

# Gour-med<sup>®</sup>

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+ THERME EUROPA

## BESONDERS EMPFEHLENSWERT

Björn Alexander Panek,  
der 3. Stern im Adlon  
Restaurant Gabriele

## DER GENIESSER TIPP

Gesundes von Armin Roßmeier

## DER BESONDERE TIPP

Weine von der Ahr und  
aus dem Bordeaux

Neues Restaurantkonzept  
im Side Hotel in Hamburg

Tu Felix Austria

English auf Malta

Grenada wie es kocht und lebt

Faszination China

## NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN

## MEDIZIN NEWS

## PHARMA NEWS

1/2-2010

28. JAHRGANG

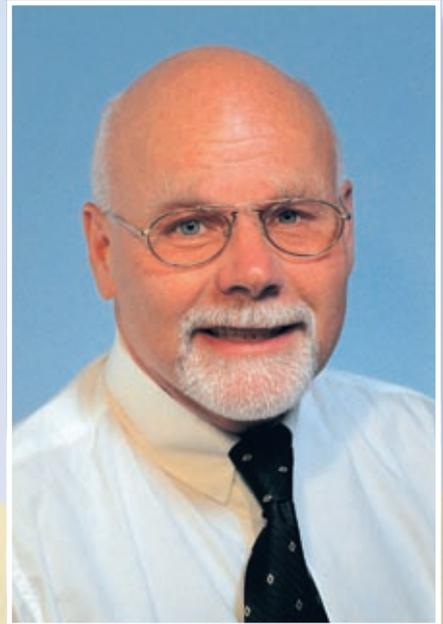
ISSN 0177-3941

H 54575



Frittierter Pulpo auf Malinda-Tomaten mit Papayaöl-Passionsfrucht-Emulsion  
von Björn Alexander Panek im Restaurant „Gabriele“, Hotel Adlon/Berlin

# EDITORIAL



Liebe Gour-med-Leser,

endlich, der lange Winter hat sein Gesicht verloren und der Frühling übernimmt die Regie.

In dieser Ausgabe von Gour-med wollen wir Ihnen schon mal Geschmack machen auf die Jahreszeit in der uns viele kulinarische Verlockungen erwarten.



Heute stellen wir Ihnen – endlich – den Küchenchef mit dem 3. Stern im Hotel Adlon in Berlin vor.

Björn Alexander Panek überzeugt im Restaurant „Gabriele“ mit seiner mediterranen Aromenvielfalt und begeistert seine Gäste.

Unser Spezialist für das Exklusive, Horst-D. Ebert, hat den neuen 5er BMW für Sie getestet und wollte nicht wieder aussteigen, wenn wir ihn gelassen hätten, wäre er immer noch unterwegs.



Armin Roßmeier empfiehlt Gesundes das auch schmeckt und zum Nachkochen geeignet ist.

Eine genussvolle Erfahrung habe ich in dem neu konzipierten Restaurant (m)eatery im Hamburger Side Hotel gemacht, Gegrilltes nach amerikanischen Vorbild, ein tolles Steak-Erlebnis, das begeistert. Das Konzept ist der Beweis, dass

neue Ideen auch von Feinschmeckern akzeptiert werden. Hendrik Maas grillt mit frischem Wind im (m)eatery.



Tu Felix Austria, in dieser Rubrik berichtet unsere Reise- und Wellness-Expertin, Anne Wantia, über das Grand Hotel in Hofgastein und die neue Winzer-Initiative in Kärnten.

Auf Malta hat sie einen englisch Lehrgang besucht, sehr empfehlenswert für alle die schnell und korrekt english lernen wollen.

Der Reisebericht über China zeigt wie China sich zu einem modernen Industriestaat wandelt der immer für eine Überraschung gut ist, kulinarisch als auch kulturell.

Wie immer gibt es Empfehlungen für neue Bücher und das Neueste aus der Medizin- und Pharma- Industrie.

Viel Vergnügen beim Lesen dieser Gour-med -Ausgabe und eine genussvolle Frühlingszeit

wünscht Ihnen Ihr Gour-med Team und natürlich



Klaus Lenser  
Herausgeber

Und nicht vergessen: Alles wird gar!!

# INHALT

## 4 **BESONDERS EMPFEHLENSWERT**

Hotel ADLON in Berlin das Haus mit den 3 Sternen

## 10 **GENIESSER-TIPP VON ARMIN ROSSMEIER**

„Gesunde Genießerküche“ Gesunde Winterküche

## 14 **GENIESSER-WEIN-TIPP**

Rotwein von der Ahr und Bordeaux-Empfehlung  
Verbandstipp „Don't drink and drive“

## 16 **DER BESONDERE TIPP**

[m]eatery – Hochwertiges Fleisch trifft auf genussvolle Reifung  
und speziellen Infrarotofen

Tu Felix Austria – Wellness im Herzen des Salzburger  
Landes

Malta – historisches Kleinod im Mittelmeer

Grenada – exotische Kulinarik

Kurz notiert

„Neue Welt“ – Faszination China

Ein Auto unter vollen Segeln – der neue Fünfer BMW

## 42 **BUCH-TIPPS**

Wo man niemals overdressed ist – im Orient-Express von  
Venedig nach London

Horst-Dieter Eberts Buch-Tipps

## 48 **NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN**

Bad Birnbach, Baden wie im Bilderbuch

## 50 **MEDIZIN-NEWS**

53. Symposion der Deutschen Gesellschaft für  
Endokrinologie

Neue Therapieoption gegen Asthma und Allergien

Testosteronhaltige Salben im Test.

Trockene Augen durch Mangel an Sexualhormon

## 56 **PHARMA-NEWS**

Azelastin Nasenspray – Eine maßgeschneiderte Therapie

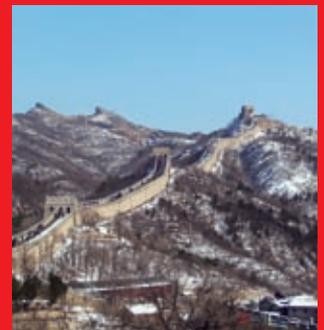
Neue Studien: Hohe Wirksamkeit von Ticagrelor bestätigt

Umfangreiche Erhebung zum Lungenkrebs in Deutschland

## 59 **IMPRESSUM**



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



## Hotel ADLON in Berlin das Haus mit den 3 Sternen

Björn Alexander Panek präsentiert  
eine „Cucina di Essenze e Ingredienti“  
im Restaurant Gabriele

*Klaus Lenser  
Anne Wantia*

Wer Björn Alexander Panek zum ersten Mal trifft, lässt sich leicht und gerne von seiner Heiterkeit anstecken. Der 32-jährige Küchenchef des Restaurant Gabriele im Hotel Adlon sprüht nur so vor Ideen und setzt diese seit März 2008 mit viel Leidenschaft und Liebe zum Detail um. Das auf der Südseite des legendären Hotel Adlon gelegene Restaurant präsentiert eine „Cucina di Essenze e Ingredienti“ – eine Küche, die von den Essenzen und Düften der Natur Italiens geprägt ist und von den harmonischen Kompositionen der edlen Zutaten bestimmt wird. Eine Küche voller mediterraner Heiterkeit und Eleganz, die sich in einem ganz besonderen

Ambiente entfalten kann und im November 2008 mit einem Michelin Stern und 16 Punkten im Gault Millau ausgezeichnet wurde. Diese Auszeichnungen konnte das Restaurant auch im Jahr 2009 erfolgreich halten.

Damit ist Björn Alexander Panek im Adlon, neben Thomas Neeser im Restaurant Lorenz Adlon\* und Tim Raue im Mâ, einer von den drei Küchenchefs mit einem Stern. Das Hotel ist eines von nur zwei Restaurants in Europa das drei Sterne in seinem gastronomischen Angebot vereint.

Björn Alexander Panek kocht beschwingt mit italienischer Eleganz und

\* bis 28.2.2010



*Björn Alexander Panek*



Italienisches Flair im Restaurant Gabriele



Das Küchenteam um Björn Alexander Panek

Mut zu kreativen Aromen-Abstimmung, die an Heinz Beck im La Pergola in Rom oder an Tim Raue im Mâ, erinnert.

Björn Alexander Paneks Lebenslauf liest sich wie eine Auflistung der besten Restaurants des Landes: Stationen des ehrgeizigen Küchenchefs waren daher unter anderem das mit einem Michelin Stern ausgezeichnete Restaurant Victorian unter Günther Scherrer und Bobby Bräuer, das mit zwei Michelin Sternen ausge-

zeichnete Restaurant Tantris unter der Leitung von Hans Haas sowie das mit einem Michelin Stern ausgezeichnete Restaurant Quadriga im Brandenburger Hof – wieder unter Bobby Bräuer. Die mediterrane Küche wurde dem gebürtigen Westfalen damit gewissermaßen in die Wiege seiner Kochkarriere gelegt. Dabei entwickelte Panek insbesondere während seiner Zeit im Restaurant Tantris die Liebe zu Italien. Denn dort kam er zum ersten Mal mit Heinz Beck in Berührung. Der berühmteste deutsche Koch in Italien, ausgezeichnet mit drei Michelin Sternen, hatte vor Paneks Zeit ebenfalls im Münchener Gourmetrestaurant gearbeitet und damit Spuren hinterlassen, von denen dem gebürtigen Westfalen immer wieder begeistert berichtet wurde. Viele der daraus resultierenden Ideen und Kreationen hat der junge Koch damals aufgeschrieben und im Laufe seiner Karriere neu interpretiert. Heinz Beck ist für Panek der lebende Beweis dafür, dass eine ausgezeichnete italienische Küche nicht zwingenderweise von einem Italiener zubereitet werden muss. Vielmehr geht es um den sorgfältigen Umgang mit den Produkten, die präzise Handwerkskunst und vor allen Dingen die Leidenschaft.

Vor seiner Aufgabe im Restaurant Gabriele war Panek in dem ebenfalls mit einem Stern ausgezeichneten Restaurant 44 als Sous Chef von Tim Raue tätig.



Stilvolles Ambiente

# BESONDERS EMPFEHLENSWERT



Das freundliche Service Team im Gabriele mit dem Küchenchef

In der eigenen Küche sind dem fröhlichen Küchenchef die Unverfälschtheit der Produkte und die Authentizität der Gerichte ganz besonders wichtig. Im Restaurant Gabriele präsentiert er daher eine zeitgemäße italienische Küche mit Einflüssen von den Alpen bis in die Stiefelspitze. Die Gerichte sind klar strukturiert und bestechen durch die intensiven Aromen. Der Gaumen spürt sowohl die mediterrane Heiterkeit als auch die italienische Eleganz bei jedem Gericht.

Doch nicht nur die Küche präsentiert eine harmonische Verbindung aus Eleganz und Heiterkeit: Das Ambiente des Restaurants lädt zum Verweilen und Genießen ein. In der Mitte des Raumes steht eine antike römische Skulptur, effektiv beleuchtet von einem handgefertigten Murano-Lüster. Die verspiegelte Rotunde, das vierseitige Bankett, die optisch leicht verrauchten Spiegel und die eigens für das Restaurant entworfenen und angefertigten Möbel schaffen Intimität und ein geschlossenes Gesamtbild. Ein mediterranes Spiel aus Licht und Schatten entsteht durch das Paneel vor der großen Glasfassade. Beeindruckend ist auch die Sammlung europäischer Photographie und Malerei aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, von den „Golden Twenties“ bis hin zur sogenannten „Berliner Schule“ der 50er Jahre. In Verbindung mit dem charmanten Service erleben Gäste eine Atmosphäre

voller Wohlbehagen und Entspannung an einem Ort, an dem man unbefangene die hohe Kunst der italienischen Küche genießen kann – das Restaurant Gabriele ist das „italienische Wohnzimmer Berlins“. Der Service besticht dabei mit einem typischen italienischen Charme und verspricht fast im Vorbeigehen Vergnügen, Herzlichkeit und Authentizität.

Das jugendliche Alter von Björn Alexander Panek, lässt hoffen das er sich noch weiter in die Spitze der ersten Garde kocht, wir sind sicher dass der nächste Stern nicht lange auf sich warten lässt.

Wie immer haben wir für alle die noch mit ihrem Besuch im Gabriele warten müssen, zum Nachkochen, Rezepte von Björn Alexander Panek mitgebracht.

Gutes Gelingen und viel Freude beim Ausprobieren der Rezepte.

Restaurant Gabriele ist montags und dienstags sowie freitags und samstags von 18:30 Uhr bis 23 Uhr und sonntags von 17:30 bis 22:30 Uhr geöffnet. Weitere Informationen sind unter [www.restaurant-gabriele.de](http://www.restaurant-gabriele.de) erhältlich.

Kontakt:  
Restaurant Gabriele  
Regine Schneider  
Tel: +49 (0)30 20 68 77 01  
Fax: +49 (0)30 21 23 70 16  
[www.restaurant-gabriele.de](http://www.restaurant-gabriele.de)

Menü von Björn Alexander Panek  
Chef de Cuisine im Restaurant Gabriele, Berlin

## Frittierter Pulpo auf Malinda-Tomaten mit Papayaöl-Passionsfrucht-Emulsion

Rezept für 4 Personen

### Pulpo

4 Pulpoarme à 100 g

### Fond für den Pulpo

50 ml Olivenöl  
2 weiße Zwiebeln  
100 g Karotte  
100 g Stangensellerie  
6 frische Tomaten  
200 ml hellen Essig  
200 ml fruchtigen Weißwein  
1 Bd. Basilikum  
1 Bd. Estragon  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
2 Lorbeerblätter  
10 schwarze Pfefferkörner  
Grobes Meersalz

alle Zutaten klein schneiden und in dem Olivenöl farblos anschwitzen  
mit dem Essig und dem Weißwein ablöschen und mit Wasser auffüllen  
jetzt die Kräuter und Gewürze zugeben und nicht mehr kochen lassen. Den Pulpo zugeben und nur noch leicht simmen las-

sen – mindestens 30–40 Minuten, bis er richtig weich ist. Die Pulpoarme entnehmen und auskühlen lassen. Kurz frittieren bei 180 Grad, so dass er leicht Farbe hat.

### Malinda-Tomaten aus Sizilien

4 Malinda-Tomaten in dünne Scheiben schneiden, mit grobem Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen

### Papayaöl-Passionsfrucht-Emulsion

100 ml Papaya-Chili-Öl  
50 ml Olivenbaumblätteröl  
6 Passionsfrüchte (bitte die Kerne und den Saft trennen)  
Salz und Pfeffer

alle Zutaten mixen, würzen und zum Schluss die Passionsfruchtkerne zugeben

Anrichten:

Emulsion auf den Teller geben, die Tomaten darauf setzen und oben auf den frittierten Pulpo

Deko:

Bohnenkraut

# REZEPTE



Frittierter Pulpo auf Malinda-Tomaten

## REZEPTE



Björn Alexander Panek am Arbeitsplatz

### Tagliolini mit jungem Knoblauch, Peperocino & Cime de Rapa

#### Nudelteig

- 200 g Mehl
- 100 g Semola Hartweizengrieß
- 1 Vollei
- 150 g Eigelb
- 15 ml Olivenöl
- 4 g grobes Meersalz

alle Zutaten miteinander vermengen und zu einen glatten Teig kneten, mind. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

#### Fond Knoblauch & Peperocino

- 30 ml Olivenöl
- 20 g Knoblauch in feinen Scheiben
- 1 kleine rote Chili (fein geschnitten)
- 500 ml Geflügelfond

Knoblauch im Olivenöl mit Farbe anrösten

Chili zugeben und mit dem Fond ablöschen, mit grobem Meersalz abschmecken

#### Cime de Rapa

(wilder italienischer Broccoli)

- 200 g wilder Broccoli

in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken

#### Anrichten:

Die al dente gekochten Tagliolini in den Chili Fond geben, kurz darin erhitzen bis eine Bindung entsteht, den Broccoli dazufügen und alles in einem tiefen Teller mit ein wenig Fond anrichten.

#### Deko:

- Rohes Eigelb



Tagliolini mit jungem Knoblauch, Peperocino & Cime de Rapa

## Cannoli von Gianduja mit Birne & Basilikum und italienischem Bier

### Zucker Cannoli

200 g Fondant  
175 g Glukose

alles zusammen aufkochen, bis es leicht Farbe nimmt, auf das Blech gießen und auskühlen lassen.

Den ausgekühlten Zucker grob zerstoßen und dann in einem Mixer pulverisieren.

Ein Blech mit Backpapier auslegen, den Zucker mit Hilfe eines Siebes dünn auftragen, im Ofen kurz erwärmen bis der Zucker sich auflöst. Dann sofort aus dem Ofen nehmen!!

Mit Hilfe eines Messers kleine Quadrate schneiden – diese müssen noch warm sein, so dass sie sich formen lassen. Nun über einen runden Gegenstand rollen, so dass eine Cannoli entsteht. Anschließend auskühlen lassen.

### Gianduja Creme

200 g Sahne  
150 g Gianduja  
50 g dunkle Schokolade

Sahne aufkochen, zerkleinerte Schokolade unter ständigem Rühren zugeben, bis sie sich komplett aufgelöst hat. Auskühlen lassen und in einem Gefäß in den Kühlschrank stellen.

### Birnensorbet

750 ml Birnenpüree  
50 g Glukose  
50 g Joghurt  
2 g Quatre epices  
Saft von einer halben Limette

Birnenpüree und Glukose erwärmen, restliche Zutaten zugeben in der Eismaschine frieren

### Birnenalat mit Basilikum

2 Birnen dünn gehobelt  
8 kleine Basilikumblätter  
Saft einer halben Limone

Birnenscheiben mit dem Limonensaft marinieren, kleine Salate formen und den Basilikum mit einarbeiten.

Anrichten:

In einem tiefen Teller, Birnensalat, das Eis und die Cannoli gefüllt mit Gianduja anrichten.

Am Tisch dann das italienische Bier aufgießen (am besten das italienische Bier „Peroni“ )



### Restaurant Gabriele im Hotel Adlon

Regine Schneider  
Unter den Linden 77  
10117 Berlin Germany  
T +49 30 2261 1703  
F +49 30 2261 1061

[www.restaurant-gabriele.de](http://www.restaurant-gabriele.de)

Fotos: Hotel Adlon Kempinski  
Restaurant Gabriele, Anne Wantia



Cannoli von Gianduja



# „Der gesunde Genießer-Tipp

...von Fernsehkoch Armin Roßmeier



Armin Roßmeier

## Gesunde Winterküche

Bei dem Winter würden wir am liebsten sagen: „Augen zu und durch!“. Aber ganz so einfach geht es halt nicht, deshalb ernähren wir uns gesund, damit nicht noch mehr Ärger auf uns zukommt.

Ich habe für Sie drei Gerichte zusammengestellt, die eine hohe Vitamindichte haben mit besonderem Augenmerk auf das nicht vom Körper speicherbare Vitamin C. Bei den „Wirsingköpfchen“ sitzt das Vitamin C im Wirsing und im Kartoffelpüree – also Kohlarten jetzt viel verwenden. Die Forelle als leckeres Geschnetzeltes hat reichlich Vitamin C durch die Paprikaschoten. Daher gehören jetzt die Paprikaschoten auf den Tisch, als Stäbchen mit Dip oder gefüllt mit Hackfleisch; muss doch nicht immer nur im Sommer sein.

Auch in der kalten Küche gibt es keine Ausrede, um an Vitamin C heranzukommen. Mein Vorschlag: „Apfelcarpaccio mit gebratenen Halloumikäsewürfel“. Nicht nur der Apfel hat Vitamin C im Schlepptau, sondern auch die Maronen. Äpfel sind eigentlich ein Muss in der

Winterküche – als Frischobst, zum Backen oder auch warm zubereitet. Wie wär's mit einem Bratapfel?

Aber auch die B Vitamine, besonders B 9, die Folsäure, habe ich in den Gerichten mit eingebaut. Alle drei Gerichte sind Mineralstoffreich, auch Zink, Eisen und Selen – unter anderem für Haut, Haare, Nägel zuständig, ist vorhanden – das sind auch die Hauptbetroffenen bei Kälte. Ganz einfach, nehmen Sie diese 3 Gerichte als „Modellspeisen“ und bauen Sie im wahrsten Sinne des Wortes danach auf.

In diesem Sinne halten wir gemeinsam durch, vor allem gesund, bis der Frühling kommt!

Ihr Armin Roßmeier



Winterlicher Bratapfel

## Winterlicher Bratapfel

### Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Äpfel
- 4 Zwergorangen
- ½ EL Orangeat
- ½ EL Zitronat
- 1 EL Marzipan
- 1 TL Zimt
- 15 g Butter
- 1 EL Haselnüsse gerieben
- 1 EL Honig
- 250 g Vanillejoghurt
- ½ EL Zimtucker
- 4 Minzkrönchen

Von den Äpfeln oben an der Stielseite einen Deckel abschneiden und mit Kugelausstecher das Apfelfleisch ausschneiden, Kernhaus entfernen. Das Apfelfleisch in heißer Pfanne mit etwas Butter ansautieren, Orangeat und Zitronat zufügen. Alles in eine Schüssel geben und Honig, Haselnüsse, Zimt und Marzipan zugeben, alles gut vermengen.

Die Masse in die Äpfel füllen, gut anhäufeln und in eine Pfanne setzen und bei 150 °C etwa 20 Minuten schmoren lassen. In den letzten 5 Minuten den Deckel mit einem Zahnstocher am Apfelrand mit anstecken und mitgaren.

Den Joghurt glatt rühren, als Spiegel auf einem kleinen Teller angießen, Schmorapfel darauf setzen, Zwergorangen mit ansetzen und mit Minze garnieren, mit Zimtucker bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

Nährwert pro Person Entfällt – Genuss!

## Geschnetzeltes von Forelle mit Vitamingemüse in Dillrahm

### Zutaten (für 4 Personen):

- 680 g Forellenfilets
- 1 gr. Kartoffel
- 1 rote Zwiebel
- 200 g Paprika (gemischt)
- 150 g Salatgurke
- 1 Chilischote
- 100 ml Sahne
- ½ Bund Dill
- 1 Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- Chiliflocken
- Vanillesalz

Die Kartoffel schälen, säubern, und klein würfeln. Zwiebel schälen, in Streifen zerteilen. Paprika halbieren, entkernen, säubern und in Streifen schneiden. Salatgurke säubern, längs halbieren, entkernen, Halbmonde schneiden. Chilischote säubern, Röllchen schneiden. Zitrone halbieren, Saft pressen und den Dill grob zerkleinern.



# „Der gesunde Genießer-Tipp“

...von Fernsehkoch Armin Rosbmeier



**Geschnetzeltes von Forelle mit Vitamingemüse in Dillrahm**

Forellenfilet mit Zitronensaft beträufeln, in 1 cm starke Streifen schneiden, mit Vanillesalz und Chiliflocken würzen, mit Olivenöl beträufeln. Kartoffelwürfel in heißem Olivenöl goldgelb braten und würzen.

Zwiebeln in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, Paprika, Chili und Gurken zugeben, locker mit anschwitzen, mit Sahne angießen, den Dill zufügen. Marinierte Forelle in heißem Olivenöl kurz anschwenken, zum vorbereiteten Gemüse geben, vorsichtig unterheben, nachwürzen. Die Forelle auf Teller anrichten, die gebratenen Kartoffelwürfel darüber streuen, mit Dillsträußchen garnieren. Zubereitungszeit ca. 35 Minuten

Nährwert pro Person  
395 Kcal – 17 g Fett – 35 g Eiweiß – 22 g Kohlenhydrate – 1,5 BE

## Käsesalat auf Apfelcarpaccio

### Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g Halloumikäse
- 4 Äpfel
- 200 g Friséesalat
- ½ TL Chiliflocken
- 120 g Frühlingszwiebeln
- 2 Thymianzweige
- 1 ½ EL Olivenöl
- 5 TL Olivenöl kalt gepresst
- 100 ml Orangensaft
- 3 EL weißer Balsamico
- 100 g Shiitakepilze
- 1 Ciabatta
- 1 ½ EL Mango-Chutney
- Vanillesalz
- Salz
- Pfeffer

Friséesalat sauber waschen, gut abtropfen lassen, etwas klein pflücken. Apfel säubern, Haus ausstechen, in feine Scheiben schneiden und auf flachen Teller auf-

legen. Frisée darüber verteilen und 3 TL Olivenöl mit 2 EL Balsamico, 60 ml Orangensaft, etwas Chiliflocken und Vanillesalz gut verrühren und über die Apfelscheiben-Frisée träufeln.

