

# Gour-med<sup>®</sup>

DAS MAGAZIN FÜR ÄRZTE

+ THERME EUROPA

## BESONDERS EMPFEHLENSWERT

Restaurant La Terrasse  
im Parkhotel Bremen  
– ein verdienter Stern  
für Heiko Schulz

## DER GENIESSER TIPP

Gesunde Tipps zum Nach-  
kochen von Armin Roßmeier

## DER BESONDERE TIPP

VDP stellt Überraschungs-  
weinkiste vor  
Neue Bücher von H.-D. Ebert  
Stars, Food & Art in der  
Luxus Hotel Gruppe Sofitel  
entdeckt von Anne Wantia  
Reisen über Fluss und Meer  
Toscana, das Castello  
de Nero und seine Weine  
empfiehlt sich

## NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN

## MEDIZIN NEWS

## PHARMA NEWS

**3/4-2010**

28. JAHRGANG

ISSN 0177-3941

**H 54575**



Rücken vom Maibock mit gedörrten Strauchtomaten, Aquerello-Risotto mit Gorgonzola und Pfifferlings-  
Oliven-Gemüse von Heiko Schulz, Restaurant La Terrasse im Park Hotel Bremen

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)

# EDITORIAL



Liebe Gour-med-Leser,

wohin man schaut, eine Katastrophe löst die nächste ab. Öl verseucht den Atlantik, Hochwasser überflutet ganze Länder, Bürgerkriege und Glaubensfanatiker verunsichern die Welt. Dabei gibt es so viel Schönes das sich zu erleben lohnt. Genuss und Lebensfreude möchten wir Ihnen in dieser Ausgabe von Gour-med präsentieren.



Bremen atmet auf. Es gibt wieder ein Sterne Restaurant in der Hansestadt: Im neu gestalteten La Terrasse im Park Hotel hat Heiko Schulz endlich den verdienten Stern erhalten, wir waren dort und sind sicher der zweite Stern lässt nicht lange auf sich warten

In unserer Wein Rubrik stellen wir Ihnen dieses Mal die VDP Kult Weinkiste vor. Kein geringerer als der „Kaiser“ Franz Beckenbauer war der Empfänger der ersten Kiste mit hochwertigen VDP-Weinen.



Wie immer hat unser TV Koch Armin Roßmeier Genießer Tipps, die gut schmecken und auch noch besonders gesund sind, für Sie parat.

Mein besonderer Tipp ist heute das Salzkammergut, dort das kleine Örtchen Fuschl und die Umgebung. Bisher habe ich noch keine Region kennen gelernt in der so viel und so überzeugte Bio Bauern erstklassige Produkte herstellen.

Unsere neue Gastautorin; Stefanie Bisping, war für Sie in der Toscana im Olivenhain des Castello del Nero, ein exzellenter Urlaubs-Tipp für Italien-Liebhaber.

Genuss in höchster Vollendung hat Anne Wantia erlebt, die Luxus Hotel Gruppe „Sofitel“ präsentiert, Stars,



Food & Art, in Amsterdam und München. Anfang Juli können Sie sich in München

selbst von den besten Köchen Europas verwöhnen lassen.

Horst-Dieter Ebert entdeckt immer wieder neue Bücher die lesenswert und informativ sind Seine Buchbesprechungen sind humorvoll und nicht immer eine wirkliche Empfehlung.



In unserer Rubrik „Kurznotiert“ reisen wir unter anderem mit der „Costa Atlantica“ und mit der neuen A-Rosa VIVA über Meer und Fluss.

Ein bisschen Australisches Feeling vermittelt der Beitrag von Harald und Sabin Braun. Das und vieles mehr sind unsere Tipps in dieser Ausgabe von Gour-med.

Machen Sie das Beste aus dem tristen Alltag und genießen Sie das Leben und unsere Empfehlungen.

Eine gute kulinarische Zeit wünscht Ihnen Ihr Gour-med Team und natürlich

Klaus Lenser  
Herausgeber

Und nicht vergessen: Alles wird gar!!



## 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)

# INHALT

## 6 **BESONDERS EMPFEHLENSWERT**

Heiko Schulz erobert Bremer Feinschmecker Herzen

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

„Gesunde Genießerküche“

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

Wein erhöht herzschützendes Adiponektin im Blut,  
Gesund genießen mit Wein, VDP: 12 Kultweine in einer Kiste

## 16 **DER BESONDERE TIPP**

Das Ahrtal – für Genießer längst kein Geheimtipp meh  
Gourmet-Festival der besonderen Art in den Sofitel Luxus-  
hotels Amsterdam und München  
Tu Felix Austria: Im Salzkamergut da kann ma gut... geniessen!  
Grenada – exotische Kulinarik  
Toskana: Castello del Nero  
St. Moritz bittet zu Tisch  
Island neu entdeckt  
Sydney: Der goldene Schnitt  
Kurz notiert

## 44 **BUCH-TIPPS**

Horst-Dieter Eberts Buch-Tipps

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

Urlaub und Wellness: Med in Germany

## 50 **MEDIZIN-NEWS**

Orthomol Tendo®: Die neue ernährungsmedizinische  
Unterstützung für starke Sehnen  
Deutsche Venen-Liga unterstützt Kongress für Jungmediziner  
2-Stufen-Dimeticon tötet auch Permethrin-resistente Läuse  
Neue S3-Leitlinie / NVL „Unipolare Depression“  
Stiftung Warentest unterliegt Pharmatest  
No Panic for Organic: Initiative für Organspenden

## 56 **PHARMA-NEWS**

Azelastin Nasenspray – Das Mittel der Wahl bei allergischer  
Rhinitis  
Kombination verschiedener Therapien hilft Fibromyalgie-  
Patienten langfristig

## 59 **IMPRESSUM**





Chefkoch Heiko Schulz

## Heiko Schulz erobert Bremer Feinschmecker Herzen

Restaurant „La Terrasse“ im Park Hotel Bremen erste Adresse für Genuss

*Klaus Lenser  
Anne Wantia*

Schon bei der Anfahrt ist man beeindruckt, in einer der attraktivsten Gegenden Bremens – im Bürgerpark – umgeben von herrlichen Spazierwegen und eigenem Teich, liegt das Park Hotel Bremen, ein „Leading Hotel of the World“. Es gehört sicher mit zu den schönsten Grand Hotels in Deutschland, mit viel Geschmack immer wieder liebevoll renoviert und komfortabel ausgestattet, der Tradition verpflichtet. Ruhig gelegen, aber nur ca. 2km von der Innenstadt entfernt. Die Zimmer und Suiten sind individuell gestaltet, äußerst großzügig, von erlesener Eleganz und mit geräumigen Bädern, viele der Zimmer haben einen Balkon und aus allen Zimmern hat man einen herrlichen Blick in den Bürgerpark. Ankommen und sich wohlfühlen, das gelingt in diesem Haus perfekt.

Der „Spa’rks“-Spa-Bereich, im April d.J. nach erfolgter Renovierung und Erweiterung wieder eröffnet, bietet ein ganzheitliches Verwöhnprogramm. Eine Vielzahl an Beauty-Behandlungen, Massagen, Bädern und Packungen für SIE und IHN machen den Aufenthalt im Park Hotel zu einem besonderen Erlebnis. Nur hochwertige Pflegeprodukte von La Prairie, Ligne St. Barth oder SanVino werden im Spa’rks verwendet. Verschiedene Saunen und ein Außenpool runden das Wellness-Angebot ab.

Für Familienfeiern oder geschäftliche Meetings gibt es Gesellschaftsräume in unterschiedlichen Größen, selbstverständlich mit der neuesten Technik versehen. Der begehbare Humidor in der Raucherlounge enthält hochwertige Zigarren aus allen wichtigen Tabakanbaugebieten, für jeden Zigarrenliebhaber ein Quell an herrlichen Tabaken.



Herzlich willkommen im Park Hotel

Seit November 2009 glänzt über dem Gourmet Restaurant La Terrasse ein Michelin Stern, der einzige in Bremen. Die Auszeichnung wurde Chefkoch Heiko Schulz, bereits im 2.Jahr nach Eröffnung des Gourmet Restaurants, verliehen. Geschäftsführender Gesellschafter und Direktor Wilhelm Wehrmann: „Wir sind sehr stolz, der Stern ist für uns strategisch wichtig und strahlt weit über Bremen hinaus“. Heiko Schulz Werdegang wurde stets mit Auszeichnungen vom Michelin und Gault Millau begleitet. In Deutschland kochte er u.a. im Waldhotel Sonnora, im Forsthaus Hessenstein und im Restaurant Vendôme.

Für Familie Wehrmann, seit über 25 Jahren mit dem Haus verbunden, war es schon immer selbstverständlich den Gäs-

ten ein besonderes, unvergessliches Ambiente zu bieten. Im 2008 eröffneten Gourmet Restaurant La Terrasse ist die gesamte Einrichtung bis aufs Detail aufeinander abgestimmt, sei es die selbstentworfenen Stühle oder die Kunst an den Wänden. Heiko Schulz, aus St. Moritz kommend (Kempinski Grand Hotel des Bains), konnte sich hier, zusammen mit dem Direktorenpaar Wehrmann, einen Traum erfüllen. Die Konzeptionierung der Küche, die Auswahl des Bestecks oder die Zusammenstellung des Teams, überall durfte und konnte er seine Erfahrungen mit einfließen lassen. Das merkt auch der Gast, alles verläuft sehr professionell, die richtige Mischung aus Aufmerksamkeit und Unaufdringlichkeit begleitet ihn bei seinem Besuch. Der Restaurantleiter und der Sommelier sowie das gesamte Team sind hervorragend aufeinander eingestellt. Im modernen Ambiente des Restaurants mit Blick auf den Hollersee im Park kann man genussreiche Abende erleben.

Sternekoch Heiko Schulz, der hier seine Vorstellung von erstklassiger Küche ausleben kann, überrascht mit modern interpretierten Rezepten klassischer Gerichte aus Norddeutschland, Italien, Spanien und Frankreich, oft sind seine Speisen auch asiatisch inspiriert. Bei unserem Be-



Das Park Hotel in Bremen

such im La Terrasse gab es als Auftakt ein Eis aus gefrorenem Heilbutt, auf einem Gelee von Heilbutt, übergossen mit einem Avocadoschaum. Wir waren begeistert und sehr gespannt auf die folgenden Gänge. Zu dem selbsthergestellten Brot gab es verschiedene Salze, u.a. ein 280 Millio-



Luxuriöses Zimmer – hier kann man sich wohlfühlen

# BESONDERS EMPFEHLENSWERT



Hoteldirektor Heinz Wehrmann und  
Chefkoch Heiko Schulz

nen Jahre altes Salz aus der Kalahari Wüste in Südafrika. Ein absoluter Gaumengenuss waren die Mousse und Terrine von der Gänsestopfleber, auf Rhabarber-Vanille mit Haselnüssen. Wunderbar angerichtet und sehr lecker folgte marinier-tes Kalbsfilet und Gelbflossenmakrele mit Avocado und Kokusnuss an einer Limetten-Mango-Vinaigrette. Die an der Gräte gebratene Seezunge mit Blumenkohlpüree, Romanesco und Balsamico- Zwiebeln war ein Gaumen- und Augenschmaus. Der nachfolgend gereichte Gang, Rehrücken auf Rosmarinpolenta mit karamellisierten Pinienkernen und Frühlingsgemüse war perfekt. Die Variation von Topfen, Himbeeren und Avocado war geschmacklich phantastisch aufeinander abgestimmt. Die zum Menu gereichten Weine hatte der Sommelier sehr sorgfältig und harmonisch ausgewählt. Die Weinkarte des La Terrasse lässt keine Wünsche offen, aus über 600 verschiedenen Weinen aus aller Welt kann man seinen Lieblingstropfen wählen. Der Schwerpunkt liegt auf Rotweinen aus dem Bordeaux. Eine ganze besondere Af-

finität besteht zu edelsüßen Weinen aus dem Sauternes. Frau Dominique Wehrmann, in Frankreich geboren und aufgewachsen ist französische Honorarkonsulin in Bremen, und bevorzugt Wein aus dem Sauternes ganz besonders. Seit 2007 gibt es einen speziellen separaten Weinkeller für Liebhaber dieser edelsüßen Weine.

Für ein besonders stimmungsvolles Dinner in edlem Ambiente können wir das Restaurant des Park Hotels sehr empfehlen und wenn Sie nicht gleich nach Bremen reisen können, haben wir Ihnen – wie immer – ein 3-Gang-Menu zum Nachkochen von Heiko Schulz mitgebracht. Viel Spaß beim Zubereiten.

