

Gour-med®

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+ THERME EUROPA

KochKöpfe

Schlosshotel Hugenpoet
Erika Bergheim
im Restaurant „Nesselrode“

DER BESONDERE TIPP

„Arabella Sheraton“ München
Prag – Das „Palace Praha“
Mallorca – wie es einmal war
Brüssel – „The Royal Windsor“
Turku (Finnland) und der Schären-
garten

DER GENIESSER TIPP

Champagner und Weine
Leichte Salate von
Armin Roßmeier

KULINARIA DER WELT

Puerto Nuevo – wo die
Langusten zu Hause sind
Top-Hotels in Südafrika

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

MEDIZIN NEWS

MEDIZIN-TECHNIK NEWS

5/6-2005

24. JAHRGANG

ISSN 0177-3941

H 54575



**Geschmorte Lamm-Stelze und rosa gebratenes Lammfilet von
Erika Bergheim im Restaurant „Nesselrode“**



**Büroklammern
gibt's im Laden.
Blut nicht.**



**SPENDE
BLUT**
BEIM ROTEN KREUZ

EDITORIAL



Liebe Gour-med-Leser,

Sommer, Sonne, Urlaubszeit, endlich liegt die kalte und regnerische Wetter-Periode hinter uns. Sehnsüchtig warten wir alle darauf, dass der Sommer uns mit Sonnenschein verwöhnt. Die Urlaubszeit liegt vor uns und die meisten von Ihnen haben ihr Reiseziel längst gebucht, die Freude auf Entspannung und genussreiche Erholung ist gross.

Lassen Sie sich nicht die Vorfreude durch die politische Entwicklung – gerade in den medizinischen Fachberufen und in der Pharmaindustrie ist alles oder nichts möglich – vermiesen, hoffen wir auf die Zukunft, und wenden uns den schönen Dingen des Lebens zu.

Wir, das Gour-med Team, haben wieder einige besonders empfehlenswerte Restaurants und Reisetipps für Sie ausgesucht.

Das inmitten des Ruhrgebietes liegende, naja, genau genommen ist es zwischen Essen und Düsseldorf, „Schlosshotel Hugenpoet“, mit der Küchenchefin Erika Bergheim gehört zu den Refugien, wo Klasse und Genuss eine selbstverständliche Leistung sind. Erika Bergheim verwöhnt ihre Gäste auf Sterne-Niveau. Leider ist ihr diese Auszeichnung bisher versagt geblieben, ich glaube allerdings, dass das nicht mehr sehr lange der Fall sein wird.

Eine Entdeckung für den Ruhesuchenden Geniesser sind die „SOM 7

Fincas“ auf Mallorca, das ist „Agrartourismus“ zum Verwöhnen und verwöhnt werden.

Südafrika und seine Weine sind sprichwörtlich in aller Munde, einmal abgesehen von den touristischen und kulturellen Attraktionen dieser wohl einmaligen Landschaft. Wir waren dort und berichten von den interessantesten Plätzen.

Zu den wohl schönsten Plätzen in Europa gehört die europäische Hauptstadt Brüssel mit ihrer historischen Altstadt. Wir stellen Ihnen ein Hotel vor, das es zu besuchen lohnt. Wir empfehlen Ihnen eine Visite des „Very British“ Hotels „Royal Windsor“.

Die Weinpräsentationen von Rakhsan Zhouleh stellen Ihnen diesmal einen erstklassigen Weiss- und Rotwein von der Loire vor. Die literarische Präsentation von unserem philosophischen Sommelier verführt den Gaumen schon beim Lesen. Der Connoisseur wird unsere Ruinart Champagner-Empfehlung bestätigen. Das älteste Champagnerhaus ist auch eines der besten Erzeuger dieses edlen Getränks. Der Rosé ist ein herrliches Sommervergnügen, der sehr gut mit den leichten Salat-Rezepten von Armin Roßmeier harmoniert.

Gewinnen können Sie diesmal ein langes Wochenende in Österreich im noblen Gourmethotel „Goldener Berg“ in Lech am Arlberg. Viel Glück!



Das in Finnland bekannteste und exklusivste Spa Hotel das „Naantali Spa Hotel“ im Südwesten Finnlands, in der Nähe von Turku, hat Anne Wantia besucht. Sie ist der Meinung, dass ein Besuch nicht nur für Finnland Liebhaber lohnenswert, sondern auch ein besonderes Erlebnis ist.

Als Service für unsere Leser ist die Serie „Der Wirtschafts-Tipp“. Dieses immer wichtigere Thema auch oder gerade für den Arzt, soll Ihnen Anregungen und Ideen für die unternehmerischen Tätigkeiten in Ihrer Praxis liefern.

Und natürlich lesen Sie wie immer Neues aus den Fachbereichen: Ernährungsmedizin, Medizintechnik und Naturheilverfahren.

Viel Spaß mit der Sommer-Ausgabe von Gour-med und einen guten Start in den verdienten Urlaub wünscht Ihnen, liebe Leser, das Gour-med-Team und natürlich

Ihr

Klaus Lenser
Herausgeber

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

Sinupret LIQUITABS

die Sinupret-Innovation

NEU
FEBRUAR 2005



Sinupret® Liquitabs®. Zusammensetzung: 1 Liquitab® enthält: Eukalyptus, gepulvert 18 mg; Eucalyptusöl, gepulvert 8 mg; Berberis-Extrakt, gepulvert 18 mg; Holunderblüten, gepulvert 18 mg; Schleimblumenblätter mit Kelch, gepulvert 18 mg. Sonstige Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Croscarmellose-Formium, Hydroxyethylcellulose, Natriumstearat, Calciumhydroxid, Calciumhydroxid-Natrium, Kaliumsalz, hochdisperses Siliciumdioxid, Kondensmilchpulver, Aspartam, Natriumchlorid, Magnesiumstearat. **Anwendungsgebiete:** Bei akuten und chronischen Entzündungen der Nasennebenhöhlen. **Gegenanzeigen:** Wie bei allen Arzneimitteln in der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach strenger Indikationsstellung. Für die Anwendung bei Kleinkindern liegen keine Erfahrungen vor. Deshalb nicht bei Kindern unter 6 Jahren anwenden. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich: trockener Magen-Darm-Beschwerden (z.B. Magenschmerzen, Übelkeit) und selten Überempfindlichkeitsreaktionen (Hautausschlag, Rötterung, Juckreiz, Angioödem, Atemnot) auf: **BIONORICA AG, 52228 Bionorica, Alsterdorf. PLANTAMED Arzneimittel GmbH, 52308 Neuwied. Stand: 12/04**



Auch für Kinder

INHALT

6	KOCHKÖPFE
	Erika Bergheim im Restaurant „Nesselrode“
12	GENIESSER-WEIN-TIPP VON RAKHSHAN ZHOULEH
	Loire-Weine und Champagner
14	GENIESSER-TIPP VON ARMIN ROBMEIER
	Sommer-Salatküche
16	DER BESONDERE TIPP/GEWINNSPIEL
	Arabella Sheraton • Prag – „Palace Praha“ • Mallorca • Brüssel – „Royal Windsor“ • Turku • „Goldener Berg“ (A)
36	KULINARIA DER WELT
	Südafrika • Puerto Nuevo
41	UNTERWEGS MIT HORST-DIETER EBERT
	Blick über Bangkok und ein Hotel ganz neuen Typs
44	BUCH-TIPPS
	Empfehlungen zu Selberlesen und Verschenken
46	WIRTSCHAFTS-TIPP
	Vorbereitung auf Basel II durch externes Rating
48	ERNÄHRUNGSMEDIZIN
	Körner oder Rohkost? • Nahrungsmittelallergie • Allergiediät
54	MEDIZIN-NEWS / IMPRESSUM
	Das Kreuz mit dem Kreuz • Risikofaktoren bei Demenz • Nicht-invasive Beatmung bei respiratorischer Insuffizienz
60	ZÄN-INFO
	Komplementäre Tumorthherapie
62	MEDIZIN TECHNIK NEWS
	BVMed-Forum über Nadelstichverletzungen: Einsatz von Sicherheitsprodukten – eine Verpflichtung gegenüber dem Personal



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



KochKöpfe



Erika Bergheim

VERFÜHRUNG A LA CARTE IM RESTAURANT „NESSELRODE“

VON

ERIKA BERGHEIM

IM

„SCHLOSSHOTEL HUGENPOET“

Klaus Lenser
Anne Wantia

Stimmt das wirklich, dass wir uns immer noch im Ruhrgebiet befinden? Diese Frage wird dem Inhaber des Schloß Hugenpoet, Martin Lübbert, von Gästen, die das erste Mal bei ihm sind, immer wieder gestellt. Man kann es kaum glauben, dass dieses herrli-

che Wasserschloß inmitten des Rhein-Ruhr-Zentrums liegt. Im Ruhrtal zwischen Essen und Düsseldorf steht dieses einmalige Refugium, das Relais&Châteaux Hotel „Schloß Hugenpoet“.



Der Inhaber vom „Schlosshotel Hugenpoet“,
Michael Lübbert mit seiner Frau Petra



Das Schlosshotel „Hugenpoet“

Die wechselhafte Geschichte durch Jahrhunderte sind ihm nicht anzumerken. Die elegante, antiquarische Einrichtung und modernste Technik werden dem anspruchsvollsten und verwöhntesten Hotelgast gerecht. Das Jahr 2004 war geprägt von einer Aufbruchstimmung im Hotel und in der Gastronomie des Hauses. Das neu umgestaltete Gourmet-Restaurant „Nesselrode“, dass schon seit Herbst 2003 unter der Leitung von Küchenchefin Erika Bergheim stand, erhielt mit dem neu erschaffenen Hugenpöttchen einen gastronomischen Begleiter, sozusagen für den gutbürgerlichen Geschmack.

Vom Gourmet-Restaurant „Nesselrode“ genießt man den Blick auf den schönen alten Schlosspark, im Sommer selbstverständlich von der Terrasse. Küchenchefin Erika Bergheim, die eher zu den Stillen ihrer Zunft gehört, versteht sich perfekt auf geschmackliche Variationen für Genießer mit höchsten Ansprüchen. Es gehört auch nicht zu ihrer auffallend bescheidenen Art, jedem modischen Küchentrend hinterherzulaufen. Ihre Philosophie ist geprägt von der Konzentration auf das Wesentliche. Sie ist eine grundsätzliche „Handwerkerin“, die eine erstklassige Produktauswahl für unverzichtbar hält. Die Realität des Möglichen ist ihr Credo. Ihre unverkennbare Handschrift: saisonale Frische der Produkte, bevorzugt aus der Region, Klarheit auf dem Teller und Mut zu natürlichen Kräutern und Gewürzen. Ihre ausgeprägte Vorliebe für das virtuose Spiel mit natürlichen Aromen und Gewürzen kommt ihren Gerichten und natürlich auch dem Gast zu Gute. In Amerika, bei dem berühmten Chefkoch des „The Inn at Little Washington“ in Virginia, Patrick O’Connell, lernte sie mit kräftigen Aromen zu kochen, wobei ihr ganz wichtig ist, dass die Aromen nichts von ihrer Natürlichkeit einbüßen. Da ist es schon nicht mehr verwunderlich, dass sie selber gerne durch Felder und Wiesen streift und frische Kräuter für ihre Gourmet-Küche sucht.

Erika Bergheim gehört zu den Köchinnen, die mit ganz viel Disziplin und Willen zum Erfolg sich in die Spitzenriege der deutschen Köchinnen und Köche gekocht hat. Wir wünschen ihr, dass der Erfolg ihr treu bleibt und ihre kulinarischen Leistungen weitere Anerkennungen erfahren.

Uns hat sie im Restaurant Nesselrode mit einem 3-Gang-Menue verwöhnt.



Romantisches Schlosshotel „Hugenpoet“

Nach verschiedenen kleinen Küchengrüßen, wie Hase auf Maronensauce oder einem kleinen Mübteigtörtchen gefüllt mit Vacherin und Birne, gab es als Auftakt eine köstliche Parmesansuppe mit Jakobsmuschel. Ganz klassisch folgten eine Gänseleberterrine mit einem Konfit von Zitrusfrüchten bzw. eine gebratene Gänseleber mit Zimtfeige auf Maisschaumsauce. Als Zwischengang wählten wir die sehr interessanten Kompositionen Seeteufelmedaillon vom Grill mit einem Salat von blauen Kartoffeln und Sellerie und die Medaillons von Atlantikhummer mit Kartoffelcrispies und Gewürzsauerrahm. Beide Gerichte waren ein tolles Geschmackserlebnis. Aber mit dem Hauptgang - gebratenes Filet vom Wildsteinbutt auf einem Grapefruit-Risotto und Loup de Mer mit geschmorten Schalotten und Trüffelpolenta - gab es noch eine Steige-



Das Restaurant „Nesselrode“



Musikalische Genüsse

**Hausveranstaltungen auf Hotel
Schloß Hugenpoet ab Juni 2005
anlässlich des 50jährigen
Geschäftsjubiläums**

Sonntag, 26.06.2005

Relais & Châteaux Küchenparty
anlässlich der 30jährigen Zugehörig-
keit bei der Hotelvereinigung unter-
stützt von den Küchenchefs der deut-
schen Relais Gourmand-Häuser:
Dieter Müller, Schloß Lerbach, Dieter
Kaufmann, Traube Grevenbroich,
Johann Lafer, Stromburg, Lothar Eier-
mann, Schlosshotel Friedrichsruhe,
Christian Jürgens, Burg Wernberg,
Claus-Peter Lump, Hotel Bareiss.

Freitag, 26.08.2005

Traditionelle Sommergala
festlicher Ball mit dem bekannten
Peter Weisheit-Sextett, großem Feuer-
werk und Rahmenprogramm

Samstag, 03.09.2005

Exklusive Weinprobe mit badischen
und württembergischen Weinen nur für
Damen mit unserer Sommelieri Chri-
stine Dördelmann

03.09. - 18.09.2005

Gastronomische Wochen im „Hugen-
pöttchen“ unter dem Motto „Der
Süden Deutschlands“

Samstag, 17.09.2005

Jubiläums-Golfturnier im Düsseldorfer
Golfclub mit anschließendem fest-
lichen Gala-Dinner im Schloss.

Sonntag, 23.10.2005

Kulinarisches Oenologisches Quartett
hohe Kochkunst und große Weine
untermalt von klassischer Musik

Sonntag, 06.11.2005

Traditionelle Martinsgansmatinée

zung des kulinarischen Erlebnisses.
Leider mussten wir nach den überaus
reichlichen Portionen passen und auf
ein Dessert verzichten.

Der Service im Gourmet Restaurant
„Nesselrode“ unter der Leitung von
Karlheinz Lehnchen ist von Professiona-
lität geprägt und sorgt beim Gast für
entspannten Genuß. Die Assistentin
von Restaurant-Chef Karlheinz Lehn-
chen, Christine Dördelmann, die gera-
de ihre Ausbildung als Sommelieri
abgeschlossen hat, berät die Gäste
bei der Auswahl der menuebegleiten-
den Weine freundlich, kompetent und
unaufdringlich, sodass einem kulinari-
schen Abend im Gourmet-Restaurant
Nesselrode im Schloß Hugenpoet
nichts im Wege steht. Für die unter
Ihnen liebe Leser, die, aus welchen
Gründen auch immer, im Augenblick
die köstlichen Gerichte von Erika
Bergheim nicht selbst genießen kön-
nen, haben wir wie immer ein 3-Gang
Menue zum Nachkochen mitgebracht.
Allen anderen empfehlen wir die Gour-
met Termine des Nesselrode.



Sommeliere Christine Dördelmann

Rezepte

Medaillons von Atlantikhummer Kartoffelcrispies und Gewürzsauerrahm

Gewürzsauerrahm

Zutaten

200 g	Saure Sahne
60 g	Mayonnaise
1	rote Zwiebel, in Brunoise geschnitten
2 EL	Tomatenconcasse
2 EL	Estragon, gehackt
1 EL	Dijon-Senf
3 EL	Schnittlauch, gehackt
1 TL	Kapern
1 TL	Zitronensaft
1/2 TL	Kreuzkümmel
1/2 TL	Knoblauch
1/4 TL	Cayenne

Kartoffelcrispies

Auf einer Aufschnittmaschine eine sehr große Kartoffel in hauchdünne Scheiben schneiden und durch mit Knoblauch aromatisierte, geklärte Butter ziehen - auf ein



mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, ein zweites Backpapier darüberlegen und im vorgeheizten Backofen bei 135°C trockene Hitze 10 - 15 min. goldbraun und kross backen.

Hummer

Drei Hummer von je etwa 600g nacheinander in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser dem ein Teelöffel Kümmel beigefügt wird fünf Minuten kochen, herausnehmen und abkühlen. Mit einem schweren Messer halbieren und das Fleisch auslösen.

Anrichten

Hummer, Kartoffelcrispies und Gewürzsauerrahm schichten. Zwei halbe wachsweiße Wachteileier und Schnittlauch als Garnitur





Festlich geschmückt

Geschmorte Stelze und rosa gebratenes Lammfilet, Navetten und Perlzwiebeln, Kartoffelmousseline

Zutaten

4	Lammhaxen
2	große Zwiebeln
1/2 Stau	Sellerie
1/2	Knoblauchknolle
1/2 Flasche	Rotwein
1/4 TL	gemahlener Kardamom
1/2 TL	Kreuzkümmel
1 Zimtstange	
20	Perlzwiebeln oder kleine Schalotten
2	mittelgroße Navetten (kleine weiße Rüben) oder Teltower Rübchen oder Steckrüben
	Pfeffer, Salz

4 Lammhaxen salzen, pfeffern und in heißem Olivenöl von allen Seiten goldbraun anbraten. Aus dem Bräter nehmen und nun ein Röstgemüse aus zwei großen Zwiebeln und einer halben Stau Bleichsellerie hineingeben und anbraten. Nach fünf Minuten

eine halbierte Knoblauchknolle mitrösten und nach weiteren fünf Minuten mit einer halben Flasche trockenem Rotwein nach und nach ablöschen. Die Lammhaxen wieder dazugeben und - wenn möglich mit Lammbrühe, sonst mit Rinderbrühe bedecken. Den Fond mit einem Viertel Teelöffel gemahlenem Kardamom, einem halben Teelöffel Kreuzkümmel und einer Zimtstange würzen, die Haxen darin weich kochen und herausnehmen. Etwa zwanzig Perlzwiebeln oder kleine Schalotten schälen und dazugeben. Die Sauce auf etwa einen halben Liter reduzieren, die weichen Perlzwiebeln herausnehmen, den Rest durch ein feines Sieb in einen kleineren Topf passieren, noch einmal aufkochen und mit frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer und eventuell mit Salz abschmecken. Die Haxenknochen auslösen und das Fleisch und die Perlzwiebeln zurück in die Sauce legen und warmhalten. In der Zwischenzeit zwei mittelgroße Navetten oder Teltower Rübchen (Steckrübe würde auch passen) schälen, in kleine Keile schneiden und in wenig Salzwasser blanchieren - auch in die Sauce geben.

Kartoffel-Mousseline

Zutaten

500 g	geschälte Kartoffeln
10	Knoblauchzehen
1 TL	Olivenöl
100 g	frische Butterwürfel
50 g	Crème Fraîche oder Sour Cream
100 ml	heiße Milch
1 Prise	Muskat, Cayenne, Salz und Pfeffer zum abschmecken

Für das Kartoffelmousseline 500g geschälte Kartoffeln im Salzwasser gar kochen, in



Geschmorte Stelze und rosa gebratenes Lammfilet

Rezepte

der Zwischenzeit zwei Knoblauchzehen mit Schale in Olivenöl rösten, herausnehmen und schälen und mit den Kartoffeln in einen Topf passieren. 100g frische Butterwürfel, 50g Crème fraîche und 100ml heiße Milch unterrühren - mit Salz, einer Prise Muskat und einem Stäubchen Cayenne abschmecken. Für die frittierten Kartoffeltürmchen, in die das Mousseline gefüllt wird braucht man möglichst lange Kartoffelfäden, die auf dem sogenannten Slicer, einem Gemüseschneidegerät das man in den meisten Asialäden kaufen kann, geschnitten werden. Diese Fäden werden vorsichtig um ein Stück Zucchini, etwa 5cm hoch, gewickelt, am Anfang und am Ende jeweils unter den Faden gelegt und ausfrittiert. Mit Cayenne würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lammfilet

Zutaten

300 g	Lammrückenfilet
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl
	Rosmarin
	Thymian

Zum Schluß wird ein Stück Lammrückenfilet von etwa 300g oder sechs kleine Lammfilets mit Salz und schwarzem Pfeffer gewürzt und in heißem Olivenöl zusammen mit ein paar Rosmarin - und Thymianzweigen rosa gebraten. Die Filets drei Minuten ruhen lassen, in dieser Zeit die Haxe mit der Sauce, dem Gemüse und Kartoffelmousseline auf sechs Tellern anrichten, dann die Filets aufschneiden und verteilen.



Gebrannte Rosmarincreme mit Pflaumensorbet

Rosmarincreme

720 ml	Sahne
180 ml	Milch
1	Rosmarinzweig

Zusammen aufkochen und ca. 1 Stunde stehen lassen .

10	Eigelbe
180 g	Puderzucker

Schaumig schlagen und unter die Sahne-Milch-Masse geben. Durch ein Spitzsieb passieren und in die Schalen abfüllen. Im Wasserbad bei 150 Grad ca. 30 min stocken lassen.

Pflaumensorbet

Pflaumenkompott mit wenig Flüssigkeit kochen und pürieren.

Pflaumensud

Enthält das Kompottwasser roten Portwein, dann bis auf ein Minimum reduzieren.

Anrichten

Links Schälchen mit Marzipan fest machen. Creme mit braunem Zucker abflämmen. Einen frittierten Rosmarinzweig mit Puderzucker bestäuben und dran setzen. Pflaumen in schmale Streifen schneiden. Rechts ein bisschen Sud auf den Teller und dort die Pflaumenstreifen drauf setzen. Auf diese Streifen eine Nocke Pflaumensorbet setzen. Mit dem Sud Garnituren machen .

Fotos: Schlosshotel Hugenpoet

Weitere Informationen:

Hotel Schloß Hugenpoet GmbH
August-Thyssen-Straße 51
45210 Essen
Tel.: 02054/12040
Fax: 02054/120450
<http://www.hugenpoet.de>
info@hugenpoet.de



„Der Wein-Genießer-Tipp“

Rakhshan Zhouleh präsentiert

Loire-Weine

diesmal

Liebe Gour-med-Leser,

die auf einem Berg am linken Ufer der oberen Loire herrlich gelegene Stadt gibt einem der berühmtesten Weine dieser Gegend den Namen: Sancerre. Seiner Lage an dem breiten schiffbaren Strom, dem durchlässigen Boden und der günstigen Topographie des Hügellandes in seiner Umgebung verdankt Sancerre eine lange Geschichte in der Weinerzeugung. Dass sich die Gegend für den Weinanbau eignet, war schon in der Römerzeit bekannt, doch bis zur Mitte des 20. Jahrhunderts produzierte sie vorwiegend Rotwein. Das Klima hier ist ausgeprägt kontinental und die Weinberge sind durch Frühjahrsfröste stark gefährdet. Doch der Fluss im Westen übt einen mäßigen Einfluss auf die Temperaturen aus.

Pascal Jolivet gründete sein Unternehmen 1985. Seitdem hat er sich einen Ruf für ausgewogene und qualitätsvolle Sancerre- und Pouilly-Fumé-Weine aufgebaut. Im Januar 1998 stieg auch sein Bruder in den Betrieb ein und heute beschäftigen sie fünfzehn Personen in der Produktion. Pascal Jolivet besitzt insgesamt 41 ha, 50.000 Kisten/Jahr, davon 40.000 Kisten Weißwein.

2003 Attitude Sauvignon
Vin de Pays du Jardin de La France
Pascal Jolivet, Loire

Ein junges Grün mit zartem Gelb zeigt die Lebhaftigkeit des Weins. Der leise Duft in den Klängen des Früh-



Das Bukett kommt besonders gut zur Geltung im Riesling Glas (Enoteca) von Zwiesel 1872

lings wie Wiesenkräuter, Holunderblüten und saftiges weißes Steinobst (weiße Aprikosen) lassen erahnen, dass Pascal Jolivet den Charme und die Finesse von Sauvignon in die Weinherstellung gelegt hat.

Serviertemperatur: 7 – 8 °C

Special für Gour-med-Leser:

3 Flaschen "2003 Attitude Sauvignon" sowie 3 Flaschen „2003 Sancerre rouge“

zum Preis von **79,00 Euro**
frei Haus Deutschland

2002 Sancerre Rouge
Appellation Sancerre Contrôlée
Pascal Jolivet, Loire

Ein hübsches Kirschrot leuchtet im Raum des Glases. Das Licht trägt die



lebhaft Farbe des Weines sehr behutsam und verspricht den Augen Freude und Genuss. Die süßlichen Aromen von Beeren aus warmen Tälern, leisen welken Rosen und Mineralität sind sehr animierend. Sie verschmelzen sich mit den Sinnen. Ein Pinot Noir mit Frische, Eleganz und Zartheit.

Serviertemperatur: 14 – 16 °C.



Zu diesem Wein empfehle ich das Burgunder Glas (Enoteca) von Zwiesel 1872

Bezugsquelle:

VINO di VICO
Weine & mehr ...
Inh. Vico Gröschner
Nienmarker Weg 23
19057 Schwerin
Tel.: 0700/8466348426 o.
0385/4773346
info@vino-di-vico.de
www.vino-di-vico.de

und exklusiver Champagner

Champagner gehört auch in Deutschland zum „Savoir Vivre“. Kenner und Genießer sind mit Champagnern aus dem Hause Ruinart bestens beraten. Das älteste Champagner-Haus blickt auf eine lange Firmengeschichte zurück.

Viele Komponenten müssen beim Champagner aufeinander abgestimmt sein, um eine herausragende Qualität zu erreichen. Die lange Lagerung auf der Hefe bei konstanten Temperaturen ist eine bedeutende davon. Der Champagner von Ruinart lagert in kegelartigen Kreidehöhlen, die bis 40 Meter in die Tiefe hinabreichen und konstante Temperaturen, ein frisches, trockenes Klima, eine schwache Lichteinstrahlung und keinerlei Erschütterungen und somit die ausgezeichnete Qualität des Champagners garantieren.



Für diesen Champagner empfehle ich das Champagner Glas (Excelsior) von Schott Zwiesel

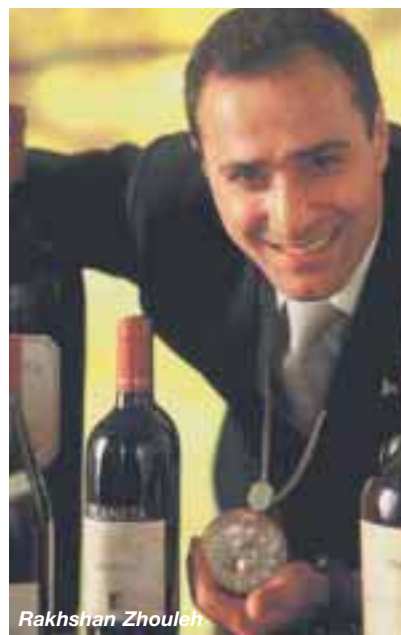
Eine andere wichtige Voraussetzung für erstklassige Champagner-Qualität ist die Qualität und Beschaffenheit des Lesegutes. Ruinart kann hierbei auf beste Grand Cru- und Premier Cru-Lagen zurückgreifen.

Ruinart Blanc de Blancs

besteht aus 100 % Chardonnay verschiedener Jahrgänge. Seine Farbe ist hell, goldgelb glänzend mit schönen Reflexen. Der Champagner ist besonders intensiv im Duft und hat frische Noten von Zitrusfrüchten und im zweiten Eindruck blumige Aromen. Der Geschmack erinnert an Nektarine, Aprikose und Mirabelle in großer Harmonie mit wenigen Aromen.

Der Ruinart Rosé

ist zusammengesetzt aus Premier Cru der Rebsorten Chardonnay (45 %) und Pinot Noir (55%), davon 18 % als Rotwein ausgebaut. In der Farbe besticht er mit einem leuchtenden, orangefarbenen Rosé in Richtung „Pfirsich-Apricot“, das an Rosenblätter erinnert. Er ist feinperlig und von großer Brillanz. Der Champagner duftet nach subtiler Frucht, die an Beeren, in erster Linie an rote Johannisbeeren und Brombeeren, erinnert. Im Geschmack ist er harmonisch, fein, weich und rund mit Noten von fruchtiger Sauerkirsche.



Rakhshan Zhouleh



Diesen Champagner serviere ich ebenfalls im Champagner Glas (Excelsior) von Schott Zwiesel

Bezugsquelle:

**Champagne Ruinart
Deutschland GmbH
Nymphenburger Str. 21
80335 München
Tel.: 089/5 99 89 36
Fax: 089/59 98 93 80
info.de@ruinart.com
<http://www.ruinart.com>**

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>
<http://www.meineweine.de>

„Der gesunde Genießer-Tipp“

... von Fernsehkoch Armin Roßmeier



„Sommer-Salatküche“

Sommerzeit – Salatzeit könnte man sagen; stimmt aber nicht, denn Salate haben immer Saison, zumindest auf dem Tisch.

Dem einstigen Beilagensalat – im Winter Endivien- im Sommer der Kopfsalat wurde der Rang längst von knackigen ideenreichen Salatkompositionen abgelassen. Dazu beigetragen haben viele neue Züchtungen und schon beim Lesen oder Hören der wohlklingenden Namen bekommt man automatisch Lust auf Salat.

Lollo rosso, Lollo bianco, Frisée, Radicchio, Rucola und viele mehr, aber nicht nur mit ihrem Namen verführen sie uns, sondern mit ihrem nussig aromatischen Geschmack und ihrer Farbvielfalt. Empfindlich sind sie alle, der biologische Zerfall geht schnell vor sich, deshalb nur kurzzeitig im Gemüsefach des Kühlschranks lagern, eingeschlagen in Papier. Blatt-

salate haben wenig Kalorien, enthalten Kalium, Kalzium, Magnesium, Eisen und Vitamin K, was für die Blutgerinnung verantwortlich ist. Wer also Blutverdünnungsmittel einsetzen muss, sollte nicht täglich 2 große Portionen davon essen.

Marinade oder Dressing – geschüttelt oder gerührt, wo liegt der Unterschied?

