

Gour-med[®]

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+THERME EUROPA

KOCHKÖPFE

René Bobzin aus dem
Landhaus „Zu den
Rothen Forellen“ in Ilsenburg

DER BESONDERE TIPP

Estland
Malta
Hausboot-Urlaub
„Brenner's Park Hotel
& Medical Spa“

HORST-DIETER EBERT

Eine Primaballerina auf Rädern
und die schönsten Betten
in Mailand

KULINARIA DER WELT

„One & Only Palmilla“

LIFE-STYLE

Lizzy Heinen – Edelstahlmöbel

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

MEDIZIN-TECHNIK NEWS

7/8-2004

23. JAHRGANG
ISSN 0177-3941
H 54575

In Sesam gebackene Riesengarnelen von
René Bobzin aus dem Landhaus „Zu den Rothen Forellen“





Ein Hotel ist wie ein Blumenstrauß.
Er muss gehegt und gepflegt werden.

Gerne verwöhnen wir Sie mit den Kleinigkeiten,
die ein Haus unserer Größe ausmacht.

Traditionelle Wärme und strahlende Gesichter.

Eine Kombination aus Mittelalter und Moderne
im Herzen einer 800 Jahre alten Stadt.



THE THREE SISTERS

PIIK 71 / TOLLI 2, 10133 TALLINN, ESTONIA
TEL: +372 630 6300 - FAX +372 630 6301
www.threesistershotel.com - info@threesistershotel.com

<http://www.threesistershotel.com>
info@threesisters.com

EDITORIAL



Liebe **Gour-med**-Leser,

es ist wirklich zum Weinen. Dem Kalender nach ist es Hochsommer, den Temperaturen nach befinden wir uns im Herbst. Mit Wehmut wird manch einer an den Sommer des vergangenen Jahres denken und sich noch einmal diese Zeit zurück wünschen. Lassen wir uns nicht den Spaß verderben und genießen wir die Jahreszeit trotzdem.

Zur Verbesserung Ihrer Stimmung wird ganz sicher ein Besuch im Harz bei dem Kochkopf in dieser Ausgabe, René Bobzin im Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ beitragen. In diesem Relais & Châteaux Hotel wird auch der anspruchsvollste Gast zufrieden sein.

Estland stellen wir Ihnen in der Reihe „Willkommen im Club“ vor. Das neue EU Mitglied ist auf dem besten Weg eines der interessantesten Reiseländer Europas zu werden. Die alte Kur- und Bädertradition des Ostsee-Staates ist mit modernen Kur- und Wellness-Hotels für Erholung und Entspannung Suchende ein lohnenswertes Ziel.

Wer das Abenteuer in freier Natur sucht und das Wasser liebt, dem sei eine Hausboot-Tour auf den Seen Brandenburgs und Mecklenburg-Vorpommerns empfohlen.

Baden-Baden als einer der ältesten und ruhmreichsten Kurorte der Welt genießt den Ruf eines mondänen und exklusiven Kurbades. „Brenners Parkhotel“ hat einen nicht unerheblichen Verdienst daran. Lesen Sie, was das 5-Sterne Hotel mit seinen Spa-Einrichtungen sonst noch zu bieten hat.

Unser Österreich Tipp führt uns mal wieder nach Wien in das zauberhafte Operetten-Ambiente des K.u.K. Hotels „Imperial“.

Gewinnspiele haben wir in dieser Ausgabe sogar zwei.

Für die fachlich Interessierten stellen wir wieder das neueste aus dem Innovations-Pool des BVMed vor. Weitere Fachbeiträge informieren über Entwicklungen in der Medizin, der Pharmaforschung und der Medizintechnik.

Liebe **Gour-med** -Leser, zum Gelingen unseres Magazins sind hochqualifizierte Mitarbeiter nötig, einer von ihnen, unser Anzeigenverkäufer FRANZ DAHLHEUSER, hat uns für immer verlassen. FRANZ DAHLHEUSER verstarb im 66. Lebensjahr nach kurzer, schwerer Krankheit. Wir haben einen sehr geschätzten Kollegen verloren und werden ihn vermissen. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie.

Alle Lesern wünschen wir einen friedlichen und schönen Restsommer.

Ihr **Gour-med**- Team
und natürlich

Ihr

Klaus Lenser
Herausgeber

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



Georg Ots Spa Hotel

Liegt direkt am herrlichen Sandstrand von Kuressaare auf der estnischen Insel Saaremaa.

Hier wird exquisiter Service mit luxuriösem Ambiente kombiniert.

Erholung im Gerorg Ots Spa-Bereich ist ein besonderer Genuss.

Georg Ots Spa Hotel

Tel.: +372 45 50 000

Fax: +372 45 50 001

e-mail: info@gospa.ee

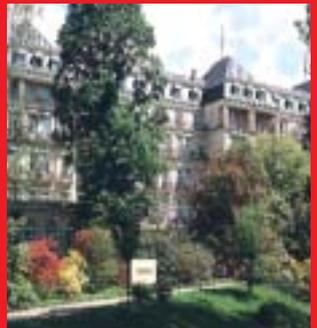
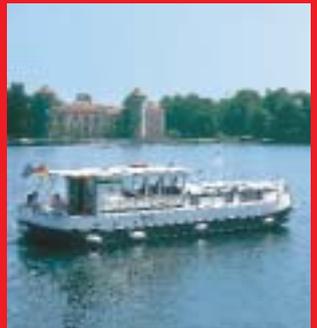
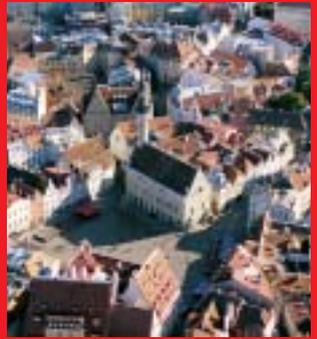
Kuressaare (Insel Saaremaa) / Estonia

<http://www.gospa.ee>



INHALT

- 6 KOCHKÖPFE**
René Bobzin aus dem Landhaus „Zu den Rothen Forellen“
- 12 GIESSER-WEIN-TIPP VON RAKHSAN ZHOULEH**
Duval-Leroy Champagner • Mosel-Weine
- 14 GIESSER-TIPP VON ARMIN ROBMEIER**
Aromen der Sommerküche
- 16 DER BESONDERE TIPP**
Estland • Malta • Abenteuer auf dem Wasser: Hausboot-Urlaub • „Brenner's Park Hotel & Medical Spa“
- 32 KULINARIA DER WELT**
„One & Only Palmilla“ – Eine Legende erwacht
- 34 TU FELIX AUSTRIA**
Süßes Gruss aus Wien – Hotel „Imperial“ (Gewinnspiel)
- 37 UNTERWEGS MIT HORST-DIETER EBERT**
Primaballerina auf Rädern und die schönsten Betten
- 38 LESER-GEWINNSPIEL**
Sylt – Die Wellness-Insel: Hotel „Stadt Hamburg“
- 40 LIFE-STYLE**
Lizzy Heinen – Edles aus Edelstahl
- 41 BUCH-TIPPS**
Empfehlungen zum Selberlesen und Verschenken
- 44 ERNÄHRUNGSMEDIZIN AKTUELL**
Ernährungsmaßnahmen bei Obstipation • Leichte Küche
Ernährungsdefizite und Versorgungslücken bei Mikro-
nährstoffen in Deutschland
- 52 MEDIZIN-NEWS**
Sodbrennen – Schnelle Hilfe nach dem Vorbild der Natur
• Risiko-Screening für Schlafapnoe-Patienten
- 58 ZÄN-INFO**
Die Grundregulation
- 60 PHARMA-NEWS**
Cards-Studie: Lipidsenker Atorvastatin (Sortis®)
- 62 MEDIZIN TECHNIK NEWS**
Neues aus dem BVMed-Innovationspool
- 66 IMPRESSUM**



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

KOCHKÖPFE

5 „C“ IM NATIONALPARK HOCHHARZ

RENÉ BOBZIN

IM LANDHAUS

„ZU DEN

ROTHEN FORELLEN“



René Bobzin

Klaus Lenser
Anne Wantia

In der letzten Ausgabe, liebe Leser, haben wir Ihnen das BurgHotel Hardenberg (Marco Schwerin) südlich des Harz präsentiert.

Diesmal wollen wir Sie in den nördlichen Hochharz entführen - in das Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ in Ilsenburg. Ein über tausend Jahre



Die „Fürstenschänke“



Landhaus „Zu den Rothen Forellen“

altes Städtchen - mit wunderschönen historischen Fachwerkhäusern - am Fuße des Brockens, dem höchsten Berg im Harz. Das Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ ist Mitglied der luxuriösen Relais & Châteaux Hotels, deren Signum für Luxus und Geborgenheit steht.

Das Ilsetal, benannt nach dem Flüsschen Ilse, gehört zu den idyllischen Landschaften in denen es immer etwas zu entdecken gibt. Historische Sehenswürdigkeiten, Natur wie man sie in einem Nationalpark erwartet sowie große und kleine Wildtiere. Das Kloster Ilsenburg, ein Benediktiner Kloster und viele interessante erhaltene und restaurierte Bauwerke. Die Unesco-Weltkulturstätten Quedlinburg und Goslar sind nur wenige Kilometer entfernt. Wernigerode, die wohl schönste mittelalterliche Stadt im Harz liegt quasi um die Ecke. Genug Gründe das Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ zu besuchen und sich neben den vielen kulturhistorischen Städten verwöhnen zu lassen.

Zur Philosophie des Hotels gehört selbstverständlich die Maxime aller Relais & Châteaux Hotels, die 5 „C“: Caractère, Courtoisie, Calme, Charme und Cuisine. Hoteldirektor Jörg Steinhäuser hat dieser Maxime ein weiteres „C“ für Culture hinzugefügt, zu Recht wie wir meinen in dieser kulturell interessanten Region.

Gourmets haben längst die Fähigkeiten des Chefkochs René Bobzin entdeckt. „Spas am Leben und Spas am Kochen“ das ist die Lebensphilosophie von René Bobzin, eine die wohl jeder Geniesser unterschreiben kann. Das gerade neu eröffnete Gourmetrestaurant „Forellentube“ unterstreicht den Ehrgeiz von Chef-Koch Bobzin seine Gäste zu verwöhnen. Das Ambiente und die Ausstattung des Restaurants werden auch dem verwöhntesten Gast gerecht.

Wer es etwas legerer mag wird in der Fürstenschänke und im Wintergarten-Restaurant mit Blick auf den Forellen-See sich auch sehr wohlfühlen. Bereits 2002 wurde René Bobzin als „Entdeckung des Jahres“ gefeiert. Uns hat der 31jährige Koch überzeugt. Grund genug ihn unseren Lesern zu empfehlen.

Das Amuse gueule, weisser Tomatenschaum mit Parmaschinken, war

Maitre d'Hotel Holger Steffmann, Direktor Jörg Steinhäuser und Küchenchef René Bobzin (v. l.)



ein gelungener Gaumenschmeichler zu Beginn. Die dann folgende Gänseleber mit blanchiertem Rhabarber, natürlich alles frische Produkte aus der Region, schmeckte ausgezeichnet.

Als Zwischengang wurde uns eine Dorade auf Jackfruit mit Anissauce serviert. Diese Kombination, der mediterrane Fisch und die tropische Jackfruit überraschte durch seine Geschmacksharmonie und hat uns sehr gefallen.

Als Fleischgang entschieden wir uns für ein Filetsteak mit saisonalen Gemüsen. Die Qualität des Fleisches bewies einmal mehr, dass ein guter Koch auch ein guter Produktkenner sein muss. Auch die Kunst des richtigen Einkaufes beherrscht René Bobzin.

Nach einem so erstklassigen Menu wollten wir auf das Dessert - wegen der Sie wissen schon - verzichten. Ein Glück das der Hoteldirektor Steinhäuser darauf bestand es nicht zu tun. Ein köstliches Vanille-Eis, in gerösteten Haferflocken gedreht und auf einem Mix von gratinierten Südfrüchten angerichtet, rundete das Gourmet-Menu perfekt ab.

Die zu den Gängen, vom Maitre d'Hotel Holger Steffmann, servierten Weine waren exakt und passend bestimmt. Wein ist Hobby und Leiden-

schaft für Holger Steffmann. Besonders deutsche und Österreicher, so sagt er selbst. Die Weinkarte weist über 600 Kredenzen aus, die in einem Weingewölbe fachgerecht lagern.

Das Relais & Châteaux Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ ist eine kulinarische Empfehlung die Sie sich nicht entgehen lassen sollten.

Das Hotel verfügt über 52 elegante Zimmer und Suiten sowie eine moderne Spa Einrichtung die dem wellnessbewussten Gast fast jeden Wunsch erfüllt. Aber auch für Golfer gibt es ganz in der Nähe drei hervorragend ausgestattete Plätze.

Für den Fall, dass Sie in nächster Zeit nicht selbst die Kochkünste von René Bobzin genießen können haben wir Ihnen wie immer einige Rezepte zum Nachkochen mitgebracht.

Viel Spass und

Guten Appetit



Die „Forellentube“

KochKöpfe

Rezepte



Restaurant „Wintergarten“

In Sesam gebackene Riesengarnelen auf Jack-Fruit und Kokos mit Anissauce

Für 4 Personen:

Zutaten

Garnelen

- 12 große Riesengarnelenschwänze geschält und entdarnt
- 250 g Sesam
- 50 g Eiweiß
- etwas Mondamin

Salz, Pfeffer, Zitrone und Curry

Jack Fruit

- 200 g Jack Fruit Fruchtfleisch
- 100 ml Kokosmilch
- 1 Limette
- 1 TL Puderzucker

Sauce

- 500 ml braunen Geflügelfond
- 4 Stück Sternanis
- 1 EL süße Sojasauce

Zubereitung

Aus Sesam, Eiweiß, Mondamin und den Gewürzen einen Teig anrühren. Die Riesengarnelen mehlieren, durch diesen Teig ziehen und in einer Friteuse oder einem tiefen Fettbad fritieren.

Das Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Den Puderzucker in einem Topf karamellisieren lassen, die Früchte zugeben und mit Limettensaft ablöschen. Das Ganze wird mit der Kokosmilch aufgegossen und einmal aufgekocht und fertig.

Für die Anissauce werden alle Zutaten reduziert bis eine kräftige Sauce entsteht. Die Geschmackskonstellation dieses Gerichtes ist äußerst interessant und zu Hause leicht nachzukochen.



In Sesam gebackene Riesengarnelen

Rezepte

Gebratene Forellenfilets auf Fenchel-Gorgonzola Risotto

Für 4 Personen

Zutaten

4	Forellen
200 g	Risottoreis
4	Schalotten
	Olivenöl
100 ml	Weißwein
400 g	Geflügelbrühe
100 g	Gorgonzola
50 g	Butter
	Mehl, Salz, Pfeffer, Safranfäden

Zubereitung

Die Forellen werden filetiert und sämtliche Gräten werden aus den Filets gezogen. Diese Arbeit ist zwar etwas mühsam, aber es steigert den Essgenuss. Das Risotto wird vorgegart, so erhält man den optimalen Garpunkt und Biss. Dazu werden 4 Schalotten in Würfel geschnitten und in Olivenöl angeschwitzt. Der ebenfalls in Würfel geschnittene Fenchel wird dazugegeben.

Gemeinsam mit dem Risottoreis wird das Ganze weiter angeschwitzt und mit dem Weißwein abgelöscht. Dieser muss bei leichter Hitze komplett reduziert werden.

Im Anschluss wird die Hälfte des Geflügel-fonds dazugegeben. Wenn der Reis sämtliche Flüssigkeit aufgenommen hat, ist er vorbereitet. Zur Fertigstellung wird der



Gebackene Forellenfilets

erkaltete Reis mit der restlichen Brühe aufgefüllt und leicht köcheln gelassen. Gorgonzola und Butter dazugeben.

Bei einer kräftigen Brühe braucht man das Risotto kaum würzen, sollte es aber trotzdem noch einmal nachschmecken.

Die Forellenfilets werden gewürzt und auf der Hautseite leicht mit Mehl bestäubt. Zum Braten benutzen wir eine Teflonpfanne mit Olivenöl und braten die Filets auf der Hautseite schön knusprig fertig. Das Risotto wird auf dem Teller angerichtet, die Filets (mit der knusprigen Haut nach oben) daraufgelegt und fertig.



Schönes Ambiente

KochKöpfe

Rezepte



Landhaus „Zu den Rothen Forellen“

Haferflockeneis

Zutaten

2	Orangen	1	Zitrone
2	Grapefruits	1	Limette
2	Blutorangen		

Haferflockeneis

100	g	Haferflocken
		Puderzucker
200	ml	Milch
200	ml	Sahne
80	g	Honig
5		Eigelb
4		Eigelb
80	g	Zucker
5	ml	Grand Marnier

Zubereitung

Die Zitrusfrüchte schälen, die Filets herauschneiden und abwechselnd sternförmig auf 4 tiefe Teller verteilen. Für das Haferflockeneis ein großes feuerfestes Blech mit Puderzucker bestäuben, die Haferflocken darauf verteilen und wieder mit Puderzucker bedecken. Bei 200°C Oberhitze im Ofen unter gelegentlichem Umrühren ca. 15 Minuten rösten, bis der Puderzucker vollständig karamelisiert ist.

Milch, Sahne und Honig aufkochen und unter ständigem Rühren zu den Eigelben geben. Auf einem Wasserbad diese Masse mit einem Gummispatel solange rühren, bis eine Eigelbbindung entsteht. Die Masse durch ein Haarsieb passieren, abkühlen lassen und in der Eismaschine gefrieren.

Eigelb, Zucker und Grand Marnier warm aufschlagen, je 2 EL auf die Zitrusfrüchte verteilen und im Ofen bei 200°C Oberhitze gratinieren. Mit einem Löffel von dem Honigeis Nocken abstechen, in den karamelisierten Haferflocken wälzen und in die Mitte der gratinierten Zitrusfrüchte anrichten.



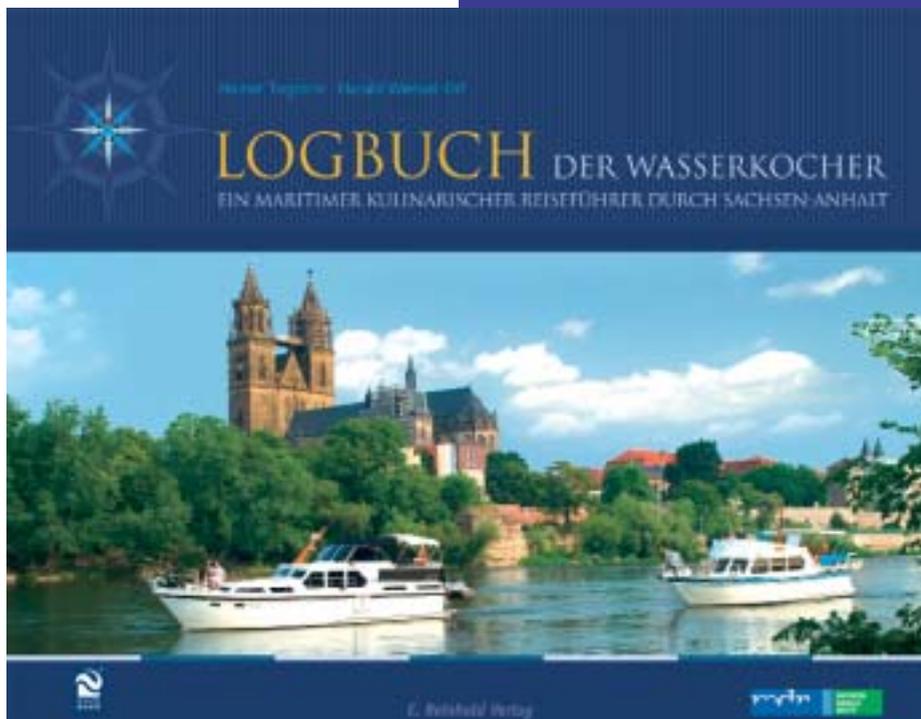
Haferflockeneis

Ein maritimer kulinarischer Reiseführer durch Sachsen-Anhalt mit Rezepten von René Bobzin

Sachsen-Anhalt ist der wundervolle Kontrast zwischen idyllischen Wasserstraßen, lebendiger Geschichte und aktuellem Lifestyle. Genau darauf soll das Buch "Logbuch der Wasserkocher" Appetit machen.

Interessante Landschaften, so flach wie ein Brett, im Norden in der Altmark. Riesige Wälder entlang der großen Flüsse. Berge und Seen, Talsperren und reißende Bäche im Harz. Eine ruhige Flusslandschaft mit Elbe und Saale, Mulde und Milde. Sanfte Hügel in der Magdeburger Börde mit dem besten Boden in Deutschland. Und nicht zuletzt die Saale-Unstrut-Region mit dem nördlichsten Qualitätsweinanbaugelände Europas. - All das wird im Buch textlich informativ und mit wunderschönen Fotoaufnahmen dargestellt.

Wie ein Blaues Band zieht sich die Wasserlandschaft durch Sachsen-Anhalt. Die Elemente Wasser, Natur und Geschichte verbinden sich auf beeindruckende Weise und bieten wahrlich einiges für Geist und Seele. Deshalb hat die Redaktion der Sendung "Sachsen-Anhalt heute" das Fernseh-Festland - das MDR-Landesfunkhaus Sachsen-Anhalt - in Magdeburg an der Elbe mit Blick auf den Dom verlassen, um eine kulinarisch-touristische Entdeckungsreise per Schiff zu unternehmen. "Die Wasserkocher" sind dabei auf interessante Details gestoßen, die es lohnt, in einem Buch festzuhalten. Das "Logbuch der Wasserkocher" richtet sich an alle Freunde



des Wassersports und an solche, die Sachsen-Anhalt entdecken wollen.

Heiner Tognino, Harald Wenzel-Orf:
€ 14,80
ISBN 3-910166-96-2

Fotos: MDR - Foto: U. van Lück, Greven" (1), Landhaus „Zu den Rothen Forellen“ - Foto: U. van Lück, Greven" (1), Zu den Rothen Forellen (5), Lenser (3),

Weitere Informationen:

Landhaus
„Zu den Rothen Forellen“
Marktplatz 2
38871 Ilsenburg
Tel.: 039452/93 93
Fax: 039452/93 99
info@rotheforelle.de
<http://www.rotheforelle.de>



„Der Wein-Genießer-Tipp“

Rakhshan Zhouleh präsentiert

diesmal **M**osel- und **B**aden-**W**eine

Liebe **Gour-med**-Leser,

auf 238 Flusskilometern Länge beiderseits der Mosel sowie an den Ufern ihrer beiden Nebenflüsse Saar und Ruwer erstreckt sich das in fünf Bereiche unterteilte Weinbaugebiet Obermosel, Mittelmosel-Bernkastel, Saar, Ruwer sowie Untermosel-Zell. Schon zu Zeiten römischer Besatzung wurde hier Wein angebaut.

Die Schieferböden an der Mosel sind ideale Sonnenspeicher und geben in der Nacht die Wärme des Tages an die Reben ab. Bei der Schieferverwitterung werden zudem noch wichtige Mineralstoffe freigesetzt, die den Geschmack des Weines prägen.

2003 Riesling Hochgewächs „Selection“

Qualitätswein b. A trocken
Weingut Albert Kallfelz
Mosel – Saar – Ruwer

Das kühle, saftige Frühlingsgrün - welches von einem hauchzarten, fast unsichtbaren Gelb umzaubert wird - flüstert mir ein Gefühl von etwas vollkommen Reinem. Der Duft des Weines ist wie ein Spaziergang vorbei an Wie-



Diesen Wein serviere ich im Riesling Glas (Enoteca) von Schott Zwiesel

sen prachtvoller, vitaler Sommerkräuter. Nach einigen Schritten bin ich von berauschem, edelreifem Obst (weiße Pfirsiche, gelbe Aprikosen) und einem Hauch würziger Nuancen von Muskatnuss berührt. Nicht nur ein Teil meines Körpers, sondern das gesamte Sein spürt die immer noch jugendliche, erfrischend wirkende Harmonie der Klänge des Weines. Die Zunge, und die Sinne, die eigentlich für die Sprache zuständig sind, verstummen durch den Fluss der unterschiedlichsten Komponenten (edelreife, exotische Aromen) des Jahres 2003, in dessen Schönheiten der Erinnerungen ich entführt wurde, haben mir einen unvergesslichen Abend bereitet.

Serviertemperatur: 8 °C

*Bezugsquelle:
Weingut Albert Kallfelz
Hauptstraße 60-62
56856 Zell-Merl/Mosel
Tel.: 06542/93880, Fax: 06542/938850
info@kallfelz.de
<http://www.kallfelz.de>*

2001 Spätburgunder „Barrique“-C-*** Qualitätswein b. A. trocken Weingut Reinhold & Cornelia Schneider, Baden

Die Farbdimension von exotischem Kirschrot und weichem Hellviolett weisen auf Jugendlichkeit und zugleich Ausdauer hin. Tiefe Waldfrüchte, Wolken von Trockenblumen und Wildkräuter verwoben mit mineralischer, erdiger geschmorter Rote Beete. Honigaromen und Süßkirschendürfte geben



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



dem Wein einen orientalischen Charakter. Düfte von Rosen und Bergblumen angereichert mit rauchiger Erde durchströmen den Geist. Faszinierend und biegsam berühren die Tannine den gesamten Körper des Weines (Beerenfrüchte) und malen ein Bild, welches nicht nur als Schutz und Begleiter des langen Weges der Entwicklung ist, sondern auch voller Liebe und Nestwärme wirkt. Faszinierend ist es auch, wie dieses fließende, impulsierende Geschöpf wie ein samtiges, rotes Seidentuch (rote- und schwarze Beerenfrüchte) über der Zunge schmilzt. Es ist noch etwas früh, dass dieser Wein sich gänzlich öffnet, die Dauer der Nachhaltigkeit verspricht nicht nur Langlebigkeit, sondern ist gleichzeitig ein Zeichen von Reichtum an Hingabe und Liebe.

Serviertemperatur: 16 °C

*Bezugsquelle:
Weingut Reinhold & Cornelia Schneider
Königschaffhauser Str.
79346 Endingen am Kaiserstuhl
Tel. 07642/52 78, Fax 07642/20 91
<http://www.weingutschneider.com>
WeingutSchneider@aol.com*

und **Ch**ampagner ...

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 bei Duval-Leroy (siehe Bezugsquelle)

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, sinnli-



Rakhshan Zhouleh

che Begegnung. Gleich einer Schatzkammer strahlen die Perlen Reichtum und Ehre aus. Ein Komplementärprodukt, ein Wein, der ganz anders ist.

Serviertemperatur:
7-9 °C

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



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

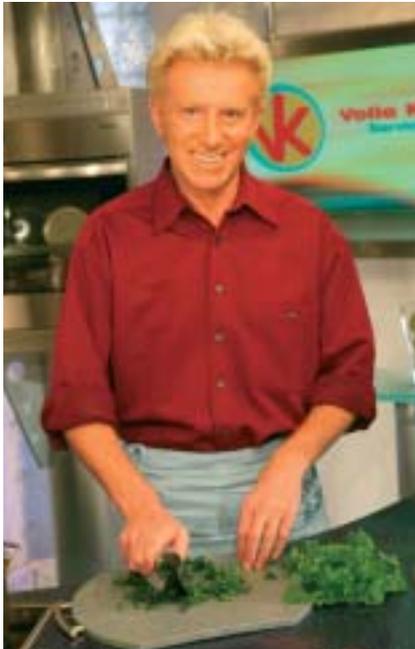
Viel Spaß beim Degustieren!