Shiitakepilze und Frühlingszwiebeln säubern, klein schneiden. Käse in Würfel zerteilen und in heißem Olivenöl anbraten. Pilze und Frühlingszwiebeln zugeben, auf den Biss mitgaren, etwas Thymian dazu rebeln.

Mango-Chutney mit restlichem Orangensaft, Balsamico und Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen, den Käse mit Zutaten in diese Marinade geben und etwa 9 – 10 Minuten einziehen lassen, auf vorbereitetem Teller mittig anrichten, mit Thymian garnieren. Ciabatta kross backen, aufschneiden und mit anlegen.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

Nährwert pro Person  
453 Kcal – 32 g Fett – 16 g Eiweiß – 24 g Kohlenhydrate – 2 BE



**Käsesalat auf Apfelcarpaccio**



# „Der gesunde Genießer-Tipp

...von Fernsehkoch Armin Roßmeier

## Wirsingköpfchen mit Pilz-Hackfleischfüllung

### Zutaten (für 4 Personen):

4	Wirsingblätter (230 g)
500 g	gemischtes Hackfleisch
100 g	gekochter Schinken
1	Ei
30 g	Champignons
30 g	Shiitakepilze
½ EL	Schnittlauchröllchen
400 g	Kartoffeln
1 EL	gehackte Petersilie
150 g	Sellerie
250 ml	Milch
90 g	Schalotten
90 g	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
250 ml	Kalbsfond
1 EL	Olivenöl
	Oregano
	Salz
	Pfeffer
	Muskat

Wirsingblätter in sprudelndem Wasser auf den Biss blanchieren, kalt ablaufen, abtropfen lassen. Strunk großzügig ausschneiden, Shiitakepilze und Champignons mit Küchenkrepp abreiben, klein schneiden und in heißem Olivenöl kurz anschwanken, abkühlen lassen. Schalotten schälen und in Ringe zerteilen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln.

Kartoffeln und Sellerie schälen, in Stücke schneiden und in leichtem Salzwasser kochen, abschütten und etwas ausdampfen lassen. Durch die Kartoffelpresse in die erhitzte Milch pressen und mit dem Kochlöffel glatt rühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen – warm stellen. Schalotten in heißem Olivenöl kurz anbräunen.

Schinken in kleine Würfel schneiden, zusammen mit Hackfleisch, Ei, Zwiebeln, Knoblauch, Schnittlauch, Petersilie, Pilzen und etwas Oregano gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Wirsingblatt in eine Schöpfkelle drücken, mit Hack-

masse füllen, einschlagen und mit der Unterseite in einen Topf einlegen, mit Kalbsfond angeben und im Ofen bei 175 °C 20 Minuten garen lassen. Die Soße abseihen und als Spiegel auf Teller angeben. Wirsingköpfchen in Scheiben schneiden und darauf setzen. Das Kartoffel-Selleriepüree daneben aufdressieren und die Schalotten darüber verteilen.

Zubereitungszeit ca. 55 Minuten

Nährwert pro Person

543 Kcal – 33 g Fett – 32 g Eiweiß – 30 g Kohlenhydrate – 2,5 BE

Fotos und Text: Armin Roßmeier

[www.armin-rossmeier.de](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



Wirsingköpfchen mit Pilz-Hackfleischfüllung



# „Der gesunde Genießer-Tipp ...von Fernsehkoch Armin Roßmeier

Für gesundes Geniessen

## Armin Roßmeiers neues Kochbuch für die gesunde Ernährung



erschienen im  
Hubert Krenn Verlag Wien  
ISBN – 978-3-99005-001-9  
Preis: € 24,90





# „Der Wein-Genießer-Tipp

## Rotwein Winzer von der Ahr pflegen eine Jahrhundert alte Tradition.

Klaus Lenser



*Jean Stodden:  
Spätburgunder  
2007*

Ihre Weine gehören zu den exklusiven Gewächsen unter den europäischen Rotweinen. Das kleine Anbaugebiet mit seinen romantischen Flusslandschaften und zerklüfteten Felsformationen ist schwierig zu bearbeiten, aber gerade die viele Handarbeit ist ein Herausforderung für die Winzer. An den sonnenverwöhnten Steilhängen wird überwiegend Spätburgunder angebaut.

Einer dieser erstklassigen Spätburgunder, ein Cuvée der besten Trauben, wird im Weingut Jean Stodden gekeltert. Der Wein hat eine rauchige Note mit ganz viel roter reifer Frucht die nachhaltig im Abgang heraus ragt. Die Struktur ist klar und angenehm. Die Tannine sind deutlich aber unaufdringlich. Aromen von Trockenpflaume und schwarzer Schokolade verbreiten sich fein im Mund. Ein kräftiger trockenere roter Wein der zu kräftigen würzigen Speisen die ideale Ergänzung ist. In der 17 monatigen Reifezeit, unter anderem in kleinen gebrauchten Barriques, wurde die biologische Säure abgebaut und der Restzucker auf 1.4 g/l reduziert.

Die Tradition der Rotwein Winzer von der Ahr überzeugt Kenner und Genießer.

### Bezugsquelle:

Rotweingut  
Jean Stodden  
Rotweinstr. 7-9  
53506 Rech/Ahr  
Tel: 02643 – 3001  
E-Mail: info@stodden.de  
Preis: € 19,- per Fl.  
Foto: Stodden

## Bordeaux-Empfehlung: Château l'Arrosée

Seit viele Jahren genießen Bordeaux Weine ein hohes Ansehen bei Weinkennern und Weintrinkern, nicht zuletzt wegen der exzellenten Qualität und seiner geschmacklichen Vielfalt.

Der Château l'Arrosée 2006 ist ein eleganter Wein der diesen Anspruch voll erfüllt. Intensive Aromen von schwarzen und frischen roten Früchten mit einem leichten Tannin Abgang und angenehmer Säure. Die Cuvée von Cabernet, Sauvignon und Merlot geben dem Château l'Arrosée 2006 eine purpurrote Farbe, mit einer Geschmacksnote von würzigen Nuancen. Ein Wein der sich sehr gut zu kräftigen Speisen trinken lässt.

**Das Château l'Arrosée liegt im südlichen Saint-Émilion und ist berühmt für seine typisch charakteristisch ausgebauten Weine. Der Château l'Arrosée 2006 ist in jeder gut sortierten Vinothek erhältlich.**

[www.espritartdevivre.fr](http://www.espritartdevivre.fr)

Foto: Château l'Arrosée



*Château l'Arrosée:  
Saint-Émilion  
Grand Cru 2006*



# „Der Wein-Genießer-Tipp

## Verband der deutschen Fruchtwein- und Fruchtschaumwein-Industrie unterstützt DON'T DRINK AND DRIVE Kampagne

Der Verband der deutschen Fruchtwein- und Fruchtschaumwein-Industrie (VdFw) wird sich unter dem Dach der Deutschen Weinakademie (DWA) ab 2010 aktiv an der bundesweiten Verkehrssicherheits-Kampagne „DON'T DRINK AND DRIVE“ beteiligen. Der VdFw vertritt über 150 Betriebe, die jährlich rund 80 Mio. Liter Apfelwein, Fruchtwein, Fruchtschaumwein und fruchtweinhaltige Getränke produzieren. „Wir sehen uns in der Verantwortung, auf die Gefahren von alkoholischen Getränken jeglicher Art im Straßenverkehr aufmerksam zu machen und insbesondere die jungen Autofahrer dafür zu sensibilisieren“, erläutert Verbandsgeschäftsführer Karsten Sennewald. „Der VdFw und seine Mitglieder engagieren sich bereits seit den 70er Jahren für einen verantwortungsvollen Umgang mit alkoholischen Getränken. Die Unterstützung der „DON'T DRINK AND DRIVE“-Kampagne ist eine sinnvolle Erweiterung unserer Aktivitäten.“

Die Initiative „DON'T DRINK AND DRIVE“ besteht seit 1993 und wird von Spitzenverbänden aus den Branchen Bier, Wein, Sekt und Spirituosen getragen: dem Verband der deutschen Sektellereien, der Deutschen Weinakademie, dem Bundesverband der Spirituosen-Industrie und dem Deutschen Brauerbund. Die älteste durchgängige Kampagne dieser Art will insbesondere gefährdete Fahrer zwischen 18 und 25 Jahren ohne erhobenen Zeigefinger über die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf die Fahrtüchtigkeit aufklären. „Wir freuen uns, mit dem Verband der deutschen Fruchtwein- und Frucht-

schaumwein-Industrie einen weiteren wichtigen Wirtschaftspartner gefunden zu haben, der seine gesellschaftspolitische Verantwortung wahrnimmt und mithilft, alkoholbedingte Verkehrsunfälle zu verhindern“, erklärt DWA-Geschäftsführerin Monika Reule.

Wichtiger Bestandteil der Kampagne ist das Internetportal [www.ddad.de](http://www.ddad.de), das seit dem Jahr 2000 zielgruppenrecht sowohl mit Fakten und Wissen als auch mit interaktiven Elementen wie beispielsweise einem Reaktionstest oder einem Fahrsicherheitsquiz von den jungen Erwachsenen sehr gut angenommen wird.

Die Initiative umfasst außerdem Mitmach-Pakete für Gastronomie-Betriebe und Party-Veranstalter und den YouTube-Channel ([www.youtube.com/DDADtube](http://www.youtube.com/DDADtube)).

Event-Einsätze der so genannten Party Patrol in Diskotheken sind das aktive Kernstück von „DON'T DRINK AND DRIVE“: Junge Fahrer werden dabei vor Ort von gleichaltrigen Promotern dafür sensibilisiert, dass Auto fahren und Alkohol nicht zusammenpassen. Mit altersgerechten Aktionen und dem Einsatz eines Promille-Fahrsimulators werden Alkoholwirkungen, wie der Tunnelblick oder die verlangsamte Reaktionsfähigkeit deutlich gemacht. Die Botschaft ist klar: „Wer fährt, bleibt nüchtern und bringt die Freunde sicher nach Hause“.

Mit Unterzeichnung der European Road Safety Charter im vergangenen Jahr hat sich die Wirtschaft gegenüber der Europäischen Union verpflichtet, dieses erfolgreiche Präventionsprogramm weiter zu führen.

### Ihre Ansprechpartner:

Deutsche Weinakademie (DWA)  
Monika Reule  
Tel. 06131/2829-0  
E-Mail: [info@deutscheweinakademie.de](mailto:info@deutscheweinakademie.de)

Verband der deutschen Fruchtwein- und Fruchtschaumwein-Industrie e.V. (VdFw)  
Karsten Sennewald  
Tel. 0228/34 07 29  
E-Mail: [info@fruchtwein.org](mailto:info@fruchtwein.org)

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## [m]eatery

### Hochwertiges Fleisch trifft auf genussvolle Reifung und speziellen Infrarotofen im SIDE Hotel Hamburg

Meat and Eat – So lautet das Motto des neuen Restaurants mit angeschlossener Bar in der Hamburger Innenstadt. Nach einigen Probetagen kombiniert seit dem 28. Oktober offiziell die [m]eatery modernes Steakhouse- Ambiente mit großartigem Essen und zuvorkommendem Service. Auf die Teller kommen nur die zartesten Rücken: aus Argentinien, den USA und Deutschland. Highlights sind neben der hohen Fleischqualität die Reifung der deutschen Rinderrücken in der eigenen gläsernen Reifezelle sowie das Grillen der Steaks im speziellen Infrarotofen. Aber auch die Tatarkarte und Burgerspezialitäten sowie die exklusive Getränkeauswahl gehören zu den kulinarischen Höhepunkten.

#### Das Restaurant

Mit dem neuen Konzept erhält das Restaurant auch ein neues Gesicht: Nach einer Umgestaltung finden 110 Gäste Platz. Bequeme Lederstühle sowie Sitzbänke gehören zur gemütlichen Ausstattung. Auch farblich hat sich viel verändert – das dunkle Holz des Bodens und der Wandverkleidungen wird durch verschiedene pastellgrüne Nuancen der Stühle und Bänke aufgelockert. Optische Blickfänge bilden zwei riesige Wandcollagen aus Leder, die die unterschiedlichen Grün- und Brauntöne des Raumes vereinen. Glamour versprühen die drei handgefertigten Super-Hängeleuchten Atlantis der italienischen Designermarke TERZANI. Zur Attraktion wird die gläserne Reifezelle im Restaurant. Darin reifen vor den Augen der Gäste drei bis vier Wochen lang die kostbaren Husumer Rinderrücken.



#### Das Fleisch

Angeboten werden Steaks aus Argentinien, den USA und Deutschland. Das argentinische Fleisch kommt im klassischen Reifeverfahren, dem wet-aging, in die [m]eatery, d.h. es wird im Vakuum verpackt angeliefert. Sowohl das US-Beef wie auch das Fleisch der Husumer Weiderinder durchlaufen die aufwendigere Methode des dry-aging. Das Fleisch aus den USA wurde dort bereits trocken gereift, das deutsche wird künftig in der eigenen Reifezelle direkt im Restaurant reifen. Nach alter traditioneller Handwerkskunst wird das Fleisch des Husumer Rindes am Knochen in der gläsernen dry-aged box für mindestens 30 Tage bei 95% Luftfeuchtigkeit und 2° Celsius auf den Punkt gereift. Beim Dry-Aging wird das Muskelweiß durch fleischeigene Enzyme zersetzt,



sodass das Fleisch am Ende noch schmackhafter und zarter wird. Dank der dicken, eingetrockneten, äußeren Fettschicht, welche vor der Zubereitung entfernt wird, geht dem Fleisch dabei keine Feuchtigkeit verloren. Gegrillt werden die Steaks anschließend im speziellen Infrarotofen von Southbend. Importiert aus den USA heizt sich der Southbend in kür-

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

zester Zeit auf über 800° Celsius. Durch das „Schockerhitzen“ behält das Fleisch jeden Tropfen Flüssigkeit im Inneren. Der Infrarotofen von Southbend lässt durch die hohe Temperatur das Fett an der Außenseite des Steaks karamellisieren, wodurch eine unglaublich schmackhafte Kruste entsteht.

## Fleisch ist nicht alles ...

Neben Fischsteaks sind vor allem die 18 Tatarvariationen etwas Besonderes. Jeweils acht mit Fleisch und Fisch sowie zwei vegetarische Varianten werden angeboten. Auf Wunsch des Gastes werden sie in vier Geschmacksrichtungen zubereitet: Classic, Mediterran, Orientalisch oder Asiatisch. Auch zahlreiche Burger-spezialitäten bereichern die umfangreiche Karte – BBQ Bacon Burger, Avocado Burger, Tuna Burger oder der Hamburger à cheval. Alle Saucen, Butter und Öle werden selbst hergestellt. Zur Wahl stehen zum Beispiel Chili-, Limonen und Hummer-Öl wie auch Tomaten-, Kräuter- und Curry-Butter.

## Die Bar

Nach einer optischen Überholung strahlt die neue [m]eatery Bar in stylish-frischen Farben. Die neuen Sitzbänke und Barhocker sind mit silbrigem Leder bezogen, runde Sitzhocker in ebenfalls unterschiedlichen Grüntönen sowie pistaziengrüne Samtvorhänge an den Fenstern runden das neue Design ab. Die erlesene Weinkarte spezialisiert sich wie die Auswahl des Fleisches auf die Herkunftsländer Argentinien, USA und Deutschland. Typischerweise gehören in der Steaktradition jedoch nicht edle Tropfen, sondern harte Drinks auf die Karte. Der Fokus der Bar liegt deshalb auf klassisch Cocktails, die durch ausgefallene und besonders hochwertige Zutaten verfeinert werden. Dabei werden ausschließlich frisch gepresste Säfte und qualitativ hochwertige Spirituosen verwendet. Signature Drink und einmalig in Hamburg ist der Mint Julep – Kult-Getränk des mondänen Kentucky Derby, mit viel frischer Minze, Whiskey und gestoßenem Eis.



Hendrik Maas

## Hendrik Maas bringt als Küchenchef frischen Wind in das neue Restaurant

Hendrik Maas (26) wurde als Chefkoch im neuen Steakrestaurant [m]eatery angeheuert. Um den Gästen höchsten Fleischgenuss bieten zu können, flog er im Vorfeld der Restauranteröffnung extra in die USA, um ein Experte im Reifen und Zubereiten hochwertiger Steaks zu werden. So absolvierte er viele Trainingsstunden in der Probeküche des Grillofenherstellers Southbend in North Carolina. Von



[m]eatery

dort ging die Reise weiter nach New York, wo er unter anderem im weltbekannten Steakrestaurant „Wolfgang’s“ von Wolfgang Zwiener zu Gast war. Über die Schulter geschaut hat er auch den erfahrenen Köchen bei Smith & Wollensky, Angelos & Maxis sowie Keens.

## Das Leben vor der [m]eatery

Hendrik Maas begann seine Kochkarriere 2003 in Johann Lafer’s Stromburg. Das Jahr 2004 begann er als Commis Tournant im Sternrestaurant Hotel Gasthof Post im österreichischen Lech am Arlberg. Anschließend wechselte er ins Munkmarscher Fährhaus nach Sylt, wo er bis Mitte 2005 beschäftigt war. Von 2006 bis 2009 leitete Maas Kochkurse in der Kochschule Villa Martha in Ratzeburg. Nebenbei absolvierte er sein Studium an der Hotelfachschule Hamburg mit dem Abschluss zum Staatlich geprüften Betriebswirt.

„Ich freue mich auf die Herausforderung“, sagt Hendrik Maas. „Das Zubereiten und Grillen erfordert sehr viel Fingerspitzengefühl und Erfahrung. Ich hoffe, den Gästen mit den Spezialitäten der [m]eatery mehr Lust auf Fleisch zu machen. Denn nicht nur die Steaks werden super, auch die Vielzahl an Tatarvarianten sind außergewöhnlich und sollten probiert werden.“

Reservierungen werden unter der Telefonnummer +49 40 30999-595 gern entgegengenommen. Auf der neuen Homepage [www.meatery.de](http://www.meatery.de) finden Sie alle Informationen.

## [m]eatery im SIDE Hotel

Drehbahn 49  
20354 Hamburg  
Öffnungszeiten  
Day Menu  
Mo – Fr 12 – 18 Uhr  
Sa, So, feiertags  
langes Frühstück bis 14 Uhr  
Evening Menu  
Mo – Sa 18 – 23 Uhr  
So 18 – 22 Uhr  
[www.meatery.de](http://www.meatery.de)

Fotos: Restaurant [m]eatery

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## TU FELIX AUSTRIA

### WELLNESS IM HERZEN DES SALZBURGER LANDES – IM GASTEINER TAL

#### KOMFORT UND WOHLFÜHLEN IN TRAUMHAFTER BERGWELT

Anne Wantia

Das Gasteiner Tal ist immer erste Adresse für Sommer – und Winterurlaub in Österreich. Die drei Orte, Dorfgastein, Bad Hofgastein und Bad Gastein haben sich ihren Charme und ihre Individualität erhalten. Bad Gastein ist bekannt für seine Häuser im Stil der Belle Epoque und sicher der richtige Ort für den Gast der auf Komfort und vielfältige Kultur- und Unterhaltungsmöglichkeiten nicht verzichten will. Dorfgastein steht für ungezwungenen Urlaubsspaß mit Gemütlichkeit und liebenswertem Brauchtum. Bad Hofgastein bietet abwechslungsreiche Sport- und Freizeitaktivitäten, eine Gastronomie auf hohem Niveau sowie Fitness und Wellness in den Hotels und der neuen Alpen Therme.



Das Grand Park Hotel Bad Hofgastein

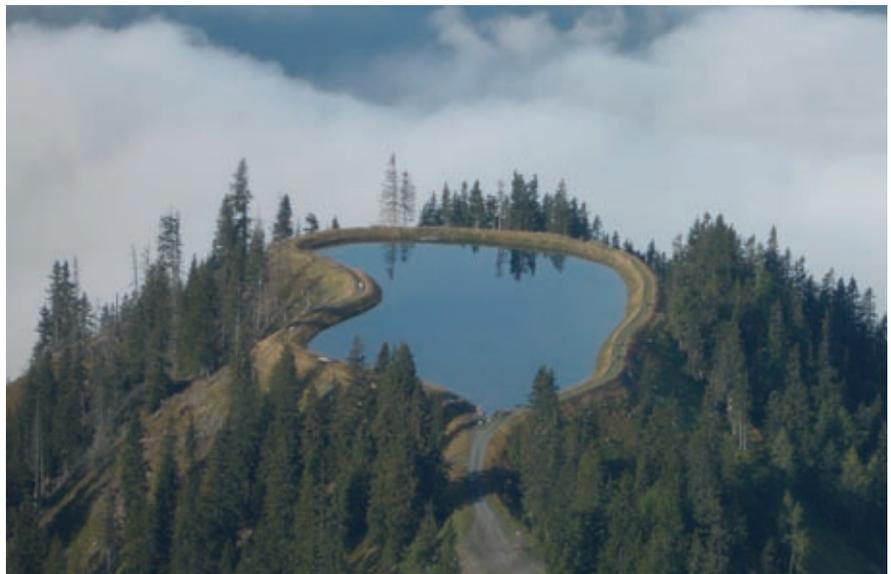
Gesundheit wird seit jeher großgeschrieben und das Kuren hat hier lange Tradition. Heilmittel sind der weltweit einzige Heilstollen, das Thermalwasser und der Quelldunst. Die Heilstollentherapie – eine Kombination aus Radon, Wärme und hoher Luftfeuchtigkeit – bewirkt, dass bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Haut und der Atemwege die körpereigenen

„Selbsteilungskräfte“ aktiviert werden. Die 17 Gasteiner Quellen versorgen täglich mit ca. 5 Millionen Liter frischem Thermalwasser die Kurzentren, Kurhäuser und Kurhotels. Das mit Radon angereicherte und bis zu 46 Grad warme Wasser wirkt vitalisierend und stimulierend auf den Zellstoffwechsel, regt die körpereigene Entzündungshemmung und die Immunstabilisierung an.

Aber auch der normale „Urlauber“ wird hier herzlich aufgenommen und findet ein großes Angebot an Freizeitaktivitäten vor. Neben dem Wandern im Sommer und Skifahren im Winter gibt es hier ausgezeichnete Paragliding- und Drachenflugplätze. Auf über 350km markierten Wanderwegen, von leicht bis hochalpin,

entdeckt man unberührte Hochlandschaften, Gletscherregionen und so ganz nebenbei laden über 40 bewirtschaftete Almhütten zur gemütlichen Rast ein.

Im Sommer gibt es für Kinder von 4-12 Jahren den „Gasti-Club“ in Dorfgastein mit einem abwechslungsreichen Programm. Schatzsuche, Reiten auf Islandpferden, Indianertag oder Wasserspaß im Familiensolarbad, das sind nur einige der vielen Möglichkeiten herrliche, unvergessene Urlaubstage im schönen Gasteiner Tal zu verbringen. Sind die Kinder gut versorgt, können die Eltern unbeschwerte Tage in der Bergwelt genießen. Immer ein Erlebnis die Wanderung auf den Fulseeck, hier finden Sie die positiven und negativen Kraftplätze Dorfgasteins – insgesamt 10.



Klare Bergseen. Natur pur.

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Kärntner Tradition – Brotbacken im alten Steinofen

Bewegung in frischer Bergluft tut gut – aber auch Leute die nicht mehr so fit sind, können sich den Aufstieg erleichtern, in dem sie mit einer der Bergbahnen zu den Aussichtspunkten hochfahren. Täglich gibt es geführte Wanderungen bei denen man viel über Flora und Fauna der Alpen erfährt. Statten Sie der Sennerin Greti auf der Amoseralm einen Besuch ab und schauen ihr beim Brotbacken zu. Das Sauerteigbrot, gewürzt mit Salz, Fenchel, Koriander und Kümmel, wird noch ganz traditionell in einem alten Steinofen auf Fichtenholz gebacken.

Ganz köstlich und besonders lecker mit dem hausgemachten Rohmilchkäse von der Greti. Romantische Pferdekutschfahrten, Mountainbiken, Bogenschießen und der 18 Loch Golfplatz des GC Gastein runden das Freizeitangebot ab.

Im Winter ist das Gasteiner Tal das perfekte Skiparadies. Ob Anfänger oder „Könner“, hier findet jeder Skifahrer seine Abfahrt, über 200km blaue, rote und schwarze Pisten warten in den verschiedenen Gebieten auf die Wintersportler. Fast 100km gespurte Loipen sind für die Anhänger des Ski-Langlaufs präpariert. Besondere Highlights sind die Flutlichtlo-

pe und die Laser-Biathlon-Anlage in Bad Gastein. Pferdeschlittenfahrten, Rodelpartien, Schneeschuhwandern oder Winterwandertouren sind nur einige der Alternativen die dem „Nicht-Skifahrer“ zur Verfügung stehen.

