ERNÄHRUNGSMEDIZIN-AKTUELL

Gour-med®

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+THERME EUROPA

KOCHKÖPFE

Marco Schwerin aus dem „Novalis“ in Nörten-Hardenberg

DER BESONDERE TIPP

Uruguay
Grecotel „Mykonos Blu“
Weinreise durch das Piemont
Slowenien
NRW Gourmet-Gala

HORST-DIETER EBERT

Insel mit einem Stern zu wenig und ein launisches Traumauto

KULINARIA DER WELT

„Peninsula“ in Beverly Hills

LIFE-STYLE

Lizzy Heinen – Edelstahlmöbel
Der 5er BMW Touring

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

MEDIZIN-TECHNIK NEWS

5/6-2004
23. JAHRGANG
ISSN 0177-3941
H 54575

Erdbeer Crème brûlée mit Sabayone-Eis von Marco Schwerin aus dem Gourmet-Restaurant „Novalis“

Vertrau der Kraft!

++ Neue Studienergebnisse bei Patienten mit Hypercholesterinämie +++

estoppt! +++ REVERSAL-Studie[5,7] +++ Plaque-Progression gestoppt![5,7] +

++ Schnelle Reduktion von Ereignissen[6,7] +++PROVE-IT-Studie[6,7] +++ So

stark:
kraftvolle
LDL-C- und TG-Senkung[1,2]

schnell:
im Wirkeintritt und
in der Risikoreduktion[1,3,6]

sicher:
weltweit 63 Mio.
Patientenjahre Erfahrung[4]

Atorvastatin
Sortis®

www.cholesterin.de

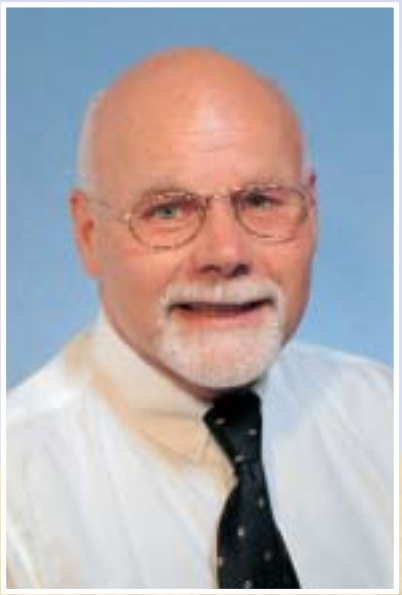
Sortis® 10 mg / 20 mg / 40 mg • Wirkstoff: Atorvastatin. Zusammensetzung: **Arzneilich wirksamer Bestandteil:** 1 Filmtablette Sortis 10 mg/20 mg/40 mg enthält 10/20/40 mg Atorvastatin. **Sonstige Bestandteile:** Calciumcarbonat, mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Croscarmellose-Natrium, Polysorbat 80, Hypromose, Magnesiumstearat (Ph.Eur.), Filmüberzug: Candelillawachs, hypromellose, Macrogol 8000, Titandioxid (E 171), Talkum, Simeticon, Stearat-Emulgatoren, Sorbinsäure (Ph.Eur.). **Anwendungsgebiete:** Zur Senkung erhöhter Gesamtcholesterin-, LDL-Cholesterin-, Apolipoprotein-B- und Triglyceridspiegel bei Patienten mit Primärer Hypercholesterinämie, familiärer Hypercholesterinämie (heterozygote Variante) oder Kombinierter (Gemischter) Hyperlipidämie (entsprechend Typ II a und II b nach Fredrickson), wenn Diät und andere nicht-pharmakologische Maßnahmen keine ausreichende Wirkung erbringen. Zur Senkung von Gesamt- und LDL-Cholesterin bei Homozygoter familiärer Hypercholesterinämie. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil des Arzneimittels, aktive Lebererkrankung oder unklarer, dauerhafte Erhöhung von Serum-Transaminasen auf mehr als das 3-fache des Normwertes, Myopathie, starker Alkoholkonsum, Schwangerschaft, Stillzeit, Frauen im gebärfähigen Alter, die keine geeigneten Verhütungsmethoden anwenden. Bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren liegen keine ausreichenden Erfahrungen vor. **Warnhinweis:** Sorgfältige Nutzen-Risiken-Abwägung und engmaschige Überwachung (Creatinkinase-Bestimmung) bei Pat. mit prädisponierenden Faktoren f. d. Auftreten von Rhabdomyolysen. **Nebenwirkungen:** Häufig (1–10%): Verstopfung, Blähungen, Dyspepsie, Übelkeit, Durchfall, allergische Reaktionen, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Benommenheit, Parästhesien, Hautausschlag, Pruritus, Myalgie, Arthralgie, Asthenie, Schmerzen im Brustkorb, Rückenschmerzen, periphere Ödeme. Gelegentlich (0,1–1%): Anorexie, Erbrechen, Thrombozytopenie, Alopezie, Hyperglykämie, Hypoglykämie, Potenzstörung, Anämie, periphere Neuropathie, Urtikaria, Myopathie, Impotenz, Unwohlsein, Gewichtszunahme. Selten (0,01–0,1%): Hepatitis, cholestatischer Ikterus, Myositis, Rhabdomyolyse. Sehr selten (<0,01% u. Einzelfälle): anaphylaktische Reaktionen, angioneurotischen Ödem, bullöses Exanthem (einschl. Erythema multiforme, Stevens-Johnson-Syndrom, toxisch epidermale Nekrolyse). Wie bei anderen HMG-CoA-Reduktase-Inhibitoren wurde ein Anstieg der Serum-Transaminasen beobachtet: bei 0,8% d. Patienten stieg der Wert auf mehr als das 3-fache d. oberen Normwertes. Wie bei anderen HMG-CoA-Reduktase-Inhibitoren wurde ein Anstieg der Kreatinphosphokinase(CPK)-Konzentration beobachtet: bei 2,5% d. Patienten stieg der Wert auf mehr als das 3-fache und bei 0,4% d. Patienten auf mehr als das 10-fache d. oberen Normwertes. **Abgabestatus:** Verschreibungspflichtig. **Packungsgröße und Preise:** Sortis 10 mg: 30 Filmtabletten (N1) € 37,41; 50 Filmtabletten (N2) € 55,85; 100 Filmtabletten (N3) € 102,00; Sortis 20 mg: 30 Filmtabletten (N1) € 53,86; 50 Filmtabletten (N2) € 81,66; 100 Filmtabletten (N3) € 150,12; Sortis 40 mg: 30 Filmtabletten (N1) € 81,70; 50 Filmtabletten (N2) € 96,20; 100 Filmtabletten (N3) € 178,62. Klinikpackungen. Bitte beachten Sie außerdem die Fachinformation. **Stand:** August 2003. **Pharmazeutische Unternehmer: PARKE-DAVIS GmbH, GODECKE GmbH, PFIZER GmbH und HEINRICH MACK NACHF. GmbH & Co. KG, 76139 Karlsruhe.** b-3V7so-ft-9 (SO/4/14/17) **www.pfizer.de**

Pfizer

1 Nawarski, J.W. et al., Arterioscler Thromb Vasc Biol 1995; 15: 678–682 **2** Schmitt, H. et al., Journal Cardiovasc Pharmacol Therapeut 1998; 3(2): 119–124 **3** Schwartz, G.G. et al., JAMA 2001; 285: 1711–1718 . **4** Seit Jahren stabiles Nutzen-Risiko-Verhältnis über den gesamten Dosierungsbereich (10 bis 80 mg). Data on file. **5** Nissen, S.E. et al., JAMA 2004; 291:1071-1080. **6** Cannon, C.P. et al., N Engl J Med; 350: 15. 8. April 2004

7 Atorvastatin 80 mg vs. Pravastatin 40 mg (jeweils Maximaldosierung in Deutschland)

EDITORIAL



Liebe Gour-med-Leser,

der Druckfehlerteufel steckt wirklich nur, dafür aber immer, im Detail. Im Editorial der letzten Ausgabe von Gour-med habe ich von den Österreichern und ihren Touristika geschrieben, natürlich haben einige von unseren Lesern nachgefragt, ob sie möglicherweise eine neue Wortschöpfung nicht mitbekommen hätten. Wär´ ja auch bei dem Erfindungsreichtum deutscher Wortschöpfer nicht ganz ungewöhnlich. Nein, so ist es nicht, gemeint waren ganz normale Touristiker. Menschen, die sich mit Tourismusmarketing und ähnlichen Dingen befassen.

Europa hat sich seit dem 1. Mai geographisch und politisch verändert: Zehn neue Länder sind hinzu gekommen, überwiegend aus dem östlichen Teil. Länder und Regionen, die schon heute attraktive Urlaubsziele sind, mit zum Teil sehr guten Infrastrukturen. In dieser Ausgabe stellt Ihnen Anne Wantia Slowenien vor, ein Land, in das es sich zu reisen lohnt.

Geschichte trifft Genuss, das ist das Motto des ehrwürdigen Relais & Châteaux BurgHotel „Hardenberg“. Kein geringerer als Marco Schwerin hat sich vorgenommen, das Restaurant „Novalis“ in die Top-Etagen zu kochen, unterstützt wird er von Katja Burgwinkel, zuletzt bei Bobby Bräuer im ,,Victorian“.

Eine besondere Champagner Empfehlung mit einem „Schnäppchenangebot“ hält diesmal Rakhshan Zhouleh für Sie bereit.

Die Weinempfehlung des Winzers Fürst habe ich im BurgHotel „Hardenberg“ entdeckt. Für die Gour-med-Weinfreunde haben wir eine Weinreise der ganz besonderen Art herausgesucht. Weingenuss und Trüffel suchen im Piemont ein kulinarisches Ereignis, wie man es nicht alle Tage erlebt.

Sportinteressierten, die sich die Olympiade in Griechenland nicht entgehen lassen wollen, empfehlen wir die luxuriösen Grecotels. Verwöhnen und Entspannung sind dort garantiert.

Über seinen Ausflug nach Sylt mit einem tollen Auto in einem ebenso tollen Hotel berichtet diesmal Horst-Dieter Ebert.

Wellness ist ein Wert an sich. Viele Urlauber stellen hohe Anforderungen an Wellness-Einrichtungen in Hotels. Entspannen wie einst die Könige können Sie in Bad Elster und in Bad Brambach im herrlichen Vogtland, ein Tipp auch für Ihre Patienten.

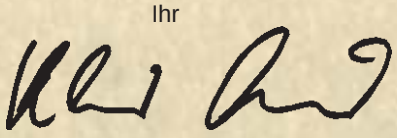
Über Ernährungstherapien bei Hypertonie berichtet Prof. Dr. Ursel Wahrburg in der Rubrik Ernährungsmedizin aktuell.

Naturheilverfahren finden in der Schulmedizin eine immer höhere Akzeptanz, nicht zuletzt deswegen werden wir über die Arbeit des Zentralverbandes „Der Ärzte für Naturheilverfahren und Regulationsmedizin e.V.“ (ZÄN) in einer ständigen Rubrik zukünftig berichten.

All dieses und noch viel mehr können Sie in dieser Ausgabe von Gour-med nachlesen.

Eine schöne Erdbeer- und Sommerzeit wünscht Ihnen wie immer
Ihr Gour-med Team und natürlich

Ihr



Klaus Lenser
Herausgeber

Besuchen Sie uns doch mal im Internet: www.gour-med.de

RINGHOTEL WREECHER HOF

★★★★

Etwas Besonderes auf Rügen

Reetgedecktes Hoteldörfchen

Schwimmbad, Fitness, Beauty und Wellness - Spezialität Rügener Kreide;
Elegantes Restaurant mit feiner, mehrfach ausgezeichneter Küche;
Gemütliche Zimmer und Suiten verschiedener Größe;
Greenfee-Ermäßigung für Hausgäste auf dem Golfplatz Schloß Karnitz.

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

http://wreecher-hof.de

Tinte gibt's im Kaufhaus. Blut nicht.

SPENDE BLUT

BEIM ROTEN KREUZ

Termine und Infos 0800 11 949 11 oder www.DRK.de

INHALT

6 **KochKöpfe**
Marco Schwerin aus dem „Novalis“

12 **Geniesser-Wein-Tipp von Rakhshan Zhouleh**
Duval-Leroy Champagner • Franken-Weine

14 **Geniesser-Tipp von Armin Roßmeier**
Tomaten – die roten Sonnenkinder

16 **Der besondere Tipp**
Uruguay • Grecotel „Mykonos Blu“ • Weinreise durch das Piemont • Slowenien • NRW Gourmet-Gala

29 **Unterwegs mit Horst-Dieter Ebert**
Eine Insel mit einem Stern zu wenig und ein launisches Auto

30 **Kulinaria der Welt**
Saint Martin: Langusten, Sonne, Strand und Meer

32 **Life-Style**
Lizzy Heinen – Edelstahlmöbel

34 **Buch-Tipps**
Empfehlungen zum Selberlesen und Verschenken

36 **Kur- und Heilbäder**
Neues Gütesiegel für Wellness-Angebote
Entspannen wie einst die Könige

40 **Ernährungsmedizin**
Ernährungstherapie bei Hypertonie • CMA: Zucker – einfach süß • Aktive Gesundheitsvorsorge mit Nestlé Nutrel • Godesberger Ernährungsforum • Pellissimo

54 **Medizin News**
Heile Haut • Bedan – Hautpflegekonzept

56 **Zän-Info**
Regulationsmedizin – eine zertifizierte Ausbildungsreihe

58 **Pharma News**
Intensive Cholesterinsenkung mit Atorvastatin (Sortis®) – die PROVE-IT-Studie • Reduktion des Herzinfarktrisikos durch Atorvastatin (Sortis®)

64 **Medizin Technik News**
Neues aus dem BVMed-Innovationspool

66 **Impressum**

Mit diesem Symbol kennzeichnen wir behindertenfreundlich ausgestattete Restaurants und Hotels

KochKöpfe

Marco Schwerin

Im Relais & Châteaux BurgHotel „Hardenberg“ trifft Geschichte auf Genuss

Mit Marco Schwerin in eine genussvolle Zukunft im Gourmet-Restaurant „Novalis“ in Nörten-Hardenberg

Klaus Lenser
Anne Wantia

Natürliche, aromatische Kräuterküche mit Schwerpunkt auf Wild, und Produkte aus der Region, das, so Marco Schwerin auf dem Hardenberg, wird zukünftig unsere kulinarische Richtung bestimmen. Mit Katja Burgwinkel, die bis vor kurzem mit Bobby Bräuer im Victorian in Düsseldorf kochte, sieht er die Realisierung seiner Genuss-Philosophie auf einen guten Weg gebracht.

Marco Schwerin's Karriere ist seit seiner Ausbildung stets auf Spitzenleistung ausgerichtet. So kochte er u.a. im „Grande Roche“ in Paarl, Südafrika, im „Grand Hyatt“ Berlin, im „Swissotel“ Berlin und seine letzte Station

BurgHotel Hardenberg

vor dem „Hardenberg“ war Executive Chef bei „Mosimann's Party Service“ in London.

Sicherlich wird das Restaurant „Novalis“ - der Namensgeber ist der berühmte Dichter Novalis, ein Vorgänger der Grafen von Hardenberg – im Relais & Châteaux BurgHotel „Hardenberg“ bald zur absoluten Spitzengastronomie in Deutschland gehören. Bietet doch das BurgHotel mit seinem erstklassigen Ambiente und seiner Ausstattung alle Voraussetzungen für Top Gastronomie und -hotellerie. Die exklusive Lage unterhalb der Burgruine, mit den vielen historischen Bauwerken und Skulpturen versetzt den Gast in eine romantische Stimmung, die den Alltag schnell vergessen lässt. Hier trifft im wahrsten Sinne des Wortes "Geschichte auf Genuss". Nicht nur, aber auch aus diesem Grund ist das BurgHotel ein beliebtes Ziel für Brautpaare und Hochzeitsfeiern. Aber der Hardenberg steht nicht nur für erstklassige Küche, dem Gast werden viele Möglichkeiten für ein abwechslungsreiches Wochenende oder einen Kurzurlaub geboten.

Schon Heinrich Heine schrieb in seiner "Harzreise": Es liegen noch viele andere Burgruinen in dieser Gegend. Der Hardenberg bei Nörten ist die Schönste." Tauchen Sie ein in die Weite des Hardenbergs, machen Sie eine Führung durch die Burgruine, oder entspannen Sie bei einem Bummel durch den herrlichen Schlosspark. Gerade mal 5 km entfernt gibt es für die Golfer unter Ihnen zwei 18-Loch Anlagen, das Hardenberg Golf Resort, das Ihre Herzen höher schlagen lassen wird. Die Golfschule wird von Stefan Quirmbach, unter Golfern ein Begriff, geleitet.

Über das Jahr verteilt gibt es immer wieder Events, die besondere Beachtung finden, wie die Reitturniere "Klassika", eine Dressurprüfung mit internationalen Dressur-Experten der Spitzenklasse und das Burgturnier, eine Springpferde-Prüfung mit weltweiter

Die 1000 Jahre alte Burgruine

Beachtung. Das historische Ambiente und die stilvolle Atmosphäre sind auch für verschiedene Musikveranstaltungen der richtige Ort.

Erleben, Genießen, Entspannen, ist das Motto von Hotel-Direktor Ralf O. Leidner und seinen Mitarbeitern. Genussvoll raffiniert ist der Haus-Aperitif – ein Fruchtsorbet mit Danziger Goldwasser übergossen und Champagner aufgefüllt – ein gelungener Auftakt für einen kulinarischen Abend. Für uns begann er mit verschiedenen Küchengrüßen wie Gurkensüppchen mit Shrimps, ein köstliches weißes Tomatenmousse, dazu verschiedene

Sous-Chef Katja Burgwinkel

Der stellv. Direktor Georg Rosentreter (mi.) mit Katja Burgwinkel und Marco Schwerin

Hotel-Direktor Ralf O. Leidner

KochKöpfe

Geschmackvolles Ambiente im Restaurant „Novalis“

Brotsorten und natürlich etwas vom Keiler – gepökelte Wildschweinpastete. Der Keiler ist seit 1700 das Wappentier der Besitzer. Nach dem vielversprechenden Auftakt wurde uns eine Trilogie von der Gänsestopfleber und ein Carpaccio von Seeteufel und Tunfisch, angerichtet auf einem Wildkräutersalat, perfekt zubereitet serviert. Die Kräuter zieht Marcus Schwerin im hauseigenenen Kräutergarten vor der Burgruine. Der Hauptgang, ein Jungschweinerücken mit Ingwer-Weißkohl, kross gebratenen Speckkartoffeln sowie Kalbsrücken mit Kräuterpüree und Nienburger Spargel passen in das mittelalterliche Ambiente des Burghotels und waren köstlich. Die Weine aus deutschen Landen, empfohlen von dem engagierten Georg Rosentreter, Restaurant-Chef und Vizedirektor, passten hervorragend zu dem Gang (siehe auch Wein-Tipps S. 13, Parzival vom Weingut Fürst).

Der „Haus-Aperitif“: Fruchtsorbet mit Danziger Goldwasser und Champagner

Der Wille zur Perfektion und natürlich das bereits vorhandene Können von Marco Schwerin und seiner Sous-Chefin Katja Burgwinkel werden sie in die Top-Etage der Gourmet-Gastronomie führen.

Natürlich haben wir wie immer für unsere Leser eine Menue-Empfehlung mitgebracht.

Viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit.

Rezepte

Imperial Kaviar auf Mousse von weißem Heilbutt und mit Räucherlachs gefüllte Kartoffeln

Für 4 Personen

60	g	Störkaviar oder Lachskaviar
100	g	Gemischte Blattsalate / je nach Saison

Mousse

125	ml	Fischfond
250	g	geräucherter Heilbutt
150	g	Crème fraîche
300	ml	Sahne
4	Blatt	Gelatine
		Salz, Cayenne Pfeffer, Zitronensaft

Gefüllte Kartoffeln

60	g	Räucherlachs
4	kleine	Kartoffeln
50	g	Mehl
1		Ei
50	g	Semmelmehl
250	ml	Pflanzenöl
		Salz

Rote Beete-Vinaigrette

200	ml	Hühnerfond
100	ml	Olivenöl
100	ml	Sonnenblumenöl
20	ml	weißer Balsamico Essig
20	ml	Rotweinessig
20	ml	Himbeeressig
1/2	EL	Dijon Senf
0,05	kg	Honig
100	g	rote Beete
		Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den geräucherten Heilbutt mit dem Fischfond zum Kochen bringen. Den Fond bis auf die Hälfte einreduzieren lassen und anschließend das Ganze fein pürieren und durchpassieren. Anschließend die eingeweichte Gelatine in dem noch warmen Püree auflösen und mit der Crème fraîche verrühren. Mit Salz, Cayenne Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und etwas abkühlen lassen. Wenn das Heilbuttpüree zu stocken beginnt, die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben, in die gewünschte Form abfüllen und kalt stellen.

Imperial Kaviar auf Mousse von weißem Heilbutt

Die kleinen Kartoffeln mit der Schale in Salzwasser bissfest garen, abpellen, halbieren und vorsichtig aushüllen. Den geräucherten Lachs fein hacken und die ausgehüllten Kartoffeln damit füllen und wieder zusammensetzen. Anschließend die Kartoffeln zuerst in Mehl, Ei und dann in Semmelmehl vorsichtig wälzen und in Pflanzenöl goldgelb ausbakken.

Für die Rote Beete-Vinaigrette die Rote Beete schälen und zusammen mit dem Hühnerfond weichkochen. Das Ganze pürieren, passieren und anschließend um die Hälfte einreduzieren lassen. Die Reduktion zusammen mit dem Rotweinessig, weißem Balsamico, Himbeeressig, Dijon-Senf und Honig verrühren, das Olivenöl und Sonnenblumenöl langsam dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmekken.

Fertigstellung

Das Heilbuttmousse aus der Form lösen und auf einem Teller anrichten und den Kaviar darauf geben. Die gebackenen Kartoffel halbieren und ebenfalls dazugeben mit etwas Salat und Rote Beete-Vinaigrette servieren

Deluxe-Doppelzimmer

Grafensuite

Gerolltes Filet vom deutschen Jungbullen mit Wildkräutern und glasiertem jungen Gemüse

Für 4 Personen

Zutaten

500	g	Jungbullenfilet oder Rinderfilet
100	g	gehackte Wildkräuter
50	g	Mini Karotten
50	g	Navetten
50	g	Mini Mais
50	g	Kaiserschoten
50	g	Grüner Spargel
50	g	Junger Lauch
200	ml	Brauner Kalbsfond
50	g	Basilikum Pesto
100	g	Butter
		Salz, Pfeffer

Kräuter Gnocchis

350	g	Kartoffeln, mehligkochend
50	g	Hartweizengrieß
100	g	gehackte Kräuter
25	g	Parmesan
2		Eigelb
		Salz, Pfeffer

Jungbullenfilet mit Wildkräutern

Zubereitung

Das Filet vom Metzger der Länge nach aufschneiden und etwas plattieren lassen. Das vorbereitete Filet mit Salz und Pfeffer würzen und die gehackten Kräuter gleichmäßig darauf verteilen. Das Ganze zusammenrollen, binden und von allen Seiten scharf anbraten und im Ofen bei 180 °C für 8 bis 10 min garen. Mit Aluminiumfolie bedeckt 10 min ruhen lassen.

Das Gemüse putzen und in Salzwasser bissfest garen, in Eiswasser abschrecken, damit es nicht weitergaren kann und die Farbe erhalten bleibt. Das Gemüse in Butter und etwas Wasser glasieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffelgnocchis die Kartoffeln in der Schale zugedeckt in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abgießen die Kartoffeln in den Topf zurückgeben und auf der ausgeschalteten Herdplatte ausdampfen lassen. Die Kartoffeln noch heiß schälen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Die Kräuter fein hacken, Grieß, Kräuter, Parmesan, Eigelb und Gewürze unter die Kartoffeln mischen und von Hand rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen. Zum Formen den Kartoffelteig in zwei bis vier Portionen teilen und diesen auf Grieß zu ca. zwei Zentimeter dicken Rollen formen. Drei bis vier Zentimeter lange Stücke abschneiden, und über eine gemehlte Gabel drücken, damit das typische Muster entsteht. Die Gnocchis in reichlich Salzwasser abkochen.

Fertigstellung

Für die Sauce den Kalbsfond um ein Drittel einreduzieren lassen, das Basilikumpesto dazugeben und die kalte Butter langsam einrühren damit die Sauce bindet. Die Kartoffelgnocchis in ein wenig Butter anbraten, das Gemüse glasieren und das Fleisch in Scheiben schneiden. Das Ganze auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Rezepte

Erdbeer Crème brûlée mit Sabayone Eis

Erdbeer Crème brûlée mit Sabayone Eis von altem Balsamico und knuspriger Mandelhippe

Für 4 Personen

Zutaten

150	g	Erdbeeren
		Puderzucker
		Frische Minze

Erbeer-Crème brûlée

275	g	Sahne
75	g	Milch
1		Vanilleschote
170	g	Eigelb
75	g	Zucker
375	g	Erdbeerpüree
2	cl	Hardenberg Wilde Waldbeere

Sabayone Eis

125	ml	Rotwein
125	ml	8 Jahre alten Balsamico
2		Eigelb
50	g	Zucker
125	ml	Sahne

Mandelhippe

100	ml	frischer Orangensaft
230	g	Zucker
65	g	Mehl
140	g	Butter
125	g	gehobelte Mandeln

Zubereitung

Für die Crème brûlée den Zucker mit dem ausgeschabten Mark der Vanille vermischen. Das Eigelb in eine Schüssel geben und mit dem Vanillezucker gut verrühren. Die Milch zusammen mit der Sahne aufkochen und langsam unter die Eigelbmasse rühren. Die Masse etwas abkühlen lassen und mit dem Erdbeerpüree und dem Waldbeerlikör verrühren, durchpassieren und auf vier feuerfeste Formen verteilen. Das Ganze bei 90 °C im vorgeheizten Ofen für 30 bis 40 min backen. Die Crème soll nur stocken und darf nicht kochen. Die Crème für eine Stunde kalt stellen. Vor dem Anrichten mit etwas braunem Zucker bestreuen und unter dem Grill karamellisieren lassen.

Für das Eis den Rotwein mit dem alten Balsamico auf die Hälfte einreduzieren lassen. Die Eigelbe mit dem Zucker und der Reduktion über einem Wasserbad aufschlagen, etwas abkühlen lassen und die steif geschlagene Sahne langsam unterheben. Das Eis in ein geeignetes Gefäß abfüllen und im Froster gefrieren lassen.

Für die Mandelhippen die Hälfte vom Orangensaft mit dem Zucker gut vermischen, das gesiebte Mehl dazugeben und gut verrühren so dass sich keine Klümpchen bilden. Den restlichen Orangensaft zufügen und zum Schluss die zerlassene Butter beifügen. Das Ganze für ca. 3 Stunden kalt stellen. Backpapier auf ein Blech legen und darauf von der Masse einen 10 cm großen und 2 mm dicken Kreis streichen. Mit Mandeln bestreuen und im vorgeheiztem Ofen bei 200 °C goldbraun backen. Danach über eine große Flasche legen und abkühlen lassen.

Fertigstellung

Die Crème brûlée auf einem Teller anrichten, eine Kugel Eis abstechen und mit frischen Erdbeeren und etwas Minze ausgarnieren.