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



Aromen der Sommerküche

Erst die Inspiration der Sinne macht das liebevoll zubereitete Essen zum Genuß! Dafür verantwortlich sind neben frischen Zutaten in erster Linie die Kräuter und Gewürze!

Hier teilt sich die Küche, eigentlich meist unbewusst - vielleicht auch aus Tradition in zwei Lager bzw. Jahreszeiten: die Sommer- und die Winterküche.

Während im Winter mehr Gewürze wie Zimt, Nelken, Kardamon, Sternanis und Vanille zum Einsatz kommen, glänzt die Sommerküche durch edle, frische Kräuter mit unvergleichlichem Aroma.

Basilikum ist hier im Moment der Marktführer – sein würzig, pfefferähnliches Aroma mit süßlichem Akzent verbreitet er mit seinem intensiven Duft, fast schon betörend. Ein BasilikumPesto darf in der Sommerküche nicht fehlen, aber auch Hackfleisch und

Nudelgerichte sowie Pizza und vor allem Tomatenkompositionen lässt der Basilikum im aromatischen Licht erstrahlen.

Tipp: Basilikum nicht hacken, sondern klein zupfen, nicht mitkochen, sondern immer frisch über die Gerichte streuen.

Rosmarin hat einen leicht harzigerben, sehr intensiven Geschmack. Für Lamm- und Geflügelgerichte unentbehrlich; aber auch für Marinaden, Kaninchen und Kartoffelzubereitungen bietet er seine Dienste an und überrascht mit mediterranem Aroma.

Tipp: im Sommer als ganzen Zweig mit verwenden, dann kann man ihn nach dem Kochen, Braten gut entfernen!

Salbei schmeckt sehr würzig, mit einem delikatem Aroma. Saltimbocca (kleines Kalbsschnitzel mit Schinken) macht der Salbei erst zum Genuss – aber auch Kalbsleber, Pute und Hähnchen wären ohne sein Aroma nicht vollkommen.

Tipp: Stiele großzügig entfernen, enthalten zu viele Bitterstoffe. Nicht geeignet für Rohkost, erst heiß werden seine Aromen freigesetzt.

Thymian hat einen pikanten, leicht herben und intensiven Geschmack! Nudelgerichte, Pizza, Eintöpfe, Aufläufe und alle Variationen von Tomaten aromatisiert der Thymian von seiner besten Seite.

Tipp: Thymian wirkt verdauungsfördernd, besonders bei fettreichen Speisen und Hülsenfrüchten.

Genießen Sie, liebe Leser, die aromatische Sommerküche in vollen Zügen, der Rest kommt von selbst – denn Liebe geht ja bekanntlich durch den Magen!

Rezepte

Vegetarische Gemüseauswahl vom Grill mit Basilikumpesto und Knoblauchbrot

(4 Personen)

Zutaten

360 g	Auberginen
360 g	Zucchini
120 g	Frühlingszwiebeln
160 g	Zwiebeln rot
640 g	Maiskolben (4 Stück)
280 g	Tomaten (4 Stück)
160 g	Austernpilze
6	Knoblauchzehen
160 g	Paprika rot und gelb
1 Bund	Basilikum
4 EL	Rapsöl kalt gepresst
1,5 EL	Pinienkerne
3 EL	geriebenen Hartkäse
0,5 EL	Thymian
1	Ministangenbrot
	Salz, Pfeffer

Vorbereitung

Maiskolben an beiden Enden zuschneiden. Tomaten-Haus ausstechen, obenauf einen Kreuzschnitt machen, mit etwas Öl einpinseln, mit Salz und Pfeffer würzen. Paprika putzen und vierteln. Auberginen, Zucchini, Austernpilze mit Küchenkrepp abreiben, Pilze in Blätter schneiden. Gemüse in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in Ecken zerteilen, Basilikum abzupfen. Frühlingszwiebeln säubern, längs halbieren, dunkles Grün abschneiden. Knoblauch schälen,



Vegetarische Gemüseauswahl vom Grill



Zitronenhühnchen aus dem Backofen

2 Zehen feinstwürfelig schneiden. Brot in schräge Scheiben schneiden, Thymian abzupfen.

Zubereitung

Rapsöl, Pinienkerne, Reibkäse, Basilikum, würfelig Knoblauch im Mixer gut aufmixen, mit Salz und Pfeffer würzen (Pesto). Tomaten im Ofen bei 200° C auf den Punkt garen. Alles Gemüse, Pilze und Knoblauch auf geölten Grill legen, ab und zu wenden, Brot mitgrillen, danach mit Knoblauchzehen belegen.

Anrichten

Pesto in kleinem Schälchen anrichten, auf eine Platte setzen, das Gemüse nach Sorten rundum setzen. Tomaten dazusetzen, mit Basilikum garnieren, Brot mit anlegen, mit Thymian bestreuen.

Zitronenhühnchen aus dem Backofen

(4 Personen)

Zutaten

1800 g	Hühnchen
4	Kartoffeln (à 100 g)
3	Tomaten (à 90 g)
15	schwarze Oliven
2	Zitronen unbehandelt
3	Knoblauchzehen
250 ml	trockener Weißwein
4 EL	Rapsöl
15 Blatt	Salbei
	Rosmarin
	Thymian
	Jodsalz, Pfeffer

Vorbereitung

Hühnchen-Keulen und Brüstchen von der Karkasse (= Knochengerrüst) lösen und nochmals halbieren. Kartoffeln schälen und grobe Schnitze schneiden. Tomaten schälen, entkernen und vierteln. Zitronen in Schnitze schneiden, Oliven halbieren. Knoblauch schälen, grob schneiden. Salbei und Rosmarin abzupfen.

Zubereitung

Glasform (Jena-Glas) mit Rapsöl einfetten, die Hühnchenteile mit Knochen auflegen, Kartoffeln- und Zitronenschnitze dazu. Tomaten, Oliven und Knoblauch dazu verteilen. Salbeiblätter und Rosmarin darüber, mit Weißwein angießen und mit Jodsalz und Pfeffer würzen. Bei 180° C ca. 20 Minuten im Ofen garen.

Anrichten

Fertiges Gericht mit etwas Rapsöl abglänzen, mit Kräuterstrauß garnieren, auf runder Drehholzplatte zum Selbstbedienen auf Tischmitte stellen.

Lammkoteletts mit Speckbohnen, Ofenkartoffel und Sauerrahmdip

(4 Personen)

Zutaten

12	Lammkoteletts
1 EL	Rapsöl
2	Knoblauchzehen
2	Rosmarinzwige

600 g	frische Bohnen
80 g	Bauchspeck
1	Zwiebel
2 Zweige	Bohnenkraut
1 EL	Butterschmalz
4	große, mehlig kochende Kartoffeln
150 g	Sauerrahm
2 EL	Schnittlauchröllchen
1 EL	gehackte Petersilie
	Salz, Pfeffer

Vorbereitung

Knoblauchzehen fein hacken. Bohnen putzen, waschen, in leichtem Salzwasser auf den Biss blanchieren und abschrecken. Bauchspeck fein würfeln, ebenso die Zwiebel. Kartoffeln gut abbürsten und in Alufolie einwickeln und im Backofen 45 Minuten bei 160° C garen.

Zubereitung

Lammkoteletts mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Rapsöl beidseitig rosa braten. Zwiebel, Knoblauch und Speck in Butterschmalz angehen lassen, Bohnen zugeben, gut durchschwenken und erhitzen. Sauerrahm, Schnittlauch, Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten

Ofenkartoffel kreuzweise oben einschneiden und auseinander drücken, Sauerrahmdip darüber verteilen. Lammkoteletts auf Tellern verteilen, die Bohnen dazu geben und die Ofenkartoffel ansetzen.



Lammkoteletts mit Speckbohnen

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

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

"WILLKOMMEN IM CLUB"

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

ESTLAND



KUNST, KULTUR UND GENUSS

IM NEUEN EUROPA

Klaus Lenser

Endlich in Europa, so begrüßte mich der Taxifahrer am Flughafen in Tallinn, als ich - kurz nach dem Beitritt

Estlands in die EU - das wunderschöne Ostseeland besuchte.



Blick auf die Altstadt von Tallinn



Mittelalterlicher Markt in Tallinn

Mir ging es genau so, endlich in Europa dachte ich und meinte damit, wie bedauerlich es doch war, das die-

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



Bibliothek im „THE THREE SISTERS“



Außenansicht
Hotel „THE THREE SISTERS“

ses Land lange Zeit für Touristen nahezu unerreichbar war. Estland steckt voller Überraschungen und Attraktionen.

Die Hansestadt Tallinn erstrahlt in altem Glanz. Das in Oberstadt und Unterstadt seit altersher so aufgeteilte Zentrum ist prachtvoll wieder aufge-

baut. Der „ Stadteroberer“ fühlt sich ins Mittelalter versetzt, die Pracht der alten Hanse ist fast an jedem Gebäude zu sehen.

Die Menschen sind freundlich, hilfsbereit, neugierig und gegenüber Fremden aufgeschlossen. Kurz gesagt, man fühlt sich wohl in dieser Stadt, in der auch sehr viele Einheimische deutsch sprechen. Ein Bummel durch die Altstadt begeistert. Die vielen alten Kultstätten, Stadtmauer, Kirchen, Paläste etc. und die vielen kleinen Geschäfte und Cafés laden zum Einkaufen und Verweilen ein.

Gourmets und Nachtschwärmer kommen auch nicht zu kurz. Das Hotel „THE THREE SISTERS“ – Mitglied der Design Hotels – ist ein Refugium der Eleganz und architektonischen Leistung. In drei miteinander verbundenen mittelalterlichen Häusern ist ein Hotel der Luxusklasse entstanden, eine exklusive Besonderheit unter den Tallinner Hotels.

Kalev Klaanberg, der Chefkoch des Hotelrestaurants „Bordoo“ ist auf dem besten Weg sich in die europäische Spitze zu kochen. Erfahrungen hat er auf Kreuzfahrtschiffen gesammelt.



Restaurant „Bordoo“ im Hotel „THE THREE SISTERS“

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



Bischofs-Burg in Kuressaare (Saaremaa)

Die vom Direktor Kay Bischoff zusammengestellte Weinkarte ist gut sortiert und berücksichtigt jeden Geschmack.

Wer es nicht ganz so exklusiv möchte, dem ist das vor einem Jahr eröffnete Hotel „Barons“ mitten im Zentrum zu empfehlen.



Alte Windmühlen auf Saaremaa nach holländischem Vorbild



Estland - näher als Sie denken!

18x wöchentlich non-stop
ab München, Frankfurt, Hamburg
und Berlin nach Tallinn!

Kvaliteet auf der ganzen Linie!

Kvaliteet [*estnisch*]: Qualität

ESTONIAN AIR
www.estonianair.com

Hessenring 32 · 64546 Mörfelden-Walldorf
Telefon: 0 61 05-20 60 70 · Telefax: 0 61 05-20 60 78
Info@estonianair.de



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

Wer nach dem Essen noch Lust auf einen Nachtbummel hat findet von mittelalterlichem Minne-Gesang - die weltberühmte Gruppe „Hortus Musicus“ stammt von hier - über Bierkneipen bis zum eleganten Nachtclub alles was das Vergnügungsherz begehrt.

An die Kur- und Bädertradition hat die Küstenregion südlich von Tallin, in



Das „Tervise Paradiis“ in Pärnu

Pärnu und auf der Insel Saaremaa angeknüpft. Moderne und anspruchsvolle Spa-Hotels lassen bei den Gästen keine Wünsche offen. In den meisten Spa-Hotels gibt es zu allen Anwendungen komplette medizinische Betreuung. Das „Tervise paradiis“ in Pärnu bietet neben der Kur auch den klassischen Urlaub am Meer. Zu erwähnen ist auch die „Villa Ammende“ in Pärnu, eine ehemalige Fabrikanten-Villa von Anfang des 20igsten Jahrhunderts, 1999 restauriert und zu einem Feinschmecker-Restaurant umgebaut .

Vor der Insel Saaremaa liegt die kleine Insel Muhu, einst von einem



Gourmet-Restaurant
„Villa Ammende“ in Pärnu

deutschen Adeligen als Gutshof bewirtschaftet, wird das „Pädaste Manor“, jetzt als kleines aber sehr luxuriöses Hotel geführt. Mit nur – zur



Ostseesteilküste auf der Insel Saaremaa

Zeit – 12 Suiten erwartet den Gast Erholung pur. Wellness- und Massage-Anwendungen gehören ebenso dazu wie die kulinarischen Feinheiten des noch sehr jungen, aber stark ambitionierten Chefkochs Peeter Pihel.

Saaremaa selbst steht in dem Ruf die Gesundheits-Insel Estlands zu sein. Mit den drei Spa-Hotels „Rüütli“, „Saaremaa Valss“ und „Meri“ in der Stadt Kuressaare ist nicht nur touristisches Neuland erschlossen, es wur-



Die Terrasse vom Restaurant
von „Pädaste Manor“

den auch wirtschaftliche Weichen für die Zukunft gestellt. In diesen Kur-Hotels, die durchaus mitteleuropäischen 3-4 Sterne Standards entsprechen (es sind alles Neubauten), kann man noch für € 45,00 bis € 60,00 pro Tag und Person inklusive drei medizinischer Anwendungen, ärztlich überwacht, Ruhe und Erholung finden.



Hotel „Pädaste Manor“ – zu Luxus-Suiten umgebaute Stallungen

Das Glanzstück in Kuressaare ist das gerade eröffnete Wellness- und Spa-Hotel „Georg Ots“, benannt nach dem berühmten verstorbenen Opernsänger Georg Ots.

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

www.gour-med.de



Estländische Symbolik auf Saaremaa

Luxus, wie es der verwöhnteste Gast erwarten darf - zu Preisen wie wir sie in Westeuropa nicht mehr kennen. (In einem späteren Beitrag werden wir nochmal die Spa-Hotels Estlands vorstellen). Die Übernachtung im großzügen

Doppelzimmer gibt es von ca. € 105,- bis € 145,-pro Zimmer.

Saaremaa ist ein landschaftliches Kleinod. Von wilder Klippenküste bis zum feinen Sandstrand bietet die Insel dem



Steinpyramide – gegen Geister und Unglück

Urlauber alles was das Herz begehrt. Selbst Urlaub auf dem Bauernhof - nicht nur für Naturfreunde - ist möglich. Dem erholungssuchenden und auch neugierigem Urlauber empfehlen wir eine Reise nach Europa – nach Estland.

ESTONIAN AIR fliegt von den Flughäfen Berlin, Hamburg, München, Frankfurt, täglich Tallinn an.

Fotos: Lenser (5), thee sisters (4), Tervise paradiis (1), Pädaste Manor (2), Villa Ammende (1), Tallinn City Tourist Office (2), Estonian Tourist Board (2)



Alte Pracht der „Belle Epoque“ in Pärnu

Weitere Informationen:

Estonian Tourist Board

Roosikrantsi 11

10119 Tallinn, Estonia

Tel.: +372/627/9770

Fax: +372/627/9777

tourism@eas.ee

<http://www.visitestonia.com>

Flugbuchung:

ESTONIAN AIR

Hessenring 32

64546 Mörfelden-Walldorf

Tel.: 06105/20 60 70

Fax: 06105/20 60 78

Info@estonianair.de

<http://www.estonianair.com>

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

"WILLKOMMEN IM CLUB"

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

MALTA MIT ALLEN SINNEN GENIESSEN

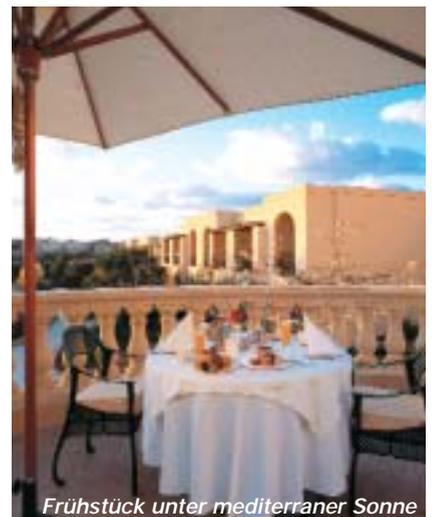
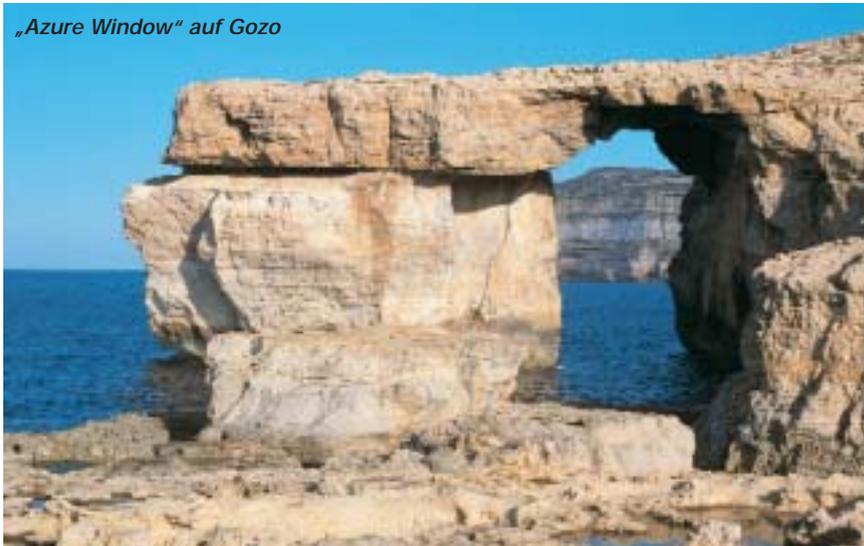
MEDITERRANE KÜCHE MIT AFRIKANISCHEN AKZENTEN

Dr. Andrea Dittrich

Die Ritter des Johanniterordens haben Malta berühmt gemacht – und zwar nicht nur durch ihre, insbesondere für damalige Verhältnisse herausra-

gende medizinische Versorgung, sondern auch dadurch, dass sie den Heilungsprozess ihrer Patienten mit einer außergewöhnlich guten und gesunden

„Azure Window“ auf Gozo

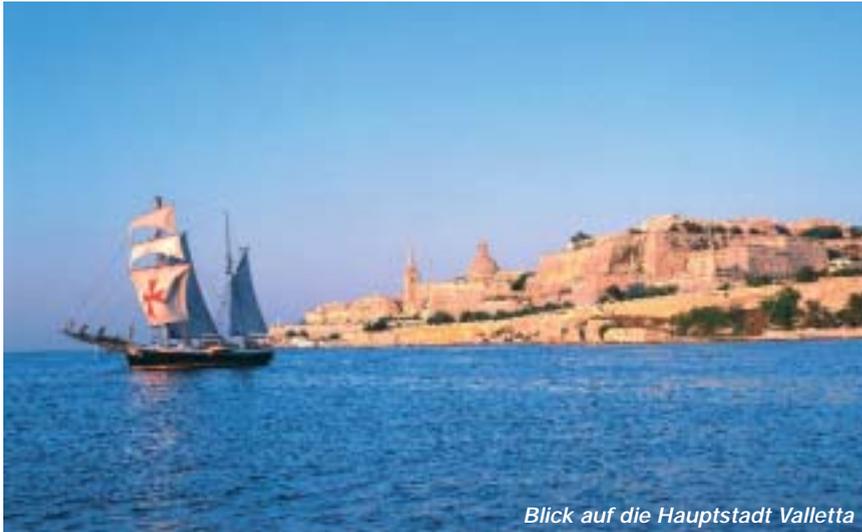


Frühstück unter mediterraner Sonne

Küche beschleunigt haben. Im Johanniterhospital gab es sogar silberne Teller, so wird berichtet.

Die Küche Maltas, eine durch vielerlei Einflüsse geprägte mediterrane Küche, ist auch heute als äußerst gesundheitsfördernd zu bezeichnen. Die Zutaten kommen überwiegend aus

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Blick auf die Hauptstadt Valletta

dem Mittelmeer oder wachsen in den Obst- und Gemüsegärten der Inseln. Lampuki, eine Dorade, die hier reichlich gefangen wird und an ihrer gelben Zeichnung auf jedem Fischmarkt leicht erkennbar ist, findet sich auf allen Speisekarten in den unterschiedlichsten Gerichten wieder. Anstelle von Bruschetta wird hier Hobz Bizzejt, eine sehr variantenreiche Form des belegten Brotes, gereicht und aus dem Steinofen gibt es Kartoffelpizza. Olivenöl gibt es inzwischen auch wieder aus regionaler Produktion, nachdem der Anbau der Ölbäume lange Zeit auf Malta fast vergessen war. Zu sehr vielen Rezepten gehören Kapern aber auch Feigen und Datteln haben einen festen Platz in der Küche der Malteser, die auch ein großes Repertoire an Süßwaren und trockenem Gebäck schätzen. Afrikanische Akzente sind bei den traditionellen Rezepten nicht zu verkennen. So gibt es Kichererbsenpüree „Hummus“ und Bohnenpaste „Bgilla“



Typisch Malta

– beides passt hervorragend zum typischen rustikalen Brot. Hier trinkt man Kinnie statt Cola; eine nach einem Geheimrezept und nur auf Malta gebrauchte goldbraune Limonade aus Bitterorangen und Kräutern. Eindrucksvoll ist auch der maltesische Wein, der hier gerne in Eichenfässern ausgebaut



Ggantija Tempel

wird und somit einen deutlichen Barriqueton hat.

Besonders authentisch kann man die traditionelle maltesische Küche bei Rubino in der Old Bakery Street in Valletta erleben.

Doch Malta sollte man nicht nur wegen der kulinarischen Genüsse besuchen. 7000 Jahre Geschichte werden auf Schritt und Tritt sichtbar; unterschiedlichste Herrscher und ihre Kulturen haben Malta beeinflusst und ihre Spuren hinterlassen. Obwohl Malta so nah an Sizilien liegt –

nur rund 80 Kilometer trennen die beiden Inseln – ist das neue EU-Mitglied kaum italienisch geprägt. Vielmehr haben die Engländer in der zwar für die maltesische Geschichte kurzen Zeit von 150 Jahren, die sie das Inselreich beherrschten, deutliche Spuren hinterlassen; die Sprache – und das ist ein Glück, denn die zweite Amtssprache „Maltesisch“ ist sehr schwer zu erlernen – außerdem den Linksverkehr und auch kulinarisch haben sie Zeichen gesetzt ... diese kann man jedoch auch ignorieren!

Malta ist insbesondere an der Nordseite rund um die Hauptstadt Valletta sehr dicht bebaut – die Städte und Orte sind im Laufe der Zeit aneinander gewachsen. Die Südseite hingegen hat eine landwirtschaftliche Prägung, Richtung Südküste wird die Landschaft immer rauer und unerschlossener. Malts kleine Schwester Gozo, die Insel des Honigs und der Liebe, ist nur etwa ein Drittel so groß, wesentlich ruhiger und viel grüner. Terrassenartige Hügel, Gemüsegelder, Weinberge, Olivenbäume und von Kakteen, Cypressen und Pinien gesäumte Straßen prägen das Bild.

Wer hier das Meer genießen möchte, dem sei empfohlen, dies unter Wasser zu tun; Gozo und die noch kleinere Insel Comino bieten sich als Tauchparadiese an. Auch per Segel- oder Motorboot lässt sich die Inselnlandschaft mit ihren überwiegend felsigen Küsten gut erkunden.

Und noch ein Tipp: Die Straßenverhältnisse sind zum Teil abenteuerlich, was bei der Auswahl eines Leihwagens berücksichtigt werden sollte!

Fotos: Kempinski San Lawrenz

Weitere Informationen:

Fremdenverkehrsamt Malta
Schillerstraße 30-40
60313 Frankfurt am Main
Tel.: 069/285890/284060
<http://www.urlaubmalta.de>
<http://www.maltaislands.de>

KURZ NOTIERT

VON KRAWATTEN, SCHNÜRSENKELN UND RETTUNG IN LETZTER NOT



Szenen im Hotel, wie sie vermutlich jeder schon erlebt hat: Fünf Minuten vor einem wichtigen Geschäftstermin reißt plötzlich der Schnürsenkel; ausgehert für die Gala stellt man fest, dass die passende Krawatte leider noch zu Hause liegt. Solche und ähnliche Situationen können schon mal vorkommen. Gut, wenn das Hotel dann einen so umfangreichen Concierge-Service wie das Grandhotel „Adlon“ in Berlin aufweisen kann.

Der gerissene Schnürsenkel wird vom Concierge schnell und kostenfrei jederzeit durch ein neues Paar ersetzt. Vergessene Krawatten, Fliegen und sogar Manschettenknöpfe können ausgeliehen werden. Ebenfalls kostenlos werden bei Bedarf Zahnpasta und Zahnbürste, Deos, Rasierklingen und Rasierschaum zur Verfügung gestellt und selbst so ungewöhnliche Gegenstände wie eine Lupe und ein Fernglas bereit gehalten.

Weitere Informationen:

Adlon Kempinski Berlin

Unter den Linden 77, 10177 Berlin

Tel.: 030/2261-0 Fax: 030/261-1116

adlon@kempinski.com

<http://www.Hotel-Adlon.de>, Foto: Adlon

KEMPINSKI MITGLIED WELTWEITER ALLIANCE



Die Kempinski Hotel & Resort Gruppe ist jetzt Mitglied in der weltweit agierenden „global hotel alliance“ geworden. Der Zusammenschluss von insgesamt vier Hotelbetreibern im 5 Sterne Segment garantiert somit seinen Kunden besten Service und höchste Qualität in allen Partnerhotels. Die Alliance will besonders Gäste ansprechen die einen global auftretenden Partner suchen. Eine mögliche Erweiterung mit zusätzlichen Hotels ist nicht auszuschließen.

Der Gast muss der Mittelpunkt sein und bleiben, so das Credo der „global hotel alliance“. Weitere Mitglieder sind die Hotels: PAN PACIFIC., RYDGES und WYNDHAM. Das Kundenprogramm der vier Gruppen bietet eine Vielzahl von Vorteilen für den Reisenden von Sonderraten über Upgrades bis zum Gutschein für kostenlose Übernachtungen.

Weitere Informationen:

www.kempinski.com

Oder unter Tel.: 089/9782 3714

Fax: 089/9782 3713

sales.miso@kempinski.com

<http://www.kempinski.com>, Foto: Kempinski

RAFFLES INTERNATIONAL NEUES „SWISSÔTEL“ IN MOSKAU



Das Hotel soll im Mai 2005 unter der Marke „Swissôtel Riverside Towers Moscow“ eröffnet werden. Die Präsenz eines Hotels des Unternehmens in Russland ist ein wichtiger Schritt um das Hotel-Portfolio der Gruppe weltweit zu erweitern.

