 g	2
Walnussöl	16 g	7,0 g	5
Sonnenblumenöl	22 g	0,3 g	63
Olivenöl	70 g	0,6 g	10

*Gehalt pro 100g

Alle Pflanzenöle enthalten auch die so genannten Omega-6-Fettsäuren, die als weniger günstig für die Gesundheit eingestuft werden. Wichtig bei der Beurteilung von Ölen ist deswegen auch das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren. Es gilt: je kleiner die Zahl, desto günstiger das Öl. Auch hier werden die Vorzüge des Rapsöls wieder deutlich! Und: Rapsöl passt zu allen Gerichten.

Milchprodukte gehören dazu

Joghurt und Käse sind die typischen Milchprodukte der mediterranen Ernährung. Der Grund: Im südlichen warmen Klima zeichnen sich diese Lebensmittel durch längere Haltbarkeit aus. Grundsätzlich sind aber alle Milchvarianten, ob als Milch, Sauer Milch, Molke, Käse, Joghurt oder Quark, geeignet, einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung zu leisten. Hochwertiges Eiweiß, Vitamine, Mineralstoffe und auch so genannte bioaktive Peptide – in Milchprodukten steckt Power.



ERNÄHRUNGSMEDIZIN AKTUELL

Fleisch - Genuss und Nährstofflieferant

Auch Fleisch und Geflügel gehören wie Fisch selbstverständlich zur mediterranen Ernährung dazu. Sie bringen nicht nur schmackhafte Vielfalt auf den Speiseplan, sondern sind auch als Nährstofflieferanten für eine ausgewogene Ernährung von großer Bedeutung. Neben hochwertigem Eiweiß liefern Fleisch und Geflügel auch Mineralstoffe wie Eisen und Zink sowie wichtige Vitamine.

Alle Sinne essen mit

Die mediterrane Ernährung ist in der Bevölkerung fest verankert. Sie ist traditionell gewachsen und Teil des Lebensstils.

Genussvolle, ausgedehnte Mahlzeiten - meist in Gesellschaft oder mit der Familie - mehrere Gänge oder eine Vielfalt an Speisen und Spaß am Essen ohne schlechtes Gewissen prägen den mediterranen Essensstil.

Vielfalt bei den Zutaten

Griechische Gerichte enthalten meist bis zu 20 Zutaten. Deutsche Speisen sind dagegen oft sehr karg. Das lässt sich leicht ändern. Schnell und ohne Aufwand kann man auch einfache Gerichte aufpeppen: Tomaten-Rührei mit Schnittlauch ist bunter und schmeckt leckerer als Rührei allein.

Vielfalt durch mehrere Gänge: Eine Platte mit frischem Gemüse vorab, ein Brotkorb dazu, eine Obstschale auf den Tisch, für die Erwachsenen ein Gläschen Wein – schon wird aus einem Gericht ein Menue. Da kommt es wie von selbst, dass man auch langsamer, bewusster und mit mehr Genuss isst.

Apropos Zeit: Unsere Arbeitszeiten lassen ausgedehnte Mahlzeiten nicht immer zu. Aber vielleicht kann der eine oder andere Freizeitstress immer öfter in Essgenuss verwandelt werden: ein Einkaufsbummel nur für Lebensmittel, Kochen als Familien-Event und nach dem Essen einfach mal die Seele baumeln lassen. Auch das ist *deutsch essen – mediterran genießen*.



Basis
Spaß

heit Kreativität

Text und Fotos: CMA

4. TEIL: MEDITERRANE ERNÄHRUNG UND IHRE BEDEUTUNG FÜR PRÄVENTION UND THERAPIE ERNÄHRUNGSBEDINGTER KRANKHEITEN

Mediterrane Kost in Prävention und Therapie

Die traditionelle Ernährungsweise hat in den Mittelmeerländern unbestritten zu den dort niedrigen Raten ernährungsabhängiger Erkrankungen beigetragen und gilt als evidenz-basiertes Beispiel einer zu deren Prävention und vielfach auch Therapie empfehlenswerten Ernährung. (Tab. 3). Insbesondere belegt eine Fülle von Daten die protektiven Wirkungen auf kardiovaskuläre Risikofaktoren und KHK, es gibt jedoch auch deutliche Hinweise auf Schutzeffekte bei Krebserkrankungen. Bei den meisten Erkrankungen ist für die protektive Wirkung nicht so sehr ein einzelner der genannten Nährstoffvorteile verantwortlich, sondern es ist die Gesamtkost mit additiven Effekten verschiedener Vorteile, die die mediterrane Kost zu einer so gesunden Ernährungsweise macht.

Hyperlipidämie

Im Hinblick auf Prävention und Therapie der Hyperlipidämie, insbesondere der Hypercholesterinämie, ist der geringe Gehalt an gesättigten und der hohe Anteil an Monoensäuren in der mediterranen Kost von herausragender Bedeutung. Sie erfüllt aber auch hinsichtlich ihrer Gesamtnährstoffzusammensetzung alle Anforderungen, die gemäß internationaler Empfehlungen an eine lipidsenkende Kost zu stellen sind.

Hypertonie

Epidemiologische Studien zeigen eine positive Korrelation zwischen der Höhe der Kochsalzufuhr und der Häufigkeit an Bluthochdruck in der Bevölkerung (12,20). Der relativ geringe Salzgehalt der mediterranen Ernährungsweise ist aber lediglich ein Faktor, der zu den niedrigen Hypertonieraten in den Mittelmeerländern beiträgt. Vielmehr wirkt auch hier die mediterrane Kost in ihrer

Gesamtheit mit ihrer Kombination verschiedener günstiger Faktoren wie hohem Kalium-, Magnesium-, Kohlenhydrat- und Ballaststoffgehalt, niedriger SAFA-, hohe MUFA-Aufnahme präventiv, auch wenn die Auswirkungen des einzelnen Nährstoffes wahrscheinlich nur gering sind (2,21,22).

Diabetes

Obgleich aufgrund mangelnder Daten ein direkter Nachweis fehlt, dass die mediterrane Ernährungsweise vor der Entwicklung eines Diabetes mellitus, speziell des Typ 2 Diabetes, schützt, gibt es durch Vergleiche zwischen verschiedenen Kulturen und Studien über Vegetarier eindeutige Belege dafür, dass einige der wichtigsten Bestandteile der mediterranen Küche, nämlich der hohe Anteil an komplexen Kohlenhydraten und Ballaststoffen und die niedrige Aufnahme an SAFA das Diabetes-Risiko vermindern (23,24). Durch ihre im Vergleich zu westlichen Kostformen niedrige Energiedichte erleichtert sie zudem die wichtigste Maßnahme zur Prävention des Diabetes, nämlich die Vermeidung bzw. den Abbau von Übergewicht.

Auch bei der Therapie des Diabetes Typ 2 ist das wichtigste Element bei den größtenteils übergewichtigen Patienten die Gewichtsreduktion, in Verbindung mit einer gesteigerten körperlichen Aktivität (25,26). Darüber hinaus ist in Anbetracht des hohen kardiovaskulären Risikos bei Diabetikern und der häufig assoziierten Dyslipidämie die Reduktion der gesättigten Fettsäuren die vordringliche diätetische Maßnahme (24). Empfohlen wird zur Verbesserung der Blutglucose und des Serumlipidprofils ein hoher Anteil an Monoensäuren (bis 15% der Energie) in Verbindung mit einer Kost, die reich an komplexen Kohlenhydraten und Ballaststoffen ist (8,25,26). Diese Anforderungen lassen sich mit der beschriebenen

mediterranen Ernährungsweise erfüllen.

Koronare Herzkrankheit

Die erste Studie, die einen überzeugenden Nachweis für einen positiven Zusammenhang zwischen einer Kost mit wenig tierischen Lebensmitteln, niedrigem SAFA-Gehalt, niedrigen Durchschnittscholesterinwerten einerseits und den Mortalitätsraten an koronarer Herzkrankheit andererseits lieferte, war die in den 60er Jahren initiierte prospektive 7-Länder-Studie (Abb. 2) (27). Sie zeigte zudem eine negative Korrelation zwischen dem MUFA/SAFA-Verhältnis der Kost und den KHK-Raten. In der Folge dokumentierten zahlreiche prospektive und Interventionsstudien die kardioprotektiven Wirkungen der mediterranen Ernährungsweise bzw. von Kostformen, die deren wichtigste Charakteristika aufweisen (14,15,28,29). Dabei wurden vorrangig indirekte Wirkungen festgestellt, d.h. die Risikofaktoren wurden positiv beeinflusst.