## **Park Hotel Bremen**

Im Bürgerpark, 28209 Bremen  
Tel. +49 (0)421 3408-0  
Fax +49 (0)421 3408-602  
relax@park-hotel-bremen.de  
www.park-hotel-bremen.de  
Fotos: Park Hotel Bremen,  
Anne Wantia



Das attraktive neue Spa'rks im Park Hotel

Menü von Heiko Schulz  
Chefkoch im Restaurant La Terrasse, Bremen

## Gekühlte Erdbeer-Gazpacho mit Kokosschaum und gebratener Jakobsmuschel

Rezept für 4 Portionen

750 gr. Erdbeeren  
2 mittelgroße Paprika rot  
1 mittelgroße Paprika gelb  
1 kleine Knoblauchzehe  
1 Salatgurke  
1 Schalotte (ersatzweise Zwiebel)  
1 Stange Staudensellerie  
200 ml Gemüsesfond  
50 ml Rotweinessig  
75 ml Olivenöl  
nach Geschmack Salz  
1 Msp. Cayenne Pfeffer  
1 Zweig Zitronenthymian  
50 gr. Toastbrot ohne Rinde  
4 Stck. Jakobsmuscheln (U10) ohne Rogen  
50 gr. Vollmilchjoghurt  
100 ml Kokosmilch  
1 gr. Lecithin  
½ Limette  
Salz/Cayennepfeffer

Die Erdbeeren putzen, waschen und halbieren. Vier große Beeren separat halten. Paprika vom Blütenstrunk und den Samenkernen befreien. Knoblauch schälen

und pressen. Salatgurke schälen und die Hälfte entkernen. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Staudensellerie schälen.

Als Einlage für die Gazpacho zuerst 4 große Erdbeeren, 1 rote und die gelbe Paprika, die entkernte ½ Salatgurke und den Staudensellerie einheitlich in kleine Würfel schneiden. In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und darin die Schalottenwürfel mit 1 Msp des Knoblauch farblos anschwitzen. Die Gemüswürfel ohne Erdbeeren dazugeben und kurz mitgaren. Mit Salz und 1 Prs Cayennepfeffer würzen. Das Gemüse dem Topf entnehmen und in einer Schüssel kaltstellen, dann die Erdbeerwürfel unterheben.

Für die Gazpacho die restlichen Erdbeeren, rote Paprika, ½ Salatgurke mit dem Knoblauch und dem kalten Gemüsesfond in einem Aufsatzmixer fein pürieren. Den Rotweinessig und das Olivenöl dazugeben. Die Suppe nun durch ein feines Sieb drücken und dabei Kerne und Schalenanteile entfernen. Die Gazpacho mit Salz und Cayenne nach Geschmack würzen und Zitronenthymian auflegen. 15

## REZEPTE

min. vor dem Servieren den Zitronenthymian entfernen und das entrindete fein geriebene Toastbrot zur Bindung einrühren. Die Gazpacho in leicht gekühlten Suppentellern anrichten und mit den Gemüswürfeln garnieren.

Für den Kokosschaum den Joghurt mit der Kokosmilch verrühren und mit feinstem Abrieb von Limettenschale und etwas Limettensaft Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Vor dem Servieren mit Lecithin mischen und mit dem Zauberstab aufschäumen.

Den Schaum mit dem Löffel abnehmen und auf der Suppe verteilen.

Die Jakobsmuscheln (ausgelöste Ware) in heißem Olivenöl anbraten und glasig garen. Die Hitze zurücknehmen und eine frische Butterflocke mit einem Thymianzweig zugeben, um die Muschel kurz zu schwenken. Vor dem Anrichten mit Murry River Salt Flakes und Piment d'espelette würzen.

Als Beigabe zu der Vorspeise passen gut in Kakao-Butter geröstete Weißbrotschips, welche man in einem kleinen Schälchen servieren kann.



Erdbeer-Gazpacho

## REZEPTE

Rezept für 4 Personen

### Aquerello Risotto

- 60 g Schalottenwürfel
- 20 g Butter
- 150 ml Weißwein
- 400 g Aquerello Risotto-Reis
- 1–1,2 l Geflügelbrühe
- 30 g Butter
- 30 g Gorgonzola

### Rehrücken mit Dörrtomatenkruste

- 1 St. Rehrücken mit langen Rippenknochen
- 12 St. Strauchtomaten
- 1 St. Knoblauchzehe
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 TL Olivenöl
- Murray River Salz Flakes, Pfeffer weiß aus der Mühle
- 1 EL Weißbrot gerieben

### Rosmarinjus

- Knochen vom Rehrücken
- 100 g Schalotten
- 60 g Staudensellerie
- 60 g Fenchelknolle
- ½ Knoblauchzehe
- 10 Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 1 kl. Dose Schälto­maten
- 800 ml Wildfond
- 2 Petersilienstiele
- 1 Rosmarinzweig
- 1 cl Rotweinessig
- 20 g Butter

### Pfifferlings-Oliven-Gemüse

- 300 g Pfifferlinge geputzt
- 50 g Taggiasca Oliven ohne Stein
- 1 kl. Schalotte
- 1 kl. Bund Schnittlauch
- 50 g Butter
- Pfeffer weiß aus der Mühle, Salz

## Rücken vom Maibock mit gedörrten Strauchtomaten Aquerello-Risotto mit Gorgonzola Pfifferlings-Oliven-Gemüse

Den Rehrücken so auslösen, dass die langen Rippenknochen am Fleisch verbleiben. Die Silberhaut vom Filet parieren und die Knochen sauber putzen. Bis zur Weiterverarbeitung kalt stellen. Die Knochen kleinhacken und mit den Parüren scharf anbraten. Das Gemüse putzen und in Walnuss große Stücke geschnitten kurz mit rösten. Mit den Dosenschälto­mate ablöschen. Gewürze dazugeben. Wildfond aufgießen und eine Stunde leicht köcheln lassen.

Während des Auskochens der Knochen die Pfifferlinge putzen, eine Schalotte schälen und fein würfeln. Die Oliven gegebenenfalls entsteinen. Die Tomaten überbrühen und nach dem Häuten und Entkernen das Tomatenfleisch in kleine Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem flachen Blech mit Backfolie verteilen. Dann mit Knoblauch­scheiben und Thymian- und Rosmarin­zweigen belegen und im Ofen bei milder Hitze antrocknen. Die Gewürze wieder

heraussuchen und die Tomaten mit dem geriebenen Weißbrot in einer Schüssel vermengen.

Nun den Fond von den Knochen pas­sieren und das sich absetzende Fett ab­nehmen. Den Fond bis zur Vollendung im Topf belassen.

Jetzt den Risottoreis kurz kalt abspü­len, Schalottenwürfel in der Butter farblos anschwitzen und den abgetropften Reis dazugeben und kurz mitschwitzen. Alles mit Weißwein ablöschen und diesen fast ganz verkochen lassen. Dann 2/3 der Ge­flügelbrühe aufgießen und das Risotto unter regelmäßigem Rühren und weiterer Flüssigkeitszugabe garen.

Zwischendurch das Mufflon anbraten und im Heizluftofen bei 175 Grad auf ei­nem Gitter ca. 8–10 Minuten garen und anschließend zum Ruhen an einen war­men Ort legen. Während der Ruhepause die Kräuter auf den Mufflon-Fond legen, den Essig zugeben und die Butter bei leichtem Köcheln einschwenken. Zum



Rücken vom Maibock

Vollenden nochmals fein passieren.

Die Pfifferlinge in flüssiger heißer Butter kurz schwenken (der Pilz darf gerne noch etwas Biss behalten) und die entsteinten Oliven dazugeben. Das Ganze würzen und den fein geschnittenen Schnittlauch unterschwenken.

Das Korn des Risottos sollte außen bereits weich sein, im Kern aber noch einen leichten Biss haben. Vollendet wird es durch das Einrühren frischer kalter Butter. Den Gorgonzola erst nach dem Anrichten über das Risotto geben.

Das Fleisch in einer Pfanne mit frischer Thymian-Butter nachbraten und die Dörrtomaten auflöffeln. Portionieren und mit den Beilagen und der Soße dekorativ auf dem Teller arrangieren.

## Gebrannter Schaum von Buttermilch und Topfen

Rezept für 4 Personen

### Buttermilch-Topfen-Schaum

125 g	Buttermilch
125 g	Speisequark
250 g	Crème fraîche
2	Limetten
100 g	Puderzucker
1	Prise Salz
6 Blatt	Gelatine
250 g	Schlagsahne
4	Eiweiß
40 g	Zucker
4 TL	Brauner Rohrzucker

### Pfirsichsorbet

500 g	weißes Pfirsichpüree
25	Zucker
25 g	Glucose pulver
125 ml	Wasser
2 g	frischen Rosmarin
2½ Blatt	Gelatine

### Marinierte Himbeeren

50 g	Himbeeren ( tiefgekühlt )
1 TL	Puderzucker
½	Zitrone
2 Spritzer	Himbeergeist
2 Schalen	Himbeeren ( frisch )

### Vanillesabayon

125 ml	Milch 3,5%
½	Vanilleschote
80 g	Zucker
4	Eigelbe

**Buttermilch-Topfen-Schaum:** Buttermilch, Quark ( Topfen ), Crème fraîche, Puderzucker und Salz in eine Schüssel geben und glattrühren. Limonen halbieren und Saft abpressen, Gelatine in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken, Limonensaft leicht erwärmen und die Gelatine darin auflösen. 2 EL der Buttermilch in die Limonen Gelatine rühren, um die Temperatur anzugleichen und diese dann mit dem größeren Teil der Buttermilch-Topfen-Masse verrühren. Die geschlagene Sahne unterziehen. Eiweiß anschlagen und mit dem Zucker zu einem festen Schnee weiterschlagen. Eischnee unter die Buttermilch-Sahne heben und in tiefen Teller oder Schalen abfüllen. Damit der Schaum festwerden kann 3 bis 4 Std. kaltstellen. Zm Servieren mit dem braunen Rohrzucker gleichmäßig dünn bestreuen und mit einem Bunsenbrenner kurz karamellisieren.

**Pfirsichsorbet:** Frische weiße Pfirsiche häuten und entkernen. Mit dem Mixer pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Zucker und Glucose mit Wasser aufko-

chen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken. Im Zuckerwasser lösen. Den frischen Rosmarin am Zweig in dem Zuckerwasser ca. 5 min. ziehen lassen und wieder entnehmen. Rosmarinzuckerwasser abkühlen und mit dem Pfirsichpüree mischen. Sorbetmasse in einer Eismaschine oder Sorbetiere cremig frieren und bis zum Servieren im Tiefkühlfach bereithalten. Zum Servieren frisch Portionieren.

**Himbeersauce:** Die Tiefkühlhimbeeren mit dem Puderzucker, Saft der Zitrone und Himbeergeist mischen und auftauen lassen. Anschließend mit dem Zauberstab pürieren und durch ein feines Haarsieb passieren. Kurz vor dem Anrichten die frischen Himbeeren mit der Himbeersauce marinieren. Himbeeren dekorativ auf dem gebrannten Buttermilch-Topfenschaum arrangieren

**Vanillesabayon:** Milch mit dem Mark der Vanilleschote, dem Zucker und Eigelben in einem Kessel mischen und auf dem Wasserbad bis zur Bindung schaumig aufschlagen. Sabayon sofort warm in einer Sauciere zum Dessert reichen.



Gebrannter Schaum von Buttermilch und Topfen



# „Der gesunde Genießer-Tipp

...von Fernsehkoch Armin Roßmeier



Armin Roßmeier

## Vitaminreiche Frühlingsküche

Auf die Plätze – fertig, los! Der Wettstreit der kulinarischen Frühlingsboten hat begonnen!

Spieglein, Spieglein an der Wand, ich bin der längste im ganzen Land – sprach der Spargel. Das Radieschen läuft rot an und schämt sich, weil es so klein ist. Da gesellt sich der Rettich dazu und tröstet – lass den langen nur protzen, wenn der schon im Topf ist, liegen wir noch knackig und gemütlich auf dem Teller!

He, he, spricht der Kohlrabi, auch ich bin Rohkost und Kinder fahren auf mich voll ab, da müsst ihr euch noch etwas einfallen lassen. Klappe, spricht der Spinat – Kinder sind meine Zielgruppe, das war, das ist und das bleibt so! Die Bundmöhrrchen sind aufgewacht, verstehen das Gezanke überhaupt nicht. Sorry! – wir sind die Balletttänzer im Frühlingsregen, schlank, knackig und an farblicher Eleganz nicht zu übertreffen. Na ja, wenn das so ist, sagt der Rhabarber, kann ich ja gleich wieder in den Winterschlaf gehen, dann könnt ihr euch alle gemeinsam

auf den Kuchen legen. Fragt mich aber nicht, wer den wohl isst!

Beim Essen kennen wir dieses Konkurrenzdenken natürlich nicht! Eines ist sicher, Vitamin C, die B-Gruppe, Vitamin A sowie Kalium, Calcium und Magnesium, Eisen, Jod und Phosphor werden durch all diese Frühlingsboten gut abgedeckt und die Kalorien liegen zwischen 18 und 30 pro 100 Gramm. Da macht das Abnehmen Spaß, denn eines ist sicher – diese Frühlingsboten schmecken konkurrenzlos alle!

Das Grün vom Rettich, Radieschen, Möhren und Kohlrabi sofort abschneiden, damit das Gemüse nicht ausgelaugt wird. Im Kühlschrank nur kurzfristig lagern und erst kurz vor der Zubereitung hauchdünn schälen oder schaben, vom Rhabarber nur die Fäden abziehen.

Ich hoffe, dass Ihnen meine Frühlingsgerichte gefallen und vor allem schmecken! Bringen Sie die Sonne auf den Tisch mit dem Besten, was die Natur jetzt bietet.

Ihr Armin Roßmeier

## Pochierte Eier auf Blattspinat mit Safran-Käsesauce

### Zutaten (für 4 Personen):

8	Eier
280 g	Spinat
50 g	geriebener Parmesan
50 g	Schmelzkäse
50 ml	Sahne
200 ml	Milch
120 g	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
80 ml	Essig
1 TL	Olivenöl
2 EL	Mehl
16	Kirschtomaten
1	Messerspitze Safran
4	EL Radieschensprossen
	Muskat,
	Salz, Pfeffer



Pochierte Eier auf Blattspinat mit Safran-Käsesauce

Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Spinat mehrmals gut kalt waschen, Stiele großzügig abnehmen, abtropfen lassen. Kirschtomaten säubern, in heißem Olivenöl andünsten, würzen.