Marinade ist eine Mischung aus Essig, Öl, Frucht- oder Gemüsesäften, Mineralwasser oder Wein zusammen mit edlen Salatkräutern, Senf, Meerrettich, Salz und Pfeffer aufbereitet. Ein Dressing ist immer gebunden, das kann durch eine Emulsion mit Eigelb und Öl von statten gehen oder durch Verwendung von Milchprodukten wie Joghurt, Sauerrahm, Schmand, Sahne oder Frischkäse; eine Bindung kann aber auch durch Frucht- oder Gemüsepuree erreicht werden und so entstehen dann ein Mango-Currydressing, Kartoffelspeck-Dressing oder das legendäre Cäsar-Dressing.

In der Salatküche sollen die Öle immer kalt gepresst sein – aber Vorsicht – nur wenn diese in grünen oder braunen Flaschen abgefüllt sind, dunkel und verschlossen aufbewahrt werden, haben sie ihr volles Aroma und werden nicht so schnell ranzig.

Essige sollen mild sein, dem Charakter ihres Ursprungs entsprechen und die Farbgestaltung der Marinade prägen.

Helle Essige wie weißer Balsamico, Weißweinessig, Obstessig oder Zitronenessig werden hauptsächlich für Dressings verwendet.

Rotwein-, Sherry-, Himbeeressig und Aceto Balsamico sind Hauptbestandteil einer Marinade.

Kräuter sollte man grob zupfen und unter die Salate geben, gehackte

Kräuter verlieren schnell ihr Aroma, da sich die ätherischen Öle verflüchtigen. Anmachen sollte man die Salate immer erst am Tisch, das Dressing oder die Marinade beigestellt, so kann jeder Tischgast selbst das Zelebrieren übernehmen und sein Geschmacksempfinden befriedigen.

Wer nichts wagt, der nichts gewinnt – bei der Salatzubereitung gilt dieser Satz besonders. Lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf, wenn es um die Herstellung von Dressings und Marinaden geht, nur so wird die Salatküche weder langweilig noch eintönig.

Frühlingsalate mit Sesamdressing und gebackenem Camembert

Für 4 Personen

4	Camembert rund (à 150 g)
4 EL	Mehl
8 EL	Semmelbrösel
2	Eier
2 EL	Petersilie
3 EL	Balsamico weiß
4 EL	Rapsöl kalt gepresst
3 EL	Butterschmalz
4 EL	Orangensaft
2 EL	Sesam
240 g	Chicorée
70 g	Feldsalat
70 g	Rucola
220 g	Lollo rosso
220 g	Lollo bianco
150 g	Kirschtomaten (1/2 Schale)
150 g	Radieschen (1/2 Bund)
	Salz, Pfeffer



Vorbereitung

Feldsalat 2 – 3 mal gut waschen, trocknen. Chicorée aufblättern, säubern, halbieren. Blattsalate waschen, trocknen, zerpfücken. Kirschtomaten säubern, Haus ausschneiden, vierteln. Radieschen waschen, das Grün abschneiden, halbieren, in Scheibchen schneiden. Petersilie säubern, abzupfen und fein schneiden. Sesam ganz kurz anrösten. Eier aufschlagen und verquirlen, Petersilie unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Weißer Balsamico, Rapsöl, Orangensaft und etwas Petersilie gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung

Camembert mehlieren, durch das Kräuterei ziehen, in Semmelbrösel wenden und in heißem Butterschmalz beidseitig goldgelb ausbacken. Blattsalate als Bukett auf einer Glasplatte anrichten, Chicoréeblätter einstecken. Tomaten und Radieschen darüber verteilen und mit der Marinade überziehen, mit Sesam bestreuen.

Anrichten

Camembert vierteilen und auf den Salat setzen.

Hähnchenbrust mit Mangos auf Salat

(4 Personen)



Hähnchenbrust mit Mangos auf Salat

Zutaten

4	Hähnchenbrüste ohne Haut
1 EL	Rapsöl
2	kleine Mangos
120 g	Sellerie
1	roter Apfel
2 EL	Sauerrahm
2 EL	Obstessig
1	kleiner Radicchio (150 g)
1	Carambola (Sternfrucht)
1	Romanasalat (200 g)

Marinade

4 cl	Obstessig
2 EL	Rapskernöl
2 EL	Mango-Chutney

4 EL	Fruchtsaft rosa Beeren grünen Pfeffer Salz, Pfeffer
------	--

Vorbereitung

Hähnchenbrust kalt abrausen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, in Öl ringsum anbraten und im Backofen bei ca. 150° 8 – 10 Minuten durchgaren, abkühlen lassen.

Mango dünn schälen und ca. 1 cm starke Scheiben ablösen. Sellerie dünn schälen und in feine Streifen schneiden. Apfel waschen, ausstechen, zuerst Scheiben, dann in Streifen zerteilen. Radicchio von den Außenblättern befreien, abrausen und in Spalten zerteilen. Sternfrucht waschen in Sterne schneiden. Bei dem Romanasalat den Strunk abschneiden, Blätter ablösen und waschen.

Zubereitung

Sellerie, Apfel und Sauerrahm vermengen, mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Mangospalten in Öl beidseitig braten.

Aus Essig, Öl, Mango-Chutney und Fruchtsaft eine Marinade rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anrichten

Sellerie-Apfelsalat auf Tellern verteilen, Romanasalat und Radicchio ansetzen. In Scheiben geschnittene Hähnchenbrust abwechselnd mit Mangospalten auf den Salat setzen, mit Marinade beträufeln, mit rosa Beeren und Pfeffer bestreuen und Sternfrucht dekorativ umsetzen.

Tortellinisalat mit Lachsschinken

(4 Personen)

Zutaten

500 g	Friskäsetortellini
1 TL	Rapskernöl
200 g	Lachsschinken
120 g	Champignons
1 TL	Rapsöl
8	schwarze Oliven
12	Kapernkirschen
10	Kirschtomaten
1	Radicchiokopf
2	kleine Chicorée
1	Schälchen Kresse
	Salz



Tortellinisalat mit Lachsschinken

Marinade

6 cl	weißen Balsamico
4 EL	Rapskernöl
6 cl	Apfelsaft Salz, Pfeffer

Vorbereitung

Tortellini in leichtem Salzwasser mit Öl auf den Biss kochen, abschütten und kalt abrausen. Champignons putzen, vierteln und kurz anbraten. Kirschtomaten waschen, vierteln. Radicchio von den Außenblättern befreien, waschen und vierteln. Chicorée putzen, waschen, Blätter ablösen. Kresse fein abschneiden, Oliven entsteinen und vierteln.

Zubereitung

Tortellini, Champignons, Oliven und Kirschtomaten gut vermengen. Aus Balsamico, Rapsöl, Apfelsaft, Salz und Pfeffer eine Marinade rühren und über die Tortellinimischung geben, gut vermengen.

Den angemachten Salat auf 4 Tellern verteilen und kleine Rosetten von Lachsschinken dazwischen setzen. Chicorée dekorativ verteilen und Radicchio ansetzen.

Anrichten

Den Salat mit Kresse bestreuen und mit Pfeffer aus der Mühle verfeinern. Als Beilage Ciabatta servieren.

*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

SONNTAG MITTAG IM HOTEL: MÜNCHENS BESTER BRUNCH IM ARABELLA SHERATON GRAND HOTEL

Horst-Dieter Ebert

Ein jedes Hotel auf der Welt besteht aus denselben Bestandteilen: aus Zimmern, Betten, Restaurants und – neuerdings – irgendeiner Art von Spa- oder Wellness-Abteilung. Und je besser die sind, desto höher wird das Hotel eingeschätzt. Oder ist es vielleicht nicht ganz so einfach?

Welche Rolle spielen zum Beispiel eine einprägsame klassische Fassade à la "Frankfurter Hof" oder "Brenners Parkhotel" oder die Patina einer würdevollen Historie? Wie wichtig ist die sogenannte 1A-Lage, früher direkt am Hauptbahnhof, später inmitten der City, im Einkaufszentrum oder am

Das „Arabella Sheraton Grand Hotel“



Grapperia mit Goldkuppel

Flughafen? Hotel-Entwickler machen sich darüber viele Gedanken, und werden doch immer wieder von der Wirklichkeit überrascht.

Das heutige "Arabella Sheraton Bogenhausen" in München Bogenhausen entstand vor über 45 Jahren und war damals Münchens höchster Wolkenkratzer, 23 Stockwerke hoch. Das "Arabella" ist von Anfang an die Heimstatt vieler Boulevard-Stories, hier wohnten vorzugsweise Prominente, die hier Münchner Geschichte machten; "Arabella" zog sich wie ein Leitmotiv durch den feineren Münchner Edelklatsch, es war ein bekannter Aufmarschplatz der Münchner Paparazzi.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

www.gour-med.de

Pünktlich zu den Olympischen Spielen 1972 eröffnete der Wolkenkratzer gegenüber als Sheraton-Hotel und als größtes Hotel Europas, mit 643 Zimmern. Nach kommerziell sehr erfolgreichen Jahren erwarb es 1997 der ingenieure Münchner Immobilien-Tycoon Josef Schörghuber und beförderte es in den Himmel der Fünf-Sterne-Hotellerie. Seit 1998 gehört das Haus zur feinen Abteilung der "ArabellaSheraton-" und "Starwood Hotels-Group". Eine gewaltige 90-Millionen-Euro-Renovierung, bei der fast nur die Fassaden stehen blieben, machte aus ihm vor fünf Jahren ein Grandhotel der luxuriösen Sonderklasse.

Und das nicht wegen seiner Architektur. Die ist mehr von der eher unauffälligen Art (Münchner Spott: "Am besten ist sie, wenn man drin ist und sie nicht von aussen sehen muss"), also eine ziemlich uninspirierte 60er Jahre-Hochhaus-Struktur, die man auch in München heute wohl kaum noch einmal so ausführen würde. Doch kaum hat man sich durch die große Glastür reingedreht, ist man in einer anderen Welt.

Die "Grand Hotel"-Lobby glitzert weltstädtisch und urban, polierter Mar-



Restaurant im Atrium



Die Lobby mit Rezeption



Die Bar „Ducktails“

mor und edle Hölzer verströmen die luxuriöse Atmosphäre, wie sie nur internationale Spitzenhotels zu bieten vermögen. Und kaum steht man mitten drin, locken Bar und Restaurant zu den kulinarischen Wonnen, für die das Haus berühmt ist: In die "Ente vom Lehel" und die "Ducktails Bar"; dort rühmt man sich eines "Mojitos", bei dem selbst Hemingway vor Wonne die Augen getränt hätten und all der süffigen "Apple Martinis", die das Liebesleben unserer Freundinnen in "Sex and the City" schon immer so beflügelt haben.

Doch bei aller kosmopolitischen Moderne: Es ist zugleich ein echt-bayerisches Hotel, und das nicht nur, weil sein Besitzer Schörghuber heisst. Es gibt sechzig ganz regional eingerichtete Zimmer, die dem Zugereisten tatsächlich das Gefühl geben, mitten im blauweißen Freistaat zu sein: Zimmer à la "Wenn die Vroni mit dem Toni" – mit Wandtäfelungen und Holzdielenböden, mit bayerisch gestreiften Vorhängen und teils sogar mit Holz-Himmelbetten samt Baldachin, doch alle mit dem Komfort der Moderne, Internet etc. (nicht nur für Bayern).

Dazu passt ein famoses bayerisches Restaurant ganz eigener Art: Das

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Das Restaurant „Paulaner's“

"Paulaner's" ist, wie der Name Eingeweiheten bereits verrät, ein Bierlokal, und zwar mit einem deutlichen Touch von Hofbräuhaus, wie man es in einem Luxushotel eigentlich nicht erwartet, originaltypisch mit Biergarten und mit bayerischen Schmankerln; die Kellnerinnen servieren im reschen Dirndl, die Kellner in der Krachledernen, als seien sie einem Volksstück von Anzengruber entstieg; Stammgäste können einen Platz für ihren Bierseidel in einem eigens dafür eingerichteten Bierkrugsafe belegen.

Doch neuerdings hat das "Grand Hotel" noch eine ganz andere kulinarische Attraktion zu bieten, etwas, das in Deutschland fast noch exotisch wirkt: einen "Sunday Brunch", ganz genau gesagt einen "Perfect Sunday Brunch".

"Brunch" kommt natürlich aus dem Angloamerikanischen, eine Zusammenziehung aus "Breakfast" und "Lunch". Das wurde auch schon praktiziert, bevor es das Wort gab, doch seit ein paar Jahren kommt es verschärft als ein Sonntagstrend aus Amerika, aber auch aus Fernost zu uns: Eigentlich startet es mit einem Kaffee und einem Frühstücksei, steigert sich dann über kalte Happen zu warmen Gerichten.

Die Küche des ArabellaSheraton Grand Hotel hat sich ihre eigene Brunch-Version einfallen lassen: Der Kaffee und das Drei-Minuten-Ei werden übersprungen. Am Mittag trifft sich eine bereits erkennbar frohgemute Gesell-



Die Bar „Mind and Motion“
im Spa-Bereich

schaft am Eingang der "Ente" und beginnt die Veranstaltung mit einem Glas Champagner (oder einer Morning Glory); schon bevor es richtig los geht, werden kleine Fingerfoods serviert: Mini-Pizzas (im 2 Euro-Format), kleine Spiesse, Löffel mit Salaten und anderen Leckereien. Doch dann ist das grosse Buffet eröffnet und bietet eine

ungewöhnliche kulinarische Tour d'horizon, multikulti und global: Ein japanischer Sushi-Chef, der fließend und lächelnd "Grüß Gott!" und "Was möchten Sie, bitte?" sagt, erfüllt alle Sonderwünsche. An der Vorspeisen-Station wetteifern Austern, Lachs, Crevetten, Garnelen um unsere Aufmerksamkeit, und bei den Wok-Köchen dampfen Pfannen mit Krustentieren, mit Ente und mit bunten Gemüsen. Prime Rib Steak und Lamm Chops fügen dem einen original amerikanischen Touch zu, und auch die Toskana-Fraktion ist mit ein paar wahrhaft erlesenen Pasta dabei.

Zwischen "Rotzungenfilet mit Hummer" und "Kalbsfilet mit Pfefferkäsesauce", "Perlhuhnbrust mit Backpflaumen" und "Kürbiscremesuppe" erstreckt sich das breite deutsche Repertoire, und die Auswahl der Salate scheint kein Ende zu nehmen. Kein anderes Buffet bietet so viele Köche auf und soviel frisch bereitete Gerichte.

Und dazu schmelzt im Hintergrund ein singender Gitarrist (mit ein bisschen Hilfe neuzeitlicher Elektronik) den einen oder anderen stimmungsvollen Blues. An manchem fröhlichen Tisch knallt immer noch mal ein Champagnerpfropfen. Die Zeit verstreicht, die Stimmung steigt. Brunch heißt für viele auch, der Tag geht zu Ende. Viel schöner als in diesem Ambiente kann er das eigentlich nicht tun.

Fotos: Arabella Sheraton

Weitere Informationen:

ArabellaSheraton
Grand Hotel München
Arabellastr. 6
81925 München
Tel.: 089/9264-0
Fax: 089/9264-8699
grandhotel.muenchen@arabellasheraton.com
<http://www.arabellasheraton.com>

Der Gewinner des Gour-med - Gewinnspiels – Türkei

Prof. Dr. Diether Breitenbach
– flog mit SunExpress in die

Der Sieger des Gewinnspiels aus der Gour-med 11/12-04 ist Prof. Dr. Diether Breitenbach. Er ist Professor für Psychologie und lehrte an einer Universität des Saarlandes.

Das Magazin Gour-med hatte er von seinem Sohn, Facharzt für Gynäkologie, bekommen und war nach eigener Aussage „von dem interessanten Mix aus Gourmet-Kultur, Life-Style und Medizin-News so begeistert“, dass er sich erstmals in seinem Leben an einem Gewinnspiel beteiligte und prompt gewann.

Dr. Breitenbach ist Vorsitzender der „Freunde des Universitätsklinikums des Saarlandes e. V.“, die Forschungsförderung für junge Wissenschaftler betreiben. Er hat 1 Woche Aufenthalt inklusive Halbpension im 5-Sterne-Hotel „Gloria Verde Resort & Spa“ für zwei Personen in Belek gewonnen. Natürlich waren auch die Flüge mit SunExpress und der Transfer von



Antalya zum Hotel mit in dem Preis inbegriffen.

Herzlichen Glückwunsch!

Das „Gloria Verde Resort & Spa“ ist eines der exklusivsten Hotels in Belek und liegt direkt am Strand. Die Anlage liegt eingebettet inmitten von Pinien. Mit einem türkischen Café, einem Weinhaus, Bars, Internet-Ecke, Kartenspiel-Ecke, Geschäften, Frisör und Hallenbad mit Kinderbecken ist das „Gloria Verde“ für höchste Ansprüche bestens ausgestattet. Ein Highlight ist



das à la carte Restaurant „Thymus“, das sich auf kalorienreduzierte Ernährung, kombinierbar mit Wellness-Programmen, spezialisiert hat.

Fotos: Gloriaverde, SunExpress, privat

Weitere Informationen
und Buchung unter: SunExpress
Tel.: 0180/5959590
(12 Cent pro Minute)
www.sunexpress.de
www.gloriaverde.de
www.antalya.de

Der Gewinner des letzten Gour-med - Gewinnspiels ... Bad Elster



... ist Frau Anja Kunert. Sie ist praktische Ärztin in Butzbach.

Frau Kunert hat die 3-Tages-Pauschale „Moor & Beauty“ im sächsischen Staatsbad Bad Elster für 2 Personen inklusive Halbpension im Apart Hotel „Obere Mühle“ gewonnen. Weiterhin ist im Gewinn pro Person 1 Wohlfühlpackung mit Naturmoorbad, 2 Klassische Massagen, 1 Bier- oder Stutenmilchbad, 1 Wohlfühlmassage

mit Aromaöl, 1 Vitalmenue und freier Eintritt in die Bade- und Saunalandschaft „Elsterado“ in Bad Elster erhalten.

Herzlichen Glückwunsch!

Bad Elster liegt im Dreiländereck zwischen Tschechien, Bayern und Sachsen inmitten von Wäldern. Bad Elster und Bad Brambach sind die einzigen Staatsbäder Ostdeutschlands und bilden das Zentrum der vogtländischen Kur- und Bäderregion.

Im Aparthotel erwartet Frau Kunert neben der berühmten Gastfreundschaft individuell eingerichtete Zimmer



und Frühstück aus der hauseigenen Konditorei.

Weitere Informationen:

Sächsische Staatsbäder GmbH
Tel.: 037437/71202
Apart Hotel „Obere Mühle“
Tel.: 037437/56789
08645 Bad Elster

"WILLKOMMEN IM CLUB"

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

Diesmal: **PRAG –**
DAS HOTEL „PALACE PRAHA“

EINE EINMALIGE ERFAHRUNG AUS
KLASSISCHER ELEGANZ UND
PRICKELNDEM LUXUS

Klaus Lenser



Mitten im historischen Herzen von Prag liegt das 1909 im Jugendstil erbaute und zu den „The Leading Hotels of the World“ gehörende Hotel „Palace Praha“. Durch die zentrale Lage des Hotels sind es nur wenige Schritte bis zu den vielen Sehenswürdigkeiten. Die unmittelbare Nähe zum Wenzelsplatz macht es zum beliebten Treffpunkt für Politiker und Geschäftsreisende. Auch Berühmtheiten wie Prince Charles, George Bush, Steven Spielberg, The Rolling Stones und noch viele mehr, haben schon den Weg ins „Palace Praha“ gefunden.

Komfort und perfekter Service sind in den 114 eleganten Luxuszimmern und 10 geschmackvoll eingerichteten Luxussuiten selbstverständlich.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

www.gour-med.de

Der Konferenzsaal bietet Platz für bis zu 120 Personen und verfügt über die modernste technische Ausstattung. Zwei weitere Salons sind ideal für Veranstaltungen bis zu 50 Personen. Auf Anfrage können auch Meetings und Veranstaltungen im Restaurant „L'Époque“ abgehalten werden.

Das „Gourmet Club Restaurant“ ist nicht nur wegen seiner ausgezeichneten Küche einer der Höhepunkte des „Palace Praha“. Die romantische Atmosphäre eines englischen Clubs der Jahrhundertwende, das Speisen am offenen Kamin und die Life-Pianomusik tun ihr übriges dazu.

Nur die besten Zutaten kommen hier frisch auf den Tisch und lassen ein Dinner zu

Englischer Charme im
„Gourmet Club Restaurant“



Sprachgenie Restau-
rant-Chef Hudek

Chefkoch Brda
verwöhnt seine
Gäste mit
kulinarischen
Köstlichkeiten



Romantisch dinieren



einem unvergesslichen Genuss werden.

Eine Besonderheit ist der Restaurant-Leiter des „Gourmet Club Restaurants“, Herr Hudek, ein Oberkellner der alten K.u.K.-Schule. Er parliert perfekt in vielen gängigen Sprachen. Sein Service vermittelt dem Gast, ganz allein im Restaurant zu sein und alle Aufmerksamkeit gehöre ihm allein.

Die „Gourmet Lounge“ hat eine lockere Atmosphäre und bietet allerlei Mixgetränke, Tee, Kaffee, Snacks und mediterrane und tschechische Spezialitäten. Mit ihrem eleganten Ambiente ist die „Gourmet Lounge“ der ideale Platz für geschäftliche Meetings.

Fotos: Palace Praha

Weitere Informationen:



Hotel Palace Praha
Panská 12,
CZ-11121 Prague 1
Tel.: + 420/224 093 111
Fax: + 420/224 093 217
palhoprg@palacehotel.cz
<http://www.palacehotel.cz>

WIE ES EINMAL WAR:

MALLORCA

WO MAN DIE *RUHE* HÖREN KANN!

Klaus Lenser

Längst hat sich das beliebteste Urlaubsziel der Deutschen vom Massentourismus abgewandt und mit hochwertigen Angeboten dem Qualitätstourismus verschrieben. Die Zeiten wo man „Ballermann“-Urlaub suchte sind, Gott sei Dank, vorbei. Naja, sagen wir mal bis auf wenige Ausnahmen. In den Vordergrund gerückt sind heute Attribute wie, Tradition, mallorquinische Gastfreundschaft, romanti-

sche Landschaft und kulinarische Spezialitäten der Insel. All dieses findet der naturliebende Urlauber in den „SOM 7“ HOTELS. Sieben aussergewöhnliche kleine aber feine Hotels, mit unverwechselbarem Charakter verwöhnen den Gast und lassen ihn einen unvergesslichen Urlaub erleben.

„SOM 7“, das heisst auf mallorquinisch: „wir 7“. „Unser Wunsch ist es,



Herrlicher Ausblick von der romantischen Terrasse des „Albellons Parc Natural Hotel“



dem Gast einen Urlaub anzubieten, mit mallorquinischer Tradition und Gastfreundschaft inmitten der ursprünglichen Berglandschaft unserer Insel“, so Juan Vines, der Besitzer des Finca Hotels Albellons. Salopp könnte man sagen: Urlaub auf dem Bauernhof, aber exklusiver. Alle Hotels der „SOM 7“-Gruppe verfügen über maximal 12 Zimmer.

Das „Ca’n Calco“ ist ein kleines Dorfhof in Moscarì. Die beiden Inha-

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

www.gour-med.de

**Garten der Dorf-Finca
„Can Calco“ mit Pool**



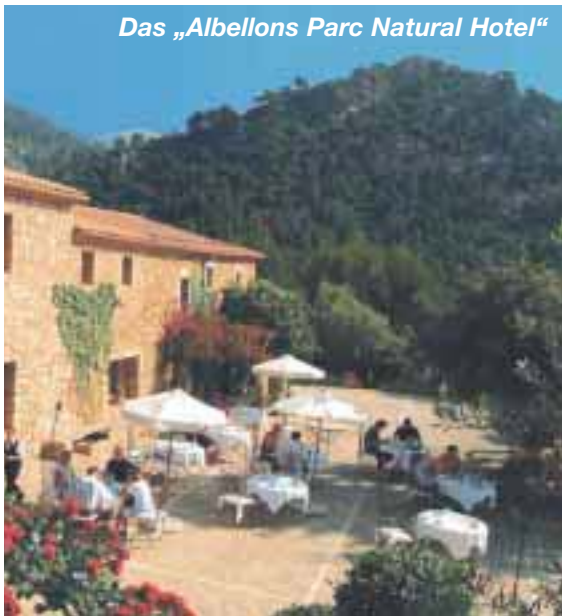
ber sind ehemalige Fischer aus Porto Pollenca, für ihre Gäste fahren sie noch heute hinaus und versorgen das Restaurant mit frischem Fisch.

Nicht weit davon liegt die Finca „**Can Casetes**“. Dieses elegante Landhotel aus altem edlen Naturstein

Innenhof der Finca „Can Casetes“ mit Pool



Das „Albellons Parc Natural Hotel“



bietet Ruhe pur und der herrliche Innenhof mit uneinsehbarem Pool ist eine Oase der Erholung. Wer will, kann Mountain-Biken, an Kochkursen teilnehmen, Golfen (ca. 15 KM) oder einfach gar nichts tun.

Am Hügel eines Pinien und Olivenhaines, weit weg von Strassen und anderen Störfaktoren, liegt malerisch das „**Albellons Parc Natural Hotel**“. Nur 12 individuell geschmackvoll eingerichtete Zimmer bieten dem Ruhe

Genuss ohne Reue im „Es Castell“



suchenden Gast ein luxuriöses Ambiente, das durch die typische traditionelle Küchenkunst dieser Region auch den verwöhntesten Ansprüchen gerecht wird .

Wer schon immer Urlaub wie ein Schlossherr machen wollte, ist im „**Es Castell**“ gut aufgehoben. Die Anfahrt über einen gewundenen Weg, der scheinbar ins Nichts führt, ist ein Erlebnis. Schafe, umgestürzte Bäume und die Durchquerung einer Furt erwecken den Eindruck, dass nichts mehr kommt, schon gar kein altes Castell aus dem 11. Jahrhundert, obwohl von



Das „Es Castell“ liegt am Fuße des Gebirgszuges „Serra de Tramuntana“ inmitten von Oliven-, Orangen-, Zitronen-, Feigen- und Mandelbäumen.

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

www.gour-med.de



Die Finca „Ca'n Beneit“

James ist der perfekte Gentleman, mit dem sich vorzüglich der Abend vorm Kamin mit gutem Whiskey verbringen lässt. Beeindruckend ist der wunderbare Ausblick bis zur Bucht von Alcudia.

Direkt, aber verborgen im Ort, ist die alte Finca „**Ca'n Beneit**“. Dieser jahrhundertealte Landbesitz verfügt über 10 Zimmer, von denen nicht eins dem anderen gleicht. Auf der großen, weinumrankten Terrasse mit Blick auf den bunten mediterranen Garten vergisst man schnell den Alltag und gibt sich dem Müsiggang hin. Hier kocht

weitem war es doch schon zu sehen. Unmittelbar taucht es zwischen den Bäumen auf und begeistert mit seiner alten Würde den Gast. Die Gastgeber, Paola und James – sie ist Italienerin und James Engländer – haben sich ihren Lebensraum erfüllt und gehen ganz in der Rolle von Schlossbesitzern auf. Paola sorgt für eine exzellente Küche, was sonst als Italienerin.



Erholende Idylle auf der Terrasse vom „Ca'n Beneit“



Elegantes Ambiente, das Restaurant im „Can Furiós Petit Hotel“

die Seniorchefin so, wie sie es von ihren Vorfahren gelernt hat und verwöhnt mit fast vergessenen Spezialitäten die Gäste.

Ein mondänes 5-Sterne Landhaus ist das „**Can Furiós Petit Hotel**“. Wie der Name schon sagt, lediglich 7 Zimmer – drei DZ und vier Suiten – gibt es in dem versteckten Kleinod. Alle Zimmer sind unterschiedlich eingerichtet. Kostbare Stoffe, alte Stilmöbel, ein Mix aus englischer Eleganz und mallorquinischen Antiquitäten vermitteln den Flair eines Grandhotel. Der Besitzer ist ein erfahrener Gastronom aus London, der Professionalität und Lebensfreude zu einem Urlaubserlebnis der besonderen Art werden lässt. Das aus der

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

www.gour-med.de



Stilvolles Doppelzimmer in der Finca „Binibona Parc“

Küche nur erlesene Speisen serviert werden erscheint schon fast selbstverständlich.

Die Finca „**Binibona Parc**“ hat sich ganz auf Öko-Tourismus spezialisiert. Die Nutzung von Sonnenenergie, Wasseraufbereitung, natürlicher Düngung, gehören ebenso zum Konzept, wie die Pflege traditioneller Rezepte mit Produkten, die selbst erzeugt werden. Ein klimatisiertes Schwimmbad lässt schlechtes Wetter vergessen, Sauna, Tennisplatz und Fitnesscenter sorgen

dafür, dass der Aktivurlauber sich auch im Haus sportlich betätigen kann.

Die „**SOM 7**“ liegen alle nicht mehr als drei Kilometer, ca. 15 KM nördlich von Inca, auseinander – direkt am Fuße des Tramuntana-Gebirges. Alle Häuser werden von den Inhabern mit viel Liebe und hohen Ansprüchen geführt. Dem Gast, der sich nicht nur der „hörbaren Ruhe“ hingeben will, bietet sich eine Vielzahl von Aktivitäten. Für Wassersportler ist es bis zur Küste nicht weit und Golfer können auf der neuen Anla-

ge bei Port d'Alcudia ihr Handicap verbessern. Weingenießer verköstigen die heimischen Weine oder Wanderungen durch das nahe Tramuntana-Gebirge sind nur wenige der Möglichkeiten, die sich dem Gast bieten. Das möge jeder nach seiner Fassung entscheiden. Aber vielleicht genießen Sie ja auch nur die „hörbare Ruhe“.