Das „Swissôtel Riverside Towers Moskau“, welches sich momentan noch im Bau befindet, liegt an der Ostseite der „Kremlin-Insel“, zwischen dem „Moskau-Fluss“ und dem „Obvodny-Kanal“. Das „Swissôtel Riverside Towers Moscow“ wird über verschiedene Tagungs- und Kongressräume, einen Spa-Bereich mit Hallenbad und Fitness-Center und sechs verschiedene Restaurants und Bars verfügen. Es besitzt 34 Stockwerke und zählt zu den höchsten Gebäuden der Stadt. Mit seiner Eröffnung wird Swissôtel sein Portfolio auf 25 Häuser weltweit erweitern.

Weitere Informationen:

Swissôtel Zürich

Am Marktplatz Oerlikon

CH-8050 Zürich

Tel.: 0041/1317/3370

Fax: 0041/1317/3350

<http://www.raffles.com>, Foto: Swissôtel

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

ABENTEUER AUF DEM WASSER

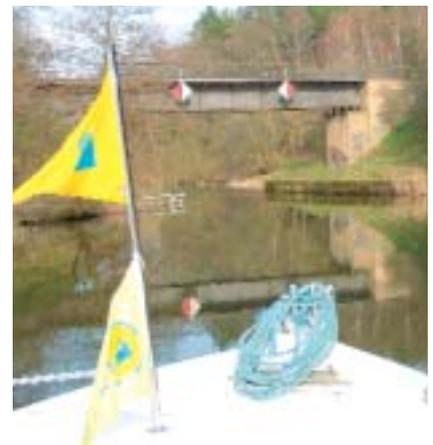
HAUSBOOT-URLAUB AUF DEN SEEN UND FLÜSSEN BRANDENBURGS UND MECKLENBURG- VORPOMMERNS

Klaus Lenser
Anne Wantia

Die grosse Lust an Abenteuern in heimischen Regionen entdecken immer mehr Urlauber. Eine Hausboot-Tour läßt einen Deutschland aus einer völlig neuen aufregenden Perspektive erleben. Unser Hausboot Abenteuer sollte uns von Fürstenberg (Branden-

burg) über die Obere Havel Wasserstraße durch verschieden Kanäle und Schleusen bis an den Templiner See und den Grossen Labussee führen.

Wir waren gespannt was uns erwartete, die Fürstenberger Marina ist sehr



gut ausgeschildert und somit leicht zu finden. Sichere Parkplätze für die dort abgestellten PKW - für die Dauer der „Kreuzfahrt“ - gibt es in ausreichender Zahl.

Kapitän Finnern, ein echter Seebär, erwartete uns bereits. Vor dem Vergnügen - ahnungslos wie wir waren, wollten wir sofort losschippern - wurden wir zuerst in einem 2 1/2 stündigen Kursus mit dem Boot vertraut gemacht und sorgfältig eingewiesen. Ein absolutes Muss, denn diese Boote dürfen ohne Bootsführerschein von Jedermann/frau gefahren werden. Wie



Schloß Rheinsberg

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

sich später noch herausstellte war diese Einweisung auch notwendig.

Endlich die Probefahrt unter Aufsicht des freundlichen Betreuers. Aber was so leicht aussah stellte sich schnell als Problem heraus. Das Boot, eine Pénichette für 4 Personen, rea-



Floß-Gastronomie auf dem „Romantik Floß“ von „Borchard's Rookhus“



Anlegemannöver

gierte immer ganz anders als es sollte. Nach den ersten „Seemeilen“ aber war der Knoten geplatzt und die „Kreuzfahrt“ konnte losgehen. Auf dem Stolpsee warfen wir Anker und genossen den frühlingshaften Sonnenuntergang. Ein Gefühl von nicht mehr

gekannter Ruhe und Naturwahrnehmung stellte sich ein, für lärmgeplagte Grossstädter ein herrliches Erlebnis. Da wir vor Einbruch der Dunkelheit im sicheren Hafen sein wollten war der Genuss nur kurz. Übernacht lagen wir direkt am Stolpsee im Hafen von Him-

melpfort, ein kleines, aber auf Touristen und Skipper gut vorbereitetes, Dörfchen, in dem es noch ein bekanntes Kloster mit einem alten Gewürzkräutergarten gibt. Von dort legten wir am nächsten Morgen Richtung Templin ab. Nicht nur auf der Oberen Havel



... Obere Havel, Wasserstraße



Richtung Templin ...

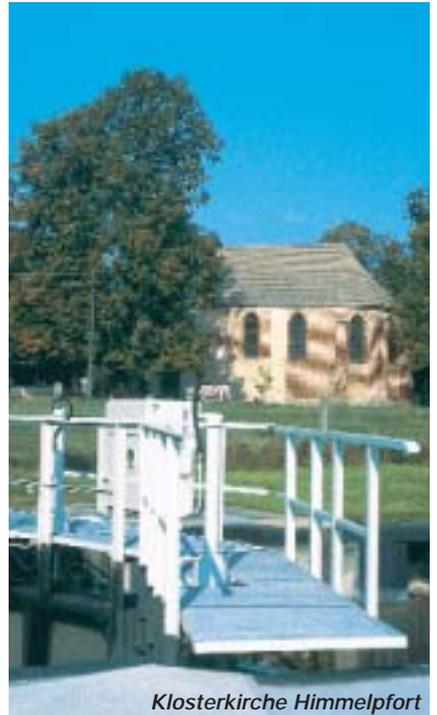
Wasserstraße war sehr viel Geschick und manchmal auch etwas Mut beim Schleusen erforderlich, aber die Solidarität unter den Skippern ist sehr groß, uns standen immer erfahrene Schleusenwärter oder Bootsführer zur Seite. Die Fahrt über die Havel inmitten des Nationalparks hielt unvergessliche Naturerlebnisse und Überraschungen bereit. Ein Wildschwein mit

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



Der Schleusenwärter wartet schon

Nach der zweiten Übernachtung in Templin stellten wir dann fest, dass der Gebrauchwassertank kein Wasser



Klosterkirche Himmelpfort

seinen Frischlingen (Ferkel) begleitete uns ein Stück des Weges am Ufer ent-



„Alte Mühle“ bei Fürstenberg

gessen Sie das Bestimmungsbuch für Fauna und Flora nicht). Wir waren umgeben von der Ursprünglichkeit der Natur wie sie sich seit vielen hundert Jahren dort entfalten konnte und in ihrer Einmaligkeit wohl nur noch in der Seenplatte von Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern vorkommt.

mehr hergab. Also auf zum nächsten Hafen und Wasser nachtanken. Leider funktionierten die Wasserzapfanlagen

lang. Ganz so als gehörte das zur Sicherung unserer Fahrt.

Eisvögel, Seeadler, Störche und viele andere fast ausgestorbene oder vom Aussterben bedrohte Vogelarten waren sehr leicht zu entdecken (ver-



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

www.gour-med.de



Wesenberg,
die Holzbrücke

nicht, sicherheitshalber telefonierten wir mir der „Basisstation“ die uns zurück in den Hafen nach Fürstenberg beordnete. Hätten wir nur besser bei der Einweisung aufgepasst! Wasser war genug vorhanden - wir hatten versehentlich die Wasserpumpe ausgeschaltet! Dieses Missgeschick bescherte uns aber ein köstliches Fischabendessen in der „Wurflut“ in Lychen nahe bei Fürstenberg.

Unsere „Kreuzfahrt“ führte uns am nächsten Tag weiter nördlich über den Röblinsee, den Woblitzsee bis in den Grossen Labussee. Im Woblitzsee machten wir Halt in Wesenberg. Hier muss man unbedingt verweilen und die wieder hergerichteten, alten zum Teil unter Denkmalschutz stehenden, Fachwerkhäuser bewundern, man fühlt sich in eine andere Zeit versetzt.

Die letzte „Kreuzfahrtnacht“ verbrachten wir an dem Steg des weithin bekannten erstklassigen Hotels „Borchard's Rookhus“ am Großen Labussee ca. 4 km von Wesenberg entfernt mit den Restaurants „Fürst Nikolaus I“ und „Storchennest“. In beiden Restaurants gibt es frische Fische aus den Flüssen und Seen der Region und lokale Spezialitäten.

Hausboot-Urlaub ist nicht nur ein Abenteuer für die ganze Familie, Vater und Sohn, Mutter und Tochter, Clubs und Vereine, Angler und Badende - für



„Borchard's Rookhus am See“

alle wird dieses Erlebnis unvergesslich bleiben. Liebhaber von frischen Fischgerichten sei noch empfohlen, nicht nur auf die aushängenden Speisekarten zu schauen, Nachfragen im Restaurant ergeben häufig dass das Angebot an frischen Fischgerichten größer ist als die Speisekarte vor der Tür es verspricht. Es gibt noch immer Berufsfischer die zu jeder Jahreszeit an die Restaurants und Gasthäuser ihren frischen Fang verkaufen.

Die Hausboote sind alle mit modernen üblichen Standards ausgestattet. Kombinierte Dusch-Toiletten-Kabinen, geräumige Schlafkabinen, Kochnische(Gas) für Hobbyköche die lieber ihren - evtl. selbst geangelten - Fisch an Bord zubereiten wollen und eine gemütliche Sitzecke. Verzichten muss man auf nichts. Gleichwohl ist es ein Schiff, das mehr oder weniger Platz bietet, es ist kein Luxushotel.

Probieren sie es aus, eine Hausboot-Tour auf den Flüssen, Kanälen und Seen Mecklenburg-Vorpommerns und Brandenburgs in einer Naturlandschaft die man nicht erwartet, voller Schönheit in absoluter Stille, Ruhe und Gelassenheit. Sie werden überrascht sein, wieviel Schönes es (wieder) zu entdecken gibt.

Fotos: Lenser/Wantia (6)
Locaboat (4), Rookhus (2)

Weitere Informationen:

Locaboat Holidays
Ludwigstraße 1
79104 Freiburg
Tel.: 0761/207 370
Fax: 0761/207 3773
Info@locaboat.de
<http://www.locaboat.de>

Romantik Hotel
Borchard's Rookhus am See
Am Grossen Labussee
17255 Wesenberg
Tel.: 039832/500,
Fax: 039832/50-100
info@rookhus
<http://www.rookhus.de>

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

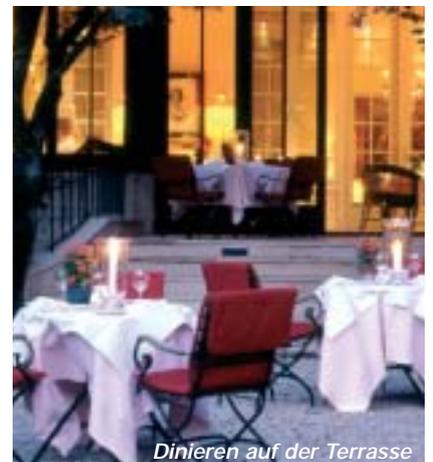
„Brenner's 5-Sterne Park Hotel & Medical Spa“

LEBENSART IN EINKLANG MIT DER NATUR

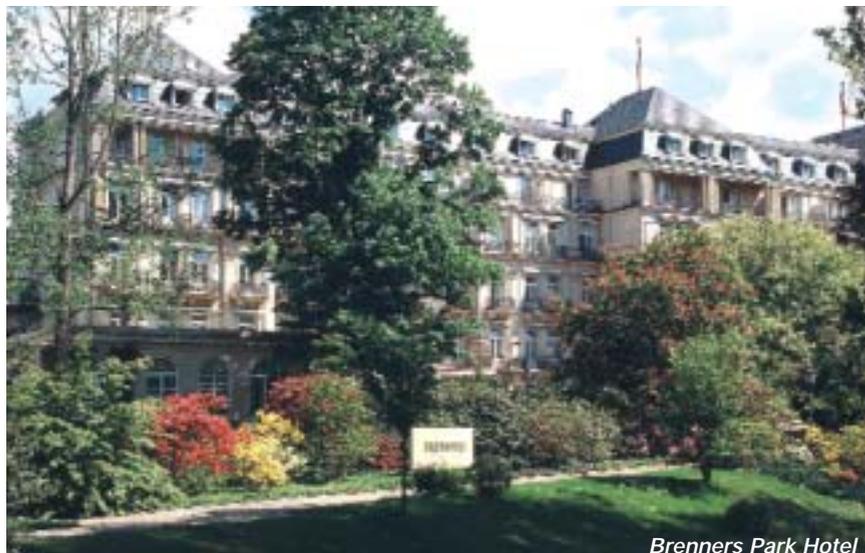
*Klaus Lenser
Anne Wantia*

Baden-Baden, eines der ältesten europäischen Kurbäder lebt nicht **nur** von der Tradition, aber auch. Das über 130 Jahre alte Brenner's Park Hotel gehört zu den stilvollsten und vornehmsten Luxushotels der Welt. Tradi-

tion ist nicht nur Pflicht sondern auch Auftrag. Kontinuierlich hat sich das Luxushotel in den letzten Jahren weiterentwickelt. Die gastronomischen Werte, ein erstklassiger Service, Modernisierung der sowieso schon



Dinieren auf der Terrasse



Brenners Park Hotel

luxuriösen Zimmer, die einmalige Lage in einem Privatpark und nicht zuletzt die mehr als erstklassige Küchenleistung des Maitre Rudolf Pellkofer und seines Sous-Chefs Andreas Krolik, veranlassen Hotel- und Restaurant-Kritiker immer wieder zu den höchsten Lobeshymnen auf Brenner's Park Hotel & Spa.

Die Erkenntnis, dass Wohlfühlen und Gesundheit in unmittelbarem Zusammenhang stehen, ist zwar nicht neu, wird aber im Brenner's konse-

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



Frankfurt tätig, bietet seit März d.J. eine umfassende zahnmedizinische Betreuung, in entsprechendem Ambiente und mit einem hervorragenden Team von Spezialisten für ganzheitliche Betreuung, an. Anerkannte und durch hohe fachliche Kompetenz bekannte Mediziner und Techniker versorgen den Patienten rundum.

Der klinische Leiter des neu eröffneten Dental M Resorts ist Dr. S. Marcus Beschnidt, ein Spezialist für Prothetik, Implantologie und ästhetische Zahnmedizin. Nach einem intensiven Gespräch und einer ausführlichen Diagnostik wird dem Patienten ein Therapieplan, begleitet mit einer umfangreichen Dokumentation, erstellt. Danach ent-

quent umgesetzt. Der internationale Gästekreis genießt das Ambiente des Hotels und die Vielfältigkeit der stets innovativen Angebote sowie die individuelle und persönliche Betreuung.

In Brenner's Spa läßt sich das Motto „Lebensart. In Einklang mit der Natur“ auf eindrucksvolle Weise erfahren. In den verschiedenen Spa-Bereichen bleibt kein Wunsch unerfüllt. Vom Beauty-Treatment bis hin zu den verschiedenen Massagen wird alles von speziell ausgebildeten Fachleuten durchgeführt.

Im Beauty-Spa wird nicht nur der Körper sondern auch die Seele verwöhnt. Die umfangreichen Anwendungen schaffen ein Höchstmaß an Wohlbefinden. Im November 2003 wurde durch die Eröffnung des weltweit einzigartigen „Kanebo Harmonising & Care Spa“, ein zweites Beauty-Spa hinzugefügt, in dem sich Tradition aus dem fernen Osten mit neuesten westlichen Technologien vereint. Auch das Schwimmen im azurblauen Pool oder das Sportprogramm mit einem Personal Trainer gehören zum Wellness-Angebot.

Verschiedene Saunen und eine Spa-Suite (Nutzung für bis zu 4 Pers.) lassen keine Wünsche offen. Im

Physio-Spa werden sämtliche Bewegungstherapien und Massagen, die einen hohen Stellenwert für die Gesundheit haben, durchgeführt.

Selbstverständlich gibt es auch ein umfassendes medizinisches Angebot. Vor wenigen Wochen wurde es um allgemein- und zahnmedizinische Betreuung erweitert.

Die Dental M AG, erfolgreich im Kempinski Hotel Falkenstein bei



scheidet er sich für eine Behandlung im Dental M Resort oder bei einem von Dental M empfohlenen Spezialisten in Wohnortnähe.

Mit der Erweiterung um das zahnmedizinische Angebot in Brenner's Park Hotel & Spa hat Direktor Frank Marrenbach einmal mehr einen zukunftsweisenden Weg für den Gast und das Hotel beschritten. Hochwertige medizinische Diagnostik und alle Vorteile der exklusiven Atmosphäre des Brenner's Park Hotel werden dem Gast geboten.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Maitre Pellkofer und Direktor Marrenbach



Freude an einem gesunden Leben, das ist die Botschaft des Brenner's Medical Spa und seinen Partnern.

Für die Leser von Gour-med haben wir uns natürlich auch ausführlich um die Qualität des Gourmet-Restaurants gekümmert. Wie nicht anders zu erwarten werden dort Speisen, die längst auf sternenwürdigem Niveau sind, serviert. Bleibt dem Chefkoch Rudolf Pellkofer und seiner Küchencrew zu wünschen, dass diese Würdigung mit den dafür erforderlichen Auszeichnungen auch der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wird.

Sous-Chef Andreas Krolik



Damit Sie, liebe Leser, schon mal auf den Geschmack kommen haben wir Ihnen ein Rezept aus Brenner's Gourmet-Restaurant zum Nachkochen mitgebracht.

Viel Spaß dabei und Guten Appetit

Rucolaschaumsuppe mit geräuchertem Wildlachs und Artischocken

Für 4 Personen

Zutaten

60 g	Rucola
	Öl zum Frittieren
80 g	Artischocke
10 g	Knoblauch
10 g	Schalotten
	je 1 Zweig Rosmarin und Thymian
25 ml	Gemüsefond (aus dem Reformhaus)
800 ml	Geflügelsuppe
40 ml	Sahne
100 g	Rauchlachs, unpaniert
	Salz, weißer Pfeffer

Zubereitung

Rucola putzen, waschen, trockentupfen und in heißem Öl frittieren. Artischocke putzen, waschen und den Boden ausschneiden. Mit Knoblauch, Schalotten und Kräutern in Gemüsefond kochen. Aus dem Fond nehmen, abtropfen lassen, kalt stellen und anschließend in Scheibchen schneiden. Die Geflügelsuppe mit dem frittierten Rucola mixen, mit Sahne verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rauchlachs und Artischocken rosettenförmig anrichten.

Zutaten für 1 Liter Geflügelsuppe

20 g	Zwiebeln
20 g	Lauch
20 g	Knollensellerie
	etwas Zitronensaft
1 l	Gemüsebouillon
20 g	Butter
30 g	Mehl
800 g	Geflügelkarkassen
40 ml	Milch
140 ml	Vollrahm
	Salz, Pfeffer

Zubereitung der Geflügelsuppe

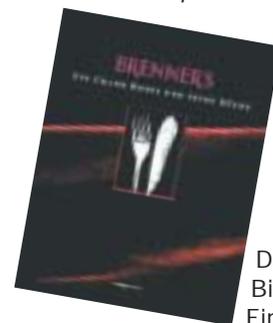
Zwiebeln, Lauch und Sellerie putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Gemüsebouillon aufkochen. Zwiebel-, Lauch- und Selleriewürfelchen in Butter andünsten, mit Gemüsefond auffüllen. Die blanchierten Geflügelknochen dazugeben und garen, bis das Gemüse weich ist. Durch ein Spitzsieb drücken und anschließend durch ein Passiertuch geben. Butter und Mehl vermengen und unter Rühren flöckchenweise zugeben. Mit Milch und Rahm verfeinern.



Fotos: Brenner's (7), Lenser(2)

Weitere Informationen:

Brenner's Park-Hotel & Spa
Schillerstraße 4-6
76530 Baden-Baden
Tel.: 07221/900-0
Fax: 07221/38772
info@brenners.com
<http://www.brenners.com>



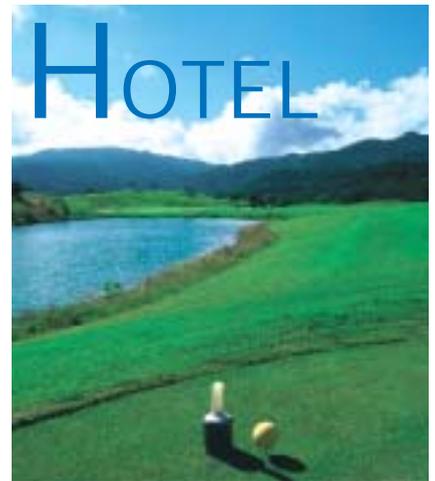
**Brenner's
Ein Grand
Hotel und
seine Küche**
Der aufwändige
Bildband gibt
Einblick in die

Welt des Grand Hotels, liefert mit faszinierenden Fotografien, Anekdoten von damals und heute und raffinierten Rezepten ein Panorama vom Werdegang eines Hauses.

ISBN 3-930723-76-X, 29,90 €

NEUES RITZ-CARLTON-HOTEL IN LISSABON:

DAS PENHA LONGA HOTEL & GOLF RESORT



Rund eine halbe Stunde von Lissabons Stadtzentrum entfernt, setzt das Penha Longa Hotel & Golf Resort an, eines der führenden Resorthotels in Europa zu werden. Denn das im Dezember 2003 von der Luxushotelgruppe The Ritz-Carlton übernommene Haus unterzieht sich zurzeit einem 20 Millionen Euro Renovierungsprogramm. Nach Fertigstellung ab dem 20. Januar 2005 erstrahlt das Penha Longa wieder in neuem Glanz. Aus diesem Anlass hat das am Naturpark "Serra de Sintra" gelegene Resort- und Golfhotel das attraktive Sommer-Arrangement "Galerie" aufgelegt bei dem rund 50 Prozent der üblichen Preise eingespart werden können: Wer fünf aufeinander folgende Nächte in

einem Einzel- oder Doppelzimmer zur Sonderrate von 170 Euro pro Nacht bucht, erhält ein Upgrade in eine Junior Suite sowie das tägliche Frühstück.

Bereits jetzt sind 65 Prozent der 177 Gästezimmer renoviert. Die noch ausstehenden Zimmer folgen bis Oktober 2004. Zusätzlich sind 17 komplett neue Gästezimmer entstanden, so dass sich die Zimmeranzahl auf 194 addiert. Die Zimmer präsentieren sich in einem modernen Design mit einem ausgeprägten Wohlfühlcharakter durch eine Farbpalette warmer Erdtöne und rötlicher Hölzer. Alle Zimmer bieten zudem Balkone oder Terrassen, die herrliche Aussichten auf die satte Felslandschaft des Naturparks mit den beiden Golfplätzen erlauben.

Modernste technische Einrichtungen wie Flachbildschirm TV-Geräte mit über 30 Kanälen, HighSpeed Internetanschluss und Zimmersafe sind ebenso Standard wie die separate Dusche und WC-Kabine mit Bidet und Doppelwaschbecken in den Marmorbadezimmern.

Zur gleichen Zeit entsteht in der direkt am Hotel gelegenen, denkmalgeschützten Klosteranlage mit Kirche und historischen Gärten ein 700 Quadratmeter großer Ballsaal im Dach eines der Nebengebäude. Gemäß der Denkmalpflege berücksichtigt die

Innengestaltung die reiche Geschichte der Anlage, ohne jedoch auf den Komfort von heute zu verzichten.

Das umfangreiche Renovierungsprogramm umfasst auch den Neubau eines großzügigen Spas im historischen Teil der Klosteranlage, dem "Jardin das Damas" (Damengarten). Der 18-Loch Meisterschafts-Golfplatz Atlântico wird ebenfalls auf den neuesten Standard gebracht. Das Clubhaus wird renoviert und erhält eine neue Gastronomie. Golfer, die ohne Ausrüstung anreisen, finden dann das modernste Golf-Equipment zum Ausleihen vor. Und die neuen Buggys machen das Fahren über den Golfplatz noch komfortabler. Der Atlântico Golfplatz ist Austragungsort vieler wichtiger Turniere, vom 22. bis 24. Oktober findet beispielsweise die European Senior PGA Open statt.

Weitere Informationen:

Telefon 0800-1812334
resort@penhalonga.com, in jedem
Reisebüro oder im Internet
<http://www.ritzcarlton.com>
<http://www.penhalonga.com>
Fotos: Penhalonga



Kulinaria der Welt in Gour-med

ONE & ONLY PALMILLA



Direkt an der zerklüfteten Küste – das „Palmilla“

– EINE LEGENDE ERWACHT

Jürgen D. Lemke

15 Zimmer zählte 1956 das erste und einzige Hotel an der teilweise zerklüfteten Küste der südlichsten Spitze der mexikanischen Halbinsel der „Baja California“. Sein Name: „Palmilla“. Die kleinen Fischerorte „San José del Cabo“ und „Cabo San Lucas“ waren zu dieser Zeit nur mit dem Schiff oder mit kleinen Privatflugzeugen zu erreichen. Zwischen Kalifornien und dem neuen Hotel lagen nur 1500 Kilometer trockenes und steiniges Land. Doch

damit war der Grundstein für den unaufhaltsamen Aufschwung dieser Region gelegt. Das Hotel selbst wurde später auf über 120 Zimmer erweitert. Im Frühjahr 2003 wurde das „Palmilla“ einst beliebter Rückzugsort prominenter Gäste aus Politik und Showbiz geschlossen. Das Luxushotel von einst entsprach nicht mehr den hohen Erwartungen seiner Gäste. „Palmilla“ war Geschichte geworden.

Anfang 2004 feiert die Legende ein gelungenes „Comeback“ als nunmehr „One&Only Palmilla“. Geblieben sind nur die äußerlichen Umrisse des alten Hauses und die spektakuläre traumhafte Lage an der steinigen Küste dieser Region. Luxus pur wird versprochen – und gehalten. Mexiko ist um ein Luxushotel reicher geworden.

Nach der Eröffnung zählt das Haus 172 Zimmer, inklusive 20 Suiten und 91 Junior Suiten, alle mit einem weiten Blick auf die „Sea of Cortez“. Liebevoll eingerichtet mit ausgesuchten und handgemachten mexikanischen Möbeln, durchdacht bis ins kleinste Detail und ausgestattet mit den neuesten technischen Errungenschaften wie CD/DVD Spieler, teilweise mit großen Flachbildschirmen und „High-Speed-Internet“-Anschluss in jedem Raum. Nicht zu vergessen das Teleskop zur Beobachtung der vorbeiziehenden Wale. Balkone oder Terrassen, jede mit einer großen gemütlichen Liege versehen, gehören dazu, so selbstverständlich wie das große geschmackvoll eingerichtete Badezimmer mit flauschigen weichen Badetüchern und zahlreichen Badeutensilien der gehobenen Spitzenklasse.



Luxuriöse Suiten mit Blick auf die „Sea of Cortez“

Doch das können Sie heute in jedem Haus der Luxusklasse erwarten, was aber das „One&Only“ ausmacht sind die Kleinigkeiten am Rande. Wie da wären das unaufgeforderte Überreichen eines kalten Erfrischungstuches am Pool oder am Strand, zusammen mit einer eisgekühlten Flasche stillen Wassers aus Norwegen. Das frische Obst täglich, deren Wahl Ihnen überlassen wird, mittels Ihrer individuellen täglich neuen Order. Die Wahl des Duftes in Ihrer Suite zur Entspannung in den Abendstunden. Das zu allen Zimmern ein persönlicher Butlerservice gehört, scheint da schon fast wie selbstverständlich. Anruf genügt, und man wird Ihnen Ihren Wunsch von den Lippen ablesen. Eine ganz besonders nette Idee ist der bei der Buchung ausgehändigte „Vacation Planer“. Hier dürfen Sie Ihre Wünsche dem Hotel vor Ihrer Ankunft mitteilen. Benötigen Sie ein spezielles Kissen, wünschen Sie eine bestimmte Musik auf Ihrem Zimmer, welche Art DVD's mögen Sie oder haben Sie bestimmte Getränkewünsche. Terminvereinbarungen mit dem SPA, im übrigen eine wundervolle neue Anlage mit allen erdenklichen Anwendungen oder Restaurantreservierungen, all das kann schon bei Ihnen daheim vor Ihrem Urlaub vorgenommen werden.