Neue Befunde zeigen neben diesen indirekten protektiven Wirkungen auch direkte Schutzeffekte der Mittelmeerkost bei arteriosklerotischen und thrombotischen Prozessen, insbesondere durch ihre antioxidativen Eigenschaften. Die reichlich enthaltenen Antioxidantien (Vitamin C, Vitamin E; beta-Carotin, Flavonoide und andere sekundäre Pflanzenstoffe) tragen zur Prävention pro-atherogener oxidativer Prozesse wie der genannten LDL-Oxidation bei (30) und wirken auf diese Weise kardioprotektiv. So wurde beispielsweise in der 7-Länder-Studie auch eine negative Korrelation zwischen der Aufnahme an Flavonoiden und der KHK-Mortalität nachgewiesen (31). Diese Befunde erklären - zumindest teilweise - die bei der 7-Länder-Studie beobachteten sehr niedrigen KHK-Raten auf Kreta, die im Vergleich

zu den übrigen Kohorten der südeuropäischen Länder mit Abstand am niedrigsten waren, wobei sich das klassische Risikofaktorenprofil, insbesondere die Serumcholesterinwerte, nicht bedeutsam unterschieden. Kreta zeichnete sich aber auch vor den anderen Mittelmeerländern durch seinen besonders reichlichen Verzehr an Obst und Gemüse sowie Olivenöl aus, was zu einer sehr hohen Aufnahme an Antioxidantien führte.

Weiterhin sind auch die antithrombotischen und antiinflammatorischen Eigenschaften der in der mediterranen Kost enthaltenen Omega-3-Fettsäuren als kardioprotektiv zu werten, ebenso wie ihr hoher Folsäuregehalt, der einem Anstieg der Serumhomocysteinwerte vorbeugt (2,32).

Krebserkrankungen

Nach vorliegenden Daten könnte rund ein Drittel aller Krebserkrankungen durch eine gesunde Ernährung vermieden werden (33,34). Kontrollierte Interventionsstudien, die eindeutige positive oder negative Effekte für einzelne Lebensmittel oder Nährstoffe nachgewiesen hätten, liegen jedoch bislang nicht vor. Vieles spricht dafür, dass sich die mit einzelnen Nahrungsbestandteilen assoziierten Effekte addieren und somit das Krebsrisiko durch das gesamte Ernährungsmuster, d.h. Lebensmittelmenge, -auswahl und -zubereitung bestimmt wird (33,34). Gegenwärtig werden von internationalen Gremien dementsprechend lediglich allgemeine Empfehlungen zur Krebsprävention ausgesprochen (35):

- Übergewicht vermeiden;
- überwiegend pflanzliche Kost, zusammengesetzt aus Gemüse und Obst, Hülsenfrüchten und nur wenig verarbeiteten stärkehaltigen Lebensmitteln (Vollkorngetreide, Kartoffeln);
- Einschränkung des Verzehrs fetthaltiger Lebensmittel, insbesondere solcher tierischen Ursprungs;
- Bevorzugung pflanzlicher Öle.

Auch in dieser Hinsicht erfüllt die mediterrane Kost somit die geforderten Ansprüche.

Text: Prof. Dr. Ursel Wahrburg lehrt Oecotrophologie an der Fachhochschule Münster.

Literatur

1. Willet WC, et al. Mediterranean diet pyramid: a cultural model for healthy eating. *Am J Clin Nutr* 1995; 61:1402S-1406S.
2. Spiller GA, ed. The Mediterranean diet in health and disease. New York: AVI, Van Nostrand Reinhold; 1991.
3. Grundy SM, Denke MA. Dietary influences on serum lipids and lipoproteins. *J Lipid Res* 1990; 31:1149-1172.
4. Mensink RP, Katan MB. Effect of dietary fatty acids on serum lipids and lipoproteins: a meta-analysis. *Arteriosclerosis Thromb* 1992; 12:911-919.
5. Spady DK, Woollett LA, Dietsch JM. Regulation of plasma LDL-cholesterol levels by dietary cholesterol and fatty acids. *Ann Rev Nutr* 1993; 13:355-381.
6. Kris-Etherton PM, Yu S. Individual fatty acid effects on plasma lipids and lipoproteins: human studies. *Am J Clin Nutr* 1997; 5:1628-1644.
7. DGE, ÖGE, SGE, SVE: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 1. Auflage. Frankfurt: Umschau; 2000.
8. International Task Force for Prevention of Coronary Heart Disease. Coronary heart disease: reducing the risk. Scientific background for primary and secondary prevention of coronary heart disease. A worldwide view. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 1998; 8:205-271.
9. Mensink RP, Katan MB. Trans monounsaturated fatty acids in nutrition and their impact on serum lipoprotein levels in man. *Prog Lipid Res* 1993; 32:11-122.
10. Wahrburg U, Assmann G. Fettstoffwechselstörungen, Herz und Kreislauf. In: Biesalski HK, et al., Hrsg. Ernährungsmedizin. 2. Auflage Stuttgart: Thieme; 1999.
11. Wahrburg U, Assmann G. Cholesterin. Wozu wir es brauchen und wann es krank macht. München: C.H. Beck; 1999.
12. Stamler J. The INTERSALT study: background, methods, findings, and implications. *Am J Clin Nutr* 1997; 65:626-642.
13. Luft FC, Weinberger MH. Heterogeneous responses to changes in dietary salt intake: the salt sensitivity paradigm. *Am J Clin Nutr* 1997; 65:612S-617S.
14. Denke M. Cholesterol-lowering diets. A review of evidence. *Arch Intern Med* 1995; 155:17-26.
15. Dwyer J. Overview: dietary approaches for reducing cardiovascular risk. *J Nutr* 1995; 125:656-665.
16. Gardner CD, Kraemer HC. Monounsaturated versus polyunsaturated dietary fat and serum lipids: a meta-analysis. *Arterio-scler Throm Vasc Biol* 1995; 15:1917-1927.
17. Reaven P. The role of dietary fat in LDL oxidation and atherosclerosis. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 1996; 6:57-64.
18. Reaven P, Witztum JL. Oxidized low density lipoproteins in atherogenesis: role of dietary modification. *Ann Rev Nutr* 1996; 16:51-71.
19. Watzl B, Leitzmann C. Bioaktive Substanzen in Lebensmitteln. Stuttgart: Hippokrates; 1999.
20. Ascherio A, et al. A prospective study of nutritional factors and hypertension among US men. *Circulation* 1992; 86:1475-1484.
21. Espino-Montoro A, et al. Monounsaturated fatty acid enriched diets lower plasma insulin levels and blood pressure in healthy young men. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 1996; 6:147-154.
22. Strazullo P, et al. Changing the Mediterranean diet: effects on blood pressure. *J Hypertension* 1986; 4:407-412.
23. Garg A. High-monounsaturated-fat diets for patients with diabetes mellitus: a meta-analysis. *Am J Clin Nutr* 1998; 67:577S-582S.
24. Vessby B. Nutrition, lipids and diabetes mellitus. *Curr Opin Lipidol* 1995; 6:3-7.
25. American Diabetes Association. Position statement: nutrition recommendations and principles for people with diabetes mellitus. *Diabetes Care* 1994; 17:519-522.
26. Diabetes and Nutrition Group of the European Association for the Study of Diabetes. Statement 1995. Recommendations for the nutritional management of patients with diabetes mellitus. *Diab Nutr Metab* 1995; 8:186-189.
27. Keys A, et al. The diet and 15-year death rate in the Seven Countries Study. *Am J Epidemiol* 1986; 124:903-915.
28. Levine GN, Keaney JF, Vita JA. Cholesterol reduction in cardiovascular disease: clinical benefits and possible mechanisms. *N Engl J Med* 1995; 332:512-521.
29. Renaud S, et al. Cretan Mediterranean diet for the prevention of coronary heart disease. *Am J Clin Nutr* 1995; 61:1360S-1367S.
30. Jha P, et al. The antioxidant vitamins and cardiovascular disease. *Ann Intern Med* 1995; 123:860-872.
31. Hertog MGL, et al. Flavonoid intake and long-term risk of coronary heart disease and cancer in the Seven Countries Study. *Arch Intern Med* 1995; 155:381-386.
32. Ferro-Luzzi A, Cialfa C, Leclercq C, Toti E. The Mediterranean diet revisited. Focus on fruit and vegetables. *Int J Food Sci Nutr* 1994; 45:291-300.
33. Hill MJ. Diet and cancer. a review of scientific evidence. *Europ J Cancer Prev* 1995; 4:3-42.
34. Hill MJ, Giacosa A, Caygill CPJ, eds. Epidemiology of diet and cancer. Chichester: Ellis Horwood; 1994.
35. World Cancer Research Fund, American Institute for Cancer Research. Food, nutrition and the prevention of cancer: a global perspective. London: 1997.