Nach all den vielen sportlichen Aktivitäten darf das Entspannen und Verwöhnen nicht zu kurz kommen. Die modernen Thermen des Gasteiner Tales sind großzügig gestaltet- natürlich immer mit Blick auf die herrliche Bergwelt. Alle Angebote der beiden Thermen hier aufzuzählen würde den Platz sprengen, überzeugen Sie sich selbst bei einem Besuch in der Felsen-therme in Bad Gastein oder der Alpen Therme in Hofgastein.

Nicht nur in den Thermen, auch in vielen Hotels gibt es ein umfangreiches Wellness-Angebot für den Erholungssuchenden. Speziell hier im Salzburger Land haben sich im Jahr 2008 elf führende Wellness-Hotels zusammengeschlossen und präsentieren sich unter dem Gütesiegel



Wasserfall mitten in Bad Gastein

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Individuell und elegant – die Zimmer im Grand Park Hotel

„Alpine Wellness“. In diesen Häusern konzentriert man sich ganz auf die Heilkräfte der Natur. Die feinen Zutaten – sowohl für den Suppentopf als auch das Massageöl – kommen aus den Bergen. Das Konzept fußt auf den vier Säulen „Alpiner Charakter“ (idyllische Lage, abseits von Lärm), „Alpines Verwöhnen“ (Verwendung heimi-

scher Produkte für Küche und Kosmetik), „Alpine Fitness“ (betreute Aktivitäten und Bewegungskurse) und „Alpine Gesundheit“ (ärztliche Betreuung mit individuell abgestimmten medizinisch-therapeutischen Maßnahmen). Verpflichtend für alle Häuser ist die Säule des Alpineren Charakters. Die anderen drei können optional ge-

wählt werden. Im Gasteiner Tal gehören das Hotel Grüner Baum in Gastein und das Grand Park Hotel in Bad Hofgastein dazu.

Näher vorstellen möchten wir Ihnen das einzige 5-Sterne-Hotel im Gasteiner Tal, das Grand Park Hotel in Hofgastein. Das Haus ist geschmackvoll, elegant und kom-



Stilvolles Ambiente im Gourmet-Restaurant des Grand Park Hotel

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

fortabel eingerichtet. 89 großzügige Zimmer und Suiten mit geräumigen Bädern bieten dem Gast ein herrliches Ambiente.

Das exquisite Restaurant mit großer Terrasse, eine Bar und eine Vinothek mit sehr guter Weinauswahl werden höchsten Ansprüchen gerecht.

Küchenmeister Franz Huick kocht kulinarische Köstlichkeiten mit viel Liebe zum Detail und jahreszeitlich abgestimmt, mit frischen Produkten aus der Region. Bei einem Galadiner konnten wir uns von seiner Leistung überzeugen. Der warm geräucherte Hirschkalbsrücken mit Steinfrüchtetartar, das Alpenlachsfilet und auch die Rinderlende mit Steinpilzcreme

waren ein Erlebnis für Gaumen und Auge.

Der Gault Millau belohnte seine Küchenleistung mit einer Platzierung unter den Top Ten der besten Küchen in österreichischen Wellness-Hotels.

Der 2000 Quadratmeter große SPA im Grand Park Hotel lässt Wellness begeisterte Herzen höher schlagen. Dezentere Farben, hochwertige Materialien und die runden Formen wirken harmonisch und beruhigend. Thermalhallenbad, Whirlpools, Dampfbäder, verschiedene Saunen, Solegrotte, Wasserfall- und Tropenregendusche sowie ein Iglu gehören zum Wellness-Angebot. Ruheräume mit viel Tageslicht laden zum Regenerieren ein. In 18 Be-

handlungsräumen werden hochwertige Beauty-Behandlungen und Massagen durchgeführt. An den verschiedenen Entspannungsprogrammen und der Aquafitness nehmen die Gäste gerne teil. Der Fitnessraum lockt mit High-Tech-Geräten. Auch der anspruchsvollste Gast findet hier sein ganz persönliches „Wohlfühl-Programm“.

Hoffentlich haben wir Sie nun ganz neugierig auf das Gasteiner Tal gemacht, denn es gibt noch weit mehr zu entdecken als wir hier berichten.

Also dann  
Servus



#### Gasteinertal Tourismus

Tel. +43 6432 3393 0  
Fax +43 6432 3393 120  
e-Mail: [info@gastein.com](mailto:info@gastein.com)  
[www.gastein.com](http://www.gastein.com)  
[www.salzburgerland.com](http://www.salzburgerland.com)

#### Grand Park Hotel

Kurgartenstr. 26  
A-5630 Bad Hofgastein  
Tel. +43 6432-6356  
[www.grandparkhotel.at](http://www.grandparkhotel.at)

Fotos Anne Wantia  
Grand Park Hotel



Wellness und Genuss müssen sich nicht ausschließen,  
geräucherter Hirschkalbsrücken, lecker...



Ein Meister seines Fachs, Frank Huick, Küchenchef im Grand Park



Der großzügige Pool im Wellness-Bereich

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## TU FELIX AUSTRIA

### GENUSSLAND KÄRNTEN

#### WEINANBAUGEBIETE RUND UM KLAGENFURT

Anne Wantia

Selbst der Österreicher schaut etwas ungläubig drein, wenn man von Wein aus Kärnten berichtet. In Deutschland haben wir auch noch keinen gefunden und so machen wir uns also auf nach Kärnten um Ihnen, liebe Leser von Gour-med, den Wein und natürlich auch Restaurants, in denen Kärntner Wein angeboten wird, vorzustellen.

Kärntens Weinkultur hat eine mehr als tausendjährige Geschichte. Erste urkundliche Erwähnungen stammen aus dem Jahr 888. Leider ist der Weinanbau durch verschiedene Umstände, u.a. klimatische Veränderungen, in den letzten 150 Jahren ganz in den Hintergrund getreten. Seit mehr als 20 Jahren laufen allerdings Bestrebungen die alte Weinbautradition wieder aufleben zu lassen – zumal Kärnten Österreichs südlichstes Bundesland ist mit fast mediterranem Klima und somit beste Voraussetzungen für den Weinanbau hat. Viele Reben werden neu angepflanzt und man sieht an vielen Hängen das Entstehen bzw. das Erweitern von Weingärten.



Weinbautradition auf neuen Wegen

Ausgangspunkt unserer Weinerlebnisreise ist der Ort Wolfsberg im Lavanttal. Die Fruchtbarkeit des Tales ist bekannt durch die vielen verschiedenen Apfelsorten die hier heranreifen und durch das Nationalgetränk der Kärntner, den „Most“, ein alkoholisches Apfelgetränk. Bei dem milden Klima hier bot es sich an, den Weinbau wieder aufleben zu lassen. Den Winzern ist es erfolgreich gelungen u.a. Grau- und Weißburgunder, Chardonnay, Traminer, Zweigelt und Blauen Burgunder zu rekultivieren. Der Rheinriesling der Familie Gartner den wir im Weingarten unterhalb von Schloss Thürn probieren ist spritzig, frisch und mit Aromen von grünen Früchten. Diese 1. Weinverkostung macht neugierig auf die anderen Rebsorten und die daraus hergestellten Weine.

In Klagenfurt, oberhalb des Wörthersees, liegt die Seewiese auf der seit 1972 Wein angebaut wird. 2003 hat die Weinbaukooperative StadtWinzer den Weingarten übernommen und 2600 neue Rebstocke angepflanzt.

6 Winzer bewirtschaften die Fläche, wobei jeder von ihnen seinen eigenen Wein herstellt. Leider ist der Ertrag nicht sehr groß. Ein Nebenerwerb und ein tolles Hobby, das mit viel Leidenschaft ausgeübt wird. Der hier probierte Blaue Zweigelt hat eine tolle rubinrote Farbe und schmeckt nach Beerenfrüchten und Kirschen.

Der größte Kärntner Weingarten gehört Sam Kegley, ein gebürtiger Texaner, der seit 1995 hier Wein anbaut, mittlerweile in Kooperation mit dem Chirurgen Dr. Georg Lexer und dessen Sohn. Inmitten seiner Weingärten in Stegendorf entsteht ein Neubau, in dem dann von der Ernte bis



Qualität hat Vorrang



Sam Kegley

zur Verkostung der gesamte Produktionsablauf stattfinden wird. Besonders gefallen hat uns der Sauvignon blanc Leiten 2008, trocken.

Im Hauben-Restaurant „Bachler“ in Althofen, bekannt für seine hervorragenden

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Weine aus der Kooperative von Kegley/Lexer

de regionale Küche, wird ein Menu mit regionalen Spezialitäten wie Schaffrischkäse als Vorspeise und frischem Bachsaibling zum Hauptgang mit den passenden Weinen aus Mittelkärnten serviert. Eine Rarität – den ersten Kärntner Eiswein 2003 – dür-



Frischer geht's nicht, Bachsaibling im Bachler

fen wir zum Dessert verkosten. Im uralten Weinkeller erfahren wir von Ingrid Bachler viel Neues vom Wein aus Kärnten. Die von ihr veranstalteten Weinseminare sind immer schnell ausgebucht. Kein Wunder bei soviel Fachwissen.

Der „Alte Schacht“, ein weiteres Hauben-Restaurant in St. Stefan im Lavanttal, verwöhnt die Gäste mit einem 5-Gang-Menu und den dazu passenden Weinen von verschiedenen Winzern aus dem Tal. Leider ist es nicht möglich alle Weinsorten zu kaufen, da z.Zt. noch keine großen

Mengen vorhanden sind bzw. alle Weine schnell ausverkauft sind.

Ein Besuch im Lavanttal lohnt sich zu jeder Jahreszeit und nicht nur für den Weinliebhaber. Wolfsberg – die Bezirkshauptstadt – ist historisch gewachsen und die Altstadt liegt zu beiden Seiten des Lavant-Flusses. Schloss Wolfsberg aus dem Jahre 1242 wurde im 19.Jhdt. in den Tudorstil umgebaut und befindet sich bis heute noch im Besitz der gräflichen Familie Henckel von Donnersmarck, Schloss Bayerhofen mit einem sehr schönen Arkadenhof, die St. Anna Kapelle mit spätgotischem Flügelaltar oder der Hohe Platz mit der Mariensäule, das sind nur ein paar Tipps um diese alte Stadt kennen zu lernen.

Eine besondere Attraktion im Lavanttal ist das Benediktinerstift St. Paul mit einer

Koralpe, Klippitztörl, Weinebene und Heibalm ein Schneeparadies mit 90 Pistenkilometern. Aber auch Langläufer und Spaziergänger sind hier bestens aufgehoben.

Unser Tipp zum Übernachten ist das sehr liebevoll eingerichtete „Hotel Landrichter“ in Wolfsberg.



Jedes Zimmer ist anders im Landrichter

Hier werden Sie sich wohlfühlen. Die 14 Zimmer sind unterschiedlich ausgestattet, Dampfdusche oder eigene Sauna, Infrarotkabine oder doch lieber Whirlpool, da tut man sich schon bei der Buchung schwer sich zwischen soviel Luxus zu entscheiden.

Also dann bis bald in Kärnten  
Servus

#### Info:

[www.kaernten.at](http://www.kaernten.at)  
[www.weinauskaernten.at](http://www.weinauskaernten.at)  
[www.wolfsberg.at](http://www.wolfsberg.at)

#### Restaurant Bachler

Silbergger Str.1  
A 9330Althofen  
Tel +43 4262 3835  
[www.bachler.co.at](http://www.bachler.co.at)

#### Restaurant Alter Schacht

St. Stefan im Lavanttal  
[www.alterschacht.at](http://www.alterschacht.at)

#### Hotel zum Landrichter

Getreidemarkt 6  
A 9400Wolfsberg  
Tel +43 52 37556  
Fax +43 52 37556-60  
[www.zumlandrichter.at](http://www.zumlandrichter.at)

Fotos: Anne Wantia

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## MALTA

### HISTORISCHES KLEINOD IM MITTELMEER

Kulturelle und kulinarische Höhepunkte und ganz „nebenbei“ Englisch lernen

Anne Wantia

Malta – ca. 100km südlich von Sizilien gelegen – ist von Deutschland aus in gut 3 Flugstunden zu erreichen, also durchaus mal ein Ziel für ein verlängertes Wochenende. Die Insel ist überschaubar – bei einer Länge von ca. 46 km und einer Breite von ca. 14km – und mit einem gut funktionierenden öffentlichen Verkehrsnetz erreicht man alle Sehenswürdigkeiten.



Blaue Lagune

Mit den kleinen Schwesterinseln Gozo und Comino bietet Malta eine Vielzahl an kulinarischen und Urlaubs-Aktivitäten. Selbst in unseren kalten Wintermonaten fallen die Temperaturen kaum mal unter 10°, die Wassertemperatur selten unter 14°, sodass man in Malta auch gut überwintern kann. Historisch interessierte Reisende blicken auf über 7000 Jahre Geschichte zurück. Malta war bis 1964 britische Kolonie, die englische Sprache ist 2. Amtssprache und somit die Verständigung meist ohne Probleme möglich. Die maltesische Sprache – 1. Amtssprache – hat starke arabische Einflüsse, die Schriftsprache ist ein Mix aus Türkisch, Polnisch, Italienisch und Englisch und ausgesprochen wird alles meist anders als geschrie-



Englisch-Unterricht in kleinen Gruppen

ben. Aber mit Englisch kommt man gut weiter und wenn nicht, empfiehlt es sich vormittags eine der 50 maltesischen Sprachschulen aufzusuchen um Ihre Kenntnisse dort zu verbessern und zu erweitern. Die qualitativ hochwertigen Kurse – Einzelunterricht oder in kleinen Gruppen – werden von sehr gut ausgebildeten Lehrern durchgeführt.

Vom Standard-Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene, über Business-Englisch bis hin zum Diplom-Kurs ist alles buchbar. Während der Schulferien werden Kurse für 13- bis 18-Jährige angeboten. Verschiedene Unterbringungsmöglichkeiten können durch die Schule vermittelt werden, desweiteren gibt es auch kulturelle und sportliche Aktivitäten bei denen man die Sprachkenntnisse vertiefen kann. Da die Kurse sehr variabel gestaltet werden können bleibt genügend Zeit die Insel zu entdecken. Arbeit und Vergnügen miteinander zu verbinden und das alles noch zu relativ günstigen Preisen.

Auf Malta haben viele Kulturen ihre Spuren hinterlassen, Phönizier, Römer, Normannen, Franzosen, die Johanniter-

Ritter und die Briten, um nur einige aufzuzählen. Die Geschichte der Insel ist allgegenwärtig, historische Sehenswürdigkeiten führen in eine Reise der Vergangenheit. Die mysteriösen Megalithtempel aus der Steinzeit, Ggantija auf Gozo, wird auf ca. 5000 Jahre v. Chr. datiert. Oder Hagar Qim auf Malta: Unvorstellbar wie diese riesigen Steine und Felsen ohne jegliche Hilfsmittel aufgestellt wurden. Ein Spaziergang durch Mdina, der antiken Hauptstadt Maltas, zeigt ein Labyrinth von Straßen, gesäumt von Palästen und Kirchen, sehenswert die Kathedrale mit Barockfassade. Heute wohnen nur noch 400 Menschen hier und genießen die ruhige Atmosphäre der autofreien Stadt.

Die Hauptstadt Valetta entstand 1566 auf dem Reißbrett und wurde nach ihrem Gründer, dem Großmeister la Valette benannt, der die Stadt erfolgreich vor den osmanischen Invasoren verteidigte. Lassen Sie sich einfach treiben bei einem Besuch der Stadt und schauen Sie auf verzierte Fassaden, hübsche Balkone und romantische Innenhöfe. Hinter der schlich-



Tempelanlage Hagar Qim

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Junge Frau in Maltesischer Tracht

ten Fassade der St. John's Co-Kathedrale findet der Besucher prächtig bemalte Gewölbe, mit Gold verzierte Säulen, das Bodenpflaster besteht aus Grabsteinen der Großmeister und ein weiterer Höhepunkt sind die von Caravaggio auf Malta geschaffenen Gemälde „Die Enthauptung Johannes des Täufers“ und „Der heilige Hyronymus“.

Nur ein paar Schritte entfernt finden Sie den Grand Masters Palace und die Waffenkammer. Der Palast der Johanniter-Ritter ist heute Sitz des maltesischen Parlaments und in der Waffenkammer werden mittelalterliche Rüstungen und Waffen der Johanniter präsentiert.



Altstadtgasse in Vittoriosa

Einen atemberaubenden Ausblick auf den Hafen Valettas und auf die gegenüberliegenden „Three Cities“ hat man von den Upper Barakka Gardens. Als „Three Cities“ werden die kleinen Städte Cospicua, Senglea und Vittoriosa bezeichnet, bis zur Erbauung Valettas wohnten hier die Johanniter.



Valetta: Waterfront

Eine Bootsfahrt mit einer Dghasja, einem typisch maltesischen Boot, durch die Häfen der Three Cities, ist ein einmaliges Erlebnis und bietet wunderschöne Ausblicke auf die Festungsmauern und die z.T. schon restaurierten Gebäude, wie z.B. im alten Hafen von Valetta. Hier an der Valetta Waterfront, in den Lagerhäusern der ehemaligen Pinto-Werft, ist ein Vergnügungsviertel mit kleinen, netten Restaurants und Geschäften – aber natürlich auch Bars und Diskotheken entstanden.

Die hübschen und sehr bunten Fischerboote, die „Luzzus“ dümpeln im Hafen des kleinen Fischerdörfchens Marsaxlokk an der Süd-Ost-Küste Maltas. Um frischen Fisch zu genießen sind Sie hier am richtigen Ort. Am Sonntagmorgen kann der frischgefangene Fisch direkt auf dem Markt, der entlang der Uferpromenade stattfindet, gekauft werden.

Die Schwesterinsel Gozo erreichen Sie mit einer Fähre vom Nordzipfel Maltas, von Cirkewwa aus in etwa 30 min. Grüne Hügel, rote Sandstrände, türkisblaues Wasser, salzverkrustete Plateaus, fruchtbare Täler, alles ganz anders als auf Malta. Hier ist es ruhiger, beschaulicher – eine ganz besondere Atmosphäre erwartet den Besucher. Die alten Traditionen werden hier gepflegt, Klöppelarbeiten, handgestrickte Pullover und mundgeblasenes Glas sind beliebte Mitbringsel. Die Gozitaner haben sich der Architektur verschrieben, alles fing hier vor 7000 Jahren mit der Erbauung des Megalithtempels von Ggantija an und hat sich über Jahrtausende fortgesetzt. Eine der größten Kuppeln der Welt besitzt die Kirche von Xewkija, sehenswert auch die Basilika von Tà Pinu, die Kirche in Xaghra, die St. Georgs Basilika und die Zitadelle von Victoria, der Hauptstadt Gozos. Erstaunt ist der Besucher sicher über die 2 Opernhäuser in der



Idyllischer Strand auf Gozo

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Hauptstadt. Viele Malteser kommen auf die Insel um das kulturelle Angebot wahrzunehmen, aber auch um Urlaub zu machen. Der bekannte Sandstrand Ramla l-Hamra liegt direkt unterhalb der Grotte der Nymphe Calypso, die Odysseus angeblich sieben Jahre als „Liebesgefangenen“ auf der Insel hielt.

Am Rand der Steilküste von Dwejra ist das Blaue Fenster (Azure Window) zu bestaunen, gigantische Felsblöcke haben ein riesiges Fenster geformt. Gegenüber erhebt sich der Fungus Rock, auf dem ein ganz besonderer Pilz wuchs, der aufgrund seiner heilenden Eigenschaften von den Rittern sehr geschätzt wurde. Die kleinste Insel – Comino – besitzt das klarste Wasser im Mittelmeer und ist nicht nur bei Tauchern sehr beliebt. Die berühmte Blaue Lagune ist eines der herausragenden Naturerlebnisse auf den Maltesischen Inseln.

Für Freunde des Wassersports ein ideales Fleckchen. Das kleine Hotel auf Comino, fernab von Autos und Lärm, ist ein besonderes Refugium für den Gast der in Ruhe und Abgeschiedenheit Urlaub verbringen will.

Obst, Gemüse, Wein und natürlich den frischesten Fisch bekommt man auf der Insel Gozo. Viele landwirtschaftliche Betriebe haben sich mit zunehmendem Tourismus ein zweites Standbein aufgebaut, in dem sie Übernachtungsmöglichkeiten anbieten. Auf Ta' Mena, einer typisch gozitanischen Farm, kann man nicht nur wohnen. Ein umfangreiches Angebot aus eigener Herstellung wie z.B. Olivenöl, die berühmte Tomatenpaste, eingelegte Gemüse, Säfte, Dessertwein, Honig, Marmeladen, Rot- und Weißweine, um nur einige der Produkte aufzuzählen, die im kleinen Laden direkt ab Farm verkauft werden.



**Malteser verstehen zu genießen, köstlicher Vorspeiseteller mit frischen Produkten**

Weinanbau auf Malta hat eine lange Tradition, das warme und trockene Wetter sowie die Lehmböden sind hervorragende Voraussetzungen um wohlschmeckende Weine zu erzeugen. Neben den international bekannten Trauben werden auf den Maltesischen Inseln Weine aus den einheimischen Sorten Ghirghentina (Weißwein) und Gellewza (Rotwein) gekeltert. Ca. 15 Kellereien produzieren und verkaufen ihre Weine. Auf den größeren Gütern, wie z.B. „Montekristo Estate“ in Hal Farrug werden Führungen und Weinproben veranstaltet.

Da die Maltesischen Inseln im Laufe der Jahrhunderte dem Einfluss vieler unterschiedlicher Nationen ausgesetzt waren, spiegelt sich das in der Küche besonders wieder. Araber, Afrikaner, Sizilianer, Türken und natürlich die Briten haben eine kulinarische Vielfalt hinterlassen. Viele Gerichte haben einen orientalisches-mediterranen Charakter. Gemüse und frischer Fisch sind die wichtigsten Zutaten der maltesischen Küche. Häufig findet man „Lampuka“, eine Goldmakrele, auf der Speisekarte, neben dem Nationalgericht der Malteser, „fenek“ – geschmortes Kaninchen.

Das köstliche Rezept für die Zubereitung finden Sie am Ende des Berichtes. Typisch ist auch die Verwendung von Karpfen, die man an vielen alten Mauern findet und die im Frühjahr geerntet werden. Beliebt und wirklich sehr lecker ist Bigilla, eine Paste aus gekochten Bohnen, Knoblauch, Petersilie, Salz und Pfeffer, die fast immer als Vorspeise gereicht wird und die man auf Galettis (kleine runde Cracker aus Weizenmehl) streicht. Besonders stolz –



**Das Blaue Fenster**

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Nationalgericht „fenek“, Kaninchen in Rotwein

und das zu Recht – können die Malteser auf ihr köstliches Brot sein. „hobza“, ein Landbrot aus Sauerteig – innen ganz luftig und außen eine wunderbare Kruste – war unser Favorit.

Unbedingt probieren sollten Sie auch „Pastizzi“, kleine Teigtaschen gefüllt mit Ricotta oder Erbsenmus. Ein riesiges Angebot an Süßspeisen und Gebäck machen Malta zum Paradies für Süßschnäbel.



„hobza“, das leckere Landbrot

Je nach Jahreszeit wechselt hier das Sortiment, da einige Süßwaren nur zu bestimmten Zeiten verkauft werden, z.B. der mit Gewürzen gefüllte „Novemberknochen“ oder „Kwarezimal“, die Fastenzeitplätzchen. Alle Köstlichkeiten aufzuzählen würde hier den Rahmen sprengen. Probieren Sie Malta einfach selber mal aus.

Also dann  
Sahha (Auf Wiedersehen) in Malta



Typisch Malta – Kiosk für Süßes

## Fenek (geschmortes Kaninchen) in Rotweinsauce nach Art von Manuel Attard, Restaurant Ta Cassia in Salina

### Zutaten:

Kaninchen  
Olivenöl  
Knoblauch  
Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt, Curry  
1 Tasse Rotwein

### Zubereitung:

Kaninchen in 8 Stücke schneiden, Öl in der Pfanne erhitzen, die Kaninchenstücke von einer Seite scharf anbraten, nach dem Wenden die Gewürze zugeben, mit Rotwein ablöschen und ungefähr 20 min. simmern lassen. Als Beilage Bratkartoffeln und Gemüse oder einen frischen Salat.