Hatte das alte „Palmilla“ nur ein Hauptrestaurant, gibt es jetzt gleich zwei. Beide wurden von dem berühmten Architekten Adam Tihany entworfen. Tihany gestaltete unter anderem Das Restaurant „Le Cirque“ in New York und Las Vegas so wie das historische „Gundel“ in Budapest. „Palmillas“ gute Stube mußte Glas und Stahl weichen und gibt sich kühl und modern. Charlie Trotter, einer der besten Chefköche Amerikas, zeichnet für das kulinarische Aushängeschild dem Restaurant „C“ verantwortlich. Von Chicago aus lenkt und kontrolliert er sein Küchenreich unter mexikanischer Sonne. Für Gourmetliebhaber

Das Gourmet-Restaurant „C“



Weitläufige Pool- und Außenanlagen

und Kenner allein schon deshalb die richtige Adresse in Mexiko. „Mit wilden Champignons gefüllte kleine Tintenfische auf einer gegrillten Chilisohote mit leichter Soja Emulsion überzogen“ begann das Abendessen, gefolgt von „In einem Gewürzmantel gebratenen Escolar auf Ratatouille, beträufelt mit einer Zitronen-Basilikum-Sauce“. „Ein Schokoladen Soufflé mit Vanille Eiskrem, Orangenscheiben, Himbeeren und mit pikant gewürzten Nüssen

Herrliche Strände



dekoriert“ bildete den Abschluss. Das die Weinkarte keine Wünsche offen lässt und die Preisskala nach oben endlos ist, muss eigentlich nicht erwähnt werden. Das „C“ serviert auch Frühstück und Mittagessen sowie kleine Gerichte an der kleinen Poolbar „The Breeze“.

Das zweite Restaurant mit Namen „Agua“ wurde neu in die Anlage integriert und fand seinen Platz neben dem einmalig gestalteten neuen Schwimmbad. In offener Bauweise errichtet, so dass immer eine leichte Brise Wind die Mittagshitze mildert. Im „Palapa-Stil“ gestaltet, bietet es über 140 Gästen Platz. Chef Larbi Dahrouch, in Marokko geboren und aufgewachsen, in Frankreich das Kochhandwerk erlernt, bietet nunmehr eine Mittelmeerküche, gepaart mit französi-

schem Einschlag und mexikanischen Gewürzen an. Eine im Ofen gebackene Chilisohote gefüllt mit mexikanischem Ziegenkäse, steht ebenso auf der Speisekarte wie „Huarachitos“, ein Trio von typischen einheimischen Vorspeisen aus Bohnen, Huhn und Chilisohoten. Als Hauptspeise zu empfehlen: gebratener Cabrilla, Tintenfische und Shrimps an einer rosa Knoblauch-Petersilien-Sauce. Und vom Chef empfohlen: die Entenbrust mit Zimt leicht gewürzt und angebraten, auf Couscous gereicht und mit Perlzwiebeln und goldenen Rosinen verfeinert. Auch im Agua werden Frühstück und „Lunch“ gereicht.

Nach dem Essen ein kleiner Bumel durch den herrlich angelegten Garten ist Erholung für Geist und Sinne. Es duftet nach Sommer und Lebensfreude und frisch gemähtem Gras. Die Palmen wiegen sich im Wind. Vielleicht ein kleiner Spaziergang in die hoteleigene Kapelle auf dem Hügel über der Hotelanlage – Einker, Besinnung, Urlaubseindrücke verarbeitend.

Bleibt nur noch der Rückflug in die Heimat. Das Hotel macht es Ihnen leicht und erledigt alle Formalitäten am Flughafen für Sie. Das „One&Only Palmilla“ liegt nur zwei Flugstunden von Los Angeles entfernt und weitere 10 Stunden von Frankfurt.

Fotos: Jürgen D. Lemke

Weitere Informationen:
<http://www.oneandonlyresorts.com>

TU FELIX AUSTRIA ^{WIEN}

EIN SÜSSER GRUSS AUS WIEN



Die „Imperial“-Torte

HOTEL „IMPERIAL“

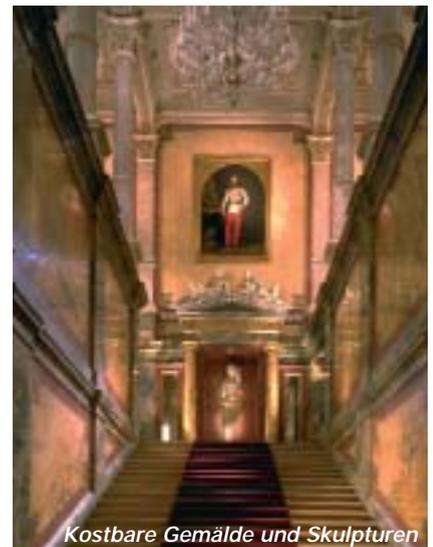
[Klaus Lenser](#)
[Anne Wantia](#)

Eines der besten und schönsten Hotels der Welt, das wissen weit gereiste Hotelianer, ist das „Imperial“ in

Wien. Es gehört zu der Gruppe „The Luxury Collection“ von Starwood Hotels & Resorts.



Das Hotel „Imperial“



Kostbare Gemälde und Skulpturen

Die lange Liste berühmter Gäste liest sich wie ein Verzeichnis gekrönter Häupter und Staatschefs. Die Empfangshalle des bereits 1873 eröffneten Hotels gleicht eher einem Schloss-Eingang, eine prunkvolle Treppe führt in den ersten Stock und eigentlich erwartet man, dass jeden Moment der Kaiser eintritt.

Wohin das Auge schaut wertvolle Antiquitäten, Möbel aus der „Belle Epoque“ und nicht zuletzt großartige



Der Marmorsaal

Gemälde und Skulpturen von österreichischen Kaisern und Kaiserinnen. Im ersten Stock schauen sich Kaiser Franz-Joseph und die junge Sisi, von gegenüberliegenden Wänden, tief in die Augen. Fast erweckt es den Eindruck, jeden Moment treten sie aus den Bilderrahmen und gehen auf einander zu.

Die Zimmer und Suiten sind mit jedem vorstellbaren Luxus ausgestattet. Seidenbespannte Wände, geschmackvolles Mobiliar und Ölgemälde. Die Marmor-Bäder sind großzügig angelegt, separate Toiletten sind selbstverständlich und die Bad-Accessoires von Bvlgari. Einige der

Räume verfügen über Himmelbetten, in jedem Raum TV, Schuhputzservice und ein eigener Butler für die Gäste die in einer Suite residieren. Hier im Imperial wohnt man nicht, hier residiert man! Und als Willkommensgruß genießt man die berühmte Imperial Torte.

Bei der letzten Renovierung wurde das Hotel durch ein Fitness-Center mit Sauna bereichert um dem Trend nach sportlichem Ausgleich gerecht zu werden.



Elegante Suiten ...

Die Mitarbeiter verwöhnen den Gast. Freundlich, höflich, aber unauf-



... und viel Luxus.

dringlich und diskret. Jeder Wunsch wird sofort erfüllt.

Das ist auch die Devise des 39-jährigen deutsch-amerikanischen Hotel-Direktors Michael Hatzfeld, der seit 4 Jahren das Haus leitet.

Chefkoch im Gourmet-Restaurant des Imperial ist Siegfried Kröpfl. Siegfried Kröpfl lernte sein Handwerk in der Steiermark und hat es unter dem Sterne-Koch Werner Matt im Hilton Wien - perfektioniert. Kein Wunder, dass er zur Wiener Spitzenklasse zählt. Am liebsten verarbeitet er Produkte aus Österreich, von kleinen Bauern oder aus biologischer Landwirtschaft mit denen er die erlesenen internationalen und einheimischen Gäste verwöhnt.

Zu den Spezialitäten des Hauses gehört die „Imperial Torte“, natürlich wird das Rezept nicht verraten, aber die „Süßen Grüsse“ aus Wien können Sie bei uns gewinnen.

Die Operettenhauptstadt Europas ist immer einen Besuch wert. Überall begegnet einem Kultur. Veranstaltungen das ganze Jahr durch, immer ist Saison. Die neue Museumszeile zieht Besucher aus aller Welt an. Musik,

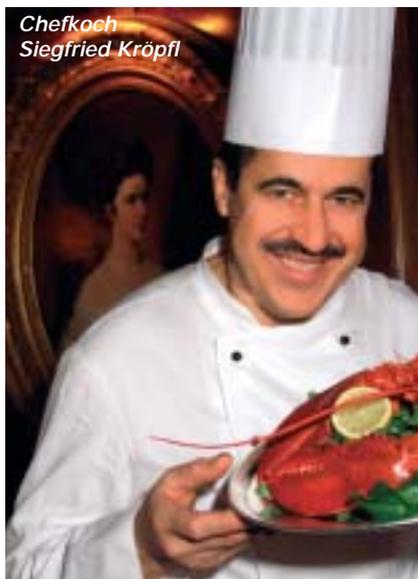


... eingerichtet mit Liebe zum Detail ...

Theater, Schauspiel - was immer das Herz des musisch Interessierten sich wünscht - Wien erfüllt jeden Wunsch. Ab Oktober gibt es den Spielplan der Bühnen- und Konzert-Veranstalter für die Wintersaison.

Ab Januar ist Ballsaison, viele Ereignisse die Wien zu einem begehrten Ziel werden lassen.

TU FELIX AUSTRIA



Geniessen Sie Wien und residieren Sie im Imperial.

Bei unserem kleinen Gewinnspiel können Sie eine Original „Imperial Torte“ gewinnen. Wir möchten Sie schon mal auf Wien einstimmen und natürlich haben wir wie immer ein Rezept zum Nachkochen mitgebracht.

Viel Spaß dabei und guten Appetit.

Rezept

Kalbsmedaillons auf Marchfelder Spargel mit Morcheln in Rahmsauce

Zutaten

300 g	Hartweizengriess
120 g	Mehl
4 St.	Eier
1 El	Olivenöl

Morchelsauce

200 g	Morcheln
	etwas Weisswein
	Pfeffer aus der Mühle
80 g	Butter
3 St.	Schalotten, fein geschnitten
1/8 l	Sahne
1/4 l	Geflügelfond
2 El	Crème fraîche,
	Salz, frische Kräuter

Kalbsmedaillons

800 g	Kalbsfilet geputzt
	Pfeffer aus der Mühle

Olivenöl zum anbraten
Thymiansträusschen

Zubereitung

Hartweizengriess und restliche Zutaten zu einem festen Teig verarbeiten und diesen eine halbe Stunde ruhen lassen. Danach dünn ausrollen und in schmale Nudeln schneiden. In Salzwasser ca. 2 Minuten kochen lassen und zur weiteren Verarbeitung bereitstellen.

Schalotten in Butter ansautieren, geputzte und geviertelte Morcheln begeben, mit



Kalbsmedaillons

Weißwein ablöschen und mit Geflügelfond aufgießen. Etwas einreduzieren lassen, würzen und mit Sahne vollenden.

Vor dem Anrichten fein gehackte Kräuter dazu geben.

Kalbsmedaillons würzen und in der Pfanne in etwas Olivenöl anbraten. Thymianzweigerl dazu geben und die Medaillons im Ofen rosa garen lassen.

Dazu reicht man Marchfelder Spargel oder anderes saisonales Gemüse.

Fotos: Hotel Imperial

Weitere Informationen und Veranstaltungshinweise zu erfahren unter:



Hotel Imperial
Kärntner Ring 16
A-1015 Wien
Tel.: 0043/124 555
Fax: 0043/124 555 666

<http://www.luxurycollection.com/imperial>

GEWINNSPIEL-COUPON „IMPERIAL TORTE“

Beantworten Sie bitte die Fragen und kreuzen Sie die richtige Lösung an, schneiden Sie den Coupon aus und faxen Sie ihn an uns oder senden Sie ihn per Post an die angegebene Adresse zurück. Und hier nun die Fragen:

Frage 1: Wann wurde das „Imperial“ eröffnet?

- 1873
 1890
 1912

Frage 2: Wie heißt der Hotel-Direktor des „Imperial“

- Siegfried Kröpfl
 Michael Hatzfeld
 Werner Matt

Frage 3: In welcher Stadt befindet sich das „Imperial“

- Linz
 Salzburg
 Wien

Hier tragen Sie bitte Ihren Namen und Ihre Anschrift ein:

Name _____ Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefonnummer _____

Faxnummer _____

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

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

Eine Primaballerina auf Rädern und die schönsten Betten in Mailand

Horst-Dieter Ebert

Welches neue deutsche Auto passt wohl am ehesten in die italienische Mode- und Design-Metropole Mailand? Für die selbstbewussten Manager von Audi war das keine Frage, sie stellten dort ihre "sportliche Businesslimousine" A6 vor. Ich bin mit dem Auto durch die Stadt gefahren und muss gestehen: Es passt tatsächlich dahin.

Der neue A6 besitzt einen geradezu italienischen, sehr emotionalen Design-Chic, eigentlich kein Wunder, Audi-Designer Walter de'Silva ist ja Italiener. Das Auto bezeichnet einen neuen Aufbruch bei Audi, benutzt – so sagen das Designer – eine "neue Formensprache". Sein neues Gesicht, das Kenner an den historischen Renn-Audi von Bernd Rosemeyer erinnert, blickt entschlossen und vital. Die Silhouette mit dem gestreckten Kuppeldach wirkt fast wie ein Coupée, eins mit vier Türen freilich.

Vor dem Park Hyatt Hotel von Mailand macht mein Audi eine so kongenial blendende Figur, wie einst der Rolls Royce vor dem klassischen Grandhotel. Mailand besitzt einige der schönsten neuen Hotels. Das Hyatt, gerade ein halbes Jahr alt, stammt von Ed Tuttle, der einige der wunderbarsten Aman-Hotels gestaltet hat und auch das vielbewunderte Park Hyatt an der Place Vendôme in Paris.

Sein Mailänder Hotel residiert in einem klassischen alten Stadtpalais von 1870 direkt neben der berühmten Galleria Vittorio Emanuele. Innen spen-

den gläserne Dome Licht von oben; Travertin, Leder und Textilien schaffen ein Ambiente von kultivierter Exklusivität; die Bar gehört zu den schönsten des Reviers. Mit nur 117 in zeitgenössischer Eleganz möblierten Zimmern gehört es zu den drei kleinsten Hyatts und kann sich zu Recht "Boutique-Hotel" nennen.

Am Comer See bewege ich den A6 Quattro (4,2 Liter, 8 Zylinder) die kurvige Uferstrasse längs: Leichtfüssig und spurgetreu wieselt das Gefährt durch die Kurven. Dabei ist der neue



Der Autor mit Audi am Comer See

A6 in jeder Beziehung grösser als der Vorgänger: länger, breiter, höher; mehr Schulter-, mehr Kniefreiheit, mehr Kofferraum. Mehr Design, mehr Fahrspaß, mehr Dynamik sowieso.

"Warum soll sich nun jemand noch einen teuren A8 kaufen?" fragt mein beeindruckter Beifahrer. Er hat so Unrecht nicht: Der A6, laut FAZ eine "Primaballerina auf vier Rädern", ist der Luxusklasse gefährlich nahe gekommen. Es ist wie bei der Lufthansa: Wer soll eigentlich noch zum doppelten Preis First fliegen, wo die neue



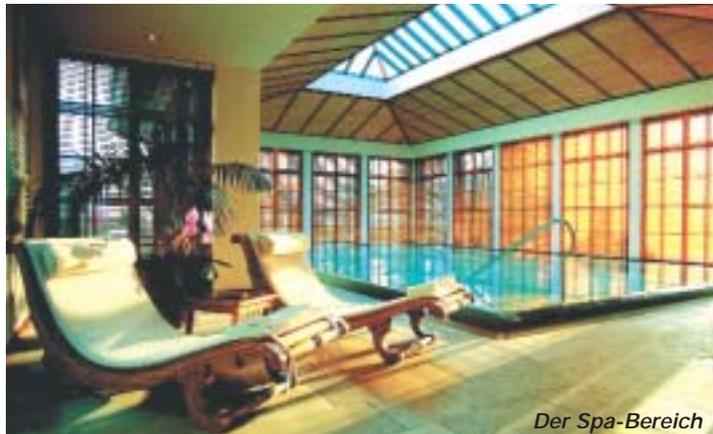
Business Class so komfortabel geworden ist?

Auf dem Rückweg lotst mich die Navigationseinrichtung durch das Gewusel und Gewirr Mailands bis mitten ins sogenannte goldene Dreieck, wo sich die Straßen mit den teuersten und schicksten Boutiquen kreuzen. Meine elektronische Lotsin zeigt mir, dass hier Durchfahrtsverbotsschilder nur sehr bedingt etwas verbieten, und so erreiche ich das Four Seasons Hotel, das hier in einem Kloster aus dem 15. Jahrhundert residiert.

Bei der Eröffnung vor über zehn Jahren galt die Wiederbelebung des alten Gemäuers, das auch der österreichische Feldherr Joseph Radetzki mal bewohnte, als designerisches Wunderwerk: Es wurden alte Säulengänge rekonstruiert, die Reste früher Fresken gerettet und der Innenhof in eine grüne Oase verwandelt.

Zum zehnjährigen Jubiläum hat sich das Haus ein Facelifting gegönnt, die Lobby wurde neu designed, ebenso die Foyer-Bar; dem 15. Jahrhundert wurde das 21. gegenübergestellt. Das Spa soll enorm vergrößert werden, auch in den Zimmern wird gearbeitet. So festigt das Four Seasons seinen Vorsprung: Denn Erzkonkurrent Ritz-Carlton rückt dem Klassenersten in Mailand soeben auf den Leib: mit seinem ersten "Bulgari"-Hotel.

Sylt – DIE WELLNESS-INSEL



Der Spa-Bereich

Horst-Dieter Ebert

Was heute Wellness heißt, und fast nirgendwo mehr fehlen darf, darüber können sie auf Sylt nur lachen. Die ganze Insel war ja stets eine Oase für Freilicht-Wellness, nur den Begriff dafür gab es noch nicht. Nirgends sieht man so viele Menschen Fahrradfahren oder Wandern, zwischen Watt und Wanderdüne, durch die wenigen Wälder, über die blühende Heide; hier haben sich ja alle Landschaften Nordfrieslands versammelt, Marschen, Kliffs und Dünen aller Couleur.

Kaum hat der Reisende den Weg über den Hindenburg-Damm auf die Insel geschafft, da spürt er: Es liegt was in der Luft, etwas Belebendes,

Animierendes, eine Mixtur aus vermehrtem Wasserstoff, Ozon, Jod und zerstäubtem Meersalz, das ist das berühmte Sylter Reizklima, andere sprechen auch von Champagner in der Luft. Hamburger Badeärzte hatten Mitte des 19. Jahrhunderts die Heilkräfte des Syltklimas entdeckt: Medizin gegen Bronchien- und Lungenschmerzen; die Thermostrahlung, sonnig oder bewölkt, härtet ab. Populäre Bilanz: Man schläft länger, man hat mehr Appetit, die Hormone rumoren unternehmungslustig. Luxuriöse Hotelbetten und erstklassige Gastronomie bietet Sylt, um den Rest muß sich der Urlauber selbst kümmern.

Das beliebteste Wanderrevier verläuft längs der Brandung, und was in diesem sogenannten Inhalatorium Nordseestrand therapeutisch passiert, beschreibt der Sylter Heimatforscher Hubertus Jessel so: "Die brandende Welle überschlägt sich über einem Luftpolster; das Polster wird zusammengedrückt, es <explodiert> und zerstäubt dabei wie eine Spraydose das salzige Meerwasser; der stete Westwind trägt dieses sogenannte Meeresaerosol den Atemwegen zu."

Dabei werde der Kurgast versorgt mit der meeresgeschwängerten Luft, den Salzen, den Halogenen, den Spurenelementen. Und alle seine Organe profitieren: den Muskeln wird Natrium, den Gewebezellen Kalium, den Drüsen Jod und Zink zugeführt; das Blut freut sich über Eisen und Kobalt, das Hirn über Phosphor.

Für die Schlechtwetter-Wellness sorgten bis vor kurzem gemeindeeigene Wasserspiele wie "Syltness"-Center und "Wellenbad". Neu ist, daß jetzt auch alle Top-Hotels eigene Wellness-Abteilungen eingerichtet haben.

Das wohl schönste Beispiel bietet die charming Old Lady der Inselhotellerie, das Westerländer Hotel „Stadt Hamburg“. Es befindet sich seit 1919 im Besitz derselben Familie Hentzschel. Die jüngste Generation hat besonderen Renovierungs- und Erneuerungs-Elan an den Tag gelegt:



Sylter Strand (Foto: Harald Hentzschel)

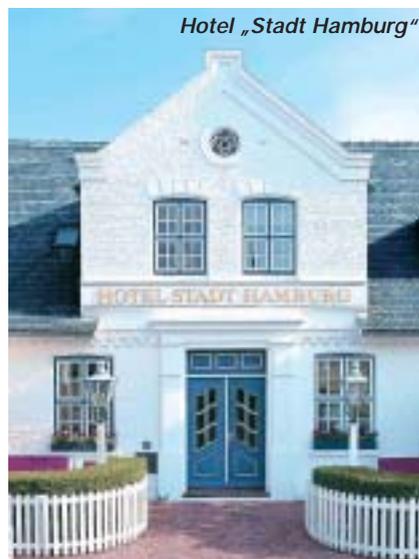
WINNSPIEL

Harald Hentzschel, der wohl beste und professionellste Landschaftsfotograf unter allen Hoteliers, und Frau Moni, die nicht nur die aesthetische Muse des Hauses ist, sondern auch eine gefürchtete Marathonläuferin, haben dem Haus ein Spa der luxuriösen Sonderklasse hinzugefügt, eine Oase namens Qiara.

In einem Pavillon, der einen Hauch Asien nach Westerland bringt, findet der Gast 500 Quadratmeter Luxus und guten Geschmack: Teakliegen aus Bali, Murano-Glas-Mosaik und die flauschigsten Handtücher weit und breit. Natürlich Pool, Saunen, Fitness, Massagen, Beauty — und das alles nicht wie so häufig im Keller, sondern durchhellt von Sylts Sonne und dem transparenten Tageslicht der Insel.

Von den gastronomischen Meriten des Hauses habe ich ja gerade erst (in Heft5/6) geschwärmt; für mich gehört das Gourmetrestaurant des Hotels „Stadt Hamburg“ auf meine Liste der "Restaurants, die zu Unrecht keinen Stern besitzen".

Weitere Informationen:
Hotel "Stadt Hamburg" Strandstraße 2
Tel.: 04651/85 80
Fax: 04651/85 82 20
25980 Westerland
stadthamburg@relaischateaux.com
<http://www.relaischateaux.com>



Fotos:
Hotel Stadt Hamburg



Chefkoch Ullrich Person



Knurrhahn

Unsere Gewinner können an einem Wochenende auf Sylt all dies nachprüfen: Sie wohnen zwei Nächte in einem Doppelzimmer, genießen eine Mahlzeit im Bistro, ein Dinner im Gourmetrestaurant und wer-

den für eine Anwendung im Qiara Spa erwartet.

Einsendeschluss ist der 15.09.04. Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Eine Auszahlung/Übertragung ist nicht möglich.

Reisetermin nach Verfügbarkeit und Absprache mit dem Hotel.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ihre Daten werden im Sinne des Datenschutzes behandelt.

Viel Spaß und viel Glück!
Ihr **Gour-med**-Team

GEWINNSPIEL-COUPON

Beantworten Sie bitte die Fragen und kreuzen Sie die richtige Lösung an, schneiden Sie den Coupon aus und faxen Sie ihn an uns oder senden Sie ihn per Post an die angegebene Adresse zurück. Und hier nun die Fragen:

Frage 1: Wie heisst der Damm zwischen Sylt und dem Festland?

- Bismarck-Damm
 Adenauer-Damm
 Hindenburg-Damm

Frage 2: Was ist angeblich in der Sylter Luft?

- Sekt
 Champagner
 Kavier

Frage 3: Wie nennt das Hotel Stadt Hamburg sein Spa?

- Qiara Spa
 Amrita Spa
 Sumatra Spa

Hier tragen Sie bitte Ihren Namen und Ihre Anschrift ein:

Name _____ Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefonnummer _____

Faxnummer _____

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

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

Lizzy Heinen

Edles aus Edelstahl – für Innen und Außen

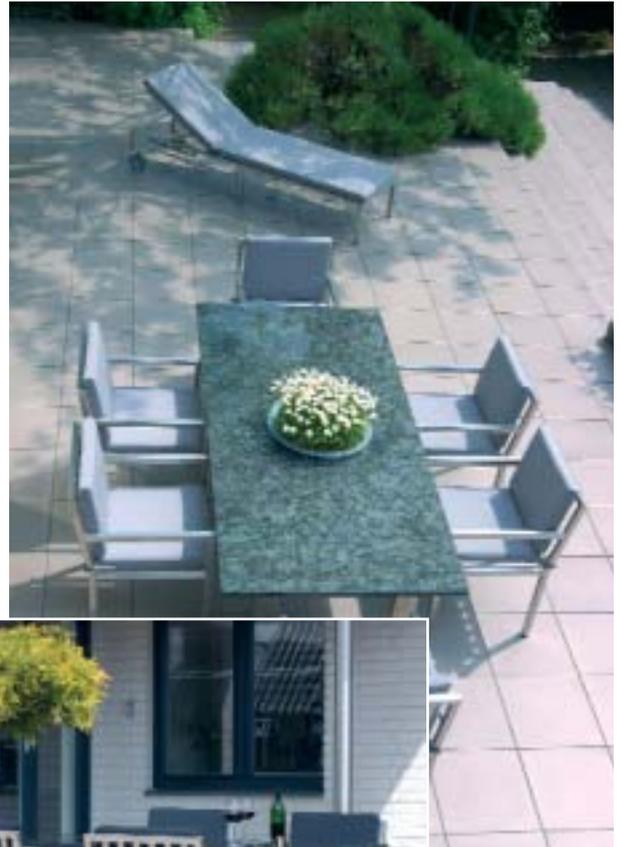
Die robusten und edlen Möbel von Lizzy Heinen stehen im Garten, in der Sauna und im Schwimmbereich wie filigrane Kunstwerke. Das edle Material Edelstahl bietet (bei bester Verarbeitung) ein Leben lang Freude. Die klare und puristische Form der Lizzy Heinen Edelstahl Möbel hat seinen Einzug immer mehr in den Innenraum gehalten.

Die Unverwüstlichkeit des Materials mit dem sanften Schimmer besticht im Haus wie draußen in der Natur. Weder Ölen noch Schleifen ist erforderlich, sondern lediglich das Abwischen mit einem feuchten Tuch, um sie in ihrem steten Glanz zu präsentieren.