MEDIZIN NEWS

Medikamentöse Therapie mit Reductil® in der Praxis

Grundlage dieser Ausführungen sind die Erfahrungen mit der medikamentösen Therapie mit Reductil® während der Gruppenkurse zur Gewichtsreduktion.

Das grundsätzliche Ziel jeder Adipositas-therapie ist eine Gewichtsreduktion und damit eine Steigerung der Lebensqualität. Wissenschaftliche Erkenntnisse über die chronische Krankheit Adipositas werden in spielerischer Weise und mit hohem Anspruch im Sinne der „Selbsthilfe“ vermittelt. Ca. ein Jahr trainieren die Gruppenteilnehmer eine bewusste Wahrnehmung ihrer Lebensweise und deren Änderung in den Bereichen Nahrungsaufnahme, Bewegung und Stressmanagement. Dem adipösen Menschen wird bewusst gemacht, dass Übergewicht bzw. Adipositas eine behandlungsbedürftige Krankheit ist, mit der er sich bereits im symptomarmen Stadium im Sinne einer Prävention auseinandersetzen muss.

Der Jahreskurs hat drei Bestandteile: Basiskurs, Aufbaukurs und Spezialkurs mit jeweils zehn Treffen à 90 Minuten. Die Teilnehmer sind vorwiegend Frauen zwischen 18 und 75 Jahre. Ihr durchschnittlicher BMI beträgt 35 und entstand mehrheitlich aufgrund zahlreicher vergeblicher Diäten mit nachfolgendem Jojo-Effekt. Sie haben einen hohen Leidensdruck sowohl durch sekundäre Adipositas-Folgekrankheiten wie Hypertonus, Diabetes mellitus, Polyarthrosen als auch durch psychosomatische Syndrome.

In einem selbstentwickelten Kursprogramm ist Sibutramin (Reductil®) aufgrund zahlreicher therapeutischer

Ansätze eine effektive und unverzichtbare Begleittherapie zu einer Ernährungs- und Verhaltenstherapie. Sibutramin (Reductil®) hat sich bei unserem Ziel Fettabbau sowohl in der Einzel- als auch Gruppentherapie im Sinne der energetischen Stärkung („Elimination des pathologischen Faktors Fettaufnahme“) als sehr effizient erwiesen.

Es ist bekannt, dass konservierte Nahrungsmittel einen geringeren Nährwert als naturbelassene haben. Der Körper versucht seinen Energiebedarf durch vermehrte Nahrungsaufnahme z. B. süßer Speisen zu decken. Reductil® bewirkt durch frühzeitige Sättigung und das Reduzieren der Süßigkeitaufnahme diese energetische Stärkung. Der Drang nach Süßigkeiten, die kurzzeitig zwar entspannend und stimmungsaufhellend wirken, in der Langzeitwirkung zu Übersäuerung, Feuchtigkeitablagerungen und Schleimbildungen besonders im Darmbereich mit Entstehung von Pilzerkrankungen und Schwächung des Immunsystems führen, geht durchschnittlich nach zwei bis vier Wochen Reductil-Einnahme zurück. Das schlechte Gewissen bei jeglicher Nahrungsaufnahme wandelt sich bei den essgestörten Patienten frühzeitig in ein wohliges Sättigungsgefühl um. Das ist ein weiterer Fortschritt auf dem Weg zur positiven Selbstwahrnehmung, vorrangig auch bei adipösen klimakterischen Frauen.

Hinsichtlich der Ernährungsumstellung gehen wir konform mit wissenschaftlichen Empfehlungen bezüglich der Nahrungsergänzungstoffe und der Regel: Fünf Hände Obst und Gemüse pro Tag. Die Empfehlung zur Reductil-Einnahme erfolgt bereits in den Vorbe-

reitungsgesprächen zur Gruppentherapie, da das Ziel monatlich einen neuen Basiskurs zu starten, aus zahlreichen organisatorischen Gründen noch nicht erreicht wurde. Das dritte Treffen des Kursprogramms beinhaltet Begleittherapien und Informationen über das Medikament Reductil®.

Wenn die Gewichtsabnahme innerhalb des Kurses stagniert, kommt Reductil® ebenfalls zum Einsatz. Die Erklärung der Reductil-Wirkung wird von den Gruppenteilnehmern als logisch und somit als fester Bestandteil ihres Weges zur Steigerung der Lebensqualität gesehen. Die psychosomatische Komponente durch den schnelleren Erfolg bei der Gewichtsreduktion und die bessere Beweglichkeit sowie das gesteigerte Lebensgefühl durch größere Energiereserven ist erheblich.

Zur besseren Beweglichkeit trägt als dritte wesentliche Komponente im Kursprogramm die Bewegung bei. Walking, Aquafitness und tänzerische Gymnastik bewirken im Sinne des Ausdauersports ein Muskeltraining mit erhöhtem Grundumsatz und stellen einen „Freude- u. Spaßfaktor“ dar, der innerhalb der Gruppe einen besonders hohen Stellenwert hat.

Am Beispiel der Patientin Simone S., die schon in der Vorbereitungsphase zur Gruppentherapie Reductil® nahm und in elf Wochen 11 kg abgenommen hat, wird die ausgezeichnete Wirkung von Reductil® eindeutig belegt.

Brigitte Schlaak, Berlin



MEDIZIN NEWS

Phytotherapie bei gastrointestinalen Beschwerden

Magen-Darm-Erkrankungen gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern in der internistischen Praxis, wobei die Patienten über eine Fülle konstanter oder wechselnder Symptome wie Schmerzen, Völlegefühl, Übelkeit und Appetitlosigkeit klagen.

Trotz Fortschritten in der Diagnostik finden sich in der Praxis die typischen, unspezifischen Magenbeschwerden (gastrointestinale Spasmen, Reizmagen) die man nach Ausschluss organischer Ursachen – zumal hier auch psychosomatische Faktoren eine Rolle spielen – unter dem Begriff „funktionelle Oberbauchbeschwerden“ zusammenfassen kann. Eine bekannte Komplikation gastrointestinaler Störungen ist das Roemheld-Syndrom bzw. der gastrokardiale Symptomenkomplex. Aufgrund eines geblähten Magens oder Darms erfolgt eine Herzirritation, was zu teilweise schweren funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden führt.

Zur Behandlung von Magenerkrankungen haben sich seit Jahrhunderten Phytopharmaka bewährt, die oft Bestandteil klassischer Magenpräparate sind. Der erfahrene Praktiker kann und will auch heute auf viele dieser Produkte nicht verzichten, zumal sie neben dem therapeutischen Erfolg durch geringe Nebenwirkungen überzeugen. Bei Gastritol® „Dr. Klein“ handelt es sich beispielsweise um ein Kombinationspräparat, das sich aus Kamille (Chamomilla), Süßholz (Liquiritae radix), Gänsefingerkraut (Herba Anserinae), Wermut (Herba Absinthii), Benediktenkraut (Cardui benedicti), Engelwurz (Angelicae radix) und Johanniskraut (Hypericum perforatum) zusammensetzt.

Besonders das Süßholz und die Kamille enthalten Wirkstoffe, die im Bereich des Magens entzündungshemmend und krampfmindernd wirken. Sie regen die Heilung von Schleimhautentzündungen an und verbessern die Durchblutung der Magenschleimhaut.

Eine ausgeprägte krampf- und schmerzlindernde Wirkung im Magen-Darmbereich entfaltet auch Potentilla anserina. Generell verbessern Bitterstoffdrogen – hier als Kombination der Amara aromatica Wermut, Benediktenkraut und Engelwurz – die Zirkulation im Abdominalbereich, haben blähungstreibende Eigenschaften und eine spasmolytische/karminative Wirkung im Magen.

Praxisstudie bestätigt Therapieerfolge

Die positiven Erfahrungen mit Gastritol® bei der Therapie von Gastritiden, unspezifischen Magenbeschwerden und bei Roemheld-Syndrom wurde durch eine offen durchgeführte Praxisstudie* mit 76 Patienten (37 Männer, 39 Frauen) bestätigt. Nach durchgeführter Anamnese und einer ausführlichen klinischen Untersuchung konnten sämtliche Patienten wie vorgesehen behandelt werden, ohne dass ein Abbruch infolge von Nebenwirkungen oder Unverträglichkeiten erforderlich gewesen wäre. Die mittlere Behandlungsdauer betrug bei der Gastritis und bei unspezifischen Magenbeschwerden etwa acht Wochen, beim Roemheld-Syndrom knapp zehn Wochen. Die

Dosierung lag entsprechend den Erfahrungen zunächst bei dreimal 30 Tropfen pro Tag. Bei gutem Ansprechen erfolgte meist eine Reduzierung auf dreimal 20 Tropfen.