Fotos: Burghotel Hardenberg (8)
Anne Wantia (6)

Weitere Informationen:

BurgHotel Hardenberg
Hinterhaus 11
37176 Nörten-Hardenberg

Tel.: 05503/9810
Fax: 05503/981-666
info@burghotel-hardenberg.de
http://www.hardenberg-burghotel.de

Tagungsraum „Hoppegarten“

„Der Wein-Genießer-Tipp“

Rakhshan Zhouleh präsentiert diesmal Champagner …

Liebe Gour-med-Leser,

Duval-Leroy wurde 1859 in Vertus gegründet und befindet sich seit dem in 6. Generation in Familienbesitz und hat sich in den letzten Jahren mit außergewöhnlichen Qualitäten im Kreis der zehn bedeutendsten Häuser etabliert. Moderne Produktionsabläufe, Ehrgeiz und Leidenschaft sowie die kontinuierliche Verbesserung der Champagnerweine sind die Garanten für den Erfolg. Besonderen Wert wird auf ökologischen Anbau und Ausbau der Weine gelegt. Insgesamt gibt es 13 unterschiedliche Cuvées; jede sehr individuell durch Zusammensetzung unterschiedlicher Grundweine geprägt. Alle Qualitäten überzeugen mit ihrer Eleganz, Reinheit, Frucht und Gradlinigkeit von einer stilistischen Beständigkeit. Die Belohnung dafür sind Auszeichnungen bei allen internationalen Wettbewerben. Duval-Leroy ist in den letzten Jahren das Champagnerhaus mit den meisten Medaillen bei MUNDUS VINI (Großer Internationaler Weinpreis): Großes Gold, vier Goldmedaillen und sieben Silbermedaillen.

Die Champagne besteht aus den drei Hauptanbaugebieten MONTAGNE DE REIMS, VALLÉ DE LA MARNE und COTE DES BLANC. Hier dominieren hauptsächlich Kalkböden. Da es sich hier um eines der nördlichsten Anbaugebiete der Welt handelt, reifen die Trauben nur sehr langsam und werden früh geerntet. Dadurch gewinnt man einen hohen Säuregehalt, was für die Schaumweinproduktion vorteilhaft ist.

Die unterschiedlichen Rebsorten geben den Weinen ihre typischen Merkmale. Der Chardonnay steht für Eleganz und Finesse. Der Pinot Noir bürgt für Struktur und Fülle und der Pinot Meunier schenkt dem Wein zugängliche Frucht.

Duval-Leroy
Premier Cru
Brut

Dazu empfehle ich das Champagner-Glas von Schott Zwiesel

Der Premier Cru ist sommerlich und fröhlich in der Farbe, wobei grünliche Lichtpunkte sein Strohgelb beleben. Der laute mineralische Ruf seines Buketts wird unterbrochen durch die leiseren Töne von Frische, Florale und Gewürzen. Schon in der Perlage ist die vitale Ausdruckskraft und Eleganz erkennbar. Dank seiner abwechselnd exotischen Tiefe und zart frischen Attacken bis hinein in den weichen, cremigen, überaus anmutigen Nachhall erobert dieser Wein im Sturm den Gaumen. Serviertemperatur: 7-9 °C

Duval-Leroy
Rosé de Saignée
Brut

Er zeichnet sich durch ein leuchtendes, festliches Rosa aus. Feine würzige rote und dunkle Waldbeeren (Edle Pinot) und weiche Düfte von Sommerblumen wirken wie eine geheimnisvolle, sinnliche Begegnung. Gleich einer Schatzkammer strahlen die Perlen Reichtum und Ehre aus. Ein Komplementärprodukt, ein Wein, der ganz anders ist. Servier-temperatur: 7-9 °C

Diesen Champagner serviere ich ebenfalls im Champagner-Glas von Schott Zwiesel,

Bezugsquelle:
Duval-Leroy
Hohenzollernring 18
22763 Hamburg
Tel.: 040/333 10 40
Fax: 040/333 10 420
http://www.duval-leroy.com
duval-leroy@t-online.de

Sonderpaket nur für Gour-med-Leser:

2 x 0,75 l Fl. Premier Cru und
1 x 0,75 l Fl. Rosé de Saignée

zum Preis von **78,- Euro inklusive Versand und MwSt.** **(Literpreis 34,67 Euro inkl. MwSt.)**

Direkt zu bestellen direkt bei Duval-Leroy

... und Franken-Weine

Rakhshan Zhouleh

Das Weinanbaugebiet Franken, wird durch die Mittelgebirge des Odenwaldes im Westen, der Frankenhöhe und den Frankenbergen im Süden, dem Steigerwald im Osten, den Hassbergen im Nordosten und der Rhön im Norden umfasst. Die geologisch bodenkundlichen Gegebenheiten der Rebenstandorte sind besonders vielfältig. Der Boden in vier Hauptgebiete unterteilt: Urgestein, Buntsandstein, Muschelkalk und Keuper.

Der Geburtsort eines Weines stellt ein wesentliches Merkmal für seine Eigenart und seinen Charakter dar. Je nördlicher, um so genauer und enger begrenzt sollte die Herkunft angegeben sein, da der Einfluss von Kleinklima, Boden und Lage stärker ist.

Das fränksiche Weinanbaugebiet liegt in klimatisch maritim und kontinental-maritim beeinflussten Zonen. Das Klima ist vor allem gekennzeichnet durch harte Winter, trockene Sommermonate und Frostbeeinflussungen im Herbst, Winter und Frühjahr.

2003 Bürgstadter Centgrafenberg
Riesling Spätlese trocken
Weingut Rudolf Fürst

Der Riesling zeigt eine strohgelbe, gründurchwirkte Tönung. Eleganz und Vitalität und ein berauschendes Bukett aus hellen Früchten. Mit seiner bezaubernden fleischigen Struktur, sowie einer ausgewogenen Geschmacksentwicklung und seinen angenehmen jugendlichen Dimensionen von delikater Raffinesse mit langem mineralisch eingefärbtem Nachhall, ist dieser Riesling aus Franken ein ausgezeichnetes Beispiel für das Jahr 2003 in Deutschland. Serviertemperatur: 7-9 °C im Sommer und 10-12 °C im Winter

Dazu empfehle ich das Riesling-Glas (Enoteca) von Schott Zwiesel

2002 Parzival
Qualitätswein b.A. trocken
Weingut Rudolf Fürst

Die Farbe und Frucht des Cuvées weisen auf einen parziellen Dominacharakter (tief und spielerisch) hin, d. h. er ist farbintensiver als herkömmliche Standardsorten. Das Ganze wird gestützt auf einer Pinotstruktur. Der Wein ist wie ein Buch, das man Seite für Seite durchblättert und darin die Handschrift des Autors (der Winzer) wieder erkennt. Die zunehmende Raffinesse mit gedämpftem Eichenton und die weiche, lineare Geschmacksentwicklung bieten einen cremigen, ordentlich persistenten Nachhall. Serviertemperatur: 15-16 °C

Bezugsquelle:

Weingut Paul und Monika Fürst
Hohenlindenweg 46
63927 Bürgstadt am Main
Tel.: 09371/8642
Fax: 09371/69230
o://www.weingut-rudolf-fuerst.de
info@weingut-rudolf-fuerst.de

Das Bukett kommt sehr gut im Burgunder Glas (Enoteca) von Schott Zwiesel zur Geltung

Viel Spaß beim Degustieren!

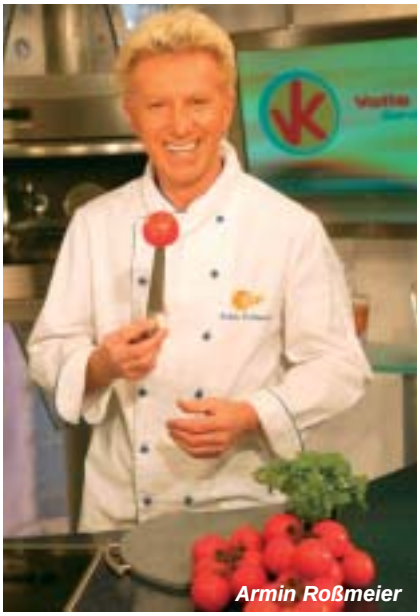
Ihr

Rakhshan Zhouleh

Rhakshan Zhouleh war 2002 Sommelier des Jahres, ausgezeichnet von Gault-Millau. Heute ist er Sommelier in der exklusiven Privat-Gastronomie Elb-Lounge in Hamburg. http://www.elb-lounge.de

„Der gesunde Genießer-Tipp“

... von Fernsehkoch Armin Roßmeier


Armin Roßmeier

Tomaten – die roten Sonnenkinder!

Der Ursprung der Tomate liegt in Peru und Ecuador. Spanische Eroberer haben die Tomate im 16. Jahrhundert mit nach Europa gebracht, wo sie zunächst in den Gärten als Zierpflanze gehalten wurde. Die damals noch kleinen Früchte grün bis rot, hat man als giftig angesehen, da sie den Kartoffelfrüchten sehr ähnlich waren.

Ende des 18. Jahrhunderts wurde die Tomate kultiviert und landete dann auf den Speisetellern in Spanien und Italien. Nach dem 1. Weltkrieg hat dann die Tomate ihren Siegeszug durch die deutsche Küche angetreten, war schnell beliebt und ist heute „Highlight“ in der Salatküche geworden.

Ihren Namen hat die Tomate von den Ureinwohnern Mexikos, den Azteken, diese nannten die Frucht „Tomatle“ – daraus entstand der Name Tomate. Die Tomate ist ein Fruchtgemüse und zählt zu den Nachtschattengewächsen.

Grob eingeteilt kennen wir die Fleisch-, Strauch-, Garten- und Eiertomate, daneben die kleinen Kirschtomaten und grüne Tomaten – diese eignen sich jedoch nicht als Rohkost, sondern werden nur für Chutneys, Konfitüren oder zum Einmachen verwendet. Tomaten müssen durchgängig rot sein und sollen keine grünen Stellen aufweisen, hier wäre Solanin gespeichert, eine glatte, feste Haut haben und keinerlei Druckstellen. Im Gemüsefach des Kühlschranks 3-4 Tage bedenkenlos haltbar, Eiertomaten 6-8 Tage.

Tomaten sollte man je nach Einsatz in der Küche einkaufen, hier einige Empfehlungen:

Die Fleischtomate hat wenig Säure und Kerne, deshalb zum Füllen oder filetieren bestens geeignet, die stabile Haut macht sie etwas länger lagerfähig.

Strauchtomate – die Salattomate, kräftiges rot, kleine Kerne, aromatischer Geschmack, der Stielansatz mit dunklem grün, zeugt von absoluter Frische.

Gartentomaten sind die Klassiker in der Salat- oder Saftküche, als Belag oder auch für Grilltomaten bestens geeignet.

Eiertomaten spielen bei uns in Deutschland keine große Rolle, ihre Haut ist fest, fast hart, eigentlich nur zum Füllen oder Braten im Einsatz.

Kirschtomaten, die kleinen Verführer, haben mehr Säure als ihre großen Brüder, deshalb im Geschmack sehr intensiv. Als schnelle Rohkost für Garnituren immer eine Delikatesse – aber aufgepasst, Kirschtomaten abziehen ist kulinarischer Snobismus, denn nur mit der Schale verzehrt entfalten sie ihr volles Aroma.

Gesund sind alle Sorten, besonders aber die roten – das in ihnen enthaltene Lycopin, was wir als Zellschutz und zur Zellenerneuerung benötigen, zeichnen sie aus. Aber auch Kalium, Calcium, Magnesium und Eisen sowie fast alle B-Vitamine (Ausnahme B 6), Vitamin C und das Hautschutzvitamin E, machen die Tomate zu einem Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele.

Lassen Sie sich von meinen Rezeptideen inspirieren und genießen Sie die roten Sonnenkinder so oft als möglich.

Rezepte

Eiertomaten gefüllt mit Sardellen-Tatar überbacken auf Rahmzucchinis

(2 Personen)

Eiertomaten gefüllt mit Sardellen-Tatar

Zutaten

320	g	Tatarfleisch (durchgelassen)
1		Zucchini
3		Eiertomaten
1/4		Paprikaschote gelb
1/4		Zwiebel rot
6		Sardellenfilets
1		Eigelb
3	EL	geriebener Käse
4		Oliven schwarz
1	TL	Kapern
1/4		Essiggurke
1/4		Frühlingszwiebel (kleine Zwiebel)
1/8	l	Gemüsebrühe
2	EL	Sahne
1/2	EL	Butterschmalz
2		Kapuzinerkresseblüten
		Pfeffer, Salz

Vorbereitung

Zucchini mit Küchenkrepp gut abreiben, fein hobeln. Eiertomaten abziehen, halbieren, entkernen. Paprika entkernen, säubern, feinwürfelig schneiden. Oliven entkernen, grob hakken; Sardellen und Kapern fein hacken. Zwiebel schälen, feinwürfelig schneiden, Essiggurke ebenfalls feinwürfelig schneiden. Frühlingszwiebel säubern, feine Röllchen schneiden.

Zubereitung

Tatarfleisch mit Eigelb, Sardellen, Kapern, Oliven, Essiggurken, Paprika, Zwiebel, Frühlingszwiebel gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Eiertomaten mit Tatarmasse füllen, in eine Pfanne mit etwas Brühe setzen, Tomaten mit geriebenem Käse bestreuen, im vorgeheizten Ofen bei 160 – 170 °C ca. 20 Minuten garen. Zucchini in heißem Butterschmalz angehen lassen, mit etwas Sahne angießen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Anrichten

Zucchini als Bett auf flachem Teller anrichten, Tomaten darauf setzen, mit Kapuzinerkresseblüte garnieren.

Salat mit Garnelen und Caesardressing

Zutaten für vier Personen

16		Garnelen (á 20 g)
40	g	Bärlauch
240	g	Chicoréeblätter
240	g	Lolo rosso
120	g	Frühlingslauch
80	g	Zwiebeln rot
8		Basilikumsträußchen
8		Minze Sträußchen
1,5	EL	Rapsöl
360	g	Tomaten

Salat mit Garnelen

1	EL	Limonensaft
2		Eigelb
2		Knoblauchzehen
3	EL	geriebener Hartkäse
100	ml	Weißwein
2	TL	Körnersenf
6	EL	Rapsöl kalt gepresst
3	EL	weißer Balsamico
1,5	EL	Dill gehackt
		Salz, Pfeffer

Vorbereitung

Garnelen schälen, Darm entfernen, säubern. Bärlauchblätter waschen, abtropfen lassen. Tomaten waschen, trocknen, Haus ausschneiden, in Ecken schneiden. Chicoréeblätter säubern, Lolo rosso waschen, abtropfen lassen, in kleine Blätter reißen. Frühlingslauch säubern, schräge Röllchen schneiden. Zwiebel schälen, in Ringe schneiden, Knoblauch schälen. Ei, Hartkäse, Weißwein, Körnersenf, Dill, Knoblauch dazupressen, in den Mixer geben und mit Salz und Pfeffer würzen, kurz anmixen, Rapsöl, Balsamico, Limonensaft zugeben, nochmals gut durchmixen.

Zubereitung

Chicoréeblätter, Bärlauchblätter als Bett auf Teller anrichten, Lolo rosso, Tomatenecken darüber verteilen. Garnelen in heißem Rapsöl kurz auf den Biss braten, würzen, auf vorbereitete Salatplatte verteilen, Frühlingszwiebeln darüber streuen. Mit Caesardressing überziehen, mit Minzsträußchen und Basilikum garnieren. Zwiebelringe darüber verteilen.

Tipp: Krosses Stangenbrot mit Knoblauchbutter dazu servieren.

Tomatencarpaccio

Zutaten für vier Personen

8		Tomaten (á 80 g)
160	g	Champignons
160	g	Frühlingszwiebeln
80	g	Rucola
160	g	Parmesan am Stück
6	EL	Rapsöl kalt gepresst
5	EL	Balsamico
2	EL	Basilikum
1,5	EL	Limonensaft
1	Prise	Zucker
		Salz, Pfeffer

Vorbereitung

Tomaten waschen, trocknen, Haus ausschneiden, dünne Scheiben schneiden. Basilikum abzupfen, in feine Streifen schneiden. Champignons mit Küchenkrepp gut abreiben, dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln säubern, dünne schräge Scheiben schneiden. Rucola waschen, gut abtropfen lassen. Rapsöl, Balsamico, Limonensaft, Prise Zucker, Salz und Pfeffer gut verrühren.

Zubereitung

Tomaten auf Teller überlappend auflegen, Champignons und Frühlingszwiebeln darüber verteilen, mit Marinade überziehen, mit Basilikum bestreuen und Parmesanspäne darüber schaben. Mit Rucola garnieren, mit Pfeffermühle nochmals über das Carpaccio gehen.

Tomatencarpaccio

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

Ihr

Armin Roßmeier

Fotos und Text: Armin Roßmeier
http://www.armin-rossmeier.de

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

URUGUAY –

Eingangsbereich der Estancia

GENIESSEN WIE DIE KOLONIALHERREN

Kolonialistischer Charme in der Stancia San Pedro de Timote

Hola, Buenos Dias! Grüßt der Gaucho, lässig auf seinem kreolischem Pferd sitzend, in der Rechten ein Seil, an dem er eine kleine Gruppe Pferde führt. Willkommen auf unserer Farm.

Die Estancia San Pedro de Timote befindet sich etwa 2 Autostunden nördlich von Montevideo inmitten einer malerischen Hügellandschaft. Wären da nicht einige Autos, die vor dem Hauptgebäude parken, man würde meinen, die Zeit wurde im vorletzten Jahrhundert angehalten.

Die Leute an der Rezeption sind freundlich und diese Freundlichkeit ist spürbar ehrlich. Nach dem Einchecken führt der Weg zum Gästezimmer über den Innenhof zu den weitläufigen Anbauten. An gepflegten herrlichen Gärten und Blumenbeeten entlang, betritt man die alten Gebäude. In den Salons und Gesellschaftsräumen könnte das alte Mobiliar von einst sicher manche interessante Geschichte erzählen. Die Bilder an den Wänden und viele Fotos zeugen von der Historie der Estancia. Alle diese Dinge machen das Leben der Kolonialherren allgegenwärtig.

Ausritt an menschenleeren Stränden

Neben dem Herrenhaus, das vom spanischen Kolonialstil geprägt ist, befinden sich die Gebäude der Angestellten, ebenso die obligatorische Pferdekoppel. Es sind knapp 100 Pferde, alle von dieser kreolischen Rasse in den verschiedensten Farben, die man hier zu Gesicht bekommt. Hinter dem Hauptgebäude erstreckt sich ein enormes Waldstück. Hier wachsen auch einige Ombu's, jene bizarren Bäume, die nur in diesem Winkel der Erde zu finden sind. Ansonsten besteht der Wald hauptsächlich aus riesigen Eukalyptusbäumen, die in der heißen Jahreszeit etwas Kühle spenden.

Die heute noch 2600 Hektar große Farm ist die älteste in Uruguay. Sie lässt sich mit dem Auge nicht überblicken und ist am besten auf dem Rücken eines Pferdes zu erkunden.

Für das leibliche Wohl der Gäste wird in einem der Nebenhäuser gesorgt. Nachmittags um 5 Uhr ist Teatime, ein seltsam anmutender Brauch in diesem Teil der Welt. Hausgemachte Kuchen in unglaublicher Vielfalt lassen den aufkommenden Hunger schnell wieder verschwinden. Danach bleibt noch genügend Zeit

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

zum Relaxen am Pool. Jetzt steht die Sonne schon tiefer und es ist nicht mehr ganz so heiß. Bis zur Cena, dem Abendessen sind es noch einige Stunden.

In Uruguay beginnt die Cena nicht vor 21.30 Uhr. Die Palette der Vorspeisen ist vielfältig und alles aus dem „eigenem Garten“. Salate, Gemüse oder hausgemachte Pasteten lassen Gourmets auf ihre Kosten kommen. Der Hauptgang besteht in der Regel aus Fleisch. Ob vom Rind, von der Ziege, vom Lamm oder Schwein, alles regional beste Qualität. Der würzige Duft des Holzkohlegrills macht Appetit. Ein Fleischspieß, würzige Rinderbratwürste, Schweinerippen oder ein Filetstück vom Rind, für jeden ist etwas dabei. Unbedingt probieren sollte man auch Pamplona, eine uruguayische Spezialität. Rinderfilet gefüllt mit Käse und Paprika, wird im Naturdarm gegrillt und schmeckt köstlich.

Beeindruckend ist auch der Rotwein, der in hervorragender Qualität angeboten wird. Der Tannat, von einem spanischen Einwanderer eingeführt ist eine Sorte, die heute nur noch in Uruguay angebaut wird.

Auch wenn man schon satt ist, führt kein Weg um die Nachspeisen herum.

Relaxen an Uruguays Stränden

Flan, Pudding oder Eiscreme mit Früchten sind nur ein kleiner Auszug aus dem Repertoire.

Nicht nur die Küche, die freundlichen Menschen, die Vielfalt der Aktivitäten sowie die Ruhe auf dem Land lassen den Aufenthalt auf einer Estancia zum unvergesslichen Erlebnis werden.

Allgemeine Informationen

„Fluss der gemalten Vögel“ nannten die Ureinwohner einst Uruguay.

Montevideo

Das kleine Land liegt eingebettet zwischen seinen riesigen Nachbarn Argentinien und Brasilien am atlantischen Ozean. Uruguay bietet seinen Gästen auf kleinstem Raum eine Vielzahl an touristischen Möglichkeiten.

Für Naturfreunde ein Paradies ebenso für Pferdefreunde. Biken, Wandern, Trekking, Fischen oder Jagen, für jeden ist etwas dabei. Menschenleere Strände genauso wie mondäne Seebäder mit lebhaftem Nachtleben, alles findet sich hier auf kleinstem Raum. Punta del Este, der berühmteste Strand von Südamerika ist lediglich eine Autostunde von der Hauptstadt Montevideo entfernt. Freundliche Menschen und die niedrigste Kriminalitätsrate in Südamerika sind ein zusätzliches Argument für Uruguay. Die Nähe zu Buenos Aires lässt alle Möglichkeiten für einen Besuch der südamerikanischen Metropolen und zu Rio de Janeiro offen.

Die beste Reisezeit ist November bis April.

Text + Fotos: Werner Rau

Weitere Informationen:

wrs-Reisen
Werner Rau
Tel. 089/800 1453
http://www.wrs-reisen.de

Absolutes Weiß und Blau: Das Grecotel „Mykonos Blu“

Hier werden Abenteuerseelen von Meer und Himmel hypnotisiert...

Klaus Lenser

Am Busbahnhof vorbei, an der Taverne, vor der die Taxifahrer auf Kundschaft warten, hinein ins Labyrinth von ``Chora´´ ins Zentrum von Mykonos, Schmelztiegel von Jetset und Rucksacktourismus. In den engen Gassen wirbelt das Leben, man gestikuliert und schwadroniert, frau flaniert gesenkten Blicks doch selbstbewusst auf dem Bürgersteig, man trinkt und spielt – und noch ein Ass knallt auf den Tisch des Kafenios! Das Kopfsteinpflaster drückt durch die Sohlen der Schuhe.

Das „Mykonos Blu“

Weiße Häuschen dicht an dicht, als würden sie sich gegenseitig Schatten spenden in diesem Sonnenland. Hölzerne oder steinerne Außentreppen führen auf ihre flachen Dächer, dort weht die Wäsche in der salzigen Luft. Kirchenglocken läuten die Zeitansage herüber, so genau nehmen sie´s nicht, orthodox hin oder her. Pieksauber und piekfein wie am Rodeo Drive oder auf der Kö, doch eingepasst in die Winzigkeit der griechischen Inselarchitektur: Boutiquen und Parfümerien, goldene Portale vor mondänen Galerien, daneben typisch griechische Tavernen.

Weiter geht´s das abschüssige Kurvensträßchen runter zum Hafen, vorbei an rotierenden Windmühlen, und dort liegt die offene Bucht. Die Luft riecht nach Fisch, der hier so frisch wie nirgends in den Einkaufstaschen der griechischen Hausfrauen verschwindet.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Früher war Mykonos einmal das Aschenputtel der Kykladen, karg und unfruchtbar. Doch allein die Farben, das Blau und das Weiß, die edlen Galerien, die rot gedeckten Kirchen belehren eines Besseren.

Das Grecotel „Mykonos Blu“ – einen anderen Namen kann dieses Hotel nicht tragen angesichts des Farbenspiels der Anlage. Blau und Türkis, eingerahmt von einer hellen geschwungenen Bucht, leuchtet die Ägäis herauf zu dem weißen Haus hoch oben über dem Psarou-Strand, in ruhige Idylle getaucht und doch nur fünf Autominuten entfernt von der pulsierenden Innenstadt.

Eine Sinfonie in Blau allein schon die Designer-Rezeption. Sie besteht aus einem wuchtigen Apothekentresen mit 50 gläsernen Schubladen, aus denen fünfzigmal verschieden blaues Licht strömt. Jeder Zimmerschlüssel ``wohnt´´ in seiner eigenen Metallschütte an der Rückwand, und unter der Decke spiegeln 12 riesige Einweckgläser die Blautöne des Ägäischen Meeres. In kräftigem Kontrast, jedoch erst abends zu bewundern und in Harmonie mit den Farben des Sonnenuntergangs, erstrahlen zwischen den

Die Deluxe Junior Bungalow Suite mit eigenem Pool und Terrasse

Die Lounge

gegenüberliegenden Fenstern zwei überdimensionale rote Neonherzen. Die weitläufige Lounge des Hotels ist mit üppigen Wohnmöbeln und beinahe verborgenen Sitzgruppen in den Ecken bestückt. Hier dominieren warme Farben und ein hölzerner Fußboden, zwischen den Säulen schweben Sesoules, durch Seile an der Decke befestigte Sofas, drum herum eine verschwenderische Vielzahl leuchtender Kerzen. Zwei Stufen hinauf, am Ende des

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Saales, erhebt sich in Form einer Walflosse die Bar, ganz aus Chrom und Holz.

Der besondere Stolz des „Mykonos Blu“ ist die „Elixir Fitness Gallery“, die nach dem neuesten Stand der Technik ausgestattet ist. Ein Fitnessclub, im Design dem schlichten ägäischen Stil entsprechend, mit himmlischen Ausblicken über das ruhige Meer.

Im Restaurant hat man fast das Gefühl, in einer Bücherei zu sein. Zwischen beige gesprenkelten, mächtigen Säulen lagern Hunderte Bücher, Folianten und Manuskripte. Und von den

Die Rezeption der „Elixir Fitness Gallery“

Candle Light Dinner auf der Terrasse Ihrer Suite

bläulich gesprenkelten Wänden blicken ernst die Söhne Mykonos´ von schwarz-weißen Fotografien. Es handelt sich dabei um die Poeten der Ägäis, nach denen das Restaurant benannt wurde. Das ``Poets of Aegean´´ gilt als eines der besten Restaurants Griechenlands. Hier treffen sich nicht nur die Hotelgäste, sondern auch die Gourmets aus aller Welt, deren Yachten unten im Hafen liegen oder die aus anderen Hotels herbeieilen, um die preisgekrönten gegrillten Meeresfrüchte vom Spieß mit Kräutern der Ägäis oder das beliebte Sofrito, Schweinefilet mit Knoblauchsauce, zu genießen. Die Karte ist enorm vielseitig, international und landestypisch zugleich, auch die Weinliste dürfte selbst ausgefallene Geschmäcker begeistern.