In der sanft schimmernden Oberfläche des edlen Materials spiegeln sich die Jahreszeiten: Buntes Herbstlaub, glitzernde Regentropfen, Raureif und Schnee verleihen ihnen einen bizarren Objektcharakter.

Auch das hohe Maß an Funktionalität ist faszinierend. So ist die Liege GM-530 im Rücken- und Fußteil verstellbar – von der Sitz- bis zur Liegeposition.

Interessiert? Schauen Sie doch einfach mal in den Ausstellungsräumen nebst Skulpturengarten vorbei.



Fotos:
Lizzy Heinen



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>



GUTSHAUS STOLPE

Hotel und Restaurant

Dorfstraße 37 • 17391 Stolpe bei Anklam

Tel.: 0 39 72 1-55 0-0 • Fax: 0 39 72 1-55 0-99

<http://www.Gutshaus-Stolpe.de> • info@Gutshaus-Stolpe.de



Inmitten einer denkmalgeschützten Gutsanlage aus dem vergangenen Jahrhundert und einem Park mit altem Baumbestand liegt das Gutshaus Stolpe. Das weitläufige in Privatbesitz befindliche Gelände grenzt direkt an den Fluss Peene, der in die nahegelegene Ostsee mündet.

Das Gutshaus Stolpe ist nach der Wiedervereinigung von Kurt Stürken, dessen Eltern bis 1945 Gutsbesitzer waren, zusammen mit 150 Hektar Wald und Wiesen zurück erworben worden. Das Gutshaus wurde mit hohem Aufwand und Liebe zum Detail renoviert, restauriert und in ein Hotel und Restaurant umgebaut.

Wir möchten den Aufenthalt unserer Gäste in jeder Hinsicht so angenehm wie möglich machen. In unserer Küche legen wir deshalb den gleichen hohen Maßstab, wie im ganzen Haus.



Unser Gourmet-Restaurant hat sich inzwischen bis über die Grenzen Mecklenburg-Vorpommerns hinaus einen hervorragenden Ruf erworben. Zuletzt wurde unsere Küche mit einem Stern im Guide Michelin ausgezeichnet. Unser Küchenchef Renee Rischmeyer zählt zu den anerkanntesten Köchen in Mecklenburg-Vorpommern und verwöhnt seine Gäste mit einer mediterranen Küche mit regionalen und asiatischen Einflüssen.

Das Haus lädt den Gast zur Entspannung ein. Neben seinem Zimmer stehen dem Gast weitere Räume zur Verfügung, in die er sich zurückziehen kann, um bei einem Glas Wein oder einem Tee ein Buch zu lesen oder sich mit anderen Gästen zu treffen.



Bissig ... Verschwiegene Kanäle

An einem kalten, grauen Novembermorgen wird in der Kadettenschule von San Martino der sechzehnjährige Ernesto Moro erhängt im Waschraum aufgefunden. Bringt sich ein so junger Mensch grundlos um? Oder vertuscht hier jemand etwas, um seinen guten Ruf zu schützen? Als die Polizei dies klären will, stößt sie auf eine Mauer des Schweigens: Die Ränge haben sich geschlossen. Niemand, weder die Lehrer noch die gedrillten Mitschüler, ja nicht einmal die Familie will Genaueres darüber wissen. Doch Brunetti lässt jener Junge, dessen Vater, Fernando Moro, berühmt ist für seine politische Unerschrockenheit, nicht los. Selbst Vater, ruht er nicht, bis er die wahren Hintergründe aufgedeckt hat. Eliten und ihre Loyalitäten: Donna Leon ergründet die verschwiegenen Kanäle zwischen militärischer und politischer Macht.

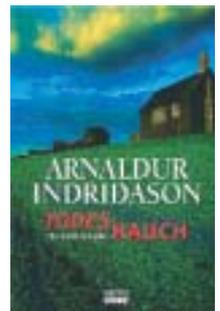
Donna Leon
Diogenes Verlag
€ 19,90
ISBN 3-257-06390-3

Buch – Tipps

für die Freizeitleser von **Gour-med**

Atemberaubend ... Todeshauch

In einer Baugrube am Stadtrand von Reykjavik werden menschliche Knochen gefunden. Wer ist der Tote, der hier verscharrt wurde? Wurde er lebendig begraben? Erlendur und seine Kollegen von der Kripo Reykjavik werden mit grausamen Details konfrontiert. Stück für Stück rollen sie Ereignisse aus der Vergangenheit auf und bringen Licht in eine menschliche Tragödie, die bis in die Gegenwart hineinreicht. Während Erlendur mit Schrecknissen früherer Zeiten beschäftigt ist, kämpft seine Tochter Eva Lind auf der Intensivstation um ihr Leben.



Arnalundur Indridason
Bastei Lübbe
€ 7,90
ISBN 3404151038

Buch – Tipps

für die Freizeitleser von **Gour-med**

Provozierend ... Das Methusalem-Komplott

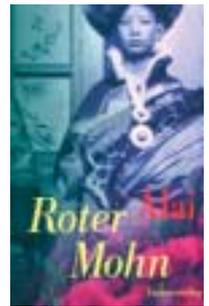


Unsere Gesellschaft wird schon in wenigen Jahren ihre Alterung als einen Schock erfahren, der mit dem der Weltkriege vergleichbar ist. Nur eine militante Revolution unseres Bewusstseins kann uns wieder verjüngen. Anhand neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse erstellt dieses Buch eine erschreckende Diagnose unserer Gesellschaft und ruft zu einem Komplott gegen den biologischen und sozialen Terror der Altersangst auf. Noch bleibt uns eine Chance.

Das alles klingt gewiss alles andere als ermutigend. Trotzdem ist Schirrmachers Buch letztendlich genau dies: eine ganz entschiedene Ermutigung. Woraus nämlich allein Rettung erwachsen kann, ist eine grundstürzende und grundlegende Revolution des Bildes, das wir uns von unserem Leben und unserem Alter machen. Die Aufgabe ist keine geringe. Wenn wir diese Aufgabe ernst nehmen, können wir das Blatt zum Guten wenden, so könnte man das Fazit des Buches auf einen kurzen Nenner bringen.

Frank Schirrmacher
Blessing-Verlag
€ 16,50
ISBN 3896672258

Kurzweilig... Roter Mohn



Das Buch umfasst die Jahrzehnte nach der Abdankung des letzten Kaisers von China zwischen Kuomintang-Republik und dem Sieg der roten Volksrepublik. Berichtet wird aus der Perspektive eines Ich-Erzählers, des zweiten Sohnes des Fürsten Mai-chi, der für seine Umwelt und auch für sich selber schlichtweg «ein Idiot» ist. «Mit einem Monat» hat er beschlossen, «nicht zu lachen». Und das ist in Tibet eigentlich nur bedingt zum Lachen, weil bei diesem wahrscheinlich witzigsten aller Völker das Lachen in allen Formen zum wesentlicheren Teil der humanen Grundausstattung gehört. Später, nach seinem dreizehnten Jahr, mit dem der Roman einsetzt, wird «der Idiot» auch das Sprechen einstellen. Doch die Idioten-Rolle bekommt er vor allem deswegen, weil seine Einfälle, Gedanken, Reaktionen zumeist von jeglicher Normalität ungetrüb, unerwartet, unberechenbar sind.

Alai hat in ihm eine frappierende Hauptgestalt von anarchischer Individualität und eine unvergleichliche Erzählfigur geschaffen, die kein Leser wieder vergessen wird. Wenn man so will: einen tibetischen Oskar Matzerath. Gewiss, einige literarisch konsolidierte Erwartungen an die Idioten-Rolle löst auch dieser Idiot ein: Auf die Verbindung von Narrheit, Freimut und Weisheit ist Verlass. Seine Intuition und seine Weitsicht sind aussergewöhnlich. Dank diesen Fähigkeiten wird er in den Hungersnöten des Landes zu einer Art «Joseph der Ernährer» von Thomas-Mann'schem Format

Manchmal indessen, etwa wenn dieser Idiot seinen Halbbruder dem Mördermesser oder die Fürsten der Syphilis preisgibt, ist er auch grausam, öfters von intrigantem Raffinement, fast immer leidenschaftlich, sinnlich. Die Gleichung von Idiot und Gutmensch geht nicht auf. Eben das macht ihn zu einer überaus lebendigen, unkalkulierbaren Gestalt.

Alai, Karin Hasselblatt
Roter Mohn
Unionsverlag
€ 22,90
ISBN 3293003273



Meisterhaft ... Der Schwarm

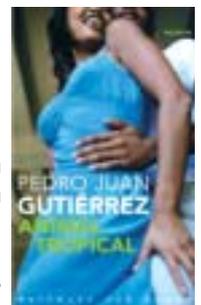
Ein Fischer verschwindet vor Peru, spurlos. Ölbohrexperthen stoßen in der norwegischen See auf merkwürdige Organismen, die hunderte Quadratkilometer Meeresboden in Besitz genommen haben. Währenddessen geht mit den Walen entlang der Küste British Columbias eine unheimliche Veränderung vor.

Nichts von alledem scheint miteinander in Zusammenhang zu stehen. Doch Sigur Johanson, norwegischer Biologe und Schöngest, glaubt nicht an Zufälle. Auch der indische Walforscher Leon Anawak gelangt zu einer beunruhigenden Erkenntnis: Eine Katastrophe bahnt sich an. Doch wer oder was löst sie aus?

Während die Welt an den Abgrund gerät, kommen die Wissenschaftler zusammen mit der britischen Journalistin Karen Weaver einer ungeheuerlichen Wahrheit auf die Spur.

Frank Schätzing
Verlag Kiepenheuer&Witsch
€ 24,90
ISBN 3462033743

Grenzenlos ... Animal Tropical



Zwischen Havanna und Stockholm liegen Welten – nicht nur geographisch. Trotzdem entscheidet sich der Kubaner Pedro Juan, sein tropisches, heruntergekommenes, pulsierendes Havanna kurzzeitig gegen das kühle, saubere und gemäßigte Stockholm einzutauschen.

Aber was sind schon der Reichtum und die Naturschönheiten Schwedens gegen die faszinierende Halbwelt am Malecón, mit ihren wunderbar verruchten Frauen?

Gutiérrez
Hoffmann und Campe
€ 21,90
ISBN 3455025455

Kleine Fluchten im Orient...

The Hotel Book. Asia



Die grösste Hotel-Enzyklopädie, genau gesagt: die grösste Bilderbuch-Sammlung, erscheint im vielsprachig internationalen Kölner Taschen-Verlag (Ursprünge: Comics und Sex, heute zusätzlich Kunst und die Bibel). Sie ist auf zehn grosse Bände geplant und hat jetzt mit der dritten Folge einen ersten Höhepunkt erreicht: Die "Great Escapes Asia", die Hideaways, die kleinen Fluchten im fernen Orient sind – so zeigt der Band – die allerschönsten.

Für den Text (und der in drei Sprachen) ist nur ein Fünftel des Platzes verwendet, der grosse Hauptteil sind verführerische Bilder, mitunter informativ, häufiger atmosphärisch: Wen hier kein Fernweh befällt, der kennt wohl auch sonst keine Sehnsucht mehr!

Natürlich schwankt die Auswahl auch diesmal zwischen problematisch und schwer begreiflich: Dass von 45 vorgestellten Hotels (Nr. 46 ist der Eastern & Oriental Express) 21 in Indien und Indonesien geortet werden und nur zwei in Thailand, was ist da passiert? Und dass von 13 Aman-Resorts in der Gegend nur drei vorkommen... Es ist eben kein Buch für Aman-Junkies. Doch für alle anderen.

Christiane Reiter
"The Hotel Book. Great Escapes Asia"
Taschen Verlag
398 Seiten, € 29,99
ISBN 3-8228-1913-1

Heute undenkbar ...

Legendäre Reisen in Ägypten

Das Rezept ist dasselbe und der Erfolg offenbar auch: Nach den schönen nostalgischen Alben über Reisen rund um die Welt und durch Frankreich folgt nun ein identischer grosser Band über das Ägypten des 19. Jahrhunderts, als es noch Europas Traum vom Orient und vom Abenteuer war. Schöne verblichene Fotos, eingeklebte Postkarten, Kofferaufkleber und Geldnoten verströmen Historie; eine Reise an den Nil wurde in jener Zeit in Monaten gemessen.

Als Text fungieren wiederum literarische Zitate vornehmlich französischer Autoren, doch auch Kipling, Rilke, Slevogt und Pückler-Muskau kommen zu Wort. So entsteht ein buntes Bild aus den Kindertagen des Ägypten-Tourismus; 1870 beginnt Cook mit Dampfschiffreisen von Kairo nach Assuan und zurück, in 20 Tagen. Das Nil-Kapitel ist im übrigen das schwächste, hier war die Fotosammlung von Marc Walter wohl nicht sehr gut bestückt.

Deshalb, lieber Frederking-Verlag, nicht abschaffen und ruhig mal den Lektor die Übersetzung lesen lassen! Man kann nicht ein hundert Jahre altes Bild, auf dem Bauern einen im Tragstuhl lümmelnden Gentleman im weissen Panama-Anzug mit Helm durch die Gegend schleppen, betexten: "Eine solche Szene wäre heute undenkbar." Klar doch: Touristen tragen heute keine Krawatten mehr.

Robert Solé/Marc Walter
"Legendäre Reisen in Ägypten"
Frederking & Thaler Verlag
320 Seiten, € 50,00
ISBN 3-89405-628-2

Buch – Tipps

von Horst-Dieter Ebert

Drehpunkt des Lebens ...

Die neue Küche

Das Wort Küchengenie – hier trifft es ausnahmsweise mal zu: Terence Conran, genau gesagt: Sir Terence Conran, ist im Angelsächsischen eine Legende zu Lebzeiten, Designer, Möbelproduzent, Koch und Restaurateur berühmter Lokale, häufig auch Gastrodome genannt, in London, New York, Paris.



Wer sich heute als ambitionierter Hobby-Koch eine Küche einrichten will, der tut gut, dieses Buch zu konsultieren: Conran hat schon vor 25 Jahren über dieses Thema geschrieben, er hat die Entwicklung verfolgt (und selbst mitgestaltet) und – er hat einen erstklassigen Geschmack: Man kann einen anderen haben, doch kaum einen besseren.

Die Bilder zeigen die schöne neue Küchenwelt: Die einst als "Nasszelle für die kochende Hausfrau" unterschätzte Küche ist heute nach seiner Überzeugung "das Haupt-Nervenzentrum des Haushalts", ja, der "Dreh- und Angelpunkt des ganzen Alltagslebens". Das einzige, was ihr bislang nicht (oder nur selten) integriert wird, sind Bade- und Schlafzimmer. Besitzer klassischer Altbauwohnungen haben indes damit Probleme: Die neue multifunktionale Küche braucht viel Platz.

Terence Conran
"Die neue Küche"
Deutsche Verlags-Anstalt
224 Seiten, € 49,90
ISBN 3-421-03447-8

Wo ist Montblanc?...

Deutsche Standards

Diesen Titel hat es schon vor fünfzehn Jahren gegeben, in mehreren Auflagen, als relativ bescheidene Broschur, mit hundert Marken. Die neueste Ausgabe wurde dreimal so dick, mehr als dreimal so teuer und beschreibt fast dreimal so viele Marken. Es gibt einen wissenschaftlichen Beirat, ein Vorwort vom BDI-Präsidenten, der wünscht, dass "das Werk selbst zur Marke werden möge".



Daran glaube ich nicht so recht, aber der Ehrgeiz ist enorm. Der gewichtige Band (3 Kilo), brüstet sich Herausgeber Langenscheidt, "stellt die Ikonen der deutschen Wirtschaft vor". Links steht immer ein Text, rechts ein Bild, und von Fall zu Fall kann das interessant und lesenswert sein, ob Audi oder Alete, Aspirin oder Asbach-Uralt. Aber kennen Sie Ahoj, Bega, Braas, Ergoline, Hailo, Prym, Tetramin? Denn auch die gehören alle zu den berühmten Ikonen!

Für die nächste Ausgabe geben wir gern mal einen hilfreichen Tipp (Beraterhonorar bitte an **Gour-med**!): Es fehlt eine von unseren weltweit bekannten Füllfeder-Marken (weder Montblanc noch Pelikan kommt vor), ein Piano (weder Bechstein noch Steinway), es fehlen Jägermeister und Junghans und – na, wir wollen unsere Beratung nicht zu teuer machen!

Florian Langenscheidt (Hrsg.)
"Deutsche Standards. Marken des Jahrhunderts"
Deutsche Standards Editionen
600 Seiten, € 78,00
ISBN 3-409-12443-8



Neuer Schwung für einen trägen Darm

Ernährungsmaßnahmen bei Obstipation

Prof. Dr. Ursel Wahrburg



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

Die chronische Obstipation ist als typische Zivilisationskrankheit in allen westlichen Industrieländern weit verbreitet. Nach Schätzungen leiden 10 bis 30% der erwachsenen Bevölkerung darunter. Exakte Daten zur Häufigkeit fehlen jedoch, da die Diagnose zumeist subjektiv von den Betroffenen gestellt wird. Dabei besteht häufig eine deutliche Diskrepanz zwischen objektivem Befund und subjektivem Empfinden. So halten viele Menschen einen täglichen Stuhlgang für notwendig, während Stuhlentleerungen von zwei- bis dreimal täglich bis dreimal wöchentlich als normal einzustufen sind.

Man unterscheidet bei der chronischen Obstipation die primäre (funktionelle) und sekundäre Form. Letztere tritt nur selten auf und kann unter anderem verursacht werden durch intestinale Passagebehinderungen (z.B. Stenosen), Reizdarm, hormonelle Störungen (z.B. Hypothyreose) oder Pharmaka mit motilitätshemmender Wirkung (z.B. dopaminhaltige Substanzen, Antidepressiva). Wenn eine organische Grunderkrankung ausgeschlossen werden kann, liegt die in der Mehrzahl der Fälle vorkommende funktionelle chronische Obstipation vor. Ihre Ursachen sind vielfältig. Primär verantwortlich ist eine verzögerte Darmpassage als Folge einer ungenügenden Füllung des Darms und des dadurch fehlenden Dehnungsreizes auf die Darmwand. Hauptursachen hierfür wiederum sind vor allem eine ballaststoffarme Ernährung, zu geringe Flüssigkeitszufuhr, mangelnde Bewegung sowie auch ein ständiges Unterdrücken des Stuhldranges.

Die zweifellos wichtigste Therapie-maßnahme bei chronischer Obstipation besteht in einer Ernährungsumstellung auf eine ballaststoffreiche Kost mit mindestens 30 g pro Tag. Diese Zufuhrmenge wird von der Deutschen Gesellschaft

für Ernährung auch als allgemeiner Richtwert für Erwachsene genannt. Die tatsächliche Ballaststoffaufnahme liegt im Bevölkerungsdurchschnitt lediglich bei rund 20 g täglich.

Wichtige Ballaststofflieferanten sind insbesondere Vollkornbrot und andere Getreidevollkornprodukte (Vollkorngetreideflocken, Müsli, Vollkornreis etc.), Gemüse und -rohkost, Hülsenfrüchte, Kartoffeln, Obst, Nüsse und Samen. Es sollten möglichst viele Ballaststoffquellen genutzt werden, um eine günstige Verteilung zwischen unlöslichen und löslichen Ballaststoffen zu erreichen, die unterschiedliche Wirkungen entfalten. Erstere (z.B. Zellulose; vor allem in Getreide) werden von der Darmflora nur wenig fermentiert und zum großen Teil unverändert ausgeschieden. Sie bewirken primär durch ihre hohe Wasserbindungskapazität eine Erhöhung des Stuhlvolumens. Lösliche Ballaststoffe (z.B. Pektin, β -Glucan; vor allem in Obst, Gemüse, Hafer) hingegen werden nahezu vollständig von den Darmbakterien fermentiert und wirken über eine Vermehrung der Bakterienmasse fördernd auf das Stuhlvolumen. Neben einer verkürzten Transitzeit wird auch die Stuhlkonsistenz günstig beeinflusst. Unverzichtbar bei einer vermehrten Ballaststoffzufuhr ist eine Erhöhung der Flüssigkeitszufuhr auf mindestens 2 Liter pro Tag, bevorzugt durch Mineralwasser oder Fruchtttees. Ist die Flüssigkeitsmenge zu gering, können die Ballaststoffe nicht ausreichend quellen, und es kann sich unter Umständen ein Faserpfropf bilden, der die Darmpassage behindert. Mögliche Kontraindikationen für eine ballaststoffreiche Kost (z.B. intestinale Stenosen oder bestimmte neurologische Erkrankungen) sollten beachtet werden.

Die „einfache“ Empfehlung, sich ballaststoffreich zu ernähren, ist in der

Praxis für die meisten Patienten nicht leicht umzusetzen, geht damit doch eine gravierende Umstellung der gesamten Ernährungsweise einher – von einer zumeist fleisch- und fettreichen zu einer sehr pflanzenbetonten Kost. Insbesondere bei Patienten, die sich lange Zeit ballaststoffarm ernährt haben, wird die Umstellung häufig erschwert durch abdominelle Beschwerden wie Flatulenz oder Völlegefühl. Es ist daher empfehlenswert, die Ballaststoffzufuhr ganz allmählich zu erhöhen, also schrittweise mehr Obst, mehr Salate, einen höheren Rohkostanteil und schließlich mehr Vollkornprodukte zu verzehren.

Zur diätetischen Behandlung der Obstipation wird oftmals auch die Gabe isolierter Ballaststoffe, allen voran Weizenkleie empfohlen. Diese sollte einschleichend dosiert werden, beginnend mit etwa 5-10 g/Tag (1-2 Esslöffel). Nach 1-2 Wochen kann die Dosis allmählich auf 20-30 g/Tag gesteigert werden. Unbedingt erforderlich ist dabei eine zusätzliche Flüssigkeitszufuhr von 150-200 ml pro 5 g Kleie. Systematische Therapiestudien der jüngsten Zeit lassen allerdings erheblich an der Wirksamkeit der Weizenkleie zweifeln. Auch werden häufig harte Stühle (v.a. bei unzureichender Trinkmenge) und unangenehme Nebenwirkungen (s.o.) beschrieben. Darüber hinaus ist Kleie wenig schmackhaft und lässt sich schlecht unter andere Lebensmittel mischen, was die Praktikabilität und Akzeptanz der Therapie erschwert. Aus diesen Gründen erscheint aus heutiger Sicht eine Behandlung mit isolierter Weizenkleie nicht länger allgemein empfehlenswert, zumal viele Patienten fälschlicherweise glauben, durch die Kleieinnahme erübrige sich die Notwendigkeit einer dauerhaften und für den Langzeiterfolg unverzichtbaren Kostumstellung.

Ein weiterer Ballaststoff, der seit einiger Zeit vermehrt zur Obstipationsbehandlung eingesetzt wird, ist Psyllium (griech. „Floh“). Mit dem Begriff Psyllium oder Flohsamen werden zum einen Plantago-Arten (bot: Plantaginaceae, Wegerichgewächse) beschrieben, zum anderen aber auch der Ballaststoff selbst, da die Plantago-

Samen in Form, Farbe und Größe an Flöhe erinnern. Es handelt sich um lösliche schleim- bzw. gelbildende Ballaststoffe mit einem sehr hohen Wasserbindungsvermögen. Dieses führt, da Psyllium im Gegensatz zu anderen löslichen Ballaststoffen von der Darmflora kaum fermentiert wird, zu einer deutlichen Erhöhung des Stuhlgewichts, verbunden mit einer Konsistenzverbesserung. Zumeist werden Dosen von 5-15 g/Tag (= 1-3 Teelöffel) verabreicht, wobei die Flohsamen mit etwa 100 ml Wasser vorquellen und mit mindestens 200 ml Flüssigkeit eingenommen werden. Eine Reihe klinischer Studien berichtet über eine erheblich bessere Wirksamkeit und nur geringe gastrointestinale Nebenwirkungen des Psylliums im Vergleich zur Weizenkleie. Die Akzeptanz ist ebenfalls besser. Allerdings werden in der Literatur gelegentlich allergische Reaktionen gegen Psyllium beschrieben.

Eine gewisse Stimulation der Darmfunktion und -regulation kann durch Milchzucker (Laktose) erreicht werden, der im oberen Dünndarm nur langsam gespalten wird und teilweise unverdaut in tieferen Darmabschnitten einer bakteriellen Lyse, d.h. einer Milchsäuregärung unterliegt. Durch die resultierende osmotische Wirkung kommt es einer Volumenzunahme des Speisebreis und zur Motilitätssteigerung, in der Folge zu einem größeren Stuhlvolumen, einer Erhöhung der Stuhlfrequenz und einer weicheren Stuhlkonsistenz. Milchzucker kann in Mengen von 10 bis 40 g/Tag (einschleichend dosieren) verabreicht werden, z.B. als leichtes Süßungsmittel eingerührt in Joghurt, Quark- und Obstspeisen oder Getränke.

Im Hinblick auf die in jüngster Zeit diskutierten vorteilhaften Wirkungen von Prä- und Probiotika bei Obstipation lässt sich noch keine eindeutige Empfehlung aussprechen. Es gibt jedoch Hinweise, dass sowohl Probiotika (v.a. bestimmte Lactobacillus- und Bifidobakterium-Stämme), als auch die ihnen als Nahrungssubstrat dienenden Präbiotika (Fruktane wie Inulin und Oligofruktose) als unterstützende Maßnahme bei der Behandlung von chronischer Obstipation wirksam sind,

insbesondere durch ihre günstige Beeinflussung der Darmflora sowie Zunahme der Bakterienmasse, die zur Erhöhung von Stuhlgewicht und -frequenz beitragen kann.

Eine chronische Obstipation wird sich dauerhaft nicht ohne ballaststoffreiche Ernährungsweise mit reichlicher Flüssigkeitszufuhr bessern oder beseitigen lassen. Die Gabe isolierter Ballaststoffe wie z.B. Psyllium oder Inulin sollte lediglich als vorübergehende unterstützende Maßnahme in Erwägung gezogen werden. Grundsätzlich empfehlenswert jedoch sind weitere Lebensstil-Maßnahmen zur Darmregulierung wie regelmäßige körperliche Aktivität und Gewöhnung des Darms an Regelmäßigkeit, auf die hier nicht näher eingegangen werden konnte.

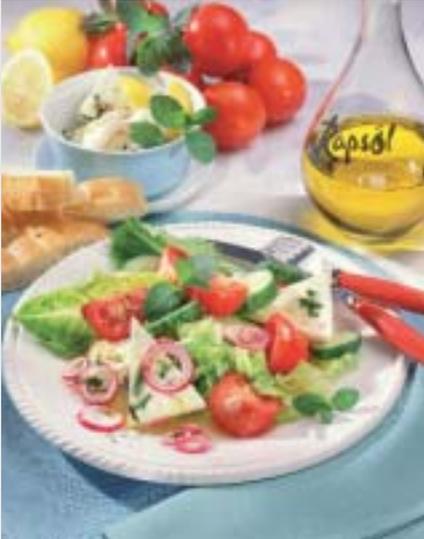
Literatur:

1. Cummings JH, Macfarlane GT (2002): Gastrointestinal effects of prebiotics. *Br J Nutr* 87:S145-S151.
2. Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Umschau Verlag, Frankfurt 2000.
3. Kreft D (2001): Flohsamen – lösliche Ballaststoffe zur Therapie der chronischen Obstipation. *Ernährungs-Umschau* 48:482-488.
4. Marteau RR et al (2001): Protection from gastrointestinal diseases with the use of probiotics. *Am J Clin Nutr* 73:430S-436S.
5. Müller-Lissner SA (1988): Effect of wheat bran on weight of stool and gastrointestinal transit time: a meta-analysis. *BMJ* 296:615-618.