### Infos:

Fremdenverkehrsamt Malta  
Schillerstr. 30-40  
60313 Frankfurt  
E-Mail: [info@urlaubmalta.com](mailto:info@urlaubmalta.com)  
[www.urlaubmalta.com](http://www.urlaubmalta.com)

### Restaurants:

Del Borgo Wine Bar und Restaurant  
in Vittoriosa  
[www.delborgomalta.com](http://www.delborgomalta.com)

Restaurant I Fratelli,  
Vault 20  
Valetta Waterfront

Restaurant ta'Cassia in Salina  
[www.tacassia.com](http://www.tacassia.com)

### Flugverbindungen:

[www.airmalta.com](http://www.airmalta.com)

### Agroturismo auf Gozo:

Ta'Mena Estate, Xaghra  
e-Mail: [info@tamena-gozo.com](mailto:info@tamena-gozo.com)

### Sprachschule:

English Language Academy Sliema  
[www.elamalta.com](http://www.elamalta.com)

### Übernachtungsmöglichkeiten:

Hotel Phoenicia  
The Mall  
Floriana  
[www.phoeniciamalta.com](http://www.phoeniciamalta.com)

Fotos: Anne Wantia

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## GRENADA

### FÜR VERWÖHNTE UND GENIESSER EXOTISCHER KULINARIK

Gesine Unverzagt (Text und Fotos)

Grenada gehört zu den Winward Inseln der Kleinen Antillen und liegt vor der Küste Venezuelas. Das Eiland besteht aus grünen, steil emporragenden Vulkanbergen, die sich aus dem Karibischen Meer emporheben. Das Hinterland lockt mit dichter Tropenvegetation, natürlichen Quellen, Kraterseen und tosenden Wasserfällen. Die Küste besteht aus Sandstränden und Mangrovenwäldern, an den Hängen kleben karibisch bunte Häuser. Wie bei vielen Karibikinseln wechselte die Herrschaft ständig zwischen Großbritannien und Frankreich, bis Grenada endgültig den Briten zugesprochen wurde. Das französische Erbe lebt jedoch in den Namen der Plätze und Ortschaften fort. Neben dem Tourismus ist die Landwirtschaft

der wichtigste Wirtschaftszweig. Außer den Gewürzen, werden hauptsächlich Zuckerrohr, Kakao und Bananen angebaut. Berühmt ist die Insel für die Muskatnuss.

Die lokale Küche ist kreolisch, eine Mischung aus indianischen, afrikanischen und indischen Einflüssen mit viel Fleisch, Fisch und Kokosnussmilch. Eines der beliebtesten Restaurants der Insel ist das Aquarium an der Magazine Beach, Point Salines. Genau so beliebt wie das Restaurant ist die Strandbar La Sirena, gleich nebenan, Treffpunkt der Insulaner an Sonntagen am weißen Strand unter Palmen.

Eigentümer des Restaurants, der Bar und des oberhalb gelegenen Traumhotels Maca Bana mit großartigem Blick über die Bucht sind Uli Kühn und seine englische Frau Rebecca Thompson. Im Inland der Insel haben Uli und Rebecca ein Stück Land gekauft, wo sie die Produkte für das Restaurant biologisch anbauen. Seit 1992 ist auch Larry Francis dabei, heute Chefkoch im Aquarium. Gelernt hat er seine Kochkünste bei Uli. Als Farmersohn brachte er sein Wissen von lokalem Gemüse, Gewürzen und Kräutern ein. Heute ist er einer der kreativsten Köche der Insel.



Lorry Francis mit der Tiefseepalme

#### Tiefseepalme mit Ananascurrysauce

(so genannt wegen der Dekoration)

##### Zutaten (für 2 Personen):

- 10 geschälte Jumboshrimps
- 2 Eier, geschlagen
- ½ Tasse frisch geraspelte Kokosnuss
- 5 Esslöffel Mehl
- ½ Tasse Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Bedarf

##### Ananas-Currysauce

- 4 Esslöffel Mayonaise
- 1 Teelöffel Currypulver
- ¼ Tasse Milch
- 2 Scheiben Ananas klein geschnitten
- Salz und Pfeffer nach Bedarf

alle Zutaten vermischen, in 2 kleinen Schalen kalt stellen

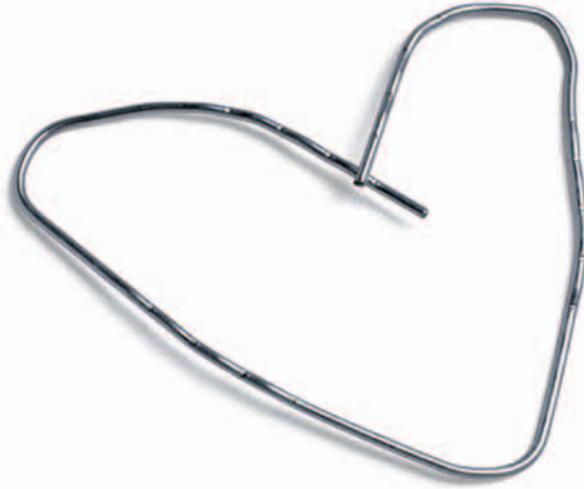
##### Zubereitung der Shrimps

die Shrimps ins Mehl tauchen, danach in die Eiemischung, zuletzt die Kokosraspeln in der Pfanne anbraten bis die Shrimps goldbraun werden abtropfen lassen und mit der gekühlten Sauce servieren garnieren mit Salat oder Gemüse

[www.macabana.com](http://www.macabana.com)

[www.aquarium-grenada.com](http://www.aquarium-grenada.com)





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



**SPENDE  
BLUT  
BEIM ROTEN KREUZ**

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Berlin kulinarisch

#### Ostern in Berlin – Hotel Adlon bietet attraktives Feiertags-Arrangement

Feiertage bieten sich für eine Reise in die pulsierende Hauptstadt geradezu an. Die ersten frühlinghaften Sonnenstrahlen lassen sich bei einem stimmungsvollen Osterspaziergang auf dem Boulevard Unter den Linden oder bei einem Eiskaffee auf der Adlon-Terrasse mit Blick auf das Brandenburger Tor besonders genießen. Das Hotel Adlon Kempinski bietet Berlin-Besuchern ein exklusives Feiertags-Arrangement.

Der Samstagmorgen wird eingeläutet mit einem Frühstücksbüfett für Feinschmecker im Restaurant Quarré. Frisch gestärkt wartet nun die Stadt auf Erkundung. Für Modeliebhaber bietet Berlin eine unendliche Auswahl an Boutiquen und Kaufhäusern. Nicht nur das nahegelegene Quartier 206 oder das berühmte KaDeWe laden zum einkaufen ein, auch beim Streifzug durch Mitte oder Prenzlauer Berg bieten kreative Shops und kleine Cafés Zerstreung für einen wunderbaren Oster-Bummel durch Berlin. Einen entspannten Abend können die Gäste im Restaurant Quarré mit Blick auf das Brandenburger Tor, in dem mit einem Michelin Stern ausgezeichneten Gourmet Restaurant Lorenz Adlon oder in der einladenden Lobby Bar verbringen.

Am Ostersonntag bereitet die Küchenbrigade des Adlon einen unvergesslichen Osterbrunch mit ausgewählten Köstlichkeiten zu. Nicht nur der Patissier hat sich für diesen Tag ganz außergewöhnliche Kreationen einfallen lassen. Der Feiertag kann dann für einen ausgiebigen Spazier-



gang, eine schöne Bootsfahrt auf der Spree oder zur Erholung im Adlon Pool- und Fitnessbereich mit verschiedenen Saunen genutzt werden.

Das Feiertags-Arrangement mit zwei Übernachtungen im luxuriösen Doppelzimmer, den genannten Inhalten sowie einer österlichen Überraschung, kostet für zwei Personen 660 Euro, für eine Person 560 Euro. Es ist gültig vom 02. bis 04. April oder vom 03. bis 05. April 2010. Verlängerungsnächte und Suitenkategorien sind gegen Aufpreis buchbar.

Reservierungen werden unter der Telefonnummer **+49 30 2261 1111** oder per E-Mail an **reservation.adlon@kempinski.com** entgegengenommen.

#### Hotel Adlon

Unter den Linden 77  
10117 Berlin Germany  
Tel. +49 30 2261 1703  
Fax +49 30 2261 1061  
www.kempinski.com

Foto: Hotel Adlon Kempinski



FOTO: TRAVEL CHARME HOTELS

#### Gourmet-Quickie in Potsdam

Ab sofort offeriert das Restaurant Fiore im Hotel „Travel Charme Am Jägertor“ den „Gourmet-Quickie“. Küchenchef Steffen Schwarz, im aktuellen Gault Millau mit 14 Punkten ausgezeichnet, bietet seinen Gästen einen Business-Lunch mit täglich wechselndem Mittagsmenu für nur 13 Euro an. Dafür bekommt man einen frisch gepressten Vitaminsaft, ein belebendes Mittagsgeschicht sowie zum Abschluss einen Espresso. In nur 30 min. erhält der Gast Spitzengastronomie für zwischen 12 bis 14 Euro, was aber nicht heißt, dass hier Fastfood serviert wird. Ganz im Gegenteil, die Speisen wie z.B. sautierte Streifen vom Linumer Kalb mit Gurken-Dill-Sauce und Reis, sind leicht und bekömmlich, machen nicht müde und man kann erfrischt in die zweite Runde des Arbeitstages starten. Ein weiterer Anreiz das Fiore mittags zu besuchen ist das Sammeln von Gourmet-Quickie-Punkten, wer 30 Punkte auf der „Gourmet-Dinner-Card“ gesammelt hat bekommt ein Vier-Gänge-Abend-Menu für 2 Personen geschenkt. Geöffnet ist Montag bis Freitag von 12 bis 14 Uhr, das Wochenmenue kann unter <http://bit.ly/cae4Yp> abgerufen werden.

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Berlin kulinarisch

#### Kochen wie in den Zwanzigern im Restaurant „HEINRICH“

**Küche und Swing der „Golden Twenties“ begeistern die Gäste. Florentine Joop und Heinrich Beckmann bieten ihren Gästen im Restaurant HEINRICH Speisen und Getränke nach den Rezepten der „Guten alten Zeit“**

Berlin ist um ein kulinarisches Highlight reicher! Das kürzlich eröffnete Restaurant HEINRICH begeistert mit neu interpretierten deutschen und Berliner Küchen-Klassikern der 20er Jahre. Von der Künstlerin Florentine Joop stammt das Konzept für die beeindruckende Innenausstattung im Stil des „Art Deco“. Ein Deckenleuchter in rot, die Wände in einem wunderbaren Blau, sowie eine faszinierende Illuminierung schmücken das stilechte Ambiente. Die Inhaber Florentine Joop und Heinrich Beckmann, der in der Küche seine Kreativität beweist, zeigen zudem mit der musikalischen Untermauerung ihr Faible für die „Golden Twenties“. Das Kleinod im Herzen Berlins bietet Platz für 70 bis 200 Personen.

Chefkoch Heinrich Beckmann über die Philosophie seiner Küche: „Bei uns stehen Gerichte auf der Speisekarte, die wir noch von unseren Eltern und Großeltern kannten und liebten. Wir interpretieren diese herausragenden Rezepte der deutschen Küche neu. Dabei arbeiten wir ausschließlich mit saisonal frischen Zutaten von bester Qualität. Im HEINRICH wird grundsätzlich alles selbstgemacht vom Fond bis zum Sonntagsbraten.“

Wochenlang hat das Ehepaar Florentine Joop und Heinrich Beckmann alte Koch-

bücher aus den 20er Jahren gewälzt, ist über Flohmärkte geschlendert und war in Antiquariaten auf der Suche nach den vergessenen goldenen Rezepten. Mit Erfolg! Das Konzept der 20er Jahre spiegelt sich nicht nur im gelungenen Design wider, sondern auch im kulinarischen Angebot.

Auf der Speisekarte des HEINRICH finden sich Köstlichkeiten wie „Schusterjungenknödel“, „Kalbsleber Berliner Art mit Äpfeln und Zwiebeln“, „Havelzander auf Schwarzwurzeln“ und nicht zu vergessen der Publikumsliebling „Stolzer Heinrich“ – Bratwurst mit Gewürzbiersauce auf Kartoffelstampf, dazu Rotkohl. Die Desserts kommen bodenständig und doch raffiniert daher, wie „Tannenhonigparfait mit Brombeeren“, „Kaiserschmarrn mit Rumrosinen“ und „Armer Ritter mit Birnenkompott“. Und Gutes muss nicht teuer sein: ein exquisites Mittagessen ist schon ab fünf Euro zu haben.

Das neue Restaurant bietet einen phänomenalen Blick auf die Volksbühne im Herzen von Berlin-Mitte. Wer am Ende eines pulsierenden Tages oder eines Theaterbesuchs das HEINRICH in der Rosa-Luxemburg-Straße 39-41 betritt, weiß genau: In dem neu eröffneten Restaurant hinter der denkmalgeschützten Fassade erwarten den Gourmet paradiesische Zustände. Hier findet jeder Gast, wonach ihm der Sinn steht: Restaurant, Lounge oder Bar. „Einfach genießen und entspannen“ lautet das Motto der beiden Gastronomen. Auch für größere Events bietet das HEINRICH für bis zu 200 Per-



Restaurant Heinrich



Florentine Joop & Heinrich Beckmann

sonen Platz, individuelle Gestaltung und Beratung durch die beiden Besitzer höchstpersönlich.

Nur konsequent bei dieser Ausrichtung der Speisen ist es da natürlich, dass jeden Sonntag – wie einst „bei Muttern“ – ein festlicher Braten seinen Ehrenplatz auf der Karte findet. Abgerundet, wie damals in den 20er Jahren, vielleicht mit einem Zimt-Espresso oder einem Martini.

Das „Heinrich“ mit seiner Konzeption liegt im Berliner Trend, in den Berliner Szene Vierteln wird den „Goldenen Zwanzigern“ gehuldigt und an Traditionen aus dieser Zeit angeknüpft. Warum eigentlich nicht? Atmosphärisch und geschmackvoll ist es alle Male.

#### HEINRICH

Rosa-Luxemburg-Straße 39 – 41  
10178 Berlin  
Telefon: 030.13 89 99-06  
Fax: 030.13 89 99-07  
Öffnungszeiten:  
Täglich ab 11 Uhr  
Mittagstisch 11.30 – 16 Uhr  
[www.heinrich-restaurant.de](http://www.heinrich-restaurant.de)

Fotos: HEINRICH

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

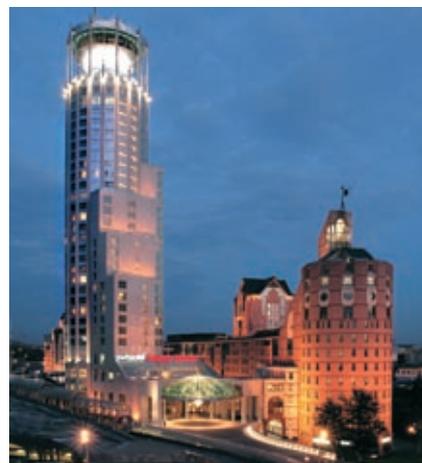
### Swissôtel Krasnye Holmy, Moskau erneut als führendes Hotel Russlands ausgezeichnet

Moskau, Oktober 2009 – Bereits zum dritten Mal in Folge wurde das Swissôtel Krasnye Holmy bei den World Travel Awards (WTA) mit dem Titel „Russlands führendes Hotel“ ausgezeichnet. Jan Chovanec, General Manager im russischen Deluxe Hotel, nahm die Auszeichnung bei der Verleihung in Portugal erfreut entgegen.

Beim Festakt der europäischen World Travel Awards trafen sich Mitte Oktober Führungskräfte und Entscheidungsträger aus der Tourismusbranche, um ihre Erfolge

gebührend zu feiern. „Die letzten 12 Monate hielten einige Herausforderungen, von der Wirtschaftskrise bis hin zur Schweinegrippe, für unsere Branche bereit und hatten entsprechende Auswirkungen auf den Tourismus. Die Gewinner der World Travel Awards haben trotzdem an ihren Zielen festgehalten und sich mit ihrem Engagement selbst übertroffen“, so Graham Cooke, President of the World Travel Awards.

„Wir freuen uns, bereits zum dritten Mal in Folge diesen prestigeträchtigen



Swissôtel Krasnye Holmy Moscow



Spa-Bereich des Hotels

Preis entgegen nehmen zu dürfen“, so Jan Chovanec, General Manager im Swissôtel Krasnye Holmy. „Mein spezieller Dank geht an das gesamte Hotelteam, das es immer wieder versteht die Qualität unserer Marke sowie unsere Servicestandards auf höchstem Niveau zu halten.“

#### Swissôtel Krasnye Holmy Moscow

Kosmodamianskaya Nab., 52, bld. 6  
115054, Moscow, Russia  
Tel. +7 495 787 9800  
+7 495 787 9881  
Fax +7 495 787 9898  
[www.swissotel.com/moscow](http://www.swissotel.com/moscow)

Fotos: swissôtel

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Kodexkonformität für das Westin Grand München Arabellapark und das Sheraton München Arabellapark Hotel

Hotels verpflichten sich den Regeln des Pharmakodex

The Westin Grand München und das Sheraton München Arabellapark Hotel erhielten nach freiwilliger Prüfung durch die MICE AG die Pharmakodexkonformität. Somit können Unternehmen der Pharmabranche den größten Hotel- und Tagungsbereich ohne Einschränkungen gemäß ihrer Richtlinien buchen.

Der größte deutsche Veranstaltungskonzern MICE AG mit Sitz in Berlin zählt zu Deutschlands führenden Vermittlern von klassischen Tagungshotels und passenden Räumlichkeiten für Seminare, Tagungen und Kongressen. Die MICE AG prüft jährlich verschiedene Hotels auf ihre Kodexkonformität. Dieser Kodex beinhaltet Regeln für die Gestaltung von Veranstaltungen wie Kundenevents oder Ärzterfortbildungen. Welche Hotels und Örtlichkeiten sind für die Durchführung von Pharmaveranstaltungen unbedenklich und welche nicht regelkonform? Als kodexkonform wird zum Beispiel der Ort der Veranstaltungen rein nach sachlichen Gesichtspunkten und nicht nach beispielsweise dem Freizeitwert des Tagungsortes ausgewählt. The Westin Grand München Arabellapark und das Sheraton München Arabellapark Hotel belegen als zertifizierte Hotels, dass die Ansprüche von Pharmaunternehmen erfüllt werden.

Alle zertifizierten Hotels werden auf [www.kodexkonform.de](http://www.kodexkonform.de) präsentiert und bieten Veranstaltungsplanern optimale Suchkriterien für eine erfolgreiche Aus-

wahl von Tagungsorten und Durchführungen verschiedener Events für Ärzte und Apotheker.

The Westin Grand München Arabellapark

Alle 627 modernen Zimmer und Suiten, davon eine 160 qm große Präsidenten-Suite, verfügen über Flachbildschirmfernseher sowie die Westin typischen Heavenly Beds für höchsten Schlafkomfort. Für das leibliche Wohl sorgen das neue pan-asiatische Restaurant „ZEN – the best of pan-Asian cuisine“, das „Café & Grapperia“ mit kleinen Snacks sowie das „Paulaner's Wirtshaus“ mit urigem Biergarten. Am Abend werden in der „Ducktail's – Die Bar“ mehr als 160 verschiedene Cocktails nach Original-Rezept serviert. Entspannungssuchende kommen in dem gerade modernisierten 1.500 qm großen ARABELLA SPA auf ihre Kosten – der größte Hotel Day Spa in München. Mit dem WestinWORKOUT verfügt dieser rund um die Uhr über einen separat zugänglichen Fitness-Bereich und für Jogger hält das Hotel mit dem Running Concierge ein ganz besonderes Laufprogramm bereit. Highlight wird ab April 2010 die in der 23. Etage zweigeschossige Westin Executive Club Lounge sein. Mit 1.000 qm bietet das Westin Grand München Arabellapark den wohl größten und auch vielseitigsten Ballsaal Münchens, der sich für rauschende Feste ebenso eignet wie für Automobilpräsentationen.



In 2009 zeichnete das Gourmet-Magazin „Der Feinschmecker“ das Westin Grand als bestes Business-Hotel in Deutschland aus. Das Westin Grand München Arabellapark ist seit Juli 2008 Mitglied des Umweltpakt Bayern und zertifizierter Ökoprotit Betrieb.

Neben dem Münchner Haus gibt es in Deutschland derzeit noch vier weitere Hotels der Marke Westin: das Westin Grand Frankfurt, das Westin Leipzig, das Westin Bellevue Dresden und das Westin Grand Berlin.

**The Westin Grand München  
Arabellapark & Sheraton München  
Arabellapark Hotel**

Arabellastr. 6

D-81925 München

Tel. +49.89.9264.8006

Fax +49.89.9264.8008

[www.westin.com/muenchen](http://www.westin.com/muenchen)

[www.sheraton.com/arabellapark](http://www.sheraton.com/arabellapark)

Foto: The Westin Grand München

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Genuss als Philosophie ...

#### ... Natur als Kulisse: Das Interieur des Gourmet- restaurants Lerbach präsentiert sich nun im Pure Nature-Look

Beim Designkonzept des neuen Gourmetrestaurants Lerbach wurde der Fokus auf Natur und Natürlichkeit gelegt – der ideale Rahmen für Nils Henkels Pure Nature-Kochphilosophie.



Nils Henkel

„Pure Nature ist für mich nicht nur ein Konzept, sondern eine Lebenseinstellung, gleichbedeutend mit purem, unverfälschtem Genuss“, so der Sternekoch über sein neuestes Projekt. „Ich fühle mich dabei den besten Produkten verpflichtet, die

uns die Natur bietet“. Diese Lebenseinstellung spiegelt sich perfekt auch in der Gestaltung des neuen Restaurants. Die Räume gliedern sich in den lichtdurchfluteten, eleganten Wintergarten und das herrschaftliche Kaminzimmer mit jeweils 40 und 25 Plätzen.

Bei der Inneneinrichtung mischen sich Materialien wie Blattgold oder Glas mit natürlichen Elementen, wie Lärchenholz, Natursteinelementen und braunem Büffelleder. Der Boden des Restaurants ist mit dunkler, geräucherter Eiche ausgelegt. Israelische Stehlampen aus grasgrüner Naturseide und italienische Designledersessel von Poltrona Frau ergänzen das Bild. Das naturverbundene Design erzeugt ein Ambiente des Wohlfühlens und schafft einen eleganten und entspannten Rahmen für die moderne Aromenküche von Nils Henkel. Die Atmosphäre des Restaurants wird durch harmonische Formen geprägt, auf den weißen Leinentischdecken spannen feingliedrige Vasen mit Kräutern und Blüten den Bogen zu den Produkten der Küche. Die Gerichte werden auf puristischem weißem Porzellan, zum Teil eigens von der Manufaktur Fürstenberg für Nils Henkel gestaltet, wie kleine Kunstwerke präsentiert. Das Silberbesteck Vertigo wurde von der Architektin Andrée Putman für Christofle entworfen, die Weine werden in Gläsern von Zwiesel 1872 serviert.

Das Hotel im Überblick: Das Schlosshotel Lerbach verfügt über 52 Zimmer und Suiten. Die Einrichtung im englischen

Landhausstil und der 28 Hektar große Schlosspark schaffen eine einzigartige Umgebung. Der exklusive Spa-Bereich lässt keine Wünsche offen. Umfangreiche Tagungsmöglichkeiten runden das Angebot ab. Die Althoff Hotel Collection steht für die einzigartige Liaison von Luxus-Hotellerie und Sterne-Gastronomie. Zu der Kollektion individueller Luxushotels zählen das Grandhotel Schloss Bensberg und das Schlosshotel Lerbach in Bergisch Gladbach, das Hotel Fürstenhof in Celle, das Hotel am Schlossgarten in Stuttgart, das Seehotel Überfahrt in Rottach-Egern, das St. James's Hotel and Club in London und die Villa Belrose in St. Tropez. In allen Häusern setzt der Unternehmer Thomas H. Althoff auf ein Höchstmaß an Qualität, Individualität und Service. Die Unternehmensphilosophie der Althoff Hotel Collection beruht auf drei Säulen: Architektur & Design, Service und Kulinarium. Die Restaurants und Köche der Hotelgruppe wurden für 2010 mit insgesamt elf Michelin-Sternen ausgezeichnet.

Bei Buchungswünschen und für weitere Fragen steht Ihnen das Reservierungsteam unter 02202-2040 oder [info@schlosshotel-lerbach.com](mailto:info@schlosshotel-lerbach.com) jederzeit gerne zur Verfügung.