Noch ein Wort zum Frühstücksangebot. Wenn es einen ``Five Star Breakfast Award´´ geben würde, hätte das Grecotel „Mykonos Blu“ diesen Preis verdient. Dreißig verschiedene Brot- und Gebäcksorten, Kuchen, Plätzchen, dazu Honig, geräucherter Lachs, Makrele, Forelle, Eier in allen erdenklichen Darreichungsformen, britische baked beans, deutsche Aufschnittplatten und multikulturelle Käseplatten mit Feta sowie zentraleuropäischen Sorten, Gemüseplatten mit warmem Blu-

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

menkohl und geschmorten Tomaten, nebenan das volle Müsli-Arsenal und und und. Dazu eisgekühlter Sekt und ein Kaffee, der diese Bezeichnung verdient.

Vorbei am blau schimmernden Pool, ein paar Treppen hinab kann man einige der 100 Bungalows erblicken, die in den Farben Weiß und Blau und mit den landestypischen Flachdächern versehen sind. Die Bungalows verteilen sich in verwinkelten Gruppen im subtropischen Garten mit Dattelpalmen, riesigen Agaven und Ohren-Kakteen, der sanft zum Meer abfällt. Rosen klettern an Natursteinmauern empor, als hätten sie dieselbe „Sehnsucht“ nach der gewaltigen Aussicht von den allgegenwärtigen blauen, hölzernen Balkonen. Im Inneren dominiert kühle Eleganz als Reminiszenz an die Klarheit der Kykladeninseln.

Vier unterschiedliche Raumkategorien gibt es, fast alle verfügen über Meerblick von der privaten Veranda, alle haben ein romantisches Himmelbett und eine Sitzgruppe in den typischen Farben Hell- und Dunkelblau. Technisches von der Air-Con über Sat-TV mit 30 Programmen, Safe und CD-Player bis hin zum automatischen Wake-up Call – nichts fehlt, was man in einem Fünf-Sterne-Haus erwartet. Blumen, Pralinen und Tageszeitung kommen täglich neu, die Minibar ist reichlich bestückt, und im Kleiderschrank findet sich eine ``Wunderkiste´´ aus Metall mit Rotwein, Einmalkamera, getrockneten Mangos, Nagellackentferner, Olivenöl, Bvlgari-Taschentüchern und Halstabletten und noch mehr.

Die Raum-Highlights des Grecotels Mykonos Blu sind die Deluxe Junior Bungalow Suiten, deren große private Terrasse mit bambusgedecktem Halbdach und privatem Pool auch den weit gereisten Luxus-Traveler überzeugen. Im Inneren ist alles größer, der Raum, der Fernseher, das Bad mit seinen Bvlgari-Accessoires.

Steht man auf der Terrasse, eingetaucht in die Farbe, die dem Grecotel Mykonos Blu den Namen gab, rundherum blaue Balkone, vorn die blaue Bucht, der Himmel in Azur – muss man kein Dichter sein, um dieses Licht zu genießen wie einen Rausch.

Damit Sie schon einmal auf den Geschmack kommen, hat Chefkoch Periklis Touloupis uns das Rezept für seinen warmen Schokoladenkuchen verraten.

Rezept

Warmer Schokoladenkuchen

Für 4 Personen

3		Eier
125	g	Zucker
125	g	Mehl
150	g	Schokolade, weiß

Für die Füllung

3		Eier
125	g	Zucker
125	g	Mehl
150	g	Butter
150	g	Kuvertüre, geschmolzen

Für den Teig alle Zutaten miteinander verrühren und im Kühlschrank 20 Minuten kalt stellen. Anschließend die Füllung aus den Eiern, dem

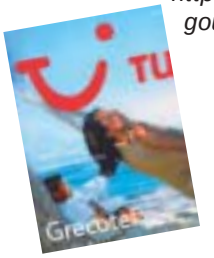
Warmer Schokoladenkuchen

Zucker und dem Mehl vorbereiten. Auch hier werden alle Zutaten zusammen gerührt. Die Kuvertüre mit der Butter unter ständigem Rühren zufügen. Den Teig in kleine Förmchen auslegen und die Füllung hinein gießen. Für ca. 20 Minuten bei 200 °C backen und nach Belieben mit Fruchtsauce garnieren. Warm servieren.

Fotos: Grecotel Mykonos Blu

Weitere Informationen und Kataloganforderung unter:

*Grecotel Mykonos Blu******
Psarou, GR-84600 Mykonos
Tel.: +030/22420/49733
Fax: +030/22420/25192
http://www.grecotel.gr
gourmed@grecotel.gr



Katalog + Buchung auch in jedem TUI-Reisebüro oder bei airtours

Gour-med-Leserreise

vom 25.09. bis 28.09.04 in exklusiver Kleingruppe

GENIESSERREISEN AUF DEN SPUREN EDLER TRAUBEN

„Weinwege“ ist die jüngste Erlebnismarke von Wikinger Reisen. Der Spezialist für Entdeckerreisen hat gemeinsam mit Mövenpick Weinland ein neuartiges Konzept auf den Spuren edler Trauben entwickelt. Wer zwischendurch für ein paar Tage ins Reich der Genießer abtauchen möchte, findet hier Kurztrips in die schönsten Weinregionen von Frankreich, Italien, Spanien, Portugal und Deutschland. Die Genießerreisen verbinden die Themen Wein, Küche, Landschaft und Kulturgenuss zu einem Urlaubsmenü der besonderen Art. Die kleinen Reisegruppen wohnen in außergewöhnlichen Unterkünften: Schlosshotels, edlen Villen, Landhäusern und prachtvollen Pousadas und speisen nur in den besten Restaurants. Stippvisiten in die lebendigen Kulturmetropolen Barcelona, Lissabon, Venedig oder Bordeaux runden das Ganze ab. Diese Mixtur macht aus jedem Weinwege-Trip eine kreative Auszeit für alle, die das Besondere suchen. Die ausgefallenen vier- bis achttägigen Erlebnisreisen sind für passionierte Weinliebhaber genauso wie für den interessierten Einsteiger konzipiert.

ITALIEN - Piemont

Pié de monte, am Fuße der Berge. Die Lage des Piemont ist durch schneebedeckte Alpengipfel, die romantisch anmutenden Ligurischen Apenninen und das Po Tal geprägt. Hier hat nicht nur das Haus der Savoyen Geschichte geschrieben und Fiat ein Automobilimperium aufgebaut. Hier herrscht vor allem der Genuss. Trüffel, weltbekannte, teure Weine wie Barbera und Barolo, Grappa und Käse, das alles eingebettet in eine Landschaft der Ruhe ist die Essenz unserer Reise.

Reiseverlauf

1.Tag: Einstiegsgenüsse
Ankunft und Transfer ins Schlosshotel „Castello di Santa Vittoria d’Alba“. Im feinen Restaurant des Schlosses nehmen wir unser erstes Abendessen ein. Trüffel aus Alba, Pilze und die Weine der Region bilden die Basis der traditionellen piemonteser Spezialitäten.

2.Tag: Gaumenfreuden
In Monferrato begeben wir uns auf die Spuren des Trüffels. Ein Truffario und sein Hund führen uns in die Kunst der Suche nach dem „schwarzen und weißen Gold“. Es ist die beste Gelegenheit, einiges über die Trüffeltradition und die Zubereitung der edlen Knolle zu erfahren. Anschließend nehmen wir in einer Trattoria ein leichtes Mittagessen ein. Danach fahren wir weiter in Richtung Asti, der Hauptstadt der Spumante Region. Wir erkunden die malerische Altstadt, die mit ihren edlen Boutiquen und eleganten Palästen zum Verweilen einlädt. Der renommierte Chef de Cuisine des Ristorante Grappolo in Alessandria erwartet uns am Nachmittag auf einem Landgut in der Nähe von Roc-

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

chetta Tanaro zu einem exklusiven Kochkurs. Unter seiner fachkundigen Anleitung werden wir ein Fünf-Gang-Menue zubereiten. Für uns lüftet der Küchenchef die Geheimnisse der Zubereitung piemontesischer Spezialitäten wie „Bagna Cauda“, „Risotto al Barbera“ oder „Torta di Nocciole con Zabaione“. Alle diese Köstlichkeiten werden wir am Abend gemeinsam genießen. Dazu werden korrespondierende Weine und Getränke gereicht.

3. Tag: Weingenüsse

Nach dem Frühstück fahren wir nach Grinzane Cavour in das Herz des Barolo-Gebietes. Wir besichtigen zunächst das Schloss und begeben uns dann in den idyllischen Ort La Morra, der wunderschön in die Hügelregion der Langhe eingebettet liegt. Eine traditionsreiche Weinkellerei dient uns als Degustationsort für die hochwertigen Weine der Region. Wir fahren weiter nach Alba und lernen die Stadt auf einem Rundgang kennen. Die zahlreichen Delikatessengeschäfte der Schlemmermetropole laden zum Probieren und Kaufen ein. Das Degustationsmenue unseres letzten gemeinsamen Abendessens steht im Zeichen der Jahreszeit. Wir nehmen es in einem eleganten Restaurant in der Region Cherasco ein, einer der Lieblingsplätze Napoleons, und gleichzeitig unter Feinschmeckern heute für die Schneckenzucht bekannt.

4. Tag: Turin lädt ein

Nach dem Frühstück fahren wir nach Turin. Je nach Abflugzeit haben wir Zeit, die Altstadt individuell auf einem Spaziergang zu erkunden, bevor wir zum Flughafen fahren.

Änderungen vorbehalten

Ihre Unterkunft

Das gepflegte 4**** Hotel **Castello di Santa Vittoria d'Alba** befindet sich innerhalb der Mauern eines historischen Schlosses. Hier bieten sich unvergleichliche Ausblicke über das Langhe- und Roerogebiet, unweit von Alba. Alles im Haus, von den traditionsreichen Wappen bis zu den edlen Möbeln, versetzt den Gast in die feine Atmosphäre des 18. Jh. zurück. Die Rezepte der piemontischen Kochkunst werden im Restaurant des Schlosshotels passend zu den über 200 lokalen Weinen aus dem eigenen Keller zubereitet. Neben dem edlen Restaurant und der Bar tragen die Panoramaterrasse und der Pool einen entscheidenden Beitrag zum Sich-Gehen-Lassen und Wohlfühlen bei.
http://www.piemonte-in.com/hotelcastello

Eingeschlossene Leistungen

- Linienflug mit der Deutschen Lufthansa in der Economy-Class von Frankfurt nach Turin und zurück
- Flughafentransfers
- Alle Transfers vor Ort im bequemen Reisebus
- 3 Ü/F im historischen Schlosshotel Castello di Santa Vittoria d'Alba
- 1 Light-Lunch in ausgesuchter Trattoria
- 1 Abendessen mit lokalen Spezialitäten in Ihrer Residenz am ersten Abend
- 1 Abendessen in einem ausgesuchten Restaurant am dritten Abend
- Trüffelsuche mit einem Truffario
- Kochkurs auf einem Landgut unter fachkundiger Leitung eines Küchenchefs inkl. Dolmetscher; gemeinsame Zubereitung eines 5 Gang Menues; korrespondierende Weine, Aperitif, Kaffee und Grappa; jeder Teilnehmer erhält eine Schürze und Rezepte
- Geführte Weindegustation bei einem Baroloproduzenten
- Besichtigung von Schloss Grinzane Cavour
- Führung in Asti und Alba
- Deutschsprachige, fachkundige Reiseleitung

Maximale Teilnehmerzahl 12 Personen

Preise

Pro Person im Doppelzimmer 1.535 €
Einzelzimmerzuschlag 125,- €

Fotos: Faber und Weinwege Archiv

Weitere Informationen + Katalog:

Weinwege
Kölner Straße 20
58135 Hagen
Tel. 02331 / 90 47 45
Fax 02331 / 90 48 75
mail@weinwege.de
http://www.weinwege.de

"Willkommen im Club"

unter diesem Titel wollen wir Ihnen in den nächsten Ausgaben die kulinarischen, kulturellen und touristischen Attraktionen der neuen EU-Mitgliedsländer vorstellen.

Slowenien

Zwischen Adria und Alpen

Anne Wantia

Das kleine Slowenien - nicht größer als Hessen - ist schon heute touristisch gut erschlossen, kein Wunder hat es doch eine lange touristische Tradition und Erfahrung. Vom alpinen Hochgebirge über historische Städte bis zum Mittelmeer reicht die Vielfalt der Landschaften und alles ist innerhalb weniger Stunden mit dem Auto zu erreichen.

Historisches Piran

Bürgerhaus-Balkon in Piran

An der Küste - die mit etwas mehr als 40 km Länge nicht gerade groß ist - liegen malerische kleine Städte. Fast so wie in Italien - bis Triest sind es nur

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

wenige Kilometer und die Zweitsprache der Bewohner ist italienisch was natürlich mit der Geschichte des Landes zu tun hat: Slowenien gehörte viele Jahre zu Italien. Das hübsche Küstenstädtchen Piran mit seinem malerischen Hafen, der bis in den Ort hineinreicht und wo man gleich auf dem Platz steht der nach dem berühmten Musiker Tartini benannt ist, gehört zu den schützenswerten Kulturstädten der Adriaregion. Rundherum laden kleine Gässchen mit romantischen Cafés zum Bummeln und Einkaufen ein. Über allem thront der St. Georgs Dom, das wohl markanteste Bauwerk Pirans.

Bei guter Sicht hat man einen Blick bis Venedig - übrigens nur 2 Fährstunden entfernt.

Über die Küstenstraße geht es weiter nach Portoroz - der Hafen der Rose, nomen est omen, hier trifft es wirklich zu. Unter Palmen und Zypressen, mit vielen Blumen, lädt der Badeort zum Spaziergang ein. Die mondänen Hotels mit Thermalbädern und Kurabteilungen sind seit

Der Hafen von Portoroz

Das Grand Hotel Palace in Portoroz

Portoroz

langem nicht nur im Sommer ein begehrtes Ziel für Gesundheit und Erholung suchende. Gibt es hier doch eine lange Kur-Tradition. Das milde mediterrane Klima ist auch im Winter bei den Gästen sehr beliebt. Rechtzeitig zum EU-Beitritt wurde das 5-Sterne Grand Hotel Palace nach umfangreicher Renovierung wieder eröffnet. Die Angebote des Hotels wurden u.a. um eine 1000 m² große Saunalandschaft erweitert. Neben Gesundheitsschwimmbädern, die mit erwärmtem Thermo-Mineralwasser gefüllt sind, ist auch die Kurabteilung erweitert worden. Außer den üblichen medizinischen Kuranwendungen steht dem Gast auch ein Schönheitscenter – selbsverständlich unter ärztlicher Betreuung – mit einer kompletten Auswahl für Pflege und Behandlung des Gesichts sowie des ganzen Körpers zur Verfügung.

Direkt nebenan im Hotel Riviera hat das einzigartige Zentrum für traditionelle thailändische Massage und Körperpflege - Wai Thai (Tempel des Wohlbefindens) - eröffnet. Hier werden

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Brunnen in Piran

Körper und Seele eins. Es empfiehlt sich, Termine schon bei der Hotelbuchung zu bestellen.

Viele kleine Restaurants entlang der Küste bieten dem Gast den täglichen frischen Fang der Fischer. Für Liebhaber von Fischgerichten ein Paradies. Ein Tipp in Portoroz, bei Sergio und Feliks im Fischrestaurant Miranda kann man ausgesprochen gut essen.

Weintrinker und -experten sollten einen Ausflug in das Karstgebirge nutzen, um eines der 3 Weinanbaugebiete kennen zu lernen. Im kleinen Bergdorf Gorjansko produziert der Winzer Branko Cotar mit Sohn Vasja auf 6 ha

Das Lipizzaner Gestüt in Lipica

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Weinanbaugebiet Karst

Slowenische Spezialitäten

Spitzenweine, wie den granatroten Teran, der es, wie auch andere Weine Sloweniens, mit den Besten der Welt aufnehmen kann. Dank der EU-Erweiterung werden wir auch bald in den Genuss kommen.

Das weltberühmte Lipizzaner-Gestüt in Lipica ist ein Muss, auch für Nicht-Pferdekenner, von hier stammen u. a. die talentierten Pferde der Spanischen-Hofreitschule in Wien - 1580 wurde das Gestüt bereits gegründet.

Die Hauptstadt Ljubljana, einst Teil des österreichischen Kaiserreiches und immer noch mit viel k.u.k.-Flair lädt zum Flanieren entlang der Ljublanica oder über eine der vielen Brücken ein. Die Jahrzehnte lange sozialistische Zwangsherrschaft ist der Stadt kaum mehr anzusehen. Zwischen den in gelb und rosa frisch renovierten Fassaden der verschiedenen Stilepochen gibt es viele kleine Cafés und Restaurants mit den typischen traditionellen Gerichten der slowenischen Küche zu entdecken.

Slowenenien - das Land zwischen Adria und Alpen hat den Besuchern neben der traditionsreichen Kur- und Bädergeschichte einiges mehr zu bieten.

Erobern Sie das neue Europa, lernen Sie Land und Leute, Unbekanntes und kulinarisch Anderes kennen. Freundliche, fröhliche, aber selbstbewusste Gastgeber in Slowenien erwarten Sie.

Nasvídenje (auf Wiedersehen) in Slowenien.

Fotos: Anne Wantia (4), Slowenisches Fremdenverkehrsamt (6)

Weitere Informationen:

Slowenisches Fremdenverkehrsamt
Maximilianplatz 12 a
80333 München
Tel.: 089/29 16 12 02
Fax: 089/29 16 12 73
slowenien.fva@t-online.de

NRW Gourmet Gala 2004 -

Gänselebervariationen von Thomas Bühner

Ein glanzvolles Fest der nordrhein-westfälischen Spitzengastronomie

Klaus Lenser

Es war voll, es hat Spaß gemacht, es war lecker und es ist ordentlich Geld für einen guten Zweck zusammengekommen. Das ist, kurz und knapp, das Fazit, das sich nach der 1. NRW Gourmet Gala am 28. März 2004 ziehen lässt. Ins Leben gerufen vom Dortmunder BUSCHE Verlag, Herausgeber des **"Schlemmer Atlas"**. Unter der Schirmherrschaft des Ministerpräsidenten des Landes Nordrhein-Westfalen Peer Steinbrück präsentierte sich die Gala im Ballsaal des Dortmunder Casino Hohensyburg.

Die rund 300 Gäste drängelten sich um die vier Kochinseln, an denen vom Schlemmer Atlas ausgezeichnete Spitzenköche kulinarische Köstlichkeiten zauberten. Der "Hausherr" **Thomas Bühner** aus dem Dortmunder **„La Table“** Spielcasino Hohensyburg verzückte vor allem mit seinem überaus zarten Entrecôte vom australischen Wagyu Rind mit Rotweinschalotten. **Jean-Claude Bourgueil** aus dem Düsseldorfer Restaurant im „**Schiffchen“** begeisterte die Gäste mit den köstlichen Medaillons vom bretonischen Hummer mit Selleriemarinade. Schleckermäulchen genossen die Cremeux von Schokolade und Passionsfrucht mit Bananen-Süßholzeis von **Dieter Müller** und **Nils Henkel** aus dem „**Schlosshotel Lerbach“** in Bergisch Gladbach. An der Kochinsel von **Berthold Bühler** und **Henri Bach** aus der „**Résidence“** in Essen schwärmten die Gala-Gäste in den höchsten Tönen vom gebeizten Lachs und Petersfisch im Tomatengelee mit Gurkenvinaigrette.

10 Sterne auf einer Bühne: v. l. Jean-Claude Bourgeil, Dieter Müller mit Sous-Chef, Thomas Bühner und Berthold Bühler im Gespräch mit Moderator Werner Schulze-Erdel

Für die passende Weinbegleitung der kulinarischen Hochgenüsse sorgten Winzer des Badischen Weins.

Die 1. NRW Gourmet-Gala war ein kulinarischer Genuss der eine Wiederholung verdient – darüber waren sich alle Gourmets einig.

Fotos:Bianca Killmann

Weitere Informationen:
http://www.gourmet-gala.de

Unterwegs mit Horst-Dieter Ebert

Insel mit einem Stern zu wenig und ein launisches Traumauto

Horst-Dieter Ebert

Ein neues Kapitel aus der endlosen Serie "Restaurants, die zu Unrecht keinen Stern besitzen". Sylt, Hamburgs schicke Hausinsel, ist zwar vom Michelin großzügig bedacht worden (4 Sterne bei 25.000 Einwohnern), doch das "Stadt Hamburg" in Westerland haben sie offenbar vergessen: Es ist ein generationenalter Familienbetrieb, ein Prachtbeispiel der berühmten "Relais et Châteaux"-Gilde und die charmante alte Lady der Sylt-Hotellerie, inzwischen auch mit einem luxuriösen Spa.

Das elegante Gourmetrestaurant, dessen französische Cuisine durch schönste regionale Inspirationen bereichert wird, tischt auch ausgepichten "Gour-meds" auf, dass ihnen die Augen (und die Gaumen!) übergehen. Vom Matjestatar bis zum zehngängigen Amuse-Bouche-Menu, Chef Ulrich Person kann das alles. Seine Fische sind prächtig und fantasievoll, sein Sylter Lamm hat das Zeug zum Klassiker. Kurzum: Sterne-Küche!

Im friesisch-fröhlichen Bistro nebenan wird ein "Stadt Hamburger" serviert, eine ironische Fastfood-Variante, durchaus kulinarisch. Dafür würde ich dem Patron Harald Hentzschel noch einen Stern für Witz geben: Er ist im übrigen ein begabter Amateurfotograf, der alljährlich den Sylt-Kalender mit den schönsten Bildern veröffentlicht.

Auf die Insel gekommen bin ich zum ersten Mal mit einem Diesel, aber was für einem! Der Touareg mit den 10-Zylindern ist der schnellste und spritzigste aller Geländewagen, die ich kenne. Ich schwebe mit souveräner Übersicht über die Autobahn und stelle auf der Strecke Hamburg-Eppendorf nach Niebüll, ohne ernsthafte Überschreitungen der meist aberwitzigen Geschwindigkeitsbegrenzungen, einen neuen persönlichen Rekord auf.

Überraschung dann bei der Verladung auf die Eisenbahn. Ich halte meine abgezählten 78 Euro bereit, doch die Kassiererin ist unzufrieden: "Das reicht nicht ganz!" – Wieso das? – Der Touareg wird wegen seiner drei

Gourmetrestaurant „Stadt Hamburg“

Tonnen wie ein Lastwagen berechnet: 142 Euro. Na gut, es war eben schon immer etwas teurer, einen besonderen Geschmack zu haben.

Und es lohnt sich: Über dem Festland ist es noch grau und düster, doch mitten auf dem Hindenburgdamm reißt es auf, das weiße Kliff bei Braderup funkelt in der Sonne, der Inselhimmel blaut wie auf den Postkarten. Denn so will es die Legende: Auf Sylt ist das Wetter anders als bei uns.

Unzählige Male habe ich Gespräche mitgehört, wie sie offenbar millionenfach jeden Sommer zwischen Hamburg auf der einen, Kampen und Keitum auf der anderen Seite geführt werden. Sie gipfeln stets in dem schadenfrohen Dialog: "Hier gießt es. Wie ist das Wetter bei Euch da oben?" – "Ihr Armen, hier knallt die Sonne!"

Nach meiner Erfahrung stimmt es zumeist: Und nur ganz selten ist es umgekehrt, statistisch hat Sylt alljährlich 200 Sonnenstunden mehr als Hamburg.

Nur einen kleinen Knick erfährt meine Touareg-Begeisterung. Erst mosert eine Anzeige, dass meine Schlüsselbatterie leer sei. Darum kümmere ich mich nicht: Ich benutze ihn manuell, wie in alten Zeiten.

Doch am nächsten Tag streikt das Auto: "Wegfahrsperre aktiv!" droht das Display, und der Motor will bockig partout nicht anspringen. Ich blättere hektisch in der dicken Betriebsanleitung, finde aber – Greenhorn im Lesen von Gebrauchsanweisungen aller Art – keine Lösung.

Ein Helfer der örtlichen VW-Vertretung ist in fünf Minuten zur Stelle. Er wechselt die Schlüsselbatterie und guckt mich mitleidig an: "Das sollten Sie aber eigentlich wissen", sagt er vorwurfswoll, "das Auto erkennt den Schlüssel nur, wenn der auch geladen ist!" Schöne neue Zeit! Ich steige ein und fahre los, das Auto ist wieder allerbester Laune.

Die Heimat von "Hühner- und Gänseleber Hot Dog's"

Peninsula Beverly Hills

Jürgen D. Lemke

Im August 1991 öffnete in Los Angeles, der Metropole der Film- und Glamourwelt, das Hotel "Peninsula Beverly Hills" seine Pforten. Kein großes Haus, kein Wolkenkratzer, kein außergewöhnlicher Prachtbau erwartet den Besucher. Im Stil einer eleganten, vornehmen Privatresidenz liegt es am Santa Monica Boulevard, fünf Minuten vom weltberühmten Rodeo Drive entfernt.

Das nur vierstöckige Gebäude wurde so platziert, dass im Innenhof noch fünf zweistöckige Villen Platz finden. Eine Million Dollar verschlang allein die Gestaltung und das Begrünen der Gartenanlagen. Immer neue Aus- und Einblicke garantiert ein Spaziergang durch das Labyrinth der Wege, Treppen, der kleinen pittoresken Plätze und der unzähligen Ein- und Durchgänge. Kleine plätschernde Springbrunnen überall und immer wieder die exotische, üppige Bepflanzung lassen den Garten zu einem kleinen Paradies, einem Garten Eden, werden.

Die Gartenanlagen

Die Einfahrt zum Hotel

Nur 200 Gästezimmer und Suiten befinden sich in diesem, im französischen Renaissancestil erbauten Hotel, das in einem der vornehmsten Gegenden von Los Angeles steht. Die Suitenzahl allein im Haupthaus beträgt 32 und einige weitere befinden sich in den liebevoll eingerichteten Gartenvillen. Doch was alle Räume auszeichnet, ist die wohltuende Wärme, die die Einrichtung auf den Gast ausstrahlt. Hier kann man sich von der ersten Minute

an wohl fühlen und sein Zuhause auf Zeit finden.

Das Peninsula ist kein kühl nüchternes Designerhotel, die nun immer häufiger die Hotellandschaft zu bereichern versuchen. Hier setzt man auf Tradition, Wohnlichkeit und auf zeitlose Eleganz, ohne jedoch zu vergessen, in welcher Epoche wir heute leben. Das vor allem spiegeln die eleganten Badezimmer wieder, mit Luxus und neuen Ideen wurde hier nicht gespart. Amerikanische Großzügigkeit gepaart mit europäischen Stilelementen und asiatischem Fingerspitzengefühl für Schönheit, ließ ein Haus entstehen, das in seiner Bescheidenheit im Äußeren und der Größe im Inneren schon nach kurzer Zeit als eines der besten Adressen in Beverly Hills gehandelt wurde und immer noch wird.