Wasser zum Kochen bringen, den Essig zugeben, Eier in einem Schälchen aufschlagen und seitwärts in Essigwasser einlaufen lassen, ca. 5 – 6 Minuten ziehen lassen, kurz kalt abschrecken.

Zwiebeln in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, Mehl zugeben, einrühren, mit Milch angießen, mit etwas Brühe auffüllen, glatt rühren, Safran zufügen, den Schmelzkäse und geriebenen Parmesan mit unterheben, mit Sahne verfeinern, mit Salz und Pfeffer würzen.

Spinat in heißem Olivenöl kurz zusammenfallen lassen, Knoblauch zugeben, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Spinat als kleine Häufchen auf Teller anrichten, pochierte Eier darauf setzen, mit Safran-Käsesauce überziehen, die Kirschtomaten mit ansetzen und mit Radieschensprossen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten  
Nährwert pro Person: 429 Kcal, 28 g Fett, 27 g Eiweiß, 18 g Kohlenhydrate, 1,5 BE

## Kräuterfilet mit Frühlingsgemüse

### Zutaten (für 4 Personen):

1	Schweinefilet (800 g)
2	EL Olivenöl
6	Möhren



# „Der gesunde Genießer-Tipp

...von Fernsehkoch Armin Roßmeier

- 2 Kohlrabi
  - 200 g Böhnchen
  - 200 g grüner Spargel
  - 12 Kirschtomaten
  - ¼ l Kalbsfond
  - 2 EL Tomatenmark
  - 2 Eigelbe
  - 10 g Butter
  - Salz, Pfeffer, Vanillesalz
- Kruste:
- 80 g Weißbrotwürfel
  - 1 Knoblauchzehe
  - 4 Bärlauchblätter
  - 2 Thymianzweige
  - ½ Bund Kerbel
  - ½ Bund Koriander
  - 4 Zweige Oregano
  - 1 EL gehackte Pinienkerne
  - 2 EL geriebenen Bergkäse

Spargel von der Mitte nach unten schälen, Enden etwas abschneiden, die Bohnen oben und unten etwas abschneiden und beides in leichtem Salzwasser mit einer Butterflocke auf den Biss blanchieren, erkalten lassen.

Möhrchen mit dem Messer etwas abkratzen, längs halbieren. Kohlrabi schälen, in Blättchen schneiden. Tomatenmark in wenig Öl angehen lassen, mit Kalbsfond aufgießen, kurz köcheln lassen und zur Seite stellen.

Brotwürfel mit Eigelb, geschälter, fein gewürfelter Knoblauchzehe, in Streifen geschnittenen Bärlauch, mit gerebeltem Thymian, klein geschnittenem Kerbel, Koriander, Oregano, Pinienkernen und geriebenem Bergkäse gut vermengen und mit



Kräuterfilet mit Frühlingsgemüse

Vanillesalz und Pfeffer würzen. Schweinefilet mit Salz, Pfeffer würzen und in heißem Olivenöl kurz rundum anbraten, mit Brotkruste gut belegen, andrücken und im vorgeheizten Ofen bei 100° C ca. 8 – 10 Minuten ziehen lassen - danach den Herd kurz auf 180° C Oberhitze zum Krusten stellen.

Kohlrabi und Karotten in etwas Olivenöl angehen lassen, Bohnen, Spargel und Tomaten zugeben, mit etwas Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer würzen und auf den Punkt dünsten lassen. Gemüse auf großem Teller dekorativ anrichten, mit Soße einen Spiegel angießen. Das Krustenfilet in Scheiben schneiden und darauf anrichten.

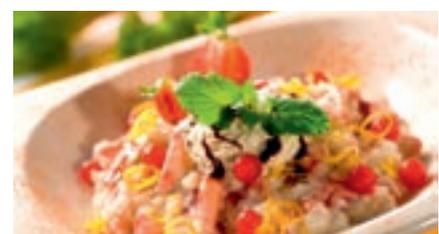
Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten  
 Nährwert pro Person: 572 Kcal, 57 g Fett, 27 g Eiweiß, 25 g Kohlenhydrate, 2 BE

## Kokosmilchreis mit Rhabarber

### Zutaten (für 4 Personen):

- 480 ml Kokosmilch
- 240 g Rundkornreis
- 1 ½ Stangen Rhabarber
- 1 ½ EL brauner Zucker
- 1 Zimtstange
- 1 Vanilleschote
- 240 ml Wasser
- 1 unbehandelte Orange
- 1 unbehandelte Zitrone
- 120 ml Himbeersirup
- 2 ½ EL Zucker
- 1 Eiweiß
- 8 Johannisbeerträubchen
- 16 Erdbeeren
- 4 Minzkrönchen

Vom Rhabarber die Fäden abziehen und in Stücke zerteilen. Zitronen- und Orangenschale zur Hälfte dünn abschälen, restliche Schale in Zesten abziehen. Orange und Zitrone halbieren und den Saft pressen. Zimtstange halbieren, Vanilleschote längs halbieren, das Mark ausstreifen. Eiweiß mit 1 EL Zucker steif



Kokosmilchreis mit Rhabarber

schlagen. Johannisbeeren säubern, in Zitronensaft anfeuchten und in Zucker wenden. Erdbeeren säubern, mit Grün halbieren.

Braunen Zucker in heißer Pfanne leicht karamellisieren, den Rhabarber zugeben, darin wenden und mit Himbeersirup und Orangensaft ablöschen. Die halbe Zimtstange und halbe Vanilleschote zugeben und auf den Punkt garen lassen.

2/3 der Kokosmilch mit 1/3 Wasser aufkochen, den Milchreis zugeben, Orangen- und Zitronenschale, die ½ Zimtstange, das Vanillemark, die ½ Vanillestange zufügen und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist (ca. 20 Minuten). Zum Schluss noch die restliche Kokosmilch zufügen, nun die Ingredienzien entfernen, den restlichen Zucker unterziehen, Rhabarber zugeben, unterheben, geschlagenes Zuckereiweiß unterheben. Den Rhabarberreis auf tiefen Tellern anrichten, Johannisbeerträubchen und Erdbeeren dekorativ anlegen, mit Minzkrönchen garnieren und Zitronen- und Orangenzesten darüber streuen.  
 Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten  
 Nährwert pro Person: Entfällt – Genuß!



Fotos und Text: Armin Roßmeier  
 www.armin-rossmeier.de  
 Armin Roßmeier erleben Sie von Mo. – Fr. in der Sendung: „Volle Kanne – Service täglich“ im ZDF um 9:05 Uhr



# „Der Wein-Genießer-Tipp“

## Wein erhöht herzschtützendes Adiponektin im Blut

### Entalkoholisierte Getränke nahezu ohne Effekt

Viele Studien zeigten, dass moderater Konsum alkoholischer Getränke mit einem niedrigeren Risiko für Diabetes, Gefäßverkalkung und Herz-Kreislaufkrankungen verbunden ist.

Bekannte biologische Ursachen dafür sind u.a. die günstigen Änderungen im Blutfett- und Cholesterin-Stoffwechsel sowie Verminderung von Entzündungen an den Blutgefäßen wie auch die Erhöhung der Insulinwirkung. Nach neueren Untersuchungen spielen in diesem Geschehen auch hormonähnliche Substanzen wie das Adiponektin eine wichtige Rolle.

Adiponektin wird in den Fettzellen gebildet, korreliert aber invers mit dem Körperfett. Das heißt: je dicker, desto weniger Adiponektin. Es reguliert zusammen mit dem Insulin und anderen Hormonen, den Zucker- und Fettsäurestoffwechsel und das Hungergefühl. Es verstärkt die Wirkung des Insulins an den Fettzellen (Insulinsensitivität) und hat entzündungshemmende Effekte auf die Blutgefäße. Niedrige Adiponektinspiegel gehen mit einem erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko einher, hohe Spiegel des Hormons gelten als herzschtützend.

Eine Studie des Universitätsklinikums Ulm zeigte, dass moderater Konsum alkoholischer Getränke den Adiponektin-Spiegel im Blut erhöhen kann. An der Studie nahmen 72 gesunde Männer und Frauen zwischen 22 und 55 Jahren teil. Über drei Wochen tranken sie täglich Bier, Rotwein oder eine Ethanollösung in einer Menge, die 30 Gramm (Männer) oder 20 Gramm (Frauen) reinem Alkohol entsprach. In der Kontrollphase wurden unter den gleichen Bedingungen Wasser, alkoholfreies Bier und entalkoholisierte Wein konsumiert.

Während die entalkoholisierten Getränke nahezu keine Wirkung zeigen, wurden sowohl nach dem Konsum von Wein als auch von Bier und der alkoholischen Lösung statistisch signifikante Erhöhungen der Adiponektinspiegel im Blut gemessen. Der deutlichste Effekt mit einer Steigerung um 30 % war bei Frauen nach Rotweinkonsum nachweisbar. Ob sich die geschlechtsspezifischen Effekte und die höhere Wirkung von Wein gegenüber anderen alkoholischen Getränken bestätigen, müssen weitere Untersuchungen zeigen.

Hinweis (DWA): Das Thema Wein und Gesundheit bedarf einer durch Sachkenntnis, Ausgewogenheit und Verantwortung geprägten Präsentation. Obwohl zahlreiche wissenschaftliche Daten belegen, dass moderater Weinkonsum positive Effekte auf die Gesundheit hat, weisen wir darauf hin, dass exzessives Trinken aller alkoholischen Getränke sozialen und gesundheitlichen Schaden birgt.  
Quelle: Imhof, A. et al.: Effekt of drinking on adiponectin in healthy men and women: a randomized intervention study of water, ethanol, red wine, and beer with or without alcohol. Diabetes Care 2009; 32: 1011.



Forum Wein & Gesundheit e.V.  
(Herausgeber)  
Neugase 1, 55278 Hahnheim  
Tel. 06737 712120  
www.weinundgesundheit.de

## Gesund genießen mit Wein

20 Fachleute schreiben zum Thema Wein und Gesundheit und setzen sich mit dem aktuellen Kenntnisstand dazu auseinander. Das Buch „Gesund genießen mit Wein“, das vom Forum Wein und Gesundheit im Verlag Gebrüder Kornmayer herausgegeben wurde, bringt diese Beiträge zu einem wissenschaftlichen und lesenswerten Kompendium zusammen. Die 1. Auflage war bereits vor Jahresfrist vergriffen, und somit die Notwendigkeit einer 2. Auflage gegeben. Zumal das Buch inzwischen als Standardwerk zum Thema „Wein & Gesundheit“ avanciert ist.

Die gesundheitsfördernde Wirkung des maßvollen Weinkonsums ist seit Jahrhunderten bekannt und wird bis heute in aktuellen Studien bestätigt. Das Buch erläutert Forschungsergebnisse zur Bedeutung von Wein bei Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen. Dabei werden sehr deutlich die Grenzbereiche zwischen Weingenuss und Alkoholmissbrauch behandelt sowie auf die Grundsätze des verantwortlichen Genießens (responsible drinking bzw. „wine in moderation“) hingewiesen. Weiter beinhaltet das Buch Empfehlungen zum Wein als Essensbegleiter, sowie Beiträge über die anregende Wirkung von Weinaromen, die Wirkstoffe im Traubenkernöl oder das Angebot der Vinotherapie in der gehobenen Hotellerie. Wichtig sind auch die Beiträge zur Rolle der Polyphenole im Wein.

Zu den Autoren gehören, neben dem „Vater“ des French Paradox, Prof. Dr. Serge Renaud, eine ganze Reihe namhafter Fachärzte, Spezialisten aus Gastronomie und Ernährungswissenschaft, sowie der bekannte Rechtsprofessor Dr. Hans-Jörg Koch. Das Geleitwort stammt vom „Fernseharzt“ Sanitätsrat Dr. med. Günther Gerhardt.

Das 300 Seiten starke Buch ist für 16,95 Euro im Buchhandel erhältlich.  
ISBN: 978-3-938173-59-6



# „Der Wein-Genießer-Tipp“

## 12 Kultweine in einer Kiste: Prädikatsweingüter ‚at its best‘

VDP-Jubiläums-Kultkiste kommt im November auf den Markt

Kein geringerer als Franz Beckenbauer bekam die erste Kultkiste, die die Prädikatsweingüter zu ihrem 100. Geburtstag aufgelegt haben, von VDP-Ehrenpräsident Michael Prinz zu Salm-Salm im April d. J. anlässlich des Ball des Weines in Wiesbaden überreicht. Beckenbauer versprach diese meistbietend zu versteigern und den Erlös der Beckenbauer-Stiftung, die Bedürftigen in ganz Deutschland hilft, zugutekommen zu lassen.

Die Kultkiste enthält die höchsttaxierten Weine der aktuellen Grossen-Gewächs-Kollektionen der Prädikatsweingüter. Insgesamt 12 Weine sind in der knapp 20 Kilogramm schweren Unikat-Holzbox zu finden. Die Mehrzahl der Weine ist inzwischen ausverkauft. Experten schätzen, dass sich der Wert der Kultkiste in den kommenden Jahren immens steigern wird.