#### Schlosshotel Lerbach

Lerbacher Weg  
51465 Bergisch Gladbach  
Tel. +49 (0) 2202 204-0  
[info@schlosshotel-lerbach.com](mailto:info@schlosshotel-lerbach.com)  
Foto: Schlosshotel Lerbach



## Spenden *für* Deutschland

»Auch in Deutschland brauchen Menschen Hilfe. Unterstützen Sie den Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. mit Ihrer Spende. Danke.«

Spenden: Bank für Sozialwirtschaft | BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.**

Info-Telefon: 0180 5 000 314 (12 ct / min)  
[www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## „NEUE WELT“ CHINA FASZINATION, LUXUS, GENUSS UND TRADITION

Klaus Lenser

Die Olympiade 2008 war das herausragende Erlebnis und ein Meilenstein für mehr Offenheit und Demokratie in China.

Wer heute nach China reist hat nicht das Gefühl in einer kommunistischen Diktatur Gast zu sein. Wer in das Land der aufgehenden Sonne fahren will sollte das aber nur mit Reiseanbietern planen, die über langjährige Erfahrung verfügen. Ein Spezialist ist China Tours in Hamburg, der Reiseanbieter wird von einem chinesischen Inhaber geleitet, der seine Angebote mit Rücksicht auf Ihre, aber auch auf die Wünsche seiner Landsleute auswählt.

Shanghai, eine 18 Millionen Metropole die den Vergleich mit jeder westlichen Hauptstadt standhält ist zu einem internationalen Business Center mutiert. Glaspläne berühmter Architekten, breite Straßen, voll mit westlichen Luxuslimousinen und die exklusivsten Geschäfte vermitteln nicht das Gefühl in einem Land zu sein, das vor 60 Jahren auf dem Weg in die Vergangenheit war.

5 Sterne Hotels sind eher Standard denn Ausnahme. Eines davon ist das Okura Garden Hotel, im früheren französi-

schen Viertel. Die Lobby des Hotels ist das frühere Residenzgebäude der französischen Gemeinde.

Überhaupt erinnert im Hotel vieles an die Zeit des europäischen Einflusses, die Chinesen scheinen heute stolz auf diese



Restaurant BAY YU LAN

Vergangenheit zu sein und zeigen gerne die Stadtteile mit europäischem Charakter. Das Chinesische Restaurant BAY YU LAN im Okura Garden Hotel Shanghai zählt zu den besten Restaurants in Shanghai. Natürlich gibt es auch ein französisches und japanisches Restaurant im Haus.

Leider war der Bund, das europäische Viertel, am Ufer des Huangpu-Flusses, wegen Renovierungsarbeiten geschlossen. Von der gegenüberliegenden Seite konnte man aber die Pracht der „guten alten Zeit“ bestaunen. Shanghai ist so ganz anders als Peking. Hier überwiegt das Moderne und kühle geschäftsmäßige.

Die Altstadt ist typisches China, kleine enge Gassen mit alten, zum Teil aus Well-



Okura Hotel



BUND

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Hyatt Hotel-Tower, Shanghai

blech gebauten Häusern, in denen mehrere Generationen auf kleinstem Raum zusammen leben. Gekocht und gewaschen wird im Hof an der einzigen Wasserstelle. Diese Viertel sind nach wie vor eine Touristen Attraktion. Mit großer Geduld und geradezu stoischer Ruhe nehmen die Bewohner die Touristen hin.

Eine Sehenswürdigkeit ist das historische Teehaus. Hier wird heute noch – wie



Köstliche Kleinigkeiten gehören zur traditionellen chinesischen Tee-Zeremonie

seit Jahrhunderten – der Tee ganz traditionell serviert.

Ein Abstecher in die ca. 150 KM entfernte Seidenhauptstadt Suzhou ist geradezu ein Muss. Von hier startete Marco Polo seinen Weg nach Westen und schuf die heute noch berühmte Seidenstrasse. Der Besuch einer der wenigen Seidenfabriken in Suzhou lohnt sich. Hier kann man nicht nur bei der Herstellung der Produkte zuschauen sondern natürlich auch herrliche Artikel aus Seide erstehen.

Suzhou ist aber auch eine moderne Industriestadt in der viele europäische Konzerne ihre Zentralen haben. Berühmt ist die Stadt für einen der schönsten chinesischen Gärten, der „Garten des Bescheidenen Beamten“.



Altes Teehaus in der Altstadt von Shanghai

Chinas Hauptstadt Beijing (Peking) ist überraschender Weise im Stadtkern von westlichen Bausünden verschont geblieben. Die Wolkenkratzer aus Glas und Stahl sind am Stadtrand gebaut worden. Erstaunlich ist wie gut die Häuser, ja ganze Stadtviertel, wieder historisch rekonstruiert und renoviert worden sind.

Die „Verbotene Stadt“, der alte Kaiserpalast, erzählt die Geschichte Chinas aus mehreren Jahrhunderten sehr beeindruckend. Das Mao-Mausoleum ist direkt um die Ecke, Besucher das Mausoleums müssen sich geduldig in eine lange Schlange einreihen, um an Eintrittskarten zu kommen.



Klassische: Peking-Ente im Restaurant Peking-Enten-Haus

Direkt hinter dem Qianmen Platz (Chongwen) haben Denkmalschützer die alten Kaufmannshäuser aus dem 17. und 18. Jahrhundert – auf der Qianmen Street – nach alten Plänen wieder aufgebaut und zu einer der beliebtesten, aber auch teuersten, Shopping Meile in Beijing gemacht. Hier befindet sich auch das älteste Peking-Enten Haus, gegründet 1864. In dem Restaurant werden täglich mehr als eintausend Peking Enten zubereitet. Jede Ente wird mit einer Nummer versehen und verkauft. Eine Tischreservierung ist unbedingt erforderlich.

Essen in China ist mehr als nur Nahrungsaufnahme, Essen ist geradezu ein sinnlicher Akt. Chinesen essen nicht nur wenn sie hungrig sind, es ist eine, wenn

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Mao Mausoleum



Tempel in der Verbotenen Stadt

nicht die beliebteste, Freizeitaktivität der Chinesen. Bei der Begrüßung fragt der Chinese nicht, wie es geht, er fragt: Heute schon gut gegessen ?

Essen kann man in den Städten Chinas an jeder Straßenecke, Angst vor unbekanntem oder unsauberem Gerichten braucht man nicht zu haben. Wer des chinesischen nicht mächtig ist, zeigt einfach

mit dem Finger auf das was er möchte. Alles wird frisch zubereitet. Natürlich bekommt man auch gegrillte Skorpione oder Maden, probieren Sie es einfach, Sie werden sehen, Ekel ist überflüssig. Aber über Geschmack lässt sich ja bekanntlich streiten.

Die kleine Nebengasse, an der großen Fußgängerzone im Stadtzentrum von Pe-



JinR: Chinesische Meisterköchin und Künstlerin

king, besteht nur aus Imbiss- und Grill-Stationen. Hier kann man für weniger als einen Euro ein komplettes schmackhaftes Menu probieren.

Überhaupt, die Auswahl erstklassiger chinesischer und internationaler Restaurants in Beijing ist riesig. Zu den berühmtesten gehört das „Green T House“. Die Inhaberin JinR ist Köchin und Künstlerin. Ihre Menus sind exklusiv und von Raffinesse geprägt.

Jedes Gericht hat einen Bezug zu grünem Tee und entspricht nicht der klassischen chinesischen Küche. JinR ist die erste chinesische Meisterköchin und in Europa genau so bekannt und berühmt wie in Beijing. Als Gastköchin ist sie häufig auch in Deutschland gewesen.

Die Atmosphäre und das elegante Ambiente des „Green T House“ geben dem Gast eher das Gefühl in einer Kunstgalerie als in einem Restaurant zu sein. Große Tische aber auch kleine, intime Nischen die durch Vorhänge zu Separees umgestaltet werden können, kühne Arrangements mit selbst gefertigten Unikaten der Besitzerin



Restaurant im Green T. House

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Swissôtel im Hong Kong Macau Center, Peking

ergänzen einander und sind perfekt abgestimmt. Die Speisen werden kunstvoll angerichtet und sind nicht nur Genuss für den Gaumen.

Wer bei der Hotelauswahl kein Risiko eingehen will bucht im „swissôtel“ im Hong Kong Macau Center, in der Innenstadt nahen Chao Yang Men Bei Da Jie Straße.

Swissôtels gehören zu den Top-Häusern weltweit. Die swissôtel Gruppe ist ein

Schweizer Unternehmen und wird perfekt und präzise, wie ein Schweizer Uhrwerk läuft, geführt. Das chinesische Restaurant im Hotel, unter der Leitung des Küchenchefs Chan Chan Wing Jacky, ist ein bevorzugtes Restaurant der Spitzenpolitiker Chinas, nicht zuletzt wegen seiner ausgezeichneten Küchenleistung. Ein Besuch ist sehr empfehlenswert.

Die Reise nach China starten Sie unbeschwert mit einem Veranstalter der große



Swissôtel

Erfahrung mit Reisen ins „Land der aufgehenden Sonne“ hat. China Tours in Hamburg – ein chinesisches Unternehmen mit ca. 20 jähriger Erfahrung – können wir Ihnen empfehlen. Reisen nach China werden mit Rücksichtnahme auf Ihre persönlichen Wünsche organisiert.

Also dann, auf in die „Neue“ alte Welt!

Mit der mehrfach ausgezeichneten Fluglinie „Air China“ können regelmäßig alle großen Flughäfen des Landes erreicht werden.

Lassen sie sich von China beeindrucken und entdecken Sie die Faszination der „Neuen Welt“.

#### China Tours

Wandsbeker Allee 72

22041 Hamburg

Tel. +49 (0) 40 81 97 38-0

[www.chinatours.de](http://www.chinatours.de)

#### Air China

Düsseldorfer Str. 4

60329 Frankfurt/M

Tel. +49 (0) 69 271 379 14

#### Okura Garden Hotel

58 Mao Ming Road

Shanghai 200020

Tel. +86 21 6415 1111

[www.gardenhotelshanghai.com](http://www.gardenhotelshanghai.com)

#### swissôtel Beijing

No. 2 Chao Yang Men Bei Da Jie

Beijing 100027

Tel: +86 10 6553 2288

[www.beijing.swissotel.com](http://www.beijing.swissotel.com)

#### GREEN T. HOUSE

No. 6 Gongtixilu Chaoyang

District Beijing 100027

Tel: 86 10 65528310/11

#### GREEN T. HOUSE Living

No. 318 Cuigezhuang Xiang

Hegezhuang Cun Chaoyang

District Beijing 100015

Tel: 86 10 64342519

[www.green-t-house.com](http://www.green-t-house.com)

Fotos: Green T House  
Lenser

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## ***EIN AUTO UNTER VOLLEN SEGELN***



### Horst-Dieter Ebert fuhr den neuen Fünfer BMW

Wenn ich jemandem erklären sollte, was der Begriff Synergie bedeutet, dann würde ich diese Geschichte erzählen, sie bietet ein dafür wahrscheinlich ideales Beispiel: An einem kühlen Sonnentag im vergangenen Februar war ich im portugiesischen Cascais und auf der benachbarten Rennstrecke von Estoril. Dort stellte unsere bayrische Lieblingsmarke "die neue BMW 5er Limousine" vor.

Doch bevor das so richtig losgeht, tritt ein Sprecher des Unternehmens aufs Podium und verkündet, dass "BMW Oracle" soeben im ersten Rennen um den 33. Americas Cup den Titelverteidiger "Alinghi" überlegen geschlagen hat. Der sensationelle Trimaran, eine Art futuristisches "Batmobil zur See" (FAS) ist ein Werk der BMW-Techniker. Und dann lese ich zwei

Tage später ein Interview mit denen. Und siehe, es stellt sich heraus: Dieselben Konstrukteure, die das schnellste Segelschiff aller Zeiten entwickelt haben, waren auch für den neuer 5er zuständig! Das ist es, was man in der Wirtschaft Synergie nennt, laut Duden das "Zusammenwirken verschiedener Kräfte und/oder Faktoren", also wie das Zusammentreffen von Haribo und Thomas Gottschalk, die sich gegenseitig hochloben.

Daß der 5er von BMW ein ganz besonderes Auto ist, hatten mir die richtigen Hundert-Prozent-Auto-Spezialisten (unsereins ist ja mehr so eine Art Experte für alles, was kulinarisch ist, manchmal also auch für ein ästhetisch besonders gelungenes Auto) bereits souffliert: "Der Fünfer ist für BMW, was der Golf für VW ist", soll

meinen: Er ist der Bestseller, 5,5 Millionen Exemplare wurden bereits verkauft, und er entscheidet, heißt es, über Wohl und Wehe des Konzerns.

#### **Handschmeichelei wie eh und je**

Die nun präsentierte Generation ist die sechste. Was mir als erstes auffällt: Gegenüber den etwas statuarischen Skulpturen, die der umstrittene Designer Christopher Bangle in der Vergangenheit geschaffen hatte, sieht das neue Modell einfach lebendiger aus, gestreckter, ja automobiler, mit Akzent auf den letzten drei Silben. Der Grill, den die Designer um Adrian van Hooydonk gern "shark's mouth" (Haimaul) nennen, wurde breiter und tiefer, das Coupéartige der Silhouette wurde betont, die Doppelscheinwerfer haben jetzt eine Art Lidstrich, "Augenbraue" genannt. Wer einmal drumherumgeht, denkt in so mancher Perspektive, er hätte es mit dem Siebener zu tun; ganz sicher keine ganz ungewollte Assoziation.

Ich steige ein und fühle mich irgendwie daheim, nicht richtig daheim-zuhause, sondern wie in einem bevorzugten Hotel, in dem man häufiger Rast einlegt, halb ist alles wie immer, halb wittert man die eine oder andere erregende Neuigkeit. Genau so ist es in diesem Modell: Der Schaltknopf fasst sich so handschmeichelnd an wie eh und je; die Mittelkonsole wirkt einladender als je und doch irgendwie anders (sie wurde etwas mehr zum Fahrer hin angeschrägt). Und all die anderen Knöpfchen, Schalter und Regler sind halb vertraut und warten halb auf ihre Neuentdeckung. Auf jeden Fall befinde ich mich in einem Cockpit der luxuriösen Art,



# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

und das heißt: funktional einwandfrei und ästhetisch ansehnlich.

Dieser neue BMW, den es in der Startphase in sieben Motorisierungen gibt, zwischen 184 Diesel-PS und 407 Benzin-PS, zu Grundpreisen von 39.950 bis 70.500, kratzt mit seinem Komfort und mit seinen Leistungen verwegen an der Siebener Klasse. Er ist eben ein typisches Produkt der oberen Mittelklasse (oder der unteren Oberklasse?) und als solches fast nicht mehr zu unterscheiden von der nächsthöheren Modellreihe, der Flaggsschiff-Klasse der Marke.

## Testfahrer mit verbundenen Augen

Ich muss gestehen, dass ich eh bei der Bewertung größerer Limousinen meine Schwierigkeiten habe: Sie alle fahren annähernd gleich schnell (abgeregelt 250 Stundenkilometer), sie beschleunigen annähernd gleich rasant, sie bieten ungefähr den gleichen Platz, den nämlichen Komfort, die annähernd gleiche Strassenlage, geheizte, gelenkige Sitze, die auch noch massieren, streicheln und sonstwie nett sind; sie offerieren fast unglaubliche Assistenz-Systeme, die dem Fahrer auf wundersame Art helfen können, oder ihn doch wenigstens amüsieren (siehe unten!).

Mehr Erfahrung habe ich mit Weinproben. Und – Entschuldigung, Kollegen! – ich wundere mich immer wieder, dass Autotests nicht ähnlich organisiert werden können wie vinologische Proben. Wäre doch sehr einfach, auch wenn man es nicht hundertprozentig als Blindprobe

organisieren könnte: Man stellt sechs oder acht Autos ein- und derselben Kategorie in eine Reihe, die Markenembleme werden weggeklebt, die Tester werden mit verbundenen Augen ins Cockpit gesetzt, und – Augenbinde wieder weg – dann fahren sie los. Es ist ein Auto, klar, doch die Marke bleibt unbekannt, und nun heißt die Frage: Wie gut fährt es sich eigentlich? Ich bin überzeugt, da würde sich so manche Bestenliste in ihre Bestandteile auflösen...

Ich wüsste wirklich gern, ob die großen Experten der Motorpresse dann feststellen könnten, ob sie sich, zum Beispiel, in einem Phaeton, einem Audi A6, einer Mercedes E-Klasse oder einem BMW Fünfer oder eben Siebener befinden. Bei "Wetten dass!" ist ja aus gutem Grund noch keiner aufgetreten, übrigens auch kein Weinkenner. Ich glaube, beide haben sich da aus gutem Grund zurückgehalten.

Inzwischen gleite ich mühelos von Lisabon nach Cascais, auf einem bezaubernden Umweg durch die portugiesische Natur, das Auto folgt auf kurze Befehle über den Zeigefinger am Lenkrad. Die Befehle der Autoritäten über all die Benzinspar-Verfahren habe ich gehört: Mein durchaus temperamentvoller Diesel (3 Liter, 204 PS) soll nur 6,2 Liter verbrauchen, und tatsächlich kommt er kaum auf sieben. Das sind Werte, die wir noch vor fünf Jahren für unmöglich gehalten hätten.

## Strafe für den Schnellsten

Was kann das Auto sonst noch? Es signalisiert sämtliche Daten fürs Rangieren



über Radar und Rückfahrkamera. Es meldet sich, wenn ich von der Spur abkomme.

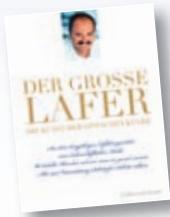
Es bremst mich ab, wenn ich mich dem Vordermann zu sehr nähere. Es leuchtet entsprechend der Strassenführung um alle Kurven und nimmt mit seiner "Night Vision" Personen auf der Strasse wahr, die der Fahrer nicht einmal ahnen kann. Das Navigationssystem bietet dreidimensionale Graphiken und macht auf Sehenswürdigkeiten am Rand der Strasse aufmerksam. Beim Parken sucht das Auto sich selbst die Lücke aus, rangiert rückwärts rein, richtet sich vorwärts aus, und das Lenkrad dreht sich wie von Zauberhand. Und wem alles das zuviel wird und zu unübersichtlich, dem gewährt die sogenannte integrierte Betriebsanleitung, "einmalig in der Welt", alle Informationen zu allen Systemen per Animation über den Bildschirm.

Diese Limousine ist ganz gewiß ein Solitär, designmäßig, prestigemäßig, ausstattungsmäßig. Ein großer Fahrspaß, und das einzige Automobil, das als legitimen Bruder ein Segelschiff besitzt. Denn kaum bin ich aus Portugal zurück, vermeldet BMW den totalen Segel-Sieg: "Das BMW Oracle Racing Team hat den 33. America's Cup gewonnen: dank der BMW-Ingenieure, deren Know-how in Sachen Leichtbau und Effizienz sich in jedem BMW Modell wiederfindet."

Also nochmal: Das nennt man Synergie. Und so läßt es sich in dem neuen BMW Fünfer auf das schönste durch den Verkehr unserer Strassen und über die Autobahnen segeln. Nur Preise gibt es hier nicht für den, der am schnellsten ist, allenfalls Strafmandate. Fotos: BMW



HEUTE:  
DAS BESTE KOCHBUCH DER SAISON, VERMUTLICH DAS BESTE DER LETZTEN ZEHN JAHRE, MEINE EMPFEHLUNG DES NEUEN JAHRES ÜBERHAUPT. – EIN SOGENANNTES FOODIE-HANDBUCH, SPEZIELL FÜR FAR-EAST-LIEBHABER. – DAS AMERIKA-KOCHBUCH FÜR US-REISENDE, DIE MÖGLICHST VIELE AMI-GERICHTE KENNENLERNEN WOLLEN. – UND SCHLIESSLICH DAS SCHÖNSTE KÄSEBUCH SEIT LANGEM, ALLES ÜBER DIE TOLLEN KÄSE UND KÄSER DER SCHWEIZ.



## Hahn im Korb Der grosse Lafer

Johann Lafer, „Der grosse Lafer. Die Kunst der einfachen Küche“, Gräfe und Unzer Verlag, München, 480 Seiten, 39,90 Euro, ISBN 978-3-8338-2033-5

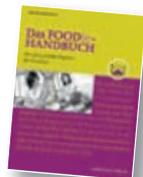
Bescheiden formuliert: Dies ist das Kochbuch der Saison. Etwas blumiger: So ein Werk erscheint allenfalls alle zehn Jahre! „Der große Lafer“ (Titel natürlich vom Verlag, nicht vom Autor) ist ein Kochbuch der absoluten Sonderklasse, und das nicht nur, weil man mit ihm (zweieinhalb Kilo) auch leicht die biestigste Küchenmaus erschlagen kann. Damit man es versteht, braucht man vielleicht noch den etwas barocken Untertitel: „Aus dem langjährigen Erfahrungsschatz eines leidenschaftlichen Kochs: 60 beliebte Klassiker und wie man sie genial variiert.“

Johann Lafer, von den TV-Köchen einer der souveränsten und als langjähriger Kochlehrer auch handwerklich ein Meister, hat ein Kochbuch ohne Vorbild produziert und dazu einen Klassiker von morgen: Nicht komplette Gerichte, sondern zuvörderst deren wichtigste Bestandteile werden demonstriert – auch elementare Basics wie Bratkartoffeln, Püree, Spätzle, Risotto, die dann komplettiert werden. Die Produktion wird in Phasenbildern genauestens vorgeführt, das ist informativer und ansehnlicher als ein Video in Zeitlupe.

Die Fotos sind von einer heute ungewöhnlichen Ästhetik und Delikatesse, und eine so appetitanregende Bolognese wie hier habe ich im Foto noch nie gesehen! Und – ziemlich ungewöhnlich – das lehrreiche Buch kann sogar als amüsante Lektüre erhalten: Lafer und seine Mitarbeiter haben ein Händchen für Wortwitz und Satire: „Es gibt Hähnchen, nach denen kräht kein Hahn“, witzeln sie vor dem Kapitel über das Brathähnchen, „mit dem Lafer-Hähnchen dagegen ist man Hahn im Korb.“ Dass alle klassischen Rezepte im Original auftreten und dann „aufgelafer“ werden, das heißt, durch einen speziellen Lafer-Twist zu einer interessanten Variante werden, gehört zu den Qualitäten dieses Werkes: So ist es nicht nur eine zeitlose Enzyklopädie, sondern auch ein ganz persönliches Buch des Autors. Aber nicht nur ein ideales Geschenk für alle Lafer-Fans, sondern ein absolutes Muss für alle, die gern – mit Verständnis und Vergnügen – am Herd stehen.

## Mit eigenen Stäbchen Das Foodie Handbuch

Pim Techamuanvith, „Das Foodie-Handbuch“, Christian Verlag, München, 224 Seiten, 19,95 Euro, ISBN 978-3-88472-942-7



Das erste Buch, in dem der Begriff „Foodie“ eine Rolle spielte, war „The Official Foodie Handbook“. Und das war 1984. Und das haben sich die Verlagsmanager bei Christian leider nicht angeeignet. Denn dann wäre ihr neues Buch mit diesem verheissungsvollen Titel nicht so enttäuschend ausgefallen.

Pim Techamuanvith ist eine gutaussehende junge Thailänderin, die deshalb 34 Mal, meist ganzseitig, abgebildet wird, kochend, essend, trinkend und immer lächelnd. Sie lebt inzwischen in San Francisco und betreibt dort ein fideles Blog im Internet, jedenfalls stellte das ihr englischer Verlag so dar, und der deutsche hat es getreulich übernommen: Pim sei sozusagen die Ideologin der Foodies, also der „Gernesser“, wie das etwas ungelentk eingedeutscht wird. Zugestanden:

Pim versteht eine Menge von Essen und Trinken, aber sie hat keine Ahnung, was wir alles schon wissen. So wurde es ein be-



# Horst-Dieter Ebert Buch-Tipps

zaubernd naives Buch, in dem wir lernen, dass, „wer ein richtiger Foodie werden will“, zunächst einmal „seine Liebe zum Essen entdecken“ muss. Pim kennt San Francisco, ein bisschen Frankreich, war bei El Bulli und fühlt sich am wohlsten zwischen Sushi und Pad Thai.