Ergebnisse bei Gastritis

Von den 34 Fällen klagten die Patienten vor Therapiebeginn über krampfartige Schmerzen, Sodbrennen, Übelkeit und Völlegefühl. Sehr häufig waren auch Druckschmerz, Dauerschmerz und Appetitlosigkeit, Erbrechen, sowie Aufstoßen vorhanden. Bereits nach 14 Tagen zeigte sich ein sehr deutlicher Rückgang der Beschwerdeintensitäten (gemittelte Symptomscores), der sich im weiteren Therapieverlauf weiter fortsetzte. Bei Therapieabschluss waren fünf der insgesamt zehn Symptome – sämtliche Schmerzformen, Schweißausbrüche und Appetitlosigkeit – überhaupt nicht mehr vorhanden. Bei vier Parametern zeigten sich nur noch gelegentlich leichte Beschwerden (Besserung zwischen 93 und 98 %), nur Sodbrennen hatte sich nicht in völlig überzeugender Weise gebessert.

Ergebnisse bei unspezifischen Magen- beschwerden

Die Aufnahmesymptome waren hier krampfartige Schmerzen, Dauer- und Druckschmerz sowie Sodbrennen,



MEDIZIN NEWS

Übelkeit, Völlegefühl und Appetitlosigkeit. Weniger häufig fanden sich bei den insgesamt 23 Patienten Aufstoßen, Erbrechen und Schweißausbrüche.

Auch hier hatten sich nach 2 Wochen bereits alle Symptome wesentlich gebessert. Nach Therapieabschluss bestanden zwei Beschwerdesymptome überhaupt nicht mehr und die übrigen waren weitestgehend verschwunden. Nach Behandlungsende traten gelegentlich noch Schmerzsymptome mit geringer Intensität auf (Besserung nach Symptomscores um 94 %). Wie im Fall der Gastritis wurde in mehreren Fällen von leichtem Sodbrennen und bei einigen Patienten von leichtem Völlegefühl berichtet.

Ergebnisse beim Roemheld-Syndrom

Trotz der relativ klaren pathophysiologischen Situation stellt das Roemheld-Syndrom ein therapeutisch nicht einfach zugängliches Krankheitsbild dar. Um so bemerkenswerter sind daher die Ergebnisse, die bei den 19 Studienteilnehmern mit der Phytotherapie erzielt wurden. Vor Beginn zeigten sich Meteorismus, Völlegefühl und Aufstoßen als vorherrschende Symptome. Sehr oft wurden Schweißausbrüche, krampfartige Schmerzen, pektanginöse Beschwerden und etwas seltener Appetitlosigkeit und Übelkeit angegeben. Sieht man beim Roemheld-Syndrom Meteorismus und Völlegefühl (inkl. dem Aufstoßen) als kausale Symptome an und betrachtet die übrigen Beschwerden als Sekundärsymptomatik, ergibt sich folgende Interpretation der Studienergebnisse: Sowohl Meteorismus als auch Völlegefühl verminderten sich durchschnittlich um die Hälfte. Die Sekundärsymptomatik reduzierte sich unverhältnismäßig

stärker und war nach Therapieabschluss nicht mehr vorhanden. Nur die Appetitlosigkeit bestand noch sehr geringfügig (Besserung um 93 %) und die pektanginösen Beschwerden zeigten eine Besserung um 92 %. Da die beiden erwähnten Leitsymptome – Meteorismus und Völlegefühl – im Therapieverlauf einen stetigen Rückgang zeigten, können bei einer längeren Behandlung noch günstigere Ergebnisse erwartet werden.

Fazit

Die Ergebnisse zeigen, dass Gastritol® mit ausgezeichnetem Erfolg bei Gastritiden und unspezifischen Magenbeschwerden einsetzbar ist. Auch beim nicht unproblematisch zu behandelnden Roemheld-Syndrom erwies sich das pflanzliche Kombinationspräparat als wirksam, da bei etwa der Hälfte aller Fälle ein guter, bei anderen zumindest ein mäßiger Erfolg zu verzeichnen war.

Als therapeutische Vorteile von Gastritol® sind unter anderem der analgetische, spasmolytische und antiphlogistische Effekt zu nennen, ohne dass hierdurch der günstige Einfluss auf Meteorismus und Völlegefühl unterschätzt werden sollte. (mk)

*) G. Garanin, Magenerkrankungen, ZFA, 62. Jahrgang, Heft 6, 184-186, 1986.

Verfasser:

Michael Klückmann





MEDIZIN-TECHNIK NEWS

Verbindliche Ausgleichsregelung bei sachkostenintensiven Fallpauschalen

Berlin. Der Bundesverband Medizintechnologie (BVMed) hat sich für eine verbindliche Ausgleichsregelung bei sachkostenintensiven Fallpauschalen ausgesprochen. Dies gelte insbesondere für Therapien am Herzen oder in der Endoprothetik. Hier werde eine verbindliche Ausgleichsregelung der medizinischen Sachkosten bei überplanmäßigen Fallzahlsteigerungen von hochwertigen medizintechnologischen Verfahren benötigt, da ansonsten erhebliche Nachteile für die Patienten entstehen, so BVMed-Geschäftsführer Joachim M. Schmitt.

Die im Fallpauschalengesetz (FPG) vorgesehene Ausgleichsregelung der Mehrerlöse benachteiligt aus Sicht des BVMed die Patienten, die mit hochwertigen medizintechnologischen Verfahren behandelt werden müssen. Das Fallpauschalengesetz sieht bei einer Fallzahlsteigerung einen Mehrerlösausgleich von 25 % für 2003 und 35 % für 2004 vor. Die Folge für die Krankenhäuser ist, dass sie bei Überschreiten der vereinbarten Fallzahlen die Aufwendungen von besonders sachkostenintensiven Verfahren nur zu geringen Teilen erstattet bekommen.

Der BVMed appelliert daher an den Gesetzgeber, im Interesse einer optimalen Patientenversorgung mit innovativen Medizintechnologien eine verbindliche Ausgleichsregelung für sachkostenintensive DRGs noch vor dem Start der neuen Vergütungsregelung für alle Vertragspartner zu schaffen. Die im Fallpauschalengesetz vorgesehene individuelle Vereinbarungsmöglichkeit der Vertragspartner vor Ort birgt die Gefahr, dass eine sachgerechte Lösung verhindert werden kann.

Der BVMed befürchtet, dass die im Fallpauschalengesetz vorgesehene Mehrerlösausgleichsregelung die Klini-

ken aus ökonomischen Zwängen dazu bewegen könnte, diese Verfahren bei Erreichen der vereinbarten Fallzahl nicht mehr anzubieten. Es besteht aber in Zukunft aufgrund der demografischen Entwicklung eher ein verstärkter Versorgungsbedarf für diese Behandlungsmethoden, so der BVMed. Die Folgen bei Erreichen der

Neue BVMed-Informationskarte zur Sachkostenabrechnung von Medizinprodukten

Berlin. Der Bundesverband Medizintechnologie (BVMed) hat eine neue Informationskarte zur Sachkostenabrechnung von Medizinprodukten in der vertragsärztlichen Versorgung aufgelegt.

Im Praxisalltag der niedergelassenen Vertragsärzte treten immer wieder Fragen auf, wie Medizinprodukte im Rahmen der vertragsärztlichen Versorgung zu Lasten der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) abgerechnet werden können. Die Abrechnungsregeln für Medizinprodukte, die weder über Praxis- und Sprechstundenbedarf noch im Honorar oder als Hilfsmittel abgerechnet werden können, sind grundsätzlich im einheitlichen Bewertungsmaßstab (EBM) geregelt. Konkretisiert wurden diese Abrechnungsregeln durch Vereinbarungen im Bundesmantelvertrag für Ärzte sowie im Ersatzkassenvertrag.

Mit der neuen Infokarte "Sachkostenabrechnung von Medizinprodukten in der vertragsärztlichen Versorgung" zeigt der BVMed auf, für welche Medizinprodukte gesonderte Abrechnungsbedingungen gelten und gibt praktische Informationen für Leistungserbringer, Ärzte, Krankenkassenmitarbeiter und Versicherte.

Fallmenge wären für die Patienten lange Wartelisten oder Verlegungen in andere Kliniken.

Der BVMed schlägt daher vor, dass der Gesetzgeber die Vertragspartner verpflichtet, die Aufwendungen für die medizinisch notwendigen Sachkosten von hochwertigen medizintechnologischen Verfahren bei Fallzahlausweitungen voll auszugleichen. Nur dadurch kann zukünftig eine leistungsgerechte qualitativ hochwertige Versorgung der Patienten durch medizintechnologische Verfahren gewährleistet werden.