Fotos: Ca'n Calco, Can Casetes, Albellons Parc Natural Hotel, Es Castell, Ca'n Beneit, Can Furiós Petit Hotel, Finca Binibona Parc

Weitere Informationen:

<http://www.som7hotels.com>

Finca/Hotel Can Casetes
Hotel d'interior /07314 Caimari, Mallorca
Tel.: +34 971 873 562
E-Mail: hotel@cancasetes.com

Finca/Hotel Albellons Parc Natural
C/Binibona s/n, 07314 Caimari, Mallorca
Tel.: +34 971 875 069
Fax: +34 971 875 143
E-Mail: finca@albellons.com

Petit Hotel d'interior Can Calco
C/Campane, 1, 07314 Moscar, Mallorca
Tel: (+34) 971 51 52 60
Fax: (+34) 971 51 51 09
E-Mail: info@cancalco.com

Finca/Hotel Es Castell
C/Binibona s/n, 07314 Caimari, Mallorca
Tel./Fax.: +34 971 875 154
E-Mail: es-castell@terra.es

Petit Hotel Ca'n Furiós
Camí Vell Binibona, 11
07313 Binibona, Caimari, Mallorca
Tel.: +34 971 515 751
Fax: +34 971 515 492
E-Mail: info@can-furiós.com

Finca C'an Beneit
Binibona, Mallorca., 07314 Caimari
Tel.: +34 971 51 54 16
Fax: +34 971 51 57 73
E-Mail: info@canbeneit.com

Finca Hotel Binibona Parc Natural
c/ Binibona, s/n, 07314 Caimari
Tel.: +34 971 87 35 65
Fax: +34 971 87 35 11
E-Mail: finca@binibona.com



Die Hotelhalle der Finca „Binibona Parc“

BRÜSSEL – HAUPTSTADT EUROPAS

EINE HERBERGE FÜR VERWÖHNTE

„THE ROYAL WINDSOR HOTEL GRAND PLACE“

S. Resnel

Brüssel ist seit Jahren nicht nur als Zentrum der Europäischen Politik bekannt, die Hauptstadt Belgiens ist auch als kulinarischer Mittelpunkt in Europa berühmt. Die prominenten kleinen, aber feinen Restaurants, Gaststätten und Bistros inmitten der

Altstadt sonnen sich in dem Ruf köstlicher Küchenvielfalt.

Wer Brüssel besucht, braucht auch auf kulturelle Angebote nicht verzichten. Konzert- und Theaterliebhaber erwartet ein reichhaltiges Programm –



Blumentepich zur Feier auf dem „Grand Place“



Das „Royal Windsor Hotel Grand Place“

sowohl modern, als auch klassisch. Für verregnete Tage hält Brüssel eine Menge Museen bereit.

Wer auf „Schnuppertour“ die Stadt erschließen möchte, sollte einige Hauptattraktionen wie den „Grand Place“ (Grote Markt) und das Opernhaus „La Monnaie“ auf keinen Fall verpassen. Die im 19. Jahrhundert nach Pariser Vorbild erbauten „Galeries St. Hubert“ – Brüssels erste überdachte Einkaufspassage – darf im Programm ebenfalls nicht fehlen. Weiter im Süden

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

www.gour-med.de

der Stadt ist der Justizpalast mit seiner pompösen Eingangshalle ein Muss, denn der gigantische Bau hat eine größere Grundfläche als der Petersdom in Rom. Direkt neben dem Palast befindet sich der Stadtaufzug von dem aus man einen herrlichen Blick über die Stadt hat.

Wenn Sie elegant und anspruchsvoll übernachten möchten, ist das „Royal Windsor Hotel Grand Place“ eine der besten Adressen und liegt direkt im Herzen von Brüssel. Es ist Mitglied der „Leading Hotels of the World“. Viele Sehenswürdigkeiten wie der „Antike Markt“ die „Royal Galleries“ sind zu Fuß erreichbar. Der „Zaventem“-Flughafen ist nur 20 Minuten entfernt.

Das „Royal Windsor Hotel Grand Place“ ist ein Fünf-Sterne-Hotel und bietet optimale Voraussetzungen für größere und kleinere Kongresse. Für den Brüssel-Tourist ist das Hotel auch eine Oase der Ruhe und Entspannung inmitten der historischen Sehenswürdigkeiten der Altstadt.

Mit 266 Zimmern, inklusive 16 Suiten und einer Royal-Suite und einem aufmerksamen und persönlichen Ser-



Der „Grand Place“ Salon



Das „Chutney's“ Bar-Restaurant

vice, versorgt das Hotel seinen Gast ausgezeichnet. Mit einer Kombination aus Eleganz und anspruchsvoller Einrichtung, High-Speed-DSL-Anschlüssen, drahtlosen Internet-Anschlüssen, ist das Hotel, ob geschäftlich oder privat, allen Anforderungen gewachsen. Der „Roomservice“ des Hotels steht Ihnen rund um die Uhr zur Verfügung.

Ein besonderes Highlight sind die von den Designern Jean-Paul Knott, Gerald Watelet, Mademoiselle Lucien und Marina Yee eingerichteten

„Fashion Rooms“. Von elegant bis modern ist alles vertreten.

Auch die Entspannung kommt hier nicht zu kurz. Im „Royal Windsor Hotel Grand Place“ hat jeder Gast die Möglichkeit, das Fitness-Center mit Sauna kostenlos zu nutzen.

Das „Chutney's Bar-Restaurant“ bietet nicht nur eine exzellente Küche, sondern auch ein abwechslungsreiches Menue und ausgefallene Cocktails. Die „Piano-Bar“ und der „Nightclub“ des Hotels öffnen ihr Pforten am Abend.

In den 15 schalldichten Konferenzräumen, die alle mit Klimaanlage ausgestattet sind, und das Business-Center in dem Ihnen erfahrenes Personal zur Seite steht, lässt es sich erstklassig tagen.

Fotos: Royal Windsor Hotel



Zimmer designed von
Marina Yee



Zimmer designed von
Jean-Paul Knott



Zimmer designed von Gerald Watelet



Zimmer designed von
Mademoiselle Lucien



Weitere Informationen:

Royal Windsor Hotel
5 Rue Duquesnoy,
1000 Brussels, Belgium
Tel: +32 2 505 5555, Fax: +32 2 505 5500
Resa.royalwindsor@warwickhotels.com
<http://www.warwickhotels.com>
Buchung unter www.lhw.com oder unter
der kostenl. Ruf-Nr. 00800-2888 8882

TURKU UND DER SCHÄRENGARTEN

EINE REISE IN DEN SÜDWESTEN FINNLANDS

Anne Wantia

Die Hansestadt Turku, älteste Stadt Finnlands und ehemals 1. Hauptstadt des Landes, ist als „Wiege der finnischen Kultur“ bekannt. Die mittelalterliche Atmosphäre ist für den Besucher beeindruckend, der bei einem Spaziergang entlang des Flusses Aurajoki,

innerhalb kurzer Zeit die bedeutendsten Sehenswürdigkeiten dieser Stadt kennenlernt. Die Burg, deren Bau im 13. Jahrhundert begann, ist eines der nationalen Schätze Finnlands. Dort befindet sich auch das historische Museum, wo verschiedene Ausstellun-



Schärengarten in Finnland



Restaurant-Schiffe am Fluß „Aurajoki“

gen Stadtgeschichte erzählen. Der Dom zu Turku ist das finnische Nationalheiligtum. Bischöfe, Kriegsherren und eine Königin haben hier ihre letzte Ruhestätte gefunden. Den alten Markt mit seinen neoklassizistischen Gebäuden findet man gleich gegenüber. Aber nicht nur das alte Turku hat dem Gast viel zu bieten, auch der moderne Teil mit seinem Hansa-Zentrum, einem Stadtteil mit Geschäften, Restaurants und dem Staatstheater. Festivals, Ausstellungen und Märkte bieten das ganze Jahr Unterhaltung.

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Kulturelle und kulinarische Erlebnisse erwarten Sie in Turku..

Eine kleine Restaurant-Auswahl wollen wir Ihnen natürlich vorstellen, z. B. das Restaurant Linnankatu 3, in dem der Gewinner des Wettbewerbs „Junger Koch des Jahres“ die Gäste mit finnischen und internationalen Spezialitäten verwöhnt und in dem sich auch ein alter Weinkeller aus dem 17. Jahrhundert befindet. Der Sommelier des Hauses veranstaltet hier Weinproben, leider nur mit Weinen aus der „Neuen Welt“, deutsche Tropfen sucht man vergeblich! Im „via“ gleich nebenan ist der Liebhaber der mediterranen und asiatischen Küche sehr gut aufgehoben. Hier kocht der berühmte finnische Küchenmeister Jyrki Sukula. Natürlich gibt es noch zahlreiche Restaurants und Kneipen zu entdecken, bei 20 000 Studenten, die an 4 Hochschulen studieren, kein Wunder. Eine der beliebtesten Kneipen in Turku ist die Old Bank, früher wurden dort Bankgeschäfte abgewickelt, heute kann man hier einen netten Abend bei über 150 verschiedenen Biersorten ausklingen lassen.

In diesem Sommer finden wieder viele verschiedene kulturelle Veran-



staltungen statt. Ein Highlight für Opernfreunde wird die auf zwei Segelschiffen stattfindende Aufführung des „Fliegenden Holländers“ sein.

Turku vorgelagert findet man eine einmalige Schärenregion – eines der schönsten Archipele der Welt – mit über 20.000 Inseln, die zum Teil durch Brücken und Fährverbindungen (teilweise kostenlos) miteinander verbun-

den sind. Nicht nur für Angler ist das Schärenmeer ein Paradies, mit dem Fahrrad oder Auto lässt sich dieses Naturreservat erkunden. Allerdings am schönsten ist eine Bootsfahrt durch den Schärengarten um diese einzigartige Natur zu genießen.

Das idyllische Küstenstädtchen „Naantali“ ist das bekannteste und älteste finnische Heilbad. Quasi vor den Toren Turkus liegt dieses berühmte Heilbad. Bereits im 18. Jahrhundert war Naantali ein bekannter Kur- und Badeort in Finnland. Seit dieser Zeit weiss man die heilende Wirkung des Wassers zu nutzen.

Das „Naantali Spa Hotel“, ein luxuriöses 5 Sterne Haus, bietet dem Gast viele Möglichkeiten zum Entspannen und Wohlfühlen. Ob Sie sich im Bellezza Schönheitscenter von Kopf bis Fuß pflegen lassen oder eine der anderen vielen verschiedenen Kurmaßnahmen – vom Moorbade bis zur indischen Entspannungskur – in Anspruch nehmen, es ist immer ein Erlebnis.

Die Besonderheit des „Naantali Spa Hotel“ ist das Hotelschiff Sunborn Princess, es liegt fest verankert und natürlich mit dem Haupthaus



Traumhaft gelegen – das „Naantali Spa Hotel“

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

www.gour-med.de

Buntes Treiben auf dem Marktplatz



durch überdachte Gänge verbunden, direkt auf dem Meer. In den verschiedenen Restaurants des Hotels speisen Sie vorzüglich, besonders empfehlenswert ist das à la Carte Restaurant auf der Sunborn Princess, das in 2004 zum Restaurant des Jahres gekürt wurde.

Naantali hat für den Gast viele kulturelle Veranstaltungen geplant. Eine Besonderheit in diesem Jahr ist sicherlich die Ausstellung „Footsteps of Elvis“, im nahegelegenen Ort

Nadendal, anlässlich des 70. Geburtstages den Elvis Presley in diesem Jahr gefeiert hätte. Es ist die umfangreichste Sammlung, die jemals in Europa gezeigt wurde (10. Juni bis 31. Juli). Also ein Muss für jeden Elvis Fan.

Last but not least sollte man den Finnen liebste Freizeitbeschäftigung – den Saunabesuch – nicht vergessen. Es ist ein Spaß für die ganze Familie oder auch mit Freunden und diese Tradition wird mehrmals wöchentlich gepflegt. Auch Sie, lieber Leser, soll-

ten sich dieser alten Tradition nicht verweigern und den Besuch einer Sauna mit einplanen.

Wie wäre es mit einer Fahrt auf dem letzten Dampfschiff des finnischen Seegebietes, um dem Saunadorf Herrankukkarö einen Besuch abzustatten. Herrankukkarö liegt mitten in den Schären und bietet jedem Gast ein tolles Saunaerlebnis. Sehr beliebt ist die Rauchsaua, dort können bis zu 30 Personen gemeinsam schwitzen bei einer angenehmen Temperatur von ca. 70°. Hier ist es sehr gesellig, denn ein eisgekühltes Bier oder ein anderes Getränk gehören zum Saunabesuch dazu. Und nach der Abkühlung in der Ostsee wärmt man sich gemeinsam im Hot Spot wieder auf. Neben Lagerfeuer, Hängematten und Uferhütten gibt es selbstverständlich auch Übernachtungsmöglichkeiten mit Komfort und Elektrizität. Wir wollen hier nicht zuviel verraten, denn dieses Abenteuer sollten Sie selbst erleben. Für das leibliche Wohl ist auch gesorgt. Es gibt einfaches aber sehr schmackhaftes Essen, natürlich mit den Produkten aus der Umgebung – dem Meer und dem Wald.

Kommen und genießen Sie das gute Leben in Finnland. Flüge über Kopenhagen und von dort direkt mit der finnischen Fluggesellschaft Blue 1 nach Turku bringen Sie in knapp 3 Stunden von Deutschland in dieses einzigartige Naturparadies.

NÄKEMIIN
(Auf Wiedersehen) in Turku!

Fotos: Turku TouRing

Weitere Informationen:

Tourismusbüro
Turku TouRing
Aurakatu 4
FIN-20100 Turku
Tel.: + 358 (0)2 262 7444
Fax: + 358 (0)2 262 7674
<http://www.turkutouring.fi>



Frühling in Turku

Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

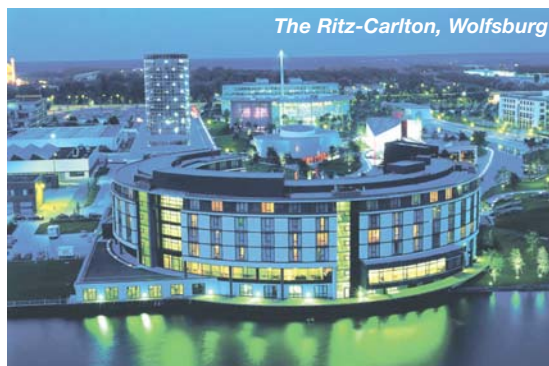
www.gour-med.de

GENUSS UND LUXUS PUR IN WOLFSBURG:

„5. INTERNATIONAL FESTIVAL OF FOOD & WINE“

IM

„THE RITZ-CARLTON“



S. Resnel

Vier Tage lang schaut die gastronomische Welt wieder einmal auf Wolfsburg. Denn vom **26. bis zum 29. Juni 2005** findet im Luxushotel der Auto-stadt das schon als „traditionell“ zu bezeichnende, nunmehr „5. International Festival of Food & Wine“ statt. Mit neun ausgesuchten Veranstaltungen rund um die Kulinarik sollen Gäste überrascht, begeistert und mit ausgesuchten Spezialitäten verwöhnt werden. Unterstützt wird das 16-köpfige Organisations-Team des „The Ritz-Carlton,

Wolfsburg“ von wahren Koryphäen der Branche wie dem „Käsepapst“ Bernard Antony, dem niederländischen Drei-Sterne-Koch Jonnie Boer und dem Adrià-Schüler Juan Amador.



Küchenchef Sven Elverfeld

Am **26. Juni 2005** startet das Festival mit dem großen **Eröffnungsabend**.

Zusammen mit **Thomas Keller-mann**, Küchenchef des Gourmetrestaurants „Vitum“ aus dem „The Ritz-Carlton, Berlin“, **Terence Pang**, Chefpâtissier aus dem Istan-buler Schwe-

sterhotel, zaubern die „Ritz-Carlton, Wolfsburg“ Küchenchefs aus dem Restaurant „Aqua“, **Sven Elverfeld** und **Daniel Schmidt**, mit ihren Teams feinste Spezialitäten.

Der berühmte Elsässer Affineur Ber-nard Antony führt Gäste während des großen **Käseseminars** am **27. Juni**

2005 in die interessante Welt dieses köstlichen Molkereiproduktes ein.

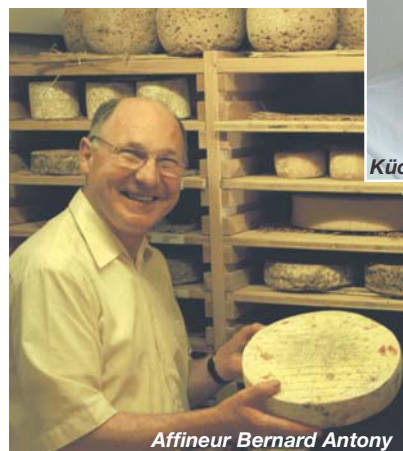
Am **27. Juni 2005** strahlen die Sterne am Wolfsburger Himmel noch heller: der 3-Michelin-Sterne-Koch Jonnie Boer und Aqua-Küchenchef Sven Elverfeld beeindrucken mit einem 5-Gang-Menue.

Innovativ geht's beim **Gourmet-abend** am **28. Juni 2005** zu. Der hochkreative Deutsch-Spanier Juan Amador entführt die Gäste in 25 kleinen Zubereitungen auf fast unbekannten Pfaden in seine katalanisch-baskisch-französische Kochkunst ein. Beim **japanischen Frühstück** am nächsten Morgen stehen schon Suppe und frischer Fisch auf dem Programm.

Fotos: The Ritz Calton

Weitere Informationen:

The Ritz Calton, Wolfsburg
Stadtbrücke
38440 Wolfsburg
Tel.: 05351/607091
www.ritzcarlton.com



Affineur Bernard Antony

GOURMETHOTEL „GOLDENER BERG“ IN LECH AM ARLBERG

EXTRAVAGANTE ARRANGEMENTS FÜR CONNAISSEURS

S. Resnel

Über den Dächern von Lech, im Winter völlig autofrei gelegen, erlebt der Gast hier im Gourmethotel „Goldener Berg“ das Gefühl völliger Freiheit. Kein Lärm, keine Abgase, keine Menschenmassen – nur Ruhe und österreichische Gastlichkeit.

Für das leibliche Wohl sorgt der Hauben-Koch Nikolaus Moser, dessen

kulinarische Köstlichkeiten schon vom GaultMillau ausgezeichnet wurden und der in Gourmet-Kreisen einen erstklassigen Ruf hat.

Das Alpin Spa im Genießerhotel „Goldener Berg“ gibt Körper, Geist und Seele das Beste aus der Natur. So können Sie im „Felsenbad“ – mit Blick auf den Hausberg „das Omeshorn“ – in



frischem Quellwasser schwimmen oder die großzügige Saunalandschaft mit Finnischer Sauna, Biosauna, Dampfbad und Kräuterdampfquelle nutzen. Der heimische Moorschlamm bringt der Haut die verbrauchten Mineralien zurück und zieht Schmerzen oder Entzündungen aus Gelenken und Muskeln.

Die Schönheitspflege basiert ebenfalls auf heimischen Produkten. Die Massagen werden mit heimischem Ziegenmilchöl ausgeführt und die Entspannungsbäder enthalten heimische Mineralien und Kräuter. Die Heupackung ist die Sommerblumenwiese vor dem „Goldenen Berg“ gewesen und die Schlammpackung ist ebenfalls aus heimischen Mooren gewonnen.

Im Panorama-Außenpool können Sie die Aussicht mit einem Glas Champagner oder Kräutertee genießen. Die

Ruhe und Erholung über den Dächern von Lech



Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

mit Gewinnspiel



Vorraum zum Weinkeller

Ruhe- und Entspannungsgrotte sorgt mit Licht und Musiktherapie für völlige Tiefenentspannung und der Berg, die frische Luft und die Höhe tun das Ihre dazu.



Whirlpool mit Panorama Blick

Auch in diesem Jahr bietet das Gourmethotel „Goldener Berg“ wieder extravagante Arrangements.

Besonders attraktiv sind die Abenteuer-Woche und die Kunst-Arrangements.

Während der **Malwoche** vom 16.-23. Juli haben ambitionierte Hobby-Künstler unter Profi-Anleitung die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten weiter auszubauen und dabei auch noch die Annehmlichkeiten des „Goldenen Berg“ und der Arlbergregion zu nutzen. Auch für Fans der Bildhauerei und Fotografie bieten die Sommerarrangements unvergessliche Wochen in Lech.

Zwischen dem 17. und 24. Juli lockt die **Sport-Aktiv-Woche** alle zum Arlberg, die im Urlaub nicht auf der faulen Haut liegen wollen. Radtouren, Schwimmen, Joggen und auch Wellness bieten dem anspruchsvollen Sport-Urlauber ein Rundumangebot –

und das alles unter der Führung des Triathleten Christian Nairz.

Vom 23. bis 28. August findet die **Kletterwoche** im „Goldenen Berg“ statt – vom Anfänger bis zum Profi findet dabei jeder Kletterbegeisterte das Angebot, das sein Herz begehrt.

Zwischen dem 11. und dem 18. September lautet das Motto dann „**Abenteuer**“ – bei diesem Arrangement wird der Adrenalinspiegel der

Gäste zwischen Bergwelt, Canyoning und Paragliding in die Höhe getrieben.

Fotos: Goldener Berg (3), Peter Mathis(1), Georg Schnell (1)

Weiter Informationen:
Gourmethotel & Spa Goldener Berg
A-6764 Oberlech am Arlberg
Tel: +43 5583/22050
Fax: +43 5583/220513
info@goldenerberg.at
http://www.goldenerberg.at

LESER-GEWINNSPIEL

Wenn Sie die Fragen auf unserem Gewinncoupon richtig beantworten und an uns senden, können Sie den folgenden Preis gewinnen: **2 Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive Halbpension im Gourmethotel „Goldener Berg“ in Oberlech am Arlberg. (Eigene Anreise)**

Reisetermin nach Verfügbarkeit und Absprache mit dem Hotel „Goldener Berg“.

Einsendeschluss ist der 20.07.05. Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Eine Auszahlung/Übertragung ist nicht möglich.

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: Womit ist das „Felsbad“ gefüllt?

- ☐ Quellwasser
☐ Meerwasser
☐ Mineralwasser

Frage 2: Bei welchem Arrangement steigt der Adrenalinspiegel der Gäste?

- ☐ Sport-Aktiv-Woche
☐ Abenteuer-Woche
☐ Kletterwoche

Frage 3: Wie heisst der Koch vom „Goldenen Berg“?

- ☐ Ferdinand Moser
☐ Hans Moser
☐ Nikolaus Moser

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, Meesenstiege 54a, 48165 Münster



Tim Raue

„KINDERLEICHTES“ KOCHEN MIT TIM RAUE

Der Küchenmeister des „Restaurant 44“ im „Swissôtel Berlin“ lud zehn Kinder im Alter zwischen 7 und 12 Jahren aus ganz Deutschland zu einem *KinderLeichten* Kochkurs nach Berlin ein. „KinderLeicht“ heisst die offizielle Kampagne des Bundesverbraucherministeriums, die darauf ausgerichtet ist, der stark steigenden Tendenz von übergewichtigen Kindern in Deutschland entgegenzuwirken. Der Parlamentarische Staatssekretär Matthias Beringer nahm persönlich an der Veranstaltung teil.

Das Swissôtel befindet sich in einmaliger Lage, direkt am berühmten Kurfürstendamm. Das „Restaurant 44“ mit Chefkoch Tim Raue haben wir bereits in unserer *Gour-med* Ausgabe 3/4-2004 (Berlin kulinarisch) vorgestellt.

Foto: Swissôtel

Weitere Informationen:

„Restaurant 44“
C/O Swissôtel Berlin am Kurfürstendamm
Augsburger Straße 44, 10789 Berlin
Tel.: 030/22010-2288
Fax: 030/22010-2222
ask-us.berlin@swissotel.com
http://www.berlin.swissotel.com

KURZ NOTIERT

EXKLUSIVE WOCHENENDEN AM BRANDENBURGER TOR

DELUXE-ARRANGEMENTS IM HOTEL ADLON

Das Hotel Adlon hat Arrangements für Gäste, die ein luxuriöses Wochenende in Berlin erleben möchten.

Mit dem Arrangement „Kultur in Berlin“ kann die Vielfalt an renommierten Museen, glanzvollen Schlössern und prachtvollen Gärten der Metropole erlebt werden. Zwei Personen erkunden zwei Tage und Nächte lang aus einem luxuriösen Doppelzimmer das reichhaltige Angebot der Großstadt: Das Adlon besorgt Karten für erstklassige Theater-, Opern-, Varieté- oder Konzerthäuser und organisiert eine Führung entweder durch den Berliner Reichstag oder durch ein Museum der eigenen Wahl, oder einen individuell geführten Spaziergang über den Prachtboulevard „Unter den Linden“. Bei Ankunft auf dem Zimmer erwarten den Kultur-Reisenden eine Schale Obst und ein Gastgeschenk.

Mit dem Arrangement „Adlon erleben“ bietet das Hotel einen luxuriösen Kurz-Trip in die Metropole, bei dem der Gast das besondere Flair und den Luxus eines Grand Hotels genießen kann. An einem Abend erwartet den Gast nach einer Begrüßung mit einem Glas Champagner ein erlesenes Vier-Gänge-Menue im Restaurant „Quarré“. Wohlbehagen und Entspannung verspricht das weitläufige elegante Adlon Spa mit Pool, Saunen und Fitnessraum, das zur Erholung einlädt. Bei der Ankunft findet der Gast einen Obstkorb sowie ein kleines Geschenk auf seinem Deluxe-Zimmer vor.



Mit dem Arrangement „Kultur und Genuss“ bietet das Hotel ein luxuriöses Wochenende in der Hauptstadt. Die zwei Tage beginnen mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet. Der Gast hat die Wahl zwischen einer kulturellen Führung durch den Reichstag oder über den Boulevard „Unter den Linden“ mit seinen eindrucksvollen Bauten. Kulinarischer Höhepunkt des Arrangements ist ein festliches viergängiges Dinner mit einem Glas Champagner im Adlon-Restaurant „Quarré“. Das Arrangement beinhaltet je nach Wahl einen Opern- oder Theaterbesuch. Der Adlon-Concierge besorgt die Eintrittskarten je nach Wunsch. Bei Anreise erwarten den Gast im stilvoll eingerichteten Doppelzimmer eine Obstschale und ein kleines Gastgeschenk.

Foto: Adlon

Weitere Informationen:

Hotel Adlon Kempinski Berlin
Unter den Linden 77
10117 Berlin
Tel.: 030/2261-1111
Fax: 030/ 2261-1116
adlon@kempinski.com
http://www.hotel-adlon.de

KURZ NOTIERT

Steigenberger kocht für UNICEF-CHARITY

3. Schafhof-Festival mit Gourmet-Gala

Am 9. September diesen Jahres



Küchendirektor Oliver Preding

kreieren Meisterköche des Steigenberger Frankfurter Hofes wie z. B. in diesem Jahr Oliver Preding, auf dem Gestüt „Schafhof“ von Ann Kathrin Linsenhoff, der Dressurreiterin in Kronberg/Taunus, kulinarische Köstlichkeiten und locken damit Gourmets aus ganz Deutschland. Grund: die große Wohltätigkeits-Gala im Rahmen des 3. Schafhof-Festivals für UNICEF.

In Frau Linsenhoffs festlich dekorierte Reithalle erwartet die Crème de la Crème aus Wirtschaft, Politik und Show ein erlesener Abend: Miriam Makeba – die Ikone afrikanischer



Afrikanische Schule 2004

Musik aus Johannesburg – und Band sorgen ab 18 Uhr 30 für angenehme Unterhaltung. Ab 20 Uhr 30 kredenzt der Steigenberger Frankfurter Hof ein exzellentes mehrgängiges Menü. Wer anschließend Bewegungsdrang verspürt, tanzt ab 23 Uhr auf der Schafhof-Rhythm-Night zu groovigen Soultiteln unter anderem von Joe Whitneys Street LIVE und bietet damit Black Music in America.

Sie können als Unternehmen oder Privatperson daran teilnehmen und einen Tisch für zehn Personen für das exklusiven Ereignis erwerben und sich damit für einen guten Zweck engagieren. Alle Einnahmen aus dem Verkauf der 100 Tische fließen in ein karitatives Projekt für den Ausbau eines Bildungssystems für Mädchen im Sudan. Tischreservierungen nimmt der Schafhof noch bis 29. Juli entgegen.

Fotos: Schafhof

Kontakt für Tischerverwerb:
Schafhof, 06173-921612

The Ritz-Carlton Istanbul Sommerfestival der Kunst

Ein besonderes Angebot erwartet Ritz-Carlton-Gäste in Istanbul. Das Filmmusik- und Jazzfestival sowie das Theaterfestival sind die diesjährigen Höhepunkte im Kulturkalender Istanbul.

Namhafte Künstler aus der Theater- und Musikszene bereichern die Festivals.



Luxuriöse Zimmer im
Ritz-Carlton Istanbul

Das Ritz-Carlton Istanbul bietet für diese Kunstgenüsse besondere Angebote von freitags bis montags in luxuriösen Zimmern mit Blick auf den Bosphorus an.

Für Türkei-Urlauber und Kunstliebhaber bietet sich hier eine einmalige



Gelegenheit, Kunstgenuss und kulinarische Entdeckungen als einem exklusiven Höhepunkt des Sommers zu erleben. Das Ritz-Carlton Hotel ist eines der exklusivsten Hotels in der Türkei und bietet neben einem exzellenten Service umfangreiche Fitness- und Spa-Angebote für den verwöhnten Gast.

Foto: Ritz-Carlton

Weitere Informationen:

The Ritz-Carlton, Istanbul
Tel.: +90 (212)334 44 74

Fax: +90(212)334 44 64
<http://www.ritzcarlton.com>

Kulinaria der Welt

in Gour-med

GOURMET ROUTE OF THE AFRICAN SUN

EINE REISE ZU DEN KULINARISCHEN HÖHEPUNKTEN DER TOP-HOTELS SÜDAFRIKAS

Gunther Schnatmann

Gegensätze, Überraschungen hinter jeder Ecke und atemberaubende Natur – das ist Sun City. Wer es nicht gese-

hen hat, sollte sich kein Urteil darüber erlauben. Ein Casino macht noch nicht Las Vegas und die in Apartheidszeiten



Imposant: das Palace of Lost City in Sun City



Verschwenderischer Prunk im Top-Hotel der Sun-Gruppe

verschiedene Vergnügungsstadt der reichen Weißen ist heute inklusive vieler unterstützter Wohltätigkeits-Projekte im Umland so politisch korrekt, als hätte sie Südafrikas Nationalheld Nelson Mandela auf dem Reißbrett entworfen.