Mit dazu beigetragen hat auch die wundervolle Poolanlage, die ihren Platz oben auf dem Dach des Hotels gefunden hat. Rundherum um das angenehm beheizte Nass schützen Badekabinen vor Hitze oder Kühle. Doch das Schönste ist der Blick von hier oben auf das Panorama der Umgebung mit seinen urbanen Straßenzügen, dem Rodeo Drive und den Villen der Reichen und Schönen von Beverly Hills. In der Ferne die Skyline - die Hochhäuser - von "Downtown" Los Angeles und die Berge von Hollywood. Wie wäre es mit einem Lunch oder einem Frühstück am Pool? Ein aufmerksamer Service steht bereit, Ihre Bestellung aufzunehmen. Empfohlen wird: Rührei, Tofu und schwarze Bohnen, angerichtet auf einer im Ofen

Küchenchef Bill Bracken

Die Poolanlage auf dem Dach

frisch zubereiteten Tortilla mit getrockneten Tomaten, verfeinert mit einer süßlich scharfen Barberque-Tomaten-Salsa-Sauce. Doch wer es leichter mag, für den stehen auch hausgemachtes Granola mit köstlichen, im Hause selbst zubereitetem Joghurt und frischen Beeren der Saison auf der Speisekarte. Das alles unter der Sonne Kaliforniens und einer herrlichen einmaligen Aussicht inclusive.

Sie möchten sich richtig verwöhnen lassen? Nichts leichter als das, ein exclusives "Healthcenter" hat hier oben neben dem Pool die Türen weit für Sie geöffnet. Das besondere Angebot ab 19 Uhr: lassen Sie sich verwöhnen bei einer Massage allein oder zu zweit unter dem Sternenhimmel über den Dächern der Millionenstadt, wenn in der Ferne tausende und abertausende funkelnde Lichter angehen. Dazu eine Flasche Champagner, ein paar zuckersüße kalifornische Erdbeeren - romantischer geht es nicht.

Die Lobby des Hotels gibt sich offen, hell, freundlich und einladend. Eine kleine Bar und eine Lounge für den nachmittäglichen "Five o'clock tea", oder ein kühles Getränk, stehen dem Gast direkt in der Eingangszone zur Verfügung. Doch der kulinarische Höhepunkt ist "The Belvedere" das Restaurant im Peninsula. Es verspricht wahre unkonventionelle Genüsse für Gourmets zu allen drei Mahlzeiten mit viel Spaß bei der Zubereitung und Präsentation auf dem Teller – und es hält das Versprechen. Chef Bill Bracken kocht bereits im zehnten Jahr für seine internationale Gäste- und Bewundererschar, die ständig wächst. Ein wahrer Verfeinerer der so viel gescholtenen amerikanischen Küche. Ein Küchenchef, der aber auch genauso gut mit asiatischen Gewürzen und Garweisen umzugehen versteht.

Dabei kommen so raffinierte Gerichte wie "Chicken and Foie Gras Hot Dog" heraus, auf der Mittagskarte für 16 Dollar zu finden. Oder Kalifornischer Stör in einem Kartoffelmantel an einer Orangensauce mit frischem Dill. Auf der Abendkarte steht unter Vorspeisen ein typisch amerikanisches Gericht "Macaroni and Cheese". Aber in was für einer Qualität – nicht vergleichbar mit dem was unter diesem Namen in Amerika sonst so angeboten wird. "Kung Pao Sweetbread", Kalbsbries in einer Misosauce zubereitet mit Szechwan Pfeffer und Kirschsirup verfeinert, ist zum Beispiel eines der Hauptgerichte, die einen deutlichen asiatischen Einschlag verraten. Ein weiteres Gericht auf der kleinen Karte: gedünsteter schwarzer Kabeljau mit jungem "Bok Choy" in einer leichten Sojasauce.

Große prachtvolle Blumengestecke bilden im gemütlich eingerichteten Restaurant eine je nach Saison wechselnde Dekoration. In der warmen Jahreszeit bietet sich auch die Möglichkeit im Garten zu speisen, direkt neben einer der verkehrsreichsten Straßen der Millionenmetropole, aber doch so ruhig wie in einem abgelegenen Gartenlokal. Eine großartige gärtnerische Leistung macht dies möglich. Willkommen im Peninsula Hotel Beverly Hills.

Fotos: Jürgen D. Lemke

Weitere *Informationen:*

The Peninsula Beverly Hills Kalifornien
Telefon: 001 310 788 2319

Lizzy Heinen

Gartenmöbel aus Edelstahl –

Die Harmonie der Gegensätze

Klare Formgebung und beständiges Material als Kontrast zum Umfeld farbenfroher Gartenanlagen. Angelehnt an die Maxime des Bauhausstils präsentiert Lizzy Heinen eine neue Generation klassisch-eleganter und nichtrostender Edelstahlmöbel. Es sind charaktervolle Kleinserien von hoher Qualität, bei denen die Form der Funktion folgt und so mühelos eine bestechende Eleganz bewahrt.

Nach dem bisherigen großen Erfolg und den guten Erfahrungen mit dem bequemem Edelstahl-Stuhl GM-202 (Bild oben) wurde nun im Hause Lizzy Heinen der erste Edelstahl-Gartenstuhl als Hochlehner mit verstellbarer Rückenlehne aus

der Taufe gehoben. Das neue Stuhl-Konzept wird bestimmt durch das höhere Rückenteil, das sich von einer 90 Grad Sitzposition um sechs weitere nach hinten verstellen lässt. Ausführung und Stil des GM-202 und des neuen GM-210 sind gleich. Er passt somit hervorragend zum edlen und stilvollen Sortiment der Lizzy Heinen Gartenmöbel.

Fotos: Lizzy Heinen

Genauso auf die Palette abgestimmt ist der „Teppan Yaki“. Japanisches Grillen erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Auf der flachen Grillfläche lassen sich die feinsten Speisen zaubern. Die Bedienung ist einfach und praktisch und gewürzt mit einer Prise Exklusivität und Eleganz. Der eigens dafür konzipierte Servierwagen bietet flexibles Grillen für draußen und drinnen.

Interessiert? Schauen Sie doch einfach mal in den Ausstellungsräumen nebst Skulpturengarten vorbei. Lizzy Heinen präsentiert ihre Möbel jeden Samstag von 11.00 bis 16.00 Uhr in der Waltroper Zeche.

Weitere Informationen: Lizzy Heinen, Schörlinger Str. 17, 45731 Waltrop, Tel.: 02309/7 68 90, http://www.lizzy-heinen.de

Der neue BMW 5er Touring

Sportliche Eleganz und unverwechselbares Design

Seit Mitte Mai 2004 ergänzt die dritte Generation des Touring die neue BMW 5er Reihe. Sie wartet mit einer gelungenen Balance zwischen Sportlichkeit, Komfort, Raumangebot und Funktionalität auf. Das elegante Fahrzeug erweist sich als idealer Partner für Business, Familie und Freizeit.

Der neue BMW 5er Touring bewegt sich mit seiner außergewöhnlichen Formgebung zwischen kraftvoller Dynamik und kultivierter Präsenz. Er interpretiert die neue BMW Formensprache auf eine individuelle und elegante Weise. So wirkt er trotz gewachsener Proportionen leichter, gleichzeitig aber auch kraftvoller und markanter als das Vorgängermodell.

Die von der Front bis in die Heckleuchte verlaufende Seitenlinie verstärkt den eleganten Charakter, zu dem auch die leicht nach hinten abfallende, fast coupéhaft anmutende Fensterlinie beiträgt. Der sportliche Anspruch des neuen BMW 5er Touring zeigt sich auch bei der Heckgestaltung, die bewusst Stilelemente der Limousine aufgreift. Durch die Verlagerung der Heckklappenfuge in die Seitenwand wird eine optische Breite erreicht, die eher Sportwagen- als Kombitypisch ist.

Der neue 5er Touring ist ein klassischer 5er, der mit seiner Funktionalität und Vielseitigkeit eine zusätzliche Dimension für die Ansprüche von Business, Familie und Freizeit bietet.

Der 5er Touring bietet edle Materialien in fünf Ausstattungsvarianten und vier Interieur-Farbwelten sowie jede Menge Komfort wie zum Beispiel eine neue, besonders leise Klimaautomatik mit adaptiver Regelung der Luftfeuchtigkeit oder auf Wunsch die multifunktionalen Komfortsitze. Und noch nie war der Innenraum eines 5er Touring so hell und luftig, denn optional ist ein zweiteiliges Panorama-Glasdach erhältlich, das mit 0,68 Quadratmeter Größe auch den Fondpassagieren beste Aussicht gewährt und voll geöffnet fast Cabrio-Feeling aufkommen lässt. Außerdem ist der neue BMW 5er Touring im Vergleich zum Vorgänger deutlich gewachsen. Äußerlich fällt das Wachstum kaum auf – mit kurzen Überhängen, groß dimensionierten Rädern und breiter Spur ist der Auftritt ebenso elegant wie dynamisch. Der Zuwachs macht sich vor allem im Innenraum bemerkbar: bis zu drei Zentimeter mehr Schulterfreiheit für die Passagiere, mehr Kopffreiheit und 4,5 Zentimeter mehr Kniefreiheit für die Fondpassagiere.

Der Gepäckraum ist größer, variabler und komfortabler zugänglich. Beim Bedienen der Heckklappe muss sich niemand die Hände nass oder schmutzig machen: Auf Wunsch genügt ein Tastendruck am Fahrzeugschlüssel und die Klappe öffnet und schließt sich automatisch.

Foto: BMW AG

Weitere Informationen:

BMW AG
80788 München
http://www.bmw.de

Buch – Tipps

für die Freizeitleser von Gour-med

Leidenschaftlich ...

Das Buch des Vaters

Urs Widmer hat ein Versprechen eingelöst. Mit „Das Buch des Vaters“ komplettiert er seine Familiengeschichte, die vor einigen Jahren mit „Der Geliebte meiner Mutter“ ihren Anfang gefunden hat. War damals der Vater kaum der Erwähnung wert, ist er nun omnipräsent und führt durch mehrere Jahrzehnte Schweizer Geschichte, situiert in einer imaginären städtischen Symbiose von Basel und Zürich.

Er liebt alles, was lebt: Freunde, Frauen, Feste. Am meisten aber die Bücher. "Das Buch des Vaters" ist die Aufzeichnung eines leidenschaftlichen Lebens, von der Liebe zur Literatur bestimmt. Von den großen Utopien, Hoffnungen und Enttäuschungen des 20. Jahrhunderts. Und von der Liebe zu Clara Molinari, einer geheimnisvollen Frau.

Urs Widmer
Das Buch des Vaters
Diogenes
€ 19,90
ISBN 3-257-06387-3

Köstlich ...

Küche der Gefühle - Restaurant Aqua

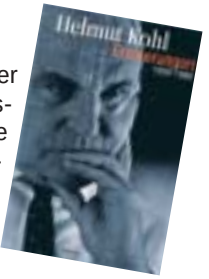
Seit dem 20. November 2003 ist es amtlich: Sven Elverfeld, der 35-jährige Küchenchef des Edel-Restaurants „Aqua“ in der Wolfsburger Autostadt wurde vom Restaurantführer „Gault Millau“ zum „Koch des Jahres“ gekürt. Passend zu diesem Ereignis ist ein Hochglanz-Kochbuch über den Spitzenkoch, seine Kochkunst und das Nobelrestaurant im „The Ritz-Carlton“ erschienen: „Küche der Gefühle – Restaurant Aqua“ ist eine Herausforderung für jeden ambitionierten Küchenkreateur und ein Geschmacksfeuerwerk für jeden Feinschmecker!

In seinem ersten Buch veröffentlicht der Sternekoch Sven Elverfeld insgesamt 60 kunstvoll angerichtete Gourmet-Rezepte. Sie sind alle auf seiner Menue-Karte zu finden und werden von einem zehnköpfigen Team für die Gäste des „Aqua“ kreiert. Jede Kreation für sich ist ein Genuss an Form und Farbe, ein Highlight für Freunde der feinen Küche und ein Muss für jeden echten Gourmet. Die Gaumenfreuden wurden von Dirk Meußling, dem hannoverschen Stadt- und Theaterfotografen, zu wahren Glanzbildern optisch in Szene gesetzt, sodass dem Betrachter schon beim Durchblättern der 200 Seiten das Wasser im Munde zusammenläuft.

Sven Elverfeld & Jan Brinkmann
Küche der Gefühle - Restaurant Aqua
Landbuch Verlag Hannover
€ 39,80
ISBN 3-7842-0667-0

Autobiographisch ...

Erinnerungen



»Es sind so viele politische Klischees über meinen Werdegang und meine Regierungszeit in die Welt gesetzt worden, dass die Legenden über die historischen Zusammenhänge bereits zu verdrängen drohen, wie es wirklich war. Deshalb habe ich nun selbst zur Feder gegriffen.« Helmut Kohl

Klug, kämpferisch und mit manch überraschender Wendung schildert Helmut Kohl in den Erinnerungen 1930 – 1982 seinen Weg zur Kanzlerschaft – von den Anfängen seines politischen Engagements als Sechzehnjähriger bis zu jenen dramatischen Tagen im Herbst 1982, als die Regierung Schmidt in einem konstruktiven Misstrauensvotum abgelöst und Helmut Kohl zum neuen Bundeskanzler gewählt wird.

Und Helmut Kohl erzählt von den Menschen, die diese Zeit prägten. Konrad Adenauer, Theodor Heuss, Kurt Schumacher oder Ludwig Erhard, die »großen alten Männer« der Nachkriegszeit, werden in seinen Schilderungen ebenso wieder lebendig wie Kurt Georg Kiesinger, Herbert Wehner, Willy Brandt und Franz Josef Strauß.

Helmut Kohl
Erinnerungen
1930 - 1982
Droemer
€ 28,00
ISBN: 3-426-27218-0

Spektakulär ...

Die Liste

Mississippi, 1970: Die Zeitung "Ford County Times" steht vor dem Ende. Zur Überraschung und Verärgerung vieler wird das, was noch von dem Unternehmen übrig ist, von einem gescheiterten 23-jährigen Studenten namens Willie Traynor übernommen. Die Geschäfte gehen weiter miserabel, bis eine junge Mutter von einem Mitglied der berüchtigten Padgitt-Familie vergewaltigt und ermordet wird. Die "Times" hat schreckliches Exklusivmaterial über die Tat, und der Verkauf der Zeitung steigt rapide an. Der Mörder Danny Padgitt wird gefasst und in Clanton, Mississippi, vor Gericht gestellt. Der Prozess endet dramatisch: Der Verurteilte bedroht in aller Öffentlichkeit das Leben der Geschworenen und schwört blutige Rache.

Neun Jahre später kommt der Mörder auf Bewährung frei und er kehrt zurück nach Ford County. Nicht nur die Geschworenen hat er auf seiner schwarzen Liste, sondern auch Willie Traynor, den Besitzer der "Times".

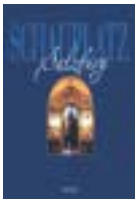
John Grisham
Die Liste
Heyne
€ 25,00
ISBN: 3-453-87834-5

Buch – Tipps

von **Horst-Dieter Ebert**

Unverhoffte Lebendigkeit ...

Schauplatz Salzburg



Zwischen den sprichwörtlich hier beheimateten Nockerln und der ortsansässigen Operettenseligkeit, zwischen Mehl- und anderen Süssspeisen also, rangieren auch hunderte von Salzburg-Büchern, die aus der alten Stadt an der Salzach eine verzuckerte Postkarten-Idylle gemacht haben – mit einem verklärten Mozart als Hausgott.

Was passiert, wenn eine gebildete Kennerin, musikalisch und literarisch versiert, ihre kritisch unterfütterte Passion zu Salzburg beschreibt, zeigt dieser (von Thomas Klinger) opulent bebilderte Prachtband. Nie wurde die Stadt so spannend und stilistisch überzeugend dargestellt wie in den Texten von Eva Gesine Baur, die sich eine kongeniale Konstruktion ausgedacht hat:

Münchens unbestrittene Primadonna unangestrengter eleganter Kultur-Schreibe gliedert Salzburg in Schauplätze, in Bühnen. Auf denen spielen die großen Salzburger Themen: Mozart, Musik, Literatur, Skandale, Prominenz, Drama, Kunst. Und plötzlich entfaltet sich das Wunder dieser Stadt zu unverhoffter Lebendigkeit; Baur macht selbst aus Gesellschaftsklatsch Literatur und aus Hochkultur Edeljournalismus – so amüsant und kurzweilig wollte man das immer schon mal lesen.

Eva Gesine Baur/Thomas Klinger:
"Schauplatz Salzburg"
Propyläen Verlag
216 Seiten, € 68,00
ISBN 3-549-07183-3

Alles schwimmt ...

Das Hausboot Buch

Dieser kleine Wiener Verlag macht immer mal wieder mit schönen Büchern über interessante Nischen-Themen von sich reden: Dem Baumhaus hat er bereits einen kuriosen Titel gewidmet, nun sind die Hausboote dran.

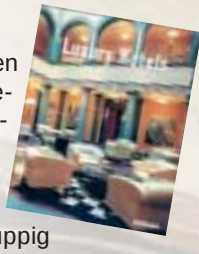
Selbst wer in natura nie eins gesehen hat, kennt Hausboote als Hauptdarsteller berühmter Filme: in "Houseboat" (mit Cary Grant und Sophia Loren), in "Schlaflos in Seattle" (mit Tom Hanks und Meg Ryan); und selbst unser Ruhrpott-Sheriff Schimansky (Götz George) wohnt ja in seinen TV-Krimis auf einer ausgebauten Rhein-Barkasse. Davon weiß die Autorin freilich nichts. Sie ist Amerikanerin, und so stammen ihre Beispiele vornehmlich aus der neuen Welt, Sausalito ist ihr Lieblingsrevier.

Hausboote existieren in zwei großen Gruppen, solche, die fahren können, und solche, die geschleppt werden müssen (nicht motorisierte Häuser) – schwimmen indes können alle. Zwischen Alt-Hippies und Aussteigern, kauzigen Millionären und fidelen Rentnern finden sich so ziemlich alle Typen unter den Bootsleuten, und so sehen die Behausungen auch aus: Taj Mahal oder dümpelnder Schrebergarten, modernistischer Glaskubus oder zerknautschte Hundertwasser-Architektur. Nicht nur bei Toyota ist nichts unmöglich.

Barbara Flanagan
"Das Hausboot Buch"
Verlag Christian Brandstätter
192 Seiten, € 36,00

Fernwehselige Erlebnisse ...

Luxury Hotels Europe



TeNeues, der flotte internationale Verlag mit den wortkargen, doch polyglotten Bilderbüchern zu Lifestyle- und Reisethemen, hat sich nun den Luxushotels zugewandt, zunächst denen in Europa.

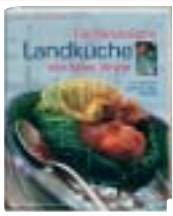
Es ist sein erster Hotel-Band im Großformat, so kann jede Adresse auf vier bis acht Seiten recht üppig bebildert werden, und dem wirklichen Hotelliebhaber wird so manch fernwehseliges Deja-vu-Erlebnis beschert. Freilich bleiben die Texte auch hier wieder mit maximal sechs Zeilen (die freilich in vier Sprachen) in ihrer Aussage höchst begrenzt.

Wer 38 Hotels in 13 europäischen Ländern auswählt, kann es natürlich nicht jedem Recht machen. Herausgeber Kunz setzt sich gleich mehrfach in die Nesseln: neun Hotels in Italien und nur drei in England oder Frankreich? Nur eins in Österreich (und dann ausgerechnet das Imperial in Wien)? Dafür lernt der Leser wieder ein paar schöne Hotels kennen, die er in diesem Zusammenhang nicht erwartet hätte...

Martin Nicholas Kunz:
"Luxury Hotels Europe"
teNeues Verlag
220 Seiten, € 45,00
ISBN 3-8238-4553-5

Rezepte vom Schafhirten ...

Die französische Landküche



Er ist nicht nur einer der höchstdekorierten Köche Frankreichs, sondern (davon steht freilich nichts in diesem Buch) auch der mit dem ungewöhnlichsten Vorleben: Marc Veyrat fliegt nach allerlei Flegelstücken erst aus der Klosterschule (ohne Abschluss), dann aus drei Lehrstellen als Koch (ohne Abschluss). Er arbeitet als Holzfäller und Skilehrer. Mit 19 wird er gegen den Wunsch seiner Eltern Schafhirte, stilecht mit Knotenstock und Schlapphut, den er heute noch trägt – sein Markenzeichen.

Erst zehn Jahre später richtet er, Naturbursche und Autodidakt, in seiner bescheidenen Schäferei ein kleines Bistro ein, zieht Jahre später um nach Annecy und macht eine Raketen-Karriere: Innerhalb von vier Jahren sammelt er alle drei Michelin-Sterne ein, 1990 kürt Gault Millau ihn zum "Koch des Jahres". Seither tanzt er mit seinem Schlapphut durch seine "Auberge de l'Eridan" – auf höchstem kulinarischen Seil.

Die Rezepte des als "Kräuterkoch" berühmt gewordenen Meisters sind erfrischend: Er kombiniert Kohl und Kürbis, liebt Steckrüben und natürlich Kartoffeln. Nicht ganz so einfach nachzukochen wie zu lesen, doch wer es schafft, schafft sich ungewöhnliche Genüsse.

Marc Veyrat und Gérard Gilbert
Die französische Landküche
Christian Verlag
192 Seiten, Euro 29,95
ISBN 3-88472-619-6

Neues aus Kur- und Heilbädern

Neues Gütesiegel für Wellness-Angebote

Deutscher Heilbäderverband vergibt estmalig Gütesiegel „Wellness im Kurort“ für hochwertige Wellness-Angebote

Der Deutsche Heilbäderverband e. V. (DHV) hat mit seinem Gütesiegel „Wellness am Kurort“ die Trennung von Spreu und Weizen im Wellness-Dschungel vollzogen. Musste man sich bisher oft auf herbe Enttäuschungen bei vermeintlich vielversprechenden und wohlklingenden Wellness-Angeboten gefasst machen, garantiert das Zeichen „Wellness am Kurort“, Erholung und Entspannung auf höchstem Niveau. Die ersten Angebote aus 5 Kurorten, die nach 10 strengen Qualitätskriterien, die der DHV als Maßstab zur Zertifizierung gesetzt hat, entwickelt und geprüft worden sind, wurden auf der ITB in Berlin vorgestellt und mit dem Gütesiegel ausgezeichnet. Bei den Preisträgern handelt es sich um folgende Bäder: Bad Brambach, Baiersbronn, Bad Elster, Bad Pyrmont und Bad Schmiedeberg.

Alle Angebote basieren auf den ortstypischen natürlichen Heilmitteln und bieten ein individuelles ganzheitliches Konzept aus hochqualifizierter medizinischer und therapeutischer Betreuung, Erholung in Natur, kulturellen Angeboten, Kommunikation und Erleben. Besondere Bedeutung kommt dem Dienstleistungs- und Servicebereich zu, der einer ständigen Qualitätskontrolle unterzogen wird. Auflistung der einzelnen Angebote unter http://www.deutscher-heilbaederverband.de oder http://www.wellness-im-kurort.info

WELLNESS
WELLNESS IM KURORT®

Weitere Informationen:

Deutscher Heilbäderverband e. V.
Schumannstr. 111
53113 Bonn
Tel.: 0228/20120-0
Fax: 0228/20120-41
info@dhv-bonn.de

Zurück zum Inhaltsverzeichnis

Neues aus Kur- und Heilbädern

Wellness

Fitness/Health

Gesundheit

BAD ELSTER / BAD BRAMBACH:

Entspannen wie einst die Könige

Schon lange - seit 1538 - ist die wohltuende Wirkung der Säuerling-Quelle von Bad Elster bekannt. Richtig berühmt wurde der vogtländische Kurort jedoch mit der Eröffnung der ersten Badesaison durch die königlich-sächsische Familie um König Friedrich August XI. im Jahr 1848.

Bad Elster mit seinen elf Heilquellen bietet neben Trinkkuren zur Heilung von Stoffwechsel-, Nieren- und Harnwegserkrankungen auch Mineral- und Sprudelbäder gegen Erkrankungen von Herz und Kreislauf an. Das ebenfalls natürlich vorkommende Moor wirkt in Form von Bädern und Packungen gegen Rheuma, Arthrose und Frauenleiden.

Gleich nebenan, im 15 km entfernten Bad Brambach, wird seit ungefähr 100 Jahren erfolgreich gekurt. Dort sprudelt aus sechs Quellen Heilwasser mit Mineralien, Eisen und Kohlendioxid. Eine Besonderheit ist das in einem hohen Maße enthaltene Radon mit einer in Europa einzigartigen Konzentration. Radon - ein Edelgas - aktiviert den Zellstoffwechsel, regeneriert Gewebeerkrankungen und lindert rheumatische Erkrankungen der Gelenke. Die heilende Wirkung kann über mehrere Monate nach der Behandlung anhalten.

Bad Elster und Bad Brambach wurden seit 1966 gemeinsam verwaltet und waren die beliebtesten Kurorte der DDR. Seit 1991 wurde in den beiden Sächsischen Staatsbädern als 100prozentige Tochter des Freistaates Sachsen viel investiert. Vor allem auf die grundlegende Sanierung und Erweiterung der historischen Kureinrichtungen, der stilvollen Bäderarchitektur, den Ausbau der Parkanlagen sowie technische Modernisierung wurde Wert gelegt. So konnte 1999 in Bad Elster die moderne Bade- und Saunalandschaft "Elsterado" eröffnet werden. Mehrere Innen- und Außenbecken, Sprudelbänke, Whirlpool und Strömungskanal sorgen für prickelnden Badegenuss. Bad Brambach erhielt ein Jahr später ein neues Kurmittelhaus mit ausgedehnter Bade und Saunalandschaft - dem "Aquadon".

Um den unterschiedlichsten Bedürfnissen von Kurgästen und gesundheitsbewussten Besuchern gerecht zu werden, wurden die klassischen Kuraufenthalte durch eine Vielzahl von gesunden Wohlfühlangeboten ergänzt. Denn "Gesundheit soll Spaß machen", so Kurdirektor Dr. Christian Kirchner. Und Spaß macht es allemal, aus den mehr als 150 Angeboten von Bad Elster und Bad Brambach auszuwählen. Im Mittelpunkt stehen Entspannung, Gesundheit, Vitalität und Kosmetik. Für jeden Anspruch und für jeden Geldbeutel ist etwas dabei. Buchen kann man von Tages- über Drei-Tages- und Wochenpauschalen bis hin zu zweiwöchigen Wellnessaufenthalten und klassischen Kuren. Die Angebote schaffen eine ideale Verbindung zwischen traditionellen Heilmitteln, modernen Wohlfühlanwendungen und einem umfangreichen Freizeit-

Neues aus Kur- und Heilbädern

Wellness

Fitness/Health

Gesundheit

und Kulturangebot. Damit wurden die neuen Qualitätsanforderungen des Gütesiegels "Wellness im Kurort", das vom Deutschen Heilbäderverband entwickelt wurde, besonders berücksichtigt.