Die Regelungen betreffen beispielsweise folgende Medizinprodukte:

- :: Herzschrittmacher (aktive Implantate);
- :: Portkathetersysteme, Zentralvenenkatheter;
- :: Blasen-, Nierenfistel- und Ureterkatheter;
- :: Fadenanker, Knochenimplantate, Hernien-Netze;
- :: Spezialbestecke für die ambulante Epidural-, Peridural- oder Plexusanaesthesie.

Die BVMed-Karte enthält u. a. folgende Informationen:

- :: Beschreibung der Materialien, für die gesonderte Abrechnungsbedingungen bestehen;
- :: Transparente Darstellung des Abrechnungsverfahrens sowie des Abrechnungsweges über die Kassennärztliche Vereinigung;
- :: Alternativer Abrechnungsweg über eine Abtretungserklärung direkt an die Krankenkasse.

Die BVMed-Infokarte "Sachkostenabrechnung von Medizinprodukten in der vertragsärztlichen Versorgung" kann kostenfrei beim BVMed, Reinhardtstr. 29 b, D-10117 Berlin, Tel.: (030) 246 255-0, Fax: (030) 246 255-99, angefordert werden.



PHARMA NEWS

Der Praxis-Tipp

Abrechnung der Gesundheitsleistungen in der Therapie der Adipositas durch den Arzt

Mit den Kosten für Diagnostik und Therapie beginnt die Adipositas als chronische Erkrankung zu einem gesundheits- und honorarpolitischen Problem zu werden. Während die Krankenkassen zwar die Förderung präventiver Maßnahmen proklamieren, werden lediglich für Präventionsuntersuchungen (Krebsvorsorge, Gesundheitsuntersuchung [Check-up], Kindervorsorge und Schwangerenvorsorge) Gelder zur Verfügung gestellt. Präventivmaßnahmen, das heißt präventive Diagnostik und Therapie, gehören nicht zu den Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen, die damit hierfür auch keine Gelder in die vertragsärztliche Tätigkeit fließen lassen.

Die Organe der Selbstverwaltung (KBV und Krankenkassen) waren bisher nicht in der Lage, sich auf eine gemeinsame Liste von Leistungen zu einigen, die nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) gehören.

Nachdem auch 1997 eine solche Leistungsliste nicht zustande kam, wurde im März 1998 von der KBV eine Liste sogenannter Individueller Gesundheitsleistungen (IGeL) erstellt, die in erster Linie darauf abzielt, eine rechtliche Klarstellung in Bezug auf diejenigen ärztlichen Leistungen zu treffen, die nicht Gegenstand der gesetzlichen Krankenversicherung sind und damit

auch nicht zur vertragsärztlichen Versorgung gehören.

In Bezug auf Diagnostik und Therapie der Adipositas bietet die Anwendung des IGeL-Konzeptes die Chance, ein umsatzstarkes zweites Standbein aufzubauen und damit für die Praxis ein zukunftsicheres Einkommen zu erwirtschaften. Zu beachten ist jedoch, dass die mit der therapiebedürftigen Adipositas oftmals verbundenen Erkrankungen Leistungen nach sich ziehen, die eindeutig zu Lasten der GKV zu erbringen sind.

Wünscht der Patient ausdrücklich die Therapie seiner Adipositas, ohne dass eine medizinische Indikation im Sinne des Leistungskataloges der GKV* vorliegt, so sind die damit anfallenden Leistungen als individuelle Gesundheitsleistungen zu erbringen und dem Patienten privat in Rechnung zu stellen. Hier gilt im übrigen ebenso wie bei der Kostenerstattung, dass die Angelegenheit zuvor mit dem Patienten schriftlich vereinbart sein muss. Die Notwendigkeit der schriftlichen Vereinbarung ergibt sich aus § 18 des Bundesmantelvertrages. Dieser legt fest, dass von Versicherten der GKV auch für Leistungen, die nicht Bestandteil der vertragsärztlichen Versorgung sind, nur dann Honorar verlangt werden darf, wenn vorher die schriftliche Zustimmung des Patienten

eingeholt und dieser auf die Pflicht zur Übernahme der Kosten hingewiesen wurde. Problematisch wird die Anwendung der IGeL-Liste dort, wo Leistungen, die vom Patienten im Zusammenhang mit seiner (nach dem SGB V nicht therapiebedürftigen) Adipositas gefordert werden bzw. medizinisch sinnvoll sind, Bestandteil der vertragsärztlichen Leistung sind. Da für die Erbringung dieser Leistungen, auch wenn sie als Bestandteil des EBM und damit als Kassenleistungen anzusehen sind, keine Indikation vorliegt, sind diese nach entsprechender Aufklärung des Patienten und vertraglicher Vereinbarung privat zu liquidieren.

Individuelle Gesundheitsleistungen bei Adipositas

Es folgt eine Übersicht über mögliche IGeL-Leistungen bei Adipositas mit entsprechenden Leistungspositionen der GOÄ. Die Zusammenstellung der Leistungspositionen stellt einen Vorschlag dar, wobei teilweise auf analoge Nummern zurückgegriffen wurde.

* Die Indikation zur Therapie einer Adipositas ist bei einem Body-Mass-Index (BMI) > 30 grundsätzlich gegeben. Hier besteht ein gesetzlicher Leistungsanspruch für vertragsärztliche Behandlung. Laut EBM sind die Ziffern 1 (Beratung), 17 (Erörterung), 160 (Check-up) und 9000 ff. (Ernährungsberatung) relevant.



PHARMA NEWS

1. Klinische Voruntersuchungen

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
29	440	25,65	Intervall-Check
651	253	14,75	
<i>zuzüglich Laborleistungen</i>			
6	100	5,83	Facharzt-Check
7	160	9,33	
8	260	15,15	
<i>zuzüglich fachspezifischer Leistungen</i>			
29	440	25,65	General-Check
651	253	14,75	
605	242	14,11	
605a	140	8,16	
5137	450	26,23	
<i>zuzüglich Laborleistungen</i>			
410	200	11,66	Sono-Check
420	80	4,66	
401	400	23,31	
403	150	8,74	
605	242	14,11	Lungenfunktionsprüfung
605a	140	8,16	
5137	450	26,23	

2. Medizinisch-kosmetische Leistungen

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
2454	924	53,86	Fettentfernung
2452	1400	81,60	Fettschürzenentfernung



PHARMA NEWS

3. Physiotherapeutische Angebote

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
846	150	8,74	Verfahren zur Selbsterfahrung
846	150	8,74	Selbstbehauptungstraining
846	150	8,74	Stressbewältigungstraining
846	150	8,74	Entspannungsverfahren als Prävention
846	150	8,74	Biofeedback-Behandlung

4. Alternative Heilverfahren

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
269	200	11,66	Akupunktur
269a	350	20,40	Akupunktur > 20 Minuten

5. Ärztliche Service-Leistungen

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
34	300	17,49	Diät-Beratung
20	120	6,99	Gruppenbehandlung bei Adipositas
76	70	4,08	Diätplan, schriftlich

6. Labor-Wunschleistungen

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
entsprechende Laborziffern			Labor-Check Anlassbezogener Labortest

7. Ärztliche Leistungen zur Steigerung des Wohlbefindens

GOÄ-Ziffern	Punkte	1fach-Satz (α)	Legende
252	40	2,33	Injektion/Infusion von nicht
272	180	10,49	verordnungsfähigen Arzneimitteln



PHARMA NEWS

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass die Adipositas eine chronische Erkrankung darstellt, die ein individuelles und langfristiges Therapiekonzept erfordert. Leider lässt sich die ambulante Adipositas-Therapie zu Lasten der GKV bislang nur schwer umsetzen und auch nicht kostendeckend erbringen. Die zeitintensiven Leistungen wie die Erhebung der Anamnese und Ernährungsberatung werden dem niedergelassenen Vertragsarzt nicht gesondert vergütet. Verhaltens-

therapeutische und bewegungstherapeutische Maßnahmen können nicht abgerechnet werden. Hier besteht jedoch die Möglichkeit, die anfallenden Leistungen nach vorheriger schriftlicher Vereinbarung mit dem Patienten privat nach GOÄ zu liquidieren. Auch die Kooperation mit entsprechend organisierten Gruppen (Volks-hochschule, Selbsthilfegruppe) ist möglich und sinnvoll. Dadurch hat der betreuende Arzt einen Einfluss auf die notwendig durchzuführenden Maß-

nahmen und behält somit die Gesamtverantwortung für die Therapie. Gleiches gilt für die erforderlichen Verkaufskontrollen und die Langzeitführung des Patienten. Diesbezüglich bieten die Krankenkassen, regional unterschiedlich organisiert, Beratungs- und Diät-Programme an, die der Arzt betroffenen Patienten verordnen kann. Solche Verordnungen sind KV-regional unterschiedlich nach den Ziffern 9000 ff. abzurechnen.