Die Kultkiste ist auf 100 Exemplare limitiert. Da zu erwarten ist, dass die Nachfrage nach den verbleibenden 99 Kultkisten das Angebot übersteigen wird, werden die Prädikatsweingüter die Kultkisten an die Meistbietenden verkaufen. Die Prädikatsweingüter nehmen ab dem 1. Mai 2010 Angebote entgegen. Interessierte können unter Angabe des Preisangebotes direkt bei der VDP Geschäftsstelle Angebote einreichen. Pro Person kann genau eine Kultkiste gezeichnet werden. Die Preisuntergrenze beträgt 750,00 €. Die Käufer der Kultkiste erhalten diese zum 26. November 2010, dem Gründungsdatum des VDP.



Franz Beckenbauer bedankt sich bei Prinz zu Salm-Salm für die „Kultkiste“

### Folgende Weine sind in der Kultkiste zu finden:

- 2008 BRUNNENHÄUSCHEN Riesling Wittmann
- 2008 DELLCHEN Riesling H. Dönnhoff
- 2008 FELSENECK Riesling Schäfer-Fröhlich
- 2008 GRÄFENBERG Riesling Robert Weil
- 2008 KASTANIENBUSCH Riesling Ökonomierat Rebholz
- 2008 SCHLOSS JOHANNISBERGER Riesling Weinbaudomäne Schloss Johannisberg
- 2008 MARIENBURG „ROTHENPFAD“ Riesling Clemens Busch

- 2008 IDIG Riesling A. Christmann
- 2008 KIRCHENSTÜCK Riesling Franz Künstler
- 2007 CENTGRAFENBERG Spätburgunder Rudolf Fürst
- 2007 SOMMERHALDE Spätburgunder Bernhard Huber
- 2007 PFARRWINGERT Spätburgunder Meyer-Näkel

### Infos:

VDP PRESSESTELLE  
Langgasse 22  
55435 Gau-Algesheim  
Tel. +49 (0)6725 3086-0  
m.stumpf@vdp.de  
www.vdp.de

Foto: VDP Pressestelle

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## Das Ahrtal

... für Genießer längst kein Geheimtipp mehr

*Klaus Lenser*

Wenn Weinexperten und Gourmets von den Winzern und Gastronomen des Ahrtals sprechen, geraten sie ins Schwärmen. Die Entwicklung der Ferienregion als Paradies für Feinschmecker und Weinfreunde sorgt immer häufiger für Schlagzeilen. Zumal die Ahrweine immer unter den deutschen Spitzenweinen vertreten sind. Das Ahrtal im Norden von Rheinland-Pfalz – in unmittelbarer Nachbarschaft des weltbekannten Nürburgrings – hat als Ausflugsziel Magnetwirkung. Dafür sorgt

die ideale Kombination von aufregender Landschaft, ausgedehnten Wander- und Radelwegen mit Top-Gastronomie und Spitzenwinzern. Traumhafte Wanderwege führen mitten durch malerische Weinberge und entlang der spektakulären geradezu Atem beraubenden Flusslandschaft der Ahr.

Wie eine Perlenkette reihen sich urige Weinorte mit namhaften Weingütern und gemütlichen Straußwirtschaften und Gourmet Tempel aneinander, direkt ent-

lang der Ahr – allesamt direkt vom Rotweinwanderweg und Ahruferweg zu erreichen.

Wildromantische Flusslandschaft, zerklüftete Felsformationen, sattgrüne Wälder und wildwuchernde Kräuterwiesen: Mitten durch die aufregende Landschaft des Ahrtals schlängelt sich der malerische Radwanderweg. Der ca. 85 Kilometer zählende Ahrweg startet an der Ahrmündung nahe der Barbarossastadt Sinzig und führt mitten durchs Rotweinparadies



Blick auf die Winzergemeinde Dernau im Ahrtal

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

Ahrtal bis hin nach Blankenheim, wo der spektakuläre Nebenfluss des Rheins entspringt.

Der Ahrtradweg eignet sich hervorragend als entspannende Freizeittour, lädt immer wieder ein zum Verweilen, Schauen und Genießen.

Nicht nur wenn es um hochwertige Spät- und Frühburgunder geht, zählt das Ahrtal zu den ersten Adressen – nicht nur bei deutschen Weingenießern. Dank exzellenter Weine mit hervorragender Qualität etablierte sich das bizarre Seitental des Rheins zum Rotweinparadies Deutschlands. Durch stetig wachsendes Qualitätsbewusstsein, gepaart mit deutlicher Ertragsreduzierung und akribischer Detailarbeit in Weinberg und Keller profilierten die Winzer der Ahr das beschauliche Anbaugebiet im Norden von Rheinland-Pfalz zu einem Spitzenanbaugebiet deutscher Rotweine, die auch in der internationalen Weinszene in aller Munde sind.

Mit einem Regen von Auszeichnungen bedeutender Kritiker und Weinführer sorgen vor allem die hochkarätigen Spätburgunder immer wieder für Furore. Statt sich auf den Erfolgslorbeeren auszuruhen, fehlen die anspruchsvollen Winzer beharrlich an ihrem Leistungsprofil. Das machen auch aktuelle Prämierungen deutlich, bei denen die Ahrwinzer zu Deutschlands Top-Erzeugern gehören.



Stefan Steinheuer und Kochkollegen „zaubern“ ...

Als beispielhaft und selten gilt die außergewöhnlich gute Zusammenarbeit der Winzer und Gastronomen des Ahrtals, die bei zahlreichen Veranstaltungen Hand in Hand arbeiteten so auch bei der Veranstaltungsreihe Gourmet & Wein:

Kulinarische Streifzüge auf Top-Niveau und ein Hochgenuss für den Gaumen versprechen die Akteure der Feinschmeckerserie. Unter dem Motto „Terroir“ laden die besten Köche und Winzer des Rotweinparadieses zur Spezialitätenreise durch die Region Ahr, Rhein und Eifel. Ebenso wie



... delikate Vorspeisen

der Auftaktabend sind auch die Einzelveranstaltungen (siehe unten) geprägt von spannender Kochkunst und edlen Rebsäften.

Mit tollen Veranstaltungen für alle Alters- und Geschmacksrichtungen und pfiffigen Ideen machen die Freizeitanbieter im Norden von Rheinland-Pfalz immer wieder von sich reden, ziehen Besucher aus dem In- und Ausland an.

## Ahr Rhein Eifel Tourismus & Service GmbH

Klosterstraße 3–5, 53507 Marienthal  
Tel. 02641 9773-0, Fax -73  
info@ahr-rhein-eifel.de  
www.ahrwein.de  
www.gourmetundwein.de  
www.ahr-rhein-eifel.de

Fotos/Grafik: Ahr Rhein Eifel Tourismus

## Weitere Veranstaltungen 2010

15.05.	18:00	Die Maibachfarm zu Gast im Steigenberger Hotel	Steigenberger Hotel, Bad Neuenahr-Ahrweiler
25.06.	16:00	„Weinbergskräuter und -blüten für die Sinne“	Weingut Kloster Marienthal, Marienthal
25.06.	19:00	„Sommerabend im Weingut“	Weingut Sermann-Kreuzberg, Altenahr
11.09.	10:00	„Traubenreife im Mayschösser Rebland“ Herbstliches Sinneserlebnis	Winzergenossenschaft Mayschoß-Altenahr, Mayschoß
06.11.	19:00	„Kulinarische Weltreise“	Gasthaus Assenmacher, Altenahr
13.11.	16:00	„Feuer & Wein“	Beginn: Weinmanufaktur Walporzheim, Walporzheim; Ende: Restaurant Prümer Gang, Bad Neuenahr-Ahrweiler
20.11.	19:00	„Sinnesfreuden auf den Ahrtalhöhen“	Obsthof & Edelobstbrennerei Kießling, Grafschaft-Esch

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## STARS, FOOD & ART

### Gourmet-Festival der besonderen Art in den Sofitel Luxushotels Amsterdam und München

Anne Wantia

Bereits zum 3. Mal fand das spektakuläre Gourmetfestival STARS, FOOD & ART im Amsterdamer Sofitel Luxushotel „The Grand Amsterdam“ im November 2009 statt. Zwölf internationale Spitzenköche mit insgesamt 27 Michelin-Sternen kochten an 2 Abenden für eine illustre Gästeschar. Der Erlös der Eintrittskarten (pro Person 650,00 Euro) war eine Benefizaktion für das Niederländische Rote Kreuz. Einen Scheck über 11.800,00 Euro überreichte Robert-Jan Woltering, Direktor des Sofitel The Grand Amsterdam an Job Cohen vom Roten Kreuz.

An beiden Abenden kochten 6 Sterneköche je einen Menügang. Zum Auftakt gab es „Snacks“ von Hans Välimäki aus Helsinki, z.B. Hering mit 2 Saucen, Trüffeln auf Nudeln, ein Süppchen mit Lachs und Kaviar, begleitet mit einem Rosé Champagner von Gosset. Das Millefeuille



Millefeuille von Gemüse



Kunst und Kulinarik, festlicher Dinnertisch im „Rathausaal“

von Gemüse von Emmanuel Renaut aus Frankreich, dazu ein Sylvaner aus dem Elsass, ein Gaumen- und Augenschmaus! Französisch ging es weiter mit Foie gras de canard und schwarzen Trüffeln, eine Komposition von Philippe Etchebest, dazu – sehr gut abgestimmt – einen 2002er Pinot Gris. Frederic Anton aus Paris kreierte Variationen vom See-Igel, ein tolles Geschmackserlebnis im Zusammenspiel mit dem 1998 Sancerre. Italiens Küche wurde von Giovanni D'Amato aus Reggiolo präsentiert. Taube in Rotwein mit Foie gras und Schokoladeflocken. Der Valpolicella Amarone rundete diesen Gang hervorragend ab. Der letzte Höhepunkt des Menüs war natürlich das Dessert. In Anlehnung an holländische Traditionen wurde ein

Törtchen mit karamellisierten Reinette-Äpfeln gereicht, stilgerecht serviert mit einem Cidre.

Ein Saal des ehemaligen Amsterdamer Rathauses, der heute in das Sofitel Hotel integriert ist, bot einen festlichen Rahmen für diese Veranstaltung. Untermalt wurde das ganze mit französischen Chansons der Sängerin Liesbeth List. Über mehrere im Raum verteilte Bildschirme konnte man dem „Treiben“ in der Küche zuschauen.

Ein weiteres Highlight dieses Wochenendes war eine zusätzliche Mittagsveranstaltung – The Grand Carousel of Senses. Hier zeigte Jonnie Boer, 3 Sternekoch aus Zwolle, Kochkunst auf allerhöchstem Niveau. Perfekt aufeinander abgestimmte Gänge, in und auf tollen Gefäßen und Tel-

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Variation vom Seeigel

lern serviert – ein Erlebnis ganz besonderer Art. Ankündigt und erklärt wurden die Köstlichkeiten von seiner Frau Therese, die auch für die begleitenden Weine zuständig war. Da staunten selbst die 12 anwesenden Chefs nicht schlecht, was ihr Kollege aus Zwolle für Gaumen und Augen anrichtete. Sensationell war auch die Vernebelung der verschiedenen Düfte aus der Küche. Musikalisch begleitet wurde das Event Von DJ Steef, von der bekanntesten holländischen „Strandbude“ Woodstock 69 in Blomendaal an der Nordseeküste.

Sicher sind Sie, liebe Gour-med-Leser nun schon ganz neugierig geworden und wir haben eine gute Nachricht für Sie: Zum ersten Mal wird das spektakuläre Gourmetfestival „Stars, Food & Art“ im Münchener „Sofitel Munich Bayerpost“ stattfinden. Den Termin sollten Sie sich unbedingt vormerken: 9. und 10. Juli 2010. 12 deutsche und internationale Gourmet-Köche mit insgesamt 21 Sternen sind eingeladen um an zwei Abenden die Gäste mit ihren Kreationen zu überraschen. An jedem Abend werden 6 Köche jeweils einen Gang zubereiten. Lassen Sie sich ver-



Gemüse-Carpaccio mit Blüten



Genussvolle Komposition auf 2 „Etagen“ von Jonnie Boer

wöhnen, u. a. von Thomas Bühner, Giovanni D'Amato, Mario Gamba, Frank Rosin und Anna Sgroi, um nur einige der anwesenden Köche zu erwähnen. Natürlich gibt es auch in München ein anspruchsvolles, künstlerisches Begleitprogramm. Ein Teil des Erlöses ist für das Projekt „Artists for Kids-Projekt für kreative Jugendhilfe“ vorgesehen.

Die stilvollen Zimmer der Sofitel Luxus-hotels bieten sich für eine Übernachtung an. Mehr Informationen zu den vergangenen und geplanten Veranstaltungen finden Sie unter [www.starsfoodart.com](http://www.starsfoodart.com). Reservierungen in München können unter folgender Email-Adresse [sfa-munich@sofitel.com](mailto:sfa-munich@sofitel.com) vorgenommen werden.

Wir wünschen Ihnen einen unvergesslichen kulinarischen Abend!