Weitere Informationen:

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

Beflügelt durch den Sommer – *mit leichter Küche*



Im Sommer wird uns leicht ums Herz und bei vielen wächst dann auch das Verlangen nach leichten Gerichten. Wenige Kalorien sollen sie haben, viele Nährstoffe enthalten und dabei gleichzeitig schmackhaft sein. Da bieten sich Gerichte mit Geflügel an: leichter Genuss auch für den verwöhnten Gaumen.

Wenn der Begriff Geflügel fällt, denken wir meist zuerst an Hähnchen. Und tatsächlich, über die Hälfte des Geflügelverbrauchs entfällt auf Hähnchenfleisch, aber auch Puten, Enten und Gänse erweitern den Speiseplan. Die Vielfalt wird außerdem durch unzählige Geflügelprodukte noch vergrößert. In den 90ern ist der Pro-Kopf-Verbrauch an Geflügel stetig gestiegen, 2002 lag der Verbrauch der Deutschen bei durchschnittlich rund 18 kg.

Die inneren Werte

Wer Wert legt auf eine bewusste Ernährung, ist mit Geflügelfleisch gut beraten. Günstig sind der Gehalt an hochwertigem Eiweiß, Fett in einer guten Zusammensetzung sowie wichtige Vitamine und Mineralstoffe.



Das Eiweiß aus Geflügel ist als tierisches Protein für die Ernährung besonders wertvoll. Es ist dem Eiweiß unseres Körpers ähnlich und kann dadurch gut in körpereigenes Protein umgebaut werden. Der Eiweißanteil liegt je nach Geflügelart zwischen 16 und 24 %. Besonders reich an diesem Nährstoff ist übrigens Brustfleisch.

Weiterhin zeichnet sich Geflügelfleisch durch eine günstige Zusammensetzung des Fettes aus. Es hat einen relativ hohen Gehalt an den gesundheitsförderlichen einfach ungesättigten Fettsäuren und einen für Fleisch sehr hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren wie der essenziellen Fettsäure Linolsäure. Diese kann der Körper nicht selbst herstellen und ist auf die Zufuhr angewiesen.



Je nach Belieben: kalorienarm oder mit knuspriger Haut

Der Fettgehalt von Geflügelfleisch kann stark variieren in Abhängigkeit von Geflügelart und Teilstück. Zu den eher mageren Geflügeln zählen Pute und Hähnchen, einen höheren Fettanteil haben die Wassergeflügel Gans und Ente. Das Fett findet sich dabei zu einem großen Teil direkt unter der Haut und tritt beispielsweise beim Braten heraus, so dass das zubereitete Geflügel einen geringeren Fettgehalt hat. Der Fettgehalt reduziert sich auch, wenn man Teilstücke ohne Haut wählt. Das reine Muskelfleisch ist bei allen Geflügelarten sehr fettarm, Hähnchen- oder Putenbrust ohne Haut enthält sogar weniger als 1 % Fett.

Energie- und Nährstoffgehalte in 100 Gramm essbarem Anteil:

	Energie (kcal)	Eiweiß (g)	Fett (g)
Hähnchen	166	19,9	9,6
Hähnchenschenkel	174	18,2	11,2
Hähnchenbrust mit Haut	145	22,2	6,2
Hähnchenbrust ohne Haut	102	23,9	0,7
Pute, Fleisch mit Haut	151	22,4	6,8
Putenbrust	105	24,1	1,0
Putenkeule	114	20,5	3,6
Ente, Fleisch mit Haut	227	18,1	17,2
Gans, Fleisch mit Haut	342	15,7	31,0

Quelle: Hesecker, B. und Hesecker, H.: Nährstoffe in Lebensmitteln, 1999; Souci, S.W., Fachmann, W., Kraut, H.: Die Zusammensetzung der Lebensmittel, Nährwert-Tabellen, 2000

Reich an Mineralstoffen und Vitaminen

Geflügelfleisch kann einen guten Beitrag zur Deckung unseres Eisenbedarfs leisten. So enthalten 150 Gramm Putenkeule schon 30 % des Tagesbedarfes eines erwachsenen Mannes. Zudem kann der Körper das Eisen aus Fleisch besser verwerten als aus pflanzlichen Quellen. Auch der Mineralstoff Zink ist in beträchtlichen Mengen vertreten.

Ähnliches gilt für die Vitamine der B-Gruppe: Vitamin B1 und B2 kommen reichlich im Entenfleisch vor, Hähnchen leistet einen guten Beitrag zur Deckung unseres Vitamin B6-Bedarfes und auch das Vitamin B12 ist in Geflügelfleisch bemerkenswert vertreten. Weiterhin ist Geflügel eine gute Quelle für das Vitamin Niacin.

Damit weist Geflügelfleisch bei niedrigem Energiegehalt einen hohen Gehalt an wichtigen Nährstoffen auf, man spricht dabei von einer hohen Nährstoffdichte. Besonders wichtig ist diese hohe Nährstoffdichte für Schwangere/Stillende, ältere Menschen und Personen, die eine Reduktionsdiät durchführen.

Ein bisschen Warenkunde

Hähnchen

„Hähnchen“ bezeichnet junge, vor der Geschlechtsreife geschlachtete Tiere, unabhängig davon, ob sie männlich oder weiblich sind. Sie werden bei uns in der Regel mit einem Gewicht von 700 bis 1400 Gramm mit einem Alter von etwa 5 bis 6 Wochen angeboten. Suppenhühner sind Legehennen, die nach 12 bis 15 Legemonaten geschlachtet werden. Sie haben kerniges Fleisch mit einem ausgeprägten Eigengeschmack und eignen sich hervorragend als Grundlage für Hühnerbrühen, Salate und Ragouts.

Pute

Das zweitbeliebteste Geflügel der Deutschen ist die Pute, auch Truthahn oder Truthuhn genannt. Sie ist das Schwergewicht unter den Geflügelarten. Hennen können bis zu 12 kg und Hähne bis zu 25 kg auf die Waage bringen. Deshalb kommen die Tiere





meistens zerlegt und in Form von Teilstücken und Produkten in den Handel. „Junge Puten“ wiegen 2 bis 6 kg und werden auch als Babyputen bezeichnet. Die Fleischteile der Pute unterscheiden sich deutlich in Farbe und Geschmack, oft wird gesagt, dass sie sieben Geschmacksrichtungen in sich vereine. So bieten beispielsweise das helle Fleisch der Brust und das dunkle Fleisch in der Oberkeule ganz unterschiedliche Geschmackserlebnisse und Möglichkeiten der Zubereitung.

Gans und Ente

Auch Gänse und Enten sind in verschiedenen Gewichts- und Altersklassen im Angebot. Als Wassergeflügel haben sie einen mit dem Alter zunehmenden Fettgehalt unter der Haut als Kälteisolation. Der macht sie beim Braten besonders knusprig. Neben Gänsen, die saisonal frisch angeboten werden, gibt es zwei Entenrassen: Die Pekingente und die Flugente, auch als Barbarieente bezeichnet. Sie hat einen geringeren Fettansatz und einen höheren Brustfleischanteil durch die kräftigere Flugmuskulatur.

Vielfältig und bekömmlich



Zusätzlich zu den einzelnen Teilstücken gibt es auch eine große Auswahl an Halbfertig- und Fertiggerichten mit Pute oder Hähnchen. Vor allem aus Putenfleisch lassen sich die verschiedensten Wurst- und Fleischwaren herstellen, von A wie Aspick bis Z wie Zervelatwurst. Sie sind besonders fett- und kalorienarm.

Leichte Sommerküche

Schon der zarte Geschmack des Geflügels an sich überzeugt. Was die Zubereitungsarten angeht, sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Ob gebraten, frittiert, gedünstet, gekocht oder geschmort, die Möglichkeiten sind vielfältig. Eine besonders beliebte Methode ist im Sommer das Grillen. Dazu eignen sich hervorragend kleine Geflügelteile wie Schenkel, Flügel und Spieße aber auch Schnitzel. Besonders aromatisch wird Puten- und Hähnchenfleisch, wenn es schon am Abend zuvor in Öl und Gewürzen mariniert wird. Das bewahrt auch vor dem Austrocknen auf dem Grillrost.

Auf dem Holzkohlegrill sollte man immer verhindern, dass Fett in die Glut tropft, deshalb das marinierte Geflügel vor dem Auflegen abtupfen. Man kann auch spezielle Aluschalen auf den Rost stellen oder eine extrastarke Alufolie verwenden. Wenn die Holzkohle richtig durchgeglüht ist und von einer weißen

Ascheschicht überzogen, kann das Grillgut aufgelegt werden, kleine Geflügelteile am besten bei geringer Hitze grillen (Grillrost auf die oberste Stufe stellen). Das Fleisch sollte völlig durchgegart werden – und auch am Knochen nicht mehr rosig sein. Pro Zentimeter Fleischdicke rechnet man mit einer Grillzeit von einer bis zwei Minuten. Kombinieren kann man Geflügel optimal mit Soßen, Dips, bunten Salaten und frischem Brot.



Mit Sicherheit genießen

Wichtig für den Geflügelgenießer ist nicht nur der Geschmack, sondern auch die Herkunft und Sicherheit des Fleisches. Um Lebensmittelsicherheit und Transparenz zu gewährleisten, hat sich die

deutsche Geflügelwirtschaft dem QS-System angeschlossen. Das ist ein neues Konzept zur stufenübergreifenden Prozesssicherung bei Lebensmitteln – vom Erzeuger bis zum Verbraucher. Auf allen Stufen finden neben den vorgeschriebenen Eigenkontrollen neutrale Kontrollen sowie die Kontrolle der Kontrolle statt, um so dem Verbraucher die größtmögliche Sicherheit zu bieten. Eine weitere Hilfestellung bei der Kaufentscheidung ist das freiwillige Herkunftszeichen für in Deutschland erzeugtes Geflügel: Das Zeichen D/D/D steht für Geflügel, das in Deutschland geboren, aufgezogen und geschlachtet wurde. Das heißt es unterlag während der gesamten Erzeugung den strengen deutschen Vorschriften und Prüfungen.

GEFÜLLTE HÄHNCHENSCHENKEL



Zutaten (für 4 Personen)

1 Bund	Basilikum
50 g	geriebener Allgäuer Emmentaler
4	frische deutsche Hähnchenschengel (à ca. 300 g)
	Salz, Pfeffer
2	rote Paprikaschoten
200 g	Sour Cream
	Feines Rapsöl zum Einstreichen

Zubereitung

Basilikum waschen, trocken schütteln, hacken und mit Käse mischen. Hähnchenschengel waschen, trocken tupfen. Die Haut mit den Händen am dicken Ende vorsichtig vom Fleisch lösen und etwas nach unten ziehen. Kräutermischung auf das Fleisch geben, Haut wieder darüber schieben und feststecken. Hähnchen kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem vorgeheizten, geölten Grill 40-45 Minuten unter Wenden grillen. Paprika mit auf den Grill legen, unter Wenden 20 Minuten grillen, dann kalt abschrecken, vierteln, entkernen und die Haut ablösen. Paprika mit Sour Cream füllen und zu den Schenkeln servieren.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Stunden

Nährwerte (pro Portion): 780 kcal, 55,1 g Fett, 7,9 g Kohlenhydrate, 64 g Eiweiß

Herausgeber:

CMA Referat Wissenschafts-PR

Postfach 20 03 20, 53133 Bonn

<http://www.cma.de>



Vorankündigung

Plattform
Ernährung und Bewegung
Gründungskongress

29. September 2004,
9.30 – 19.00 Uhr

Berliner Congress Center bcc
Am Alexanderplatz 3
10178 Berlin

Der Gründungskongress am 29. September 2004 in Berlin richtet sich an alle in diesem Themenfeld engagierten gesellschaftlichen Kräfte. Inhalt des Kongresses ist die Vorstellung der Programmatik der „Plattform Ernährung und Bewegung“. Bestehende Initiativen stellen ihre Arbeiten vor, und Referenten aus dem In- und Ausland präsentieren aktuelle Forschungsergebnisse und beispielhafte Projekte zur Prävention von Übergewicht. In Diskussionsrunden und Workshops erhalten die Teilnehmer außerdem die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und neue Ideen zu entwickeln.

Informationen zur Anmeldung und zum Kongress finden Sie unter:
<http://www.ernaehrung-und-bewegung.de>.

Presseinformationen und
Kongressorganisation
MEDIA CONSULTA
Deutschland GmbH
Marco Malavasi
Wassergasse 3
10179 Berlin

plattform@media-consulta.com

Tel.: 030/65 000-340

Fax: 030/65 000-329

Ernährungsdefizite und Versorgungslücken bei Mikronährstoffen in Deutschland

Stellenwert von Lebensmitteln mit added value in der Ernährung

Vergleicht man die Ernährung der vorindustriellen Zeit mit den heutigen Verzehrgeohnheiten so stellt man fest, dass sich in den letzten 200 Jahren gravierende Verschiebungen ergeben haben. So ist z. B. der Anteil der Fettkalorien von 15%-20% auf ca. 40% der Gesamtenergiezufuhr gestiegen. Der zunehmende Einsatz von raffinierten Kohlenhydraten zulasten von Vollkornprodukten und der vermehrte Konsum von Alkohol (von nicht relevant auf 8% der Kalorien) tragen dazu bei, dass der Anteil an Gemüse und Obst als Kohlenhydratlieferanten immer weiter gesunken ist und im Vergleich zur vorindustriellen Zeit um das dreifache zurück gegangen ist.

Folge der heutigen Ernährung sind häufig Herz-Kreislauferkrankungen, die in der Todesursachenstatistik an erster Stelle stehen. Deshalb wird seit Jahren von einschlägigen Institutionen darauf hingewiesen, den Obst- und Gemüse-Konsum zu steigern (DGE) und der Kampagne „5-a-day“ Folge zu leisten.

Dabei sollte die Kost dem mediterranen Muster entsprechen und bei Umsetzung dieser Empfehlungen ließen sich ernährungsbedingte Erkrankungen deutlich reduzieren. Neue Erhebungen zeigen jedoch, dass diese Empfehlungen von breiten Teilen der Bevölkerung nicht angenommen werden, woraus sich nach wie vor erhebliche Versorgungslücken ergeben. Hier darf die Bedeutung der Ballaststoffe in Bezug auf Blutzuckerspiegel und Cholesterinwerte nicht unterschätzt werden, denn z. Zt. nimmt der Bürger nur noch ca. 20 g Ballaststoffe pro Tag auf (zu wenig Gemüse und Obst) und liegt damit 3-4 mal niedriger in der Ballaststoffauf-

nahme im Vergleich zur vorindustriellen Zeit.

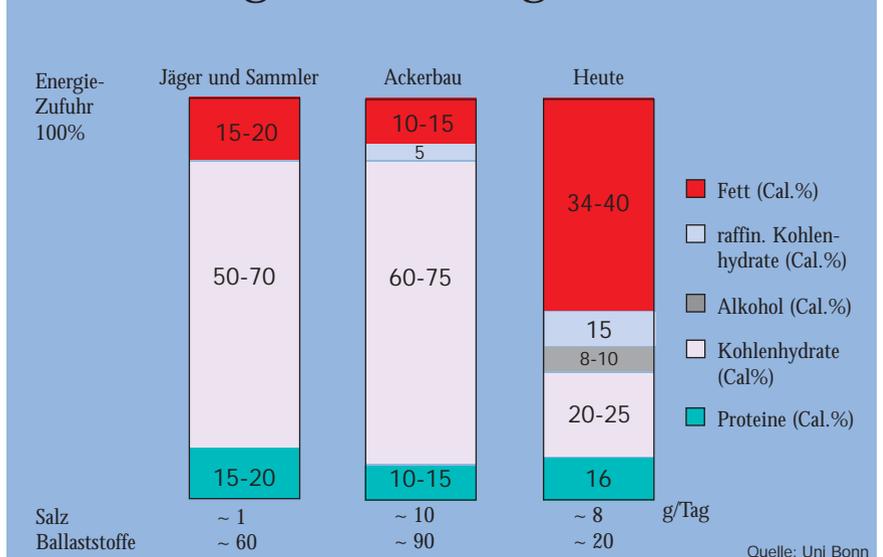
Die Veränderungen der Ernährungsgewohnheiten haben dazu geführt, dass die Versorgung mit bestimmten Mikronährstoffen als besonders kritisch angesehen werden muss.

Unter den Vitaminen kommt hier einer ausreichenden Folsäureversorgung größte Bedeutung zu (Prävention von Neuralrohrdefekten, Senkung des Homocysteinblutspiegels als Risikofaktor von Herz-Kreislauferkrankungen), wie dies auch in der Presseverlautbarung vom 20.01.2004 vom Bundesinstitut für Risikobewertung gefordert wurde. Diese Presseverlautbarung fußt auf der „Gemeinsamen Stellungnahme von Vertretern der für Ernährungsfragen zuständigen natio-

nenen Lebensmittelsicherheitsbehörden und -institutionen der europäischen Mitgliedsstaaten und Norwegens vom 13.1.2004“, in der eine Optimierung der Folsäurezufuhr gefordert wurde, wobei die freiwillige Anreicherung von Lebensmitteln neben der Forderung von Lebensmitteln mit einem hohen natürlichen Gehalt an Folsäure und der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln in den meisten europäischen Ländern die größte Bedeutung zugemessen wurde. Dabei wird ein Appell an die Lebensmittelindustrie gerichtet, ihre diesbezügliche Verantwortung wahrzunehmen und zur Lösung beizutragen.

Der unzureichende Verzehr von Seefisch als jodreichstem Lebensmittel führt dazu, dass lediglich 7-8 % des täglichen Jodbedarfs durch diese Quelle gedeckt werden. Da bis auf

Änderung der Verzehrgeohnheiten





Milch alle anderen Lebensmittel relativ jodarm sind, ist die Anreicherung von Lebensmitteln eine inzwischen von vielen akzeptierte Alternative, jedoch liegt die tatsächliche Jodzufuhr immer noch deutlich unter den Empfehlungen.

Eisenmangelzustände sind heute deutlich seltener als früher, da die hormonelle Kontrazeption zu geringen menstruellen Blutverlusten führt. Problematisch kann die Situation jedoch während der Schwangerschaft werden, da während dieser Zeit der Eisenbedarf um 100% steigt, wobei zur Vermeidung von Übergewicht lediglich eine nur ca. 10% höhere Energiezufuhr angestrebt werden sollte. Ohne besondere Ernährungskennntnisse ist es dem Laien vielfach nicht möglich, die erhöhten Bedarfsanforderungen zu erfüllen.

Die bisher genannten Nährstoffe sind besonders für Frauen, die

schwanger werden können, als besonders kritisch zu betrachten, da sie einerseits direkt Einfluss auf den Schwangerschaftsverlauf (Vermeidung von Neuralrohrdefekten, Kropf, Anämie etc.) und die fetale Entwicklung nehmen, andererseits erfahren diese Mikronährstoffe in der Schwangerschaft bzw. Stillzeit eine derartige Bedarfssteigerung (Eisen und Folsäure jeweils 100% Jod 15 bzw. 30 %), dass diese nur bei einer lediglich 10 % erhöhten Energiezufuhr nicht gedeckt werden können, zumal die Versorgung speziell mit diesen Mikronährstoffen auch bei nicht schwangeren Frauen als kritisch eingestuft werden muss.

Zur Vorbeugung der Osteoporose ist frühzeitig eine ausreichende Zufuhr mit Calcium und Vitamin D erforderlich. Aufgrund der Tatsache, dass die Zufuhr oft hinter den Referenzwerten zurückbleibt, wird empfohlen, Calcium und gegebenenfalls Vitamin D zu substituieren um die erfolgreiche Zufuhr-

menge von 1000 mg Calcium zu erreichen.

Im Prinzip sollte es machbar sein, sich mit natürlichen Lebensmittel bedarfsgerecht zu versorgen. Dies ist auch möglich, wenn man den Empfehlungen der DGE Folge leistet (u. a. auch „5-a-day“), da dies jedoch von vielen nicht umgesetzt werden kann oder will, wird an das Verantwortungsbewusstsein der Industrie appelliert z. B. durch die Entwicklung von „maßgeschneiderten Lebensmitteln“ zur Lösung dieses Problems beizutragen.

Quelle:

Vortrag bei Pressekonferenzen zu Nestlé Nutrel Produkten
Prof. Dr. Klaus Pietrzik
Abt. Pathophysiologie der Ernährung
Institut für Ernährungswissenschaft
Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn

Foto: Nestlé



Nicht nur für Frauen

Über manche Erkrankungen spricht niemand gerne. Die Harninkontinenz etwa ist ein solches Problem. Da die Patienten sich meist schämen und deshalb nicht ihren Arzt darauf ansprechen, wird die Diagnose häufig erst sehr spät gestellt. Aufgrund der anatomischen Gegebenheiten sind Frauen weitaus häufiger davon betroffen, Geburten strapazieren ihren Beckenboden zusätzlich. Fragt man Patientinnen gezielt nach unfreiwilligem Harnabgang, ist in 10-20% der Fälle mit einer positiven Antwort zu rechnen.

In der operativen Therapie der Stressinkontinenz haben heutzutage Schlingenverfahren wie die TVT-Plastik (Tension free vaginal tape) einen festen Platz. Verschiedene Studiengruppen arbeiten daran, dieses Verfahren zu optimieren. L. Rodriguez und S. Raz stellten kürzlich eine neue Methode vor (J Urol 2003; 170: 857-863): Sie implantierten unter der distalen Urethra ein 10x1 cm großes Polypropylen-Netz, das im retropubischen Raum zu liegen kommt. Dieses Netz wird anfangs von zwei resorbierbaren Nähten gehalten. Die Vorteile der Methode: Die Operation ist kostengünstig und erfordert zudem keine speziellen Instrumente. Die Autoren berichten in ihrer Arbeit von einer objektivierbaren Erfolgsrate von 92%. Von den Patientinnen fühlten sich immerhin 89% subjektiv als geheilt.

Ein anderes Problem vieler Frauen in der Postmenopause ist die Osteoporose. P. Meunier und Kollegen legten jetzt eine Studie vor, in der sie den Einfluss von Strontium Renelat auf die

Erkrankung untersuchten (N Engl J Med 2004; 350: 459-468). Die Teilnehmerinnen erhielten täglich entweder 2 g des Medikaments oder Placebo, zusätzlich auch noch ein Calcium- und ein Vitamin D3 Präparat. In der Auswertung zeigte sich, dass die Patientinnen der Verum-Gruppe deutlich weniger Wirbelkörperfrakturen hatten als die mit Placebo behandelten Frauen. Das Risiko hierfür reduzierte sich während der dreijährigen Studiendauer um 41%. Die Knochendichte erhöhte sich unter der Therapie im Bereich der Wirbelsäule um 14.4% und im Bereich des Schenkelhalses um 8.3%.

Das häufigste Malignom der Frau ist das Mammakarzinom, etwa jede 10. erkrankt im Laufe ihres Lebens an diesem Tumor. In den letzten Jahren hat die adjuvante Behandlung des Brustkrebses große Fortschritte gemacht. Eine Arbeitsgruppe um S. Giordano untersuchte vor kurzem, ob und wie sich diese Fortschritte auf die Überlebensrate bei Patientinnen mit einem Rezidiv auswirken (Cancer 2004; 100: 44-52). Dafür analysierten sie alle Brustkrebsfälle ihrer Klinik zwischen 1974 und 2000. Es zeigte sich über den gesamten untersuchten Zeitraum eine statistisch signifikante Verbesserung der Prognose. In einer multivariablen Analyse fand sich seit 1974 pro Jahr eine Risikoreduktion von einem Prozent, dieses Ergebnis verfehlte jedoch die statistische Signifikanz.

Eine der häufigsten Neoplasien weltweit – und das gilt sowohl für Frauen als auch für Männer – sind kolorektale Karzinome. Die Frage, ob Ballast-



stoffe das Risiko für diese Tumoren positiv beeinflussen können, wird kontrovers diskutiert. Zwei Studien gingen im vergangenen Jahr dieser Frage nach. Beide Untersuchungen arbeiteten mit Fragebögen zum Essverhalten und ermittelten den Einfluss, den die Menge aufgenommener Ballaststoffe auf das Risiko kolorektaler Neoplasien hatte. Die US-amerikanische Studie unter Federführung von U. Peters hatte dabei Adenome im Auge (Lancet 2003; 361: 1491-95), die europäische Studie unter Leitung von S. Bingham konzentrierte sich auf Karzinome (Lancet 2003; 361: 1496-501). Beide Arbeiten kamen zu dem Ergebnis, dass Ballaststoffe das Risiko für kolorektale Neoplasien deutlich reduzieren. Laut der europäischen Studie lässt sich das Darmkrebsrisiko um die Hälfte verringern, wenn man die durchschnittliche Ballaststoffmenge verdoppelt. Der Sommer bietet dazu mit einem großen Angebot an frischem Obst und Gemüse reichlich Gelegenheit. Und wenn das dann auch noch vom Biobauern stammt, kommt der Genuss dabei nicht zu kurz.

Dr. Johannes Weiß



MEDIZIN NEWS

Schnelle Hilfe nach dem Vorbild der Natur

Die besten Heilmittel haben ihren Ursprung oft in der Natur. Ein Wirkstoff nach dem Vorbild der Natur ist Hydrotalcit; er hilft schnell und zuverlässig bei Sodbrennen und Magenbeschwerden, ist sehr gut verträglich und schützt zusätzlich die Magenschleimhaut. Präparate mit dem synthetisch reinen Wirkstoff Hydrotalcit (z.B. Talcid rezeptfrei in der Apotheke) stimulieren die Durchblutung der Magenschleimhaut, stärken anhaltend deren Widerstandsfähigkeit und fördern zusätzlich das Wachstum von neuem, schützendem Zellgewebe.

Hydrotalcit: Wie der Wirkstoff zu seinem Namen kam

Antacida gehören zu den ältesten bekannten Medikamenten. Schon die alten Ägypter und Griechen kannten



die lindernde Wirkung bestimmter Mineralsalze bei Magenproblemen. Der Geologe Carl Hochstetter entdeckte 1842 ein bis dahin unbekanntes Mineral, das er als "weiß, blättrig und Talk-ähnlich" beschrieb. Wegen seiner Ähnlichkeit mit Speckstein und seines höheren Wassergehalts gegenüber dem Talkum nannte er das Mineral "Hydrotalkit".

Über den chemischen Aufbau und die einzigartige Kristallgitterstruktur gab es nur wenige Veröffentlichungen. Die Anwendungsmöglichkeiten in der Medizin wurden zwar erkannt, doch für eine industrielle Produktion erschien die Struktur des Minerals zu kompliziert. Erst 1972 erarbeiteten japanische Wissenschaftler einen Weg zu Herstellung dieses Arzneistoffes. Damit war der Weg des Hydrotalcits, so die moderne Schreibweise, zum breit einsetzbaren Antacidum (z.B. Talcid®, erhältlich als Kautablette, Kaupastille oder Suspension) geebnet.