## Apple Pie bis Truthahn Amerika. Das Kochbuch

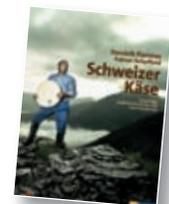
„Amerika. Das Kochbuch“, Edition Fackelträger, Köln, 256 Seiten, 19,95 Euro, ISBN 978-3-7716-4350-8

Einen Autor hat das Buch sonderbarerweise gar nicht, lediglich eine Frau Winnewisser zeichnet für die Rezepte verantwortlich. Ansonsten war vielleicht das US Tourist Board tätig: Dies und das und jenes „fügen sich im Land der unbegrenzten Möglichkeiten zu einem unverwechselbaren kulinarischen Spektrum zusammen, das für jeden Geschmack etwas zu bieten hat“. Jaja, kann ja alles sein, aber doch bitte nicht in dieser ausgeleiterten PR-Lyrik von routinierten Werbetextern!

Nicht alles ist genuin Ami-Küche, doch alle ihre wichtigen Hervorbringungen, von Apple Pie bis Zitronenhuhn, von Eggs Benedict bis Truthahn, werden lapidar beschrieben, doch genüßlich fotografiert. Es werden auch Weine empfohlen, rund zwei Dutzend, doch die sind überraschenderweise fast alle aus Europa, als würden in den USA keine produziert. Das kommt wohl daher, dass die Weine von der Hamburger Weinfirma Hawesko ausgewählt wurden. Und das bedeutet ja wohl, dass die cleveren Hamburger das Buch gesponsort haben. Nur gelesen haben sie es offenbar vorher nicht ...

## Kunst und Lebensfreude Schweizer Käse

Dominik Flammer/Fabian Scheffold, „Schweizer Käse“, AT Verlag, 344 Seiten, 59,90 Euro, ISBN 978-3-03800-474-5



Als Besitzer einer kleinen Käsebuch-Sammlung kann ich das beurteilen: Diese Neuerscheinung ist nicht nur der voluminöseste Band zum Thema, sondern auch die originellste Bearbeitung dieses delikaten Milchprodukts. Schließlich geht es um nichts Geringeres als um den Schweizer Rohmilchkäse, und der ist „ein wundervoller, tief in unserer Kultur verwurzelter Ausdruck von unserer schönsten, jahrhundertealten Tradition – Kunst, Lebensfreude, kulinarisches Erbe und wundervolle Landschaften“. Das sagt nicht etwa ein Schweizer Käse-Werber, sondern ein unabhängiger Slow Food-Funktionär, dessen Organisation dieses Buch unterstützt hat.

Die Themen der Autoren sind: „Ursprünge, traditionelle Sorten und neue Kreationen“, und dazu lernen wir nicht nur, dass die Schweiz einen Vergleich mit Frankreich oder Italien nicht zu scheuen braucht. Wir entdecken kuriose und geniale Käsemacher der Schweiz, bärtige Waldschrats und kulinarische Originale. Ergebnis: die Schweiz wird käsemäßig weitgehend unterschätzt.

Die frühe Geschichte der Schweizer Käserei wird liebevoll illustriert, die Gegenwart der aktuellen Käsemacher mit teils sensationellen Fotos bebildert. Die Texte sind nicht brillant, doch irgendwie seriös, ehrlich und einleuchtend. Also irgendwie aufs beste schweizerisch!

Jürgen von der Lippe

## Spenden für Deutschland

»Auch Menschen in Ihrer Nähe brauchen Hilfe.  
Ich unterstütze den Bundesverband Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.  
Helfen Sie durch Ihre Spende. Danke.«

Spenden: Bank für Sozialwirtschaft | BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.**

Info-Telefon: 0180 5000 314 (12 ct / min)  
[www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)

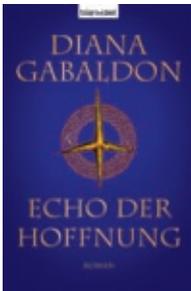
# Buch-Tipps



## MFK Fisher Die Kunst des Essens

edition ebersbach, 168 Seiten, Leineneinband  
19,80 Euro, ISBN 978-3-938740-88-0

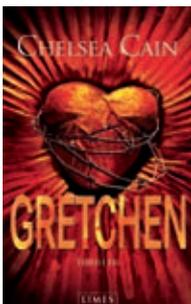
Die amerikanische Autorin MFK Fisher (1902–1992) aß nicht nur gern, sie schrieb auch Zeit ihres Lebens darüber. Sachkundig, sinnlich, poetisch. „Sie erfand ein Genre“. urteilte die New York Times. Über das genußvolle Zubereiten einer Mahlzeit wusste sie ebenso viel zu berichten wie über den Menschen, über das Leben, die Erfahrung und die Haltung dazu. Kleine Geschichten und Beobachtungen verwandelte die „Philosophin des guten Geschmacks“ in große Literatur. Eine Auswahl ihrer geistreichen und eleganten Tafelfeuilletons erscheint im August in der edition ebersbach unter dem Titel Die Kunst des Essens – Anleitung zum Genuss.



## Diana Gabaldon Echo der Hoffnung

Blanvalet Verlag, 1024 Seiten, Roman  
24,95 Euro, ISBN 978-3-7645-0303-1

Im Jahr 1777 tobt in den amerikanischen Kolonien der Unabhängigkeitskrieg. Jamies Herz schlägt für die Aufständischen, doch sein unehelicher Sohn kämpft in der britischen Armee. Daher entschließt sich Jamie, nicht mit dem Schwert, sondern mit der Feder in den Kampf einzugreifen, denn das gedruckte Wort gewinnt immer mehr an Bedeutung für die Revolution. Doch dafür braucht er seine Druckerpresse, und die steht immer noch in Edinburgh. Zusammen mit seiner Frau Claire bereitet er seine Rückkehr nach Schottland vor. Dort in den Highlands scheint seine Tochter Brianna, die im Jahr 1799 lebt, in Sicherheit. Doch mysteriöse Zwischenfälle lassen sie begreifen, dass gefährliche Geheimnisse aus der Vergangenheit ihrer Eltern ins Licht der Gegenwart drängen...



## Chelsea Cain Gretchen

Limes Verlag, 352 Seiten, Leineneinband  
19,95 Euro, ISBN 978-3-8090-2535-1

Seit Detective Archie Sheridan von der ebenso schönen wie grausamen Serienmörderin Gretchen Lowell gequält wurde, ist er auf schmerzstillende Medikamente angewiesen und befindet sich deshalb im Providence Medical Centre – einer psychiatrischen Klinik. Doch Archie findet keine Ruhe, denn die brutale Mörderin befindet sich nach wie vor auf freiem Fuß und hat offenbar begonnen, erneut zu töten. Zuerst wird in einem Toilettenhäuschen auf einem Rastplatz eine Milz gefunden. Archie weiß nur zu genau, dass dies eine Botschaft an ihn ist: Gretchen hat ihn wieder ins Visier genommen. Denn sie hatte ihm die Milz entnommen und per Kurier an die Polizei geschickt, als Beweis dafür, dass Archie sich wirklich in ihrer Gewalt befand.

## Véronique Witzigmann Rettet die Tafelrunde!

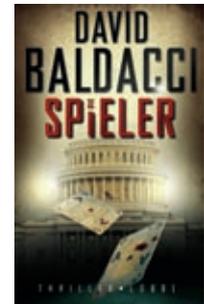
Ludwig, 224 Seiten, Hardcover  
16,95 Euro, ISBN 978-3-453-16475-8



Heutzutage verbringen Familien immer weniger Zeit miteinander. Während die Eltern beruflich viel unterwegs sind, lässt auch der Zeitplan der Kinder zwischen Schule, Musikunterricht, Sport und diversen anderen Aktivitäten kaum Spielraum zu. Dabei sprechen immerhin 83 Prozent aller Deutschen – einer aktuellen, repräsentativen Umfrage zufolge – der Familienmahlzeit einen hohen Stellenwert zu. Dennoch schafft es nur ein Drittel, diese Erkenntnis auch in die Tat umzusetzen. In „Rettet die Tafelrunde!“ erzählt und beschreibt Véronique Witzigmann, Tochter von Sternekoche Eckart Witzigmann und selbst Mutter einer neunjährigen Tochter, wie gemeinsame Mahlzeiten, wenig Zeit und zeitgemäßes Kochen unter einen Hut zu bekommen sind. Sie beantwortet Fragen wie: Wann ist eine Mahlzeit besonders gelungen? Wie wirkt sich die Atmosphäre auf den Appetit aus oder der Genuss auf die Atmosphäre? Und welche Bedeutung hat das gemeinsame Essen für die ganze Familie? Dabei geht sie auch auf Themen wie Tischmanieren oder gesunde Ernährung ein und rundet das Buch mit einfallreichen Rezepten für die schnelle Familienküche ab.

## David Baldacci Die Spieler

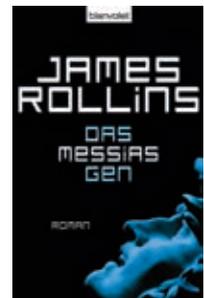
Lübbe Hardcover, 477 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag  
19,99 Euro, ISBN 978-3-7857-2380-7



Annabelle Conroy, eine der größten Trickbetrügerinnen Amerikas, hat aus Rache am Mord an ihrer Mutter den mächtigen und skrupellosen Kasinokönig Jerry Bagger um vierzig Millionen Dollar betrogen. Jetzt hat Bagger nur noch ein Ziel vor Augen: Annabelles Tod. Der Camel Club um Oliver Stone, der Annabelle schon einmal beistand, setzt auch diesmal wieder alles daran, sie zu beschützen. Doch als nach und nach mehrere Männer tot aufgefunden werden, ahnt Oliver Stone, dass auch er selbst in großer Gefahr schwebt – denn jeder dieser Männer stand in Verbindung zu seiner nebulösen Vergangenheit, die er streng geheim hält. Stone ist überzeugt: Das nächste Opfer wird er selbst sein.

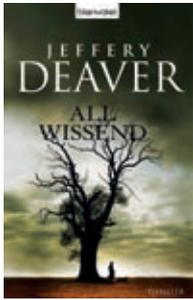
## James Rollins Das Messias-Gen

Blanvalet Verlag, 576 Seiten  
19,95 Euro, ISBN 978-3-7645-0262-1



Der Karatschai-See ist der am stärksten verseuchte Ort der Welt. Jahrelang wurde er von Russland als radioaktive Müllhalde genutzt; um 1980 wurde er lediglich mit einem Betondeckel versehen. Noch heute ist der Aufenthalt dort nach etwa einer Stunde tödlich. Thriller-Autor James Rollins wählt diese Szenerie für seinen neuen Roman Das Messias-Gen: Der russische Politiker Nicolai Solokow plant den Karatschai-See mit gezielten Sprengungen ins Meer abzuleiten. Aus dem so verursachten Strahlentod von Hunderten Millionen Menschen will er als auserwählter Herrscher hervorgehen. Zur Unterstützung dieses Ziels missbraucht er die außergewöhnlichen Talente autistischer Kinder.

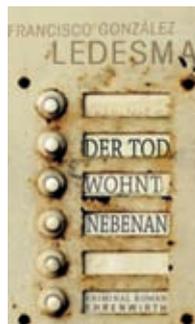
# Buch-Tipps



## Jeffery Deaver Allwissend

Randomhouse Verlag, 500 Seiten  
21,95 Euro, ISBN 978-3-7645-0336-9

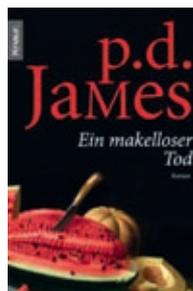
Tammy hatte schon immer panische Angst vor dem Ertrinken und vor engen Räumen. Jetzt liegt das Mädchen mit Klebeband gefesselt und geknebelt im Kofferraum ihres eigenen Wagens eingesperrt, welcher an einem Strand in der Nähe des kalifornischen Städtchens Monterey geparkt wurde – sie hört bereits die Wellen der nahenden Flut gegen das Auto schlagen. Am Vortag wurde am Rand des Highways ein mysteriöses Kreuz gefunden: Es trug nicht das Gedenkdatum an einen Verunglückten, sondern kündigte offensichtlich den Zeitpunkt von Tammys Ermordung an. Kurz darauf taucht ein zweites dieser unheimlichen Kreuze auf, und am nächsten Tag wird in dem Küstenstädtchen erneut ein Mordversuch an einem Mädchen begangen. Kathryn Dance, die Expertin für Kinesik (Analyse des Bewegungsverhaltens) des California Bureau of Investigation wird auf den Fall angesetzt. Mit Hilfe des charismatischen Computerspezialisten Jon Soling gelingt es ihr rasch, einen mutmaßlichen Täter ausfindig zu machen: Travis Srigham, ein Schüler, der aufgrund der sozialen Verhältnisse seiner Familie und seines Charakters zum Außenseiter wurde. Er verursachte einen Autounfall, bei dem zwei seiner Mitschülerinnen getötet wurden. Eine Verurteilung blieb jedoch aus, da ihm keine Schuld nachgewiesen werden konnte.



## Francisco Gonzalez Ledesma Der Tod wohnt nebenan

Lübbe Ehrenwirth, 317 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag  
19,99 Euro, ISBN 978-3-431-03799-9

Kann man einen Kriminalroman schreiben und gleich zu Beginn die Lösung verraten? Ja, man kann. Wenn der Autor Francisco Ledesma heißt und die schönsten Puzzlespiele des Krimigenres mit glänzenden Milieustudien, liebevoll gezeichneten Charakteren und einem hohen Erzähltempo verbindet. „Der Tod wohnt nebenan“ nimmt den Leser mit auf eine Reise in das untergegangene vorolympische Barcelona, eine Spurensuche in der Vergangenheit einer Stadt, voller Anspielungen auf die Geschichte ihres Landes und ein echtes Lesevergnügen für alle Krimi-Fans. Denn so klar der Mordfall scheint, so vielfältig verstrickt sind Opfer und Täter. „Der Tod wohnt nebenan“ ist ein Fall aus dem Milieu, eine Geschichte über Schuld und Sühne, Vergeltung und Vergebung.



## P.D. James Ein makelloser Tod

Droemer Verlag, 554 Seiten, Gebunden mit Schutzumschlag  
19,95 Euro, ISBN 978-3-426-19846-9

Die in Kürze dem Tod entgegensehende Rhoda Gradwyn ist eine berühmte, aber auch gefürchtete Journalistin, die sich in ihrem Leben mehr Feinde als Freunde gemacht hat. Denn kaum der freudlosen Kindheit entkommen, entdeckte sie ihr wahres Talent: Stets findet sie die Geheimnisse

ihrer Mitmenschen heraus. Jetzt mit 47 verfügt sie längst über ausreichende Mittel, um sich von dem renommierten Schönheitschirurgen George Chandler-Powell die entstellende Narbe in ihrem Gesicht operieren zu lassen. Seine Privatklinik in Dorset bietet das passende Ambiente und die Anonymität, die Miss Gradwyn zu schätzen weiß. Die Operation verläuft ohne Komplikationen, doch am nächsten Morgen findet man Rhoda Gradwyn tot in ihrem Bett. Dunkle Würgemale deuten auf kein natürliches Ableben hin.

## Martha Grimes Die Ruine am See

Goldmann Verlag, 416 Seiten  
19,95 Euro, ISBN 978-3-442-31123-1

Emma, zuhause in La Porte am Spirit Lake, ist nach zwei aufgeklärten Kriminalfällen („Hotel am See“ und „Still ruht der See“) in ihrer ländlichen Heimat zu einer kleinen Berühmtheit geworden. Und Emma genießt das in vollen Zügen! Die Lokalzeitung stellt sie als neue Jungreporterin an. Das ist eine feine Sache, weil man so zum einen der eingebildeten, sechzehnjährigen Erzfeindin Ree-Jane Devereau mächtig eins auswischen kann, zum anderen Neugier zum Berufsbild gehört. Störend wirkt sich da nur Emmas Mutter aus, die die Zwölfjährige stets zu kleinen Hilfsarbeiten im etwas heruntergekommenen familieneigenen „Hotel Paradise“ anhalten will. Schnell stellt Emma allerdings fest, dass sich lästige Pflichten mit dem angestrebten Ziel Starreporterin zu werden gut verbinden lassen. Vor allem ihre 91-jährige Großtante Aurora, Dauergast im Hotel, wird unter dem Einfluss von ein paar Gläschen Likör erstaunlich auskunftsfreudig. Genau das, was Emma braucht.



## Pál Závada Das Vermächtnis des Fotografen

Luchterhand Literaturverlag, 480 Seiten  
22,95 Euro, ISBN 978-3-630-87238-4

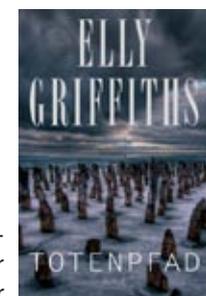
Ungarn, Sommer 1942. In einer mehrheitlich von Slowaken bewohnten Siedlung erscheint eine kleine Gruppe von städtisch gekleideten Leuten. Sie nennen sich „Dorfforscher“ und interessieren sich für das von sozialer Ungerechtigkeit und Armut geprägte Schicksal der Bevölkerung.



## Elly Griffiths Totenpfad

Rowohlt Verlag, 320 Seiten  
19,90 Euro, ISBN 978-3-8052-0874-1

Angesiedelt an der Ostküste Englands überrascht Elly Griffiths' „Totenpfad“ mit einer außergewöhnlichen Atmosphäre. Vor der scheinbar endlosen wie heimtückischen Weite des Wattenmeeres verwebt sie Vergangenheit und Gegenwart zu einem packenden Kriminalroman. Die Suche nach zwei vermissten Mädchen führt das Ermittlerteam auf die Spuren vergangener Kulturen und konfrontiert sie gleichzeitig mit ihrer eigenen Vergangenheit...



## Der besondere Buch-Tipp

# WO MAN NIEMALS OVERDRESSED IST

## IM ORIENT-EXPRESS VON VENEDIG NACH LONDON

BILD: OLIVER BOLCH TEXT: HORST-DIETER EBERT



↑ *Kabinensteward in blauer Uniform – schöner war sie auch in der Vergangenheit nie.*

→ *Nur zweimal im Jahr fährt der »VSOE« die historische Route Paris–Budapest–Bukarest–Istanbul. In Budapest erhalten die Passagiere einen schmetternden Empfang.*

↗ *Der Zug rollt gemächlich durch Tirol (links).*

*Ein britisches Paar auf Hochzeitsreise genießt einen Cosmopolitan in der Bar (Mitte).*

*Ein italienischer Kellner serviert bunte Cocktails im Barwagen (rechts).*

Dem Literaturfreund fällt bei seinem Namen wahrscheinlich sofort Graham Greenes 1932 erschienener Roman „Orient-express“ ein, ganz gewiss jedoch Agatha Christie und ihr „Mord im Orient-Express“ von 1934. Der Cinéast denkt an dessen Verfilmung, vielleicht auch an Hitchcocks „Eine Dame verschwindet“ oder wenigstens James Bonds mörderische Prügelei an Bord in „Liebesgrüße aus Moskau“. Der Zug, der so viele Schriftsteller inspirierte, gilt unter allen berühmten Eisenbahnklassikern dieser Welt als der berühmteste. Der Orient-Express oder „Venice Simplon Orient-Express“ (VSOE), wie er mit vollem Namen heißt, ist der unbestrittene Ahnherr aller prachtvollen Nostalgiezüge unserer Zeit.

So hebt das erste Kapitel eines üppig bebilderten Buches an. Was es über den Orient-Express noch nicht vermelden konnte, weil das erst vor wenigen Tagen bekanntgegeben wurde: Der berühmte Zug wird in diesem Jahr erstmals in seiner Karriere auch nach Deutschland kommen, auf der Fahrt von Venedig nach Krakau macht er einen zweitägigen Stopp in Dresden. Das Buch heißt „Traumreisen mit der Eisenbahn. Die berühmtesten Züge, die schönsten Strecken“ (Bruckmann Verlag, 194 Seiten, 49,50 Euro), und ist ein höchst kulinarischer Bild- und Textband, der unwiderstehlichen Appetit macht auf Reisen mit den letzten klassischen oder abenteuerlichen Eisenbahnen.

Wir geben zu, wir würden dieses Buch normalerweise nicht so groß vorstellen. Aber es stammt von unserem Kolumnisten Horst-Dieter Ebert, der sich jedoch geweigert hat, seinen eigenen Titel auf seiner „Eberts Buch-Tipps“-Seite vorzustellen. Doch nun ist Eberts Eisenbahn-Buch bei den 9. ITB Book-Awards 2010 auch noch zum besten Reisebildbuch der Saison gewählt worden. So muss es einfach hier präsentiert werden.

Es gilt inzwischen unter Eisenbahn-Liehabern als ein besonders komplettes und kompetentes Buch zum Thema: Ebert hat mit seinen Co-Autoren die zwanzig letzten großen Züge der Welt porträtiert, in lebendigen Reportagen und illustriert mit den besten Bildern internationaler Fotografen. Der Leser fährt mit in den großen Klassikern wie dem eleganten „Blue Train“ in Südafrika und dem eher fidelen „Glacier Express“ in der Schweiz dem „langsamsten Schnellzug der Welt“; er sitzt in dem wahrhaft königlichen „Royal Scotsman“ und im spanischen „Transcantabrico“, auf der Pilgerstrecke nach Santiago de Compostela; der Leser erlebt die unendlichen Weiten in den Expresszügen durch Kanada und Australien.

In Indien rattern die letzten Züge im Stil der Maharadscha-Paläste über die Gleise, aber auch die sogenannten „Toy Trains“ dampfen auf der Schmalspur durch die Berge. Zum Machu Picchu gelangt man in einem opulenten Erster-Klasse-Zug, durch Argentinien und Ecuador sitzen die Touristen traditionell auf den Wagendächern. Die große Welt der Eisenbahn ist bunt und vielfältig, das einzige Gemeinsame, das Ebert feststellt, ist „das Moment der Nostalgie“: Alle Züge dieses Bandes, der sich nun freilich für TGV oder Shinkansen nicht interessiert, lassen die Reisenden glauben, sie reisten noch wie in der alten Zeit. Für den Eisenbahn-Fan war das zweifelsfrei die „gute alte Zeit“.

Horst-Dieter Ebert  
Traumreisen mit der Eisenbahn  
200 Seiten, Hardcover mit  
Schutzumschlag  
ISBN-13: 978-3-7658-1698-7





A woman with dark hair, wearing a white, sleeveless, pleated dress, is relaxing in a stone hot spring. She is leaning back against a rough stone wall, with her eyes closed and a serene expression. Her hands are resting on the stone ledge. The water in the hot spring is bubbling and steaming. The background shows more stone structures and a wooden deck.

*Neues  
aus Kur- und  
Heilbädern*

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

***Bad Birnbach***, Baden wie im Bilderbuch  
Rottal Terme weiter auf der Überholspur  
Zertifizierung nach DIN EN ISO 9001:2008

Die Rottal Terme hat eine weitere wichtige Qualitätsstufe erreicht. Nachdem bereits vor einigen Monaten das Zertifikat für „Servicequalität Deutschland – in Bayern“ aus den Händen von Wirtschaftsminister Martin Zeil und BHG-Präsident Siegfried Gallus in Empfang genommen werden konnte, wurde die Therme nun nach DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.

Hinter dem Zahlen- und Buchstabenkürzel verbirgt sich eine international gültige Norm, die von den zertifizierten Betrieben einiges abverlangt.

Im Falle der Rottal Terme ging es dabei nicht „nur“ um den reinen Badebetrieb. Vielmehr wurden alle Betriebsteile, also auch die physikalische Therapie, alle Wellness- und Kosmetikeinrichtungen, die komplette Gastronomie und der umfangreiche Reinigungsbereich den strengen Prüfkriterien unterzogen. Alleine die komplizierte Materie der Reinigung ist in einem Raumbuch mit mehr als 1000 Seiten eingehend beschrieben. Für die Gastronomie wurde eigens ein Spezialkapitel über HACCP, einem internationalen Standard zur Gefahrenabwehr zum Beispiel in Küchen, entwickelt. Auch technisch wurden dabei eine Reihe von Vorkehrungen getroffen.

Die Auditoren, Olaf Seiche und Elke Bauer vom TÜV Rheinland, waren zwei Tage lang unterwegs, befragten Mitarbeiter, besichtigten die Technik, gingen in weißen Mänteln durch die Küchenbereiche und ließen sich über die Managementbewertung ausgiebig informieren. Am Ende fiel das Urteil sehr positiv aus.

„So gut ist selten ein Unternehmen bei der Erstzertifizierung aufgestellt“, lobte Olaf Seiche bei der Abschlussbesprechung. Es gab überhaupt keine Abweichungen, lediglich einige Hinweise wurden als „Hausaufgabe“ bis zum Überwachungsaudit im nächsten Winter mit auf den Weg gegeben. Auf diese Aussage sind die Thermenmitarbeiter durchaus stolz, denn Olaf Seiche verfügt nicht nur über viele Jahre Erfahrung als Auditor, sondern er gilt auch als ausgewiesener Fachmann für die Bereiche Wellness, Gastronomie und Hotellerie, und das auf internationalem Parkett.