Sofitel Amsterdam the Grand  
Oudezijds Voorburgwal 197  
1012 Amsterdam, NL  
Tel. +31 20 5553 111

Sofitel München Bayerpost  
Bayerstraße 12, 80335 München  
Tel. +49 (0)89 599480  
[sfa-munich@sofitel.com](mailto:sfa-munich@sofitel.com)

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

Fotos: Anne Wantia



„Kus van Therese“, holl. Dessertwein



Apfelkuchen zum „Selbstkreieren“, Dessert v. J.Boer

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

## TU FELIX AUSTRIA

### IM SALZKAMMERGUT DA KANN MA GUT ...

# GENIESSSEN!

*Klaus Lenser*

Zu den genussreichsten Regionen in Österreich gehört seit jeher das Salzkammergut und die Region rund um den Fuschlseesee. Die ersten Bauern, die ihren Ackerbau auf rein biologischer Erzeugung umstellten, starteten im Salzkammergut vor ca. zwanzig Jahren. Der Weg hat sich gelohnt, nicht nur für die Bauern, auch

und das ganz besonders, für die Touristen, die diese, landschaftlich so abwechslungsreiche Region, besuchen.

Zu den bekanntesten Gourmet Restaurants gehört der „Brunnwirt“ mit dem Küchenchef Johannes Brandstätter. Bereits seine Mutter Johanna zählte zu den besten Köchinnen in Österreich. Johannes Brand-

stätter verwendet die sauberen Produkte der Region und lässt ihnen ihren eigenen Geschmack. Das typische Salzburger Land Ambiente des Restaurants nimmt etwas von der steifen Vornehmheit die man häufig in vielen Gourmet-Tempeln vorfindet. Kurzum der Gast fühlt sich gut aufgehoben und wohl. Die charmante Gattin



Romantisch und Klar wie ein Bergkristall, der Fuschlseesee

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

des Küchenchefs trägt mit ihrem freundlichen Service zum Genuss bei.

Fuschl selber ist ein kleines reizvolles Dörfchen, das sich an das Ufer des Fuschl-Sees schmiegt und Ruhe und Entspannung verspricht. Rund um den See gibt es aber viel zu entdecken.

Der weit über die Grenzen bekannte Bauernherbst findet in diesem Jahr bereits zum 15. Mal statt. Von Ende August bis Anfang Oktober bieten die Landwirte und Restaurants Spezialitäten aus der Region an. In jeder Ortschaft findet man eine Vielzahl von kulinarischen Angeboten und feinen Agrarerzeugnissen die eine Genussreise durch das Salzburger Land zu einem wahren Erlebnis werden lassen.

Die Burgruine Wartenfels, ca. 6 km entfernt, bietet mit seinem Fondue Restaurant eine interessante und genussvolle Abwechslung für Gourmets die es nicht immer nur „klassisch“ mögen. Das umfangreiche Angebot, vom Fisch über Fleisch bis hin zum Schokoladen-Fondue, ist frisch und sehr gelungen.

Auch hier wird der Besucher schnell merken, dass das Service-Personal nicht nur professionell freundlich ist, die Herzlichkeit mit der Speisen und Getränke ser-



Bauernherbst Idylle

viert werden sind das Naturell der Mitarbeiter.

Freunde frischen Fisches sollten auf keinen Fall versäumen, die einzige Fischerei am See, unterhalb des Schlosses Fuschl, zu besuchen. Hier können Sie Fisch

kaufen, wie es frischer nicht möglich ist. Die Fischerei gehört zum Schloss Fuschl, das als Hotel weltweit bekannt und berühmt ist. Wer hier in diesem 5-Sterne Haus übernachtet wird wie ein König verwöhnt, Luxus wohin man sieht. Die Spa- und Wellness-Abteilung des Schloss-Hotels entspricht höchsten Ansprüchen und lässt keine Wünsche offen.

Von Fuschl aus empfiehlt sich eine Bootstour, mit der Zillenschiffahrt, über den See zum Schloss. Hier können Sie auch feststellen wie klar und sauber das Wasser im See ist. Motorboote sind nicht erlaubt, das Wasser hat Trinkwasserqualität, der Umweltschutz hat Priorität.



Fondue Restaurant der Burgruine Wartenfels



Frischer Fisch aus dem Fuschlsee

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Die Zillenschiffahrt

Die Umgebung zu erkunden lohnt sich alle Mal. In Faistenau gibt es eine kleine, aber sehr feine Privatbrauerei, das Bramsau Bräu. In dem großen Biergarten lässt sich gut genießen und die hausgemachten Speisen schmecken in der schönen sauberen Luft einfach herrlich.

In Faistenau findet jedes Jahr im September eine Traktoren-Oldtimer-Parade statt, ein Erlebnis das die Herzen der Oldtimer-Liebhaber höher schlagen lässt. Besonders schön ist die Trachtenvielfalt der Fahrer und Beifahrer. Wer gerne beim Erzeuger landwirtschaftliche Produkte kauft,

kann dies auf dem Klaushof. Ich versichere Ihnen liebe Leserinnen und Leser, nicht nur die hausgemachten Marmeladen sind ein Genuss, alles wird hier selber hergestellt.

Wer es lieber etwas gehaltvoller möchte der sollte auf keinen Fall versäumen die Brennerei Rieger in Gschwendt zu besuchen. Die Hausbrände sind mittlerweile so berühmt, dass sie leider nicht immer zur Verfügung stehen. Genuss in kleinen Mengen, aber hier speziell wirklicher Genuss.

Ja, es stimmt, rund um den Fuschlsee gibt es Glücksplätze, wann genießen Sie das Glück in und um Fuschl?

Servus

**Urlaubsregion Fuschl**  
Dorfplatz 1  
A 5330 Fuschl  
Tel. +43 6226 8384  
Info@fuschlseeregion.com  
www.fuschlseeregion.com

**Brunnwirt**  
Wolfgangseestraße 11  
5330 Fuschl  
Tel. +43 6226 8236  
office@brunnwirt.at

Fotos: Klaus Lenser



Oldtimer-Parade in Faistenau



## 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)

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## Im Olivenhain des Erzherzogs

Schöner leben: Die Toskana ist mit Kunstschatzen, lieblicher Landschaft und kulinarischen Höhenflügen seit jeher ein Fluchttort für Bonvivants. Noch netter wird's, wenn man in historischen Gemäuern residiert

Text und Fotos: Stefanie Bisping

„Diese Landschaft heilt die Seele“, hat eine Frau ins Gästebuch geschrieben. Tatsächlich wirkt sie beruhigend: Die grüne Symmetrie aus Zypressen, Hügeln und Olivenhainen, in die ocker- und aprikosenfarbenen Anwesen und Kirchlein getupft sind, umweht eine Aura von Ewigkeit. Wie Bilderrahmen öffnen die Fenster den Blick auf eine Idylle, in der sich Erschütterungen des Gemüts relativieren – weil hier seit Jahrtausenden Menschen leben und arbeiten, lieben und sterben. Und zwischendurch Wein trinken. Das gehört noch immer dazu: Kein Haus, das auf sich hält und nicht seinen eigenen Wein herstellte und möglichst auch sein eigenes Olivenöl.

So ist es auch hier, im Castello del Nero. Unter dem Uhrenturm erstreckt sich groß wie ein Fußballfeld die Terrasse, die die Farbe flüssigen Honigs hat und die Wärme des Tages speichert. Auf ihr arrangieren sich die Gäste abends zu Tableaus, die aussehen wie Hochglanzbilder aus einem italienischen Kochbuch. An langen Tischen tafeln und trinken sie bei Kerzenlicht, während die Landschaft in Pastellfarben aufleuchtet, bevor sie in der Dunkelheit versinkt. „Wir sind da“, spricht ein Amerikaner als Toast. Seine Frau und vier Kinder im Teenager-Alter lassen die Gläser klingen, und man merkt, dass sich alle sechs lange auf diesen Abend gefreut haben. Auch an den anderen Tischen haben sich größere Runden zusammengefunden. Gang um Gang wird aufgetragen, Flasche um Flasche entkorkt.

Die Uhr des Turms geht schon lange nicht mehr. Gewiss, man könnte sie reparieren lassen, erklärt eine Hotelangestell-



Das Castello del Nero

te. Aber sie versinnbildliche den Anspruch des Hauses, dass für den Gast während seines Aufenthalts die Zeit still stehen möge. Auch das trägt womöglich zur Erholung der Seele bei.

Die Adelsfamilie del Nero ließ sich das Schlösschen im 12. Jahrhundert als Landsitz erbauen. Diverse ihrer Mitglieder waren in weltlichen und geistlichen Führungspositionen im nahen Florenz tätig; indes, Muße und Besinnung fanden sie in ihrem Schlösschen über dem an der alten Handelsstraße von den Alpen nach Rom gelegenen Dorf Tavarnelle im Val di Pesa. Im 19. Jahrhundert erwarb es die nicht minder aristokratische Familie Torrigiani und ergänzte Fresken und Wappen der Vorbesitzer durch ihre eigenen. Seit 2006 ist das Castello ein Hotel. Fünf Jahre bürokratischer Vorarbeit sowie zwei Jahre vorsichtiger Restaurierung – im ersten Stock zieren 900 Jahre alte Fresken die Wände – waren nötig, bevor es sein neues Leben beginnen konnte.

Größtmögliche Originalität bei maximaler Bequemlichkeit wollte man errei-

chen; so sind die Plasma-Bildschirme der Fernseher wie gerahmte Bilder an die Wände gehängt, und die Minibar verbirgt sich diskret im Mauervorsprung neben einem Fenster, so klein wie eine Schießscharte. Das Spa, der einzig neue Gebäudeteil, wurde unauffällig unter der Terrasse versteckt. Dunkle Balken unter der Decke, steinerne Böden und Kamine suggerieren dem Gast, er sei tatsächlich aus der Zeit gefallen. Da sieht sogar das Zimmermädchen, das abends frische Handtücher bringt, mit lebensweisen Augen im schmalen Gesicht aus wie eine Romanfigur des 19. Jahrhunderts.

Bis heute erzählt jedes Gebäude, jeder Winkel und jedes Detail aus der Geschichte des Hauses. In der Lobby zeigen zwei breite Spuren auf dem Boden aus gebranntem Lehm, wo die Kutschen vorfuhr, als dies der Hintereingang des Anwesens war. Eine Zypressenallee, die für eine Marquesa des 19. Jahrhunderts angelegt wurde, spendet Schatten auf dem Weg in ein Wäldchen.

Die meisten Erinnerungen in den alten Mauern sind indes Familiengeschichten: Eine Grabplatte in der Kapelle, in der heute gelegentlich Hochzeiten stattfinden, erinnert an die Amerikanerin Anna Fry, die hier begraben liegt. Sie hatte Carlo Torrigiani in jener Zeit geheiratet, als es nicht ungewöhnlich war, dass der europäische Adel sich mit amerikanischem Kapital verbündete – stets zum Wohl der kostspieligen alten Häuser. In der Bar erinnern gerahmte Dokumente der Einwanderungsbehörde auf Ellis Island an die heutigen Besitzer, die Familie Trotta, die im 19. Jahrhundert ihre italienische Heimat ver-

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Abendstimmung auf der Terrasse

lassen hatte, es im fernen Amerika zu Vermögen brachte und nun wieder in Europa lebt.

Auch wenn die grüne Hügellandschaft nicht so aussieht: Die Toskana ist seit jeher dicht besiedelt. Eine umtriebige Handelstätigkeit in den auch politisch bedeutsamen Städten ließ im Umland repräsentative Villen, Landsitze und Schlösschen nur so aus dem Boden schießen – und nicht wenige der denkmalgeschützten Bauten sind heute Hotels.

Knapp 140 Kilometer entfernt erhebt sich nahe der Küste der Maremma, etwa auf der Höhe der Insel Elba, das Hotel L'Andana. Erbaut wurde es im 18. Jahrhundert als Jagdschloss des habsburgischen Erzherzogs Leopold, der seinerzeit die Toskana regierte. Eine lange Allee aus Pinien und Zypressen, die von der Landstraße abzweigt, weist schon von weitem den Weg zum herrschaftlichen Anwesen. Trotz der relativ geringen Distanz ist das Klima hier ein anderes: feuchter, schwüler; in das Zirpen der Zikaden mischt sich nachdrücklich der Gesang von Mücken. Auch die Abende bleiben hier warm, und auf eine kühle Brise wartet man vergeblich.

Der herzogliche Landsitz stand leer und halb verfallen, bis 2004 das L'Andana hier eröffnete. Der französische Star- und Sternekoch Alain Ducasse ließ sich dazu hinreißen, in der relativ unberührten Maremma ein Hotel mit Gourmetrestaurant

zu eröffnen – das unausgesprochene Eingeständnis, dass Italien eben doch der Gaumen des Kontinents ist. Schließlich zählt die Toskana zu den Regionen, die am allerwenigsten auf Gastarbeiter aus Frankreich angewiesen ist.

Das alte Anwesen, das heute Gästezimmer, eine kleine Bibliothek und die Küche des Restaurants „La Villa“ beherbergt, wurde durch einen modernen Anbau mit weiteren Zimmern, Suiten und dem Spa ergänzt. Die einem Wintergarten ähnelnde Lobby versucht die beiden ungleichen Gebäude als Mittelstück miteinander zu versöhnen. Unterhalb des Gartens brennt die Sonne auf den Golfplatz und die Trattoria, das Feinschmeckerlokal des Hauses.