Für Ruhe und Entspannung sorgt der neugestaltete Wohlfühlbereich im historischen Albertbad in Bad Elster. Wellness-Urlauber baden stilvoll in englischen Jugendstilwannen oder entspannen zünftig im rustikalen Holzzuber. Sehenswert ist die originalgetreue Königskabine, in deren prächtiger Kupferwanne einst die sächsische Königsfamilie gebadet hat. Das besondere Ambiente der farblich unterschiedlich gestalteten Badekabinen, von denen jede einen eigenen Namen wie Rose, Iris oder Sonnenblume trägt, wird durch liebevolle Details aus nostalgischen Armaturen, tropischen Pflanzen und Kerzenschein ergänzt. Um das Wohl der Gäste, die sich bei Stutenmilchbädern, Bierbädern oder Aromaölmassagen erholen, kümmert sich eine Therapeutin.

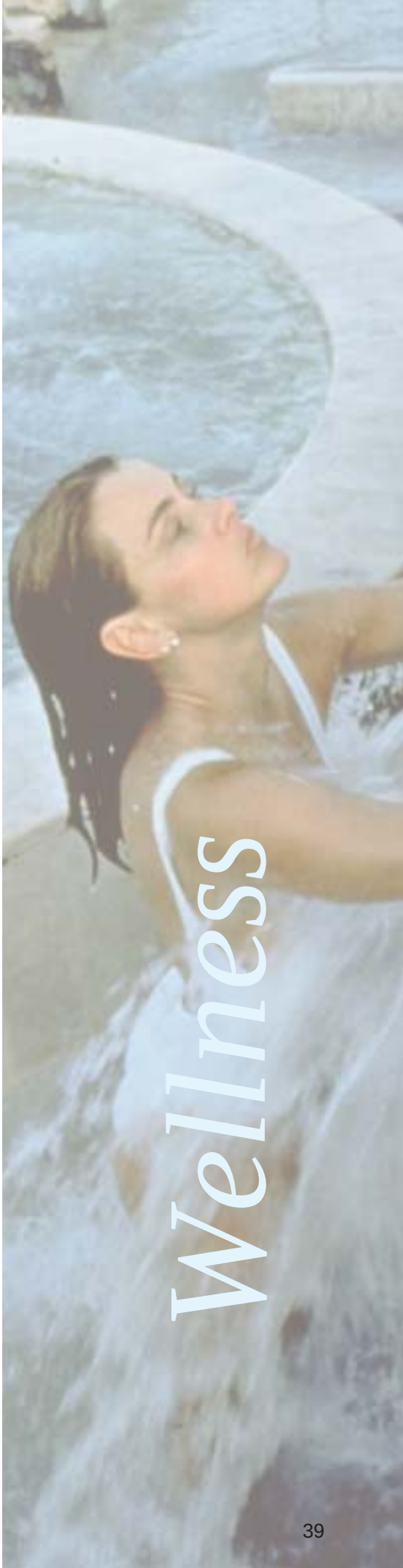
Pflegend und dekorativ verschönern lassen können sich Damen und auch Herren im Kosmetikbereich. Zu den Leistungen zählen beispielsweise Make-Up, kosmetisches Lifting, Algenbehandlung, Nagelmodellage oder asiatische Schönheitspflege mit warmen Steinen - Shi Tao genannt. Besonders gern genutzt wird die traditionelle thailändische Heilmassage, bei der die im Körper verlaufenden Meridiane behandelt werden. Alle Anwendungen steigern das persönliche Wohlbefinden und bringen die nötige Energie für den Alltag zurück.

„Königlich genießen“ können Sie auch bei herausragenden Events und ausgewählten Einzelveranstaltungen, die in einem herrlichen Ambiente mit jeweils passenden kulinarischen Arrangements und einem attraktiven Rahmenprogramm angeboten werde.

Events ab Juli 2004

24.07.04	Oberbayern zu Gast
19. - 22.08.04	Jazztage Bad Elster
03. - 19.09.04	Chursächsische Festpiele
01. - 03.10.04	Grenzklänge
06.11.04	Internationales Bäderfechtturnier
11. - 14. 11.04	Best of Broadway
26.11.04 - 06.01.05	Chursächsische Winterträume (Ein Fest für alle Sinne)

Prospekte und weitere Angebote bekommt man bei der Sächsischen Staatsbäder GmbH, Badstr. 6
08645 Bad Elster
Tel. 037437/7111
bzw. unter
http://www.saechsische-staatsbaeder.de



Ernährungstherapie bei Hypertonie – effizient und unverzichtbar

Prof. Dr. Ursel Wahrburg

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

Angesichts der Bedeutung der Hypertonie als kardiovaskulärer Risikofaktor ist es ein vorrangiges Ziel jeder Hypertonietherapie, kardiovaskuläre Erkrankungen zu vermindern. Zum Erreichen dieses Ziels ist es ebenfalls wesentlich, gleichzeitig weitere Risikofaktoren, wie z.B. Hyperlipidämien und Übergewicht zu verbessern. Hierbei bieten insbesondere die nicht-medikamentösen Therapiemaßnahmen ausgezeichnete Möglichkeiten, um die Gesamtheit der kardiovaskulären Risikofaktoren günstig zu beeinflussen.

In dem kürzlich erschienenen „Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure“ (JNC 7 Report) der amerikanischen National Institutes of Health (NIH) wird ebenso wie in den aktuellen Empfehlungen der European Society of Hypertension ausdrücklich betont, dass Veränderungen des Lebensstils ein integraler Bestandteil jeder Hypertonietherapie sein sollten, allen voran Ernährungsmaßnahmen und regelmäßige körperliche Aktivität (1,2). Damit wird nicht nur ein blutdrucksenkender Effekt erzielt, sondern gleichermaßen der Erfolg der medikamentösen Therapie deutlich verbessert. Die wichtigsten, mittlerweile auch evidenzbasierten Ernährungsempfehlungen, mit denen die in Tabelle 1 angegebenen Reduktionen des systolischen Blutdrucks erreichbar sind, lauten

1. Gewichtsreduktion bei Übergewicht
2. Ernährung nach den Prinzipien der DASH-Diät
3. Kochsalzreduktion
4. Verminderung des Alkoholkonsums.

Tabelle1: Blutdrucksenkung durch konsequente nicht-medikamentöse Therapiemaßnahmen (1)

Maßnahme	Empfehlung	Erzielbare Senkung des systolischen Blutdrucks (mmHg)
Gewichtsreduktion	Body-Mass-Index 19-25 kg/m^2	5-20 je 10 kg Gewichtsverlust
Ernährung gemäß DASH-Diät	Kost reich an Obst, Gemüse, Vollkornprodukten, fettarmen Milchprodukten, mit Reduktion von Gesamtfett und gesättigten Fettsäuren	5-20 je 10 kg Gewichtsverlust
Kochsalz-Reduktion	Nicht mehr als 6 g/Tag	2-8
Körperliche Aktivität	Regelmäßige aerobe körperliche Aktivitäten, mind. 30 Min/Tag, möglichst täglich	4-9
Einschränkung des Alkoholkonsums	Max. 30 g/Tag für Männer und max. 15 g/Tag für Frauen	2-4

Tabelle 2: Nährstoffzusammensetzung der DASH-Diät (3)

Nährstoff	Kontroll-Diät 1)	DASH-Diät 2)
Gesamtfett (E%)	37	27
Gesättigte Fettsäuren	14	7
Kohlenhydrahte (E%)	50	57
Protein (E%)	14	18
Ballaststoffe (E%)	9	31
Kalium (mg/Tag)	1750	4415
Magnesium (mg/Tag)	176	480
Kalzium (mg/Tag)	443	1265
Natrium (mg/Tag)	3030	2900

1) entspricht der amerikanischen Durchschnittskost
2) enthält viel Obst und Gemüe sowie Vollkornprodukte; fettarme Milchprodukte; wenig Fleisch, wenig Fett, wenig Süßes

Gewichtsreduktion bei Übergewicht

Bei übergewichtigen Hypertonie-Patienten stellt die Gewichtsabnahme zweifellos die wirksamste Maßnahme dar. Die Blutdrucksenkung resultiert unter anderem aus endokrinen Veränderungen unter der Gewichtsreduktion (z.B. Verbesserung der Insulinresistenz), einem Rückgang der sympathischen Aktivität sowie einer Abnahme der intrazellulären Konzentration an freiem Kalzium. Bei der Gewichtsabnahme sollten kurzfristige Diätstrategien aller Art vermieden werden. Anzustreben ist ein allmählicher, aber dauerhafter Gewichtsverlust, der neben einer ausgewogenen fett- und energiereduzierten Mischkost eine langfristige Änderung der Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten erfordert. Wenngleich sich auch in vielen Fällen kein Normalgewicht (Body-Mass-Index < 25 kg/m^2) erreichen lässt, so führt doch bereits ein mäßiger Gewichtsverlust von 5-10 kg zu einem deutlich reduzierten Blutdruck und beeinflusst zudem mögliche weitere Risikofaktoren wie Hyperlipidämie positiv.

Ernährung nach den Prinzipien der DASH-Diät

Die vom JNC 7 Report empfohlenen grundlegenden Ernährungsprinzipien bei Hypertonie basieren im Wesentlichen auf den Ergebnissen der DASH(= Dietary Approaches to Stop Hypertension)-Studie (3). Bei dieser randomisierten, kontrollierten Interventionsstudie wurden die Auswirkungen einer Kost, die viel Obst und Gemüse, daneben Getreidevollkorn- sowie magere Milchprodukte, aber nur wenig rotes Fleisch und Süßes enthielt, im Vergleich zur amerikanischen Durchschnittskost bei Patienten mit einem systolischen Blutdruck unter 160 mmHg und einem diastolischen Blutdruck zwischen 80 und 95 mmHg untersucht. Der Salzgehalt wurde mit 7,5 g/Tag in Versuchs- und Kontrollgruppen standardisiert, das Körpergewicht blieb ebenfalls in beiden Grup-

pen konstant (Tab. 2). Nach der achtwöchigen Interventionsphase waren systolischer und diastolischer Blutdruck in der DASH-Gruppe um 5,5 bzw. 3,0 mmHg gesunken, bei den hypertonischen Patienten des Versuchs-Kollektivs (systolischer Blutdruck ≥ 140 und diastolischer Blutdruck ≥ 90 mmHg) war sogar ein Abfall um 11,4 (RRsyst) und 5,5 (RRdiast) mmHg im Vergleich zur hypertensiven Kontrollgruppe zu verzeichnen. Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass sich selbst ohne Kochsalzreduktion und Gewichtsverlust durch eine pflanzenbetonte, ballaststoffreiche, fettarme Kost mit wenig gesättigten Fettsäuren eine signifikante Reduktion der Blutdruckwerte erzielen lässt. Aufgrund des Studiendesigns ist allerdings die Frage, welche Nahrungsinhaltsstoffe diese blutdrucksenkende Wirkung im Einzelnen verursachen, nicht zu klären. Man kann jedoch davon ausgehen, dass eine Kombination verschiedener Faktoren, u.a. die hohe Kalium-, Kalzium-, Magnesium- sowie Ballaststoffzufuhr, synergistisch wirkt.

Kochsalzreduktion

In der anschließenden DASH-Sodium-Studie wurde ein möglicher zusätzlicher blutdrucksenkender Effekt des Natriums bei einer Versuchsgruppe mit DASH-Diät (n=208) und wiederum einer Kontrollgruppe mit amerikanischer Durchschnittskost (n=204) untersucht (4). Beiden Gruppen wurde dabei im cross-over-Design jeweils für 30 Tage ihre Diät mit entweder einem hohen (8,6 g/Tag), mittleren (5,7 g/Tag) oder niedrigen (2,8 g/Tag) Kochsalzgehalt verabreicht. In beiden Gruppen führte die Salzreduktion auf etwa 6 g/Tag zu einem signifikanten Blutdruckabfall (bei RRsyst 2,1 mmHg in der Kontroll-, 1,3 mmHg in der DASH-Gruppe; bei RRdiast 1,1 bzw. 2,5 mmHg), der wiederum bei den hypertonen Patienten beider Gruppen ausgeprägter war. Unter der sehr salzarmen Kost mit lediglich 3 g Kochsalz pro Tag wurde ein weiterer signifikanter Abfall beobachtet. Aus den Ergebnissen lässt sich schlussfolgern, dass eine Verringerung der Kochsalzzufuhr zwar auch unter üblicher Kost signifikant blutdrucksenkend wirkt, dass sich aber durch eine Kombination von DASH-Diät mit einer Salzreduktion die ausgeprägtesten blutdrucksenkenden Wirkungen erzielen lassen. Wenngleich die besten Effekte bei einer Salzzufuhr von 3 g/Tag erreicht wurden, so wird doch angesichts der bei einer solch salzarmen Ernährungsweise erforderlichen durchgreifenden Kostveränderungen und der damit zu erwartenden unzureichenden Langzeit-Compliance von den Untersuchern selbst lediglich eine mäßige Salzeinschränkung auf 6 g/Tag befürwortet. Auch von den internationalen Hypertonie-Fachgesellschaften (1,2) wird – nicht zuletzt auf der Basis der DASH-Sodium-Studie - derzeit eine tägliche Salzzufuhr bis zu 6 g (entsprechend einer Na-Zufuhr bis 2400 mg) empfohlen.

Bei der praktischen Umsetzung dieser Empfehlung gilt es zum einen, bei der Zubereitung von Speisen nur sparsam zu salzen. Statt dessen kann mit einer Vielfalt von Gewürzen und Kräutern ein guter und abwechslungsreicher Geschmack der Speisen erreicht werden. Die Verwendung von natriumfreien Kochsalzersatzmitteln wird heute aufgrund ihres „unnatürlichen“ Eigengeschmacks nicht mehr empfohlen. Ein besonderer Focus ist zum anderen auf die Verminderung der versteckten Natriumzufuhr durch salzreiche Lebensmittel zu legen, mit denen im Durchschnitt mehr als die Hälfte des gesamten Kochsalzes aufgenommen wird. Zu diesen gehören vor allem gesalzene, geräucherte und gepökelte Fleisch- und Wurstwaren, Käse, Salzgebäck sowie viele Fertigprodukte und -gerichte. Eine Ernährungsweise, die wie die DASH-Diät reich an pflanzlichen, wenig verarbeiteten und frisch zubereiteten Lebensmitteln ist, hat im Allgemeinen bereits einen deutlich niedrigeren Salzgehalt als etwa die deut-

sche Durchschnittskost. Bei Mineralwasser sollten möglichst solche mit einem Natriumgehalt unter 150 mg/L bevorzugt werden.

Verminderung des Alkoholkonsums

Der Zusammenhang zwischen steigendem Alkoholkonsum und Blutdruckwerten ist unbestritten, wobei die meisten Untersuchungen darauf hindeuten, dass geringe Mengen Alkohol ohne Blutdruckanstieg toleriert werden. Dementsprechend wird heute von den meisten Fachgesellschaften empfohlen, bei Männern den Alkoholkonsum auf 25-30 g/Tag (ca. 1/8 Liter Wein oder eine Flasche Bier) und bei Frauen auf 15-20 g/Tag zu begrenzen.

Fazit

Veränderungen des Lebensstils gehören heute unverzichtbar zu jeder Hypertonie-Therapie. Neben regelmäßiger körperlicher Bewegung und einer Einschränkung des Alkoholkonsums steht bei übergewichtigen Patienten eine Gewichtsreduktion im Vordergrund. Diese lässt sich langfristig nur mit einer dauerhaften Veränderung der Ernährungsgewohnheiten erreichen. Dabei gelten zur Abnahme ebenso wie zur Dauerernährung des Hypertoniepatienten dieselben Grundsätze. Es wird eine Kost empfohlen, die fettarm und arm an gesättigten Fettsäuren ist, die reichlich pflanzliche Lebensmittel, allen voran Gemüse, Obst und Getreidevollkornprodukte, enthält und einen Kochsalzgehalt von nicht mehr als 6 g/Tag hat. Eine solche Ernährungsweise vermag nicht nur den Risikofaktor Hypertonie günstig zu beeinflussen, sondern wirkt gleichzeitig vorteilhaft bei Hyperlipidämie und Diabetes und trägt damit zu einer substantiellen Reduktion des kardiovaskulären Gesamtrisikos bei.

Literatur:

1. Chobanian AV, Bakris GL et al and the National High Blood Pressure Education Program Coordinating Committee (2003): The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC 7 Report). JAMA 289:2560-72.
2. Guidelines Committee (2003): 2003 European Society of Hypertension – European Society of Cardiology Guidelines for the management of arterial hypertension. J Hypertension 21:1011-53.
3. Appel LJ, Moore TJ, Obarzanek E et al (1997): A clinical trial of the effects of dietary patterns on blood pressure. N Engl J Med 336:1117-24.
4. Sacks FM, Svetkey LP, Vollmer WM et al (2001): Effects on blood pressure of reduced dietary sodium and the dietary approaches to stop hypertension (DASH) diet. N Engl J Med 344:3-10.

Weitere Informationen:

Prof. Dr. Ursel Wahrburg
Fachhochschule Münster
Fachbereich Oecotrophologie
uwahrburg@FH-Muenster.de

Zucker: *einfach süß*

Die Lust auf Süßes

Die Vorliebe für Süßes ist uns – wie auch die Abneigung gegen Bitteres – schon in die Wiege gelegt. Bereits Neugeborene zeigen eine ausgeprägte Präferenz für Süßes. Es gibt verschiedene Theorien dafür, warum das so ist: die Vorliebe mache Lust auf Muttermilch (diese schmeckt leicht süß), sorge für eine effektive Kalorienaufnahme und helfe bei der Suche nach reifen Früchten. Man kann die Präferenz für süß sozusagen als „Sicherheitsgeschmack“ interpretieren.

... und das schlechte Gewissen

Obwohl wir also genetisch wohl dafür determiniert sind, Süßes zu lieben, plagt viele das schlechte Gewissen, wenn sie sich z.B. einen Riegel Schokolade gönnen. Besonders Figur-Bewussten fällt es schwer, süße Leckereien zu genießen, doch: Zucker allein macht nicht dick. Die Entstehung von Übergewicht ist viel zu komplex, als dass ein einzelnes Lebensmittel dafür die Ursache sein könnte. Vereinfacht gesagt, ist es das Ungleichgewicht von Kalorienzufuhr und -verbrauch, das das Körpergewicht steigen lässt. Vor allem der Bewegungsmangel spielt eine entscheidende Rolle – sozusagen das „süße Nichtstun“. Wer insgesamt auf eine maßvolle vielseitige Ernährung achtet und vor allem Bewegung in seinen Alltag bringt, darf auch Süßigkeiten, Desserts und Kuchen ohne schlechtes Gewissen genießen.

Ernährungsempfehlungen im Wandel

Wer von Zucker spricht, meint in der Regel Haushaltszucker, also Saccharose - ein Disaccharid aus Glucose und Fructose. Es gehört zu den schnell resorbierbaren Kohlenhydraten, die praktisch sofort als Energielieferant zur Verfügung stehen. Während Zucker von der Ernährungswissenschaft lange verteufelt wurde, haben sich frühere Befürchtungen mittlerweile stark relativiert. Den „erhobenen Zeigefinger“ beim Thema Zucker gibt es nicht mehr. Heute empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) lediglich, mit Zucker moderat umzugehen, damit noch genug Spielraum für andere Lebensmittel bleibt.

Mit Zucker auf den Geschmack kommen

Nur selten verzehrt man Zucker pur. Meist ist er süßende Zutat anderer Lebensmittel, die selbst weitere Nährstoffe wie Vitamine und Mineralstoffe enthalten. Durch Zucker-Zusatz lässt sich die Akzeptanz ernährungsphysiologisch wichtiger Lebensmittel erhöhen. Ein Beispiel: Kinder akzeptieren Milch oft nur als Schokotrunk oder in Form von Fruchtjoghurt. So hilft Zucker, die Calcium-Versorgung sicher zu stellen, die gerade im Kindes- und Jugendalter von entscheidender Bedeutung ist.

Den Apothekern und dem Adel vorbehalten

Um das Jahr 600 gelang es den Arabern, gereinigten Zucker aus Zuckerrohr herzustellen. Das christliche Abendland lernte Zucker erst während der Kreuzzüge kennen und schätzen. Sirupe, bereits in der altarabischen Heilkunst bekannt,

fanden wegen ihrer konservierenden Eigenschaft schnell Aufnahme in den europäischen Arzneischatz. Im 14. Jh. war Zucker ein so selbstverständlicher und vielgebrauchter Apothekenartikel, dass man jemanden, dem das Notwendigste fehlte, sprichwörtlich als „Apotheker ohne Zucker“ bezeichnete. Sirupus simplex dient auch heute noch als Geschmackskorrigens und als Grundsirup für die Herstellung weiterer Sirupe.

Zucker war für die Zubereitung von Speisen und Getränken jahrhundertelang der reinste Luxus. Erst als man ihn im Pflanzensaft der heimischen Runkelrübe entdeckte und ein Gewinnungsverfahren entwickelte, wurde Zucker seit dem 19. Jahrhundert ein erschwingliches Genuss- und Lebensmittel für die breite Bevölkerung.

Der Mythos vom Vitamin-Räuber

Wenn es um Zucker geht, hört man immer wieder dieselben Aussagen, etwa: „Zucker ist ein Vitaminräuber“. Stimmt das? Es ist richtig, dass bestimmte Vitamine, wie Vitamin B1 (Thiamin), gebraucht werden, um Nährstoffe, also auch Zucker, abzubauen. Vitamine wirken bei bestimmten Stoffwechselreaktionen als Coenzyme. Dabei werden sie nicht verbraucht („geraubt“), sondern nach der jeweiligen Reaktion wieder regeneriert. Von Vitamin-Räuber kann also keine Rede sein. Deswegen müssen auch bei Zuckerverzehr nicht entsprechend mehr Vitamine aufgenommen werden. Eine andere häufige Parole lautet „Zucker, nur leere Kalorien“. Es stimmt, reiner Zucker ist praktisch eine Grundsubstanz, die keine weiteren Vitamine und Mineralstoffe enthält. Eine zuckerreiche Ernährung könnte also rein theoretisch zu Nährstoffmangel führen. Studien zeigen jedoch, dass sich der bei uns übliche Zuckerverzehr im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung nicht negativ auf die Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen auswirkt.

Kohlenhydrate und Diabetes

In der Vergangenheit wurde die Ernährung von Diabetikern mit vielen Verboten reglementiert. Zucker galt als besonders schädlich. Man nahm an, vor allem der Zucker würde die Blutglucose-Konzentration schnell ansteigen lassen. De facto ist die glykämische Wirkung von Saccharose nicht wesentlich anders als die von Stärke. Mit der Zunahme an Erkenntnissen sind diverse Verbote und Restriktionen als unnötig erkannt und entsprechend liberalisiert worden. Inzwischen gibt es keine so genannte „Diabetes-Diät“ mehr. Diabetiker dürfen innerhalb einer abwechslungsreichen, vollwertigen Mischkost praktisch alles essen. Auch das Zuckerverbot ist gefallen. Gegen eine mäßige Saccharoseaufnahme ist nichts einzuwenden. Diabetiker sollten Zucker jedoch nicht pur und nicht in süßen Getränken verzehren, sondern nur zusammen mit Fett, Eiweiß und/oder Ballaststoffen.

Kohlenhydrate und Karies

Karies entsteht durch das Zusammentreffen verschiedener Faktoren. Auch die Ernährung spielt dabei eine Rolle. Denn die Bildung von Plaque und kariogenen Säuren wird durch zahlreiche Kohlenhydrate begünstigt. Neben Disacchariden wirkt beispielsweise auch gekochte Stärke in Brot, Reis oder Kartoffeln kariogen. Es hat sich allerdings gezeigt, dass nicht die Art und Menge der aufgenommenen

Kohlenhydrate sondern vielmehr die Häufigkeit des Verzehrs für ihre kariogene Wirkung verantwortlich ist. Ständiges Zwischendurch essen ist offenbar die größte Gefahr für die Zähne.

Neben der Ernährung sind auch andere Faktoren bei der Kariesentstehung von Bedeutung, etwa die Speichelzusammensetzung oder die Beschaffenheit der Zähne. Erhebungen zeigen, dass in erster Linie gute Mundhygiene und ausreichende Fluoridierung für die Kariesprävention entscheidend sind. Dank Fluoridprophylaxe und Aufklärung über die richtige Zahnpflege ist der Kariesbefall in den letzten Jahrzehnten deutlich gesunken – und das, obwohl der Zuckerverbrauch praktisch unverändert blieb.

Auch ein Märchen: Anti-Pilz-Diät

Anfang der 80er Jahre des vergangenen Jahrhunderts wurde die Hypothese verbreitet, der im Verdauungstrakt lebende Hefepilz Candida albicans sei für eine Vielzahl von Befindlichkeitsstörungen und Erkrankungen verantwortlich. Als so genannte Candida albicans-assozierte Beschwerden wurden Müdigkeit, Depression, Angst, abdominelle Schmerzen und Hauterkrankungen bis hin zu Beschwerden im Bereich der Augen, Ohren und Nase genannt. Man spekulierte, dass u.a. der Verzehr von raffinierten Kohlenhydraten, insbesondere Zucker, Ursache für eine vermehrte Besiedelung des Gastrointestinaltraktes durch Candida albicans sei. Candida-Stoffwechselprodukte sollten den Organismus auf nicht näher bekannte Weise schädigen. Folglich wurde eine zuckerfreie Kost als „Anti-Pilz-Diät“ empfohlen. Doch es gibt keine wissenschaftlich abgesicherten Belege - weder für die Behauptung, der Verzehr einer so genannten Anti-Pilz-Diät reduziere die Besiedelung des Darms mit Candida albicans noch für die Existenz Candida albicans-assoziierter Beschwerden überhaupt. Candida albicans ist bei etwa 75% der gesunden Bevölkerung ein normaler Bestandteil der Intestinalflora. Ein Nachweis von Candida albicans im Stuhl hat bei immunkompetenten Menschen keine klinische Bedeutung.

Ist Honig gesünder?

Bei vielen gilt Honig als alternatives gesünderes Süßungsmittel. Honig enthält zwar geringe Mengen Mineralstoffe und Vitamine, doch spielen sie mengenmäßig für die Bedarfsdeckung keine Rolle. Faktisch besteht Honig aus 80% Traubenzucker und Fruchtzucker, der Rest ist vor allem Wasser.

Es bleibt also reine Geschmackssache, womit man sich das Leben versüßt.

Sortenvielfalt

Je nach Verwendungszweck kann man zwischen vielen verschiedene Zuckersorten auswählen: Am bekanntesten ist Raffinade, der durch mehrfache Reinigung und Kristallisation gewonnene Zucker. Die weiße Farbe ist ein Zeichen von Reinheit und entsteht nicht durch Bleichen. Brauner Zucker entsteht, wenn Sirup erhitzt wird, karamellisiert und anschließend auskristallisiert. Besonders beliebt ist brauner Zucker wegen seines feinen karamellartigen Geschmacks. Kandis wird durch sehr langsames Auskristallisieren gewonnen und kann für Tee, Liköre, Grog oder Rumtopf verwendet werden. Puderzucker und Hagelzucker eignen sich gut für die Dekoration von Kuchen und Gebäck.