Bei einer ersten kleinen Feierstunde dankte Thermenchef Josef Beil allen Mitarbeitern, die sich seit Monaten mächtig ins Zeug legen mussten, um alle geforderten Kriterien zu erfüllen. Damit hat die Rottal Terme ein weiteres Etappenziel auf dem Weg unter die Top 3 der deutschen Thermen erreicht. Die offizielle Übergabe des Zertifikates erfolgte am 16. Januar. Besonders erfreulich ist für die Rottal Terme, dass sie mit dem Erhalt des Zertifikates gleichzeitig die 3. Stufe von „Servicequalität Deutschland“ erreicht hat – und das dem Vernehmen nach als erste Therme in der gesamten Bundesrepublik. (Text: Viktor Gröll, Rottal Terme)

**Kurverwaltung Bad Birnbach**

Postfach 110

D-84364 Bad Birnbach

Tel. +49/8563/96 30 40

Fax +49/8563/963066

[www.badbirnbach.de](http://www.badbirnbach.de)

[kurverwaltung@badbirnbach.de](mailto:kurverwaltung@badbirnbach.de)

*Sinfonie  
der  
Sinne*



# MEDIZIN NEWS

## 53. Symposion der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie

3. bis 6. März 2010, Congress Center Leipzig

### Erfolgreiche Therapien für hormonell bedingte Erkrankungen

**Hormone aus Drüsen und hormonähnliche Botenstoffe aus den Körperzellen regulieren beim Menschen lebensnotwendige Funktionen von Stoffwechsel, Nerven- und Immunsystem. Funktionieren die Systeme nicht exakt, können Adipositas, Wachstumsstörungen, Schilddrüsenfunktionsstörungen oder Störungen der Sexualfunktion die Folge sein. Über aktuelle Erkenntnisse aus der Erforschung solcher endokrinen Systeme diskutieren Wissenschaftler und Ärzte beim 53. Symposion der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie (DGE). Der Kongress findet vom 3. bis 6. März 2010 erstmals gemeinsam mit der Jahrestagung der Slowakischen Gesellschaft für Endokrinologie in Leipzig statt.**

Experten der Fachtagung informieren im Rahmen des 53. Symposions außerdem Kinder, Jugendliche und Eltern über die Themen „Frühlingsgefühle – Was passiert in der Pubertät?“ und „Zu klein – zu groß – genau richtig? – Größe und Wachstum“. In weiteren öffentlichen Vorträgen zu den Themen „Schilddrüsenerkrankungen“, „Osteoporose“ sowie „Diabetes und Übergewichtserkrankungen“ erläutern sie Patienten aktuelle Diagnose- und Therapieoptionen.

Hormonell bedingte Erkrankungen sind vielfältig und komplex: Wissenschaftler erforschen die endokrinen Systeme, ihre Entwicklung im Laufe der Evolution und ihre genetischen Grundlagen, um daraus erfolgreiche Therapiekonzepte zu entwickeln. „Neben der täglichen Betreuung unserer Patienten ist diese Forschung wichtig“, betont DGE-Tagungspräsident Professor Dr. med. Torsten Schöneberg, Institut für Biochemie der Medizinischen Fakultät, Universität Leipzig. Ein Ziel des 53. Symposions ist deshalb, wissenschaftliche Aktivitäten zu vernetzen, junge Forscher zu fördern und zu unterstützen sowie die Strukturen der Patientenversorgung zu optimieren.

Ein weiterer Schwerpunkt des wissenschaftlichen Programms sind die Adiposi-

tas und damit einhergehende Erkrankungen wie Metabolisches Syndrom und Diabetes mellitus. Diese können hormonell bedingt sein. Übergewicht kann jedoch auch die auslösende Ursache sein. Denn zu viel Fettzellen im Körper beeinflussen über Botenstoffe die Stoffwechselprozesse. Die Erforschung und Behandlung dieser Stoffwechselstörungen ist angesichts hoher Erkrankungszahlen ein wichtiges Thema der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie. Die Experten informieren deshalb in mehreren Veranstaltungen über neue Erkenntnisse auf ihrem 53. Symposion.

Vom 3. bis 6. März 2010 werden rund 80 Referenten in Vorträgen, Workshops, Symposien und interaktiven Fallpräsentationen mit den Teilnehmern diskutieren. „Mit der Slowakei als Partnerland steht in diesem Jahr vor allem der wissenschaftliche Austausch mit Mittel- und Osteuropa im Vordergrund“, meint Professor Schöneberg. Die neuesten Ergebnisse junger Forscher werden in etwa 150 Kurzvorträgen und 140 Postersitzungen vorgestellt und diskutiert. Eine Industrieausstellung rundet das Informationsangebot für Ärzte ab. Die Teilnahmegebühren für den gesamten Kongress liegen zwischen 50 und 290 Euro – abhängig vom Zeitpunkt der

Anmeldung und dem Status des Teilnehmers. Anmeldeformulare, weitere Informationen und das Kongressprogramm finden Interessierte im Internet unter [www.endokrinologie.net](http://www.endokrinologie.net) und [www.dge2010.de](http://www.dge2010.de).

Endokrinologie ist die Lehre von den Hormonen und dem Stoffwechsel sowie den Erkrankungen auf diesem Gebiet. Hormone werden von den endokrinen Drüsen, zum Beispiel Schilddrüse oder Hirnanhangdrüse, aber auch bestimmten Zellen in Hoden und Eierstöcken, „endokrin“ sezerniert, das heißt nach innen in das strömende Blut abgegeben. Im Unterschied dazu geben die „exokrinen“ Drüsen wie beispielsweise die Speicheldrüsen ihre Sekrete nach außen ab, diese in den Verdauungstrakt.

Ihr Kontakt für Rückfragen  
Beate Schweizer

Deutsche Gesellschaft für  
Endokrinologie (DGE)

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931 295

Fax: 0711 8931 167

[Schweizer@medizinkommunikation.org](mailto:Schweizer@medizinkommunikation.org)

[www.endokrinologie.net](http://www.endokrinologie.net)

[www.dge2010.de](http://www.dge2010.de)



# MEDIZIN NEWS

## Die gynäkologische Endokrinologie weiter ausbauen

Hormon- und Stoffwechselerkrankungen bei Frauen interdisziplinär erfolgreich behandeln

**Viele Frauen erhalten Östrogene und Gestagene – die sogenannten weiblichen Hormone – aufgrund hormoneller Erkrankungen. So leiden in Deutschland beispielweise bis zu zehn Prozent der Frauen am Polyzystischen Ovarialsyndrom (PCOS). Hormone verhindern in Form der „Anti-Baby-Pille“ ungeplante Schwangerschaften, sie können aber auch Paaren helfen, die bisher ungewollt kinderlos geblieben sind. Viele Frauen leiden in den Wechseljahren unter verschiedenen Beschwerden, die durch gezielten Einsatz weiblicher Hormone verhindert oder zumindest gelindert werden können.**

„Die Behandlung von PCOS zeigt, wie wichtig die enge Zusammenarbeit verschiedener Experten ist“, meint Professor Dr. med. Thomas Strowitzki, Ärztlicher Direktor der Abteilung für Gynäkologische Endokrinologie, Universitätsklinikum Heidelberg. PCOS macht sich durch unregelmäßigen Zyklus, vermehrte Körperbehaarung, Akne oder auch Haarausfall bemerkbar. Als Spätfolgen können Herz-Kreislauferkrankungen, Gebärmutterkrebs oder Diabetes mellitus auftreten. „Die Aufgabe der gynäkologischen Endokrinologie ist hier eine weitere Betreuung und Beratung der Patientinnen über die Hormonbehandlung hinaus“, betont Strowitzki.

Die Hormon-Therapie wird außerdem bei Frauen eingesetzt, die unter Wechseljahr-Beschwerden leiden. Gynäkologen, Endokrinologen und weitere medizinische Fachgesellschaften veröffentlichten vor kurzem die erste deutsche Leitlinie zur Hormonbehandlung in den Wechseljahren. Darin haben sie die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse für Ärzte und Betroffene zusammengefasst.

Auch die Behandlung bei unerfülltem Kinderwunsch ist ohne die Gabe von Hormonen nicht denkbar: Die hormonelle Stimulation wird insbesondere benötigt, um den Zyklus der Frau und die Follikelreifung als Maßnahme der künstlichen Befruchtung zu beeinflussen. „Die gynäkologische Endokrinologie hat große Fortschritte gemacht und kann heute erfolgreich hormonelle Erkrankungen von Frauen behandeln“, meint Professor Strowitzki. Die Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie (DGE) wird deshalb ihre wissenschaftliche Tagung 2012 unter dem Schwerpunkt „Gynäkologische Endokrinologie“ veranstalten. Professor Thomas Strowitzki, Heidelberg, wird der Tagungspräsident sein.

Der Mediensprecher der DGE, Professor Dr. med. Helmut Schatz, Bochum, weist darauf hin, dass die gynäkologische Endokrinologie immer schon eine große Bedeutung für das gesamte Fach hatte. Das könne man daraus ersehen, dass der in diesem Jahr verstorbene Hamburger Frauenarzt Professor Dr. med. Gerhard Bettendorf eines der nur wenigen

Ehrenmitglieder der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie gewesen sei.

Endokrinologie ist die Lehre von den Hormonen und dem Stoffwechsel sowie den Erkrankungen auf diesem Gebiet. Hormone werden von den endokrinen Drüsen, zum Beispiel Schilddrüse oder Hirnanhangdrüse, aber auch bestimmten Zellen in Hoden und Eierstöcken, „endokrin“ sezerniert, das heißt nach innen in das strömende Blut abgegeben. Im Unterschied dazu geben die „exokrinen“ Drüsen wie beispielsweise die Speicheldrüsen ihre Sekrete nach außen ab, diese in den Verdauungstrakt.

Deutsche Gesellschaft für  
Endokrinologie  
Postfach 30 11 20,  
70451 Stuttgart  
Tel.: 0711 8931 295  
Fax: 0711 8931 167  
Schweizer@medizinkommunikation.org  
www.endokrinologie.net



# MEDIZIN NEWS

## Neue Therapieoption gegen Asthma und Allergien

Charité und Rheuma-Forschungszentrum entdecken umprogrammierbare Immunzellen

Bei der Abwehr von Krankheitserregern durch das Immunsystem spielen bestimmte weiße Blutkörperchen eine zentrale Rolle. Die so genannten T-Helferzellen (Th-Zellen) spezialisieren sich nach ihrer Aktivierung, je nachdem, ob sie etwa Viren, Bakterien oder Parasiten bekämpfen sollen. Manche haben gleichzeitig Allergie verstärkende Eigenschaften und können auch Asthma mit verursachen. Bisher gingen Forscher davon aus, dass die Prägung von Th-Zellen auf einen bestimmten Erregertyp unwiderruflich sei. Nun konnten Immunologen der Charité – Universitätsmedizin Berlin und des Deutschen Rheuma-Forschungszentrums Berlin (DRFZ) erstmals zeigen, dass sich diese Zellen umprogrammieren lassen. Die Entdeckung eröffnet neue Optionen zur Therapie von Asthma, Allergien und anderen immunologischen Erkrankungen.

Wenn Krankheitserreger in den Organismus eindringen, aktiviert dies die Th-Zellen und prägt sie auf genau diese „Angreifer“. Bislang waren fünf Untergruppen von Th-Zellen bekannt. Th1-Zellen bekämpfen krankmachende Keime und Viren innerhalb der Zellen des menschlichen Körpers. Th2-Zellen dagegen wehren außerhalb der Zellen vorkommende Erreger und Parasiten ab. Sie sind aber auch für die Entstehung von Asthma und Allergien verantwortlich. Jeder Th-Zelltyp wird gesteuert von einem bestimmten Genregulator – dem so genannten Schlüssel-Transkriptionsfaktor. Die Prägung der Th-Zellen galt bisher als unumkehrbar.

Eine Forschergruppe der Charité und des DRFZ um Professor Dr. rer. nat. Max Löhning konnte jetzt nachweisen, dass

sich bereits spezialisierte Th2-Zellen umprogrammieren lassen. Dafür injizierten sie Mäusen diese Zellen, die auf die Abwehr von Parasiten geprägt sind. Anschließend infizierten sie die Mäuse aber gezielt mit Viren. Die Virusinfektion löst bestimmte Immunsignale aus. Mit diesen Signalen gelang es den Forschern, die Th2-Zellen auch zur Bekämpfung der viralen Erreger anzuregen.

Sie fanden heraus, dass durch die neue Prägung auf Viren die anfängliche Spezialisierung auf Parasiten nicht verloren geht. Stattdessen entsteht ein neuer Zwischentyp, die so genannten ‚Th2+1‘-Zellen. Sie vereinen in sich das Abwehrpotential beider Untergruppen und erwiesen sich in der Studie als stabil, wie die Wissenschaftler in der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift „Immunity“ berichten: Auch Monate nach Abklingen der Virusinfektion war die neue Abwehrfunktion noch in den Gedächtnis-T-Zellen anzutreffen. Zudem klärten die Forscher die molekularen Grundlagen: Jede der neuen Th-Zellen bildet zwei Schlüssel-Transkriptionsfaktoren – sowohl den Genregulator zur Parasitenabwehr als auch den Faktor zur Virusbekämpfung.

Diese grundlegenden Erkenntnisse fördern nicht nur das Verständnis von ‚Lernprozessen‘ in Immunzellen. Sie eröffnen auch neue Wege zur Therapie von Asthma und Allergien. Denn besonders die gegen Parasiten gerichteten Th2-Zellen tragen zur Entstehung dieser Erkrankungen maßgeblich bei. „Durch das Umprogrammieren in die neue Hybridform hoffen wir, die Allergie verstärkenden Eigenschaften dieser Helferzellen schwächen zu können“, sagt Professor Löhning. „Diese therapeutische Anwendung erforschen wir derzeit.“ Seine von der VolkswagenStiftung im Rahmen des Lichtenberg-Programms ge-

förderte Arbeitsgruppe an der Medizinischen Klinik für Rheumatologie und Klinische Immunologie der Charité arbeitet eng mit dem DRFZ Berlin zusammen.

Die Studie zeige, wie wichtig Grundlagenforschung für die Entwicklung neuer Therapien sei, betonen Professor Dr. med. Gerd-Rüdiger Burmester, Direktor der Medizinischen Klinik für Rheumatologie und Klinische Immunologie, und Professor Dr. rer. nat. Andreas Radbruch, Direktor des DRFZ: „Allergien und Asthma nehmen in den Industrieländern seit Jahrzehnten zu. Unsere Entdeckung könnte die Behandlung immunologischer Erkrankungen in der Zukunft verbessern und den Betroffenen helfen.“

Quelle: Hegazy et al., „Interferons direct Th2 cell reprogramming to generate a stable GATA-3+T-bet+ cell subset with combined Th2 and Th1 cell functions“, Immunity (2010), doi:10.1016/j.immuni.2009.12.004

Kontakt:

Prof. Dr. Max Löhning  
Medizinische Klinik für  
Rheumatologie und

Klinische Immunologie –  
Lichtenberg – Professur für  
Experimentelle Immunologie–

Charité – Universitätsmedizin Berlin  
Deutsches Rheuma-Forschungs-  
zentrum Berlin (DRFZ)

Charitéplatz 1  
10117 Berlin

Telefon: 030 28 460 760

E-Mail: loehning@drfz.de



# MEDIZIN NEWS

## Testosteronhaltige Salben im Test Trockene Augen durch Mangel an Sexualhormon

**Eine entscheidende Ursache für trockene Augen bei Männern und Frauen ist ein Mangel an männlichen Sexualhormonen: Ein Testosteronmangel senkt nicht nur die Menge der abgesonderten Tränenflüssigkeit. Auch deren Verdunstung ist dadurch beschleunigt. Entzündungen und Hornhautschäden sind die Folge. Inwieweit hormonhaltige Salben abhelfen könnten, gilt es zu prüfen, betont die Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG).**

Zwischen fünf und 35 Prozent der über 50-Jährigen klagen über trockene Augen, Frauen häufiger als Männer: Die Augen brennen und röten sich, abends ermüden sie schnell. Morgens sind häufig die Lider verklebt. Oft haben die Betroffenen das Gefühl, einen Fremdkörper oder Sand in den Augen zu haben. Trockene Augen sind aber nicht nur lästig. „Sie sind auch ein Gesundheitsrisiko“, warnt DOG-Pressesprecher Professor Dr. med. Christian Ohrloff. Denn die Tränenflüssigkeit schützt das Auge vor Infektionen und versorgt die Hornhaut mit Sauerstoff und Nährstoffen. „Menschen mit trockenen Augen sind anfälliger für Bindehautentzündungen und Schäden an der Hornhaut“, sagt der Direktor der Universitäts-Augenklinik in Frankfurt am Main.

Eine wesentliche Ursache für trockene Augen sind nach Aussagen der Experten hormonelle Veränderungen. Denn im Alter produzieren sowohl Männer als auch Frauen weniger Testosteron. Forscher haben inzwischen herausgefunden, dass männliche Sexualhormone die Tränendrüsen beeinflussen. „Experimente zeigen, dass Testosteron direkt auf die Tränendrüsen wirkt und so die Bildung der Tränenflüssigkeit steigert“, sagt Ohrloff.

Der Mangel des männlichen Geschlechtshormons stört zudem die Funktion der so genannten Meibom-Drüsen. Diese sitzen in den Augenlidern und geben ein öliges Sekret in den Lidspalt ab. Mit jedem Lidschlag verteilt sich das Meibom-Öl auf dem Tränenfilm und verhindert so, dass Tränenflüssigkeit zu schnell verdunstet. „Zuerst wurde diese ‚meibomian gland dysfunction‘ bei Patienten mit angeborenem Testosteronmangel oder bei Menschen mit Prostatakrebs beobachtet“, berichtet Professor Ohrloff. Bei letzteren gehöre es zur Behandlung, die Bildung von Testosteron zu blockieren. Trockene Augen sind die Folge. „Inzwischen wissen wir, dass die Meibom-Drüsen auf Testosteron ebenfalls rezeptorgesteuert reagieren – mit einer vermehrten Ausschüttung von Meibom-Öl“, erläutert Professor Ohrloff. Weibliche Geschlechtshormone wirken entgegengesetzt. Dies belegen Untersuchungen an Frauen, die nach den Wechseljahren mit Östrogenen behandelt werden: Sie leiden häufiger unter trockenen Augen.

Laut DOG weist eine amerikanische Studie der Industrie darauf hin, dass Testosteronsalben die Produktion der Tränenflüssigkeit und des Meibom-Öls steigern können. Der Nutzen für den Patienten müsse jedoch genau untersucht werden, bevor derartige Salben zum Einsatz kommen, betont Ohrloff. Denn die künstliche Zufuhr von Testosteron kann – auch als Salbe verabreicht – unter Umständen das hormonelle Gleichgewicht stören.

### Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG)

70451 Stuttgart  
Tel. 0711 8931 552  
Fax 0711 8931 167  
voormann@medizinkommunikation.org  
www.dog.org

## Studie: Ärzten sind Online-Bewertungen egal. Viele Mediziner wissen nicht, was über sie geschrieben wird.

Das Gros der niedergelassenen Ärzte weiß nicht, ob sie auf Arztbewertungsportalen im Internet schon einmal bewertet wurden. Das hat die Stiftung Gesundheit in ihrer Studie „Ärzte im Zukunftsmarkt Gesundheit 2009“ ermittelt. Nur 22,7 Prozent der befragten niedergelassenen Ärzte, Zahnärzte und Psychologischen Psychotherapeuten gaben an, schon einmal bewertet worden zu sein. Jeder Zehnte verneinte dies. Die überwiegende Mehrheit, rund zwei Drittel (67,3 Prozent), weiß nicht, ob sie schon einmal bewertet wurden.

Auch scheint die große Mehrheit der Ärzte in Bezug auf die Bewertungsportale ehrlich vorzugehen. Auf die Frage „Haben Sie schon mal Mitarbeiter oder Bekannte angeregt, ein paar positive Bewertungen für Sie abzugeben?“ antwortete niemand mit „ja“, obwohl es sich um eine anonyme Studie handelt. Lediglich zwei Prozent sagten: „Ich stimme dem eher zu“. 80 Prozent lehnte dies ab, die übrigen 18 Prozent antworteten „weder noch“.

Durchgeführt wurde die repräsentative Studie von der Gesellschaft für Gesundheitsmarktanalyse (www.ggma.de) im Auftrag der Stiftung Gesundheit. Die Ergebnisse basieren auf den Antwortsets von 1.131 repräsentativ ausgewählten niedergelassenen Ärzten, Zahnärzten und Psychologischen Psychotherapeuten. Die Kurzfassung der Studie steht online unter [www.stiftung-gesundheit.de/forschung/studien.htm](http://www.stiftung-gesundheit.de/forschung/studien.htm)

### Stiftung Gesundheit

Vorsitzender des Vorstands:  
Dr. Peter Müller  
Behringstraße 28 a  
22765 Hamburg  
Tel. 040/80 90 87-0  
Fax 040/80 90 87-555  
E-Mail: [info@stiftung-gesundheit.de](mailto:info@stiftung-gesundheit.de)  
[www.stiftung-gesundheit.de](http://www.stiftung-gesundheit.de)



# PHARMA NEWS

## Azelastin Nasenspray – Eine maßgeschneiderte Therapie bei allergischer und nicht-allergischer Rhinitis

### Schnell wirksame und effektive Behandlung für eine bessere Lebensqualität

Häufiges Niesen, eine verstopfte und juckende Nase und tränende Augen – Rhinitissymptome sind nicht nur lästig, sondern können auch massiv die Lebensqualität von Betroffenen beeinträchtigen. Um die negativen Auswirkungen auf Patienten mit allergischer und nicht-allergischer Rhinitis so gering wie möglich zu halten, ist eine maßgeschneiderte Therapie von großer Bedeutung. Für Patienten ist eine effektive Medikation, die schnell hilft und gut verträglich ist, am wichtigsten. Ein kürzlich veröffentlichter Übersichtsartikel von Horak und Zieglmayer aus dem Jahr 2009[1] zeigt, dass das Antihistamin-Nasenspray Azelastin (Allergodil®) die wesentlichen Anforderungen der Patienten erfüllt. Azelastin, topisch als Nasenspray eingesetzt, ist effektiv, hilft schnell (alle Symptome werden innerhalb

von 15 Minuten gelindert) und wird gut vertragen. Außerdem kann es im Bedarfsfall zur Behandlung sowohl von allergischer als auch von nicht-allergischer Rhinitis bei Erwachsenen und Kindern eingesetzt werden. Azelastin zeigt eine größere Effektivität im Vergleich zu oralen und anderen intranasalen Antihistaminika, ebenso wie zum intranasalen Kortikosteroid Mometasonfuroat. Seine Wirksamkeit ist vergleichbar mit dem potenten intranasalen Kortikosteroid Fluticasonpropionat. Ferner lässt sich eine erhöhte klinische Wirkung feststellen, wenn Azelastin und Fluticasonpropionat als Nasenspray kombiniert werden. Die Kombinationstherapie reduziert die Symptome der allergischen Rhinitis effektiver als ein Wirkstoff allein.