Sun City zum 25jährigen Jubiläum ist ein idealer Ausgangspunkt, um entspannt ein faszinierendes Land zu ent-

Kulinaria der Welt

in Gour-med

*Blick vom Palace
über das Tal von Sun City*



decken, um abwechslungsreichen Familien- oder Sport-Urlaub zu genießen – oder um kulinarisch in die neue raffinierte Küche des südlichen Afrikas einzutauchen!

Von Sun City aus, nordwestlich von Johannesburg, expandierte die Hotelkette „Sun International“ und betreibt heute 17 Top-Hotels in Afrika. Die vier Flaggschiffe der Kette sind zur „Gourmet Route of the African Sun“ zusammengefasst: Die „Zimbali Lodge“ an der Dolphin Coast von Kwa Zulu-Natal, das „Royal Livingstone“ an den Viktoriafällen in Sambia, das „Table Bay Hotel“ in Kapstadt und – „The Palace of Lost City“ in Sun City.



Stilles Dining im Palace

Chefkoch Conrad Gallagher

Tafelfreuden am Tafelberg

Er besitzt Witz und Kreativität. Emsig wirbelt der 31jährige Conrad Gallagher in der Küche des Table Bay Hotels in Kapstadt. Eines der „Leading Hotels of the World“. Von hier aus versorgt er die 17 Häuser der Sun International Gruppe mit neuen Ideen und Rezepten. Ein Koch-Talent, das die Chance der aufkommenden neuen Küche Südafrikas erkannt hat – in einem internationalen Umfeld. Denn Südafrika zieht sowohl Geschäftsleute als auch Touristen vermehrt an. Der Bedarf an einem High-Class-Angebot wächst. Sun International und Gallagher sind dafür gerüstet.

1998, mit 25 Jahren, war Gallagher jüngster Chef eines Michelin-Sterne-Restaurants. Damals im heimischen Dublin („Peacock Alley“). Zwei Jahre später der zweite Stern. Höhepunkt damals: Das Dinner im Weißen Haus zum St. Patricks Day für Bill Clinton.

Gallagher schuf während und nach seines Studiums im Hotel- und Restaurantmanagement in New York Menues für das „Trump Plaza“, das „Le Cirque“ und das „Waldorf Astoria“. Dabei lernte er auch Kochgeheimnisse und Tricks des Franzosen Alain Ducasse kennen.

Im angelsächsischen Raum erwarb er sich große Bekanntheit als Fernsehkoch und Autor erfolgreicher Kochbücher.

Hinter der Gourmet Route steht der Shooting-Star der internationalen Koch-Szene, dessen Dienste sich „Sun“ im vergangenen Sommer gesichert hat: Conrad Gallagher (31), der sich 1998 als jüngster Chef einen Michelin-Stern erkocht hatte, auf den bald der zweite folgte.

Ein ideensprühender Virtuose, der inzwischen alle Hotels von Sun International kulinarisch neu ausgerichtet hat



*Chefkoch Conrad Gallagher
in seinem Element*

Seit Juli 2004 ist er Chefkoch von Sun International. Unter seiner Ägide krepelte die bereits hochklassige Hotelgruppe ihr Konzept in Richtung Gourmet-Küche um.

Heute ist Gallagher für die Speisekarten aller Sun-Hotels verantwortlich und versucht ständig einheimische Zutaten mit den feinsten Kreationen der internationalen Küche zu verbinden.

„Ich lerne hier viel und kann mich mehr auf wirklich neue Kombinationen von ungewöhnlichen Zutaten konzentrieren, als in Europa oder den USA“, verrät Gallagher **Gour-med**. Für ihn zählt eins: „Die Freiheit, abseits der Konventionen zu arbeiten zusammen mit einem Top-Publikum, das international anspruchsvoll ist und hier immer wieder aufs Neue überrascht werden kann!“

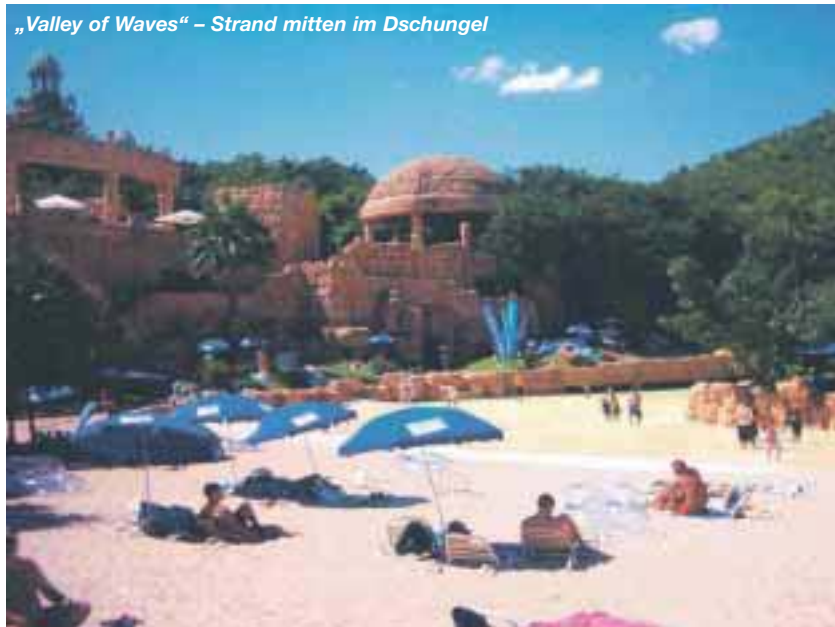
und dessen Hauptsitz das „Table Bay Hotel“ ist. Daher kürzen wir die Route ab: Vom spektakulärsten Hotel in Sun City direkt ins „Table Bay“ nach Kapstadt!

Spektakulär ist angesichts der Ausmaße und des verschwenderischen Prunks des „Palace of Lost City“ untertrieben. Mehrere künstliche Wasserfälle rauschen zwischen Restaurants, Pool und Terrassen. In den Innenhöfen

Kulinaria der Welt

in Gour-med

„Valley of Waves“ – Strand mitten im Dschungel



der Zimmertrakte sind Urwaldlandschaften angelegt, durch Höhlen-Grotten führen die Gänge. Lebensgroße Elefanten-Statuen bewachen die Hallen, über 15 Meter hohe Säulen in der Optik zusammengebundener Bambus-Stangen unterstreichen den Gigantismus. Das Hotel ist dem untergegangenen verschwenderischen Palast eines afrikanischen Märchen-Königs nachempfunden. Erst 1992 wurde der Palast erbaut und vor kurzem renoviert. Die 329 Zimmer (davon 51 Fami-

lienzimmer und 16 Suiten) sind mit handgeschnitztem Interieur den „königlichen Gästen“ angemessen.

Am höhergelegenen Ende des Tales von Sun City gelegen geht es vom „Palace“ durch eine Urwaldlandschaft bergab zum „Valley of Waves“, einem 500 Meter breiten Sandstrand, über den künstliche Wellen donnern.

Dahinter bietet das kleine Einkaufszentrum mit Casino und Ballsaal für

Konzerte und Kongresse Abwechslung. Bemerkenswerter sind jedoch der See für Wassersport aller Art und der 18-Loch-Golfplatz, auf dem Profis wie Tiger Woods einmal im Jahr die Million-Dollar-Challenge, das höchstdotierte Golfturnier der Welt, ausspielen!

Von Entspannung und Unterhaltung ist es ein kurzer Weg zu Genuß pur. Das „Villa del Palazzo Restaurant“ ist dem Namen entsprechend italienisch angehaucht und verbindet gerne Pasta mit einheimischen Spezialitäten wie Seafood, Springbock (butterweich!), Antilope oder Strauß. Gerne auch auf offener Flamme zubereitet und mit afrikanischen Kräutern und Gewürzen mariniert. Norwegischer Lachs mit einheimischer Minze und Fenchel kitzelt abends in der „Villa“ den Gaumen ebenso wie mittags das liebevoll angerichtete Barbecue-Buffet auf dem Pool Deck. Nicht unerwähnt bleiben sollte das Frühstücks-Buffet im Palace: Dutzende von Metern sämtliche Früchte Südafrikas, Frisch-Zubereitungs-Stationen bis zum Straußenei-Omelett für Großfamilien...

Das Ausflugsprogramm ist von Sun City aus mannigfaltig. In unmittelbarer Nachbarschaft können sowohl vierrädrige Motorräder (Quads) auf staubigem Parcours erfahren oder gemütlichere Transportmittel bestiegen werden – Elefanten. Was in Asien üblich ist, war lange in Afrika unmöglich. Afrikanische Elefanten galten als zu „wild“, um sie für Touristen-Ritte zu nutzen. Mit sechs Elefanten-Babys, deren Mütter Großwildjägern in Sambia zum Opfer fielen, gründete die Lodge bei Sun City ihre Elefantenritt-Attraktion. Da die Dickhäuter von klein auf an Menschen gewöhnt wurden, sind sie absolut zahm und auf ihren Rücken haben Wildtiere wie Nashörner und Giraffen gegenüber Touristen keine Scheu und lassen sich aus der Nähe ablichten.

Wer um sieben Uhr morgens mitten in der Steppe des angrenzenden Pila-

Startfertige Dickhäuter für den Elefantenritt



Kulinaria der Welt

in Gour-med

esberg Nationalparks eine Champagner-Zwangsverkostung verträgt (Ballontaufe), dem sei eine Fahrt mit dem Heißluftgefährt über die erwachende Tierwelt mit Giraffen, Nashörnern, Leoparden, Gazellen und Affen heiß empfohlen (Abholung vom Hotel um vier Uhr morgens!).

Was morgens die Safari, ist abends der Sundowner auf dem Tafelberg über Kapstadt! Bizarre Felsformen, Wolkenfetzen im Wind und ein atemberaubender Blick auf den roten Feuerball über dem Atlantik. Dazu ein leckeres Picknick-Paket vom „Table Bay Hotel“ mit wieder mal Champagner oder lokalem Sekt und die Sinne baumeln dahin. Der Sonnenuntergang auf dem per Schweizer Seilbahn schnell erreichbaren Wahrzeichen von Kapstadt ist ein Muss! South African Airlines verbindet Sun City über den



Pool und Spa –
großes Angebot im „Table Bay“

Airport Pilanesberg direkt mit der zauberhaften Metropole am Südzipfel Afrikas. Zauberhaft? Ja, denn im Gegensatz zu noch vor ein paar Jahren greifen die politischen Änderungen im demokratischen Südafrika mittlerweile. Die verbliebenen Townships bieten selbstbewusst touristische Produkte in eigenen Shops an oder organisieren Township-Touren. Neben der sich aufdrängenden Ähnlichkeit mit San Francisco (Hafen-Viertel ähnlich wie Fis-

Der Tafelberg über Kapstadt lädt zum „Sundown“ ein



herman's Wharf) sind auch die Straßen des kleinen City-Bereichs nicht viel anders als in einer US-Metropole. „Welcome to Cape Town!“ ruft uns ein farbiger Geschäftsmann mit Aktenkoffer am Rande des gut erhaltenen Forts aus niederländisch-englischer Zeit

entgegen. Kapstadt ist Boomtown und international offen.

Offen für neue Kreationen ist auch die Küche von Conrad Gallagher im Table Bay Hotel (329 Zimmer, davon 17 Suiten) direkt am malerischen alten



Ausblick vom „Table Bay“

Kulinaria der Welt

in Gour-med

Tour-Abstecher in die Winelands

Wein mit deutschen Wurzeln

Über die Weine Südafrikas ist viel geschrieben worden. Wer Kapstadt besucht, sollte auf jeden Fall einen Abstecher in die wunderbare Landschaft der Winelands unternehmen, um hier aus erster Hand alles über Anbau, Sortenvielfalt und Ausbau zu erfahren.

Für einen Tagestrip bieten sich zwei unterschiedliche Weingüter an, die von Deutschen gegründet wurden: Nederburg und Le Cabrière.

Nederburg liegt im Weinbaugebiet Paarl und ist das größte Weingut Südafrikas. Es wurde 1792 von deutschen Auswanderern gegründet und erzeugt heute eine kaum noch zu zählende Fülle an Weinen vom einfachen Cape Riesling bis zum hochwertigen "Edekeur" oder "Private Bin", die nur auf der berühmten Nederburg-Auktion gekauft werden können.

Die ersten Nederburg-Weine wurden 1937 abgefüllt und heute findet man das Nederburg-Label überall auf der Welt. Der Betrieb erzeugt jährlich über 10 Millionen Flaschen. Der jetzige Winzer Newald Marais, der bei seiner Ausbildung in Weinsberg Schwäbisch gelernt hat, setzt die Tradition von Günther Brözel fort, wie den Ausbau von edelfaulen Trauben zu Süßweinen, ähnlich der Trockenbeerenauslese. Ein Prozent der



Stammhaus
des Weinguts „Nederburg“



Chef Matthew Gordon führt das Restaurant „Haute Cabrière“

jährlichen Produktion wird auf der Nederburg-Auktion versteigert: 1600 geladene Gäste können das Beste verkosten und ersteigern. Dank der lebhaften Nachfrage im In- und Ausland werden oft Rekordpreise erzielt. Diese Weine findet man dann in sehr guten Restaurants wieder. Nederburg bietet Weinproben auf Deutsch an. **Infos im Internet:** <http://www.nederburg.co.za>

Auch im Weingut Le Cabrière nahe Franschhoek wird beim Inhaber Achim von Arnim Deutsch gesprochen. Es ist Heimat der renommiertesten Sektmarke Südafrikas, Pierre Jourdan. Die preisgekrönten Schaumweine aus Flaschengärung werden im klassischen Champagnerstil aus Pinot Noir und Chardonnay ausgebaut. Cabrière bewirtschaftet 25 Hektar mit einer jährlichen Produktion von 25 000 Kisten Wein und Sekt.

Neben der Kellerei betreibt Familie von Arnim das Restaurant Haute Cabrière, das zu den zehn besten Südafrikas zählt. Hier macht Chef Matthew Gordon kulinarisch ein Fass auf – mit der ähnlichen Mischung aus traditionellen Grundlagen, einheimischen Zutaten und neuen Zubereitungsarten wie Sun-Chefkoch Gallagher. Kein Wunder: Beide sind befreundet und inspirieren sich bei gegenseitigen Besuchen!

Infos im Internet inklusive Rezepte:
<http://www.hautecabriere.com>

Hafen und mit direkter Anbindung an das Einkaufszentrum. Hier läuft der Ire zur Höchstform auf! Frikadellen aus süßem Mais oder mit Pfirsich-Tee geräucherter Springbock als Vorspeise. Suppe von Butternuß, süßer Banane und Kokosnuss. Mit Honigbusch-Kräutern und Zitronen glaciertes Huhn im Hauptgang. Beispiele für Gallaghers Standard-Repertoire.

Im Premium-Restaurant des Table Bay, dem „Atlantic“, probiert er dann gerne immer wieder neue Kreationen aus: Mit Frischkäse gefüllte Rigattoni in Sauce Hollandaise und Capuccino-Schaum obendrauf vorneweg. Suppe aus frischen Kräutern mit Chilli-Streifen. Roter Fisch (Gallagher liebt Sushi!) eingepackt in Ingwer, Senf und Kräutern. Danach Passionsfrucht-Sorbet. Und dazu der Blick über den abendlichen Hafen mit dem Tafelberg im Hintergrund.

Hinter dem Tafelberg geht es weiter, zum Kap der Guten Hoffnung. Standard-Ausflugsziel von Kapstadt aus. Dazu der neben dem Kap gelegene Ort Boulders mit der Pinguin-Kolonie Südafrikas; weitere Attraktion: Wal-Beobachtung.

Garden Route und Winelands sind bekannte Ziele. Die Gourmet Route of the African Sun endet jedoch in Kapstadt. Eine Tour zu neuen Ufern in der kulinarischen Landschaft. Jedem empfohlen, der eine Umgebung voller neuer Eindrücke mit den Gaumenkitzeln eines Kontinents verbinden mag, welcher sich auf der Landkarte des guten Geschmacks immer weiter nach vorne schiebt!

Fotos: Gunther Schnatmann

Weitere Informationen:

Die Sun-Hotels können direkt bei Sun International im Internet gebucht werden:

<http://www.suninternational.com>
fitres@sunint.co.za

Außerdem bei Dertour, Airtours, TUI und außerdem bei „Utell“ unter 0180/5212645

Ein weiter Blick über Bangkok und ein Hotel ganz neuen Typs

Horst-Dieter Ebert

Die grosse Katastrophe ist vorbei. Das Paradies ist wieder geöffnet, doch um zu erleben, darf es nicht leerstehen. Es muß auch wieder bereist werden. Der Thailand-Tourismus ist als erster wieder angelaufen; nach Bangkok, nach Norden (Chiang Mai etc.) und Osten (Ko Samui etc.) war er eh nicht unterbrochen. Die Sieben-Millionen-Metropole Bangkok etwa war noch nie so attraktiv wie jetzt, verlockende Hotelpreise, eine neue blitzsaubere U-Bahn, ein spektakulärer Skytrain vereinfachen das Touristenleben, spannende neue Restaurants erhöhen die kulinarische Lebensqualität.

Im Oriental Hotel, trotz ultramoderner neuer Adressen, immer noch die Nummer Eins am Mekong, kriegte soeben das berühmte Spa noch einmal ein Facelifting, in den Restaurants wird noch einmal richtig Gas gegeben: Für das "Normandy" arbeitet jetzt der französische Star-Koch Guy Martin.

Und besonders glänzend wurde das klassische "Lord Jim"-Restaurant umgestaltet: Nun glitzert es in einem geradezu mondänen Design, als sei man in New York; in einem 16 Meter langen Aquarium ziehen dekorative Fische ihre Bahn; die Köche tragen schornsteinfegerschwarze Uniformen und hantieren theaterwirksam in einer offenen Küche. Sterneverdächtig!

Apropos New York: Nun hat auch Bangkok einen "Bed Supper Club", wo man auf klinisch weissen Matratzen liegend essen und trinken kann. "Viele gehen in eine Bar, um jemand fürs Bett abzuschleppen", hiess es darüber in der kultigen TV-Sendung "Sex and the City", "was lag da näher, als die Betten gleich in die Bar zu stellen."

Ganz so toll treiben sie es nicht, doch die Kellnerinnen stöckeln in Minimikröckchen und Netzstrümpfen umher, die Stimmung im gleissenden Space-Design ist höchst fidel, und das Unterhaltungsprogramm ist wie vom ClubMed geklaut: Da watschelt ein Taucher mit Flossen und voller Ausrüstung durchs Revier und schmettert dann (play back) eine Verdi-Arie.

Ach ja, gegessen habe ich auch, aus grossen Schalen, um nicht zu kleckern. Was es war, weiss ich nicht mehr so genau. Doch die Kellnerin war ganz allerliebst.

Ausflug nach Chiang Mai, eine Flugstunde nach Norden. Hier baut Mandarin Oriental sein erstes Ferienhotel, und es wird eine einzigartige Anlage werden. Auf 25 Hektar entsteht eine Art historischer Stadt in der bewunderten burmesischen



Lanna-Architektur, ein Gemeinwesen mit Tempel, Märkten, Handwerkern, sogar Reisfeldern. "Auf der Gehaltsliste stehen auch Elefanten und Wasserbüffel", lächelt der französische Direktor.

Natürlich wird es ein Spa der absoluten Luxusklasse geben, Pools, tropische Gärten und meditative Räume. Die Villen und Suiten in diversen Architekturen aus



drei Jahrhunderten, die Hälfte von ihnen ist bereits in Betrieb, werden den hohen Mandarin Oriental-Luxus noch zu überbieten versuchen; innerhalb der "Stadtmauern" werden nur Rikshas und Pferdewagen verkehren.

Ich habe sehr gut thailändisch gegessen. Zwei weitere Restaurants wurden gerade während meines Besuchs eröffnet: Sie versprechen Gaumenfreuden, wie es sie außerhalb der Hauptstadt bislang nicht gab. Dafür haben sie sich den bisherigen Chef aus dem französischen Restaurant des Oriental geholt; der will hier seiner alten Wirkungsstätte den Rang ablaufen.

Es nennt sich das höchste Restaurant der Welt, vermutlich ist es immerhin das höchste Open-Air-Restaurant. Das "Sirocco" empfängt seine Gäste im 64. Stockwerk des "New State Buildings", auf einer riesigen Dach-Terrasse. Die Bar ist kreisrund und fluoresziert in wechselnden Farben, eine Live-Band spielt, und es umfächelt uns eine angenehme Brise.

Spitze des Gebäudes ist eine Art säulenumkränzt Pantheon mit goldener Kuppel, so sitzen wir wie in einem Disneyland-Rom. Der Rundum-Blick über Bangkok ist sensationell. Die Stadt, noch vor Jahren luftverschmutzt wie Peking oder Mexiko-City, hat sich erstaunlich gereinigt und bietet heute eine Fernsicht wie München, wenn Föhn herrscht.

Kulinaria der Welt in Gour-med

PUERTO NUEVO –

WO DIE LANGUSTEN
ZU HAUSE SIND



Jürgen D. Lemke

An der Küste Kaliforniens ragen auf der amerikanischen Seite die spiegelverglasten Wolkenkratzer San Diegos in die Luft und erstrecken sich wohlgeordnete endlose Häuserreihen. Nur ein paar Kilometer südwärts, auf der mexikanischen Seite, liegt das Zentrum von Tijuana mit seinen Elendsvierteln – trostlos, schmutzig und verkommen.

Tijuana ist vom amerikanischen Nachbarn durch einen Stahlwall, einer militärisch abgesicherten Grenzmauer, getrennt. Sie stellt durch ihre brutale Größe sogar die Berliner Mauer von einst in den Schatten.

Die Amerikaner selbst fühlen sich beim Grenzübertritt, als ob sie das

wahrhaftige exotische Fremde betreten – so unterschiedlich präsentieren sich beide Grenzstädte dem Besucher. Vor dem 11. September 2001 war hier noch die Welt in Ordnung. Tausende von Gästen strömten täglich in die nahe Nachbarstadt zum Einkaufen, Bummeln und zum Besuch der vielen Restaurants und Bars.

Doch seit September 2001 hat sich an der Grenze vieles verändert. Die Kontrollen sind langwieriger und genauer geworden, lange Warteschlangen vor der Grenze bei der Ausreise von Mexiko nach Amerika verdarben den Amerikanern den Grenzübertritt. Der einst meistfrequentierteste Grenzübergang der Welt wurde so zum großen Hindernis. Geschlossene Läden und verwaiste Einkaufspassagen legen nun Zeugnis ab, von den nunmehr mangelnden Besucherströmen. Tijuana und seine vormals pulsierende Einkaufsmeile der „Avenida Revolución“ gehört den Mexikanern wieder fast ganz allein.

Aber eigentlich wollte ich nicht über Tijuana schreiben sondern vom Hinter-



„Lobster-Village“ Puerto Nuevo

land dieser mexikanischen Metropole der „Baja California“ berichten. Nur knapp eine Stunde entfernt, vorbei an der Stadt Rosarito liegt an der gut ausgebauten mautpflichtigen Autobahn 1 D, der Ort Puerto Nuevo. Dieses kleine Fischerdorf, direkt am Meer gelegen, ist jedoch besser bekannt unter dem schönen vielversprechenden Namen: „Lobster Village“.

Doch gleich am Anfang möchte ich in diesem Zusammenhang auf einen Irrtum aufmerksam machen. Der in Puerto Nuevo gebräuchliche Name „Lobster“ bedeutet nicht etwa „Hummer“, also jenes Krustentier mit den zwei großen Scheren am Kopf. „Lobster“ bedeutet hier, an der mexikanischen Pazifikküste, übersetzt „Languste“ und die gehört aus zoologischer Sicht zu der Gattung der „Scherenlosen Panzerkrebse“. Die Frage, ob nun der Hummer oder die Languste besser schmecken, ist wohl eine Gewissensfrage und die muß jeder für sich selber beantworten.

1955 eröffnete Rosario Grane das erste „Lobster“ Restaurant hier an der noch menschenleeren Küste zwischen Rosarito und Ensenada. Und heute, fast fünfzig Jahre später, bieten schon über vierzig Restaurants das ganze Jahr über die wohlschmeckenden Langusten zum Verzehr an. Zubereitet im „Puerto Nuevo Style“, das heisst, die Langusten werden erst gekocht und dann kurz frittiert. Als Zutaten werden gereicht Reis, Bohnen, flüssige Butter und Salsa mild oder pikant, zusammen mit den in Mexiko obligatorischen Tortillas, diesen flachen Pfannkuchen aus Mais oder Getreide. Probieren Sie selbst einmal. Doch keine Angst, wer



Lobster-Restaurants wohin das Auge schaut

die Zubereitungsart „frittiert“ für eine Languste nicht als passend empfindet, der bekommt die Krustentiere jederzeit auch klassisch zubereitet, also entweder gekocht oder gegrillt. Aber bei den Zutaten versteht der Mexikaner keinen Spass. Sie werden zu jedem Gericht wie schon beschrieben gereicht. Bestellt wird in den Größen: klein, mittel, groß oder in XXL. Wobei bei „groß“ schon eine ordentliche Portion auf den Teller kommt. 25 Dollar werden dafür später auf der Rechnung stehen.

Zwischen Oktober und März gibt es sie frisch, denn dann ist Langustensaison an der „Baja California“. In dieser Zeit dürfen die immer seltener werdenden Tiere gefangen werden. Wer es mit eigenen Augen sehen möchte, der kann morgens an den kleinen Hafen von Puerto Nuevo kommen, um die

Fischerboote hier mit ihrem Fang zu begrüßen – aber dann ist Frühaufstehen angesagt. Langustensaison, das heisst auch gleichzeitig, in Puerto Nuevo wird gefeiert. Die kleine staubige, holprige Hauptstrasse wird nunmehr zum Mittelpunkt. Für den Autoverkehr gesperrt, feiert man hier besonders an den Wochenenden mexikanisch fröhlich bis in die Nacht hinein. Mariachis, die Sie in die musikalische Welt Mexikos entführen, ziehen durch die zahlreichen Restaurants. Gruppen über Gruppen von Musikern versuchen die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Eine Vielzahl von Händlern bieten ihre Waren feil, Silber aus Tasco und Töpferarbeiten aus dem ganzen Land. Mexiko wie es lebt und lacht.

Lust auf etwas „Titanic“? Auf dem Rückweg nach Tijuana und San Diego, nur wenige Kilometer von Puerto Nuevo entfernt, wurde der Filmepos des berühmtesten Schiffes aller Zeiten gedreht. Die eigens dafür errichteten Filmstudios stehen noch und bieten heute allerhand Sehenswertes über die Entstehung des Filmes. Aber auch im Restaurant des „Calafia - Historical and Cultural Center“ welches nicht weit davon an den Klippen der Küste zu kleben scheint, gibt es einige interessante Erinnerungsstücke von den Dreharbeiten zu bewundern. Zeit eine kühle Margarita unter mexikanischer Sonne zu genießen, mit oder ohne Salz, ganz wie Sie es mögen.

Fotos: Jürgen D. Lemke

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



Gruppen von Mariachis begleiten das fröhliche Treiben während der Langusten-Saison.

Buch – Tipps

für die Freizeitleser von **Gour-med**
Bildreich...

Lanzarote – Impressionen einer Insel



Von der Isla Graciosa bis zur Punta del Papagayo, vom Nationalpark Timanfaya bis zu den architektonischen Kunstwerken Cesar Manriques – Werner Scharnweber reist auf seine Art durch Lanzarote! Die Vulkaninsel, die so ganz anders ist als alle anderen Kanarischen Inseln, zeigt Besucherinnen und Besuchern ihre Schönheit erst auf den zweiten oder dritten Blick. Scharnweber hat Zeit für diese Blicke und entdeckt so die verborgenen Schätze der "Mondlandschaft". Folgen Sie ihm auf seiner Tour über die Insel - und entdecken sie ihre ungewöhnliche Landschaft und ihre Menschen!

Scharnweber, Werner
24,90 Euro
Edition Temmen
ISBN 3-86108-918-1



Mediterran... Original Toskanische Küche

Die Toskana gilt als die Seele Italiens. Neben den landschaftlichen und kulturellen Schönheiten der Region ist auch die Küche einzigartig. Sie wird durch ihre ländliche Tradition bestimmt, ist schlicht, unverfälscht, ohne übertriebene Raffinesse. Diese Küche ist unglaublich reich an kulinarischer Phantasie und beeindruckt durch ungewöhnliche Kombinationen. Mehr als 150 traditionelle Rezepte stellt Emanuela Stramana hier vor und verbindet Alt-hergebrachtes mit moderner Kochkunst. Die vielfältigen Infos zu Küche und Wein sowie herrliche Fotos verleihen den Rezepten eine besondere Authentizität. Interessante und amüsante Geschichten, die viel über Land und Leute verraten, machen das Buch zu einer vergnüglichen Lektüre.

Emanuela Stramana
ISBN 3-934058-92-2
Seehamer Verlag
19,90 Euro



Köstlich... Fisch & Gemüse

Das perfekte kulinarische Duo: Schlemmen mit Fisch & Gemüse. Hier sind die besten Rezepte für feine Salate, raffinierte Vorspeisen, Suppen, Eintöpfe, flotte Gerichte aus Pfanne und Wok, Köstliches aus dem Backofen und kulinarische Leckerbissen für Gäste. Das Buch zeigt die ganze Vielfalt der herrlich frischen und leichten Zubereitungsmöglichkeiten, die Fisch und Gemüse bieten. Zu jedem Rezept wird alternativ eine Auswahl an Gemüse- und Fischsorten empfohlen, so dass die Möglichkeiten für leckere Kombinationen schier unendlich sind... Dazu gibt es eine umfangreiche Warenkunde. Küchenprofi-Tipps für sicheres Gelingen und Weinempfehlungen für die perfekte Getränkeauswahl ergänzen die Rezepte und machen zusammen mit den schönen Fotos Lust auf vollendeten Genuss.

Rose Marie Donhauser
Seehamer Verlag
19,90 Euro
ISBN 3-934058-88-4

Rekonstruierend...