Handelsformen von Zucker

Raffinade	besonders reiner weißer Zucker bester Qualität, in verschiedenen Korngrößen erhältlich
Puderzucker	staubfein vermahlene Raffinade
Würfelzucker	angefeuchtete Raffinade wird zu Würfeln gepresst und getrocknet
Gelierzucker	Raffinade mit Zusatz von Pektin und Zitronensäure
Kandiszucker	weiß oder braun, durch langsames Auskristallisieren von hochwertigen Zuckerlösungen
Brauner Zucker (Kandisfarin)	feinkörniger Spezialzucker aus braunem Kandissirup
Zuckerhut	feine Raffinade in Formen gepresst

Vanillekaramellen

Für 40-50 Stück

60	g	Honig
250	g	Zucker
250	g	Schlagsahne
2	Päckchen	Vanillezucker
30	g	Butter
		Butter für die Form

Honig und Butter mit 3 EL Wasser aufkochen, bis der Zucker aufgelöst ist, dann vom Herd nehmen. Sahne erhitzen, Vanillezucker und Honigmasse zufügen. Unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze kochen, bis die Masse hellgelb ist, dann Butter unterrühren. Topfboden kurz in kaltes Wasser tauchen. Etwas Masse mit einem Löffel in kaltes Wasser tropfen, mit den Fingern herausnehmen und auseinander ziehen. Wenn sie feste, elastische Fäden zieht, ist die Masse fertig, sonst noch etwas weiterkochen und die Konsistenz erneut prüfen. Eine Form (20 x 20 cm) mit Alufolie auslegen und mit flüssiger Butter bestreichen. Karamellmasse hineingießen, abkühlen lassen dann auf ein Brett stürzen und die Folie abziehen. Karamell in ca. 3 cm große Würfel schneiden und in Pergamentpapier wickeln.

Krokantpralinen

Für ca. 30 Stück

225	g	Zucker
150	g	geschälte, grob gehackte Mandeln
		Butter für das Blech
150-200	g	Halbbitterkuvertüre

Zucker mit 6 EL Wasser in einem Edelstahltopf verrühren, zum Kochen bringen und sprudelnd kochen lassen, bis der Zucker hellbraun wird. Mandeln zugeben und rühren, bis sie vom Zucker überzogen sind. Auf eine gefettetes Backblech geben und abkühlen lassen. In Rauten schneiden. Kuvertüre hacken und über dem heißen Wasserbad schmelzen. Krokantpralinen halb in die lauwarme Kuvertüre tauchen und auf Backpapier erkalten lassen.

Herausgeber:

CMA Referat Wissenschafts-PR

Postfach 20 03 20, 53133 Bonn, http://www.cma.de

www.gour-med.de

Aktive Gesundheitsvorsorge mit Snacks von Nestlé Nutrel

Die Versorgung der Deutschen mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen wie Folsäure, Calcium und Jod ist bei der Mehrzahl der Verbraucher nicht ausreichend. Bei Folsäure ist die Situation besonders dramatisch. So wird die empfohlene Menge von 400 Mikrogramm pro Tag kaum erreicht und insbesondere Frauen mit Kinderwunsch, Schwangeren und Stillenden wird empfohlen, für eine ergänzende Folsäurezufuhr mit speziell angereicherten Lebensmitteln zu sorgen.

Um Ernährungsdefizite und Versorgunslücken zu vermeiden ist die Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) täglich fünf Portionen Gemüse und Obst zu sich zu nehmen. Doch nur eine verschwindende Minderheit hält sich daran. Für gesundheitsbewusste Verbraucher hat das Nahrungsmittelunternehmen Nestlé deshalb eine neuartiges Ernährungskonzept under der Dachmarke Nestlé Nutrel auf den Markt gebracht, mit dem genussvoll und praktisch Ernährungsdefiziten vorgebeugt werden kann.

Zwei dieser Nestlé-Nutrel-Produkte, die ab sofort in Apotheken und führenden Drogeriemärkten erhältlich sind, sind die Müsli-Riegel.

Speziell für Frauen gibt es den mit Vitaminen und Mineralstoffen angereicherten fettarmen Müsli-Riegel „Nutrel® für Sie Plus“. Der Gehalt an 400 Mikrogramm Folsäure deckt den Tagesbedarf bei Frauen während der Schwangerschaft und Stillzeit.

Der Müsli-Riegel „Nutrel® Dyna® plus“ ist ein Energie-Riegel, der durch den hochkonzentrierten Haferballaststoff Beta-Glucan (BG-3) zur Unterstützung aller dient, die Ausdauer und Konzentration brauchen. Das nach dem von Nestlé entwickelten Verfahren hergestellte BG-3 bewirkt eine zeitverzögerte, gleichmäßige Freisetzung der Kohenhydrate ins Blut und sorgt dadurch für eine kontinuierliche Energieversorgung.

Fotos: Nestlé

Weitere Informationen:

Nestlé Deutschland AG
Lyoner Str. 23
60528 Frankfurt
Tel.: 069/66713740
http://www.nestle.de

Godesberger Ernährungsforum 2004 "Protein - ein verkanntes Genie? Power, Potenziale, Perspektiven"

In Eiweiß steckt mehr drin, als man denkt. Dies ist kurz und bündig das Ergebnis des 4. Godesberger Ernährungsforums, das am 29. und 30. April 2004 in Bonn-Bad Godesberg stattfand. Der Veranstalter CMA Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH, Bonn, hatte namhafte Referenten eingeladen, aktuelle Studienergebnisse vorzustellen und bedeutsame Eigenschaften und Funktionen dieser Nährstoffgruppe herauszuarbeiten. Dabei waren tierische und pflanzliche Proteinquellen und deren Qualität ebenso Thema wie die Bedeutung der Proteinzufuhr in bestimmen Lebensaltern sowie bei Erkrankungen.

Die wissenschaftliche Leitung des Symposiums lag bei Professor Hans Konrad BIESALSKI von der Universität Stuttgart-Hohenheim.

Podium des Godesberger Ernährungsforums

Aminosäurebedarf bei einigen chronischen Erkrankungen erhöht

Die Aminosäurezusammensetzung und die Verdaulichkeit sind die Qualitätskriterien für Nahrungseiweiß, erläuterte Dr. Michael BOSCHMANN von der Charité Berlin. Die früher übliche Einteilung in essenzielle und nichtessenzielle Aminosäuren (AS) wird nicht mehr verwendet, da sie der Bedeutung der AS im Stoffwechsel nicht gerecht wird. Heute teilt man die ca. 20 proteinogenen AS in entbehrliche, bedingt entbehrliche sowie nichtentbehrliche AS ein. Manche, früher als nicht-essenziell bezeichnete AS, wie z. B. Cystein, stehen unter bestimmten Bedingungen (Wachstum, Krankheit) trotz körpereigener Synthese nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung und müssen von außen ergänzt werden. Vor diesem Hintergrund postulierte Boschmann, dass der Proteinbedarf alter Menschen, die oft an einer Vielzahl von Erkrankungen leiden, unterschätzt wird. Die Forschung auf diesem Gebiet müsse intensiviert werden, da die Datenlage noch sehr dürftig ist.

Dr. Michael BOSCHMANN

Dr. med. Claudia THIEL

Eiweiß in der Adipositas-Therapie

Als neuere Untersuchungen kürzlich zeigten, dass proteinreiche und

Dr. Marion FLECHTNER-MORS

kohlenhydratarme Diäten in der Adipositas-Therapie wirksamer sind als fettarme Diäten, erregten diese Daten in der Fachwelt große Aufmerksamkeit, berichtete Dr. Marion FLECHTNER-MORS vom Universitätsklinikum Ulm. Bisher war dem Makronährstoff Protein in der Adipositas-Therapie nur wenig Beachtung geschenkt worden. Dabei zeigt es einige Effekte, die in diesem Zusammenhang sehr gewünscht sind: Protein hat eine höhere Sättigungswirkung als Fette und Kohlenhydrate, erhöht die postprandiale Thermogenese, also die Steigerung des Energieverbrauchs nach Nahrungsaufnahme, und erhält die Magermasse. Auch wenn Langzeitdaten zum Erhalt des erreichten Gewichts noch fehlen, befürwortete Flechtner-Mors bereits auf Basis der vorliegenden Untersuchungen eine erhöhte Proteinzufuhr in der Adipositas-Therapie.

Tierisches Protein für Nahrungsmittelallergien weniger bedeutsam

Die auslösenden Allergene einer Nahrungsmittelallergie sind in aller Regel Proteine, erklärte die Allergologin Dr. med. Claudia THIEL, Oberbrechen. Das Beschwerdebild hängt vom Sensibilisierungsgrad des Patienten, der allergenen Potenz des Allergens sowie dessen Hitzelabilität bzw. Hitzestabilität ab. Bei Säuglingen und Kleinkindern überwiegen Nahrungsmittelallergien auf Kuhmilch und Hühnerei, während bei Erwachsenen - entgegen der landläufigen Meinung - pflanzliche Nahrungsmittelallergene dominant sind. Ist ein Allergen hitzelabil, verliert es durch Erhitzung ganz oder teilweise seine allergene Potenz. Bei mittelgradiger und geringer Sensibilisierung können viele Patienten mit Molkeneiweiß-Allergie z.B. erhitzte Kuhmilchprodukte vertragen. Ein Großteil der erwachsenen Kuhmilch-Allergiker verträgt zudem Butter und Sahne, da der Proteinanteil in diesen Produkten sehr gering ist.

Naseweiß braucht Eiweiß. Proteinbedarf von Kindern

Proteine sind die entscheidenden Nährstoffe für das Wachstum. Sie liefern die Aminosäuren, aus denen der Körper eigene Proteine aufbaut. Der Proteinbedarf eines Kindes ist eng an die Wachstumsgeschwindigkeit gekoppelt, erläuterte Prof. Dr. Hansjosef BÖHLES vom Zentrum für Kinderheilkunde der Universität Frankfurt. Dies wird beim Vergleich verschiedener Säuger-Species deutlich. Je höher der Proteingehalt der Muttermilch ist, desto schneller wächst das Neugeborene. Kuhmilch ist gegenüber Frauenmilch etwa 3fach proteinreicher. Ein Kalb verdoppelt sein Geburtsgewicht in 47 Tagen, der Säugling nach 160-180 Tagen. Das Lamm wächst unter der nochmals proteinreicheren

Schafsmilch in 16 Tagen auf das Doppelte heran.

Der Proteinbedarf ist beim jungen Säugling am höchsten und nimmt dann kontinuierlich ab, mit dem pubertären Wachstumsschub steigt er kurzfristig noch einmal wieder an. Doch nicht die Menge an zugeführtem Eiweiß ist entscheidend für die körpereigene Peptid- und Proteinsynthese, sondern die „Biologische Wertigkeit“ (BW). Diese resultiert aus dem Aminosäurenmuster und ist ein Maß dafür, wie viel Körperprotein aus einer bestimmten Menge an Nahrungsprotein synthetisiert werden kann. Tierisches Protein hat eine höhere BW als pflanzliches. Durch Mischung von tierischem mit pflanzlichem Protein lässt sich die BW im Vergleich zu den einzelnen Lebensmitteln steigern. Auch deswegen ist die ausgewogene Mischkost, die sowohl Fleisch, Eier, Milch(produkte) und Fisch als auch Obst, Gemüse und Kartoffeln enthält, für den kindlichen Organismus ideal.

Protein – Nährstoff und Wirkstoff zugleich

Nahrungseiweiß dient dem Körper nicht nur zur Energiegewinnung, sondern vor allem als Aminosäure-Lieferant. Einige Eiweiße können jedoch noch mehr: „Die so genannten bioaktiven Peptide entfalten vielfältige gesundheitsfördernde Eigenschaften“, berichtete Prof. Jürgen SCHREZENMEIR, Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel in Kiel. Bioaktive Peptide können bereits genuin in einem Lebensmittel enthalten sein, während des Verdauungsprozesses durch Spaltung größerer Proteine entstehen oder bei der Lebensmittelreifung durch Fermentation gebildet werden.

Im Mittelpunkt des Forschungsinteresses stehen u.a. Inhaltsstoffe der Kuhmilch. Für das Protein Laktoferrin liegen bereits Ergebnisse einer kontrollierten Humanstudie vor: über seine immunstimulierende Wirkung erhöht es die IgA-Antwort nach einer Influenzaimpfung. Eine Fülle weiterer Wirkungen wurden für Milchinhaltsstoffe bzw. deren Spaltprodukte nachgewiesen, z.B. antioxidative, ACE-inhibitorische, antilipämische, antiproliferative, antithrombotische, wachstumsfördernde sowie motilitätsfördernde Effekte.

Viele Proteine bzw. Peptide wirken nur lokal im Gastrointestinaltrakt, da sie die Magenpassage nicht in intakter Form überstehen bzw. nicht resorbiert werden. Andere dagegen gelangen in den Blutkreislauf.

Bioaktive Peptide wurden z.B. auch in Weizen und Nüssen gefunden. Dies legt den Schluss nahe, dass erst eine ausgewogenen Mischkost, die sowohl tierische als auch pflanzliche Eiweiße enthält, dem Körper die Fülle der positiven Effekte von bioaktiven Peptiden sichert.

Proteine – Nährstoffe und Wirkstoffe mit Zukunft

Warum es beim Thema Eiweiß in der Forschung bisher vergleichsweise ruhig zuging, ist nach dem Godesberger Ernährungsforum der CMA kaum verständlich. Diese Nährstoffgruppe bietet eine Fülle interessanter Forschungsgebiete für die Grundlagenforschung, die Ernährungsmedizin, die Lebensmitteltechnologie und die Biotechnologie.

Quelle: Godesberger Ernährungsforum "Protein - ein verkanntes Genie? Power - Potenziale - Perspektiven" am 29. und 30. April 2004 in Bonn-Bad Godesberg, Veranstalter: CMA Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH, Bonn

Prof. Dr. Hansjosef Böhlers

Prof. Jürgen Schrezenmeier

Zurück zum Inhaltsverzeichnis

www.gour-med.de

Pfälzer Frühkartoffel:

Vitamin- und Nährstoffreich

Der Pellissimo-Nährwert

Zum Höhepunkt ihrer Vegetationsphase befinden sich Kartoffeln in einem Stadium erhöhter Enzym-Aktivität. Besonders viele Vitamine und Spurenelemente befinden sich dann direkt unter der Schale in den Wachstumszonen.

Das Hauptvitamin der Kartoffel ist das Vitamin C (17 mg sind in 100 g Kartoffeln enthalten). Zwar gehen ca. 40 % des Vitamin C beim Garen verloren, dennoch entspricht der Verzehr von 100 g Karoffeln hinsichtlich Vitamin C-Zufuhr immer noch dem Verzehr eines frischen Apfels von 150 g. Weitere Vitamine sind in unserem Körper wichtig u. a. für die Infektabwehr, die Gesundheit von Haut, Haar und Nägeln.

In den Volksmedizin wirkt sich der Kartoffelverzehr sehr positiv auf Stoffwechsel und die Tätigkeit der Nierenzellen aus. Bei Magenbeschwerden wie Aufstoßen, Blähbauch und Sodbrennen wirkt roh gepresster Kartoffelsaft Wunder, da er die Magensäure bindet. Bereits Kneipp erwähnt deshalb in seinem kleinen Kneipp-Buch unter den „stickstoffarmen Nährmitteln, die aber auch ausreichen, den Menschen gesund und ausdauernd zu machen“ neben Getreidearten, Gemüse und Wurzeln die „Erdäpfel“.

In genau diesem Zustand werden die Pellissimo-Kartoffeln geerntet - kleine Vitaminbomben mit dem Vorteil, dass die Schale noch keinerlei Bitterstoffe (Alkaloide) enthält. Die Schalen sind mitsamt der wertvollen Randschicht ohne Einschränkung zum Verzehr geeignet. Pellissimos haben daher den vollen, optimalen Vitamin- und Nährstoffgehalt.

Pfälzer Frühkartoffeln gelten bei Insidern und Pfälzer Genießern schon seit Jahren als Geheimtipp. Hier hat der Anbau frühester Sorten mit spezieller Anbautechnik eine lange Tradition. "Die erschde Neie" (die ersten neuen Kartoffeln), wie man sie hier nennt, werden ab Mitte Mai von Pfälzer Feinschmeckern mit Spannung erwartet und meist einfach so aus dem Kochtopf mit etwas Butter, Salz und natürlich einem Glas jungen Riesling genüsslich verspeist.

Aufgrund der speziellen Anbautradition und den günstigen klimatischen Verhältnissen werden die ersten deutschen Frühkartoffeln seit jeher in der Pfalz geerntet. Ihre Besonderheit: Im Juni sind die Pfälzer Kartoffeln so zartschalig, dass sie ohne Beeinträchtigung des Geschmacks mit der Schale genossen werden können.

Diese besonders zartschaligen Kartoffeln sind aber nur begrenzt lagerfähig und müssen - genau wie Spargel und Erdbeeren - schon nach wenigen Tagen verzehrt werden.

Diese besonders zartschaligen Kartoffeln sind aber nur begrenzt lagerfähig und müssen - genau wie Spargel und Erdbeeren - schon nach wenigen Tagen verzehrt werden.

Pellissimo Kosmetiktipps

So einfach, preiswert und wirkungsvoll kann der Weg zu Entspannung, Wohlbefinden und gesunder, straffer Haut sein:

Die Pellissimo - Kurpackung mit Traubenkernöl

4 - 10 (je nach Körperzone) Pellissimo-Kartoffeln gar kochen, etwa 5 Minuten im offenen Topf ausdampfen lassen und ungeschält mit der Gabel zerdrücken. 2 - 5 Esslöffel kaltgepresstes Traubenkernöl (ersatzweise gutes Olivenöl) untermischen.

Jetzt entspannt hinlegen und die Masse in noch warmem Zustand (je wärmer, je besser, aber nicht zu heiß!) etwa 2 - 3 cm dick auf die Haut auftragen und mit einem dicken trockenen Handtuch abdecken. Mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Die Kurpackung kann auf Gesicht, Nacken, Schultern, Oberschenkel oder Knie aufgebracht werden. Sie entspannt, lindert Schmerzen, pflegt, durchblutet und strafft die Haut. Anschließend fühlt man sich wie neu geboren.

Weitere Informationen:

Pfälzische Früh-, Speise- und Veredelungskartoffel-Erzeugergemeinschaft w.V.
Martin-Luther-Str. 69
67433 Neustadt
Tel.: 06321/927470
http://www.pellissimo.de

Wichtig zum Wohlfühlen: Heile Haut

Wenn der Sommer kommt, fallen gleichzeitig mit den steigenden Temperaturen meist auch die Hüllen, sprich: Die warme Winterkluft verschwindet im Kleiderschrank, die leichten und luftigen Sachen werden wieder hervorgekramt. Die Haut bekommt nun endlich mehr Sonne ab, und wenn dies in vernünftigem Maße geschieht, dankt sie es in der Regel mit gesundem und frischem Aussehen.

Doch nicht jeder fühlt sich leicht bekleidet wohl, und oft ist eine dermatologische Erkrankung schuld daran. Da kann der Sommer zur Qual werden, wenn alle Menschen viel Haut zeigen, man selbst aber nicht gerne seine Läsionen zur Schau stellen möchte. Rund zwei Prozent der Bevölkerung beispielsweise leiden an Psoriasis, einer der häufigsten Hauterkrankungen. Umwelteinflüsse scheinen hierbei eine wichtige Rolle zu spielen, genauso wie genetische Faktoren, bei denen besonders die MHC-Genprodukte HLA-B38, HLA-DR3 und -DR4 sowie HLA-B16, -B17 und -Cw6 hervorzuheben sind. Die beiden ersten etwa prädisponieren zur Arthropathie. An der Pathogenese der Entzündungsreaktion sind vor allem T-Lymphozyten beteiligt. Da ist es fast nahe liegend, hier mit einer Therapie anzusetzen, was in Zukunft neue Behandlungsmöglichkeiten eröffnen könnte. M. Lebwohl und seine Kollegen veröffentlichten Ende letzten Jahres eine Arbeit hierzu (N Engl J Med 2003; 349: 2004-2013). Der Studie lag die Beobachtung zugrunde, dass der monoklonale Antikörper Efalizumab die Aktivierung von T-Lymphozyten inhibieren kann und sie somit daran hindert, aus dem Gefäßsystem auszuwandern. In einer doppelblinden Phase-III-Studie testeten sie das Medikament bei knapp 600 Patienten gegen Placebo. Das Ergebnis: Die Behandlung führte zu einer signifikanten Verbesserung der Symptomatik. Experten warnen jedoch davor, den Antikörper leichtfertig anzuwenden, da die Wirkung auf das Immunsystem von Mensch zu Mensch unterschiedlich sein könnte.

Einen weiteren Ansatzpunkt in der Psoriasisbehandlung bietet der Tumor-Nekrose-Faktor alpha (TNFalpha), der bei den Patienten erhöht ist. Der TNFalpha-Antagonist Eternacept konnte in der Vergangenheit bereits bei rheumatoider Arthritis und bei Psoriasisarthritis Erfolge verbuchen, wobei sich bei letzteren Patienten auch die Hautläsionen besserten. C. Leonardi und Kollegen veröffentlichten in der gleichen Ausgabe des Journals eine ebenfalls doppelblind durchgeführte Studie an rund 650 Patienten, die untersuchte, wie wirksam und sicher Eternacept bei der Therapie der Psoriasis ist (N Engl J Med 2003; 349: 2014-2022). Die Hauterscheinungen besserten sich unter Verum ebenfalls deutlich, wobei das Medikament gut vertragen wurde.

Auch die Neurodermitis oder atopische Dermatitis ist eine häufige Erkrankung der Haut; ihre Inzidenz hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Etwa 10 Prozent der Kinder und rund drei Prozent der Erwachsenen in den Industrienationen leiden mittlerweile daran. Auch hier ist eine multifaktorielle Genese anzunehmen.

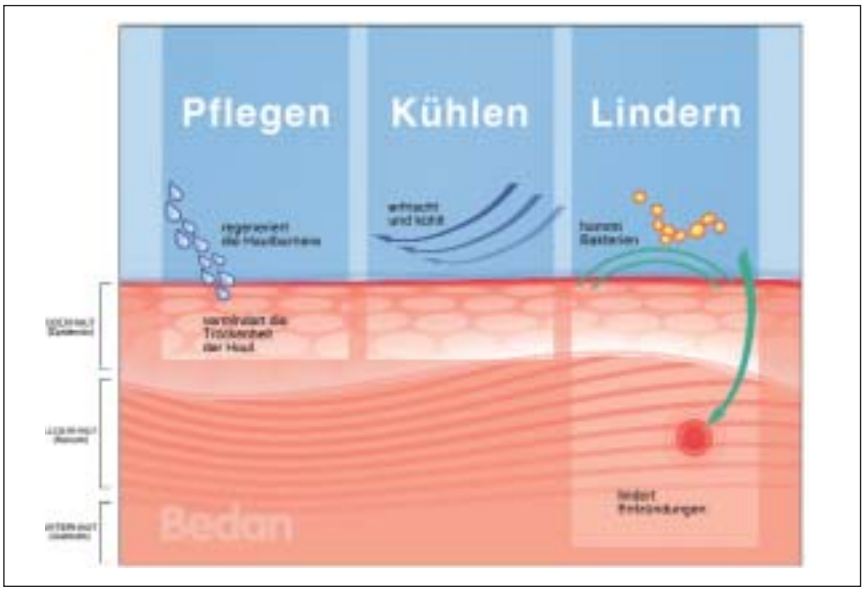
Das Krankheitsbild ist schon sehr lange bekannt: Der römische Kaiser Augustus dürfte einer der bekanntesten Patienten der Vergangenheit sein. In letzter Zeit gab es Hinweise, dass Laktobazillus GG (LGG), ein Probiotikum, das auch die Lebensmittelindustrie verwendet, die Symptomatik bessert und so eine neue Therapieoption bieten könnte. In Deutschland gibt es allerdings derzeit noch kein entsprechendes Medikament. Die Medizinische Hochschule Hannover hat deswegen eine Studie begonnen, in der die Wirksamkeit von LGG bei Säuglingen mit einer Neurodermitis untersucht werden soll.

Möglicherweise gibt es auch für Patienten mit Akne gute Nachrichten: E. Seaton und Kollegen konnten mit gepulsten Farbstoff-Lasern eine entzündliche Akne des Gesichtes deutlich und ohne ernsthafte Nebenwirkungen bessern (Lancet 2003; 362: 1347-52). Der Grund: Die Erkrankung wird häufig durch Propionibakterien ausgelöst, die Licht bestimmter Wellenlänge nicht überleben können. Einen ähnlich günstigen Effekt hat deshalb übrigens auch Sonnenlicht. Und davon dürfte es in nächster Zeit ja reichlich geben.

Dr. Johannes Weiß

Bedan® – Erfolgreiches Hauptpflege-Konzept auf Johanniskraut-Basis

Neurodermitis ist eine stark juckende Hauterkrankung, die vorwiegend bei Kleinkindern auftritt. Da es sich um ein komplexes Krankheitsbild handelt, müssen Diagnostik und Therapie in ein ganzheitliches Konzept eingebettet sein. Besonders wichtig ist eine differenzierte, an den Hautzustand angepasste Intensivpflege, die der Hauttrockenheit entgegenwirkt und Entzündungen lindert. Wissenschaftler der Universitäts-Hautklinik Freiburg konnten zeigen, dass der Johanniskraut-Inhaltsstoff Hyperforin antibakteriell wirkt und sogar das Wachstum multiresistenter Staphylokokkus aureus-Stämme hemmt. Die zusätzlich entdeckte entzündungshemmende Wirkung des Hyperforins legt eine Verwendung von Johanniskraut und Hyperforin bei der therapiebegleitenden Pflege und Nachbehandlung der Neurodermitis nahe. In der Tat konnte in einer placebokontrollierten Doppelblindstudie an Patienten mit subakuter atopischer Dermatitis gezeigt werden, dass eine auf Hyperforin standardisierte Johanniskraut-Creme im Vergleich zu Placebo den Hautzustand signifikant bessern kann.



Seit Dezember 2002 ist das Hautpflege-Konzept Bedan® auf dem Markt. Es wird sowohl bei trockener als auch allergieempfindlicher Haut eingesetzt.

Bedan®, das Hautpflege-Konzept auf Johanniskraut-Basis, zeichnet sich durch einen hohen Hyperforin-Gehalt aus, enthält jedoch nicht den Johanniskraut-Inhaltsstoff Hypericin, der die Lichtempfindlichkeit der Haut erhöhen kann. Es ist ebenso frei von Parfüm und zusätzlichen Farbstoffen und seine Hautverträglichkeit wurde klinisch wie dermatologisch getestet. So konnte ein Anwendungstest unter der Leitung des Dermatologen Prof. Klaus-Peter Wilhelm, Hamburg, kürzlich die sehr gute Verträglichkeit von Bedan® Creme bei Babys und Kleinkindern im Alter von 6 Monaten bis 2 Jahren mit trockener, empfindlicher Haut bestätigen. Bedan® ist selbstverständlich auch für die allgemein trockene Haut hervorragend geeignet und hilft betroffenen Menschen, sich wieder rundum wohl zu fühlen.

Bedan® ist dabei in dreifacher Weise hilfreich. Es pflegt die trockene und empfindliche Haut und spendet Feuchtigkeit und kühlt angenehm. Der Juckreiz wird gemildert und die Regeneration der Haut verbessert. Der Johanniskraut-Extrakt kann das Bakterienwachstum hemmen und Entzündungen lindern.