Talcid® - das moderne Schichtgitter-Antacidum mit Hydrotalcit

Ursprünglich wurde die Fähigkeit, Magensäure zu neutralisieren, als das entscheidende Wirkprinzip der Antacida angenommen. Neuere Forschungen und Studien belegen jedoch die vielfältigen Wirkungsmechanismen der Antacida, die weit über ihre eigentliche Fähigkeit hinaus gehen. Das Wirkprinzip von Talcid® beruht neben der Neutralisation der Magensäure noch auf anderen Mechanismen, die einerseits

aggressive Faktoren mindern können und andererseits die natürlichen Vorgänge im Magen schützen.

Über die "Trainierbarkeit" der Zellen

Zellen sind in der Lage, geschädigte Proteine innerhalb kurzer Zeit wieder zu reparieren und so Schäden abzuwenden. Dieser Vorgang wird durch die Bildung sogenannter Hitzeschockproteine gesteuert. Wenn die Zelle besonderen Stress-Situationen ausgesetzt ist - z.B. Hitze -, werden diese Proteine wirksam. Diesen Schutzmechanismus können Zellen sogar "trainieren", sodass sie sich an schädigende Einflüsse gewöhnen können.

Neueste experimentelle Untersuchungen haben gezeigt, dass Hydrotalcit die Bildung von Hitzeschockproteinen in der Magenschleimhaut anregt. Der Wirkstoff kann den natürlichen Zellschutz im Magen unterstützen und gleichzeitig durch die "Trainierbarkeit" der Zellen die körpereigenen Schutzmechanismen und Selbstheilungskräfte im Organismus stärken.

Foto: Stockbyte

Weitere Informationen:

Bayer AG
51368 Leverkusen
Tel.: 0214/30-1
<http://www.bayer.de>



MEDIZIN NEWS

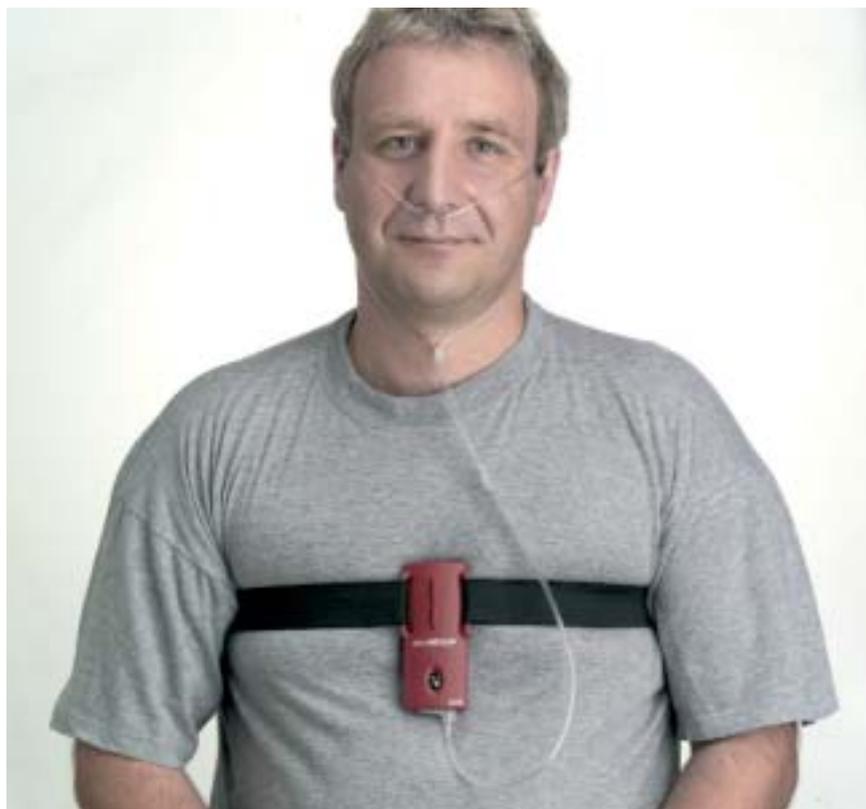
Risiko-Screening für Schlafapnoe-Patienten möglich

Dr. Roland Kindinger

Erstmals ist eine großflächige Identifikation betroffener, aber bislang unerkannter Schlafapnoe-Patienten möglich. Mit einem miniaturisierten Atemrekorder (microMESAM®) wurde von der Firma MAP Medizin-Technologie GmbH ein Gerät entwickelt, welches einfach über Nacht das Risiko schlafbezogener Atemstörungen sicher feststellt oder ausschließt. Erstmals werden Ärzte aller Fachrichtungen in die Diagnostik der Schlafmedizin integriert. Patienten können nun zu Hause das eigene Risiko überprüfen und der Besuch des Schlaflabors wird erst nach Bestätigung des Verdachts notwendig. So können Patienten schneller als bisher der Therapie zugeführt und die Risiken von Herz- und Gefäßerkrankungen reduziert werden.

Das kleine Gerät ((12,5x6x3 cm) ist einfach zu bedienen, leicht (50g ohne Akkus) und kann über Nacht vom behandelnden Arzt zur Verfügung gestellt werden. Der Patient legt das Gerät vor dem Zubettgehen ohne Aufwand selbst an.

Alle relevanten Daten über die Atmung werden über einen nasalen Atemmess-Schlauch aufgenommen. Der Rekorder wird nach Beendigung der Messung an einen PC in der Praxis des behandelnden Arztes angeschlossen und die Daten werden übernommen und ausgewertet. Der einsei-



tige Ergebnisreport enthält alle wichtigen Daten zur nächtlichen Atmung des Patienten. Ein Risiko-Indikator zeigt das Risiko schlafbezogener Atemstörungen an. Bestätigen die Resultate den Verdacht auf eine schlafbezogene Atemstörung, wird der Patient an einen Spezialisten überwiesen, der nach einer genauen Differentialdiagnostik die entsprechende Therapie einleitet. Der Einsatz des Rekorders kann als IGeL-Leistung z.B. analog GOÄ 617, Messung der Expirationsluft, abgerechnet werden.

Schnarchen – Ein Wettlauf mit der Zeit

Schnarchen ist ein Kardinalsymptom schlafbezogener Atemstörungen. Die obstruktive Schlafapnoe ist dabei eine wesentliche Ursache schlafbezogener Atemstörungen (SBAS).

Nach aktuellen Schätzungen leiden in Deutschland mehr als 4 Millionen Menschen an dieser Erkrankung, doch nur ca. 5% der Betroffenen haben hiervon Kenntnis. Der Diagnose-, The-



MEDIZIN NEWS

rapie- und Aufklärungsbedarf ist entsprechend hoch.

Auch hinsichtlich der klinischen Relevanz besteht erheblicher Informationsbedarf, da arterielle Hypertonie, Herzinsuffizienz und cerebraler Insult unmittelbar mit dem Vorhandensein einer obstruktiven Schlafapnoe korrelieren, sodass amerikanische Fachgremien (National Institute of Health) im Falle einer arteriellen Hypertonie den Ausschluss einer Schlafapnoe empfehlen, da bei erfolgreicher Therapie eine günstige Beeinflussung insbesondere des Blutdruckprofils resultiert.

Um die Zusammenhänge zwischen Schlafstörungen, deren Risiken, hiervon abhängigen Folgeer-

krankungen, Diagnose und Therapie sowie deren volkswirtschaftliche Bedeutung der breiten Öffentlichkeit bekannt zu machen, fand am 23.06.2004 unter Schirmherrschaft von Frau Birgit Fischer,

Initiative des deutschen Medizintechnologie Herstellers MAP berichteten Vertreter aus Medizin und Politik vor zahlreichen Interessierten und im überwiegenden Teil vor Betroffenen über dieses unterschätzte Gesundheitsproblem von Schlafstörungen.

Die zum Teil rege Diskussion offenbarte dabei erhebliche Defizite in der öffentlichen, insbesondere aber medizinischen Wahrnehmung von Patienten mit schlafbezogenen Atemstörungen und insbesondere mit Schlafapnoe.

Eine entscheidende Rolle wird daher künftig sowohl die Aufklärung hinsichtlich der Bedeutung dieser Erkrankungen, als auch das Screening von Risikopatienten mit dem Leitsymptom "Schnarchen" spielen. Es wurde mehrfach deutlich wie entscheidend das Risiko-Screening insbesondere mit der jetzt verfügbaren und breit einsetzbaren Technologie mittels portabler Atemrekorder vom Typ micro-MESAM® ist.

Fotos: MAP

Weitere Informationen:

MAP Medizin-Technologie GmbH
Fraunhoferstrasse 16
82152 Martinsried
Tel.: 089/89518-888
Fax: 089/89518-707

info.de@map-med.com
<http://www.map-med.com>

Ministerin für Gesundheit, Soziales, Frauen und Familie in Nordrhein-Westfalen eine öffentliche Informations- und Abschlussveranstaltung der "Woche des Schlafes" an der Ruhr-Universität in Bochum statt. Auf



MEDIZIN NEWS

Aktualisierte Broschüre: Die Rechte der Kranken- und Pflegeversicherten

Wegweiser durch den Paragra- phen-Dschungel neu aufgelegt

Die neuen Regelungen der Gesundheitsreform 2004 haben bei vielen, die ihre demenzkranken Angehörigen versorgen, zu einer Verunsicherung

geführt. Es stellen sich Fragen wie: „Was zahlt die Krankenkasse noch?“ „Wobei muss zugezahlt werden?“ „Ab wann ist ein Demenzkranker von Zuzahlung befreit?“



Diese Fragen werden in der aktualisierten Broschüre „Die Rechte der Kranken- und Pflegeversicherten“ beantwortet. Darüber hinaus versucht das Heft auch denjenigen, die erstmals mit den praktischen, administrativen Problemen bei der Versorgung von Demenzkranken konfrontiert werden, Hilfestellung zu geben.

So wird vor allem darauf eingegangen, wie Leistungen aus der Pflegeversicherung beantragt werden, was Pflegestufen sind oder was unter Geld- bzw. Sachleistungen aus der Pflegeversicherung zu verstehen ist.

Auch Hintergrundwissen wird vermittelt: So werden z. B. die Grundzüge unseres Sozialversicherungssystems erläutert und die Funktion des MDK erklärt. Außerdem gibt es Tipps, wie der Besuch des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) vorbereitet werden kann, um eine möglichst objektive Einstufung in die Pflegestufe zu erreichen.

Zusätzlich zu den versicherungsrechtlichen Problemen entstehen auch noch weitere rechtliche Fragestellungen. Viele Angehörige befürchten zu Recht, dass der Kranke mit seinem Geld nicht mehr umgehen kann, und viele Kranke haben Angst, schon vorzeitig anderen ausgeliefert zu sein. Das Wort, das hier vielfach durch die Köpfe geistert, heißt „Entmündigung“. Entmündigung und Pflegschaft sind heute durch das Betreuungsrecht abgelöst worden. Was das bedeutet, und wie ältere Menschen mit einer Vorsorgevollmacht Einfluss nehmen können, für den Fall, dass sie nicht mehr selbst entscheiden können, ist in der Broschüre ebenso nachzulesen.

Die Broschüre „Die Rechte der Kranken- und Pflegeversicherten“ kann gegen einen mit 1,44 € frankierten Rückumschlag (C 5) beim

Zukunftsforum Demenz
Postfach 11 13 53
60048 Frankfurt am Main

angefordert werden.



MEDIZIN NEWS

Neue Ratgeber-Broschüre zur Gesundheitsreform:

ABC der Gesundheitsreform

Seit dem 1. Januar 2004 sind mit der Gesundheitsreform erhebliche Änderungen auf Patienten, Ärzte und Leistungserbringer zugekommen. Besonders für Menschen mit Körperbehinderungen hat sich vieles geändert.

Um betroffene Menschen über die neuen Regelungen zu informieren, hat der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e. V. (BSK) diese erste umfassende Ratgeber-Broschüre „ABC der Gesundheitsreform“ in Zusammenarbeit mit dem Mitteldeutschen Rundfunk, MDR, herausgegeben.

In dieser Broschüre werden die wichtigsten Änderungen in alphabetischer Reihenfolge - von A wie Apotheker bis Z wie Zuzahlungsbegrenzung - in leicht verständlicher Form erläutert und zum Teil mit Beispielen ergänzt.

Die Broschüre enthält darüber hinaus Auszüge aus wichtigen Gesetzen (z. B. Arzneimittelrichtlinien, Krankentransportrichtlinien, OTC-Liste) sowie weitere wertvolle Hinweise.

Die kostenlose Broschüre, die mit

Unterstützung der Deutschen Angestellten Krankenkasse, DAK-Künzelsau, hergestellt wurde, ist ab sofort verfügbar.

Bestellungen nur gegen Einsendung eines mit 1,44 Euro frankierten und adressierten Din-A-5-Umschlages beim

**BSK e.V.,
„ABC der
Gesundheits-
reform“
Postfach 20,
74238 Krautheim**





Die Grundregulation

Jeder Arzt weiß, dass das Milieu bestimmt, was auf der Kultur wächst. Höhere Organismen, in der Biologie auch Mehrzeller genannt, stammen wie alles Leben aus dem Meer. Im Laufe der Evolution haben die Mehrzeller ihr Milieu, das Wasser und die Salze des Meeres, mit sich an Land genommen. Die Zellen des menschlichen Körpers werden von Flüssigkeit umspült, der Gewebeflüssigkeit. Der Salzgehalt entspricht in prozentualen Anteilen etwa dem des Meerwassers.

Natürlich hat der Evolutionsprozess das körpereigene Milieu ausgeformt und in seiner Funktion optimiert. Das Bindegewebe, das jede Körperzelle erreicht, bildet mit seinen Strukturen, Bindegewebszellen, Nervenendigungen, Kapillaren und selbstverständlich mit seiner Flüssigkeit die Grundlage für das Leben als Mehrzeller.

Die Trias Grundsubstanz, Zelle und Kapillare fungieren als funktionelle Einheit, die wir als das System der Grundregulation bezeichnen. Dieses System durchzieht den gesamten Körper und ist, mit Variationen selbst im Zentralnervensystem und im Knochen zu finden. Es erreicht jede Zelle des Organismus und erfüllt damit die Grundvoraussetzung, dass alle Zellfunktionen gesteuert und koordiniert werden können.

Die normale wie auch die pathologische Reaktionsfähigkeit des genetischen Materials im Zellkern ist von der Funktionsfähigkeit der Grundsubstanz abhängig. Biochemisch stellt die Grundsubstanz ein Maschenwerk aus hochpolymeren Zucker-Protein-Kom-

plexen dar, insbesondere von Proteoglykanen (Hyaluronsäure u.a.), Strukturglykoproteine (Kollagen, Elastin) und Vernetzungsglykoproteine (Fibronektin, Laminin u.a.). Darin eingebettet finden sich Mastzellen, Abwehrzellen etc.

Wie ein Molekularsieb ist dieses Maschenwerk zwischen Zelle und Kapillare angeordnet. Jede Substanz zur Zelle hin und aus der Zelle hinaus muss diese Transitstrecke durchqueren. Matrisome, hyperboloid geformte Tunnelstrukturen, die sich innerhalb von Sekundenbruchteilen auf- und abbauen, sind wesentlich mitbestimmend für die Stoffwechselbewegungen. Sie funktionieren nach dem Prinzip der Minimalflächen, wobei die energetische Ladung und nicht die Zahl der Moleküle die Struktur bestimmt.

Die Grundsubstanz ist elektrisch geladen. Der elektrische Widerstand der Blutgefäße ist höher als der der Grundsubstanz. Auf Kapillarebene besteht die Möglichkeit der Kurzschlusschaltung (Vascular-Intestinal Closed Electric Circuit : VICC). Im Bereich pathologischer Gewebebezirke oszilliert VICC zwischen elektropositiv und -negativ. Hier liegt die Erklärung für die Funktion der elektrischen Systemdiagnostik (z.B. EAV) ebenso wie für die Pathologie durch Elektrosmog.

Der Hauptbestandteil der Grundsubstanz wird aus Proteoglykanen gebildet. Sie haben ähnlich der auch in der Grundsubstanz vorkommenden Glykosaminoglykane ein Protein-

rückgrad und bilden mit ihrer Funktion der Wasserbindungs- und Ionentauscherfähigkeit den wesentlichen Beitrag zur Homöostase. Wesentlich ist, dass das Gewebewasser im Bereich dieser Substanzen in flüssigkristalliner Form vorliegt. Ähnlich wie in den Flachbildschirmen sind Flüssigkristalle elektrisch reagible Substanzen, die auch der Informationsleitung und -löschung dienen können. Damit kommt dem Mesenchym weit mehr Bedeutung zu als einem Gewebe, dass alle Zellen zusammenhält und als Netzwerk eine Transitstrecke überbrückt.

Alle Veränderungen der Um- und Innenwelt wirken über die Grundsubstanz auf die Zellfunktion und zellulären Synthesemechanismen. Bereits im Prodromalstadium eines akuten, chronischen oder malignen Geschehens treten Veränderungen der Gewebeflüssigkeit und der Serumelektrolyte auf. Durch rhythmische Reaktionen des Grundsystems werden Störungen und Noxen balanciert. Bekannt ist die Schock- und Gegenschockphase mit Ausschwingen auf die Norm.

Pathologisch veränderte Reaktionsmuster sind z.B. die übersteigerte Schockphase, die Anaphylaxie, die Ataxie, das Persistieren in der Schockphase bzw. in der Gegenschockphase. Mittlerweile weiß man, dass das maligne Geschehen durch Anergie, dem Verlust für rhythmische Reaktionen, gekennzeichnet ist. Nicht selten findet sich bei einem Störfeldgeschehen seitenabhängige Regulationsanomalien. Beeinträchtigungen der Reaktion bis hin zur Regulationsstarre gelten als



Heilungs- und Therapiehindernisse.

In der konventionellen Medizin findet das Mesenchym viel zu wenig Beachtung. Aus dem Blickwinkel der Regulationsmedizin hat das Bindegewebe wesentliche Funktionen für die Steuerung und Regulation des Organismus. Hier treffen Zellpathologie und Humoralpathologie zusammen. Hier liegen Optionen in der Medizin, die es zu nutzen gilt.

Regulationsmedizin basiert im Wesentlichen auf den wissenschaftlichen Grundlagen der Regulationsmechanismen, die von Pischinger, Heine u.a. erarbeitet wurden. Das System der Grundregulation bildet den Resonanzboden für die Pathogenese ebenso wie für die Diagnostik und die Therapie. Die unterschiedlichen Methoden der Regulationsmedizin zielen auf die Möglichkeiten der Eigenregulation ab und haben dadurch in vielen Fällen den Anspruch auf echte Heilung und Nachhaltigkeit. Damit ist die Regulationsmedizin eine sinnvolle Ergänzung zur konventionellen Medizin.

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>

ZÄN-Kongresse bieten Ihnen

ärztliche Weiterbildung für die Zusatzbezeichnungen Naturheilverfahren
Homöopathie
Akupunktur
Psychotherapie
und die Qualifikation zur psychosomatischen Grundversorgung,

testierte curriculare Fortbildung der Fachgesellschaft in
Regulationsmedizin
Neuraltherapie nach Huneke
Elektroakupunktur nach VdI
Akupunktur Vollausbildung
Applied Kinesiologie
Orthomolekulare Medizin

qualifizierte Fortbildung in seriösen Verfahren der Komplementärmedizin
wie Regulationsthermographie, Elektroneuraldiagnostik, Ozontherapie,
Hypnose und vieles mehr

Fortbildung in ganzheitlicher Zahnmedizin und biologischer Tiermedizin

Vortragveranstaltungen zu Themen der Komplementärmedizin
Begleitprogramm, Industrieausstellung
Fortbildungspunkte

Jeder ZÄN-Kongress steht darüber hinaus unter einem Leitthema, das Ihnen
komprimierte Fortbildung zu einem Thema vermittelt.

Das Leitthema des 107. ZÄN-Kongresses
vom 30.9. bis 6.10.2004 in Freudenstadt lautet:

Die Frau in der Medizin

Ein Thema, das jede Ärztin und jeden Arzt interessieren sollte,
die Ansprüche auf eine individuelle Medizin erheben.

Fordern Sie das Kongressprogramm an
ZÄN-Geschäftsstelle
Am Promenadenplatz 1
72250 Freudenstadt

Tel. 07441 – 91 858-0, Fax 07441 – 91 858-22
ZAEN-Freudenstadt@t-online.de <http://www.zaen.org>



Die CARDS-Studie – der Lipidsenker Atorvastatin (Sortis®) reduziert kardiovaskuläre Ereignisse bei Diabetikern um mehr als ein Drittel.

„Die Diskussion, ob es sinnvoll ist, alle Typ-2-Diabetiker mit erhöhten Cholesterinwerten mit einem Statin zu behandeln, sollte nach den Ergebnissen von CARDS nun eher auf die Frage konzentriert werden, ob es überhaupt Patienten gibt, die ein so niedriges kardiovaskuläres Risiko haben, dass ihnen diese hocheffiziente und sichere Therapie verweigert werden kann“, so das provokante Fazit von Professor John Betteridge (London), einem der wissenschaftlichen Leiter der CARDS-Studie (Collaborative Atorvastatin Diabetes Study), deren Ergebnisse vor wenigen Tagen beim Kongress der American Diabetes Association (ADA) in Orlando vorgestellt wurden*.

In der CARDS-Studie wurde geprüft, ob bei Patienten mit Typ-2-Diabetes mellitus ohne manifeste KHK aber gering bis mäßig erhöhten Werten von Gesamt- und LDL-Cholesterin durch die Gabe von 10 mg Atorvastatin / Tag die Inzidenz kardiovaskulärer Ereignisse reduziert werden kann.

Neben dem primären Endpunkt, der als kombiniertes Auftreten bedeutender kardiovaskulärer Ereignisse (akuter Koronartod, nicht tödlicher Herzinfarkt, instabile Angina Pectoris mit Hospitalisierung, Wiederbelebung nach Herzstillstand, koronare Revaskularisation, Schlaganfall) definiert ist, wurden weitere sekundäre Endpunkte in dieser doppelblinden, plazebokontrollierten Endpunktstudie untersucht, unter anderem auch die Gesamt mortalität.

In der CARDS-Studie wurden insgesamt 2838 Patienten von insgesamt 132 Prüfstellen in Irland und UK eingeschlossen und randomisiert entweder

mit 10 mg Atorvastatin (Sortis®) oder Plazebo behandelt.

Wie Professor Helen Colhoun (Dublin) bei der Vorstellung der Studie beim ADA in Orlando erläuterte, hatte das unabhängige Steering-Komitee der CARDS-Studie bereits vor einem Jahr entschieden, die Untersuchung zwei Jahre früher als geplant nach nur durchschnittlich 3,9 Jahren vorzeitig zu beenden, um allen Patienten eine Therapie mit Atorvastatin zu ermöglichen, da eine Plazebobehandlung aus ethischen Gründen nicht mehr zu verantworten war.

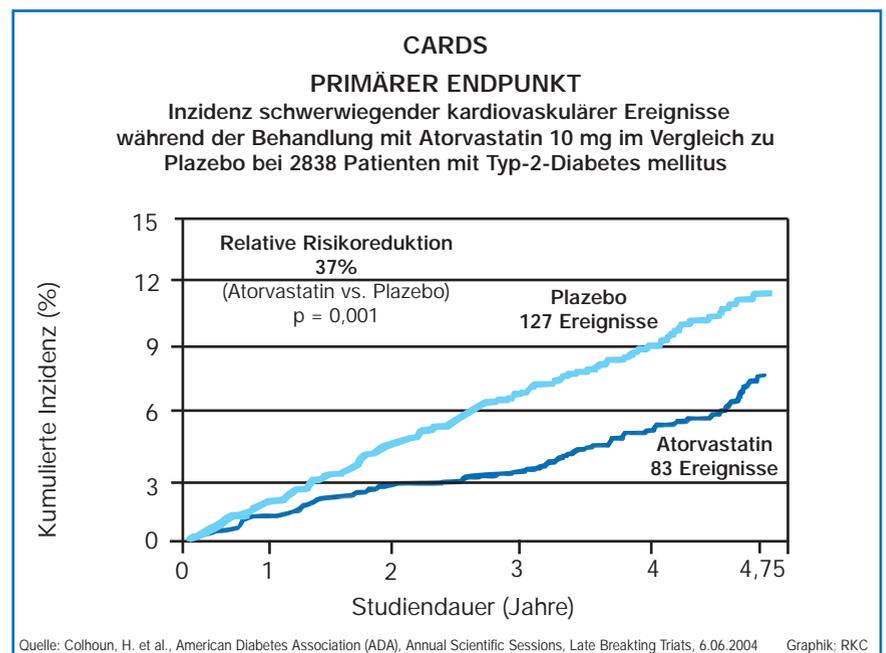
Damit ist CARDS nach der ASCOT-Studie bereits die zweite Endpunktstudie mit Atorvastatin, die wegen des offensichtlichen signifikanten Nutzens

der Behandlung vorzeitig beendet werden konnte.

Hinsichtlich der Patientencharakteristika bestanden zwischen den 1428 Patienten in der Atorvastatin-Gruppe und den 1410 Patienten der Plazebo-Gruppe keine statistisch signifikanten Unterschiede.

Das Durchschnittsalter der Patienten betrug etwa 62 Jahre, zwei Drittel waren Männer, der Body Mass Index betrug knapp 29 kg/m², übergewichtig mit einem BMI von über 30 kg/m² waren 36,1 bzw. 38,1 % der Studienteilnehmer.

Die Diabetesdauer betrug in beiden Gruppen knapp 8 Jahre, etwa 65 % der Patienten erhielten orale Antidia-





PHARMA NEWS

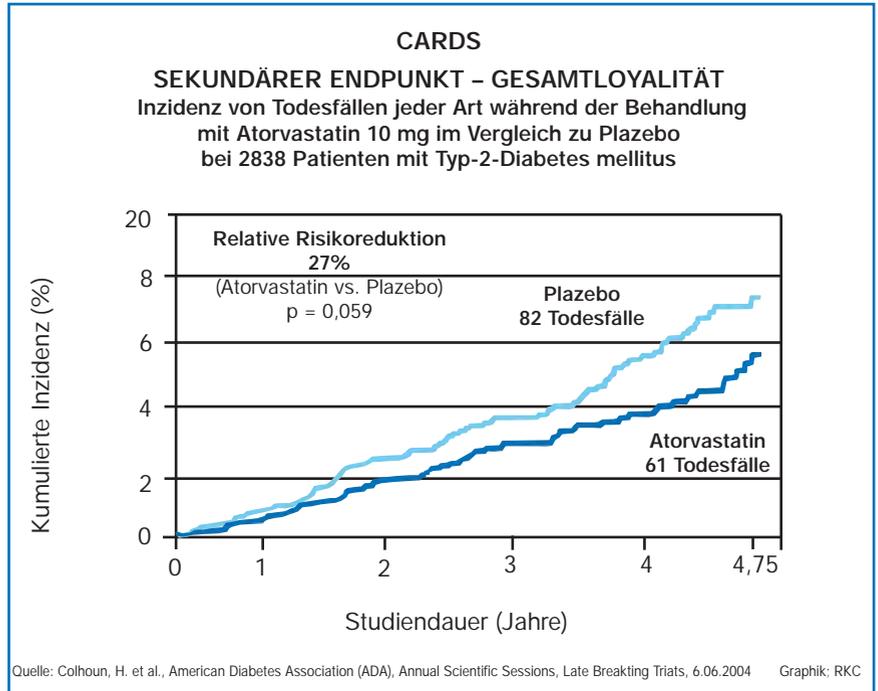
betika, knapp 15 % waren mit Insulin behandelt und etwa 5,0 bzw. 4,2 % erhielten eine Kombinationstherapie. Der Rest von 15 bzw. 16,2 % wurde ausschließlich mit Diät therapiert. Der HbA1c-Wert betrug knapp 8 %, die Blutglukosewerte lagen bei etwa 180 mg/dl (10,0 mmol/l). Etwa 30 % der Probanden hatte eine Retinopathie, bei etwas mehr als 15 % lag eine Mikroalbuminurie vor.