Das Echolot: Abgesang '45

Lange bevor 1993 das erste „Echolot“ erschien, notierte Walter Kempowski in seinem Tagebuch: „Zentrum des Werks muss das Jahr 1945 sein, der Schlund des Trichters, auf den alles zudringt.“ Zum 60. Jahrestag der deutschen Kapitulation findet das unvergleichliche Unternehmen mit dem Band „Abgesang '45“ nun seinen Abschluss. 1993 erschien der erste Teil des Echolots – dieser gewaltigen Collage aus Briefen, Tagebüchern, Bildern und Aufzeichnungen, die eine minutiöse Rekonstruktion von Alltagsgeschehen und historischen Ereignissen darstellt. Während die ersten vier Bände den Zeitraum von Januar und Februar 1943 umfassten, führte Walter Kempowski das kollektive Tagebuch in Teil II („Fuga furiosa“, 1999 erschienen) in vier Bänden für die Zeit von Januar und Februar 1945 weiter. Echolot III („Barbarossa '41“, 2002 erschienen) umfasste in einem Band die Zeit von Juni bis Dezember 1941. Mit dem jetzt erscheinenden Band „Abgesang '45“ setzt Kempowski den Schlussstein zu diesem unvergleichlichen, sich insgesamt auf 10 Bände erstreckenden Unternehmen. In „Abgesang '45“ lässt der Autor die hochdramatischen letzten Tage Hitlerdeutschlands wie in einem Film lebendig werden. Der Leser wird dadurch zum Augenzeugen privater und politischer Ereignisse – er erlebt das unermessliche Leid, das die Nazis über die Menschen brachten, und gleichzeitig Hitlers letzten Geburtstag am 20. April 1945, der sich im Berliner Führerbunker in gespenstischer Atmosphäre abspielt. Walter Kempowskis Collage ist Totentanz und Apokalypse zugleich. In ihr kommen Opfer und Täter, Prominente und Namenlose zu Wort; sie ist ein erschütterndes Zeugnis des Untergangs und spricht von politischer Verblendung, von fanatischer Unbelehrbarkeit, von Verzweiflung und Todesangst, von Hoffnungen und Illusionen, die mit dem Ende eines barbarischen Regimes verknüpft waren.

Walter Kempowski
Albrecht Knaus Verlag
49,90 Euro
ISBN 3-8135-0249-X



Hoffnungsvoll...

Ich, Safiya. Verurteilt zum Tod

„Schuldig des Ehebruchs – Tod durch Steinigung“, so lautete der Urteilsspruch der Scharia, des islamischen Gerichts, im Prozess gegen Safiya Hussaini. Dieses Urteil löste wegen seiner archaischen Grausamkeit weltweit eine beispiellose Protestaktion aus, die Safiyas Leben rettete. Geboren in Tungar Tudu, einem Dorf in Nigeria, erlebt Safiya eine geborgene Kindheit, die sie liebevoll, aber unnachgiebig auf ihre Rolle als Frau in der islamischen Dorfgemeinschaft vorbereitet. Nach drei glücklosen Ehen gelingt es einem Mann, noch einmal Safiyas Vertrauen zu erringen. Safiya wird schwanger – doch ihr Geliebter ist verheiratet. Kurz darauf steht die Polizei vor ihrer Tür: Ihr eigener Bruder hat sie wegen Ehebruchs angezeigt. Darauf steht für Frauen die Todesstrafe – der Mann wird nicht belangt. Safiya wird von der Scharia zum Tod durch Steinigung verurteilt. Doch eine weltweite Protestkampagne rettet sie im letzten Moment vor der Vollstreckung.



Safiya Hussaini
Blanvalet
19,90 Euro
ISBN 3-7645-0183-9



Actionreich... Welt in Angst

Der Millionenerbe George Morton kommt einer unglaublichen Verschwörung auf die Spur: Die Umweltschützer der Organisation NERF machen mit Ökoterroristen gemeinsame Sache. Sie wollen ganz Kalifornien unter einem Tsunami begraben und in der Antarktis ein gewaltiges Eisschelf absprenken – diese Naturkatastrophen, vermeintlich durch die globale Erwärmung ausgelöst, sollen die Angst vor der Klimaveränderung schüren und so die Aufmerksamkeit der Medien auf die bevorstehende Klimakonferenz lenken. Für George Morton ist Geld eine Nebensächlichkeit. Zu den rauschenden Partys auf seinem riesigen Anwesen in Beverly Hills kommen die Stars der Filmbranche, und in seiner Garage stehen neun Ferraris. Er ist sich der Dekadenz seines Lebensstils bewusst, und um sein schlechtes Gewissen zu beruhigen hat sich der Mittsechziger leidenschaftlich dem Kampf gegen die globale Erwärmung verschrieben. Und so entschließt er sich, dem National Environmental Resource Fund zehn Millionen Dollar zu spenden, die vornehmlich in die Organisation einer Klimakonferenz fließen sollen. Doch noch bevor er den Scheck unterschrieben hat, erreicht ihn ein Anruf von seiner Bank: Die Umweltorganisation hat in seinem Namen eine viertel Million Dollar an eine Gruppe von dubiosen Aktivisten in Costa Rica überwiesen. Wofür nur verwenden sie sein Geld? Wie er schon bald von John Kenner, einem Mitarbeiter eines hoch geheimen Regierungsdienstes zur Terrorbekämpfung im Inneren, erfährt, gehört die Gruppe der radikalen Environmental Liberation Front an – und diese macht sich gerade weltweit durch mysteriöse Aktivitäten verdächtig, die auf einen groß angelegten Terrorakt hindeuten. George Morton ist entsetzt darüber, dass er mit seinem Geld den Ökoterrorismus unterstützt, begibt sich auf die Suche nach Beweisen für die Zusammenarbeit der Umweltschützer mit den Extremisten – und sieht sich vor eine nahezu unlösbare Aufgabe gestellt: Er muss einen künstlich erzeugten Tsunami verhindern, der das Leben von mehreren Millionen Kaliforniern gefährdet.

Michael Crichton
Blessing Verlag
24,90 Euro
ISBN 3-89667-210-X



Düster... Tiefe

Lars Tobiasson-Svartman ist Marineoffizier und Seevermessungsingenieur, ein Mann der Abstandsmessung und des Abstandhaltens. Es ist die Zeit des Ersten Weltkriegs und er hat den militärischen Auftrag, in den Stockholmer Schären neue Fahrwasser auszuloten. Eines Tages trifft er auf einer der äußersten Schären eine einsam lebende Frau, Sara Fredrika. Es ist Liebe auf den ersten Blick. Doch bald geht sein Auftrag zu Ende, und zu Hause erwarten ihn seine Frau und ein geordnetes Heim. Um zu Sara Fredrika zurückkehren zu können, ersinnt er einen dreisten Betrug. Wie immer bei Mankell entwickelt die Geschichte einen unwiderstehlichen und unheimlichen Sog.

Henning Mankell
Zsolnay Verlag
21,50 Euro
ISBN 3-552-05343-3

Buch – Tipps

für die Freizeitleser von Gour-med

Atemberaubend...

Der Janusmann

Sechs Jahre sind es nun, seit Jack Reacher als Spitzenermittler aus dem Militärdienst ausgeschieden ist. Seitdem ist er unterwegs. Ohne Familie, ohne offizielle Adresse, ohne Telefon, ohne Bankkonto. Bis er eines Abends in Boston zufällig einem Mann begegnet, der eigentlich tot sein müsste. Ein Schatten aus seiner Vergangenheit. Und Jack Reacher hasst unerledigte Geschäfte. Er will wissen, wem der Cadillac gehört, in den Quinn eingestiegen ist – der Mann mit den unverwechselbaren Narben auf der Stirn.

Die Anfrage bei seiner alten Dienststelle beschert ihm den Besuch zweier Agenten. Ihr Interesse gilt Zachary Beck, einem Top-Rauschgiftdealer, in dessen Haus Quinn lebt. Und schon findet sich Reacher mitten in einer hochriskanten Ermittlung wieder – als Leibwächter in Becks Haus, das einer Festung gleicht. In einem mörderischen Showdown...

Das Ende scheint klar. Alles scheint offensichtlich in diesem Fall – nichts ist es. Denn Lee Child ist ein Meister unerwarteter Wendungen, wenn man sie am wenigsten erwartet – bis zur letzten Seite.

Lee Child
Blanvalet
19,90 Euro
ISBN 3-7645-0181-2



Spannend...

Dreh Dich nicht um

Als die Leiche des Studenten unter der Brücke gefunden wird, deutet alles auf einen Selbstmord hin. Für Sara Linton, Gerichtsmedizinikerin des kleinen Städtchens, und ihren Ex-Mann Polizeichef Jeffrey Tolliver, traurige Routine. Deshalb denkt sich Sara nichts dabei, ihre hochschwangere Schwester Tessa im Wagen warten zu lassen, während sie den Fundort in Augenschein nimmt. Aber als Sara zum Auto zurückkehrt, ist Tessa verschwunden. Schließlich finden sie sie in einem Wäldchen. Blutüberströmt und ohne Bewusstsein. Jemand hat mehrfach mit einem Messer auf ihren Bauch eingestochen.

Während im Krankenhaus der Kampf um Tessas Leben beginnt, stehen Sara und Jeffrey vor einem Rätsel: Haben sie es mit einem wahnsinnigen Rassisten zu tun?

Slaughter, Karin
Wunderlich Verlag
19,90 Euro
ISBN 3-8052-0772-7



BASEL II - Neue Herausforderung für den selbstständigen Arzt



Vorbereitung auf Basel II durch externes Rating

Ziele des Ratings im Allgemeinen

Mit Hilfe des Ratings wird die Wahrscheinlichkeit gemessen,

- mit der ein Kreditengagement ausfallgefährdet ist,
- mit welcher Wahrscheinlichkeit Störungen der monatlichen Annuitätenzahlungen, Zins und Tilgung, auftreten und
- ob die Zahlungen des Kreditnehmers durch inner- und/oder außerbetriebliche Risiken gefährdet sind.

Interne Ratings

Interne Ratings werden von Banken in einem standardisierten Verfahren, welches von der BaFin (Bundesamt für Finanzdienstleistungsaufsicht) genehmigt werden muss, durchgeführt. Der idealtypische Ablauf eines Bankenratings wird nachfolgend kurz dargestellt:

1. Erhebung und Aufbereitung der gewonnenen Daten
2. Berücksichtigung von sog. „K.O. – Kriterien“ und Warnhinweisen, wie z.B. Kreditkündigung, Kontopfändung, negative SCHUFA – Auskunft
3. Erstellung einer Jahresabschlussanalyse
4. Bewertung der qualitativen und quantitativen Kriterien
5. Benotung der Praxis, d.h. Ratingurteil

6. Bewertung von vorhandenen Sicherheiten, wie z.B. Bareinlagen, Wertpapiere, Immobilien usw.
7. Engagementbeurteilung

Jede Bank bzw. Bankengruppe besitzt eigene Ratingverfahren und wird dementsprechend auch unterschiedliche Schwerpunkte bei der Benotung der Praxis setzen. Deutliches Zeichen dafür sind allein schon die unterschiedlichen Ausgestaltungen der Bewertungsskalen, die von 1 bis 15, 1 bis 10 oder von A bis K reichen. So werden sich die Ratings der verschiedenen Bankengruppen zwar ähneln, aber nicht identisch sein, was eine Vergleichbarkeit der Ergebnisse sehr erschwert.

So bleibt das bankinterne Rating für den Arzt eine „Black – Box“, da die Banken die Ratingverfahren nicht öffentlich preisgeben und dem Kreditnehmer auch keine Handlungsempfehlungen geben können, wie er mögliche Schwachstellen in seiner Praxis beseitigen kann.

Externes Rating als Erfolgsfaktor

Viele Ärzte gehen davon aus, dass ihr unternehmerischer Erfolg hauptsächlich von der Anzahl der behandelten Patienten pro Quartal abhängt. Dass dieses Kriterium eine hohe Relevanz aufweist, ist sicherlich nicht zu

bestreiten, aber der Arzt steht auch in Konkurrenz zu anderen Ärzten und auch zu anderen Branchen auf folgenden Märkten:

1. Absatzmärkten (Gewinnung neuer Patienten),
2. Personalmärkten (Gewinnung von qualifiziertem Personal),
3. Beschaffungsmärkten (Einkauf von hochwertiger Praxisausstattung)
4. Kapitalmärkten (Beschaffung von Krediten oder Beteiligungen)

Welcher Markt für den Arzt nun die größte Bedeutung hat, ist pauschal nicht zu beantworten. Klar ist aber, dass hier Interdependenzen bestehen. So kann kein Arzt neue Patienten gewinnen, wenn er dafür über kein qualifiziertes Personal und über keine entsprechende Einrichtung verfügt. Damit wird auch die Beschaffung von Kapital schwieriger, wenn nicht sogar unmöglich. Wichtig ist deshalb, auf allen vier Märkten zumindest eine befriedigende Wettbewerbsfähigkeit zu erreichen.

Besonders intensiv ist der Wettbewerb auf den Kapitalmärkten, da das Geld ohne physische Hilfsmittel innerhalb weniger Stunden in alle Länder der Erde transferiert werden kann. Für den Kapitalgeber heißt das, dass er unendliche Möglichkeiten hat, sein Geld gewinnbringend anzulegen.

BASEL II - Neue Herausforderung für den selbstständigen Arzt

Ärzte stehen vor der Herausforderung, sich diesem Wettbewerb um zinsgünstiges Kapital stellen zu müssen, da sie auf dem Kapitalmarkt um die beschränkten Kreditvolumina der Banken und Sparkassen konkurrieren. Der Arzt muss also seiner Bank oder Sparkasse darlegen, dass ein Kreditengagement nur ein geringes Ausfallrisiko birgt. Die Bank ihrerseits wird das Risiko der Kreditvergabe an den Arzt prüfen und daraus die Konditionen ableiten. Dabei gilt, je höher das Risiko, desto höher der Zins. Man spricht in diesem Zusammenhang von einem sog. Risikoaufschlag.

Externes Rating – Mehrwert für Ihre Arztpraxis

Wir haben uns zum Ziel gesetzt, die niedergelassenen Ärzte bei der Herausforderung Basel II zu unterstützen und dem Arzt die betriebswirtschaftliche Seite seiner Praxis aufzuzeigen. Im Zuge dessen, sollen dem Arzt die Vorteile und Einsatzmöglichkeiten einer externen Ratinganalyse nutzbar gemacht werden.

Dabei berücksichtigen wir sowohl quantitative als auch qualitative Faktoren. Insbesondere die qualitativen Faktoren gewinnen durch Basel II immer mehr an Bedeutung. Hierzu zählen vor allem die unternehmerischen Fähigkeiten des Praxisinhabers, die Praxisorganisation sowie die Qualität des Rechnungswesens. Darüber hinaus wird auch das Personalmanagement und die strategische Ausrichtung der Praxis als wesentlicher Bestandteil des qualitativen Ratings zur Beurteilung der Kreditwürdigkeit herangezogen.

Durch eine externe, neutrale und ganzheitliche Praxisanalyse, die eine

Aussage über die Zukunftsfähigkeit der Praxis erlaubt, können dem Arzt neue Möglichkeiten und Wege im Praxismanagement aufgezeigt werden. Die mit dem externen Rating verbundene Stärken-Schwächen-Analyse zeigt dem Arzt die Verbesserungs- und Chancenpotenziale seiner Praxis auf.

Durch ein externes Rating hat der Arzt darüber hinaus die Möglichkeit, sich auf den internen Rating-Prozess der Banken vorzubereiten, so dass deren Anforderungen am Stichtag „problemlos“ erfüllt werden können. Eine gute Vorbereitung verschafft Sicherheit und ermöglicht dem Arzt mit der Bank auf gleicher Augenhöhe zu verhandeln. Insgesamt werden mit Hilfe der Auswertung interne Praxisrisiken identifiziert, analysiert und geeignete Maßnahmen vorgeschlagen, welche die Zukunftsfähigkeit der Praxis sicherstellen sollen.

Im Rahmen unseres Workshops „Basel II – Herausforderungen für den niedergelassenen Arzt“ wollen wir Ihnen die Thematik Basel II und Rating näher bringen und Ihnen die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten einer externen Ratinganalyse aufzeigen und nutzbar machen. Im Mittelpunkt steht insbesondere die Vorbereitung auf den Ratingprozess der Banken.

Folgenden Workshop bieten wir speziell für Sie an:

Basel II – Neue Herausforderungen für den niedergelassenen Arzt

- **Basel II Grundlagen**
- **Was ist Rating?**
- **Konsequenzen und Bedeutung für den Arzt**
- **Ganzheitliche Praxisdiagnose durch externes Rating**

- **Impulse für eine kaufmännische Praxisführung**
- **Neue Wege im Praxismanagement**
- **Handlungsempfehlungen**

Folgende Seminare zur betriebswirtschaftlichen Qualifikation von Ärzten bieten wir an:

- Personalmanagement in der Arztpraxis
- Impulse zur Praxisorganisation
- Kostenmanagement in der Arztpraxis
- Qualitätsmanagement der Arztpraxis

Unser Mehrwert für Ihre Praxis:

- Optimale Vorbereitung auf das Rating der Banken
- Erkennung von Verbesserungs- und Chancenpotenzial
- Ausbau und Sicherung der Stärken Ihrer Praxis
- Identifikation von internen Praxisrisiken
- Entdeckung neuer Wege im Praxismanagement
- Optimierung der Praxisführung

MediRate – Unsere Ratinganalyse beinhaltet:

- Ganzheitliche Praxisanalyse
- Stärken-Schwächen-Profil
- Praxiswertermittlung
- Ermittlung des Referenzzinssatzes und der Kreditlinie
- Ratinghistorie
- Handlungsempfehlungen



Gildenstr. 2h
Tel.: 0251 – 141 36 – 31
Fax: 0251 – 141 36 – 10
48157 Münster
info@medirate.de
<http://www.medirate.de>

Wie gesund sind Körner- oder Rohkost?

Formen und Bewertung alternativer Ernährungsweisen

(Teil 2)

Prof. Dr. Ursel Wahrburg



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

Vegetarische Ernährung

Der Ursprung des Vegetarismus liegt bereits in vorchristlicher Zeit und geht auf die Griechen Pythagoras und Hippokrates zurück. Sie propagierten – aus ethischen bzw. gesundheitlichen Gründen – als erste den bewussten Verzicht auf Fleisch. Eine nennenswerte Verbreitung erfuhr er jedoch erst gegen Ende des 19. Jahrhunderts im Zuge der sog. „Lebensreform-Bewegung“, einer Gegenbewegung zur Industrialisierung, die eine Rückkehr zur naturverbundenen Lebensweise anstrebte und auch eine fleischlose Ernährung empfahl. Mit der aufkommenden Ökologie- und Umweltschutzbewegung in den siebziger Jahren nahm die bis dahin immer noch sehr geringe Gesamtzahl der Vegetarier massiv zu und stieg bis heute stetig an. Nach aktuellen Schätzungen liegt der Anteil der Vegetarier in Deutschland heute bei etwa zehn Prozent der Bevölkerung.

Vegetarische Ernährung ist kein einheitliches Ernährungskonzept, sondern umfasst ein Spektrum verschiedener Varianten. Dieses reicht vom alleinigen Verzicht auf Produkte getöteter Tiere, insbesondere Fleisch, bis zur radikalen Meidung sämtlicher tierischer Lebensmittel. Nach offizieller Nomenklatur werden die ersteren als Ovo-Lacto-Vegetarier, letztere als Veganer bezeichnet. Der allgemeine Sprachgebrauch meint üblicherweise mit dem Begriff Vegetarier die Gruppe der Ovo-Lacto-Vegetarier, also diejenigen, die Milch und Eier, teil-

weise auch Fisch durchaus verzehren und die die Mehrzahl aller Vegetarier ausmachen. Die Gründe für den Fleischverzicht sind vielschichtig. Ethisch-religiöse, ökologische und gesundheitliche Motive stehen dabei im Vordergrund.

Typisch für das Selbstverständnis des Vegetariers ist neben dem Fleischverzicht zumeist die Philosophie einer ganzheitlich gesunden Lebens- und Ernährungsweise, aus der weitere Unterschiede zur üblichen Durchschnittskost resultieren. So werden zumeist wenig verarbeitete, naturbelassene Lebensmittel bevorzugt, vornehmlich aus ökologischem, regionalem und saisonalem Anbau. Grundlage der vegetarischen Ernährung sind Getreidevollkornprodukte von Frischkornbrei über Brot bis Nudeln, Gemüse und Rohkost, Obst, Kartoffeln sowie Hülsenfrüchte. Sofern Milch und Milchprodukte verzehrt werden, wird auch hier naturbelassenen Produkten (z.B. mit natürlichem Fettgehalt und ohne Zusatzstoffe) der Vorzug gegeben. Es werden in erster Linie kaltgepresste Pflanzenöle verwendet, Margarine und andere industriell hergestellte Speisefette hingegen häufig abgelehnt, ebenso wie raffinierter Zucker, zuckerreiche Produkte und Erzeugnisse aus weißem Auszugsmehl.

Ernährungsphysiologische Bewertung

Während für vegetarische Ernährung lange Zeit vorrangig Risiken einer unzureichenden Nährstoffzufuhr, z.B. eine mangelhafte Eisenaufnahme, diskutiert wurden, hat sich inzwischen ein Paradigmenwechsel in der Wissenschaft vollzogen. Heute stehen ihre gesundheitlichen Vorzüge im Vordergrund der ernährungsphysiologischen Bewertung, und sie gilt als präventive Ernährungsweise, allen voran geeignet zur Prävention von Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen. Zur protektiven Gesamtwirkung tragen unter anderem der geringe Fett- und hohe Ballaststoffgehalt pflanzlicher Lebensmittel bei. Dies sorgt für eine niedrige Energiedichte sowie gute Sättigung und reduziert auf diese Weise die Gefahr einer hyperkalorischen Ernährung und daraus resultierendem Übergewicht. Ein hoher Anteil ungesättigter bei niedriger Aufnahme gesättigter Fettsäuren wirkt sich günstig auf das Serumlipidprofil aus. Die reichliche Aufnahme an den antioxidativen Vitaminen C, E und beta-Carotin, an Folsäure sowie einer Fülle sekundärer Pflanzenstoffe hat zahlreiche protektive Effekte. Übereinstimmend zeigt eine Reihe von Vegetarier-Studien bei dieser Bevölkerungsgruppe signifikant niedrigere KHK- und Krebsraten als in der Gesamtbevölkerung.

Dabei sprechen die Befunde dafür, dass bei einer pflanzenbetonten Kost in erster Linie die Kombination der Lebensmittel und die Gesamtmenge an Inhaltsstoffen mit ihren zahlreichen Wirkungen und wechselseitigen Interaktionen protektiv ist und weniger einzelne Lebensmittel oder Nährstoffe. Die Frage, welchen Anteil der Fleischverzehr per se an den gesundheitlichen Vorzügen vegetarischer Kost hat, kann bislang nicht eindeutig beantwortet werden. Vieles deutet aber darauf hin, dass dem insgesamt gesunden Ernährungsmuster die weit größere Bedeutung zukommt und dass ein maßvoller Fleischverzehr (bei Verzicht auf fettreiche Wurstwaren) im Rahmen einer Kost mit Getreidevollkornprodukten, Gemüse, Rohkost, Obst und Hülsenfrüchten deren Gesundheitswert nicht mindert. Andererseits ist fleischloses Essen nicht „automatisch“ gesünder. Wenn der Speiseplan dominiert wird von fettrei-

chen und süßen, zudem stark verarbeiteten Erzeugnissen oder Fertigprodukten wie Pommes frites, Weißbrot und Backwaren, Süßigkeiten, Colagetränken, aber kaum Obst und Gemüse enthält, so ist dies – mit oder ohne Fleisch – alles andere als eine gesunde und empfehlenswerte Kostform.

Bei allen geschilderten Vorteilen einer vegetarischen Ernährungsweise ist jedoch eine vielseitige und abwechslungsreiche Lebensmittelwahl unerlässlich. Einseitige vegetarische Kostvarianten, etwa eine streng vegane Ernährung, bergen erhebliche Risiken einer unzureichenden Zufuhr an essentiellen Nährstoffen, beispielsweise Calcium, Jod, Vitamin D und B12, und ernsthafter Mangelkrankungen. Sie können nach wie vor nicht empfohlen werden (s. auch Teil 1, Gour-med 3/4).

Vollwert-Ernährung

Die Vollwert-Ernährung wurde in den siebziger Jahren an der Universität Gießen von den Ernährungswissenschaftlern K. von Koerber, T. Männle und C. Leitzmann entwickelt (2). Sie versteht sich als ganzheitlich orientiertes Ernährungskonzept, das nicht nur Genuss- und Gesundheitsaspekte beinhaltet, sondern gleichzeitig für die Umwelt schonend und für die Gesellschaft sozialverträglich sein und damit einen Beitrag zu mehr globaler Nachhaltigkeit leisten will: „Vollwert-Ernährung ist eine überwiegend pflanzliche (lacto-vegetabile) Ernährungsweise, bei der gering verarbeitete Lebensmittel bevorzugt werden. Gesundheitlich wertvolle, frische Lebensmittel werden zu genussvollen und bekömmlichen Speisen zubereitet. Die hauptsächlich verwendeten Lebensmittel sind Gemüse und Obst, Vollkornprodukte, Kartoffeln, Hülsenfrüchte sowie Milch und Milchprodukte. Daneben können auch geringe Mengen an Fleisch, Fisch und Eiern enthalten sein. Ein reichlicher Verzehr unerhitzter Frischkost wird empfohlen, etwa die Hälfte der Nahrungsmenge. Zusätzlich zur Gesundheitsverträglichkeit der Ernährung werden im Sinne der Nachhaltigkeit auch die Umwelt-, Wirtschafts- und Sozialverträglichkeit berücksichtigt. Das bedeutet unter

Fortsetzung von Seite 49

Wie gesund sind Körner- oder Rohkost?

*Formen und Bewertung
alternativer Ernährungsweisen*

(Teil 2)

anderem, dass Erzeugnisse aus ökologischer Landwirtschaft sowie regionale und saisonale Produkte verwendet werden. Weiterhin wird auf umweltverträglich verpackte Erzeugnisse geachtet. Außerdem werden Lebensmittel aus Fairem Handel mit sog. Entwicklungsländern verwendet“ (2).

Die Grundsätze lassen sich in sieben Punkten zusammenfassen:

1. Genussvolle und bekömmliche Speisen
2. Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel (überwiegend lacto-vegetabile Kost)
3. Bevorzugung gering verarbeiteter Lebensmittel – reichlich Frischkost
4. Ökologisch erzeugte Lebensmittel
5. Regionale und saisonale Lebensmittel
6. Umweltverträglich verpackte Produkte
7. Fair gehandelte Produkte

Beim Gesundheitswert eines Lebensmittels spielt seine „Vollwertigkeit“ eine entscheidende Rolle. Nach dem Verständnis der Vollwert-Ernährung besitzen lediglich Lebensmittel, die nicht oder möglichst gering verarbeitet wurden, noch den „vollen Wert“ der natürlicherweise enthaltenen Inhaltsstoffe und werden dann als „vollwertig“ bezeichnet. Im Unterschied dazu bezieht die gängige Lehrmeinung den Begriff nicht auf einzelne Lebensmittel, sondern auf die Kost in ihrer Gesamtheit. Diese gilt als vollwertig, wenn sie alle für den Menschen

lebenswichtigen Inhaltsstoffe in ausreichender und dabei nicht zu hoher Menge enthält. Die Vollwert-Ernährung als Ganzes kann jedoch auch nach dieser Definition als vollwertig bewertet werden (s.u.). Ihre besondere Betonung des „vollen Wertes eines Lebensmittels“ erklärt die Empfehlung eines hohen Anteils unerhitzter Frischkost (z.B. Frischkornbrei, Rohkost, Keimlinge, kaltgepresste Öle, Vorzugsmilch, unerhitzte Sauer Milchprodukte) sowie eines möglichst niedrigen Verarbeitungsgrades der Lebensmittel. Dementsprechend werden die Nahrungsmittel in vier Wertstufen (von „sehr empfehlenswert“ bis „nicht empfehlenswert“) eingeteilt. Diese Einteilung dient als Orientierung für die tägliche Lebensmittelauswahl.

Überwiegend lacto-vegetabil soll die Kost zum einen sein, um dem Gesundheitsanspruch der Prävention von ernährungsabhängigen Zivilisationskrankheiten - bei gleichzeitiger Sicherung einer ausreichenden Nährstoffzufuhr – gerecht zu werden. Sie begründet sich aber ebenso aufgrund ihrer ökologischen und sozialen Vorteile. Unter anderem werden die hohen Veredelungsverluste bei der Produktion vor allem von Fleisch angeführt: Zur Erzeugung von einer Kalorie aus tierischen Produkten sind im Durchschnitt sieben Kalorien aus Pflanzen erforderlich, die zudem der menschlichen Ernährung dienen könnten. Auch der höhere Verbrauch an Primärenergie bei der Tierproduktion und die Problematik der Überfischung der Weltmeere bei steigendem Fischkonsum werden diskutiert. Grundsätzlich berücksichtigt die Vollwert-Ernährung bei allen Empfehlungen deren Verein-

barkeit mit den drei genannten Bezugssystemen (Gesundheit, Umwelt, Gesellschaft), um ihrem Anspruch der Ganzheitlichkeit zu entsprechen.

Ernährungsphysiologische Bewertung

In einigen Punkten der Vollwert-Ernährung gibt es Diskrepanzen zur klassischen Lehrmeinung. So bedeutet nach letzterer die Verarbeitung eines Lebensmittels nicht zwangsläufig eine Wertminderung, sondern dient vielfach der Qualitätserhaltung bzw. -verbesserung und kann die hygienische Sicherheit erhöhen. Z.B. ist das Infektionsrisiko bei unerhitzter Vorzugsmilch deutlich höher als bei pasteurisierter Milch. Auch der empfohlene grundsätzliche Verzicht auf Produkte mit Zusatzstoffen ist nicht nachvollziehbar.

Insgesamt jedoch ist unstrittig, dass die Vollwert-Ernährung verglichen mit der derzeitigen deutschen Durchschnittskost eine gesundheitlich deutlich überlegene Alternative darstellt. Sie ist ein durchaus empfehlenswertes und in der Praxis einfach umsetzbares Ernährungskonzept. Die abwechslungsreiche lacto-vegetabile Kost gewährleistet eine ausreichende Nährstoffversorgung und kann maßgeblich zur Vorbeugung ernährungsabhängiger Krankheiten beitragen. Einzelheiten zu den Vorzügen einer pflanzenbetonten Kost wurden bereits beim Vegetarismus beschrieben. Wer darüber hinaus auch mit seiner Ernährung einen persönlichen Beitrag zum Umweltschutz und zu sozialer Gerech-

tigkeit leisten möchte, der findet in der Vollwert-Ernährung einen geeigneten Weg, bei dem nicht zuletzt die Wichtigkeit von Essgenuss und -freude betont wird.