Ernährungsberatung und Empfehlung an die Krankenkasse (modifiziert n. Wezel/Liebold)

Ziffer	KV	Kasse	Legende	α/ Punkte
9009 9010	Hamburg	AOK	Ernährungsberatung Erneute Ernährungsberatung	12,02 5,78
9129	Bayern	AOK	Beratung und Verordnung zur Ernährungsberatung	10,23
9195A 9196A	Sachsen	AOK	Beratung und Verordnung einer Ernährungsberatung Abschlussuntersuchung	4,09 10,23
162A 162B 162C	Niedersachsen	AOK, IK	Ernährungsberatung Verordnung von Ernährungsberatung Erneute Beratung	9,71 3,83 6,39
9021	Schleswig-Holstein	AOK	Ernährungsberatung bei AOK	2,56

Bezüglich der Abrechnungsmöglichkeiten von Ernährungsberatung sollte sich der Vertragsarzt an die zuständige KV wenden, da auf lokaler Ebene zwischen KVen und Krankenkassen immer wieder zeitgebundene Verträge vereinbart werden.

Medikamente gegen Übergewicht – wirklich zu teuer?

Übergewicht ist Volkskrankheit Nr. 1 in Deutschland. In Deutschland ist Übergewicht völlig unverständlicherweise im Gegensatz zu den anderen

Industrienationen nicht als Krankheit anerkannt. Solange das so ist, muss jeder Medikamente, die der Arzt als Therapie des Übergewichts verschreibt, aus eigener Tasche zahlen. Obwohl es hochinnovative Medikamente sind, sind die Gesetzlichen Krankenkassen leider noch nicht bereit, die Kosten zu übernehmen. Nehmen wir z. B. ein Medikament wie Reductil®, das das Sättigungsgefühl verstärkt und den Energieverbrauch erhöht. Für nur EUR 79,98 (10mg/Tag) bekommen Sie die Packung für einen ganzen Monat. Dies entspricht einem Betrag von nur EUR 2, 86 pro Schlankwerde-Tag. Durch die in der Therapie bedingte Ernährungsumstellung und das schneller eintretende Sättigungsgefühl sparen wir enorm an den Aus-

gaben für Nahrungsmittel. Die Überprüfung bei Gruppen, die an Abnehmprogrammen mit diesem Medikament teilnehmen, hat ergeben, dass sich automatisch bei z. B. einem 3-Personen-Haushalt Einsparungen von rund EUR 140 im Monat ergeben. Die Kosten für die medikamentöse Therapie sind dadurch mehr als gedeckt. Und selbst, wenn man etwas draufzahlen müsste: Lohnt es sich denn nicht, in die eigene Gesundheit zu investieren? Viele herkömmliche Schlankheitsmittel sind zum Teil erheblich teurer.

Mehr Informationen zum Stichwort „Lust auf Abnehmen“ gibt es per Telefon unter der Nummer 0621-5893434 oder im Internet unter www.lust-auf-abnehmen.de.



Autan(R) Informations-Kampagne "Natur entdecken ohne Zecken"

Autan-Ranger informieren über Schutz vor Zecken In vielen Städten Beratung und Zeckenlehrpfade

Die Autan-Informations-Kampagne "Natur entdecken ohne Zecken" geht in die Sommerrunde. Von Juni bis August sind jetzt die Autan-Ranger unterwegs. Und zwar genau dort, wo auch die Zecke zu erwarten ist - bei Veranstaltungen in der freien Natur.

Vor Ort gibt es Informationscamps mit Lehrpfaden. Die Autan-Ranger beantworten Fragen wie "Was sind Zecken?", "Wo und wann kommen sie vor?", "Wie groß ist das Risiko, von Zecken mit Krankheiten infiziert zu werden?" und "Wie schütze ich mich vor einem Zeckenstich?". In den Autan-Broschüren "Natur entdecken ohne Zecken" und "Kleiner Ratgeber Mücken- und Zeckenschutz" können die Infos und Tipps dann zu Hause nachgelesen werden. Die Broschüren sind übrigens auch in Apotheken erhältlich.

Die Ranger klären zum Beispiel darüber auf, dass Zecken, entgegen der landläufigen Meinung, nicht nur in Bayern gefährlich sind. Sie können bundesweit die heimtückische Lyme-Borreliose übertragen, an der allein in Deutschland bis zu 60.000 Menschen pro Jahr erkranken.

Weitere Informationen:
Bayer Vital GmbH
Tel. 02203-568-0
<http://www.autan.de>



Wichtige Aufklärungsarbeit über häufige Missverständnisse im Umgang mit Zecken leistet der Autan-Ranger im Rahmen der Autan-Informations-Kampagne "Natur entdecken ohne Zecken". Ziel der bundesweiten Aktion ist es, wirksame Schutzmöglichkeiten vor Zeckenstichen bekannt zu machen.



PHARMA NEWS

Europäische Zulassungsbehörde (EMA) schließt umfassende Untersuchung zu Abbotts Reductil®/Meridia® (Sibutramin) mit positiver Bewertung ab.

Sibutramin ist die am umfangreichsten untersuchte verschreibungspflichtige Medikation gegen krankhaftes Übergewicht

Abbott Laboratories hat jetzt bekannt gegeben, dass der Arzneimittelspezialitätenausschuss (CPMP) der Europäischen Zulassungsbehörde EMA (European Medicinal Evaluation Agency) eine positive Bewertung abgegeben hat, in der das günstige Nutzen/Risiko-Profil der Sibutraminhydrochlorid-Monohydrat-Kapseln zur Behandlung von Übergewicht bestätigt wird.

Die positive Bewertung aus dieser Untersuchung stimmt überein mit der Aussage von Abbott und führenden Experten zur Behandlung von Übergewicht: Sibutramin, das in Deutschland und vielen anderen Ländern unter dem Markennamen Reductil® und in den USA als Meridia® vermarktet wird, ist sicher und wirksam.

„Als Arzt, der Patienten mit krankhaftem Übergewicht behandelt, kann ich sagen: Die Aussage, dass Sibutramin ein sicheres und wirksames Mittel zur Behandlung von krankhaftem Übergewicht ist, entspricht meinen eigenen Erfahrungen mit Sibutramin bei der Therapie dieser Erkrankung“, sagt Dr. Stephan Rössner, Leiter der Adipositas-Einheit, Huddinge Universitätskrankenhaus, Stockholm, Schweden.

„Krankhaftes Übergewicht ist weltweit auf dem Vormarsch. Es trägt wesentlich zum Entstehen weiterer ernst zu nehmender Krankheitszustände wie Diabetes mellitus, Herz-Kreislaufkrankungen, Krebs und Atemwegsproblemen bei. In Kombination mit einer Diät und körperlicher Aktivität ist Sibutramin in meiner Praxis ein wichtiges Hilfsmittel, das die Behandlung von krankhaftem Übergewicht erleichtert.“

Dr. Eugene Sun, Divisional Vice President, Global Pharmaceutical Development bei Abbott, ergänzt: „Die Beurteilung von Sibutramin durch den CPMP sollte für Ärzte und Patienten, die bei der Behandlung von krankhaftem Übergewicht auf Sibutramin angewiesen sind, eine erneute Bestätigung sein, dass das Produkt sicher ist, wenn es vorschriftsgemäß angewendet wird.“

Die positive Bewertung des CPMP stützt sich auf eine umfangreiche Analyse der von Abbott zur Verfügung gestellten Daten aus mehr als 100 klinischen Studien zu Sibutramin, die bis ins Jahr 1989 zurückreichen. In diesen Studien wurde die Anwendung von Sibutramin bei mehr als 12 000 Patienten mit krankhaftem Übergewicht

untersucht. Bis heute haben mehr als 8,5 Millionen Menschen in mehr als 70 Ländern Sibutramin zur Behandlung ihres krankhaften Übergewichts eingenommen. Sibutramin ist das am umfangreichsten untersuchte verschreibungspflichtige Arzneimittel, das derzeit zur Behandlung von krankhaftem Übergewicht zugelassen ist.

Die Untersuchung des Nutzen/Risiko-Profils durch den CPMP wurde im März 2002 durch die italienische Gesundheitsbehörde beantragt. Neben der Bekanntgabe der positiven Bewertung hat der CPMP Abbott aufgefordert, an Ärzte in ganz Europa ein Schreiben zu schicken, in dem auf die richtige Anwendung des Produktes entsprechend der genehmigten Gebrauchsinformation hingewiesen wird. Patienten mit Fragen zu Sibutramin und der sachgemäßen Behandlung von krankhaftem Übergewicht sollten sich an ihren Arzt wenden.