### Azelastin ist oralen Antihistaminika überlegen

Behandlungsrichtlinien der Joint Task Force (ein US-amerikanisches Gremium verschiedener Asthmavereinigungen), der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und ARIA\*\* (eine Nichtregierungsorganisation) empfehlen Antihistaminika (topisch und oral) als Mittel der ersten Wahl bei Patienten mit allergischer Rhinitis. Jedoch hat die topische Behandlung viele Vorteile gegenüber der oralen. Bei der Therapie von allergischer Rhinitis ist Azelastin Nasenspray effektiver als orale Antihistaminika und wirkt schneller.[2] Die topische Anwendung von Azelastin Nasenspray hat sich auch bei Rhinitispatienten als wirksam erwiesen, die zumindest noch moderate Symptome nach der Behandlung mit oralen Antihistaminika zeigten.[3],[4] Außerdem hilft Azelastin Nasenspray bei einer verstopften Nase ohne dabei einen sedativen Effekt zu haben. Darum kann die Monotherapie mit Azelastin Nasenspray auch eine sinnvolle Behandlungs-

option für Patienten sein, die gegen eine vorherige orale Antihistamintherapie resistent geworden sind.[5] Laut Horak und Zieglmayer[1], lässt sich die höhere Wirksamkeit der topischen Verabreichung dadurch erklären, dass die Arznei mit einem Nasenspray direkt auf die Nasenschleimhaut – dem Ort der allergischen Entzündung – appliziert werden kann. Die direkte Anwendung bewirkt, dass im Vergleich zu systemisch verabreichten Medikamenten die Antihistaminkonzentration höher ist. Außerdem werden durch die topische Verabreichung das Risiko von Reaktionen mit einem Begleitmedikament und die Gefahr von systemischen Nebenwirkungen minimiert.[1]

### Schnellere Wirkung als bei Kortikosteroiden

Intranasale Kortikosteroide können auch als Erstbehandlung bei Patienten erwogen werden, die schwerere Symptome der allergischen Rhinitis aufweisen. Obwohl die entzündungshemmende Wirkung von Azelastin Nasenspray geringer ist als bei intranasalen Kortikosteroiden, hat Azelastin diesen gegenüber auch viele Vorteile. Von großer Bedeutung hierbei ist, dass Azelastin nur dann angewendet werden muss, wenn es wirklich benötigt wird. Dies unterscheidet Azelastin von nasalen Steroiden, die eine bis vier Wochen vor dem erwarteten Beginn der jeweiligen Rhinitissaison eingesetzt werden müssen. Im Vergleich zu Mometasonfuroat zeigt Azelastin auch einen schnelleren Wirkeintritt. Diese Vorteile von Azelastin Nasenspray gegenüber intranasalen Kortikosteroiden wurden in einer von Patel und Kollegen veröffentlichten Studie im American Journal of Rhinology deutlich.[6] In dieser Studie hatte Mometason nach 8 Stunden noch keinen Effekt auf die nasalen Symp-





# PHARMA NEWS

tome, während sich die Wirkung von Azelastin innerhalb von 15 Minuten zeigte und während der ganzen 8-stündigen Allergenbelastung anhält.[6] Azelastin Nasenspray war sowohl bei Patienten mit allergischer, als auch mit nicht-allergischer Rhinitis im Hinblick auf eine verbesserte Lebensqualität und einer Verringerung der Rhinitissymptome ähnlich effektiv wie das intranasale Kortikosteroid Fluticasonpropionat.[7] Jedoch zeigte Azelastin einen wesentlich schnelleren Wirkeintritt.[7] Die Kombination von Azelastin und Fluticasonpropionat Nasenspray hat das Potenzial, die klinische Wirkung bei Patienten zu erhöhen. Die Verabreichung beider Wirkstoffe verringerte die Symptome bei Patienten mit allergischer Rhinitis mehr als ein Wirkstoff allein.[8] Die Kombination verbesserte die nasalen Symptome um 37,9% verglichen mit 27,1% bei Fluticasonpropionat und 24,8% bei Azelastin Nasenspray. Darum ist diese Kombination optimal für die Behandlung von moderaten bis schweren Symptomen einer allergischen Rhinitis geeignet.[8]

## Zusammenfassung

Millionen Menschen auf der ganzen Welt leiden an Rhinitis – Tendenz steigend! Die Symptome beeinträchtigen die Lebensqualität der Patienten massiv. Die Tatsache, dass 66% der Erwachsenen, die unter der Allergie leiden, mit ihrer aktuellen Allergiemedikation aufgrund mangelnder Wirksamkeit unzufrieden sind[9], macht deutlich, dass eine effektive und zweckmäßige Therapie mit gutem Sicherheitsprofil dringend nötig ist. Unter den derzeit verfügbaren Rhinitismedikamenten weist Azelastin Nasenspray einen der schnellsten Wirkeintritte auf (15 Minuten beim Nasenspray und etwa 3 Minuten bei Augentropfen)[2],[10], und die Wirkung hält bis zu 12 Stunden an.[11] Außerdem ermöglicht Azelastin Nasenspray eine flexible Dosierung (d.h. ein oder zwei Stöße pro Nasenloch zweimal täglich) und Anwendung (z.B. kontinuierlich oder bei Bedarf).

Somit kann die Anwendung entsprechend der Patientenbedürfnisse gestaltet werden. Die Behandlungsoption, Azelastin nur bei Bedarf einzusetzen, ist eine wichtige Voraussetzung für die Patientencompliance. Zusammenfassend gilt, dass Azelastin, eine nichtsteroidale Form der Behandlung von allergischer und nicht-allergischer Rhinitis, eine den Steroiden überlegene Wirksamkeit hat, jedoch ohne deren Nebenwirkungen!

- [1] Horak F, Ziegler UP 2009, Clin Immunol 5(6): 659-69
- [2] Horak F et al 2006, Curr Med Res Opin, 22: 151-7
- [3] Berger WE, White MW 2003, Ann Allergy Asthma Immunol 91: 205-11
- [4] LaForce et al 2004, Ann Allergy Asthma Immunol, 93: 154-9
- [5] Lee C, Corren J 2007, Expert Opin Pharmacother 8: 701-9
- [6] Patel P et al 2007, Am J Rhinol 21: 499-503
- [7] Behncke VB et al 2006, J Allergy Clin Immunol 117: 263
- [8] Rater PH et al 2008, Ann Allergy Asthma Immunol 100(1): 74-81
- [9] Anon 2006, survey of nasal allergy sufferers, HealthSTAR Communications
- [10] Friedlaender MH et al 2000, Ophthalmology 107:2152-7
- [11] Greiff L et al 1997, Clin Exp Allergy 27: 438-44
- \*Allergodil, Lastin, Aflun sind Handelsmarken der MEDA Pharma GmbH & Co KG.
- \*\* Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma

Weiterführende Informationen:

[www.azelastine.info](http://www.azelastine.info)  
[www.medase.de](http://www.medase.de)

AzelastinENews:

Ein neuer E-Mail Newsletter über allergische Rhinitis, der Patienten jetzt eine neue Möglichkeit bietet, aktuelle und hilfreiche Informationen über ihre Krankheit abzurufen. AzelastinENews wird vier Mal im Jahr in Englisch, Spanisch, Italienisch, Französisch, Polnisch und Tschechisch herausgegeben. Der Newsletter kann auf dem Azelastin Internetportal <http://www.azelastine.info> bestellt werden.

MEDA PHARMA GMBH & CO. KG

BENZSTRASSE 1

61352 BAD HOMBURG

DEUTSCHLAND

TEL.: +49 6172 888 2631

[larisa.leibersperger@medapharma.de](mailto:larisa.leibersperger@medapharma.de)



# PHARMA NEWS

## Neue Studien: Hohe Wirksamkeit von Ticagrelor bestätigt

- Rasch einsetzende Hemmung der Thrombozytenaggregation
- Wirksamkeit bei großer Zahl von Patienten

Im Rahmen einer Pressekonferenz hat AstraZeneca in Frankfurt/M. über die Ergebnisse der Phase-II-Studien ONSET/OFFSET1 und RESPOND2 sowie über eine Sub-Analyse der PLATO-Studie3 informiert. Alle drei Studien zeigen eine hohe Effizienz des Thrombozytenaggregationshemmers Ticagrelor. Die entsprechenden Daten wurden jüngst während der Jahrestagung der American Heart Association in Orlando, Florida, vorgestellt.

Die Daten zum Wirkungseintritt (Onset) und zur Wiederherstellung der Thrombozytenaggregation (Offset) zeigen, dass Ticagrelor im Vergleich zu Clopidogrel (jeweils in Kombination mit Aspirin) bei Patienten mit stabiler koronarer Herzkrankheit zu einer schnelleren Hemmung der Thrombozytenaggregation (inhibition of platelet aggregation, IPA) führt. Diese liegt unter Clopidogrel nach 30 Minuten bei 8 Prozent, während der Wert zum selben Zeitpunkt unter Ticagrelor bei 41 Prozent liegt ( $p < 0,0001$ ). Zwei Stunden nach der ersten Dosis erreichen rund 98 Prozent der Ticagrelor-Patienten einen IPA-Wert von 50 Prozent, die Zahl der Clopidogrel-Patienten liegt bei 31 Prozent. Zum selben Zeitpunkt liegt der Anteil der Patienten mit einem IPA-Wert von 70 Prozent unter Ticagrelor bei 90 Prozent aller Studienteilnehmer und dagegen unter Clopidogrel nur bei 16 Prozent. Zudem blieb die beobachtete Hemmung der Thrombozytenaggregation unter Ticagrelor in der Erhaltungsphase zu allen Zeitpunkten stabil (0,5, 1, 2, 4, 8, 24 Stunden und 6 Wochen nach der ersten Behandlungsdosis,  $p < 0,0001$ ). Darüber hinaus führt Ticagrelor zu einem schnelleren Offset als unter Clopidogrel. So ist der IPA-Wert drei Tage nach der letzten Ticagrelor-Gabe vergleichbar mit jenem fünf Tage nach der letzten Einnahme von Clopidogrel.

Die RESPOND-Studie untersuchte bei 98 Patienten mit stabiler koronarer Herzkrankheit (KHK / coronary artery disease, CAD) die Hemmung der Thrombozytenaggregation durch Ticagrelor sowohl bei Clopidogrel-Respondern als auch bei Clopidogrel-Non-Respondern. Beim Wechsel der Clopidogrel-Responder zu Ticagrelor kommt es zu einem mittleren IPA-Anstieg von 26 Prozent. Die Umstellung von Ticagrelor zu Clopidogrel führt zu einem IPA-Abfall von 24 Prozent. Demnach ist bei der Umstellung von Clopidogrel auf Ticagrelor keine Unterbrechung der Thrombozytenaggregationshemmung zu erwarten.

Auch bei den Clopidogrel Non-Respondern war die plättchenaggregationshemmende Wirkung von Ticagrelor größer auch wenn der primäre Endpunkt nicht signifikant war. Die Ticagrelor-Wirkung wurde nicht vom Clopidogrel Response-Status beeinflusst.

Die Sub-Analyse der PLATO-Auswertung betraf Patienten mit der schwersten Form des akuten Koronarsyndroms, dem sogenannten ST-Hebungs-Myokardinfarkt (ST-segment elevation myocardial infarction, STEMI). Bei STEMI-Patienten ist das Risiko für schwere und potenziell tödliche Komplikationen besonders groß. Sie müssen sofort schnellwirksame antithrombotische Wirkstoffe erhalten und sich einem Noteingriff, der sogenannten perkutanen koronaren Intervention (Percutaneous Coronary Intervention, PCI), unterziehen. Nur so lässt sich der arterielle Blutfluss wiederherstellen.

Die Sub-Analyse zeigte, dass Ticagrelor verglichen mit Clopidogrel kardiovaskuläre Ereignisse (Gruppe: Herz-Kreislauf-Tod, Herzinfarkt und Schlaganfall) im Verlaufe eines Jahres signifikant um 15 Prozent reduziert (Ticagrelor 9,3 Prozent

vs. Clopidogrel 11,0 Prozent,  $p = 0,02$ ). Dabei kommt es unter Ticagrelor nicht zu einer Zunahme schwerer Blutungen (Ticagrelor 9,0 Prozent gegenüber Clopidogrel 9,3 Prozent,  $p = 0,63$ ). Diese Wirksamkeitsbefunde werden getrieben von einer statistisch signifikanten Reduktion der Herzinfarkte (Ticagrelor 4,7 Prozent vs. Clopidogrel 6,1 Prozent,  $p = 0,01$ ). Der beobachtete therapeutische Nutzen von Ticagrelor nimmt für STEMI-Patienten im Laufe der Zeit sogar zu.

Ticagrelor zeigte darüber hinaus einen positiven Effekt auf die Stentthrombose-rate. Unter Ticagrelor kam es zudem im Vergleich zu Clopidogrel innerhalb von einem Jahr zu einer relativen Senkung der Gesamtmortalität um 18 Prozent (Ticagrelor 6,0 Prozent vs. Clopidogrel 4,9 Prozent,  $p = 0,04$ ).

Bereits im August dieses Jahres waren während des Kongresses der European Society of Cardiology4 und im New England Journal of Medicine (NEJM)4 Daten der PLATO-Gesamtstudie veröffentlicht worden. Danach ist Ticagrelor der erste Hemmer der Thrombozytenaktivität (Thrombozytenaggregationshemmer), der bei Patienten mit akutem Koronarsyndrom (acute coronary syndrome, ACS) die Zahl von Herz-Kreislauf-Todesfällen und Herzinfarkten stärker senkt als der derzeitige Therapiestandard Clopidogrel, ohne dabei das Risiko für schwere Blutungen zu erhöhen.

### Weiterführende Informationen

Es handelt sich um eine randomisierte multizentrische, doppelblinde, Parallelgruppenstudie mit Patienten, die an einer stabilen koronaren Herzkrankheit (KHK / coronary artery disease, CAD) leiden und mit Aspirin behandelt wurden. Die klinische Studie sollte bei diesen Patienten



# PHARMA NEWS

den Onset sowie die Offset-Rate der Thrombozytenaggregationshemmung durch Ticagrelor gegenüber Clopidogrel untersuchen. 123 Patienten erhielten über 6 Wochen Ticagrelor (180 mg Sättigungsdosis, dann zweimal täglich 90 mg [n=57]) oder Clopidogrel (600 mg Sättigungsdosis, dann einmal täglich 75 mg [n=54]) oder Placebo (n=12). Die gesamte Studiendauer lag für jeden Patienten bei etwa 10 Wochen.

## RESPOND-Studie<sup>2</sup>

Es handelt sich um eine internationale, randomisierte, multizentrische Phase-II-Studie. Es sollte die Wirkung von Ticagrelor bei Clopidogrel-Respondern und Clopidogrel-Non-Respondern mit stabiler koronarer Herzkrankheit (KHK / coronary artery disease, CAD) untersucht werden (n=98). In einem zweiphasigen Crossover-Design erhielten Clopidogrel-Non-Responder (n=41) und Responder (n=57) in einer ersten Periode über 14 Tage randomisiert entweder Clopidogrel (600 mg Sättigungsdosis, dann einmal täglich 75 mg) oder Ticagrelor (180 mg Sättigungsdosis, dann zweimal täglich 90 mg). In einer zweiten Behandlungsperiode wurden alle Non-Responder auf die jeweilige andere Behandlung umgestellt. Die Hälfte der Responder setzte ihre Behandlung fort, während die zweite Hälfte der Patienten auf die jeweils andere Therapie umgestellt wurde. Die Studie sollte bei Clopidogrel-Non-Respondern die thrombozytenaggregationshemmende Wirkung der in der PLATO-Studie verwendeten Dosierung von Ticagrelor untersuchen. Ferner sollte die Plättchen-Funktion bei einer Umstellung der Therapie von Clopidogrel auf Ticagrelor und vice versa untersucht werden.

## PLATO-Studie (Platelet Inhibition and Patient Outcomes) – STEMI Sub-Analyse<sup>3</sup>

In dieser Subgruppe der Phase-III-Studie erhielten 4.201 ACS-Patienten mit STEMI eine Ticagrelor-Sättigungsdosis von 180 mg, gefolgt von zweimal täglich 90 mg Ticagrelor plus Aspirin. 4.229 Patienten erhielten eine 300 mg Clopidogrel-Sättigungsdosis (bei PCI konnten zusätzlich

300 mg Clopidogrel gegeben werden) gefolgt von täglich 75 mg Clopidogrel plus Aspirin. Die Behandlungsdauer betrug 6 -12 Monate.

## PLATO-Studie (Platelet Inhibition and Patient Outcomes)<sup>4</sup>

In der internationalen Phase-III-Head-to-Head-Studie wurden 18.624 Patienten in 43 Ländern daraufhin untersucht, ob die Behandlung des akuten Koronarsyndroms mit Ticagrelor (plus Aspirin) wirksamer und genauso sicher ist wie mit Clopidogrel (plus Aspirin). Das Design der Studie war so angelegt, dass die klinische Praxis der Versorgung von Patienten mit akutem Koronarsyndrom widerspiegelt wurde. So waren sowohl invasiv als auch rein medikamentös behandelte Patienten eingeschlossen. Ticagrelor ist der erste reversible Thrombozytenaggregationshemmer, während die Vergleichssubstanz Clopidogrel aus der chemischen Klasse der Thienopyridine ein irreversibler Hemmstoff der Thrombozyten ist.

## Ticagrelor

Ticagrelor ist ein oral einzunehmendes Medikament zur Hemmung der Aktivität der Thrombozyten (Thrombozytenaggregationshemmer). Es befindet sich derzeit in der klinischen Prüfung. Ticagrelor ist der erste reversible orale Adenosinphosphat (ADP)-Rezeptorantagonist und hemmt selektiv das P2Y<sub>12</sub>, einen wichtigen Rezeptor für ADP. Die ADP-Rezeptorblockade hemmt die Aggregation der Thrombozyten (Thrombozytenaggregation) und verhindert so das Auftreten erneuter Blutgerinnsel.

Ticagrelor ist der erste Wirkstoff in der neuen chemischen Klasse der sogenannten CPTPs (Cyclo-Pentyl-Triazolopyrimidine), die sich von den Thienopyridinen wie Clopidogrel und Prasugrel chemisch unterscheiden.

1. Gurbel P, Bliden K, Butler K et al. A Randomised Double-Blind Study to Assess the Onset and Offset of the Antiplatelet Effects of Ticagrelor versus Clopidogrel in Patients with Stable Coronary Artery Disease. *Circulation* 2009;120 (18 supplement); S1143 Abs 5762

2. Gurbel P, Bliden K, Antonio M et al.

The Effect of Ticagrelor in Stable Coronary Artery Disease Patients Nonresponsive to Clopidogrel: The RESPOND Study. *Circulation* 2009;120 (18 supplement); S1173 Abs 5901

3. Storey R, Patil S, Ecob R et al. More Rapid and Consistent Inhibition of Platelet Aggregation is Achieved by Loading with Ticagrelor Compared to Clopidogrel in Patients with Acute Coronary Syndromes: Results from the PLATO PLATELET Sub-study. *Circulation* 2009;120 (18 supplement); S1102 Abs 5495

4. Wallentin L, et al, Ticagrelor versus Clopidogrel in Patients with Acute Coronary Syndromes *NEJM* 2009; 361: 1045-57.

Bestimmte in dieser Meldung enthaltene Aussagen, bei denen es sich weder um ausgewiesene finanzielle Ergebnisse noch um andere historische Daten handelt, sind vorausblickender Natur. Es geht dabei insbesondere um Prognosen künftiger Ereignisse, Trends, Pläne oder Ziele. Solche Aussagen sind nicht als absolut gesichert zu betrachten, da sie naturgemäß bekannten und unbekanntem Risiken und Unwägbarkeiten unterliegen und durch andere Faktoren beeinflusst werden können, in deren Folge die tatsächlichen Ergebnisse und die Pläne und Ziele AstraZenecas wesentlich von den getroffenen oder implizierten prognostischen Aussagen abweichen können. AstraZeneca verpflichtet sich nicht, diese Aussagen öffentlich zu aktualisieren oder zu revidieren, weder im Lichte neuer Informationen, künftiger Ereignisse noch aus anderen Gründen.

## Ansprechpartner:

Dr. Friedrich von Heyl  
Tel. +49-4103-708-3878  
friedrich.vonheyhl@astrazeneca.com

Dagmar Hinz  
Tel. +49-4103-708-3760  
dagmar.hinz@astrazeneca.com

Matthias Mezele  
Tel. +49-4103-708-3883  
matthias.mezele@astrazeneca.com



## Spenden für Deutschland

»Auch in Deutschland brauchen Menschen Hilfe. Unterstützen Sie den Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. mit Ihrer Spende. Danke.«

Spenden: Bank für Sozialwirtschaft | BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.**

Info-Telefon: 0180 5000 314 (12 ct / min)  
[www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)

# PHARMA NEWS

## Umfangreiche Erhebung zum Lungenkrebs in Deutschland

### Epidemiologische Registerstudie an 6.000 NSCLC-Patienten gestartet

Mit der Aufnahme der ersten Patienten in die REASON-Studie wurde in Deutschland jetzt eine der umfangreichsten epidemiologischen Registerstudien zum nicht-kleinzelligen Bronchialkarzinom (non-small cell lung cancer, NSCLC) gestartet. Am 13. November wurde das letzte von drei initialen Prüfertreffen erfolgreich durchgeführt. Damit ist ein Großteil der teilnehmenden Zentren bereit für den Patienteneinschluss. Die nicht-interventionelle Studie (NIS) soll rund 6.000 Patienten umfassen. Sie soll über das Auftreten (Prävalenz) von EGFR-Mutationen Aufschluss geben. Darüber hinaus sind unter anderem gesundheitsökonomische Fragestellungen Teil der großangelegten Untersuchung. Die Studie richtet sich an NSCLC-Patienten, die sich bereits in einem späten Krankheitsstadium (Stadium III/IV) befinden.

„Bei diesen Patienten kann der EGFR-Mutationsstatus ausschlaggebend für die Therapieentscheidung sein“, sagte der koordinierende Studienleiter, Dr. med. Wolfgang Schütte, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin II, Krankenhaus Martha Maria, Halle-Dörlau.

Der positive EGFR-Mutationsstatus wird mit spezifischen klinisch-pathologischen Eigenschaften von Patienten in Verbindung gebracht. So sind die meisten Mutationen bei Patienten mit Adenokarzinom zu erwarten. Zudem ist die Inzidenz bei Patienten, die nie geraucht haben, erhöht. (1) „Überwiegend beruhen diese Erkenntnisse bisher jedoch auf Daten asiatischer Patienten“, so Schütte weiter. „REASON soll nun die Prävalenz des EGFR-Mutationsstatus bei deutschen Patienten mit vorwiegend kaukasischer Herkunft aufzeigen und den Zusammenhang

mit wichtigen klinisch-pathologischen Parametern klären“.

Studienteilnehmer werden bis Oktober 2011 in bis zu 130 teilnehmenden Zentren – davon etwa 100 Schwerpunktkliniken und 30 hämatologisch/onkologischen sowie pneumologischen Praxen – aufgenommen. Bei den Patienten wird sowohl der EGFR-Mutationsstatus als auch die Erstlinientherapieentscheidung erfasst. Bei EGFR-mutationspositiven Patienten werden zudem unter praxisnahen Bedingungen Daten zu Verlauf und Ergebnis der Erstlinienbehandlung sowie die Zweitlinientherapieentscheidung erfasst.

„Die Ergebnisse von REASON können dazu beitragen, die Entscheidung zur Diagnostik und Therapie von NSCLC-Patienten deutlich zu erleichtern“, erklärte Dr. med. Kai Richter, Medizinischer Direktor und Mitglied der Geschäftsleitung, AstraZeneca Deutschland. „Die Studie wird zudem Aufschluss über die derzeitige Behandlungspraxis von Lungenkrebs in Deutschland geben“, so Richter abschließend.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage [www.astrazeneca.de](http://www.astrazeneca.de)

## IMPRESSUM

### Verlag und Herausgeber:

Media Agentur Klaus Lenser  
Brockhoffstr. 4, 48143 Münster  
Tel.: +49(0)25 1/5303651  
Fax: +49(0)25 1/5303653  
E-Mail: [gour-med@gour-med.de](mailto:gour-med@gour-med.de)  
Internet: [www.gour-med.de](http://www.gour-med.de)

**Inhaber:** Klaus Lenser

**Chefredakteur:** Klaus Lenser

### Redaktion:

Horst-Dieter Ebert (Reise, Buch und Kolumne)  
Dr. Roland Kindinger (Medizin)  
Armin Roßmeier (Fernsehkoch)  
Anne Wantia (Reise)  
Gunther Schnatmann (Reise)

**Satz:** Thomas Schauder

### Redaktionsbüros im Ausland:

#### Australien:

Jürgen Corleis  
Abbotsford, NSW 2046  
E-Mail: [jcorleis@optusnet.com.au](mailto:jcorleis@optusnet.com.au)  
Tel.: 006 12/47 57/18 73

#### Japan:

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

**Erscheinungsort:** 48143 Münster

Der **Online Bezug** von **Gour-med** ist z. Z. kostenfrei, zu einem späteren Zeitpunkt werden die Nutzer der Homepage ein Kenn- und Passwort erhalten, dann wird eine jährliche Bezugsgebühr berechnet, über die Höhe und die Bedingungen werden die Nutzer rechtzeitig informiert.

### Abonnement:

Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlages bestehen keine Ansprüche. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingeschickte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen. Gezeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Der Verlag behält sich eine Kürzung der eingesandten Leserbriefe vor. Gerichtsstand und Erfüllungsort ist Münster.



## Spenden für Deutschland

»Auch Menschen in Ihrer Nähe brauchen Hilfe.  
Ich unterstütze den Bundesverband Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.  
Helfen Sie durch Ihre Spende. Danke.«

Spenden: Bank für Sozialwirtschaft | BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.**

Info-Telefon: 0180 5000 314 (12 ct / min)  
[www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)