Der Autohersteller Rolls Royce hat im L'Andana ein neues Cabriolet präsentiert, amerikanische Pärchen verbringen hier italienische Flitterwochen und feiern runde Geburtstage. Besonders familiär geht es im alten Gebäudeteil zu: Das Frühstücksbuffet wird formlos in der Küche der Villa aufgebaut. Man nimmt es ein unter freiem Himmel mit Blick auf die rote Hochzeitskapelle. Die Luft ist schwer vom Duft der Pinien, Tauben gurren, Eidechsen flitzen über die warmen Mauern. Vom Rest der Welt ist nichts zu hören.



Im Olivenhain des Erzherzogs

## Anreise:

Mit dem Auto: Über die Autostrada del Sol (A 1); die Maremma über die Autobahn Genua-Rosignano (A 12)

## Beste Reisezeit:

Frühsommer und der September (25 bis 28 Grad). Im Juli und August wird Florenz fast unerträglich heiß (35 Grad); im Hügel-land des Chianti ist es auszuhalten.

## Essen und Trinken:

Die toskanische Küche ist dank ausgezeichneter heimischer Produkte (die auch wunderbare Mitbringsel abgeben) viele Sünden wert. Im Val di Pesa: Bodenständige regionale Spezialitäten bietet die Trattoria „La Toppa“, Via del Giglio 41, San Donato (Tel. 055 807 29 00), wo Mutter kocht und Vater den Service erledigt. Raffinierter: „Osteria di Passignano“, Via Passignano 33, Tavarnelle (Tel. 055 807 1278). In der Maremma: „Il Cantuccio“, Buriano, Castiglione della Pescaia (Tel. 0564 94 80 11), „Al Numero 9“, Via Aldobrandeschi 9, Grosseto (Tel. 0564 42 76 98) sowie „Romolo“, Corso della Libertá 10, Castiglione della Pescaia (Tel. 0564 93 35 33); alle pflegen eine hervorragende regionale Küche.

## Ausflüge:

Das Castello del Nero liegt zwischen Siena (35 km) und Florenz (45 km). Weinprobe etwa beim Produzenten Castellare di Castellina im Herz der Chianti-Region ([www.castellare.it](http://www.castellare.it)). Vom L'Andana: Touren in den Nationalpark der Maremma, ans Meer – der nächste Strand ist in Castiglione della Pescaia – sowie zu den Überresten des etruskischen Vetluna (Vetulonia).

## Historisch nächtigen:

Hotels mit Geschichte sind die 15 Kilometer von Florenz gelegene Villa Mangiacane ([www.steinhotels.com/mangiacane](http://www.steinhotels.com/mangiacane)), an deren Design Michelangelo beteiligt gewesen sein soll, die Villa Dievole, einst privater Landsitz einer Florentiner Adelsfamilie bei Siena ([www.dievole.it](http://www.dievole.it)), und die Villa Massa aus dem 16. Jahrhundert, die wenige Kilometer südlich von Florenz in Candeli liegt ([www.villalamassa.it](http://www.villalamassa.it)).

Castello del Nero Hotel & Spa  
50028 Tavarnelle Val di Pesa (Fi)  
DZ ab 480 Euro.

Tel. 0039 (0)55 80 64 70  
[www.castellodelnero.it](http://www.castellodelnero.it)

L'Andana Tenuta La Badiola  
58043 Castiglione della Pescaia (Grosseto)  
DZ ab 460 Euro (Hochsaison)  
Tel. 0039 (0)564 944 800  
[www.andana.it](http://www.andana.it)

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



# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## St. Moritz bittet zu Tisch

Kulinarische Stern und Koch-Ikonen begeisterten die Gäste

Klaus Lenser

Das Treffen der Gourmets in St. Moritz – mittlerweile aus allen Gesellschaftsschichten – ist zu einer Institution geworden, die weltweit Ihres Gleichen sucht. Unter allen Gourmet-Events, die rund um den Globus veranstaltet werden, nimmt das Festivals in St. Moritz den 1. Rang ein. Die berühmten Belle Epoque Hotels, wie Badrutts Palace, Kulm, Suvretta House aber auch das Kempinski Grand Hotel und die anderen noblen Häuser laden die besten Köche der Welt zu einem einmaligen Ereignis der Kochkunst ein.

Eine Woche lang verwöhnen die Meister ihres Fachs zusammen mit den Köchen der Hotels ihre Gäste auf aller höchstem Niveau, sprichwörtlich. Denn wo sonst werden auf ca. 2000 Meter über dem Meeresspiegel, direkt unter den Sternen, mit so viel Sterne Köchen kulinarische Feinheiten gezaubert.

In diesem Jahr kochten aus Österreich, Winni Brugger im Kempinski Grand Hotel



Winni Brugger



Gaetano Trovato

des Bains, Gaetano Trovato aus der Toscana im Hotel Kulm; aus Deutschland waren mit Mike Süsser, Frank Oehler und Andreas Schweiger gleich drei Sterne- und Fernsehköche im Suvretta House vertreten,

Die Spanier haben ihren besten Koch Santi Santamarias, geschickt. Der französische Kräuterpapst, Edouard Loubet, war der Star im Carlton Hotel.

Selbst Korsika verzichtete eine Woche auf Christophe Bacquié der im Kronenhof in Pontresina kochte. Portugal schickte den deutschen Koch, Dieter Koschina, der im Hotel Chesa Guardalej sein Können bewies.

Die große Dame der Schweizer Küche, Irma Dütsch, hatte im Hotel Schweizer Hof ein Heimspiel.

Genuss wie er perfekter und aromatischer nicht sein kann. An jedem Abend findet wechselnd in den Hotels eine Themen Dinner statt.

Die Küchen-Party im Badrutts Palace Hotel ist eine der begehrtesten Veranstaltungen; hier werden nicht nur die von allen Köchen zubereiteten Leckereien „vernascht“, hier fließt auch der Champagner in Strömen. Spass und Gaumenfreude sind Programm.

Wer es lieber gediegener, eleganter möchte besucht das Champagner Dinner im Suvretta House. In vornehmer Atmosphäre wird Köstliches serviert. In diesem Jahr wurde das Dinner mit à Capella-Musik aus Oper und Operette begleitet. Mancher Gast hätte gerne mit gesungen.

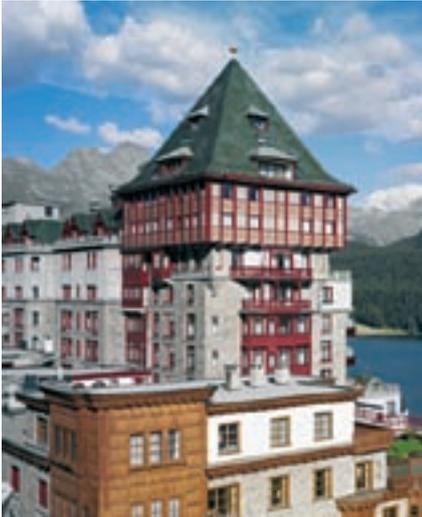
Die drei deutschen Köche servierten ein Menu, das perfekt auf die verschiedenen Champagner Jahrgänge des Hauses Laurent Perrier abgestimmt war.

Die Gäste des Kempinski Grand Hotel des Bains genossen die Gewürz-Küche des „Asia Koch des Jahres 2007“. Der Wiener Winni Brugger mixt Thai Küche mit klassischer französischer Küche nach al-



Mike Süsser, Frank Oehler und Andreas Schweiger

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Badrutts Palace



Hotel Kempinski St. Moritz



Reto Mathis bei der Trüffelprobe



Reto Mathis „Reich“ auf der Corviglia

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Santi Santamarias



Edouard Loubet



Christophe Bacqué



Dieter Koschina



Edouard Loubet

ten überlieferten Rezepten. Aromatisierte Genüsse die auf der Zunge zergehen und eine geschmackliche Vielfalt erleben lassen wie man sie selten genießen kann.

Der alljährliche Höhepunkt des Gourmet Festivals ist die Abschluss-Gala. Dieses Mal nicht wie sonst im Zelt auf dem St. Moritz See, sondern bei dem „Erfinder“ und Spiritus rector des Festivals, Reto Mathis in seinem Restaurant Corviglia in 2486 ü.M.

Reto Mathis wird von den St. Moritzern als Genie bezeichnet, ihm ist es nicht nur gelungen das Festival weltweit bekannt zu machen. Es gelingt Reto Mathis auch jedes Jahr die Besten der Besten für das Gourmet Festival zu gewinnen. Die Liste der Gastköche aus der Vergangenheit liest sich wie das who is who im Köche Almanach. Das Erstaunliche ist, dass er immer wieder neue kreative Köche entdeckt und für das Festival gewinnt.

Damit der Sommer in St. Moritz kulinarisch nicht zu langweilig wird hat sich Reto Mathis für seine Corviglia in diesem Jahr etwas Besonderes einfallen lassen.

Lernen Sie kochen auf 2486 Meter über dem Meer. (Info: [info@mathisfood.ch](mailto:info@mathisfood.ch)) oder genießen Sie von Juni bis Oktober jeweils Mittwochs und Samstags die Sunset und BBQ Abende auf dem Berg.

Wem das zu viel Kalorien sind geht Golfen oder Wandern aber die Kochkunst von Reto Mathis sollte er nicht versäumen.

Das nächste Gourmet Festival findet in der ersten Februar Woche 2011 statt – für Gourmets ein Datum, das Sie sich merken sollten.

#### Infos:

[www.stmoritz-gourmetfestival.ch](http://www.stmoritz-gourmetfestival.ch)

#### Fotos:

Reto Mathis  
Badrutts Palce  
Suvrettahouse  
Hotel Kempinski St. Moritz

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

**Island, die grüne Insel  
Seljaland-Wasserfall**



# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## ISLAND NEU ENTDECKT

### HEISSE QUELLEN, FEINE HOTELS, ERSTKLASSIGE KÖCHE UND EIN FEUERNDER VULKAN

Klaus Lenser

Meine letzte Island Reise liegt schon einige Jahre zurück, etwas Neues zu berichten gab es auch nicht bis auf die Tatsache, dass Island sich zu einem der teuersten Reiseziele der Welt entwickelt hatte.

Dann im Jahr 2009 änderte sich schlagartig die Situation und Island war wieder eines der beliebtesten Reiseländer geworden. Die Wirtschafts- und Finanzkrise haben dazu beigetragen das der Tourist sich Island wieder leisten kann.

Meine Reise startet auf den Vestmannaeyjar (Westmänner Inseln) südöstlich von Reykjavik. Von den 16 Inseln ist nur eine bewohnt, ca. 4000 Menschen leben dort.

Der Inselhafen ist der größte isländische Fischereihafen. Die hier verarbeiteten Fische werden in die ganz Welt geliefert. Die Insulaner sind eher leise und verschwiegen, bis auf die Wochenenden – dann wird gefeiert und getanzt bis es hell wird. Was im Winter erst um 11:30 Uhr der Fall ist.



Eyjafjallajökull: Feuer ...

Dafür wird es schon um 15:00 Uhr wieder dunkel, viel Zeit zum Feiern also.

Das der Isländer sprichwörtlich „ auf dem Vulkan“ tanzen kann ist hier sehr gut nach vollziehbar. Gerade mal 30 Jahre ist es her, dass ein Vulkanausbruch einen großen Teil der Insel mit glühender Lava überzog und eine Vielzahl von Wohnhäusern verschüttete.



... und schäumendes Wasser

Menschen kamen dabei nicht zu Schaden. Die verschütteten Häuser werden zur Zeit freigelegt und für Vulkanologen, aber auch Touristen zugänglich gemacht. Die Katastrophe lässt sich in den erhaltenen Ruinen gut nach vollziehen.

Die Insel ist eine wunderbare Naturlandschaft geblieben, Wanderer und Biker genießen die hügelige Landschaft und die Gastfreundschaft der Insulaner.

Großen Respekt hat man mir gegenüber gezeigt als sich herum gesprochen hatte, dass ich während der stürmischen Überfahrt mit dem Schiff zur Insel – es herrschte Windstärke 9 (Orkan) – in aller Ruhe mein Bier getrunken und dabei ein Buch gelesen habe. Selbst alle sturmerprobten Inselbewohner hatten sich in die Kojen ihrer Kabinen zurück gezogen.

Der Süden Islands ist der am dichtesten besiedelte Teil der Insel. Die heißen Quellen die aus der Erde dampfen verleihen der Landschaft eine Mystik, die gut zu den Legenden und „wahren“ Geschichten über Feen und Trolle passt.



Insel Heimaey (Westmänner Inseln)

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



**NLFI Reha und Gesundheits Clinic  
in Hveragerði**

Erdspalten, die sich nach unterirdischen Vulkantätigkeiten erst vor ein oder zwei Jahren geöffnet haben und sehr Furcht einflößend vor sich hin brodeln, unterstreichen den Eindruck. Es ist einfach faszinierend das Naturschauspiel zu beobachten.

Mit sehr viel Energie und Leidenschaft schützen die Isländer ihre, in der Tat, einmalige Landschaft. Naturfrevler wird nicht geduldet. Bauprojekte werden verhindert wenn sie die Natur belasten. Fischfang und Tourismus sind die wichtigsten Wirtschaftszweige für Island.

Immer bedeutender entwickelt sich der Gesundheitstourismus mit Angeboten auf sehr hohem medizinischen Niveau. Patienten aus Europa und USA kommen sehr



**Antartica-Suite im Rangá**



**Hotel Rangá in der Nordlichtkulisse**

gerne hier her, die Ärzte sind sehr gut ausgebildet und sie kommen aus verschiedensten Nationen – auch aus Deutschland – und behandeln nach den neuesten Methoden die verschiedensten Indikationen.