Johanniskraut wurde bereits im Mittelalter bei Wunden oder Verbrennungen eingesetzt. Doch das Wissen um seine antibakteriellen und entzündungshemmenden Eigenschaften ist in der Öffentlichkeit bislang wenig verbreitet. Bedan® hat überliefertes Wissen und moderne Forschung genutzt und verhilft Menschen mit trockener, empfindlicher und gereizter Haut zu einem nachhaltig guten Hautgefühl.

Weitere Informationen zu Bedan® Creme und Bedan® Lotion sowie zum Unternehmen Lichtwer Pharma erhalten Sie montags bis freitags in der Zeit von 9-13 Uhr unter der kostenfreien Service-Rufnummer 0800-1014346 oder im Internet unter: http://www.lichtwer.de und http://www.bedan.de

Nur in der Apotheke

Text und Fotos: Lichtwer Pharma GmbH

Zentralverband der Ärzte für
Naturheilverfahren und Regulationsmedizin e. V.

ZÄN - Info

Regulationsmedizin – eine zertifizierte Ausbildungsreihe

Landläufig werden unter Naturheilverfahren all die Methoden subsummiert, die nicht der universitären Medizin zugerechnet werden. Synonym zu Naturheilverfahren werden Bezeichnungen wie Komplementärmedizin, Alternativmedizin, Erfahrungsheilkunde oder Sanfte Medizin verwendet.

Ärztliche Naturheilverfahren im eigentlichen Sinne sind Bestandteil der Weiterbildungsordnung der Ärztekammern. Sie werden auch als klassische Naturheilverfahren bezeichnet. Die Zusatz-Weiterbildungen Naturheilverfahren, Homöopathie und demnächst auch Akupunktur sind von den Ärztekammern anerkannte und qualifizierte ärztliche Weiterbildungsfächer.

Die am meisten erteilten Zusatzbezeichnungen sind:

Psychotherapie	16.115 Ärzte
Chirotherapie	15.091 Ärzte
Sportmedizin	14.476 Ärzte
Naturheilverfahren	12.899 Ärzte
Allergologie	8.279 Ärzte
Betriebsmedizin	7.279 Ärzte
Physikalische Therapie	6.611 Ärzte
Homöopathie	5.325 Ärzte
Umweltmedizin	4.293 Ärzte

u.a.

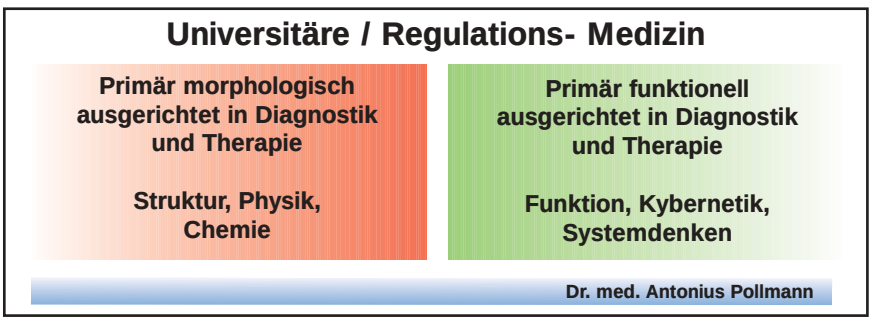
Quelle: Bundesärztekammer 31.12.2003

Regulationsmedizin ist eine ärztliche, von der Fachgesellschaft ZÄN qualifizierte Fortbildungsreihe, die sowohl die traditionellen Naturheilverfahren als auch modernere Verfahren curricular zusammenfasst. Die Regulationsmedizin umfasst Techniken und Methoden, die über die Möglichkeiten der Autoregulation des selbstregulierenden Organismus zur Diagnostik, Therapie, Prävention und Rehabilitation eingesetzt werden können. Das Prinzip der Autoregulation beruht darauf, dass alle Körperfunktionen wie Temperatur, Blutdruck, Stoffwechsel etc. auf die Norm reguliert werden, Störungen kompensiert und Heilungsprozesse initiiert und unterhalten werden. Die Methoden der Regulationsmedizin sind bei den Störungen wirksam, bei denen Regulation, Kompensation und Regeneration noch möglich sind. Das Potenzial des Organismus dazu ist manchmal erstaunlich groß. Da die universitäre Medizin in Diagnostik und Therapie vorwiegend morphologisch ausgerichtet ist (bildgebende Diagnostik, Laboruntersuchungen, chemische Wirkung), ist die Regulationsmedizin mit ihrem vorwiegend funktionellen Ansatz (Systemdenken, Kybernetik, Diagnostik der Reaktionslage) eine geeignete Ergänzung der Medizin.

Die Therapieprinzipien der Regulationsmedizin sind ähnlich die der Naturheilverfahren:

- Substitution, wie mit Ernährungstherapie oder Orthomolekularer Therapie (Vitamine, Mineralien),
- Funktionssteigerung, wie mit Training oder Phytotherapie,
- Stimulations, z.B. unspezifisch mit Klimatherapie, spezifisch mit Akupunktur,
- Direkton wie mit Hypnose oder Homöopathie,
- Detoxifikation wie z.B. medikamentös,
- Ausleitung von pathogenen Faktoren wie z.B. mit Blutegel (lokale Entstauung) und
- Störfeldsanierung, wie z.B. operative Beseitigung von einem Zahngranulom.

Komplementärmedizin und Alternativmedizin sind Bezeichnungen, die nicht exakt definiert sind. Im Allgemeinen gelten diese Medizinrichtungen als wissenschaftlich nicht belegt. Auch wird hier nicht zwischen ärztlicher Medizin und nichtärztlicher Medizin unterschieden, obwohl der wesentliche Unterschied in der Medizin der Medizin des Arztes und der des Heilpraktikers zu sehen ist. Die ärztlichen Naturheilverfahren und die Regulationsmedizin basieren auf der Grundlage der universitären Medizin. Ihr Ausbildung ist entsprechend der Weiterbil-



dungsordnung der Ärztekammern bzw. der ärztlichen Fachgesellschaft curricular standardisiert und qualifiziert. Die nichtärztliche Medizin nach dem Heilpraktikergesetz verfügt weder über Qualitätsstandards noch über offizielle Qualifikationen, da Heilpraktiker kein Lehrberuf ist und neben geringen Anforderungen nur eine Überprüfung durch den Amtsarzt bedarf.

Der Zentralverband der Ärzte für Naturverfahren und Regulationsmedizin in Freudenstadt (www. zaen.org) hat vor fünf Jahren die Ausbildungsreihe Regulationsmedizin ins Leben gerufen und strukturiert. Die Ausbildung, die insgesamt einen Umfang von 320 Unterrichtsstunden aufweist, wird vom ZÄN durchgeführt, mit Abschlussprüfung qualifiziert und zertifiziert. Nach Abschluss dieser Ausbildung kann <Regulationsmedizin> durchaus als Praxisbesonderheit geführt werden. In dieser Schriftenreihe werden wir Ihnen Themen aus der Ausbildungsreihe Regulationsmedizin vorstellen. Das Curriculum ist modular aufgebaut, sodass wir Ihnen die einzelnen Module in ihren Grundzügen darstellen werden.

Weitere Informationen:

Dr. Antonius Pollmann
Präsident des ZÄN
Geschäftsstelle: 72250 Freudenstadt,
Am Promenadenplatz 1
Tel. 07441/91 858 0
Fax 07441/91 858 22
ZAEN-Freudenstadt@t-online.de
http://www.zaen.org

Wir laden Sie ein zum

107. ZÄN- Kongress ärztlicher Naturheilverfahren und Regulationsmedizin vom 30. Sept. bis 6. Okt. 2004 in Freudenstadt

Leitthema: Die Frau in der Medizin

Weiterbildung zur Zusatzbezeichnung Naturheilverfahren, Homöopathie und Akupunktur zertifizierte Fortbildung in Regulationsmedizin, Neuraltherapie nach Huneke, EAV, Applied Kinesiologie, Hypnose, psychosomatische Grundversorgung etc.

Der überwiegende Anteil unserer Patienten ist üblicherweise weiblich. Frauen werden nicht nur älter als Männer, die Art der Erkrankungen ist oft eine andere, und selbst der Verlauf einer Krankheit kann anders sein. Frauen leben ausgeprägter im Zyklus ihres Hormonhaushaltes. Frauen reden nicht nur anders als Männer, sie haben auch ein anderes Sozialverhalten und eine andere Art der Konfliktbewältigung.

Im Rahmen einer individuellen Medizin haben wir die Unterschiede zwischen Frau und Mann natürlich zu kennen und zu beachten und in Diagnostik und Therapie zu berücksichtigen. In einer eintägigen Vortragsveranstaltung sowie in Seminaren, Workshops und Vorträgen wird dieses Thema komprimiert dargestellt. Wir sind konsequent und haben für den Vortragstag ausschließlich Referentinnen gewählt. Das Thema Frau ist ein spannendes und wichtiges Thema sowohl für Ärztinnen als auch für Ärzte. Darüber hinaus bieten wir Ihnen eine Woche lang das breite Spektrum der Naturheilverfahren, Regulationsmedizin und Komplementärmedizin.

Fordern Sie das ZÄN- Kongressprogramm an:

ZÄN, 72250 Freudenstadt, Am Promenadenplatz 1
Fax: 07441/91 858 22,
E-mail: ZAEN-Freudenstadt @t- online.de
http://www. zaen.org

Neue Endpunktstudie bestätigt die überzeugende Wirkung einer intensiven Cholesterinsenkung mit Atorvastatin (Sortis®) – die PROVE-IT-Studie

New Orleans, 8. März – Die Ergebnisse der PROVE-IT-Studie, eines der Highlights beim Kongress des American College of Cardiology (ACC) in New Orleans, untermauern die überlegene Wirkung einer intensiven cholesterinsenkenden Therapie mit Atorvastatin im direkten Vergleich zu einer eher moderaten Lipidsenkung mit Pravastatin.

„Die Ergebnisse von PROVE IT zeigen eindeutig, dass eine intensive Statintherapie nach einem akuten Koronarsyndrom die Todesrate und das Risiko erneuter kardialer Ereignisse signifikant reduzieren kann“, so Professor Christopher Cannon (Boston, USA), Leiter der PROVE-IT-Studie bei der Vorstellung der Ergebnisse.

„Die Ergebnisse sollten für alle ein Weckruf sein. Sie zeigen, dass die intensive Behandlung erhöhter Cholesterinwerte für alle Patienten mit KHK unbedingt erforderlich ist, um erneute Herzinfarkte oder Todesfälle zu vermeiden.“

PROVE IT/TIMI 22 (Pravastatin or Atorvastatin Evaluation and Infection Therapy – Thrombolysis in Myocardial Infarction) ist die erste direkte Vergleichsstudie zweier Statine hinsichtlich kardiovaskulärer Endpunkte.

In dieser internationalen, multizentrischen, plazebokontrollierten, randomisierten Doppelblindstudie sollte geprüft werden, ob eine intensive cholesterinsenkende Behandlung mit Atorvastatin bei Patienten nach akutem Koronarsyndrom bei einem LDL-Cholesterin-Zielwert von 65 mg/dl das Auftreten kardiovaskulärer Ereignisse wirksamer verhindern kann als eine „Standardtherapie“ mit Pravastatin, für die ein LDL-Zielwert von 95 mg/dl angestrebt wurde.

Die primäre Studienhypothese war es, nachzuweisen, dass die moderate Cholesterinsenkung mit Pravastatin hinsichtlich der Endpunktrate einer intensiven Therapie mit Atorvastatin nicht unterlegen ist.

In die Studie mit einer Laufzeit von 2 Jahren wurden insgesamt 4162 Patienten nach stabilisiertem akutem Koronarsyndrom mit Gesamtcholesterin unter 240 mg/dl oder 200 mg/dl mit lipidsenkender Vorbehandlung aufgenommen. Zusätzlich zur Basistherapie des akuten Koronarsyndroms (u. a. ASS, Warfarin oder Clopidogrel) erhielten die Patienten randomisiert entweder 80 mg Atorvastatin (2099 Patienten) oder 40 mg Pravastatin (2063 Patienten).

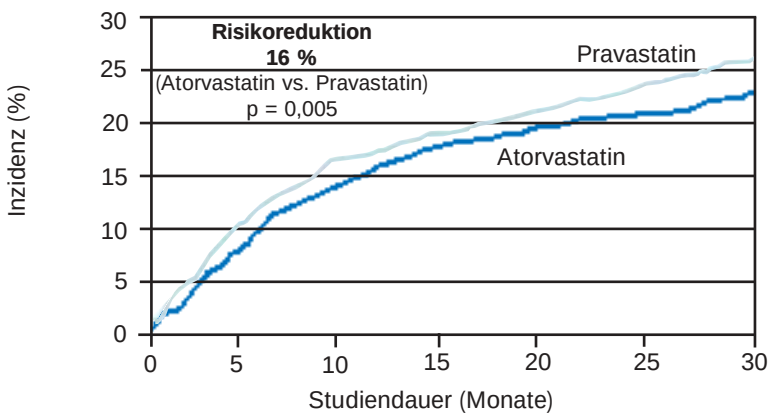
Der primäre Endpunkt der Studie war definiert als das Auftreten von Todesfällen, Herzinfarkten, dokumentierter instabiler Angina pectoris mit Hospitalisierung, Revaskularisationsmaßnahmen nach mehr als 30 Tagen und Schlaganfall.

Zum Zeitpunkt der Randomisierung betrug der mittlere LDL-Cholesterinwert in der Gesamtgruppe 106 mg/dl. Durch die Behandlung sank in der Atorvastatin-Gruppe wie erwartet der LDL-Cholesterinwert auf 62 mg/dl (- 49 %) und damit deutlich stärker ab als unter Pravastatin (95 mg/dl, -21 %).

PROVE IT (TIMI 22)

PRIMÄRER ENDPUNKT

Gesamtmortalität und Inzidenz schwerwiegender kardiovaskulärer Ereignisse innerhalb 2 Jahren Behandlung mit Atorvastatin (80 mg) im Vergleich zu Pravastatin (40 mg) bei 4162 Patienten nach akutem Koronarsyndrom



Quelle: Cannon, C. P. et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 8.03.2004

Der primäre Endpunkt der Studie wurde in der Atorvastatin-Gruppe hochsignifikant um 16 % (p = 0,005) gegenüber der Behandlung mit Pravastatin reduziert. Der Unterschied zwischen den beiden Gruppen war bereits nach 30 Tagen deutlich und blieb über die Gesamtdauer der Studie konstant. Damit wurde die primäre Studienhypothese nicht bestätigt sondern es wurde eindeutig nachgewiesen, dass die Therapie mit Atorvastatin der Pravastatin-Behandlung überlegen war.

Die beobachtete Überlegenheit von Atorvastatin war auch konsistent bei der Betrachtung der Einzelkomponenten. Unter Atorvastatin traten signifikant weniger Revaskularisierungen auf (-14 %) und erneute Angina-pectoris-Ereignisse waren um 29 % reduziert.

Im Vergleich zu Pravastatin war die Gesamtmortalität um 28 % und die kardiale Mortalität um 18 % vermindert, eine Signifikanz wurde knapp verfehlt. Es traten in beiden Gruppen nur wenige Schlaganfälle auf, ein Unterschied konnte daher nicht festgestellt werden.

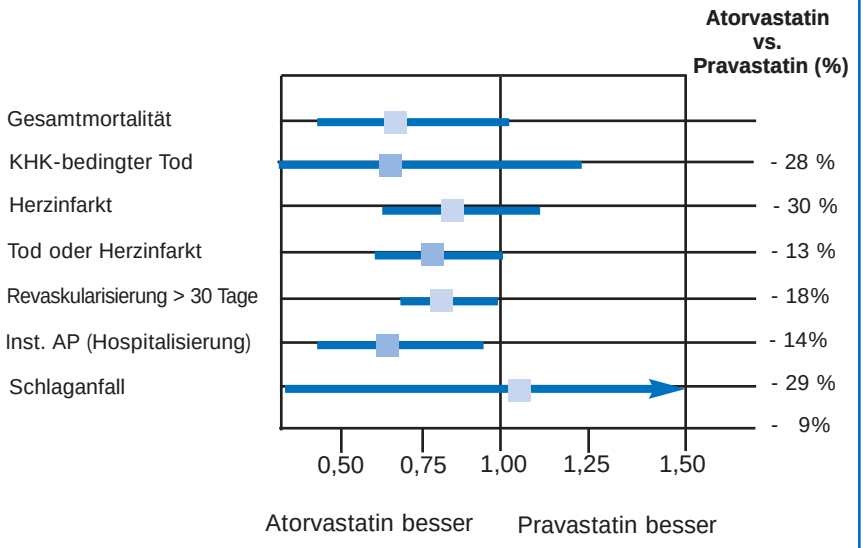
Diese Daten zeigen, so Christopher Cannon in seinem Fazit, dass eine intensive cholesterinsenkende Therapie mit Atorvastatin wichtig ist, um die Rate kardiovaskulärer Ereignisse und möglicherweise auch die Gesamt-Todesrate bei Risikopatienten mit Hypercholesterinämie und KHK zu senken.

Auch der bereits in anderen Atorvastatin-Studien nachgewiesene schnelle Wirkungseintritt von Atorvastatin innerhalb 30 Tagen konnte in PROVE IT bestätigt werden. Dies steht im Gegensatz zu den Ergebnissen aus Studien mit anderen Statinen, in denen bis zum Nachweis des therapeutischen Nutzens des jeweiligen Statins etwa ein Jahr verging.

PROVE IT (TIMI 22)

PRIMÄRER ENDPUNKT - EINZELKOMPONENTEN

Veränderungen innerhalb 2 Jahren Behandlung mit Atorvastatin (80 mg) im Vergleich zu Pravastatin (40 mg) bei 4162 Patienten nach akutem Koronarsyndrom PROVE IT (TIMI 22)



Quelle: Cannon, C. P. et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

Professor Eugene Braunwald, Mitautor der Studie und Leiter der TIMI-Studiengruppe betonte den schnellen Wirkungseintritt der Atorvastatin-Therapie.

„Am beeindruckendsten aber war die 28-prozentige Reduktion der Gesamtmortalität. Wir sind der Auffassung, dass diese intensive Strategie das Potenzial hat, das klinische Ergebnis bei Millionen von Patienten mit akutem Koronarsyndrom positiv zu beeinflussen“, so Braunwald in seinem Kommentar.

Quelle: Cannon, C. P., et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

Kontakt und weitere Informationen:

RKCOMMUNICATIONS GMBH
Dr. Erich Rüth / Dr. Romy Koop
Tel.: 06732/91730 /
Fax: 06732/917314
info@rkc-online.de

Reduktion des Herzinfarktrisikos durch Atorvastatin (Sortis®) bei Patienten mit Hypercholesterinämie und KHK

Neue Daten der ALLIANCE-Studie untermauern die Vorteile einer intensiven Behandlung von erhöhten Cholesterinspiegeln zur Reduktion kardialer Ereignisse mit Atorvastatin

Eine neue Studie, die anlässlich des Kongresses des American College of Cardiology in New Orleans vorgestellt wurde, zeigt, dass Patienten mit Hypercholesterinämie und KHK, die mit dem Lipidsenker Atorvastatin (Sortis®) behandelt wurden, im Vergleich zu konventionell therapierten Patienten 47 % weniger nicht tödliche Herzinfarkte erlitten.

„Die Ergebnisse der ALLIANCE-Studie belegen den zusätzlichen Nutzen einer intensiven Senkung von LDL-Cholesterin mit Atorvastatin bei KHK-Patienten gegenüber denen, die mit konventionellen Maßnahmen therapiert werden“, so Professor Donald Hunninghake (Minneapolis, Minnesota), Leiter der ALLIANCE-Studie.

„Diese Untersuchung gibt den Ärzten neue Erkenntnisse über die wirksame Behandlung von Patienten mit Hypercholesterinämie, insbesondere für diejenigen Patienten, bei denen mit konventionellen Behandlungsmaßnahmen allein die empfohlenen Zielwerte nicht erreicht werden können.“

Die ALLIANCE-Studie (Aggressive Lipid-Lowering Initiation Abates New Cardiac Events) ist eine multizentrische, randomisierte, offene Studie, in der geprüft wurde, ob eine Lipidsenkung mit Atorvastatin die Rate kardiovaskulärer Ereignisse stärker reduzieren kann als eine konventionelle Therapie.

In die Studie mit einer Laufzeit von 4 Jahren wurden insgesamt 2442 Patienten mit Hypercholesterinämie und einer manifesten KHK aufgenommen. Die Patienten erhielten randomisiert entweder 10 mg Atorvastatin, dessen Dosis bis zum Erreichen der Lipid-Zielwerte hochtitriert wurde, oder eine konventionelle Therapie. Konventionell behandelte Patienten wurden mit ärztlich verordneten Maßnahmen wie Änderung der Lebensführung mit angepasster Ernährung, Reduktion des Gewichts und körperlichem Training behandelt und erhielten bei Bedarf zusätzlich lipidsenkende Medikamente einschließlich Statine. Die Patienten, die bereits eine cholesterinsenkende Behandlung erhielten, hatten LDL-Ausgangswerte zwischen 110 mg/dl und 200 mg/dl. Patienten, die keine cholesterinsenkende Behandlung erhielten, wiesen LDL-Cholesterinwerte zwischen 130 mg/dl und 250 mg/dl auf.

Die mittlere Atorvastatin-Dosis in der Intensivgruppe betrug 40 mg wobei am Ende der Untersuchung fast die Hälfte aller Patienten mit 80 mg behandelt wurden. Auch diese hohe Dosis wurde gut vertragen, eine Erhöhung der Nebenwirkungsrate wurde nicht beobachtet.

ALLIANCE-STUDIE
Studiendesign

Patienten:
- **Rekrutiert an 18 Prüfstellen in USA**
- **KHK in der Anamnese**
- **LDL-C e 130 mg/dl bis d250 mg/dl ohne lipidsenkende Therapie oder LDL-C e 110 mg/dl bis d 200 mg/dl mit lipidsenkender Therapie**

2442 Patienten

Offene Studienphase

Atorvastatin 10 - 80 mg / Tag
LDL-C-Zielwert d 80 mg/dl

Standardtherapie

4 Jahre Follow-up

Primärer Endpunkt (Kombinierter Endpunkt):
Inzidenz bedeutender kardiovaskulärer Ereignisse
(Herztod, nicht tödlicher Herzinfarkt, Herzstillstand mit erfolgreicher Wiederbelebung, Revaskularisation, instabile Angina pectoris mit Hospitalisierung)

Quelle: Hunninghake, D., et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

Ziel der Untersuchung war es, LDL-Cholesterin mit Atorvastatin unter die derzeit empfohlenen Zielwerte des National Cholesterol Education Program (NCEP) von unter 100 mg/dl zu senken. Dieses Ziel konnte mit Atorvastatin bei 72 % der Patienten erreicht werden, verglichen mit nur 40 % unter konventioneller Therapie.

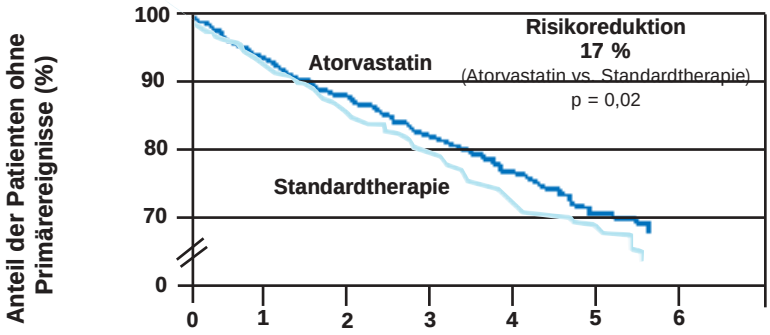
Der primäre Endpunkt der Studie war als das kombinierte Auftreten kardiovaskulärer Ereignisse (Herztod, nicht tödlicher Herzinfarkt, instabile Angina pectoris mit Hospitalisierung und Revaskularisationsmaßnahmen) definiert.

Durch die intensive Lipidsenkung mit Atorvastatin kam es zu einer statistisch signifikanten Reduktion des primären Endpunktes um 17 % wobei die Häufigkeit nicht tödlicher Herzinfarkte, ein Bestandteil des primären Endpunktes, mit 47 % relativer Risikoreduktion gegenüber der Gruppe mit konventioneller Therapie nahezu halbiert wurde. „Diese Ergebnisse untermauern die Wirksamkeit und Sicherheit von Atorvastatin über die gesamte therapeutische Bandbreite zur Erreichung der angestrebten LDL-C-Zielwerte. Dies insbesondere bei Patienten mit einem erhöhten kardiovaskulären Risiko“, sagte Dr. Joseph Feczko, Leiter der weltweiten klinischen Entwicklung bei Pfizer.

„Diese Daten werden nicht nur das Vertrauen der Ärzte in die Verordnung von Atorvastatin weiter stärken, sondern auch dazu beitragen, Atorvastatin noch intensiver bei der Behandlung von Risikopatienten zur Erreichung der empfohlenen LDL-Cholesterin-Zielwerte einzusetzen.“

ALLIANCE-STUDIE

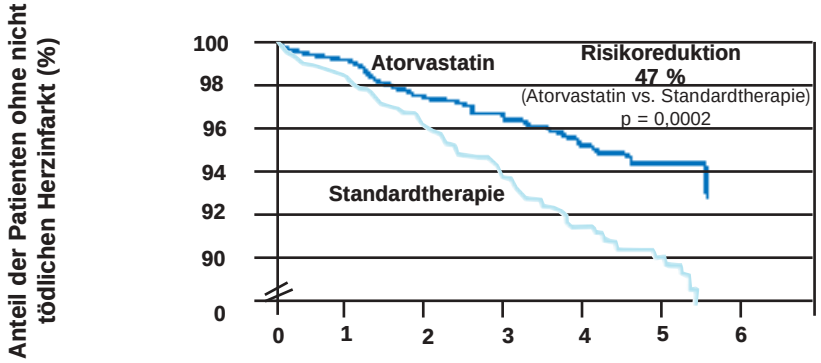
PRIMÄRER ENDPUNKT
Inzidenz schwerwiegender kardialer Ereignisse innerhalb 6 Jahren Behandlung mit Atorvastatin im Vergleich zur Standardtherapie bei 2442 Patienten mit manifester KHK



Quelle: Hunninghake, D., et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

ALLIANCE-STUDIE

SEKUNDÄRER ENDPUNKT
Inzidenz nicht tödlicher Herzinfarkte innerhalb 6 Jahren Behandlung mit Atorvastatin im Vergleich zur Standardtherapie bei 2442 Patienten mit manifester KHK



Quelle: Hunninghake, D., et al., American College of Cardiology (ACC), Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

Quelle:
Hunninghake, D. et al., American College of Cardiology (ACC) Annual Scientific Sessions, Late Breaking Trials, 08.03.2004

Weitere Informationen:

RKCOMMUNICATIONS GMBH
Dr. Erich Rüth / Dr. Romy Koop
Tel.: 06732/91730
Fax: 06732/917314
E-Mail: info@rkc-online.de

Chinin zur Muskelrelaxation. Ein Naturstoff bietet neue Ansätze beim Fibromyalgie-Syndrom

Eine aktuell erschienene Studie weist ein vielversprechendes neues Konzept in der Behandlung der Fibromyalgie auf, der in der Rinde des Chinabaums enthaltene Naturstoff Chinin ist ein probates und gut verträgliches Muskelrelaxans. Chinin gestattet eine Einsparung von Schmerzmitteln, und somit eine Verringerung der Gefahr von medikamentenbedingten Nebenwirkungen. Damit nicht genug: mit der effektiven Bekämpfung nächtlicher Krampf- und Schmerzattacken und der damit verbesserten Regeneration ist auch ein positiver Einfluss auf Stimmungslage und Lebensqualität, und somit auf die psychischen Begleitsymptome der Fibromyalgie verbunden.