Literatur

1. Hu F (2003): Plant-based foods and prevention of cardiovascular disease: an overview. Am J Clin Nutr 78:554S-551S.
2. Koerber K von, Männle T, Leitzmann C (2004): Vollwert-Ernährung. Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. 10. Auflage, Haug Verlag, Stuttgart.
3. Riboli E, Norat T (2003): Epidemiologic evidence of the protective effect of fruit and vegetables on cancer risk. Am J Clin Nutr 78:559S-569S.
4. Sabaté J (2003): The contribution of vegetarian diets to health and disease: a paradigm shift? Am J Clin Nutr 78:502S-507S.

Weitere Informationen:

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



Was ist eine Nahrungsmittelallergie?



■ Der Verzehr von Nahrungsmitteln ist für die meisten Menschen glücklicherweise nicht krankmachend. Etwa 5 – 7 % der Bevölkerung reagieren jedoch auf den Genuss – selbst kleinster Mengen – eines Nahrungsmittels allergisch. Dabei ist zu beachten, dass nicht jede Unverträglichkeitsreaktion auf ein Nahrungsmittel auch eine Nahrungsmittelallergie ist. Die häufigsten Symptome sind Hautreaktionen, Beschwerden der Atemwegsorgane und Störungen im Magen-Darmtrakt. Die schwerste allergische Reaktion ist ein lebensbedrohlicher Kreislaufzusammenbruch. Ursache für die Entstehung einer Allergie ist eine Überreaktion des Immunsystems auf meist harmlose Stoffe in unserer Umwelt, wie Eiweißbestandteile bestimmter Nahrungsmittel (Allergene). Die häufigsten Nahrungsmittelallergene im Säuglings- und Kindesalter sind v. a. tierischer Herkunft (Kuhmilch, Ei und Fisch). Im Erwachsenenalter treten, besonders häufig bei gleichzeitig vorliegender Pollenallergie, Allergien gegenüber Obst, Gemüse und Kräutern auf. Einige Allergien, wie die im Kindesalter erworbene Milch/Ei-Allergie, klingen meist im Laufe des Lebens ab.

■ Allergien haben in den letzten Jahren drastisch zugenommen. Rund 30 % der Bevölkerung sind mittlerweile betroffen, davon am meisten die Kinder. Den größten Anstieg gibt es bei der Pollenallergie und bei der Neurodermitis, beide sind häufig mit Nahrungsmittelallergien (NMA) assoziiert. Im Gegensatz zu Respirationsallergien sind NMA (mit ca. 0,3 – 7,5 %)

■ Nicht jede Unverträglichkeitsreaktion auf ein Nahrungsmittel ist eine Allergie. Eine NMA ist stets eine immunologisch vermittelte Reaktion, bei der überwiegend Antikörper der Klasse IgE beteiligt sind. Der Körper bildet beim Kontakt mit dem Nahrungsmittel übermäßig viele spezifische IgE-Antikörper. Auslöser der Reaktion ist dabei eine bestimmte (Glyko-) Proteinkomponente (Allergen) und nicht das gesamte Nahrungsmittel. Bei erneutem Kontakt mit dem Allergen kommt es zu einer Antigen-Antikörper-Reaktion. Es folgt eine Freisetzung von Mediatoren, insbesondere Histamin, was zu den typischen allergischen Symptomen führt. Das sind z. B. Kribbeln und Kratzen in Mund und Rachen, Nesselfieber, Hautekzem, allergisches Asthma, Durchfall oder Erbrechen. Die Symptome treten meist innerhalb von 30 – 40 Minuten nach dem Verzehr des Nah-

runngsmittels auf. Die schwerste allergische Reaktion ist ein lebensbedrohlicher Kreislaufzusammenbruch (anaphylaktischer Schock).

■ Alle anderen Reaktionen, bei denen keine immunologischen Mechanismen zugrunde liegen, werden als Nahrungsmittelunverträglichkeiten klassifiziert. Fremdstoffe, wie Zusatzstoffe, biogene Amine oder pflanzliche Nahrungsbestandteile, wirken direkt und lösen allergieähnliche Symptome aus (Pseudoallergien). Auch Enzymmangel (z. B. Laktase bei Lactoseintoleranz) kann zu Nahrungsmittelunverträglichkeiten führen.

■ Unsere Nahrung enthält natürlicherweise eine komplexe Mischung von potenziellen Allergenen. Ob ein Nahrungsmittel eine Allergie auslöst, hängt u. a. ab von der allergenen Potenz des Nahrungsmittels, von den individuellen Essgewohnheiten und Zubereitungsformen und dem Alter des Patienten (s. Tab.). Im Erwachsenenalter treten, besonders häufig bei gleichzeitig vorliegender Pollenallergie, NMA gegenüber Obst, Gemüse und Kräutern auf (pollenassoziierte Nahrungsmittelallergie). Einige NMA, wie die im Kindesalter erworbenen Milch/Ei-Allergien, klingen meist im Laufe des Lebens ab.

■ Die Therapie der Nahrungsmittelallergie basiert auf der Allergenkenz. Nicht immer ist jedoch das vollständige Meiden der entsprechenden Nahrungsmittel erforderlich. Es gilt, deren allergene Potenz zu berücksichtigen, die u. a. durch die Verarbeitung vermindert werden kann. Bei Äpfeln beispielsweise führen Erhitzen, Zerkleinern oder Säuern oft zur Inaktivierung der Allergene. Apfelallergiker können u.U. Apfelkuchen oder -kompott vertragen. Die meisten Gemüsesorten verlieren ihre allergene Potenz durch Erhitzen. Kuhmilchproteine widerstehen einer Hitze- einwirkung in unterschiedlich hohem Maße. So vertragen manche Betroffene erhitze oder verarbeitete Milchprodukte. Allergene im Fisch sind dagegen hitzestabil, so dass Fischallergiker meist weder rohen noch gekochten Fisch vertragen. Nüsse, Sellerie und Erdnüsse enthalten überwiegend hitzestabile Allergene und können zu lebensbedrohlichen allergischen Reaktionen führen, so dass hier eine strikte Kenz einzuhalten ist. Die Betreuung eines Allergikers durch den Arzt und eine spezialisierte Ernährungsfachkraft ist zu empfehlen.

Tabelle: Häufig vorkommende Nahrungsmittelallergene

Bei Säuglingen	Kuhmilch, Ei, Soja
Bei Kindern	Kuhmilch, Ei, Soja, Nüsse, Fisch, Getreide
Bei Erwachsenen	Gemüse, Obst, Gewürze, Nüsse auch: Milch, Ei, Fisch

(modifiziert nach: DAAB 1999)

Literatur:

- Deutscher Allergie- und Asthmabund (DAAB): Nahrungsmittelallergien. Inforeihe Allergien 4, 1999
 Jäger, L., Vieths, S.: Das aktuelle Interview: Lebensmittelallergien. Ernährungs-Umschau 6, B21– B24, 1998
 Jäger, L. und Wüthrich, B.: Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen. Gustav Fischer, Ulm, 1998
 Thiel, C.: Gut leben trotz Nahrungsmittelallergie. Trias, Stuttgart, 1997

Was versteht man unter Allergiediät?

■ Allergiediäten werden sowohl zur Diagnose als auch zur Therapie von Nahrungsmittelallergien eingesetzt. Diagnostische Diäten helfen beim Nachweis eines Zusammenhangs zwischen Beschwerden und der Aufnahme eines bestimmten Nahrungsmittels. Nur auf dieser Grundlage kann eine therapeutische Diät zusammengestellt werden. Das konsequente Meiden (Allergen-karenz) der individuell diagnostizierten Allergene steht im Vordergrund der Therapie. In Einzelfällen kann eine allergenarme Kost zu einer weit gehenden Beschwerdefreiheit führen, die dem Betroffenen noch ein hohes Maß an Lebensqualität ermöglicht. Bei allergiegefährdeten Säuglingen besteht die Möglichkeit, durch eine prophylaktische Diät Allergien vorzubeugen. Konsequentes Stillen über 6 Monate ist dabei am wirkungsvollsten. Nahrungsmittelallergiker sollten sich bei der Erstellung ihrer Allergiediät von entsprechend spezialisierten Ärzten und Ernährungsfachkräften beraten lassen.

■ Je nach Zielsetzung und Durchführung so genannter Allergiediäten unterscheidet man diagnostische und therapeutische Diäten. In jedem Fall muss die individuelle Situation berücksichtigt werden, eine allgemein verbindliche Allergiediät gibt es nicht. **Diagnostische Diäten** sind eine sinnvolle Ergänzung von Anamnese, Haut- und Bluttests auf der Suche nach potenziellen Nahrungsmittel-Allergenen. Grundsätzlich gibt es dazu verschiedene Möglichkeiten.

■ Eine **Eliminationsdiät** hilft bei konkretem Verdacht auf ein oder wenige Nahrungsmittel (NM). Sie hat gleichzeitig therapeutischen Charakter, wenn der Patient nach Weglassen der im Verdacht stehenden NM-Allergene beschwerdefrei ist. Bestehen jedoch Unsicherheiten, müssen die verdächtigen NM einzeln im Sinne einer **Provokation** bei allergenarmer Basisdiät ausgetestet werden. Dies sollte nur unter ärztlicher Aufsicht erfolgen. Bei leichten Symptomen kann mit Zustimmung des Arztes zu Hause eine **Suchkost** durchgeführt werden.

■ **Therapeutische Diäten** können nur erfolgreich sein, wenn die für den Patienten unverträglichen NM-Allergene ermittelt worden sind. Individuelle Sensibilisierungsmuster erfordern individuelle Allergiediäten.

■ Im Vordergrund der Therapie von Nahrungsmittelallergien (NMA) steht die **Allergen-karenz**. Das gilt v. a. für Patienten mit hochgradigen und lebensbedrohlichen NMA. Sie sollten sich genauestens über das Vorkommen „ihrer“ NM-Allergene informieren,

z. B. durch Lesen der Zutatenliste oder Befragen des Bäckers, des Metzgers etc. Einige allgemeine Ernährungsempfehlungen sind weitestgehend verbindlich für alle NM-Allergiker (s. Übersicht).

■ In der Praxis zeigt sich, dass in Einzelfällen (geringer Sensibilisierungsgrad, Allergene mit schwacher allergener Potenz) eine **allergenarme Kost** eine praktikable Alternative sein kann. Dies gilt besonders, wenn die Sicherstellung der Nährstoffversorgung gefährdet ist. Durch **Verarbeitungsprozesse** (im Haushalt oder industriell) lässt sich die allergene Potenz von vielen Nahrungsmitteln vermindern. So werden NM in bestimmten Zubereitungsformen oder in kleinen Mengen vertragen. In einigen Fällen müssen, um die Nährstoffversorgung zu sichern, **Austauschprodukte** genutzt werden. Manche Patienten bedürfen einer begleitenden **medikamentösen** Therapie.

■ Wichtig für eine wirksame Allergiediät ist die Kenntnis der botanischen Verwandtschaftsverhältnisse der Allergene. Häufig reagieren Patienten auch auf andere Vertreter der Pflanzenfamilie allergisch, da diese ähnliche oder identische Allergene enthalten. Man spricht von **Gruppenallergie**. Viele Pollenallergiker bekommen von verwandten NM-Allergenen Symptome einer NMA. Ein Beispiel für diese **Kreuzallergien** sind Kreuzverwandtschaften zwischen Birken/Erlen/Hasel-Pollen und Früchten bzw. Nüssen.

■ Für Kinder, die auf Grund einer genetischen Veranlagung ein erhöhtes Allergierisi-

ko haben, werden **prophylaktische Diäten** empfohlen. Neben einer allergenarmen Umgebung (z. B. keine Haustiere, Nicht-Rauchen) sollen sie das erste Auftreten allergischer Reaktionen – v. a. der Neurodermitis – in den ersten 3 – 5 Lebensjahren um etwa die Hälfte reduzieren. Die einzig wirksame Diät in diesem Sinne ist das **konsequente Stillen** des Säuglings während der ersten 6 Monate. Weitere Diätmaßnahmen wirken wahrscheinlich ergänzend. Dazu zählen bei Hochrisikokindern eine allergenarme Ernährung der stillenden Mutter, der Einsatz einer geprüften hypoallergen (HA)-Nahrung bei frühzeitigem Abstillen und ein allergenarmer Beikostaufbau nicht vor dem sechsten Lebensmonat.

■ Diagnostik und Therapie der NMA erfolgt durch entsprechend spezialisierte Ärzte. Aufgabe der Ernährungsberatung ist dann die Umsetzung in praxisnahe, individuelle Ernährungsempfehlungen im Rahmen einer Allergiediät. Grundlinien für die Gestaltung der Ernährung von Allergikern

Grundlinien für die Gestaltung der Ernährung von Allergikern

- Ernährung möglichst aus der eigenen Küche.
- Die Zahl der täglich verzehrten Nahrungsmittel sollte begrenzt sein.
- Seien Sie sparsam mit Gewürzen, keine Mischgewürze.
- Verzehren Sie überwiegend gegarte Kost.
- Obst und Gemüse nach der Saison.
- Kochen Sie nährstoffschonend.
- Finger weg von ideologischen Diäten.

Quelle: nach Thiel 1997

Literatur:

- Behr-Völtz et al.: Diät bei Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen. Urban & Vogel, 1999
- Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.: Allergien vermeiden, 4. Aufl. 1998
- Jorde, W., Wilden, J.: Strategien für Nahrungsmittelallergiker. Dustri, 3. Aufl. 1997
- Thiel, C.: Gut leben trotz Nahrungsmittelallergie. Trias, Stuttgart, 1997

Weitere Informationen:

CMA Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH, Postfach 20 03 20, 53133 Bonn, Tel.: 0228/847-209, Fax: 0228/847-702 E-Mail: Wiss-PR@CMA.de



MEDIZIN NEWS

Das Kreuz mit dem Kreuz

Rückenprobleme haben sich in den Industrienationen zu einer richtigen Volkskrankheit ausgewachsen: Rund 80% der Erwachsenen hatten schon mindestens einmal in ihrem Leben damit zu tun. Bei den Krankschreibungen stehen diese Beschwerden ganz oben und verursachen pro Jahr einen Ausfall von etwa 75 Millionen Arbeitsstunden. Im Schnitt fehlt jeder Rückenpatient zehn Tage pro Jahr. Das Leiden kann im Extremfall bis zur Berufsunfähigkeit führen, mehr als 60% der Invaliditätsanträge werden aufgrund von Rückenproblemen gestellt. Die gleiche Zahl gilt übrigens auch für die Kuranträge. Dem Sozialwesen entstehen dadurch jährlich Kosten in Höhe von rund 15 Milliarden Euro. Ursache der Rückenbeschwerden sind häufig Fehlbelastungen aufgrund unserer Lebensweise: Wenig Bewegung und meist sitzende Tätigkeit sind Gift für die Wirbelsäule. Falsches Heben, Bücken und Sitzen tun ihr Übriges dazu.

Manchmal sind aber auch andere Dinge die Ursache, beispielsweise eine Osteoporose, die zu sehr schmerzhaften Wirbelkörperfrakturen führen kann. Antiresorptive Medikamente verringern bei dieser Erkrankung den Knochenumbau und somit auch die Rate an Frakturen, erhöhen dabei aber nicht die Knochenmasse. Strontium Renelat scheint hier ein neuer Behandlungsansatz zu sein: Das Medikament fördert die Neubildung von Knochengewebe und bremst gleichzeitig den Abbau, wie Tierversuche zeigen konnten. Eine placebokontrollierte Untersuchung legte nahe, dass dies auch beim Menschen der Fall zu sein scheint. Daher brachten P.J. Meunier und Kollegen

eine Phase III Studie auf den Weg, in der sie den Einfluss von Strontium Renelat auf das Risiko von Wirbelfrakturen untersuchten (N Engl J Med 2004; 350: 459-468). 1649 postmenopausale Frauen mit mindestens einer nachgewiesenen Wirbelfraktur nach Minimaltrauma in der Vorgeschichte nahmen daran teil. Sie erhielten täglich 2g Strontium Renelat oder Placebo. Tatsächlich erlitten die Teilnehmerinnen der Verumgruppe deutlich weniger Wirbelfrakturen als die der Kontrollgruppe. Innerhalb des Beobachtungszeitraums von drei Jahren hatte sich das Risiko um 41% verringert, die Knochendichte war signifikant angestiegen.

Kürzlich konnten R. McLean und Kollegen einen Risikofaktor für Schenkelhalsfrakturen identifizieren: Homocystein (N Engl J Med 2004; 350: 2042-2049). Für ihre Arbeit griffen die Autoren auf über 59-jährige Teilnehmer der schier unerschöpflichen Framingham-Studie zurück und bestimmten aus bereits vorhandenen und tiefgefrorenen Blutproben die Spiegel von Homocystein. Die erhaltenen Werte korrelierten sie anschließend mit den aufgetretenen Schenkelhalsfrakturen. Ausgangsidee war, dass Patienten mit Homocysteinurie häufig an einer Osteoporose leiden, was nahe legt, dass erhöhte Homocysteinspiegel die Knochendichte negativ beeinflussen und somit das Frakturrisiko erhöhen können. Tatsächlich gingen die Werte der obersten Quartile mit einem deutlich erhöhten Risiko für Schenkelhalsfrakturen einher, das für Männer vervierfacht und für Frauen verdoppelt war.

Eine weitere Methode, in der Postmenopause das Frakturrisiko zu sen-



Dr. Johannes Weiß

ken ist denkbar einfach: Reichlich Bewegung. Bereits 2002 konnte eine Arbeitsgruppe um D. Feskanich an Teilnehmerinnen der Nurses' Health Study zeigen, dass ausreichende körperliche Aktivität die Inzidenz von Knochenbrüchen senken kann (JAMA 2002; 288: 2300-2306). Das Gute daran: Hierfür sind keine sportlichen Höchstleistungen notwendig, schon tägliche Spaziergänge (die wohl häufigste Form körperlicher Betätigung in der betroffenen Altersgruppe) reichen dazu aus.

Ein gewisses Maß an körperlichem Training scheint sich auch auf eine rheumatoide Arthritis positiv auszuwirken. Teilnehmer einer Studie, die zweimal wöchentlich ein intensives Training erhielten, entwickelten über einen Zeitraum von zwei Jahren im Vergleich zu mit herkömmlicher Physiotherapie behandelten Patienten signifikant weniger Gelenkschäden und hatten einen deutlich niedrigeren Verbrauch an Glucocorticoiden (Ann Rheum Dis 2004; 63: 1399-1405).

Dr. Johannes Weiß



MEDIZIN NEWS

Dokumentationsband zum Thema Risikofaktoren bei Demenz erschienen

Dokumentationsband zum Thema Risikofaktoren bei Demenz erschienen „Gefahr erkannt, Gefahr gebannt“ lautet eine alte Volksweisheit. Was lässt sich also tun, um einer Alzheimer-Erkrankung vorzubeugen? Auch wenn hier noch viel Forschungsbedarf besteht, haben die Neurologen schon einige Antworten auf diese Frage parat, die sie auf dem 13. Workshop des Zukunftsforums Demenz „MCI - Früherkennung und Risikofaktoren von Demenzerkrankungen“ vorstellten. Ihre Empfehlung: Blutdruck, Übergewicht und Stoffwechsel im Normbereich halten, vitaminreiche Ernährung (vor allem viel Vitamin B6 und Folsäure), viel Bewegung – besonders Tanzen – und viele soziale Kontakte können das Entstehen von Demenz-Erkrankungen hinauszögern.

Ziel der Forscher ist es, durch frühe Diagnose und entsprechend frühzeitige Maßnahmen manifeste Demenzerkrankungen zu verhüten oder so früh zu behandeln, dass die schwerwiegenden Folgen wie Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich hinausgezögert werden. Im Workshop „MCI - Früherkennung und Risikofaktoren von Demenzerkrankungen“ haben Wissenschaftler unter der Leitung von Professor Johannes Kornhuber, Universität Erlangen, die derzeit verfügbaren Kenntnisse vorgestellt. Besonderes Augenmerk der Neurologen liegt auf dem Mild Cognitive Impairment (MCI), einer Leistungsminderung der Hirnfunktionen, die noch keine Demenz darstellt.

Doch wie lässt sich eine solche Entwicklung verhindern? Sicher ist, dass

die Risikofaktoren, die das Herz-Kreislauf-System schädigen, auch die Hirnfunktion beeinträchtigen können. Daher sollten alle älteren Menschen versuchen, Gewicht, Blutdruck und die Blutfettwerte so nah wie möglich an der Norm zu halten und Behandlungspläne für Grunderkrankungen wie Diabetes strikt zu befolgen.



Die ausführliche Dokumentation der Vorträge zum Workshop „MCI - Früherkennung und Risikofaktoren von Demenzerkrankungen“ kann gegen einen mit 1,44 Euro frankierten und adressierten Rückumschlag (DIN C5) angefordert werden bei:

**Zukunftsforum Demenz
Postfach 11 13 53
60048 Frankfurt am Main**

CME-Punkte mit der MADAUS-Akademie

Das Unternehmen MADAUS in Köln unterstützt mit einem breiten Fortbildungsangebot seiner MADAUS-Akademie die Landesärztekammern in ihrem Bestreben zur Einführung des Fortbildungszertifikats. Die einzelnen Veranstaltungen der MADAUS-Akademie

sind bei den Kammern akkreditiert und mit entsprechenden Punkten zertifiziert.

Ein großer Vorteil der angebotenen Fortbildungen der MADAUS-Akademie besteht darin, dass sie individuell planbar sind und auf die spezifischen Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt werden können. Das Spektrum reicht von Abendveranstaltungen bis hin zu mehrteiligen Seminarreihen. In der



Kategorie MADAUS-Akademie: Klinik & Praxis organisieren die wissenschaftlichen Außendienstmitarbeiter mit ausgewiesenen Experten zertifizierte Fortbildung zu den gewünschten Themen. Im Bereich MADAUS-Akademie: Kongresse werden begleitend zu wichtigen Kongressen Fachseminare durchgeführt, in denen neben hochkarätiger Fortbildung ebenso Gelegenheit zu Diskussionen und persönlichen Gesprächen geboten wird.

Wenn Sie mehr über die MADAUS-Akademie, Themen, Termine und Referenten wissen möchten, klicken Sie im Internet unter www.madaus.de im Bereich Fachkreise den Unterpunkt Fortbildung an.



MEDIZIN NEWS

Nicht-invasive Beatmung bei respiratorischer Insuffizienz

Dr. Roland Kindinger

Das spontane Atemmuster des Patienten mit chronischer oder passagerer, respiratorischer Insuffizienz muss bei assistierter Beatmung mittels Beatmungsgeräten durch eine geeignete Beatmungstechnologie detektiert und unterstützt werden, um eine erfolgreiche Therapie zu gewährleisten.

Nichtkomatöse, ansprechbare Patienten mit einer COPD als chronischer Erkrankung, aber auch mit Pneumonie, Lungenödem, Asthma bronchiale oder ALI/ARDS (Aufzählung in absteigender Häufigkeit) benötigen im Rahmen einer assistierten Beatmung mittels nicht-invasiver Positiv-Druck-Beatmung über Nasen- oder Vollgesichtsmaske z.B. als CPAP (kontinuierliche positive Überdrucktherapie oder Bilevel-Therapie mit adaptierten Inspirationszeitgrenzen eine flexible Anpassung der unterstützenden Beatmung an das spontane Atemmuster



Mirage@FullFace

des Patienten.) Dies bedeutet eine Synchronisation mit Übereinstimmung zwischen Atemrhythmus und -tiefe des ateminsuffizienten Patienten mit dem Atemflussgenerator des Beatmungsgerätes in Echtzeit.

Mit dem VPAP™ III ST-A der Firma ResMed Ltd. steht nun die weiterentwickelte Form eines Beatmungsgerätes zur Verfügung, welches neben einem automatischen Überwachungsalgorithmus zur Detektion und Kompensation von Leckagen z.B. bei nicht optimal anliegender, verrutschender Beatmungsmaske, nun auch Trigger- und Cycle-Schwellenwerte zu bestimmen erlaubt, um je nach Erfordernis entsprechende Atemunterstützung zu leisten.

So wird z. B. bei Patienten mit obstruktiver Atemwegserkrankung bewirkt, dass eine ausreichend lange Expirationszeit besteht, während bei Patienten mit restriktiven Ventilationsstörungen eine ausreichend lange Inspirationszeit gewährleistet wird.

Die erzielbaren, variablen Beatmungsdrucke liegen zwischen 2 und 25 cm H₂O. Integrierte, optische und akustische Alarmfunktionen warnen bei zu niedrigen Atemzugsvolumina, sowie bei Druckunter- und -überschreitungen. Es werden Angaben zum Spontanatmungsanteil, möglichen Maskenleckagen, Atemzug- und



VPAP™ III -ST-A

-minutenvolumina, Atemfrequenzen, Apnoen und Hypopnoen gemacht.

Eine effektive Patientenüberwachung wird auch durch die Protokollierung der Nachtprofilaten erreicht.



Ultra@Mirage

Über ein Modul (ResLink™) können neben den erwähnten respiratorischen



MEDIZIN NEWS

Daten auch Parameter wie Sauerstoffsättigung und Puls erfasst werden.

Variable Motorgeschwindigkeiten erlauben eine feinjustierte, kontrollierte Druckänderung in Abhängigkeit zu den Therapieanforderungen und dem Patientenkomfort.

Der einstellbare Anstieg des Druckgradienten ermöglicht die Festlegung der Geschwindigkeit für den Wechsel zwischen EPAP auf IPAP. Optional kann ein Atemluftbefeuchter integriert werden, um einen erhöhten nasalen Widerstand als Folge des Austrocknens der Schleimhäute zu vermeiden.

Der Einsatzbereich des VPAP™ III - ST-A liegt sowohl in der klinischen Versorgung als auch im häuslichen Umfeld. Für weitere Verbesserungen in der Versorgung von Patienten mit Ventilationsstörungen wird die Zusammenarbeit der Firmen ResMed und MAP Medizintechnologie unter dem Namen ResMed Germany in Martinsried bei München sorgen.

Die apparative Diagnostik und Therapie der obstruktiven Schlafapnoe sowie Atemtherapiegeräte der Firma MAP werden die Produktpalette der Firma ResMed differenziert erweitern und einen weiteren Innovationsschub

zur individuellen Versorgung von Patienten mit Ventilationsstörungen ermöglichen.

Fotos: MAP

Weitere Informationen:

ResMed GmbH & Co. KG
Fraunhoferstraße 16
82152 Martinsried
Tel.: 0800-2777000
<http://www.resmed.de>

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:

Media Agentur Klaus Lenser
Meesenstiege 54 a, 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)
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.: 0 06 12/47 57/18 73

USA:

Jürgen Lemke
USA, San Diego (Californien)
Tel.+Fax: 001 858 756 3407
E-Mail: jlemke2318@aol.com

Japan:

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

Anzeigenvertrieb Pharma/Nichtpharmafirmen:

Verlagsbüro Nielsen Gebiet 1, 6
Medien Kontor Norman Sauer
Sarenweg 92, 22397 Hamburg
Tel.: 040/60 55 07 70
Fax: 040/60 55 07 72

Verlagsbüro Nielsen Gebiet 2
Findeisen & Partner Verlagsvertretungen
Josephstr. 33, 41334 Nettetal
Tel.: 02153/91 27 63
Fax: 02153/91 27 65

Verlagsbüro Nielsen Gebiet 3a, 5, 7
teleplus Wolfgang Aumüller Media GmbH
Am Lindenbaum 24, 60433 Frankfurt am Main
Tel.: 069/95 14 09-0
Fax: 069/95 14 09-22

Verlagsbüro Nielsen Gebiet 3b, 4, Österreich,
Schweiz
MMS
Marrenbach Medien Service
Bruno Marrenbach
Lachenmeyrstr. 25, 81827 München
Tel.: 089/430 88 555
Fax: 089/430 88 556
E-Mail: info@mms-marrenbach.de

Verlagsbüro Südtirol:

inter Media concepts
Markus Hatzis
Kuperionstr. 30, I-39012 Meran
Tel.: 0039/0473/230040
Fax: 0039/0473/256364

Anzeigenverwaltung:

Andrea Falk
Layout: Jutta Franke
Erscheinungsort: 48165 Münster
Mitglied im Arbeitskreis LA-MED
Druck: Union Druckerei Weimar GmbH
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 eingesandte 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



MEDIZIN NEWS

Sodbrennen im Urlaub muss nicht sein

Wer in den Urlaub fährt, möchte nicht nur Land und Leute kennen lernen, sondern auch die einheimische Küche. Doch ungewohnte Ess- und Trinkgewohnheiten können Sodbrennen und säurebedingte Magenbeschwerden hervorrufen. Auch Hektik bei der Reisevorbereitung und eine zu lange Anreise mit wenig Pausen und Bewegung fördern den brennenden Schmerz hinter dem Brustbein.

Besonders im Urlaub wird dem Magen häufig zuviel zugemutet: Ungewohnte Speisen, exotische Gewürze und alkoholische Getränke verleiten zum ausgiebigen Schlemmen; man isst zu viel, zu fett und meist auch zu spät. Wer gleichzeitig seinen Urlaub vorwiegend im Liegestuhl verbringt statt sich zu bewegen, steigert zusätzlich das Risiko für Sodbrennen.

Hektik bei der Reisevorbereitung, eine lange Anreise in einengender Kleidung mit wenig Pausen und Bewegung: Neben ungesundem Essverhalten kann auch Reisestress auf den Magen schlagen und den Urlaub buchstäblich versauern. Dann brennt und sticht es bis in den Hals hinauf, man muss sauer aufstoßen oder spürt einen unangenehmen Druck im Magen.