Patienten die eine Reha in Ruhe und Natur suchen sind hier gut aufgehoben. Selbstverständlich zu Kosten die weit unter den in Deutschland üblichen liegen. Zu den bekanntesten und besten Kliniken – mit internationalem Personal – zählt die NLFI Reha und Gesundheits Clinic in Hveragerði.

Das Gesundheit und Genuss sehr nahe beieinander liegen ist im Hotel Rangá in Hella zu erleben. Das an einem Fluss – Angeln erwünscht – in absoluter Einsamkeit liegende 5 Sterne Hotel bietet jeglichen Komfort.

Das Hotel ist wie ein großes Blockhaus in die Landschaft gebaut, die Zimmer sind geschmackvoll im nordischen Stil gehalten. In dem erst vor kurzem erstellten Anbau sind die Zimmer nach Kontinenten



**Köstliche Vorspeisen im Hotel Rangá**

benannt. Wer in dem afrikanischen Zimmer wohnt hat eher das Gefühl auf einer Safari in der Serengeti zu sein als in dem rauen Klima des Nordatlantiks.

Die Küche des Rangá Hotels ist exzellent bis exklusiv, gäbe es hier eine Sternbewertung wäre ganz sicher dieses Hotel und der Küchenchef dabei. Den Ruf, einer ausgefallenen und für Nicht-Isländer kaum genießbaren Küche, kann ich nicht bestätigen. In fast allen Hotels und Restaurants



**Fischvariationen im Restaurant, Hotel Rangá**

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Heizofen eines Kaufmannshauses im Heimatmuseum in Eyrarbakki

wird eine gute bis sehr gute Küchenleistung angeboten, natürlich mit den isländischen Spezialitäten wie Fisch und Lamm.

Zu den herausragenden Restaurants gehört neben dem Rangá Hotel, das Riverside Restaurant im Selfoss Hotel in Selfoss und das auf Hummer spezialisierte Restaurant Fjöruborðið in Stokkseyri.

Entlang der Südküste gibt es eine Vielzahl von Museen und Gedenkstätten der Wikingerkultur. Den Isländern ist es ein sehr wichtiges Anliegen, ihre Herkunft und Kultur zu erhalten und weiter zu geben.

Nicht versäumen sollte man einen Besuch im „Saga Centre“ in Hvolsvöllur. Die Ausstellung zeigt eine Reise durch die Geschichte der Insel und der Wikinger. Es ist schon bewundernswert unter welchen Bedingungen und Entbehrungen die Menschen in der Vergangenheit gelebt haben

Die Reisen an der Südküste sind geprägt von der typischen Landschaft Islands. Zahlreiche Wasserfälle – Ausläufer der Gletscher – stellen sich dem Betrachter imposant dar. Das Wasser so klar und rein, dass man Lust verspürt darin zu baden. Eine Gabe der Natur wie sie wohl kein zweites Mal auf der Erde zu finden ist.

Da wundert es nicht, dass die Isländer sich darum bemühen nicht nur den sogenannten „Normaltouristen“ für ihr Land zu begeistern. Ein Schwerpunkt des neu entdeckten Islands wird der Gesundheitstourismus sein. In einem Interview erklärte mir die Ministerin für Wirtschaft und Tourismus, Katrin Juliusdóttir, man wolle die sehr guten medizinischen Leistungen für Patienten in der ganzen Welt attraktiv machen, nicht zuletzt bieten die heißen Quellen ein perfekte Voraussetzung dafür.

Reykjavik, die Hauptstadt Islands bietet viele Attraktionen, für Genusssmenschen, Kulturliebhaber und Lifestyle Freunde. Das alljährliche internationale Gourmet-Festival – Food@Fun – im Februar jeden



Glasklares Gletscherwasser



Typische Isländische Landschaft

Jahres, ist zu einem Treffpunkt der Genießer und Spitzenköche aus der ganzen Welt geworden. Ein Grund mehr die Hauptstadt Islands zu besuchen und sei es für einen Zwischenstopp auf dem Weg mit der Icelandair nach Amerika. Die Icelandair bietet Flüge von verschiedenen deutschen Flughäfen nach Amerika via Island zu Sondertarifen an, die einen Island Aufenthalt sehr günstig ermöglichen.

Nicht zuletzt auch wegen des jetzt sehr viel besseren Umtausches von Euro in Island Kronen (€ 1,- = ca. 180,- Kronen) Für Feinschmecker, Naturliebhaber und jetzt auch für Gesundheitstouristen ist eine Reise nach Island so lohnenswert wie nie zuvor.

## Infos:

Vestmannaeyjar Inseln  
Kristin Jóhannsdóttir  
kristin@vestmannaeyjar.is  
Tel, 00354 488-2021  
www.vestmannaeyjar.is

Hotel Rangná  
Suðurlandsvegur, 851 Hella/Iceland  
hotelranga@hotelranga.is  
www.hotelranga.is

Hotel Selfoss  
Eyravegur 2, 800 Selfoss/Iceland  
Tel. 00354 480 2500  
hotelfselfoss@hotelfselfoss.is  
www.hotelfselfoss.is

Hummerrestaurant  
Fjöruborðið, 825 Stokkseyri

NLFI Rehabilitation  
Health Clinic  
Grænumörk 10  
810 Hveragerði  
Tel. 00354 483 0336  
ingi@hnlf.is, www.hnlf.is



Flugbuchungen:  
Icelandair  
60311 Frankfurt/Main  
Tel. 069 29 99 78  
germany@icelandair.is  
www.icelandair.is  
Fotos: Klaus Lenser,  
www.vestmannaeyjar.is  
Hotel Rangá

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## DER GOLDENE SCHNITT

### FASZINATION, LUXUS, GENUSS UND TRADITION

Harald Braun Fotos: Sabine Braun

**Hätte Gour-med Autor Harald Braun die freie Auswahl, dann würde er in Sydney leben, dem goldenen Schnitt aus vitaler Metropole und sonnigem Urlaubsort.**

Manchmal wirkt Sydney wie die Auffahrt zum Paradies. Ich stehe auf der Harbour Bridge, schaue auf die weltberühmte Oper hinunter und beobachte, wie ein riesiges Kreuzfahrtschiff unter der monumentalen Brücke hindurchfährt, als ob es sich um eine kleine Jolle handeln würde. Die Oper wirkt je nach Lichteinfall majestätisch und surreal. Man kann kaum glauben, dass es sie tatsächlich gibt, so häufig, wie man ihr auf Postkarten oder in Filmen begegnet ist. Ich blicke hinunter auf „The Rocks“, das historische Altbauviertel, in dem schicke Pubs und Restaurants täglich Heerscharen von Touristen anziehen, ohne seinen Charme einzubüßen. Unvorstellbar, dass dieses Viertel noch in den siebziger Jahren knapp vor dem Abriss stand. Ich sehe von hier aus auch den Circular Quay, den malerischen Umschlagplatz der zahlreichen Fähren, die sich Touristen auf der Suche nach Sehenswürdigkeiten und Einheimische auf dem Weg zur Arbeit friedfertig teilen. Wenn ich den Reiseschriftsteller Bill Bryson zitieren darf: „Die Welt hat nicht viele feinere Plätze zu bieten als den Circular Quay in Sydney bei Sommerwetter – es ist einer der großartigsten Ausblicke der Erde.“ Die australische Schriftstellerin Linda Jaivin beschrieb die knapp vier Millionen Einwohner ihrer Wahlheimat mit „Extreme laid back!“ Was so viel heißt wie: gelassen in jeder Lebenslage. Der Sydneysider ist ein Mensch, der in Kravatte und Shorts ins Büro geht, hart ar-

beitet, aber in der Mittagspause zwei Stunden in einer der zahlreichen malerischen Buchten diniert. Jaivin: „Aus irgendeinem Grund wissen die Leute es hier besser als anderswo auf der Welt, dass sie nur eine Chance für ein gutes Leben haben!“ So vielfältig sieht dieses gute Leben aus: Eine Bootsfahrt im Abendlicht nach Manly. Ein Lauf frühmorgens auf dem herrlichen Coastal Walk vom Tamarama Beach zum Bondi Beach. Ein Besuch im Taronga Zoo bei Koalabären und Giraffen – und die Feststellung, dass es vermutlich keinen zweiten Zoo auf der ganzen Welt mit diesem Panoramablick geben

dürfte – und auch keinen, in den man mit einer Gondel einfährt. Ich quäle mich an jedem Abend mit der Entscheidung, welches der zahlreichen internationalen Restaurants in Sydney ich heute besuchen soll. Am Vorabend meiner Abreise gönne ich mir einen optischen und kulinarischen Hochgenuss. Das „Doyles“ am „Watsons Bay“. Ein Klassiker. Meeresfrüchte vor Sonnenuntergang am Strand in landhausähnlichem Ambiente, klassische Musik, freundlicher Service, die Skyline Sydneys im Hintergrund. Der perfekte Platz, um sich von einem Paradies zu verabschieden.



Traumhafte Strände ... noch!

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser



Man fühlt sich fast wie in Europa: Flaniermeile in Sydney



Fisch so frisch wie selten, wo sonst wenn nicht hier

## Gourmet-Tip: Doyles On the Beach

Zugegeben, es gibt in Sydney einige Orte, an denen sich eindrucksvolle Sonnenuntergänge erleben lassen. Keinen allerdings, bei dem man gleichzeitig so fein speisen kann wie in Doyles Klassiker am Watsons Bay. In der malerischen Bucht hat man einen Blick auf die Skyline Sydneys, den kleinen Yachthafen und den kuscheligen Strand vor der Nase. Und auf dem Teller befindet sich bei Doyles in der fünften Generation der beste Fisch aus australischen Gewässern. Als Vorspeise „Mussels Portuguese“ (17.90 AD) oder „Tasmanian Spring Bay Scallops“ (19 AD), danach dann die grandiose „Doyles Fisherman Paella (für zwei) oder gleich der „Live Lobster aus dem Tank“ (79 AD), schon ist man versöhnt mit den Launen des Universums. Kein Schmah – das hier ist ein magischer Ort.

(Unbedingt rechtzeitig reservieren!)

### Watsons Bay

10 Marine Parade  
Geöffnet täglich von 10 bis 1 Uhr  
Tel. 61 2 9337-2007, Fax -6272  
[www.doyles.com.au](http://www.doyles.com.au)



So macht Genuss Freude

### Info:

Optimale Anreise aus Deutschland nach Sydney mit Etihad Airways  
Preise: Ab 1130 EUR inkl. Steuern und Gebühren / Sonderangebot ab 980 EUR.

11 x pro Woche von Frankfurt nach Sydney, 5 x pro Woche von München nach Sydney

Täglich von Sydney nach Frankfurt,  
Täglich von Sydney nach München  
Buchung unter 0180 5 500 400 (0,14 €/Min.), [etihadairways.com](http://etihadairways.com) oder in jedem Reisebüro.



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



**SPENDE  
BLUT  
BEIM ROTEN KREUZ**

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Erlesener Wein-Genuss in edlem Ambiente

#### Wein-Promenade im Schlosshotel Münchhausen

**Am 10. Juli 2010 verwandelt sich der barocke Rosengarten des Schlosshotel Münchhausen in eine sommerliche Wein-Promenade.**

Zehn renommierte Weingüter aus Deutschland, Österreich, Frankreich, Italien und Südafrika, wie beispielsweise Schlossgut Diel aus Deutschland, Capannelle aus Italien und Springfontain aus Südafrika, treffen sich hier zur lockeren Präsentation ihrer aktuellen Weine im 5-Sterne-Schlosshotel im idyllischen Weserbergland.

Weinliebhaber können mit den anwesenden Winzern plaudern, mehr über Wein und Kulinariik erfahren, Weine verkosten und in fürstlicher Atmosphäre eine Weinauswahl von internationalem Rang genießen. Die Wein-Promenade findet von 16 bis 23 Uhr statt, der Eintritt beträgt 25 Euro pro Person und beinhaltet das gesamte Weinangebot.

Um den Tag genussvoll ausklingen zu lassen, werden auf der Schlossterrasse bis spät in die Sommernacht kleine Leckereien rund um den Wein angeboten. Für Gourmets bietet das Schlosshotel Münchhausen noch ein besonderes Highlight am Vorabend der Wein-Promenade: eine moderierte Weingala mit Gourmet-Dinner. Das Fünf-Gang-Menü am 9. Juli 2010 kostet 150 Euro (inklusive Getränke). Das Wochenendarrangement speziell für diesen Zeitraum mit zwei Übernachtungen, Gourmet-Frühstück, Champagnerbrunch, Weingala und Eintritt Weinpromenade ist ab 468 Euro pro Person im Doppelzimmer erhältlich.

Das um 1570 erbaute Schlosshotel Münchhausen mit insgesamt 67 geschmackvoll eingerichteten, großzügig geschnittenen Zimmern und Suiten liegt nur wenige Kilometer von der Rattenfängerstadt Hameln entfernt und befindet sich inmitten eines weitläufigen Landschaftsparks mit einer Vielfalt an seltenen nordamerikanischen Pflanzen und Bäumen.

Zwei Restaurants, die dem Gast eine abwechslungsreiche Auswahl von feiner Landküche im Schlosskeller bis zur „Haute Cuisine“ im Gourmet-Restaurant bieten, verwöhnen den Gaumen mit kulinarischen Genüssen. Außerdem ist das Schlosshotel Münchhausen ein ganz besonderer Ort für Familienfeste und Hochzeiten, festliche Bankette oder professionelle Tagungen.