Chinin zählt zu den ältesten Naturstoffen in der rationalen Pflanzenheilkunde. Bereits 1513 beobachteten die spanischen Eroberer Südamerikas bei der einheimischen Bevölkerung die Verwendung von Zubereitungen aus der Rinde des Chinabaumes (Cinchona pubescens) zu verschiedenen Zwecken. Von der einheimischen Bevölkerung wurde der Baum „Quina Quina" genannt, übersetzt "Rindenbaum". Aus „Quina" wurde später „China“, und somit der falsche Eindruck, dass diese südamerikanische Pflanze auch in Asien heimisch, und somit doch recht gewöhnlich sein könnte. Doch gewöhnlich war der Baum nicht - ganz im Gegenteil.

Aus europäischer Sicht interessierte unter den verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten der Chinarinde insbesondere die Wirksamkeit gegen das Sumpffieber - eine Erkrankung, gegen welche die Spanier kein adäquates Mittel kannten. Über die Begeisterung, nunmehr endlich über ein wirksames Fiebermittel zu verfügen, gerieten die anderen Anwendungen der Chinarinde nahezu in Vergessenheit. Nahezu, aber nicht vollständig. So sind die muskelentspannenden und leicht schmerzlindernden Effekte stets in der volkstümlichen Anwendung erhalten geblieben. Schließlich treten diese Wirkungen in weitaus geringen Dosen auf, als für die Behandlung der Malaria erforderlich.

Zurückzuführen sind sowohl die fiebersenkende als auch die muskelrelaxierende und analgetische Wirkung auf den Inhaltstoff Chinin, eines der Wichtigsten von über dreißig verschiedenen Alkaloiden in der Chinarinde. Chinin wurde insbesondere in Deutschland im 19. Jahrhundert in großem Maßstab aus der Chinarinde gewonnen. Chinin war damals absoluter Pflichtbestandteil jeder gut ausgestatteten Hausapotheke. Ganze Schiffsladungen mit Rindenmaterial verkehrten damals zwischen den südamerikanischen Ursprungsgebieten und der deutschen Stadt Oppenheim am Rhein.

Erst mit der Entdeckung der chemisch-synthetischen Schmerz- und Fiebermittel und dem sich ausbreitenden Glauben an die unbegrenzten Möglichkeiten der Therapie mit synthetischen Arzneistoffen geriet Chinin nach und nach in Vergessenheit. Heute wird mehr und mehr deutlich, dass auch die konventionelle Medizin ihre Grenzen hat, und Naturstoffen wie dem Chinin wird wieder verstärkte Aufmerksamkeit zuteil. Zum Beispiel wurde deutlich, dass beim Syndrom der Fibromyalgie die Behandlung mit chemischen Schmerzmitteln allein keine dauerhafte Erleichterung der Beschwerden bringen kann - das Einbinden des Naturstoffs Chinin zur Muskelrelaxation. Ein Naturstoff bietet neue Ansätze beim Fibromyalgie-Syndrom

Fibromyalgie: ein nur unvollständig verstandenes Krankheitsbild

Unter dem Fibromyalgie-Syndrom leiden ca. 3% der bundesdeutschen Bevölkerung, insbesondere jüngere Frauen. Das durchschnittliche Alter der geschätzt 1,6 Millionen betroffenen Patienten liegt zwischen 25 und 50 Jahren - mitten im aktivsten Lebensabschnitt also. Jenseits des 60. Lebensjahres tritt die Krankheit eher selten auf. Bei den Frauen ist die Symptomatik meist zu Beginn der Menopause voll ausgeprägt.

Im Mittelpunkt des Syndroms, das zu den extraartikulären "rheumatischen Erkrankungen" gerechnet wird, stehen großflächige generalisierte und chronische Schmerzen mit wechselnder Lokalisation im Bereich der Sehnen und Muskeln. Darüber hinaus leiden die Patienten an einer Reihe weiterer funktioneller und psychosomatischer Symptome, zum Beispiel an Schlafstörungen und Depressionen. Die Diagnose des Fibromyalgie-Syndroms wird dadurch erschwert, dass weder röntgenologisch, noch labordiagnostisch, noch neurologisch fassbare Auffälligkeiten nachzuweisen sind.

Pathogenese der Fibromyalgie

Zu den pathogenetischen Mechanismen des Fibromyalgie-Syndroms existieren bislang wenig Fakten. Allerdings gibt es Vorstellungen zu den Faktoren, die zur Entstehung des Krankheitsbildes beitragen:

- endokrine Störungen führen letztlich zu einer Ausschüttung von Stresshormonen und verstärken so die psychische Grundbelastung des Patienten, was auf Dauer zu einer Somatisierung in Form von chronischen Schmerzen ohne klar erkennbare Ursache führt.

- ein gestörter L-Tryptophan/Serotoninmetabolismus könnte das Leitsymptom "Schlafstörungen" verursachen. Ein ausreichend hoher Serotoninspiegel während der Nacht ist von erheblicher Bedeutung für einen erholsamen Schlaf. Dauerhafte Schlafstörungen wiederum beeinträchtigen die Grundstimmung und spiegeln sich in Form psychosomatischer Symptome.
- Störungen der Signalweiterleitung für Schmerzen: eine erhöhte Ausschüttung des Schmerzbotenstoffs "Neuropeptid P" könnte im Zusammenspiel mit erniedrigten L-Tryptophanspiegeln für die erhöhte Schmerzwahrnehmung mitverantwortlich sein.
- Störungen des Energiestoffwechsels in den Muskeln
- Störungen der Mikrozirkulation und Muskelrelaxation: Durch eine erhöhte oxidative Belastung und eine verringerte Ausschüttung des gefäßerweiternden Botenstoffes Stickstoffmonoxid kommt es zu Störungen der Durchblutung im Muskel, und zu einem erhöhten Muskeltonus.
- genetische Prädisposition: Bei der Fibromyalgie beobachtet man eine familiäre Häufung.

Therapie der Fibromyalgie

Gerade weil die Pathogenese der Fibromyalgie noch immer unklar ist, existieren keine direkten und kausalen Therapieansätze. Die Behandlung der Fibromyalgie orientiert sich daher an den Symptomen, und konzentriert sich neben psychotherapeutischen Maßnahmen in erster Linie auf die Schmerzproblematik.

Medikamentöse Basistherapien zur Schmerzbehandlung sind im allgemeinen chemischsynthetische nichtsteroide Antirheumatika. Neuere Therapieansätze zielen auf die Blockierung der Effekte des Neuropeptids P als Botenstoff der Schmerzempfindung ab. Der therapeutische Nutzen neu entwickelter Substanzen konnte allerdings in Studien bislang nicht überzeugend aufgezeigt werden, wobei gleichzeitig die Gefahr iatrogen bedingter Nebenwirkungen ansteigt.

Hinzu kommt bei Fibromyalgiepatienten eine höhere Sensitivität gegenüber dem bekannten Nebenwirkungsspektrum der üblichen Analgetika/Antirheumatika. Idealerweise sollten daher Therapiewege eingeschlagen werden, mit denen die Belastung der Patienten mit Analgetika reduziert werden kann. Ein zwar nahe liegender, aber bislang wenig genutzter Weg ist der Einsatz von Muskelrelaxantien, durch eine Verringerung schmerzhafter Muskelkrämpfe, und insbesondere Nachts eine Verbesserung der Schlafqualität erreicht werden kann. Eine erholsame Nachtruhe hat automatisch eine positive Rückwirkung auf die Stimmungslage, und somit indirekt auch auf den Gesamt-Symptomenkomplex. Eine wirksame, gut verträgliche und sehr nebenwirkungsarme Alternative bietet die Natur mit Chinin, einem muskelrelaxierend wirkenden Inhaltstoff aus der Chinarinde.

Chinin: muskelrelaxierender Wirkstoff aus der Natur

Aufgrund der umfangreichen Verwendung von Chinin beim Einsatz gegen die Malaria konnte es nicht ausbleiben, dass auch die muskelrelaxierenden Effekte frühzeitig festgestellt wurden. Die entsprechenden experimentellen Nachweise wurden bereits vor über 80 Jahren erbracht. Als Wirkmechanismus gilt ein Einfluss auf den Stoffwechsel des Acetylcholin - einem Neurotransmitter von zentraler Bedeutung für die Erregbarkeit des Muskels. Chinin hemmt die Reizweiterleitung an cholinergen Nervenzellen der Muskulatur, und vermindert so die Erregbarkeit der Muskeln. Zudem verringert Chinin auch die Erregbarkeit der Nervenzellen, und hemmt die Neigung zu krampfartigen Schmerzen somit auf zwei sich ergänzenden Wegen.

Der Nutzen der ausgeprägt muskelrelaxierenden Effekte für die Behandlung der Fibromyalgie wurde erst kürzlich im Rahmen einer klinischen Doppelblindstudie nachgewiesen. 98 Patienten erhielten dabei für die Dauer von zwei Wochen entweder 400 mg Chininsulfat pro Tag (Prüfpräparat: Limptar® N1), oder Placebo. Besonders beeindruckend war unter Einnahme von Chinin die Verminderung der Anfälle schmerzhafter Muskelkrämpfe, insbesondere in der Nacht. Die Verträglichkeit von Limptar® N wurde als sehr gut beschrieben - beim Vergleich der Nebenwirkungsrate zeigte sich kein Unterschied zwischen Chinin und Placebo.

Die Dosierungsempfehlung liegt bei einer Tablette (entsprechend 200 mg Chininsulfat) nach dem Abendessen, und einer weiteren kurz vor dem Zubettgehen, damit in der Nacht ausreichend hohe Wirkspiegel im Körper vorhanden sind. Die Renaissance einer altbekannten Natursubstanz wie Chinin kann so zu einer deutlichen Verbesserung der Lebensqualität von Fibromyalgiepatienten beitragen.

Fazit

Insbesondere Patienten mit Fibromyalgie können von der muskelentspannenden, krampflösenden und schmerzmindernden Wirkung des Naturstoffs Chinin profitieren. Chinin verfügt mit der gleichzeitigen Hemmung der Übererregung von Muskeln und Nerven über einen pharmakologischen Doppelnutzen. Die Therapie erwies sich in klinischen Untersuchungen als höchst effektiv und sehr gut verträglich.

Limptar N: Eine Tablette enthält 200 mg Chininsulfat x 2 H20- Hersteller: Casella med.

Weitere Informationen:
Casella med GmbH & Co. KG
Postfach 100624, 50446 Köln
Tel.: 0221/120157, Fax: 124495
cmed@casella-med.de

Neues aus dem BVMed-Innovationspool

Umfrage zur Wiederverwendung von medizinischen Einmalprodukten: Praxis der Aufbereitung in der Bevölkerung offensichtlich kaum bekannt

Nur 13 % der Patienten in Deutschland wissen, dass medizinische Einmalprodukte häufig wiederverwendet werden. Das ergab eine Studie des Marktforschungsinstituts GfK Healthcare im Auftrag des Bundesverbandes Medizintechnologie, BVMed. Würden Patienten über die Wiederverwendung informiert, wünschen 91 % der Befragten, diese Praxis ablehnen zu können.

Im Rahmen der umfassenden Umfrage über die Wiederverwendung von medizinischen Einmalprodukten wurden ein repräsentativer Bevölkerungsdurchschnitt (knapp 1.000 Personen) sowie medizinisches Personal aus neun verschiedenen Fachdisziplinen - insgesamt 1.155 Ärzte, Schwestern und Pfleger, von denen sich knapp 700 beteiligten - befragt.

Vorrangiges Ziel der Befragung war es, die Meinung der Bevölkerung zur bestimmungswidrigen Aufbereitung von Einmalprodukten kennen zu lernen. Außerdem sollten Erkenntnisse über die Praxis der Aufbereitung in den Kliniken gewonnen werden. Dazu gehören Informationen über die Fehlerhäufigkeit, die Art der Produktmängel und die Frage nach der Patientenaufklärung.

Unterstützt wurde die Umfrage durch die Deutsche Gesellschaft für Versicherte und Patienten (DGVP).

Die wesentlichen Ergebnisse der Studie in der Zusammenfassung:

- Nur 13 % der befragten Laien zeigten sich über die Aufbereitungspraxis informiert.
- 91 % plädierten dafür, die Verwendung aufbereiteter Produkte ablehnen zu können.
- Aufbereitet wurden nach Auskunft der befragten Mediziner auch Produkte wie Herzkatheter und Gelenkimplantate.
- Vertreter aller befragten medizinischen Disziplinen erklärten, schon einmal aufbereitete Einmalprodukte vor oder während einer Operation ausgetauscht zu haben.

Ausführlichere Ergebnisse können einem Kurzbericht zur Umfrage entnommen werden, der sich unter www.bvmed.de (Publikationen – Studien) befindet. Der Direktlink lautet: http://www.bvmed.de/linebreak4/mod/netmedia_pdf/data/gfk_reuse.pdf.

Der BVMed setzt sich dafür ein, dass Patienten nicht durch die Anwendung von aufbereiteten Einmalprodukten zu Schaden kommen. Er hat deshalb eine eindeutige Regelung der Aufbereitungspraxis im Rahmen der anstehenden Novellierung der europäischen Richtlinie über Medizinprodukte gefordert.

Weitere Informationen:

Bundesverband
Medizintechnologie e.V.
Reinhardtstr. 29 b
10117 Berlin
Tel.: 030/246 255-0
Fax: 030/246 255-99
info@bvmed.de
http://www.bvmed.de

Magenstimulation zur Behandlung von chronischer Übelkeit und Erbrechen bei Patienten mit diabetischer Gastroparese

Die Behandlung von Patienten mit diabetischer Gastroparese stellt eine diagnostische und therapeutische Herausforderung dar. Für eine beträchtliche Zahl von Patienten mit schweren Symptomen und entsprechendem Leidensdruck kann die neuentwickelte Enterra™ Therapie eine große Chance sein.

Das seit 2002 CE-zertifizierte Enterra™ System ist für die Behandlung chronischer Übelkeit und Erbrechen in Zusammenhang mit Gastroparese indi-

Neues aus dem BVMed-Innovationspool

ziert. Das Einsatzgebiet sind Patienten, bei denen konventionelle Behandlungsmethoden (Medikamente etc.) erfolglos gewesen sind. Speziell bei Typ-I-Diabetikern konnten sehr gute Behandlungserfolge erzielt werden.

Anfang 1990 wurde das Konzept der Magenstimulation erstmalig erfolgreich bei einem Patienten mit Typ-1-Diabetes mit schwerer Gastroparese angewandt und publiziert (Dig Dis Sci 1997). Diese Ergebnisse konnten in zwei multizentrischen Studien bestätigt werden.

Enterra™ basiert auf einer elektrischen Stimulation des Magens. Das System besteht aus zwei intramuskulär in die Magenwand implantierten Elektroden sowie dem implantierbaren Enterra™ Magenstimulator. Der Magenstimulator und die intramuskulären Elektroden können über einen kleinen laparoskopischen Eingriff implantiert werden und die Einstellung des Systems erfolgt über ein externes Programmiergerät.

Einen Übersichtsvortrag zu diesem Thema, der zudem mit Ton unterlegt ist, finden Sie unter www.diabetes-symposium.de (Veranstaltungen/ „Insulinpumpentherapie und kontinuierliche Glucoseaufzeichnung – Quo vadis?/Vortrag PD Dr. T. Pohle: „Einführung in die Enterra™ Therapie“).

Enterra™ wird seit Anfang Mai 2003 in Europa eingeführt und weltweit wurden bereits über 500 Patienten erfolgreich behandelt.

Weitere Informationen:

Bundesverband
Medizintechnologie e.V.
Reinhardtstr. 29 b
10117 Berlin
Tel: 030/246 255-0, Fax: -/246 255-99
info@bvmed.de

BVMed-Sonderveranstaltung zur Integrierten Versorgung

Chancen für mehr Qualität und Wirtschaftlichkeit / Die Zukunft besteht aus Einzelverträgen

Integrierte Versorgungsmodelle bieten die Chance, durch neue Strukturen effiziente und qualitativ höherwertige Versorgungsleistungen zu erbringen und die starre Sektorentrennung zu überwinden.

Mit der Gesundheitsreform 2000 eingeführt, aber in der Entwicklung nicht bemerkenswert vorangeschritten, erhält die Integrierte Versorgung mit der Gesundheitsreform 2004 neue Impulse.

Das war die Ansicht der Experten der BVMed-Sonderveranstaltung „Integrierte Versorgung und Medizinische Versorgungszentren“ in Berlin vor über 120 Teilnehmern aus Industrie- und Handelsunternehmen. Wichtig ist es nach Ansicht der Experten von Kassen und Leistungserbringern, die durch das Gesundheitsreformgesetz vorhandenen Handlungsspielräume aktiv zu nutzen und die Patienten offensiv von den Vorteilen der Integrierten Versorgung zu überzeugen.

Kritisch werde allerdings die Regelung gesehen, dass Leistungen in der Integrierten Versorgung unabhängig vom Zulassungsstatus erbracht werden dürfen. Dies widerspreche dem Ziel der Qualitätsverbesserung. Konkrete Beispiele präsentierte die Barmer-Ersatzkasse, die seit Anfang des Jahres bereits 15 Verträge zur Integrierten Versorgung abgeschlossen hat.

In seinem Fazit bezeichnete BVMed-Geschäftsführer Joachim M. Schmitt die Integrierte Versorgung als „Versuch der Umverteilung der endlichen Mittel des Gesundheitswesens, um die Versorgungsqualität zu verbessern und Ineffizienzen zu beseitigen“. Selektives Kontrahieren sei der Trend der Zukunft. Darauf müssten sich die Industrie- und Handelsunternehmen der Medizintechnologie einstellen und auf die möglichen Partner aus Krankenkassen- und Leistungsanbieterseite offen zugehen. Im nachstationären Bereich sehen die Experten der BVMed-Veranstaltung besonders gute Chancen für Homecare-Unternehmen, um die Patientenversorgung aus einer Hand zu managen.

Weitere Informationen:

Bundesverband
Medizintechnologie e.V.
Reinhardtstr. 29 b
10117 Berlin
Tel: 030/246 255-0
Fax: 030/246 255-99
info@bvmed.de

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:
Media Agentur Klaus Lenser
Fuggerstr. 13, 48165 Münster
Tel.: +49(0)25 01/64 47, Fax: +49(0)25 01/2 75 60
E-Mail: info@gour-med.de
Internet: www.gour-med.de

Inhaber: Klaus Lenser

Chefredakteur: Klaus Lenser

Redaktion:
Dr. Andrea Dittrich (Restaurants)
Horst-Dieter Ebert (Kolumne und Buchtipps)
Barbara Kindinger, Dr. Roland Kindinger (Medizin)
Armin Roßmeier (Fernsehkoch)
Anne Wantia (Reise)
Dr. Johannes Weiß (Medizin)
Prof. Dr. Ursel Wahrburg (Ernährungsmedizin)
Rakhshan Zhouleh (Wein)

Redaktionsbüros im Ausland:
Österreich:
Andrea Hinterseer,
Tel.: 00 43/6 62/62 82 48 bzw. Verlag
Australien:
Jürgen Corleis
Abbotsford, NSW 2046
E-Mail: jcorleis@optusnet.com.au
Tel.: 0 06 12/47 57/18 73
USA:
Jürgen Lemke
USA, San Diego (Californien)
Tel.+Fax: 001 858 756 3407
E-Mail: jlemke2318@aol.com

Japan:
Edwin Karmiol
Tokyo 107 0052
Tel./Fax: 0 08 13/34 78 78 43
E-Mail: namikok@twics.com

Anzeigenvertrieb Pharma/Nichtpharmafirmen:
Verlagsbüro Nielsen Gebiet 1 , 2, 2a, 3a
Thomas Fromm
Schmiedeweg 40
25436 Moorrege
Tel.: 0 41 22/81 02-60+66
Fax: 0 41 22/81 02 61
Mobil: 0172/4 30 36 03
E-Mail: thomase.fromm@web.de

Anzeigenvertrieb Nichtpharmafirmen:
Nielsen Gebiet: 3b und 4
Verlagsbüro:
Wolfgang Brandt Werbefachwirt BDV
Birnbaumweg 6
86169 Augsburg
Tel.: 0 821/74 30 80 oder 0 821/70 14 40
Fax: 0 821/74 30 85
Büro München:
Helmpertstr. 3 (Rückg.)
80687 München
Tel.: 0 89/54 63 63 9 - 0
Fax: 0 89/54 63 63 9 - 40
E-Mail: wb@verlagsbuero-brandt.com
Internet: http://www.verlagsbuero-brandt.com

Anzeigenvertrieb Pharmafirmen:
Verlagsbüro Nielsen Gebiet: 3b, 4
Franz Dahlheuser
Warthestr. 13
81927 München
Tel.: 0 89/93 45 19 bzw. Verlag

Anzeigenverwaltung:
Andrea Falk
Layout: Jutta Franke
Erscheinungsort: 48165 Münster
Mitglied im Arbeitskreis LA-MED
Druck: westermann druck, Braunschweig
Bezugsgebühren:
Einzelpreis: 3 Euro
Jahresabonnement: 18 Euro
(einschl. Versandkosten und 7 % MwSt)

Abonnement:
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.

www.gour-med.de

4. International Festival of Food & Wine

The Ritz-Carlton Hotels,

Wolfsburg und Berlin

27. Juni bis 4. Juli

Eröffnungsabend am 27. Juni 2004 • 18.30 bis 22.00 Uhr
Bankettbereich, „The Ritz-Carlton", Wolfsburg
An diesem Abend stellen sich die Damen und Herren aus Service und Küche exklusiv vor. Nach einem Champagner-Empfang haben Sie die Möglichkeit, die kulinarische Vielfalt des „The Ritz-Carlon", Wolfsburg zu genießen. Neben dem kürzlich zum „Koch des Jahres" gewählten „Aqua"-Küchenchef Sven Elverfeld *(siehe Buchseite 34 „Rest. Aqua")* geben sich auch Stephen W. Mulholland aus dem Restaurant „Vision" und der Küchenchef des Berliner Gourmet-Restaurants „Vitrum", Thomas Kellermann, die Ehre.

Hans Haas

Sterne-Abend am 28. Juni 2004 • 18.30 bis 24.00 Uhr
Restaurant „Aqua", „The Ritz-Carlton", Wolfsburg
Hans Haas - der Name steht mehr als zehn Jahre als Synonym für höchsten Genuss. Seit 1991 verwöhnt Haas als Chef de cuisine seine Gäste. Heute ist er einer der besten Köche Deutschlands, ausgezeichnet mit zwei Michelin Sternen und 19 Punkten im Gault Millau. Im „The Ritz Carlton", Wolfsburg bereitet Haas ein Sechs-Gänge-Menue der Extraklasse zu.

Gourmet-Abend am 29. Juni 2004 • 18.30 bis 24.00 Uhr
Restaurant „Aqua", „The Ritz-Carlton", Wolfsburg
Drei Sterne strahlen an diesem Abend über dem Himmel des Restaurant „Aqua". Harald Wohlfahrt, Küchenchef der „Schwarzwaldstuben" in der „Traube Tonbach", gibt sich die Ehre, mit einem Acht-Gänge-Menue der Spitzenklasse im „The Ritz-Carlton", Wolfsburg aufzuwarten. Der als talentiertester deutscher Koch geltende Perfektionist ist seit fast 30 Jahren in der „Traube Tonbach" beschäftigt. 1991 ist Wohlfahrt vom Gault Millau zum Koch des Jahres gewählt worden. Bereits ein Jahr später wurde er mit drei Michelin Sternen ausgezeichnet – eine Auszeichnung, die er seitdem Jahr für Jahr hält.

Harald Wohlfahrt

Gourmets auf Rädern - Nostalgie Istanbul • Orient-Express
am 30. Juni 2004 • 19.00 bis 22.00 Uhr
Bereits Anfang der 70er Jahre fing der Schweizer Alby Glatt an, nach brauchbarem Wagenmaterial des legendären Orient-Express zu suchen. Heute umfasst die Zugkomposition 25 Einheiten. Nehmen Sie Platz – dort, wo einst Mata Hari, König Edward VIII, Charles de Gaulle und Nikita Chruschtschow dinierten. Genießen Sie in diesem eindrucksvollen Ambiente jeweils zwei Gänge der beiden Gourmetköche Sven Elverfeld aus dem Restaurant „Aqua" und Thomas Kellermann aus dem Restaurant „Vitrum".

Gourmet-Dinner am 2. Juli 2004 • 19.30 bis 24.00 Uhr
Restaurant „Vitrum", „The Ritz Carlton" Berlin
Erfreuen Sie sich an einem Sechs-Gänge-Menue vom „Koch des Jahrzehnts" aus Österreich. Jörg Wörther kreiert an diesem Abend einen Auszug seiner Klassiker: Jeder Gang wurde in der Vergangenheit für Spezialmenues und teilweise auch auf der Speisekarte verwendet. Dabei widmet er sich liebevoll dem Fisch und überrascht im Hauptgang mit Wild.

Grand Celebration Gala Dinner am 3. Juli 2004 • 19.00 bis 24.00 Uhr
The Grand Ballroom, „The Ritz Carlton" Berlin
Das Highlight des gesamten Festivals! Erleben Sie eine einzigartige und exklusive Verbindung weltweiter Talente und Spitzenköche. Genießen Sie eine Vorspeise von Fok Kai Yee und Benton Toh, lassen Sie sich von Jörg Wörther noch einmal inspirieren und erleben Sie anschließend einen Gaumenschmaus von Thomas Kellermann. Der Hauptgang wird von einem der ganz Großen der Branche kreiert: zwei Sterne Michelin Koch Hans Haas. Den süßen Abschluss vollführt kein anderer als Jean Pascal Brunière aus dem Hause „Valrhona".

Den ausführlichen Veranstaltungskalender können Sie erfragen unter:
The Ritz-Carlton, Berlin • Potsdamer Platz 3 • 10785 Berlin
Tel.: 030/33 777-6340 • Fax: 030/33 777-5340 • ccr.berlin@ritzcarlton.com • http://www.ritzcarlton.com
The Ritz-Carlton, Wolfsburg • StadtBrücke • 38440 Wolfsburg
Tel.: 05361/60 70 91 • Fax: 05361/60 61 58 • ccr.wolfsburg@ritzcarlton.com • http://www.ritzcarlton.com

Urlaubsträume bis zum Horizont

Erwarten Sie von Grecotel besonders eines: mehr. Mehr Stil, mehr Komfort, mehr Service, mehr Exklusivität und kultivierte Lebensfreude – und das immer direkt an den schönsten Stränden Griechenlands.

GRECOTEL
...wo Griechenland am schönsten ist

http://www.grecotel.gr

gourmed@grecotel.gr

World of TUI

Zurück zum Inhaltsverzeichnis