*Weitere Informationen:
Abbott GmbH & Co. KG
Max-Planck-Ring 2
65205 Wiesbaden
Tel.: 06122/58-0*



PHARMA NEWS

Memantine: Weltweit erste Zulassung auch zur Therapie der schweren Alzheimer-Demenz

Als weltweit erster Wirkstoff erhält der NMDA-Rezeptorantagonist Memantine die Zulassung zur Behandlung der mittelschweren und schweren Demenz vom Alzheimer-Typ. Die Zulassung erfolgte aufgrund neuer Studien und wurde in einem zentralen Verfahren europaweit von der EMEA (European Agency for the Evaluation of Medicinal Products) erteilt. Memantine, seit vielen Jahren erfolgreich in der Behandlung der leichten bis mittelschweren Hirnleistungsstörung angewendet, wird in Deutschland ab dem 1. August 2002 mit der neuen Indikation und unter dem Markennamen AXURA® erhältlich sein.

Mit Zunahme der Lebenserwartung nehmen weltweit auch die Fälle von Demenz zu. Zwar werden auch heute schon unterschiedliche Medikamente zur symptomatischen Behandlung eingesetzt, allerdings gab es bislang für die Behandlung auch der Spätformen der Erkrankung, die besonders durch eine Beeinträchtigung der Selbständigkeit gekennzeichnet sind, keine einzige zugelassene Therapieoption. Das hat sich kürzlich geändert.

Studien zu Memantine

„Mit dem Erscheinen zweier placebo-kontrollierter Doppelblindstudien bei mittelschwerer bis schwerer Demenz wurde jetzt erstmals ein Wirksamkeitsnachweis für ein Antidementivum gemäß aktueller Guidelines erbracht“, meinte Dr. Hans Jörg Möbius, Direktor Forschung und Entwicklung der Merz Pharmaceutical GmbH in Frankfurt anlässlich einer Pressekonferenz. Beide Studien wurden mit dem NMDA(N-Methyl-D-Asparat)-Rezeptorantagonisten Memantine durchgeführt. Die erste Studie, an der 166 Patienten mit schwerer Demenz teil-

nahmen, ergab nach drei Monaten Therapiedauer signifikante Verbesserungen des Globalurteils, der Alltagskompetenz und der Pflegeabhängigkeit. Die Überlegenheit der Memantine-Therapie gegenüber Placebo zeigte sich schon nach vier Wochen Behandlung und nahm im Studienverlauf weiter zu. In einer zweiten Studie mit 252 Patienten mit mittelschwerer bis schwerer Demenz vom Alzheimer-Typ wurde nach sechs Monaten Memantine-Behandlung eine signifikante Verbesserung auf allen drei Ebenen Kognition, Alltagskompetenz und klinischer Gesamteindruck erzielt. Zusätzlich kam es in dieser Studie zu einer signifikanten Reduktion des Pflegeaufwands. Die Ansprechraten unter der Memantine-Therapie waren zweibis dreimal so hoch wie unter Placebo. Die Rate unerwünschter Ereignisse dagegen lag auf Placeboniveau.

Wirkmechanismus von Memantine

Memantine ist in der Demenztherapie der einzige Vertreter der Klasse der NMDA-Rezeptorantagonisten. Es wirkt, indem es den glutamat-bedingten Calciumeinstrom an glutamatergen Rezeptoren wie den NMDA-Rezeptoren reguliert. Bei Demenz vom Alzheimer-Typ kommt es im Spalt glutamaterger Synapsen zu einer pathologischen und anhaltend erhöhten Glutamatkonzentration und Veränderungen am NMDA-Rezeptor. In das postsynaptische Neuron strömt auch ohne Vorhandensein eines Reizes/Lernsignals Calcium ein, was zu einer Zunahme des intrazellulären Calciumpools führt („Rauschen“). Das hat zwei Dinge zur Folge: Zum einen werden Lernsignale aufgrund des Rauschens nur noch schlecht wahrgenommen (eingeschränkte Neurotransmission), zum

anderen wirkt die ständige intrazelluläre Calciumüberladung neurotoxisch. Wie Dr. Stefan Bleich von der Universität Erlangen-Nürnberg berichtete, ist der Wirkstoff Memantine ein mittellaffiner Antagonist an NMDA-Rezeptoren, einer Subgruppe der Glutamatrezeptoren. Es blockiert den NMDA-Rezeptor-assoziierten Calciumkanal bei unterschwellig erhöhten Glutamatkonzentrationen, wie bei der Demenz vom Alzheimer-Typ, verlässt ihn aufgrund seiner spezifischen Bindungseigenschaften aber wieder bei kurzfristig erhöhten Glutamatkonzentrationen infolge eines Lernsignals und ermöglicht die Neurotransmission. Der Demenzsymptomatik wird somit einerseits entgegengewirkt und die neurotoxische Wirkung des Glutamats vermindert.

Aufgrund dieses einzigartigen Wirkmechanismus verbessert Memantine die Demenzsymptomatik, und seine neuroprotektiven Effekte könnten zu einer Verlangsamung der Krankheitsprogression beitragen.

Derzeit gibt es laut Professor Dr. Rüdiger Mielke aus Köln verschiedene Wirkprinzipien gegen Demenz. Neben den NMDA-Rezeptorantagonisten ist nur für die Cholinesterasehemmer ein spezifischer Wirkmechanismus nachgewiesen. Die Nootropika und pflanzlichen Wirkstoffe wirken hingegen weniger klar definiert. Außer Memantine sind alle Antidementiva nur zur Behandlung leichter und mittelschwerer Demenz zugelassen.

Weitere Informationen:
Merz Pharma GmbH & Co. KGaA
Eckenheimer Landstr. 100-104
60318 Frankfurt am Main
Tel.: 069/150-31



PHARMA NEWS

Galle- und Leberbeschwerden

Zu den Funktionen der Leber gehören neben Bildung und Ausscheidung der Galle die Gluconeogenese aus Proteinen, die Umwandlung von Monosacchariden in Glykogen, die Glykogenolyse, die Bildung von Ketonkörpern und der Fettabbau. Die Leber wird durch zwei getrennte Gefäßsysteme versorgt. Die Arteria hepatica führt sauerstoffreiches Blut zu. Über die Vena portae gelangt venöses und mit Nährstoffen beladenes Blut der unpaaren Baueingeweide in die Leber. Werden der Leber wiederholt mehr Noxen zugeführt, als sie verarbeiten kann, kommt es zur Degeneration des Leberparenchyms und zu Fetteinlagerungen. Ursachen der Fettleber können chronischer Alkoholmissbrauch, Fettsucht und die häufige Einnahme von Lebergiften wie Paracetamol in hohen Dosen sein. Bei der akuten Leberentzündung unterscheidet man zwischen der Virushepatitis A durch orale Ansteckung und der Virushepatitis B durch infiziertes Blut bzw. Injektionsmaterial. Die Non-A-Non-B-Hepatitis wird durch die gleichzeitige Infektion von mindestens 3 Viren hervorgerufen. Trotz intensiver Forschung ist eine therapeutische Beeinflussung von Lebererkrankungen schwierig. Durch die Verabreichung von Cholin, Methionin und essentiellen Phospholipiden versucht man, eine Verbesserung der Leberfunktion zu erreichen. Auch Vitamine der B-Gruppe finden Anwendung.

Bei der Nahrungsaufnahme fließt die Galle direkt in den Zwölffingerdarm. In Phasen der Verdauungsruhe wird sie in der Gallenblase gespeichert und erst unter dem Einfluss von Cholezystokinin durch Kontraktion der Gallenblase dem Duodenum zugeleitet. Bei der Behandlung von Gallenleiden unterscheidet man Choleretika (Erhöhung

der Gallenproduktion in der Leber) von Cholekinetika (beschleunigte Entleerung der Gallenblase). Die Steigerung der Gallensekretion wird heute als wesentliche Wirkprinzip in der Behandlung dyspeptischer Beschwerden angesehen. Experimentelle und klinische Untersuchungen stützen die pathogenetischen Vorstellungen, nach

denen an der Entstehung der Dyspepsie nicht nur gastrale Ursachen, sondern vor allem biliäre Störungen beteiligt sind. So werden Dyskinesien der Gallenwege heute als Ursachen der Non-ulcer-Dyspepsie (NUD) bzw. des Reizmagens angesehen. Eine verstärkte Choleresie fördert die intestinale Motilität und die Fettverdauung.