Die Lipidwerte waren entsprechend der Studienanlage nur leicht bis moderat erhöht und lagen nur geringfügig über den für Diabetiker in den Leitlinien geforderten Zielwerten. Das Gesamtcholesterin betrug zu Studienbeginn im Mittel 207 mg/dl, LDL-Cholesterin lag bei 118 mg/dl in der Placebogruppe und bei 119 mg/dl in der Atorvastatingruppe.

Durch die Behandlung mit 10 mg Atorvastatin/Tag wurde – wie zu erwarten – Gesamtcholesterin und LDL-Cholesterin deutlich reduziert. Gesamtcholesterin sank um 54 mg/dl (-26 %) und LDL-Cholesterin um 46 mg/dl (-40 %) ab. Der Anteil der Patienten, die einen LDL-Zielwert von 100 mg/dl erreichten wurde so von etwa 25 % zu Beginn der Studie auf etwa 80 % gesteigert.

Der primäre Endpunkt der CARDS-Studie, der als kumuliertes Auftreten schwerwiegender kardiovaskulärer Ereignisse definiert war, konnte durch die Behandlung mit dem Lipidsenker Atorvastatin um mehr als ein Drittel reduziert werden. Im Verlaufe der Studiendauer von durchschnittlich 3,9 Jahren traten unter Atorvastatin 83 Ereignisse auf, während unter Placebo 127 Ereignisse registriert wurden. Die entspricht einer statistisch hochsignifikanten relativen Risikoreduktion von 37 %.

Dieses Ergebnis war bestimmt durch die Reduktion der besonders schweren Komponenten des primären Endpunkts. So traten beispielsweise



unter Placebo insgesamt 77 akute Koronareignisse auf, in der Atorvastatin-Gruppe dagegen nur 51. Auch die Häufigkeit der Schlaganfälle war unter Atorvastatin mit insgesamt 21 gegenüber 39 Fällen in der Placebogruppe deutlich und statistisch hochsignifikant um 48 % reduziert.

Obwohl es sich bei den CARDS-Patienten um ein Kollektiv mit relativ niedrigem kardiovaskulärem Risiko handelte, konnte die Gesamtmortalität – ein sekundärer Endpunkt der Studie – durch die Behandlung mit Atorvastatin um 27 % reduziert werden, diese Reduktion verfehlte jedoch mit einem p-Wert von 0,059 die statistische Signifikanz von 0,05 knapp.

Die Verträglichkeit von Atorvastatin war – wie erwartet – gut und unterschied sich nicht von Placebo. Eine erhöhte Krebs-Mortalität sowie eine Erhöhung nicht kardiovaskulärer Todesursachen wurde nicht beobachtet.

Aus den CARDS-Ergebnissen, so Colhoun in ihrer Zusammenfassung, kann abgeleitet werden, dass es keine feste untere Grenze für Gesamt- und LDL-Cholesterin bei Diabetikern gibt, sondern dass u.a. das kardiovaskuläre Risiko des Patienten als Entscheidungskriterium herangezogen werden sollte. In jedem Falle aber sollte der Einsatz eines Statins bei dieser Patientengruppe erwogen werden.

*Colhoun, H. et al., American Diabetes Association (ADA), 64th Scientific Sessions, Orlando (Florida, USA), Late Breaking Trials, 6. Juni 2004

Weitere Informationen:

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



Neues aus dem **BVMed**-Innovationspool

Universal-Set speziell für Kinder

Die Komponenten des Steri-Drape 9001 Pädiatrie-Sets sind auf die Körpergröße der kleinen Patienten abgestimmt und verfügen zudem über kleinere Klebezonen.

Zur Applikation der Abdecktücher auf empfindlicher Kinderhaut hat 3M Medica besonders schmale Klebestreifen entwickelt (1,5 cm). Dank gefalteter Ecken, so genannter „Fingerlifts“, lassen sich die Liner der Klebestreifen gut greifen und lösen. Das neue Pädiatrie-Set beinhaltet unter anderem kleinere Seitentücher (75 cm x 75 cm).

3M Steri-Drape Abdecktücher gewährleisten auch bei lang andauernden Eingriffen eine sichere Wundrandhaftung und damit ein gleich bleibend steriles OP-Feld. Darüber hinaus verhindern sie eine Flüssigkeitspene-

tration und den damit verbundenen Transport von Mikroorganismen, die zu Wundinfektionen führen können. Das weiche, drapierfähige und absolut reißfeste Material passt sich den Körperkonturen sehr gut an. Es verfügt neben atmungsaktiven und flüssigkeitsabweisenden Eigenschaften vor allem über eine gute Aufsaugkapazität und geringe Partikelabgabe.

Foto: 3M

Weitere Informationen:

3M Medica Zweigstelle der 3M
Deutschland GmbH
Hammfelddamm 11
41453 Neuss
Tel.: 02131/14-4281
Fax: 02131/14-4432
<http://www.3m.com/de>

Mehrkommerbeutel für Urostomiepatienten

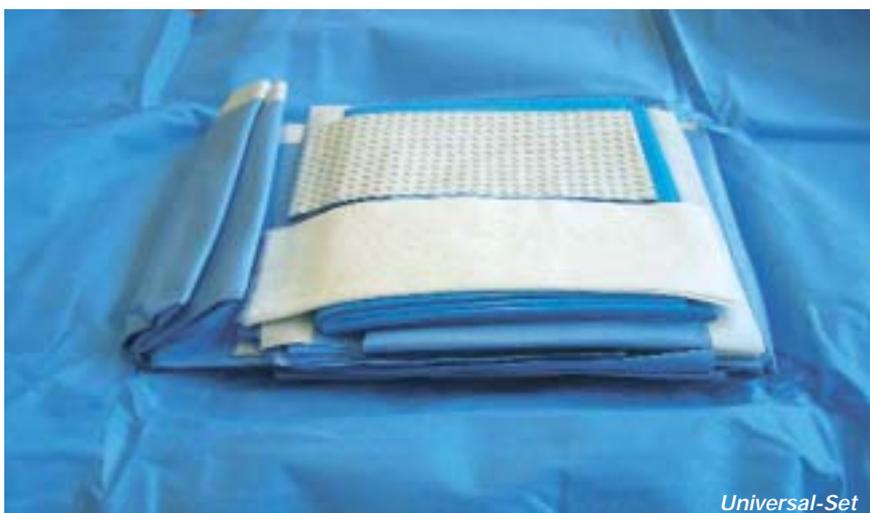
Um Urostomiepatienten in jeder Situation eine diskrete, flexible und zuverlässige Versorgung zu ermöglichen, bietet Coloplast ein Komplettsystem aus sorgfältig aufeinander abgestimmten Produkten an.

Neu im System ist der zweiteilige Assura Uro Mehrkommerbeutel, bei dem sich die Flüssigkeit in einzelne Kammern verteilt. Der Beutel bleibt dadurch flacher und wesentlich geräuschärmer als herkömmliche Urostomiebeutel. Eine integrierte Rücklaufsperre verhindert den Rückfluss des Urins und vermindert so das Infektrisiko.

Zur Auswahl steht ein transparenter Beutel sowie ein Beutel mit einer weißen Softfront, bei dem der Beutelauslass umgeklappt und unter das weiche Vlies gesteckt werden kann. Die erosionsresistente, hautschonende Assura Basisplatte Extra – wahlweise auch konvex – komplettiert den Zweiteiler und bietet besonderen Schutz vor aggressiven Ausscheidungen.

Weitere Informationen:

Coloplast GmbH
Kuehnstraße 75, 22045 Hamburg
Tel.: 040/ 6 98 07 - 0
<http://www.coloplast.de>





Neues aus dem **BVMed**-Innovationspool

Hydrokapillare Wundverbände für exsudierende Wunden

Ein häufiges Problem in der Wundversorgung ist die Versorgung sehr stark exsudierender (nässender) chronischer Wunden. Häufige Verbandwechsel und damit verbunden auch hoher Zeit- und Kostenaufwand führen zu Engpässen im Krankenhaus, in Ambulanzen, in niedergelassenen Praxen sowie im Homecare Bereich. Zudem ergeben sich starke Unannehmlichkeiten für die betroffenen Patienten. Häufige oder traumatische Verbandwechsel führen zu einer sinkenden Behandlungswilligkeit der Patienten.

Aufgrund der sehr guten Eigenschaften in Bezug auf das Exsudatmanagement (Absorption + Retention + Verdunstung), bietet Alione hier die passende Lösung. Aufgrund verlängerter Tragezeiten werden Verbandwechsel seltener notwendig. Zudem minimiert eine im Verband integrierte Wundkontaktschicht die Gefahr des Verklebens des Verbandes mit dem Wundgrund und begünstigt somit einen atraumatischen Verbandwechsel.

Cellulosefasern leiten das Wundexsudat direkt in den Verband. Dort nehmen Superabsorberpartikel im hydrokapillaren Wundkissen die Flüssigkeit auf und speichern sie sicher - das Wundkissen kann das 28-fache seines Eigengewichtes an Wundflüssigkeit aufnehmen. Das Exsudat wird vertikal in den Verband aufgenommen und dann gleichmäßig im Wundkissen verteilt. Überschüssiges Exsudat kann nach oben durch die Polyurethan - Folie verdunsten. Durch die guten Retentionseigenschaften von Alione

bleibt die gespeicherte Wundflüssigkeit im Verband. Deshalb werden Mazerationen und Leckagen weitestgehend vermieden und die Umgebungshaut geschont.

Coloplast GmbH
Ansprechpartner
Marketing Wundversorgung
Kuehnstraße 75
22045 Hamburg
Tel.: 040/669807-77
Fax: 040/669807-72
<http://www.coloplast.de>

In geringer Menge auf die saubere, trockene Haut aufgetragen und einmassiert, schützt die hypoallergene und wasserfeste Creme vor externer Kontamination (beispielsweise durch Exkremete). Dabei versorgt sie die Haut gleichzeitig mit Feuchtigkeit, erhält ihr natürliches pH-Gleichgewicht und verzögert die Verdunstung von Wasser durch die Haut.

Die Aufnahmefähigkeit von Windeln wird durch Auftragen der Creme nicht beeinträchtigt. Dank ihrer hohen Wirksamkeit ist sie sparsam in der Anwendung und garantiert so ein gutes Kosten-Nutzen-Verhältnis.

Langzeit-Hautschutz-Creme für eine gesunde, glatte Haut



Mit dem 3M Cavilon Langzeit-Hautschutz hat 3M Medica eine Creme entwickelt, die einen einzigartigen, lang anhaltenden Schutz vor Körperflüssigkeiten bietet und der Haut gleichzeitig optimale Feuchtigkeit spendet.

3M Cavilon Langzeit-Hautschutz-Creme kann für folgende Indikationen angewendet werden:

- zum Schutz vor Hautreizungen durch Körperflüssigkeiten
- zur Prävention von Hautschädigungen durch Inkontinenz
- als Feuchtigkeitscreme bei extrem trockener Haut
- als Schutz für gereizte Haut

3M und Cavilon sind Marken der 3M Company.

Foto: 3M

Weitere Informationen:

3M Medica Zweigstelle der 3M
Deutschland GmbH
Hammfelddamm 11, 41453 Neuss
Tel.: 02131/14-4416
Fax: 02131/14-4432
<http://www.3m.com/de>



Neuer BVMed-Informationsflyer zur Verwendung von Versorgungssets bei Harninkontinenz: „Einheitliche Kostenübernahme der Kassen ist notwendig“

Auf die noch immer fehlende einheitliche Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen bei der Verwendung von Versorgungssets zur Harnableitung im ambulanten Bereich hat der BVMed in einem neuen Informationsflyer zu Kathetersets hingewiesen. Einheitliche Regelungen zur Kostenübernahme von Versorgungssets würden für Klarheit sorgen und auch zu Kostensenkungen im Gesundheitswesen beitragen. Schließlich habe die Inkontinenzversorgung in Deutschland eine hohe sozioökonomische Bedeutung, so der BVMed in der Publikation „Verwendung von Versorgungssets“.

Harninkontinenz ist eine der häufigsten altersunabhängigen Begleiterkrankungen. Sie betrifft in Deutschland rund 11 Millionen Menschen, die ihren Harn- und/oder Stuhlabgang nicht mehr bewusst kontrollieren können. Ableitende Inkontinenzversorgung ist beispielsweise erforderlich bei Querschnittslähmung, Multipler Sklerose, Schädel-Hirn-Verletzungen, Wirbelsäulen- oder Hirntumoren, Schlaganfall oder Morbus Alzheimer. Die Betroffenen stehen nicht nur in der Gefahr der sozialen Isolation, sondern

auch schwerwiegender Komplikationen wie Harnwegsinfektionen, Harnstauungen, Niereninsuffizienz und Dekubitus.

Den Risiken einer Harnwegsinfektion kann u. a. durch eine qualifizierte aseptische Anwendungstechnik begegnet werden. Vom Robert-Koch-Institut wird unter Verwendung von Versorgungssets ein aseptisches Katheterisieren sowie ein standardisierter Arbeitsablauf empfohlen. Versorgungssets enthalten, je nach Harnableitungsverfahren, die erforderlichen Materialien wie steriles Einschlagtuch, geschlitztes Lochtuch, Tupfer, Kompressen, Pinzetten und Urinauffangbehältnis. Die Sets sind mit oder ohne Katheter erhältlich.

„Gezielte therapeutische Maßnahmen zur Vermeidung lebensbedrohender Komplikationen am Harntrakt sind unverzichtbar. Dazu gehört die Anwendung z. B. von Versorgungssets oder die Applikation eines Dauerkatheters. Die einschlägigen ärztlichen Behandlungsrichtlinien geben hier die Verwendung von Versorgungssets vor. Regelungen der Gesetzlichen Krankenversicherung zur Kostenübernahme gibt es

jedoch hierfür nicht“, kritisiert der BVMed.

Wesentliche Bedeutung kommt den Folgekosten durch Infektionen und Folgeerkrankungen zu, die durch unsachgemäße Anwendung und unzureichende Hygiene entstehen. Mit Hilfe von standardisierten Versorgungssets können solche Kosten vermieden oder wenigstens weitgehend gesenkt werden.

Die neue BVMed-Publikation kann – gemeinsam mit einer 17-seitigen Online-Informationsschrift zu Kathetersets – im Internet unter www.bvmed.de (Publikationen - Hilfsmittel) abgerufen oder beim BVMed, E-Mail an lieck@bvmed.de, bestellt werden.

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>*



Gönnen Sie sich

Zeit für sich selbst in unserem Wellnessparadies: Balance - Harmonie - Lebensart. Über 110 Pauschalangebote erhalten Sie unter <http://www.saechsische.staatsbaeder.de> oder Info-Hotline **037437/71111**.



**BAD ELSTER
BAD BRAMBACH**



5. BVMed-Innovationskongress Medizintechnologie:

Das Gesundheitssystem bricht auf - Strukturwandel der Versorgung mit innovativen Medizintechnologien am 09.09.2004 im Hotel HILTON in Berlin

ZUM THEMA

Das Gesundheitsmodernisierungsgesetz hat neue Möglichkeiten für Innovationen in der Gesundheitsversorgung eröffnet. Mit der Einführung der Anschubfinanzierung für die Integrierte Versorgung, die Bildung von medizinischen Versorgungszentren und der Möglichkeit der Einzelvertragsvereinbarungen zwischen den Kostenträgern und den Leistungserbringern werden die bisherigen Sektorengrenzen und kollektive Vertragshemmnisse aufgehoben.

Erste sektorenübergreifende und interdisziplinär-fachübergreifende Integrierte Versorgungsverträge wurden bereits ratifiziert und in der Praxis angewendet. Der Wettbewerb um qualitative aber auch wirtschaftliche neue Versorgungsformen ist in vollem Gange.

Die Öffnung der Krankenhäuser für ambulante Leistungen, die Neuregelungen zum ambulanten Operieren und der Einstieg in das neue preisorientierte Fallpauschalensystem werden den Wettbewerb zwischen den Leistungsanbietern um die hochwertige Versorgung der Patienten verstärken. Dabei spielen besonders innovative Medizintechnologien und Dienstleistungen eine wichtige Rolle.

Neue Versorgungsformen und Strukturen, die durch innovative Medi-

zintechnologien unterstützt oder erst ermöglicht werden, sind u. a:

- Vakuumbiopsie der Mamma als Modellprojekt
- bundesweites Versorgungsmodell mit innovativen Medikamente freisetzenden Stents
- innovative Inkontinenzbehandlungskonzepte in der Integrierten Versorgung
- Innovation in der Wundversorgung
- telemedizinische Anwendung in der Herzschrittmacher- und ICD-Therapie

Diese neuen Technologien und Dienstleistungen werden von den anwendenden Leistungserbringern der Klinik, niedergelassenen Vertragsärzten sowie ihren Vertragspartnern bei den Kostenträgern vorgestellt. Dabei liegt der Focus in der Darstellung der Qualität und Wirtschaftlichkeit der Leistungserbringung und des Nutzens für den Patienten.

ZIEL

Der Kongress soll durch innovative Versorgungsmodelle mit hochwertigen Medizintechnologien und Dienstleistungen, die durch praxiserfahrene und namhafte Referenten vorgestellt werden, die Chancen und Vorteile im einsetzenden Gesundheitsversorgungswettbewerb aufzeigen.

Der Kongress steht allen Interessenten offen, die im zukünftigen

Gesundheitsmarkt die Herausforderungen des Versorgungswettbewerbs aktiv annehmen und mitgestalten möchten. Das sind u. a. Entscheidungsträger im Krankenhaus, in den Krankenkassen, in der Industrie, als Anbieter von Gesundheitsdienstleistungen, als Arzt oder andere im Gesundheitssystem tätige Verantwortliche.

Donnerstag, 9. September 2004, 9.00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT

HILTON Berlin
Mohrenstraße 30
10117 Berlin
Tel.: 030/20 23 - 0,
Fax: 030/20 23 - 42 69
Anfahrtskizze im Internet:
<http://www.hilton.com>

ANMELDUNG

Bis spätestens 3. September 2004 auf dem Anmeldebogen (Anlage) bzw. online unter lieck@bvmed.de. Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Für den Fall der Nichtteilnahme bitten wir Sie um Absage bis spätestens 3. September 2004.

*BVMed-Reinhardtstr. 29 b,
10117 Berlin
Tel.: 030/246 255-0
Fax: 030/246 255-99
<http://www.bvmed.de>
Kontakt: winkler@bvmed.de*

TRAVELJOHN™

FÜR'S „KLEINE GESCHÄFT“ UNTERWEGS



TravelJohn™ ist ein Einwegklo mit der patentierten Liqisorb® Technologie.

Das patentierte Liqisorb® Granulat innerhalb des Beutels wandelt jede Flüssigkeit sofort in ein festes Gel um, desinfiziert und erzeugt einen angenehmen Geruch.

Ein Überlaufschutz sorgt für sichere und universelle Anwendung. Nach Gebrauch ist das Gel absolut auslaufsicher und kann über den Hausmüll umweltfreundlich entsorgt werden.

Ein speziell entwickelter Aufsatz macht den Gebrauch für jeden einfach, sowohl im Sitzen, Liegen und im Stehen.

Eigenschaften:

Revolutionäres Beutel-in-Beutel-Design. Nicht giftig, auslaufsicher, geruchlos, überlauf sicher, Einfach über den Hausmüll zu entsorgen. Klein und leicht. Mehrfach verwendbar bis Füllmenge erreicht ist. Patentierter LIQSORB(r) Absorber. Füllmengenanzeige. Unisex Design und Farbe.

Weitere Informationen: MARLY PRODUCTS, Kolomanstraße 5a, 85797 Ismaning, marly_products@t-online.de, Tel.: 089/996 388 79, Fax: 089/996 388 90, <http://www.traveljohn.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:

Australien:

Jürgen Corleis
Abbotsford, NSW 2046
E-Mail: jcorleis@optusnet.com.au
Tel.: 006 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: 008 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 - 0
E-Mail: wb@verlagsbuero-brandt.com
Internet: <http://www.verlagsbuero-brandt.com>

Anzeigenvertrieb Pharmafirmen:

Verlagsbüro Nielsen Gebiet 2 und 3a
Point63 Akquisitionsbüro
Andreas Stoßberg
Kornstr. 28
42710 Solingen
Tel.: 0212/233 52 65
Fax: 0212/233 52 66
E-Mail: andreas.stossberg@t-online.de

Anzeigenverwaltung:

Andrea Falk
Layout: Jutta Franke
Erscheinungsort: 48165 Münster
Mitglied im Arbeitskreis **LA-MED**
Druck: Europrint Modrany, Prag
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

Vertrau der Kraft!

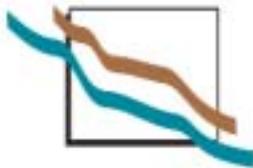


+++ Neue Studienergebnisse bei Patienten mit Hypercholesterinämie +++
 gestoppt! +++ REVERSAL-Studie^{5,7} +++ Plaque-Progression gestoppt!^{5,7}
 +++ schnelle Reduktion von Ereignissen^{6,7} +++ PROVE-IT-Studie^{6,7} +++ s

stark:
kraftvolle
LDL-C- und TG-Senkung^{1,2}

schnell:
im Wirkeintritt und
in der Risikoreduktion^{1,3,4}

sicher:
weltweit 63 Mio.
Patientenjahre Erfahrung⁴



Atorvastatin
Sortis®

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:** Cellulose, mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Croscarmellose-Natrium, Polyvinylpyrrolidon 25, Hydroxypropylmethylcellulose, Magnesiumstearat (Ph.Hst.), Natriolaurylsulfat, Carboxymethylcellulose, Hydroxypropylmethylcellulose, Macrogol 4000, Stearinsäure (E 171), Talkum, Simethicon, Stearol-Emulgatoren, Sorbitolhexahydrat (Ph.Hst.). **Anwendungsgebiete:** Zur Senkung erhöhter Gesamtcholesterin-, LDL-Cholesterin-, Apolipoprotein-B- und Triglyceridspiegel, bei Patienten mit primärer Hypercholesterinämie, familiärer Hypercholesterinämie (heterozygoter 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 familiärer Hypercholesterinämie. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil des Arzneimittels, aktive Lebererkrankung oder unklare, dauerhafte Erhöhung von Serum-Transaminasen auf mehr als das 3-fache des Normwertes, Myopathie, starke Alkoholikose, 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-Risiko-Abwägung und engmaschige Überwachung (Creatinkinase-Bestimmung) bei Pat. mit prädisponierenden Faktoren f. d. Auftreten von Rhabdomyolyse. **Nebenwirkungen:** Häufig (1-10%): Verstopfung, Blähungen, Dyspepsie, Übelkeit, Durchfall, allergische Reaktionen, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Binnenerneuerung, Tinnitus, Hautausschlag, Pruritus, Myalgie, Arthralgie, Asthenie, Schwinden im Brustkorb, Rückenschmerzen, periphere Ödeme. Gelegentlich (0,1-1%): Anorexie, Schweiß, Thrombozytose, Abgabe, Hypoglykämie, Hypoglykämie, Durstgefühl, Anämie, periphere Neuropathie, Übelkeit, Myopathie, Infektion, Unwohlsein, Gastrointestinaltrakt, Sepsis (0,01-0,1%), Myopathie, cholelithische Steine, Mydriasis, Rhabdomyolyse. Selten (weniger als 0,01% a. Einzelfälle): anaphylaktische Reaktionen, angioödematöses Ödem, bullöses Exanthem (einschl. Erythema multiforme, Stevens-Johnson-Syndrom, toxisch epidermale Nekrolyse). Wie bei anderen HMG-CoA-Reduktase-Inhibitoren wurde ein Anstieg der Serumtransaminasen 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 (CK)-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 (NT) € 33,47; 30 Filmtabletten (NZ) € 87,00; 100 Filmtabletten (NT) € 102,00; Sortis 20 mg/30 Filmtabletten (NT) € 53,88; 30 Filmtabletten (NZ) € 87,00; 100 Filmtabletten (NT) € 119,12; Sortis 40 mg/30 Filmtabletten (NT) € 61,70; 30 Filmtabletten (NZ) € 96,20; 100 Filmtabletten (NT) € 178,62. **Klinische Angaben:** Bitte beachten Sie außerdem die Fachinformation. **Stand:** August 2003. **Pharmazeutische Unternehmen:** PARKE-DAVIS GmbH, GÖDECKE GmbH, PFIZER GmbH und HEINRICH MACK NACHF. GmbH & Co. KG, 76135 Karlsruhe, D-17170 H-0 (D-47417) www.pfizer.de

1 Newman DJ, et al., *Atorvastatin Therapy* *Vasc Biol* 1995; 15: 678-682. **2** Schnorf H, et al., *Journal Cardiovascular Pharmacology Therapeutics* 1998; 3(2): 119-124. **3** Schwartz G.G. et al., *JAMA* 2001; 285: 1711-1718. **4** Seit Jahren stabile Nutzen-Risiko-Verhältnisse über den gesamten Dosisbereich (10 bis 80 mg). **Data on file.** **5** Nissen, S.E. et al., *JAMA* 2004; 290: 1071-1080. **6** Cannon, C.P. et al., *N Engl J Med*, 2002; 346: 27-34. **7** Seit 2004



Perfect Sunday Brunch

Jeden Sonntag von 12.00 Uhr bis 15.00 Uhr
verwöhnt Sie unser Küchenteam mit einem Brunch-Bufferet,
das keine Wünsche offen lässt.



Genießen Sie bei einem Glas Champagner hausgemachte Sushi & Sashimi Variationen, Gerichte aus dem Wok mit fernöstlichen Gewürzen und frische Pasta wie bei Mamma. Knackig bunte Salate, internationale Vorspeisen, fangfrische Schalen- und Krustentiere, verschiedene Hauptgänge runden das kulinarische Angebot ab. Hausgemachte Naschereien versüßen Ihnen den Nachmittag.

Unsere Gäste von morgen freuen sich über ihr eigenes Buffet und vergnügen sich im Kinderland.

Im Preis von **€ 32,50** pro Person sind Kaffee, Tee, Säfte, Mineralwasser und ein Glas Champagner zum Empfang inbegriffen.

Wir freuen uns über Ihre Reservierung unter **(089) 92 64 81 10**.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)


**ArabellaSheraton
Grand Hotel**
München