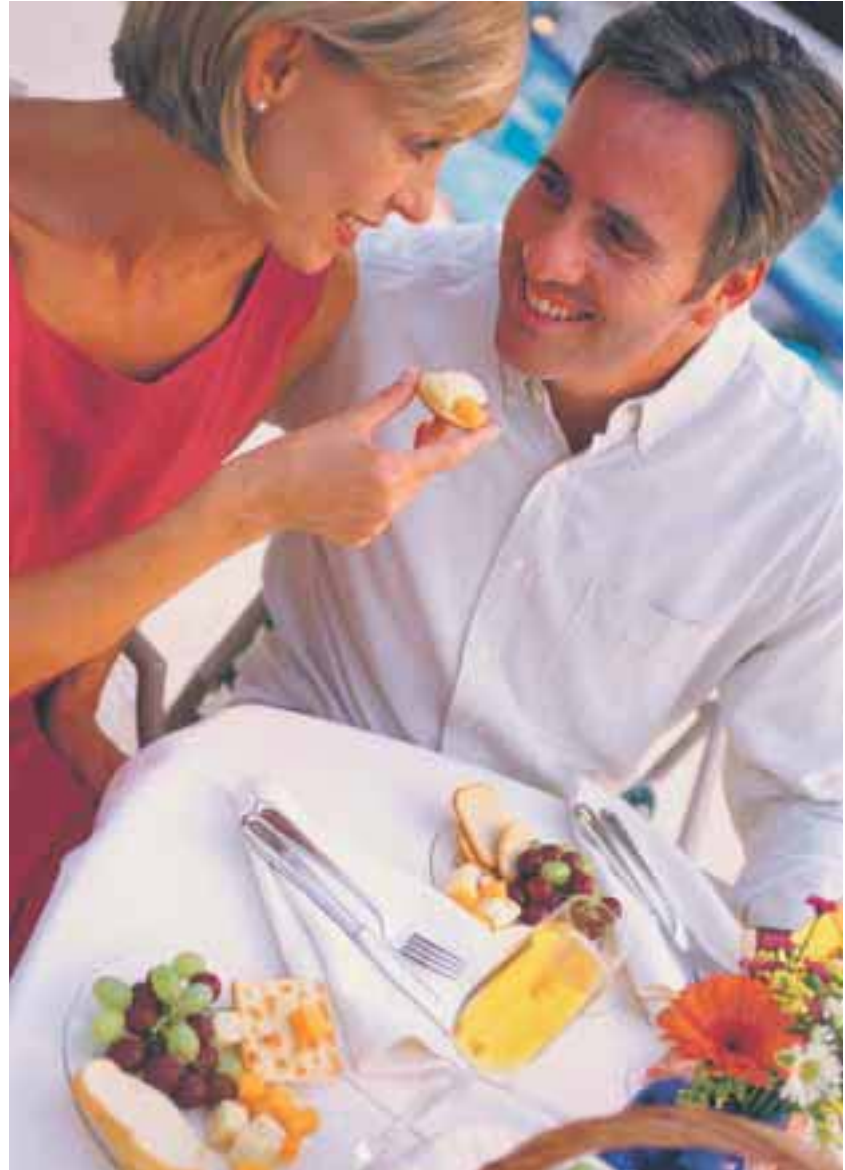
MEDIZIN NEWS

Die Ursache für dieses als Sodbrennen bekannte Phänomen ist der saure Mageninhalt, der in die Speiseröhre gelangt. Rund 40 Prozent aller Erwachsenen in Deutschland leiden unter Sodbrennen und Magenbeschwerden, knapp zehn Prozent sogar regelmäßig. Schauplatz des Sodbrennens ist die Speiseröhre, ein dehnbarer Muskelschlauch von etwa 25 Zentimeter Länge und 1 Zentimeter Durchmesser. Sie befördert die Nahrung vom Mund in den Magen. Hier arbeitet die Magensäure an der Verdauung der Nahrung und schützt gleichzeitig dessen Inhalt vor Bakterien. Vor allem werden hier die Eiweiße auf die Verdauung vorbereitet.

Ein Schließmuskel zwischen Speiseröhre und Magen verhindert, dass Säure in die Speiseröhre zurückfließt. Normalerweise öffnet er sich wie ein Ventil, um Nahrung von der Speiseröhre in den Magen gelangen zu lassen und schützt so die Speiseröhre vor Kontakt mit der ätzenden Magensäure. Bei Sodbrennen ist dieser Ablauf gestört: Der Muskel, der den Magen-eingang verschließt, funktioniert nicht mehr richtig; Teile des sauren Magen-inhalts fließen in die Speiseröhre zurück und attackieren dort die empfindliche Schleimhaut.

Hydrotalcit gegen Sodbrennen

Zur Behandlung von Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden haben sich so genannte Antazida bewährt, die ihren Ursprung in der Natur haben. Ein Wirkstoff nach dem Vorbild der Natur ist Hydrotalcit. Er hilft



schnell bei Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden, ist sehr gut verträglich und schützt zusätzlich die Magenschleimhaut. **Präparate mit dem synthetisch reinen Wirkstoff Hydrotalcit** (zum Beispiel Talcid, rezeptfrei in der Apotheke) stimulieren die Durchblutung der Magenschleim-

haut, stärken deren Abwehrkraft und fördern das Wachstum von neuem, schützendem Zellgewebe.

Fotos: talcid (1), Photodisc (1)

Weitere Informationen:
<http://www.talcid.de>



Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren und Regulationsmedizin e. V.

ZÄN - Info

Der ZÄN ist der interdisziplinäre Fachverband und die
Interessenvertretung der regulationsmedizinischen Verfahren

Komplementärmedizinische Tumorthherapie

Bei komplementärer Tumorthherapie denkt man als Erstes an Misteltherapie. Diese Therapieform geht auf Dr. Rudolf Steiner zurück, dem Begründer der Anthroposophischen Medizin. Unter den Mistelpräparaten gibt es verschiedenste Herstellungsverfahren – anthroposophischer, homöopathischer und phytotherapeutischer Art.

Nach anthroposophischer Sichtweise soll die Misteltherapie die gestaltbildenden und –erhaltenden Wesensglieder des Ätherleibes stärken und die physische Fehlbildung reduzieren. Experimentelle Studien weisen den Mistellektinen eine immunologische Wirkung nach. Klinische Studien belegen, trotz einzelner unzulänglicher Studien, eine lebensverlängernde Wirkung bei bestimmten Tumorarten durch Misteltherapie. Generell ist eine bessere Verträglichkeit der Chemo- und Strahlentherapie und eine subjektive Steigerung der Lebensqualität zu verzeichnen.

Abgesehen von einer Standardisierung des Mistellektinergehalts werden auch die Unterschiede in den Wachstumsbedingungen der Mistelpflanze berücksichtigt.

Der Wirtsbaum, auf dem der Halbparasit Mistel wächst, gilt als Auswahlkriterium für die Indikation bei bestimmten Tumorarten. Die Wirksamkeit der Misteltherapie scheint nicht unbedingt von der Konzentration des Mistellektinergehalts bestimmt zu sein.

Erwünschte Reaktionen nach Mistelinjektionen sind eine leichte Rötung an der Injektionsstelle oder leichter Temperaturanstieg. Als seltene unerwünschte Reaktionen sind zu

Grob orientierende Übersicht über Mistelarten und Indikationsbereiche:

Apfelbaummistel:	- Mali Urogenital- und Verdauungsorgane, weibliche Patienten
Eichenbaummistel	- Querci Urogenital- und Verdauungsorgane, männliche Patienten
Eschenmistel	- Fraxini Blut- Lymphsystem, Metastasen
Pinienmistel	- Pini u. a. in Postmenopause, auch Haut- und Nerventumore
Tannenmistel	- Abietis Urogenital- und Verdauungsorgane, männliche Patienten
Weitere Mistelarten:	Ahornmistel - Aceris, Birkenmistel - Betulae, Lindenbaummistel - Tiliae, Mandelbaummistel - Amygdali, Pappelmistel - Populi, Ulmenmistel - Ulmi, Weidenmistel - Salixi, Weißdornmistel - Crataegi.

nennen Mundtrockenheit, Kopfschmerz, Schüttelfrost und in seltensten Fällen allergische Reaktionen bis hin zum anaphylaktischen Schock. Die Mistelpflanze selber ist als giftig einzustufen, deren Verzehr dosisabhängig zu Erbrechen, Bewusstlosigkeit und Tod führen kann.

Eingebunden in ein ganzheitliches Behandlungskonzept gehören zur ergänzenden Tumorthherapie auch Ernährungsempfehlungen. Prinzipiell sollten Lebensmittel frisch und vitaminschonend zubereitet sein. Lebens-

mittel aus biologischem Anbau gelten als weniger toxisch belastet und haben eine höhere Dichte an Vitaminen und anderen Vitalstoffen und sind zumeist auch schmackhafter. Basisch wirkende Lebensmittel wie Kartoffeln, Obst und Gemüse sind zu bevorzugen, dagegen sind säuernde Nahrungsmittel wie Getreideprodukte, Zucker und Fleisch nur in geringerer Menge empfehlenswert. Nach chinesischer Diätetik gelten Milchprodukte und Schweinefleisch als „verschleimend“ und sind ebenfalls möglichst zu meiden.



Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren und Regulationsmedizin e. V.

- Info

**Der ZÄN ist der interdisziplinäre Fachverband und die
Interessenvertretung der regulationsmedizinischen Verfahren**

**ZÄN – der ärztliche Fachverband für kompetente Fort- und Weiterbildung
in allen Methoden seriöser Komplementärmedizin
109. ZÄN-Kongress vom 29.9. bis 4.10.2005 in Freudenstadt**

Aus der Orthomolekularen Medizin kommen sowohl antioxidativ als auch immunmodulativ wirkende Vitamine und Mineralien bzw. Spurenelemente in hohen Dosen und über längere Zeit zur Anwendung. Dazu zählen: Vitamin C, Vitamin E, Vitamin B6, Beta-Carotin, Selen, Zink, Coenzym Q10, Isoflavone, Aminosäuren etc. Nicht zu vergessen ist eine Förderung der Ausscheidung. Diese wird erreicht mit ausreichender Menge niederohmigem, mineralarmem Wasser sowie mit Ballast- und Quellstoffen als auch mit Adsorbentien wie Heilerde. Unterstützend können chologische und aquaretische Phytotherapeutika wie Taraxacum etc. verordnet werden. Ggf. ist die symbiotische Besiedlung des Darmes, die sowohl Resorption und Ausscheidung als auch das darmassoziierte Immunsystem beeinflussen kann, mit der Gabe von Bakterienkulturen zu unterstützen und zu normalisieren.

In der regulativen Medizin wissen wir um die Problematik von Heilungs- und Therapiehindernissen. Diese können als Störfeld sowohl in Form von chronischen Entzündungen als auch von Strukturveränderungen des Gewebes vorliegen.

Aber auch subtoxische Belastungen mit Umwelt-, Viren-, Bakterien-Toxinen und psychische Traumata und Engramme (Glaubenssätze) können entsprechend eines Störfeldes das Regulationsverhalten des Organismus beeinträchtigen oder blockieren. EAV (Elektro-Akupunktur nach Voll) und ähnliche Messverfahren, Regulations-thermografie, Elektroneuraldiagnostik, Neuraltherapie nach Huneke, Applied Kinesiologie, Psycho-Kinesiologie etc. sind Methoden, um auch blande Ent-

zündungen, unauffällige subtoxische Belastungen und unbewusste seelische Irritationen gezielt zu diagnostizieren und zu behandeln.

Nicht zu unterschätzen ist die tiefgreifende Wirkung einer klassischen Hochpotenz-Homöopathie auch für Tumorkrankheiten. Die individuelle Homöopathie ist für die direkte, adjuvante Therapie des Tumors ebenso geeignet wie für die Behandlung von Nebenwirkungen und der Anhebung der Lebensqualität. Darüber hinaus ist aus der Psychoimmunologie bestens belegt, dass auch Techniken des Visualisierens und des NLPs in der Tumorbildung ebenfalls sinnvoll sein können. Auch wenn geopathische Belastungen (Erdstrahlung) und Elektrosmog umstritten sind, sollten sie in einem ganzheitlichen Konzept nicht außer acht gelassen werden.

In der Tumorthherapie sind zwei weitere Verfahren zu nennen, die zunehmende Bedeutung gewinnen: Hyperthermie und Elektro-Carcinom-Therapie. Die Hyperthermie wird als lokale Hyperthermie und als Ganzkörperhyperthermie angewandt. Bei der milden Therapieform der Ganzkörpertherapie wird z.B. mit Infrarot die Körpertemperatur um 1 bis 2 Grad angehoben. Es gibt aber auch Verfahren, die eine Temperatursteigerung auf fast 42 Grad Celsius erreichen.

Die Elektro-Carcinom-Therapie geht insbesondere auf Erkenntnisse Nordenströms zurück, wonach ein Tumor ein verändertes elektrisches Potenzial aufweist als das umgebende Gewebe. Elektroden mit einer Spannung bis zu 8 Volt und bis zu 80mA führen Elektrizitätsmengen bis 100 Coulomb ins Tumorgewebe und kön-

nen so lokale Nekrosen bewirken.

Komplementärmedizinische Tumorthherapie besteht in der Regel aus einem ganzheitsmedizinischen Behandlungskonzept. Ausgehend von einer multikausalen Pathogenese wird ein multimodales Therapiekonzept angeboten. Dabei werden auch Co-Faktoren der Tumorentstehung wie z.B. latenter Vitaminmangel, Regulationsbeeinträchtigende Störfelder oder psychische Komponenten wie z.B. verankerte Glaubenssätze mitbehandelt. Letztendlich basiert auch die Komplementärmedizin auf dem Boden der Hochschulmedizin, deren Erfolge anzuerkennen und zu berücksichtigen sind. Deshalb sind die hier beschriebenen Methoden als sinnvolle Ergänzung zur konventionellen Medizin zu verstehen.

Die komplementäre Tumorthherapie gehört in die Hand des Arztes, der sowohl die chirurgische, chemische und radiologische Tumorbildung als auch die komplementärmedizinische Behandlung kennen sollte, um alle Möglichkeiten, die zur Genesung seiner Patienten beitragen können, auszuschöpfen.

*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>*



BVMed-Forum über Nadelstichverletzungen: Einsatz von Sicherheitsprodukten – eine Verpflichtung gegenüber dem Personal

Durch den Einsatz von Sicherheitsprodukten können Nadelstichverletzungen in medizinischen Einrichtungen vermieden werden – und damit schwere Infektionserkrankungen und Folgekosten in derzeit zweistelliger Millionenhöhe. Das sagten Experten auf dem BVMed-Sicherheitsforum zur Vermeidung von Nadelstichverletzungen in Frankfurt. Dr. Lutz Buchholz vom Universitätsklinikum Heidelberg präsentierte die Ergebnisse einer Studie seiner Klinik: In den Bereichen, in denen Sicherheitsprodukte eingeführt worden waren, wurden im Verlauf eines Testjahres keinerlei Verletzungen mit spitzen oder scharfen medizinischen Instrumenten mehr verzeichnet. An der Informationsveranstaltung „Ein Jahr TRBA 250 – Was wurde erreicht?“ nahmen rund 80 Vertreter von Kliniken, Unfallkassen, Berufsgenossenschaften, Behörden und Unternehmen teil.

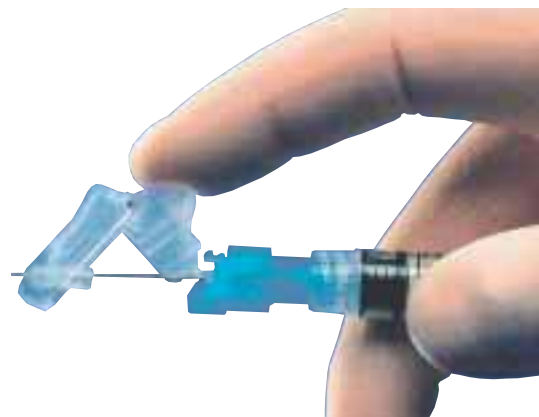
Allein in Deutschland wird die Zahl der berufsbedingten Nadelstichverletzungen (NSV) auf rund 500.000 pro Jahr geschätzt. Dabei ist bekannt, dass die meisten NSV gar nicht gemeldet werden. Zu den hohen Kosten, die dem System durch die Infektionen entstehen, kommt die ethische Herausforderung hinzu, die Beschäftigten im Gesundheitswesen vor dieser Gefährdung zu schützen. Der Einsatz von Sicherheitsprodukten sei eine Verpflichtung gegenüber dem Personal. Dazu sei eine bessere Prävention dringend erforderlich, so die Experten des BVMed-Forums.

Dr. Gregor Buschhausen-Denker vom Hamburger Amt für Arbeitsschutz führte in die vor einem Jahr in Kraft

getretene TRBA 250 "Biologische Arbeitsstoffe im Gesundheitswesen und in der Wohlfahrtspflege" ein. Dieser arbeitsmedizinische Standard enthält die Regelung, dass das Personal, z. B. in Kliniken, vor der Infektionsgefahr durch spitze oder scharfe Arbeitsgeräte geschützt werden soll. Die Soll-Bestimmung sei mehr als ein „Kann“. Abweichungen seien damit nur mit Begründung zulässig. Die Umsetzung sei aber sehr zurückhaltend, so dass die Experten des Arbeitsschutzes bei der Weiterentwicklung der Vorschrift ein „differenziertes Muss“ für bestimmte Tätigkeitsbereiche einführen wollen.

Durch die Schaffung von Präventionsstrategien zur Vermeidung von Nadelstichverletzungen und die Optimierung der postexpositionellen Prophylaxe müsse eine signifikante Reduktion des Infektionsrisikos für die Beschäftigten im Gesundheitswesen erreicht werden. Zu den erforderlichen Maßnahmen sagte Buschhausen-Denker: „Wir kämen weiter, wenn wir das Thema auf europäischer Ebene forcieren würden.“ Er plädierte für die Aufnahme einer entsprechenden Regelung in der Europäischen Richtlinie 2000/54/EU zum Schutz der Arbeitnehmer vor biologischen Arbeitsstoffen sowie die sprachliche Überarbeitung und weitere Konkretisierung der TRBA 250.

Eine Kosten-Nutzen-Analyse zur Einführung sicherer Produkte stellte Andreas Wittmann von der Bergischen Universität Wuppertal vor. Ausgangspunkt der Studie ist, dass trotz der rechtlichen Anforderungen bisher keine flächendeckende Einführung von



Sicherheitsprodukten erfolgt ist. Ursache sind die damit verbundenen höheren Kosten. Der finanzielle Nutzen der Einführung sicherer Instrumente werde dabei übersehen, so Wittmann. Belegt sind die hohen Kosten durch Infektionserkrankungen für die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen. In der Wuppertaler Studie an einem Krankenhaus der Maximalversorgung wurden nun die Mehrkosten für sichere Produkte und der Nutzen der Einführung sicherer Instrumente untersucht.

Anhand der sehr gut dokumentierten Stichverletzungen der Klinik wurden mehrere Szenarien für den Rückgang der Nadelstichverletzungen durchgerechnet. Die Kosten eines Nadelstichereignisses wurden anhand aller möglichen Konstellationen (Impfstatus, Postexpositionsprophylaxe etc.) berechnet. Die Übertragungswahrscheinlichkeiten sind bei Hepatitis B ca. 30 Prozent, bei Hepatitis C ca. 3 Prozent und bei HIV ca. 0,3 Prozent. Bei einer vollständigen Einführung von Sicherheitsprodukten belaufen sich die Mehrkosten auf 63 Euro pro Mitarbeiter bzw. 155 Euro pro Bett. Wittmann: „Berücksichtigt man alle Aspekte, ist der flächendeckende Einsatz für die Krankenhausbetreiber schon heute wirtschaftlich.“ Sein Fazit: „Durch Nadelstichverletzungen entstehen jedes Jahr vermeidbare Kosten in zweistelliger Millionenhöhe. Sichere Instrumente können diese Kosten entscheidend verringern.“



MEDIZIN-TECHNIK NEWS

Karin Gödecke, Referatsleiterin Gesundheitsdienst, stellte eine Analyse der Unfallkasse Berlin zu Ursachen und Kosten von Nadelstichverletzungen vor, um daraus Präventionsmaßnahmen abzuleiten. Untersucht wurden rund 2.400 Arbeitsunfälle. Die Ergebnisse machen deutlich, wo Verbesserungen möglich und dringend erforderlich sind: Über 20 Prozent der Schnitt- bzw. Stichverletzten haben unter einem Jahr Berufserfahrung. Der Schulung und Unterweisung von Berufseinsteigern kommt deshalb besondere Bedeutung zu. Bei der Blutentnahme und bei der Entsorgung traten die meisten Unfälle auf. Als unfallverursachende Arbeitsmittel wurden Venenverweilsysteme, Skalpelle, Blutzuckersticks/-lanzetten und Penkanülen am häufigsten genannt. Die Kosten beruflich verursachter Infektionskrankheiten übersteigen dabei oft in einem einzigen Fall die aufgewendeten Kosten für die Behandlung und Untersuchung von Stichverletzungen eines ganzen Jahres. Beispielsweise belaufen sich die Kosten für einen Arzt, der sich mit Hepatitis B infizierte, auf mittlerweile rund 240.000 Euro. Gödecke regte bessere Aufklärungs- und Schulungsmaßnahmen und regelmäßige arbeitsmedizinische Vorsorge an. In Bereichen mit erhöhtem Unfall- und Infektionsrisiko sei der Einsatz geeigneter sicherer Arbeitsmittel notwendig.

Ludger Brinker von der Präventionsabteilung der Unfallkasse Baden-Württemberg (UKBW) präsentierte die Ergebnisse einer Umfrage über Nadelstichverletzungen im Jahr 2004. Es zeigte sich, dass 33 Prozent der gemeldeten Unfälle auf Stichverletzungen zurückgehen. Der Unfallkasse wurden bei rund 104.000 Mitarbeitern der Kliniken ca. 4.000 Nadelstichverletzungen angezeigt. Die Dunkelziffer sei um einiges höher. Ziel sei es, die Betriebe dazu zu bringen, über sichere Systeme nachzudenken. Derzeit würden in 25 baden-württembergischen Kliniken sichere Systeme eingesetzt,

allerdings erfolgte keine Komplettumstellung. Die größten Mängel sieht Brinker in dem unzureichenden Meldewesen, der fehlenden schriftlichen Festlegung der Sofortmaßnahmen sowie der unzureichenden Unterweisung des Personals und den unzureichenden Entsorgungssystemen. Die UKBW plant in den nächsten Monaten eine Informationsoffensive mit eigener Webseite (www.infektionsfrei.de), damit sichere Systeme zumindest in Risikobereichen eingesetzt werden. Leider gebe es aber noch kein Bonus-Malus-System der Unfallkasse.

Dr. Frank Haamann stellte ein Projekt der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) vor, um den neuen Sicherheitsprodukten zu einem Durchbruch zu verhelfen. Im Mittelpunkt einer Aufklärungskampagne zu spitzen und scharfen Instrumenten mit Sicherheitsvorrichtungen steht ein Informationskoffer, mit dem geschultes Personal (technische Aufsichtsbeamte) Kliniken und Praxen mit den neuen Produkten vertraut machen. Dr. Haamann: „Wir wollen eine neue Sicherheitskultur vermitteln. Ein wichtiger Bestandteil sind Sicherheitsprodukte. Die technische Prävention hat hohe Priorität.“ Zukünftig müsse der Einsatz der sicheren Instrumente selbstverständlich sein.

Über die Einführung von Sicherheitsvenenverweilkanülen in der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin berichtete Hartmut Uebach, Pflegebereichsleiter Anästhesie am Klinikum Wetzlar-Braunfels. Der Einführungstest zeigte, dass es keine gravierenden Unterschiede im Handling zum Vergleich der jeweiligen Standardvenenverweilkanüle gibt. Uebach appellierte an die Unfallversicherer, die Einführung von Sicherheitsvenenverweilkanülen in potenziell gefährdeten Tätigkeitsfeldern, z. B. Rettungsdienst oder Notaufnahme, durchzusetzen. Seine Empfehlung an alle, die Venenverweilkanülen legen: „Informie-

ren Sie Ihre Arbeitgeber über die TRBA 250, sowie über Sicherheitsvenenverweilkanülen und beantragen Sie die entsprechende Beschaffung.“

In der anschließenden Plenumsdiskussion wurde von vielen Beteiligten beklagt, dass Pflichten zum Schutz der Arbeitnehmer in den Kliniken nur unzureichend wahrgenommen werden. Dr. Bernhard Schappler-Scheele vom Staatlichen Gewerbeaufsichtsamt Hannover äußerte sich nach der Besichtigung von über 150 Krankenhäusern skeptisch: In den Kliniken sei selbst die Biostoffverordnung oft nicht bekannt. Man müsse die Klinikbetreiber verstärkt darauf hinweisen, dass die Verantwortung für Nadelstichverletzungen beim Arbeitgeber liege. Würden die bestehenden Gesetze eingehalten, dann sei schon sehr viel gewonnen.

Zuversichtlich äußerte sich Johanna Knüppel vom Berufsverband der Pflegekräfte (DBfK): Es habe sich in den eineinhalb Jahren seit dem letzten BVMed-Workshop viel bewegt. Die Sensibilität für das Thema habe in der Öffentlichkeit zugenommen. Nun müsse an verschiedene Gruppen appelliert werden, ihre Verantwortung bei der Vermeidung von Nadelstichverletzungen wahrzunehmen, beispielsweise die Verwaltungsleiter und Einkäufer der Kliniken, aber auch die Führungskräfte in der Pflege.

Fotos: BVMed

Weitere Informationen:

BVMed - Bundesverband
Medizintechnologie
Reinhardtstr. 29 b
D - 10117 Berlin
Tel. 030-246 255-20
Fax 030-246 255-99
beeres@bvmed.de
<http://www.bvmed.de>



Wundversorgungskonferenz:

„Schnellerer Heilungserfolg und wirtschaftlichere Versorgung durch feuchte Wundtherapien“

Eine bessere Vernetzung des stationären und ambulanten Sektors, einheitliche Behandlungsstandards sowie eine tiefe und intensive Aufklärung der Ärzte sind notwendig, um die Defizite in der Behandlung chronischer Wunden in Deutschland zu beseitigen. Das machten Experten der BVMed-Konferenz „Wundversorgung in der Praxis - Im Spannungsfeld zwischen Kosten und Versorgungsqualität“ am 1. Juni 2005 in Kassel deutlich. Die notwendige Vernetzung könne durch Integrierte Versorgungsverträge erreicht werden. Nikolaus Schmitt von der BARMER-Krankenkasse und Veronika Gerber vom Wundzentrum Aurich stellten hierzu konkrete Modelle vor. Wichtig sei ein ganzheitlicher Therapieansatz von Grunderkrankung und Wundtherapie, so der Facharzt Dr. Martin Lederle.

Bei der Versorgung der rund 4 Millionen Patienten mit chronischen Wunden werden noch immer in viel zu geringem Maße die Vorteile der modernen, feuchten Wundversorgungstherapien genutzt. Dabei spiele die Angst der Ärzte vor Regressen aufgrund angeblich teurer Behandlungskosten eine Rolle. „Diese Angst ist unberechtigt“, sagte der Klinikapotheker und Wundexperte Werner Sellmer auf der BVMed-Konferenz vor über 70 Teilnehmern, davon rund 30 Krankenkassen. Die moderne Wundtherapie führe nicht zu einer Verteuerung, aber auf der anderen Seite zu einer deutlich verbesserten Behandlung, kürzeren Behandlungsdauer und mehr Lebensqualität für den Patienten.

Moderator Dr. med. Friedhelm Bartels, Mitglied des BVMed-Vorstands und Medizinischer Direktor bei Bristol-Myers Squibb sprach sich für eine bessere Koordinierung der Schnittstel-

len zwischen Klinik und ambulantem Bereich aus. Dafür sei es wichtig, die Qualifikation aller Beteiligten zu verbessern, Behandlungsleitlinien zu entwickeln und den Begriff des Wundspezialisten zu definieren. Er appellierte an die zahlreichen Krankenkassenvertreter, gemeinsam mit den Ärzten, Pflegekräften und Unternehmen „das Thema voran zu bringen“.

Daniela Piossek, Referatsleiterin Krankenversicherung beim BVMed, betonte in ihrem Einführungsreferat die ökonomische Bedeutung chronischer Wunden, unter denen über 4 Millionen Menschen leiden. Die Behandlungskosten pro Wundpatient liegen nach einer Studie durchschnittlich bei ca. 6.600 Euro im Jahr. Bei einem „normalen“ Versicherten sind es die Hälfte. Hinzu kommen die Kosten des Arbeitsausfalls, sodass allein wirtschaftlich ein dringender Handlungsbedarf besteht, die Versorgungssituation durch moderne Wundversorgungsprodukte zu verbessern. Zu diesen Produkten gehören Hydrogele, Schäume, Alginat, Hydrokolloide oder silberhaltige Verbände. Es handelt sich dabei um Verbandmittel, die generell der GKV-Leistungspflicht unterliegen. Sie sind richtgrößenrelevant („Arzneimittelbudget“) und unterliegen der gesetzlichen Zuzahlung, aber keiner Festbetragsregelung. Wichtig ist die Klarstellung, dass Verbandmittel Medizinprodukte sind. Sie sind damit auch nach der Einführung der Gesundheitsreform 2004 uneingeschränkt verordnungsfähig, obwohl sie nicht verschreibungspflichtig sind. Eine vom BVMed beauftragte Doc-Check-Studie bei rund 100 niedergelassenen Ärzten zeigte, dass drei Viertel der niedergelassenen Ärzte nicht darüber informiert sind, dass Verband-

mittel uneingeschränkt auf Kassenrezept verordnet werden können. Nur etwa 20 Prozent der befragten Ärzte verordnen moderne Wundversorgungsprodukte.

Eine Abgrenzung von Medizinprodukten zu Arzneimitteln nahm Dr. Elke Lehmann vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) vor. Die Begriffe „Verbandmittel“, „Verbandstoff“, „Wundaufgabe“ oder „Wundversorgungsprodukte“ sind dabei im Medizinproduktegesetz (MPG) nicht enthalten. Bei Wundversorgungsprodukten bzw. Verbandmitteln, deren Zweckbestimmung über die eines „Verbandstoffes“ (wie dieser im Arzneimittelgesetz vor Inkrafttreten des MPG definiert war) hinausgeht, kann es sich um ein Arzneimittel oder ein Medizinprodukt handeln. Von entscheidender Bedeutung ist dabei die vom Hersteller vorgegebene Zweckbestimmung des Produktes. Eindeutige Medizinprodukte sind Wundverbände in Form von Flüssigkeiten, Gelen oder Pasten, also beispielsweise reine Hydrokolloide oder Hydrogele. Medizinprodukte, die ein Arzneimittel mit ergänzender Wirkung enthalten, sind z. B. Wundverbände und Wundaufgaben mit der mechanischen Wundversorgung ergänzenden antibakteriellen Wirkstoffen.