**BEI VÖLLEGEFÜHL UND
VERDAUUNGSPROBLEMEN:
HEPAR-POS®.
REZEPTFREI IN IHRER
APOTHEKE.**

**Hochdosierter Arti-
schockenextrakt**

HEPAR-POS®

Hepar-POS® bei Völlegefühl und Verdauungsproblemen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Ursapharm Arzneimittel GmbH & Co KG, 66129 Saarbrücken <http://www.ursapharm.de>

Klein, kleiner, am kleinsten



Das kennen Sie wahrscheinlich auch: da hält Ihnen jemand im Supermarkt eine Packung entgegen und bittet: "Können Sie mir das vorlesen?" So ging es mir neulich. Ich wurde dabei als "junger Mann" angesprochen, was nur bedeuten konnte, dass die Dame extrem kurzsichtig war. Leider konnte ich ihr nicht helfen, denn auch ich hatte meine Lesebrille nicht dabei.

Also, meine Herren Etiketten-Designer, Sie sind gefordert. Aber ich gebe zu: eigentlich können Sie nichts dafür, denn es sind die Bürokraten von Berlin bis Brüssel, die immer mehr und immer neue, detailliertere Bezeichnungen über den Inhalt von Lebensmittelpackungen und Konserven fordern. Das gleiche scheint für die Beipackzettel medizinischer Präparate mit den Angaben über Zusammensetzung, Wirkung und Nebenwirkungen eines Mittels zu gelten. Doch da sich auf einer Fläche von x qcm nur eine begrenzte Anzahl von Informationen unterbringen lässt, verkleinert man eben die Schrift, um den Vorschriften zu genügen. Bis sie für das normale

Auge unlesbar wird - und der eigentliche Zweck somit kaum noch erfüllbar ist. Hier ist mehr Verbraucherfreundlichkeit von Nöten.

Wir von Gour-med zeichnen Hotels als "behindertenfreundlich" mit einer strahlenden Sonne aus. Was aber ist mit behindertenfreundlichen Supermärkten, behindertenfreundlichen Apotheken und behindertenfreundlichen Arztpraxen? Es gibt immer noch Apotheken ohne Rollstuhlrampe und Orthopäden, die nur über viele Treppen erreichbar sind. Erst wer selbst im Rollstuhl sitzen muß weiß, wie mühsam es ist, sich die Ware aus höhergelegenen Regalen anzusehen, geschweige denn bei Bedarf danach zu greifen. Es wäre doch eine gute Idee, wenn Supermärkte ihre Auszubildenden (sofern sie überhaupt noch welche wollen), behinderten Kunden für den Einkaufsrundweg an die Seite geben würden. Und im Zusammenhang mit dem Thema Verbraucher- und Behindertenfreundlichkeit sei, "wenn es erlaubt ist, zu sagen", noch folgendes anzumerken: Wenn im heimischen Garten mal wie-

der gedüngt werden muss, steht unter "Anwendung" z.B. : 50, 80 , oder 100 g auf den qm verstreuen. Oder 5 ml auf 5 l Wasser nehmen. Welcher Hobby-Gärtner hat denn im Gefühl, wieviel 50 g Schneckenotod, 80 g Blaukorn oder 100 g Kalk sind? Warum nicht die bekannten Maße wie "Teelöffel" oder "Esslöffel"? Böse Zungen behaupten, hinter den Gramm-Angaben stehe die Streuwagenindustrie, um ihre Streuwagen mit Grammeinteilung besser verkaufen zu können.

Auch bei Kochrezepten hapert es manchmal mit verständlichen Mengenangaben. Nicht nur Hausfrauen, auch "Akademiker" haben damit Mühe. Da ist von 3/8 Liter oder 3 ml oder 5 cg die Rede statt von real messbaren Begriffen. Die Zeiten von Schock und Schefel sind doch schon lange vorbei! Um sich allgemeinverständlich auszudrücken, muss man ja nicht gleich so übertreiben, wie die amerikanische Verfasserin eines Kochbuchs. Die schrieb: "Kochendes Wasser erkennen Sie daran, dass es Blasen wirft..."

C.C.T.

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:

Media-Büro Agentur Klaus Lenser
Fuggerstr. 13, 48165 Münster
Tel.: 0 25 01/64 47, Fax: 0 25 01/2 75 60
E-Mail: info@gour-med.de
postmaster@gour-med.de

Inhaber: Klaus Lenser

Anzeigenvertrieb Nichtpharmafirmen:

Verlag
Anzeigenvertrieb Pharmafirmen:
Nielsen Gebiet: 1, 5, 6, 7
Verlagsbüro:
Benno Leidisch / Martin Wolf
Schlesierweg 22a
31787 Hameln
Tel.: 05151/ 6 44 47 Fax: 05151/ 67 81 57
Mobil: 0171 - 3 17 10 30
E-Mail: b.leidisch@faz.de

Nielsen Gebiet: 2

Verlagsbüro:
Simone Wagner
Augusta Allee 3a
61348 Bad Homburg
Tel.: 06172/30 60 50, Fax: 06172/ 96 26 65
Mobil: 0172 - 5 16 52 62
E-Mail: si.wagner@t-online.de

Nielsen Gebiet 3a, 3b, 4

Franz Dahlheuser
Tel.: 089/93 45 19
bzw. Verlag

Anzeigenleitung: Tanja Bluhm

Anzeigenverwaltung:

Christina Nowojski, Hildur Mollenkopf

Erscheinungsort: 48165 Münster

Mitglied im Arbeitskreis LA-MED

Chefredakteur: Klaus Lenser

Stellv. Chefredakteur:

Cord Christian Troebst

Redaktion:

Dr. Andrea Dittrich, Yvonne Heistermann (Wein),
Barbara Kindinger, Dr. Roland Kindinger,
Christina Nowojski M.A., Ursula RobbeM.A.,
Anne Wantia.

Layout: Tanja Bluhm, Jutta Franke

Druck: VVA, Düsseldorf

Redaktionsbüros im Ausland:

Australien:

Jürgen Corleis
Abbotsford, NSW 2046
Corleis@dingoblue.net.au
Tel.: 0 06 12/47 57/18 73

USA:

Jürgen Lemke
jlemke2318@aol.com

Japan:

Edwin Karmiol
TOKYO 107 0052
Tel./Fax: 0 08 13/34 78 78 43
namikok@twics.com

Österreich:

Andrea Hinterseer,
Tel.: 00 43/6 62/62 82 48
bzw. Verlag

Bezugsgebühren:

Einzelpreis 3 Euro
Jahresabonnement: 18 Euro
(einschl. Versandkosten und 7 % MwSt)

Bankverbindung:

Postbank Dortmund
(BLZ 440 100 46) Konto-Nr. 994 74-462

Bankverbindung für Abonnement:

Postbank Dortmund
(BLZ 440 100 46) Konto-Nr. 994 74-462
Bei Nichtlieferung ohne Verschulden
des Verlages bestehen keine Ansprüche. Alle
Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit
ausdrücklicher Genehmigung des Verlages. Für
unverlangt eingeschickte Manuskripte und Fotos
wird keine Gewähr übernommen. Gezeichnete
Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion dar. Der Verlag behält sich eine
Kürzung der eingesandten Leserbriefe vor.
Gerichtsstand und Erfüllungsort ist Münster.

**Natürlich,
günstiger!**



Gastritol®

Das Phyto-Prokinetikum

**Tagestherapiekosten
0,49 €***

- Verbessert die Motilität
- Fördert die Magensaftsekretion

ERSTATTUNGSFÄHIG!

*Tagestherapiekosten bei 50 ml (N2)

Gastritol®-Zusammensetzung: 100 ml enthalten: 35 ml Flüssigextrakt aus Gärtäufingerkraut (4:6:1), 20 ml aus Kamilleextrakt (5:7:1), 15 ml aus Süßholzwurzel (4:6:1), 5 ml aus Angelikawurzel (3:5:1), 5 ml aus Benediktenkraut (5:8:1), 5 ml aus Wermutkraut (7:10:1), Auszugsmittel: Ethanol 40 Vol.-%; 15 ml Flüssigextrakt aus Johanniskraut (5:7:1), Auszugsmittel: Ethanol 50 Vol.-%.
Anwendungsgebiete: Magenverstimmung u. Magenschleimhautentzündung; Reizmagen; Meteorismus; Druck- u. Völlegefühl; Krämpfe im Magen-Darmtrakt; Magentörung in Folge von Gallenbeschwerden. **Gegenanzeigen:** Allergie gegen Inhaltsstoffe.
Nebenwirkungen: Sehr selten. Bei hellhäutigen, lichtempfindlichen Personen kann es durch starke Sonnenbestrahlung zu Hautreaktionen wie Sonnenbrandähnlicher Rötung kommen. **Packungsgrößen und Preise:** Tropfen, 20 ml (N1) 4,30 €; 50 ml (N2) 8,79 €; 100 ml (N3) 14,95 €. Dr. Gustav Klein, 77732 Zell am Harmersbach, Fax: 07825-63 46 85, Internet: www.klein-phytopharma.de, E-Mail: info@klein-phytopharma.de
Stand: 01.01.2002