Nikolaus Schmitt, Projektleiter „Integrierte Versorgung“ bei der BARMER Ersatzkasse, ging auf den Einsatz der Wundversorgung aus Sicht der Kassen ein. Da kaum valide Zahlen über chronische Wunden und deren Kosten vorliegen, führte die BARMER ein Projekt zur Evaluierung hydroaktiver Wundaufgaben mit 289 Teilnehmern über neun Monate durch. 71 Teilnehmer waren nach dem Pilotprojekt wundfrei. Bei 117 Teilnehmern konnten Wundheilungen erreicht werden. 101 Teilnehmer brachen die Therapie ab. Fazit des Pilotprojektes, das in Nordrhein-Westfalen durchgeführt wurde: Einsparpotentiale sind grundsätzlich gegeben. Allerdings gab es



MEDIZIN-TECHNIK NEWS

Akzeptanzprobleme bei Ärzteschaft, Pflegediensten, Angehörigen und Patienten. Um die Informationstransparenz zu steigern, valide Daten zu erheben und die Versorgungsabläufe zu vernetzen und damit zu verbessern, bereitet die BARMER einen Integrierten Versorgungsvertrag (IV) „Chronische Wunden“ nach § 140 SGB V vor. Es wird davon ausgegangen, dass der Hausarzt überwiegend die Erstanamnese durchführt und dann die erforderlichen weiteren Schritte einleitet. Akute Fälle überweist der Hausarzt sofort in die Wundambulanz, wo sie ggf. täglich von einem Chirurgen beurteilt und behandelt werden. Die nicht akuten Fälle werden im Anschluss zu Hause von den ambulanten Pflegediensten zusammen mit dem Hausarzt und dem mobilen Wundberater versorgt. Mit dem „IV chronische Wunden“ sollen die Patienten früher und homogener als bisher behandelt werden. Es soll stärker nach dem Ergebnis und für die Früherkennung und angemessene Frühbehandlung anstatt für die aufwändige Behandlung eines spät erkannten Falles vergütet werden. „Dadurch sparen wir Geld, weil die Krankheitsverläufe insgesamt abgekürzt werden“, so Schmitt.

Nach Ansicht von Werner Sellmer, Klinikapotheker und Vorstandsmitglied des Wundzentrums Hamburg, sind die chronischen Wunden das eigentliche Problem in der Wundversorgung. Sie heilen oft über Jahre nicht und bedeuten für den Patienten einen erheblichen Verlust an Lebensqualität. Von 30.000 Beinamputationen könnten rund die Hälfte vermieden werden. Die Vorteile der modernen Wundtherapie seien klar: schnellere Wundheilung, Verringerung der Schmerzen, bessere Körperhygiene, Verminderung des Wasser- und Elektrolytverlusts, Mobilitätsgewinn sowie Kosteneinsparung, „wenn korrekt gearbeitet wird“. Dennoch würden nur rund 20 Prozent der chronischen Wunden modern versorgt werden. Die Gründe der Ärzte seien Angst vor Therapiefehlern, die vorhan-

dene Produktvielfalt, die „Fortbildungsresistenz“ sowie die Angst vor Einzelregress durch die Kassen aufgrund der angeblich teuren Therapie. Dabei verdeutliche ein Rechenmodell die Wirtschaftlichkeit der modernen Wundtherapie. Sellmer verglich die Material- und Personalkosten der konventionellen und der feuchten Wundversorgung. Die Materialkosten der feuchten Wundversorgung seien zwar höher, dafür sei die Wechselfrequenz der Verbände niedriger. Dadurch entstünden bereits innerhalb einer Woche Einsparungen von einem Drittel nur bei den Materialkosten. Sellmer: „Hinzu kommen die Einsparungen bei den Personalkosten durch weniger Verbandwechsel. Fazit: Die Gesamteinsparung pro Verbandwoche beträgt bis zu 45 Prozent - 124 gegen 67 Euro. Die Angst der Ärzte vor Mehrkosten ist unberechtigt.“

Veronika Gerber, Pflegedirektorin des Kreiskrankenhauses Aurich und Vorstandsmitglied des Wundzentrums Aurich, bezeichnete die Integrierte Versorgung als besten Lösungsansatz für die Defizite in der Versorgung offener Wunden. Das Auricher Konzept beinhaltet die Einführung eines Wundmanagements, die Etablierung eines Kompetenzcenters, den Aufbau eines externen Netzwerkes, die Pflegeüberleitung sowie ein Schulungszentrum. Gerber: „Wir erreichen eine hohe Versorgungsqualität durch die Vernetzung der Prozesse.“ Ziel des Wundprojekts sei die optimale, lückenlose Versorgung der chronischen Wundpatienten gemeinsam mit dem Krankenhaus, den niedergelassenen Ärzten und den ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen. Die Qualität und Wirtschaftlichkeit werde erreicht durch den zielgerichteten Einsatz geeigneter Produkte, die konsequente Therapieumsetzung, eine Kostenreduktion durch Verkürzung der Behandlungszeit sowie Prävention durch Beratung und Schulung. Der IV-Vertrag beinhalte Halbjahrespauschalen für die Krankheitsbilder Ulcus Cruris und Dekubitus, die Defini-

tion von drei Schweregraden, die Vergütung pro Wunde, ein Sondermodul für die Vakuum-Therapie sowie den Ausschluss stationärer Behandlung. Für die Zukunft stellt sich Gerber die Einrichtung weiterer Wundzentren und regionaler Koordinationsstellen vor, die die Prozesse steuern. Ihr Fazit: „Integrierte Versorgung chronischer Wunden erfordert ein Gesamtkonzept. Wir brauchen den Aufbau vernetzter Strukturen, um ambulante und stationäre Leistungserbringer einzubinden.“ Untermauert wurde das Erfolgskonzept eines Wundzentrums durch eine in Kassel anwesende Patienten, die zehn Jahre offene Beine hatte und der in weniger als einem Jahr in Aurich geholfen werden konnte.

Die Facharztsicht schilderte Dr. med. Martin Lederle, der eine Diabetologische Schwerpunktpraxis in Stadtlohn betreibt. Offiziell haben sieben Prozent der Bevölkerung Diabetes mellitus. Davon gehören 15 bis 30 Prozent zu der Risikogruppe für ein diabetisches Fußsyndrom. Ursachen sind die diabetische Neuropathie oder arterielle Gefäßerkrankung. Eine akute Läsion liegt in zwei bis zehn Prozent der Fälle vor. Bei dieser Patientengruppe müsse man die offene Wunde im Zusammenhang mit der mangelnden Durchblutung sehen. Für das „diabetische Fußsyndrom“ liege eine evidenzbasierte Behandlungsleitlinie vor. Wie kann die Versorgung von Patienten mit diabetischem Fußsyndrom verbessert werden? Dr. Lederle: „Es ist ein regionales Netzwerk der Leistungserbringer erforderlich. Die Zusammenarbeit muss koordiniert werden. Einzelne Aspekte der Patientenversorgung dürfen nicht isoliert betrachtet werden.“ Die Lösung liege in einer „Integrierten Versorgung Diabetisches Fußsyndrom“.

BVMed
Reinhardtstr. 29 b, 10117 Berlin
Tel.: 030/246 255-20
Fax 030/ 246 255-99
beeres@bvmed.de
<http://www.bvmed.de>

	Name	Mittwoch, 16.11.2005		Donnerstag, 17.11.2005	
		10.00 - 12.00 Uhr	14.30 - 17.30 Uhr	10.00 - 12.00 Uhr	14.30 - 17.30 Uhr
CCD Süd	2		13.15 - 14.00 Uhr Mittagskolloquium Auf neuem Stand: Diagnostik und Therapie der Herzrhythmusstörungen Prof. Dr. H. Götter, Wuppertal	9.00 - 9.45 Uhr Frühstückskolloquium Auf neuem Stand: Hormone: eine (un)endliche Geschichte? Prof. Dr. E.-G. Luch, Wiesbaden	13.15 - 14.00 Uhr Mittagskolloquium Auf neuem Stand: Möglichkeiten und Grenzen von Naturheilkunde/Integrativer Medizin Prof. Dr. G. Dobos, Essen
	01	Prostate-Karzinom Prof. Dr. R. Helbig, Siegen 101	Neue Methoden zur Behandlung der koronaren Herzkrankheit Prof. Dr. E.-G. Luch, Wiesbaden 102	Tachykardie Prof. Dr. B. D. Gessels, Karlsruhe 103	Neue diagnostische Strategien bei Darmkrankheiten Prof. Dr. Dr. J. Stein, Frankfurt 104
	02	Aktuelle Aspekte der HIV-Infektion Dr. H. Wiesten, Aachen 105	Talking Cells - Zelluläre Immunodiagnostik Prof. Dr. H.-W. Bockel, Erlangen 106	Depression - Früherkennung und neuer Stand der Therapie Prof. Dr. K. Maier, Frankfurt 107	Psychose - Früherkennung und neuer Stand der Therapie Prof. Dr. K. Maier, Frankfurt 108
	04	Gastrokopiekurs "Rein-Ruhr" des Berufsverbandes Deutscher Internisten (BDI) e.V. Prof. Dr.-J. Fries, München & U. R. Prof. Dr. B. May, Berlin 109		Gastrokopiekurs "Rein-Ruhr" des Berufsverbandes Deutscher Internisten (BDI) e.V. - Fortsetzung - 110	
	3		Messungsbild - Das 3. Quartal Erstes Festsitz zum BDM 2005plus Strategien 2005/2006 Dr. H. Wiesten, Aachen 111	Blutdrucktherapie Prof. Dr. R. Hans, Düsseldorf 112	
	4b	Neuropsychiatrische Störungen bei Morbus Parkinson Dr. G. Fumagalli, Wuppertal 113	Schlafapnoe-Syndrom Dr. M. Elbers, Bonn 114	Stark und Unstark von Schlafmitteln in der ärztlichen Praxis Dr. Th. Frenn, Hamburg 115	Atemnot. Was ist zu tun? Prof. Dr. M. Luch, Wiesbaden 116
	4c	Katheterisation von komplexen Herzrhythmusstörungen Dr. M. Herzig, Wuppertal 117	Entscheidungsfindung zwischen Patientenorientierung und Wirtschaftlichkeit Prof. Dr. C. Olsson, Düsseldorf 118	Kleine Chirurgie mit praktischen Übungen Dr. R. Klein, Paderborn 119	Autonomes Nervensystem - Was hilft wirklich in der Therapie? Dr. G.-A. Hansch, Wuppertal 120
	5	Praxisfragen, MVZ, EBM und Plausibilität RAin Stefan Polenschke-Schade RAH-J. Schade, Wiesbaden RA M. Brügg, Wiesbaden 121	Rechtliche und ethische Versorgungsformen RAin Stefan Polenschke-Schade, Wiesbaden RA H. Wiesten, Aachen 122	Controlling in der Arztpraxis - heute wichtiger denn je! M. Graf, Stuttgart 123	Innovations-, Wissensmanagement und Risiko-Controlling in einem System G. Heiser, Reutlingen 124
	6	Aku-Taping Dr. H.-G. Hecker, Krefeld 125	Selen in Therapie und Prävention: Schilddrüse, Prostata, Lymphknoten PD Dr. J. Fehrkamp, Bielefeld 126	Hätten Sie es gewusst? Interaktives intensives Fallseminar Dr. S. Sehn, Wiesbaden 127	Interdisziplinäre Therapie der gastroesophagealen Refluxerkrankungen Prof. Dr. M. Beyer, Essen 128
	7a	Der muslimische Patient Prof. Dr. H. M. Sassi, Dr. Dr. S. Sassi, Bielefeld 129	Neurodermitis Prof. Dr. H. F. Merk, Aachen Prof. Dr. T. Ruzicka, Düsseldorf 130	Erfolgreiche Therapie der chronischen Virushepatitis Prof. Dr. W. E. Paug, Hohenheim 131	Die heimliche Epidemie: Chlamydia trachomatis - Infektionen in Deutschland Prof. Dr. G. S. Giese, Berlin 132
	7b	Nachsorge gynäkologischer Malignome - Leitlinie versus Realität Prof. Dr. W. Meier, Düsseldorf 133	Arterien und venöse Gefäßverschlüsse Prof. Dr. R. E. Schmid, Dr. R. B. Zitz, Düsseldorf 134	Neue Wege in der Krebsdiagnostik Prof. Dr. G. Hoffmann, Gießen Prof. Dr. C. Pantel, Düsseldorf 135	Aktuelles zur Kinetikstruma und Autoimmunthyreopathien PD Dr. J. Fehrkamp, Bielefeld 136
	8	Orthomolekulare Medizin - Prävention und Therapie Dr. Ingrid Hecker, Bielefeld 137	Hombopunktur - durch Synergie zu Harmonie Dr. Ingrid Hecker, Bielefeld 138	Hombopunktur in Klinik und Praxis Dr. M. Elias, Lüneburg 139	Hombopunktur in der täglichen Praxis Dr. M. Wessendorf, Weinstadt 140
	12	Grundkurs Ultraschall Kopf/Hals Introductory Workshop on Ultrasound for the head and the neck Prof. Dr. Dr. R. Schmoeckel, Prof. Dr. R. Lauth, Dr. Dr. R. Scholz, Freiburg 141		Grundkurs Ultraschall Kopf/Hals Introductory Workshop on Ultrasound for the head and the neck - Fortsetzung - 142	
	14	Mitgliederversammlung der Vereinigung der Deutschen Medizinischen Fach- und Standespresse e.V.	Praktische Ernährungsmittel DOEM Prof. Dr. B. Kötter, München 143	Qualitätsmanagement und Akkreditierung in medizinischen Laboratorien Prof. Dr. R. Haeusel, Berlin 144	Adhärenz in der Prävention KKH - Die Kassenärztliche, Hannover 145
CCD Pavillon	15	Demenz - Früherkennung und neuer Stand der Therapie Prof. Dr. K. Maier, Frankfurt 146	Neue Ansätze bei Autoimmunerkrankungen Prof. Dr. R. Gierke, München 147	Diagnostik und moderne Therapie des Rektum-Karzinoms Prof. Dr. H. J. Hoff, Berlin 148	Pharmakogenetik - wie die Gene den Arzneimittelstoffwechsel beeinflussen Dr. H.-G. Kahl, Marburg 149
	16	Öffn-Akupunktur Dr. H. P. Ogel, Brunen 150	Akupunktur bei Neuralgien und Migräne - Grundlagen und Praxis Dr. G. Bue, Düsseldorf 151	Schmerztherapie mit Akupunktur und TCM in der Praxis Dr. S. Knecht, Speckhövel T. Knecht, Geseke 152	Schmerztherapie durch Laser-, „Dyscher“ und Laser-, „Needle“ Prof. Dr. B. Knecht, Dr. F. Knecht, München 153
	17	Neuroleptische Störungen im Kindes- und Jugendalter und ihre Behandlung Prof. Dr. G. Nissen, Würzburg 154	Pulmonale Hypertonie Prof. Dr. K.-M. Meier, Berlin 155	3D-Sonographie in Geburtshilfe und Gynäkologie Dr. J. Jögers, Tübingen-Weinstadt 156	Modernes Hypertonie-Management, Assessment, Leitlinien, Patientenführung Prof. Dr. B. Knecht, Dr. F. Knecht, München 157
	18	Mit professionellem Krankenhaus-Marketing zur Markenqualitätsmedizin Prof. Dr. G. Rieg, Augsburg 158	Der Weg zur Arztpraxis als Center of Excellence mit Qualitäts-Marketing Prof. Dr. G. Rieg, Augsburg 159	Ärztliche und medizinische Versorgungsentwicklungen Münster Fach-Management RA Dr. B. Hoff, Köln 160	Chancen für Ärzte durch neue Versorgungsstrukturen Prof. Dr. I. Florin, Münster 161
	19	Preis-Qualitätsmanagement W. M. Lammers, Bielefeld 162	IGaL-Verkaufstraining W. M. Lammers, Bielefeld 163	GOÄ-Abrechnungsseminare Anästhesiologie Sandra-Maria Gömer, Mülheim 164	Erfolgreiche Nierenersatztherapie heute - Einzelpraxis, Kooperationen, MVZ, integrierte Versorgung H. Zimmermann, Düsseldorf 165
CCD Süd, 2.OG	26	Tropenkurs und Reisemedizin I Dr. Th. Frenn, Hamburg 166	Tropenkurs und Reisemedizin II Dr. Th. Frenn, Hamburg 167	Blutdrucktherapie in der Gynäkologie Jutta Lange, Köln Dr. W. H. Neumann, Weinstadt 168	Zervixschmerz: Qualitätsicherung durch Differenzialdiagnostik Jutta Lange, Köln Prof. Dr. H. Frenn, Weinstadt 169
	27	Refluxtherapie-Duplex-Sonographie - periphere Venen Dr. Soenneke-Wesche, Siegen 170	Präventionsmedizin mit ergebnis- und zielgruppenorientierten Strategien Prof. Dr. G. Schmuck, Albstadt Prof. Dr. H. Rapp, Hamburg 171	Refluxtherapie-Duplex-Sonographie - periphere Arterien Dr. Th. Kersch, Köln 172	Gelenk Versteifen - Gelenkergüsse nach PLAMC, Los Angeles / U.S.A. Klinik GGO-Neumann, Düsseldorf 173
	28	Reisemedizin I Prof. Dr. P. Sehn, Würzburg 174	Reisemedizin II Prof. Dr. P. Sehn, Würzburg 175	Pädiatrische Notfallsituationen Dr. A. Dorsch, Hammeln 176	Kardiozirkulatorische Notfallsituationen Dr. A. Dorsch, Hammeln 177
CCD Ost	I	ERK-Grundkurs Teil I Prof. Dr. M. Luch, Wiesbaden 178	ERK-Grundkurs Teil II Prof. Dr. M. Luch, Wiesbaden 179	Pflasterkurs Klinische Schmerzmittel in der Pflege Karin Bader, Stuttgart Kai Harns, Ludwigsfelde 180	Pflasterkurs Fokus Rechts und Politik - neue Schmerzmittel Karin Bader, Stuttgart Kai Harns, Ludwigsfelde 181
	M	28. Deutscher Krankenhausstag	28. Deutscher Krankenhausstag	28. Deutscher Krankenhausstag	28. Deutscher Krankenhausstag
	N	Point-of-Care-Testing (POCT) Aktueller Stand Dr. Dr. H.-G. Wenz, Lüneburg 182	28. Deutscher Krankenhausstag	28. Deutscher Krankenhausstag	28. Deutscher Krankenhausstag

	Num	Freitag, 18.11.2005		Samstag, 19.11.2005	
		10.00 - 12.00 Uhr	14.30 - 17.30 Uhr	10.00 - 12.00 Uhr	14.30 - 17.30 Uhr
CCD Süd	2	8.00 - 9.45 Uhr Frühstücksseminar: Auf neuestem Stand: Nierensuffizienz - ein kardiovaskulärer Risikofaktor Prof. Dr. Katharina Dörschner	13.15 - 14.00 Uhr Mittagsseminar: Auf neuestem Stand: Endoskopische Diagnose und Therapie - was sollte? Prof. Dr. W. Böhm, Stuttgart	9.00 - 9.45 Uhr Frühstücksseminar: Auf neuestem Stand: Sudden Infant Death (SID) Prof. Dr. E. Padro, Dresden	13.15 - 14.00 Uhr Mittagsseminar: Auf neuestem Stand: Schmerzfreies Krankenhause Prof. Dr. M. Zenz, Bochum
	01	Akutes Koronarsyndrom / akuter Herzinfarkt: Neue Leitlinien Prof. Dr. H. M. Hoffmeister, Solingen 301	AT ₂ -Rezeptorantagonisten Prof. Dr. L. W. Franz, Tübingen 322	Uro-Onkologie - Prostatakarzinom/ Harnblasenkarzinom Prof. Dr. R. Ackermann, Prof. Dr. S. Roth, Düsseldorf 401	Infektions- PCGS und Gefäßhilfe Dr. Susanne Hahn, PD Dr. G. E. Jarck, Zuerich 402
	02	Prävention von Herz-Kreislauf- Erkrankungen Prof. Dr. R. Erbel Prof. Dr. G. V. Bales, Essen 302	Infektiose und nicht-infektiose Enterosuffizienz Prof. Dr. A. Storr, Heftingen 323	Blutglukose-Selbstkontrolle und Risikomanagement bei Typ 2 Diabetes Prof. Dr. S. Martin, Düsseldorf 403	Infektion Leitlinien zur Sarkoidose Prof. Dr. H. Schneider, Göttingen 404
	04	Kolo-Neoskopischer Untersuchungskurs (Ludwigsburger Endoskopiekurs) Prof. Dr. P. Föhrenberger, Dr. K. Wehmann, Dr. W. Huß, Ludwigslburg 303	Kolo-Neoskopischer Untersuchungskurs (Ludwigsburger Endoskopiekurs) Prof. Dr. W. Huß, Ludwigslburg 303	Kolo-Neoskopischer Untersuchungskurs (Ludwigsburger Endoskopiekurs) Prof. Dr. W. Huß, Ludwigslburg 303	Infektion Elektronische /-therapie und Elektronen Prof. Dr. W. Huß, Ludwigslburg 303
	3	Stress imaging in 2005 (engl./franz./deutsch) Prof. Dr. L. Pflanz, Lage (B) 304	Der Einstieg in die Zusatzbescheinigung "Akupunktur" Prof. mult. u. a. / China Dr. F. Behl, München 324	Der Einstieg in die ... - Fortsetzung - Prof. mult. u. a. / China Dr. F. Behl, München 324	Der Einstieg in die ... - Fortsetzung - Prof. mult. u. a. / China Dr. F. Behl, München 324
	4b	Well-Aging - Was ist gesichert? Dr. W. Grotz, Tübingen 305	Emerging Infectious Diseases Prof. Dr. E. Haeussinger, Düsseldorf 325	Leichenschau PD Dr. K.-H. Schrey-Buchat, Köln 404	Der kranke Arzt - Tabu und Chance Dirk Weber, Göttingen 405
	4c	Schrittmacher-Programmiertkurs Prof. Dr. B.-G. Gurek, Karlsruhe 306	Der Arzt als Risikofaktor? Prof. Dr. M. Sieber, Düsseldorf 326	Aktuelle Proktologie Dr. F. Reib, Münster 406	Anästhetik als Medizin - Design als Therapie W. Grotz, Tübingen 407
	5	Psychosomatische Störungen U. van der Boven, Aachen 307	Ethaprobleme U. van der Boven, Aachen 327	Kassenrechtliche und sozialrechtliche Info zur Entgeltprüfung M. Graf, W. Beck, Stuttgart 408	Kooperationsformen in der ärztlichen Praxis Prof. Dr. R. Adam, Wuppertal 409
	6	Hätten Sie es gewusst? Interaktives internationales Fallseminar Dr. S. Sahn, Wiesbaden 308	Herkunftsmerkmale PD Dr. J. Eichen, Lahr 328	Erkrankungen der Gallenblase und der Gallenwege Prof. Dr. K.-H. Hübner, Frankfurt Prof. Dr. B. Nag, Bochum 409	Ursachen und Folgen zunehmender Umweltbelastung Dr. K.-D. Rützel, Wiesbaden 410
	7a	Postoperative Schmerztherapie Prof. Dr. Th. Storch, Solingen Dr. A. Grotzsch, Hamburg 309	Moderne Wundversorgung als interdisziplinärer Auftrag Prof. Dr. Dr. A. Gruen, Ulm 329	Auge und Allgemeinerkrankung Prof. Dr. R. R. Grotz, Essen 411	Neues aus der Labordiagnostik Blutstammpflege Dr. H. Becker, Hamburg 412
	7b	MTA-Förderung Aktuelle Aspekte der neuen Richtlinien der BÄK Karin Pätz, Bochum 310	Molekulare Diagnostik erblicher Tumorerkrankung Prof. Dr. R. Böhm, Bonn 330	Infektionslogisches Fallseminar PD Dr. A. Dornann, Prof. Dr. R. Hübner, Köln 413	Pneumonie, Ekzeme, Akne & Rosacea Prof. Dr. B. Bönigk, Magdeburg 414
	8	Multiple Sklerose - von der Pathogenese zur aktuellen Therapie Dr. S. Schöningh, Bochum 311	Neues in der Therapie der Alzheimerkrankung Prof. Dr. J. Jürg, Wuppertal 331	Neurologische Differentialdiagnose Prof. Dr. P. Boff, Essen Prof. Dr. O. Bock, Münster 415	Colitis: Ein Fortschritt bei HNO-Erkrankungen Dr. R. Müller, Landau 416
	12	Grundkurs Ultraschall Kopf/Hals Intracranial Workup on Ultrasound for the Head and the Neck - Fortsetzung - 312	Kurs: Beinvenenthrombosen - ambulante Behandlung Dr. M. Hartmann, Freiburg 332	Schmerz- und Gesundheitsschule Dr. W. Bucher, Stuttgart 417	Lungenfunktionsmessung in der Praxis Dr. H. Müller, Remscheid 418
	14	Der alternde Mann Prof. Dr. W. Krause, Marburg 313	Endokrinologie im Zentrum der Medizin Dr. S. Hermann, Essen 333	Infektion Seminare "Entzündung und angeborene Infektion" M. R. Trautwein, Neuen-Wulm 419	Infektion Fallseminar Prof. Dr. R. Kötter, Magdeburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 420
CCD Pavillon	16	Diagnose und Therapie akuter arterieller Gefäßerkrankungen Prof. Dr. M. Ludwig, Berg 314	Update Erkrankung PD Dr. A. Dornann, Prof. Dr. R. Hübner, Köln 334	Osteologisches Seminar Prof. Dr. Dr. E. Kalk, Wiesbaden 421	Infektion Fallseminar Prof. Dr. R. Kötter, Magdeburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 422
	18	Das Schmerzgedächtnis Prof. Dr. M. Böttcher, Nienburg 315	Der Schmerz und seine Behandlung - Wege aus der Therapieresistenz Dr. B. Böttcher, Nienburg 335	Akupunktur bei gynäkologisch- gastrointestinalen Indikationen MR Dr. H. Beck, Ludwigshafen 423	Einführung in die Akupunktur - Teil unserer Medizin Dr. W. Böttcher, Nienburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 424
	17	Neues in der Pulswellendiagnostik PD Dr. P. Klotzsch, Dr. R. Hammer, Düsseldorf 316	Asthma bronchiale bei Kindern und Jugendlichen Prof. Dr. A. Schuster, Düsseldorf 336	Teambuilding in turbulenten Zeiten C. Böttcher, Nienburg 425	Infektion Fallseminar Prof. Dr. R. Kötter, Magdeburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 426
	18	Professionelles Fehlermanagement Dr. H. Kötter, Düsseldorf Prof. Dr. M. Sauer, Bochum 317	Praxisübergabe und ärztliche Niederlassung unter Gesundheitsförderbedingungen Prof. Dr. A. Schuster, Düsseldorf 337	Praxis-Organisation nach dem "Deutscher-Modell" J. Dornann, Berlin Dr. R. Hübner, Köln 427	Infektion Fallseminar Prof. Dr. R. Kötter, Magdeburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 428
	19	OS, Barcode + RFID gesteuert, wie? H. Dornann, Nienburg 318	OS-Praktiken: Produkt- und Instrumentendokumentation H. Dornann, Nienburg 338	GOÄ-Seminar W. A. Lamm, Düsseldorf 429	Infektion Fallseminar Prof. Dr. R. Kötter, Magdeburg Prof. Dr. H. M. Sauer, Bochum 430
CCD Süd, 2.OG	26	Hämatologischer Mikroskopiekurs Prof. Dr. R. P. Hübner, Berlin 319	Mikroskopischer Hämatologiekurs für Fortgeschrittene - auch geeignet für MTA und Laborärzte Prof. Dr. R. P. Hübner, Berlin 339	Mikroskopischer Hämatologiekurs für Fortgeschrittene - auch geeignet für MTA und Laborärzte Prof. Dr. R. P. Hübner, Berlin 431	Mikroskopischer Hämatologiekurs für Fortgeschrittene - auch geeignet für MTA und Laborärzte Prof. Dr. R. P. Hübner, Berlin 432
	27	Hilfsmittel bei älteren Menschen Prof. Dr. P. Böttcher, Nienburg 320	Medikamentöse Therapie im Notfall Prof. Dr. P. Böttcher, Nienburg 340	Inkontinenz: Notwendigkeit der Differenzierung und neue therapeutische Möglichkeiten Prof. Dr. G. H. Wirtz, Münster 433	Inkontinenz: Notwendigkeit der Differenzierung und neue therapeutische Möglichkeiten Prof. Dr. G. H. Wirtz, Münster 434
	28	Präklinisches Polytrauma-Management Dr. A. Dornann, Nienburg 321	Obstetrisches Polytrauma-Management Dr. A. Dornann, Nienburg 341	5. Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft der Ärzte im Krankenhausmanagement Ärztliches Denken und Führen im Management Dr. H.-J. Pöschel, Rottgen 435	5. Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft der Ärzte im Krankenhausmanagement Ärztliches Denken und Führen im Management Dr. H.-J. Pöschel, Rottgen 436
CCD Ost	L	Kolposkopie I - Grundfragen der Kolposkopie PD Dr. V. Kötter, Düsseldorf Prof. Dr. R. J. Loh, Münster 322	Kolposkopie II - Normale und abnorme Befunde der Vagina und Vagina PD Dr. V. Kötter, Düsseldorf Prof. Dr. R. J. Loh, Münster 342	Kolposkopie III - Normale und abnorme Befunde der Vagina und Vagina PD Dr. V. Kötter, Düsseldorf Prof. Dr. R. J. Loh, Münster 437	Kolposkopie IV - Normale und abnorme Befunde der Vagina und Vagina PD Dr. V. Kötter, Düsseldorf Prof. Dr. R. J. Loh, Münster 438
	M	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 343	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 344	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 439	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 440
	R	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 345	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 346	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 441	28. Deutscher Krankenhauskongress Ultraschall - neue Zukunftsperspektiven für Diagnostik und Therapie Dr. S. Vögler, Berlin 442

Perfect Sunday Brunch

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



Genießen Sie bei einem Glas Champagner und musikalischer Begleitung hausgemachte Sushi & Sashimi, 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 vergnügen sich im Kinderland.

Im Preis von **€ 32,50** pro Person sind Kaffee, Tee, frische Säfte, Mineralwasser und ein Glas Champagner zum Empfang inbegriffen.
Wir freuen uns über Ihre Reservierung unter **(089) 92 64 81 10**.


Arabella Sheraton
Grand Hotel
München