**Sterne Koch Achim Schwekendiek**



**Das Schloss Hotel**

Im modernen Wellness & SPA Bereich stehen das große Schwimmbad, Saunen und Bäder, Massagen und Beautyanwendungen für die persönliche „Auszeit“ zur Verfügung. Dazu werden umfangreiche Wellness-Verwöhn-Pakete angeboten, deren Zeit und Umfang der Gast nach seinen Wünschen individuell buchen kann. Für Golfbegeisterte gibt es zwei 18-Loch-Golfplätze, die direkt an den Schlosspark angrenzen.

Schlosshotel Münchhausen  
Schwöbber 9, 31855 Aerzen/Hamel  
Tel. 05154 7060-0, Fax -130  
info@schlosshotel-muenchhausen.com  
www.schlosshotel-muenchhausen.com

Fotos: Schlosshotel Münchhausen

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### A-ROSA VIVA

## Luxuriöser Flottennachwuchs wurde in Basel feierlich getauft

„E hürzlig guete Daag“: Die A-ROSA Flussschiff GmbH taufte ihr jüngstes Mitglied der Flotte. Ganz offiziell trägt der Rhein-Kreuzer den Namen A-ROSA VIVA.

Miss Schweiz 2007 und Taufpatin Amanda Ammann haben die Champagnerflasche am Bug des luxuriösen Flusskreuzers zerschellen lassen und nach altem Schiffsbrauch den Hals der Taufflasche an Kapitän Tim Gorges als Glücksbringer übergeben. „Wir freuen uns, bereits wenige Monate nach der erfolgreichen Indienststellung unseres ersten Rhein-Schiffes heute ein weiteres Schiff zu taufen und werden die A-ROSA VIVA in Basel gebührend feiern“, so Lars M. Clasen, CEO der A-ROSA Flussschiff GmbH. „Die Buchungsnachfrage für unser neues Fahrtgebiet ist sehr positiv – der Rhein bietet vielfältige Routenvarianten und interessante Städte und spricht unsere Zielgruppe optimal an“, ergänzt COO Markus Zoepke.

Gefeiert wurde sowohl an Bord des luxuriösen Flottenzuwachses als auch im feierlich geschmückten Cruise-Terminal des Basler Anlegers. Eine typisch Basler Fasnacht-Clique, Schweizer Alhornblaser, Musik der Live-Band „Max and Friends“, kulinarische Raffineszen sowie eine Champagner-Bar an Bord sorgten für ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm und Gaumenfreuden.

Die A-ROSA VIVA hat insgesamt 99 Außen cabinen mit Platz für maximal 202 Passagiere. 70 der 14,5 qm großen Cabinen verfügen dabei über einen französischen Balkon. Der Flottenneuling ist ein- drucksvolle 135 m lang, 11,40 m breit und hat einen Tiefgang von ca. 1,60 m; der Antrieb erfolgt durch vier Ruderpropelleranlagen. Auch das neue Premium-Schiff mit Kussmund und Rose am Bug wird das erfolgreiche Konzept und die Philosophie der Marke aus großzügigen Gastbereichen, individuellem Büffet-Restaurant mit Live- Cooking-Bereichen,

großem Sonnendeck sowie abwechslungsreichem Ausflugsprogramm aufweisen. Neben dem Marktrestaurant können sich die Gäste im separaten Café-Restaurant verwöhnen lassen. Zusätzlich bietet die Weinwirtschaft geführte Menüs ausgesuchter regionaler Speisen mit passenden Weinen. An der Innen/Außen-Bar lassen sich entspannt ausgesuchte Cocktails genießen. Entspannung und Aktivität bietet das SPAROSA, der bordeigene Wellnessbereich mit Sanarium, einem Außen-Whirlpool und SPA-Außenbereich, Ruheraum sowie Beauty- und Massagelanwendungen. Im Fitnessbereich können Urlauber allein oder mit Personal Trainer sportlich aktiv werden. Um das Wohl der Gäste an Bord kümmert sich eine rund 50-köpfige Crew.

95 Abfahrten auf 16 verschiedenen Routen mit der A-ROSA AQUA und VIVA A-ROSA macht mit den Schwesterschiffen A-ROSA AQUA und A-ROSA VIVA in der Saison 2010 das neue Fahrtgebiet Rhein/Mosel/Main auf verschiedenen 5, 6, 8 und 10-tägigen Routen ab/bis Köln auf luxuriöse, kulinarische und kulturelle Weise neu erlebbar. Spannende Zielhafen wie Basel, Amsterdam, Antwerpen, Straßburg, Bernkastel-Kues oder Düsseldorf erwarten die Gäste hier genauso, wie herrliche Landschaften, Sehenswürdigkeiten oder ungewöhnliche Ausflüge.



Mit Kussmund und Rose am Bug: das neue Premium-Schiff A ROSA VIVA

**Information und Buchung:**  
im Reisebüro, unter Tel. 038 2026001  
oder unter [www.a-rosa.de](http://www.a-rosa.de)  
Foto: A-Rosa

## KURZ NOTIERT

### Start in die Strandsaison

#### Bunte Beach-Aktionen sorgen für Sommerfeeling in Damp

**Am ersten Maiwochenende ist es endlich soweit – das Ostseebad Damp eröffnet seine Strandsaison! Eingeleitet wird der Sommer mit zahlreichen Show-acts, die Unterhaltung auf der Strandbühne versprechen. Ein Kunsthandwerksmarkt lädt Besucher außerdem zum Bummeln ein.**

Ab 1. Mai geht es am Aktionsstrand von Damp rund: Zusammen mit Henning Franz von „Franz Betriebe“ und Ulrike Dallmann, Veranstaltungsmanagerin in Damp wird am Sonnabend der neu ge-

staltete Strandbereich mit einem großen Musikprogramm gebühlich eingeweiht. So ist Sehen, Hören und Staunen ab 19 Uhr bis 22 Uhr auf der neuen Strandbühne angesagt. Dort stellen sich die Künstler der kommenden Sommersaison in Damp vor: Katty Pasch, Katharina Abt und Benjamin Merkl begleitet von Claudia Piehl singen Ausschnitte aus ihren Musical-Solo-Programmen. Ein Auftritt des großen Showpalast-Ensembles, welches Einlagen aus „Hairspray“ und „Mamma Mia“ vorstellt, verspricht weite- re Unterhaltung. Wem das zu schrill ist,

kann den Klängen des Chores Bella Donna folgen, der Songs in verschiedenen europäischen Landessprachen vorträgt. Ein Hingucker ist außerdem die neue, stilvolle Beachlounge, welche zum Genießen in edlen Korbmöbeln einlädt. Mit Cocktails und Co. wird Mango's Strandbar die Gäste versorgen.

Wer sich lieber die Füße auf der Promenade vertreten möchte, ist am Yachthafen bei „CreativLust am Meer“ richtig aufgehoben. Der Markt der schönen Dinge lädt mit vielen verschiedenen Ausstellern aus dem Bereich des traditionellen Kunsthandwerks zum Bummeln ein.

Ein besonderes Highlight ist der Stand des Bürstenmachers – ein fast gänzlich ausgestorbenes Handwerk. Der Markt hat das ganze Wochenende von 10 bis 17 Uhr zum Flanieren geöffnet. Wer es am 1. und 2. Mai nicht schafft, bekommt bis zum 27. Juni jeden Sonntag von 10 bis 17 Uhr und danach bis Ende August von 10 bis 18 Uhr die Möglichkeit vorbeizuschauen.

#### Infos:

Ostseebad Damp  
Tel. 04352 80 1111  
[www.damp-urlaub.de](http://www.damp-urlaub.de)  
Foto: Damp Holding



Strandfeeling in Damp

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Gourmetküche in den Bordbistros der Deutschen Bahn

Text u. Foto: Anne Wantia

Die Jahresaktionen in den Bordrestaurants der Deutschen Bahn haben mittlerweile Tradition und so steht das Jahr 2010 unter dem Motto „TV-Köche tischen auf“. 11 bekannte Köche kreieren im monatlichen Wechsel je drei Gerichte. Nicht nur eine leckere Erweiterung für das Speisenangebot in den Bordrestaurants. 50 Cent pro verkauftem Gericht spendet die Bahn an die von Jahrhundertkoch Eckart Witzigmann und Ralf Bos (Delikatessengroßhändler) gegründete Initiative „Spitzenköche für Afrika“ (siehe auch Gourmed 7-8/09). Auf diesem Wege soll Geld für den Bau von Schulen in Äthiopien zugunsten der Karlheinz Böhm Stiftung „Menschen für Menschen“ gesammelt werden. Über 250.000 Euro sind bereits durch andere Aktionen für die Stiftung zusammengekommen und ermöglichten so den Bau einer ersten Grundschule. Viele kleine und große Gastronomen beteiligen sich auch weiterhin mit unzähligen Events, die der Stiftung zugute kommen. Bis 2015 soll so hunderttausend Kindern eine Schulausbildung ermöglicht werden. Aber auch die anderen Projekte die Karlheinz Böhm und seine Frau Almaz in verschiedenen Regionen Äthiopiens initiiert haben werden unterstützt. Hier wird Hilfe zur Selbsthilfe gegeben. Deshalb ist das Engagement der Deutschen Bahn nur zu begrüßen und wir hoffen, daß möglichst viele Bahnreisende dieses Angebot auch annehmen. Monat für Monat wird die DB ihren Gästen ein attraktives Speisenange-



Björn Freitag, Sternekoch aus Dorsten und Robert Etmans, DB

bot zur Verfügung stellen. Für pfiffige und abwechslungsreiche Gerichte stehen die 11 verschiedenen Köche als Rezeptgeber. Die Qualität soll hier neben dem Geschmack überzeugen. Genießen auch Sie bei Ihrer nächsten Bahnreise eine der Kreationen aus dem gastronomischen Programm der DB. Rezeptgeber sind z.B.

Björn Freitag, Mirko Reeh, Stefan Marquard, Cornelia Poletto und Horst Lichter.

Wenn Sie die Aktion zusätzlich unterstützen möchten, können Sie Ihre Spende auch auf folgendes Sonderkonto einzahlen: Menschen für Menschen, Stichwort: DB für Afrika, Stadtparkasse München, Konto Nr. 88 00 88, BLZ 701 500 00

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Kreuzfahrtschiff „Costa Atlantica“ legt ab Mai 2009 auch in Warnemünde ab

Europas führende Kreuzfahrtreederei Costa Crociere lässt ab Ende Mai die „Costa Atlantico“ für drei Monate von Warnemünde ablegen. Insgesamt 14 einwöchige Kreuzfahrten werden bis Ende August ab Warnemünde angeboten. Abfahrt ist jeweils freitags. Im Wechsel werden die Fjorde Norwegens und Kopenhagen sowie die Metropolen der Ostsee einschließlich Stockholm, St. Petersburg und Tallinn angelaufen. Die Reederei rechnet in diesem Jahr mit ca. 60.000 Passagieren. Neben den glanzvollen Routen präsentiert sich auch die „Costa Atlantica“ selbst als besonderes Schiff mit einem hohem Komfort. Über 1.057 geräumig und großzügig ausgestattete Kabinen und Suiten, teils mit privaten Balkonen, warten auf die Passagiere. Nicht nur das beliebte Ischia Spa mit Fitnessraum und Blick aufs Meer ist bei den Gästen angesagt, genauso exklusiv sind die Wellness-Kabinen und Suiten auf dem Schiff. Wasserkocher, Waage, Bademantel, Hausschuhe sind nur einige Dinge, die zum Standard gehören.

Kulinarisch ist die Auswahl riesig, sei es im Wellness-Restaurant oder in einem der drei anderen Restaurants an Bord. Zwölf Bars lassen nicht nur „Nachtschwärmer Herzen höher schlagen“. Der Besuch des Caffé Florian, eine originalgetreue venezianische Nachbildung, ist ein absolutes Muß – nicht nur für Süßmäuler. 50 verschiedene Gerichte täglich – in den Haupt- und Buffett-Restaurants



Costa Atlantica: glanzvolle Routen, hoher Komfort

– machen es den Teilnehmern nicht leicht bei der kulinarischen Auswahl.

Vier Swimmingpools und vier Whirlpools, ein Jogging-Parcour sowie ein Mehrzwecksportplatz gehören zu den Annehmlichkeiten des Schiffes. Theater, Casino und Diskothek sichern neben Bibliothek, Internet-Point und Shopping-Center ein großes Unterhaltungsangebot.

Ideal ist die „Costa Atlantica“ auch für Familien mit Kindern. In den Kabinen haben bis zu 4 Personen Platz oder aber man bucht zwei Kabinen mit Verbindungstür. Die Kinder werden hervorragend im Sqok Kinderclub betreut. Ein be-

sonderer Anreiz für Familien besteht sicher darin, das bei allen Reisen ab Warnemünde Kinder bis einschließlich 18 Jahren gratis reisen, wenn sie in der Kabine der Eltern schlafen. Nur das Serviceentgelt ist zu entrichten.

Aufgrund der bisherigen Resonanzen auf das Reiseangebot in diesem Jahr hat sich die Costa Reederei bereits jetzt festgelegt und will das erfolgreiche Konzept 2011 in Warnemünde fortführen.

#### Infos:

[www.costakreuzfahrten.de](http://www.costakreuzfahrten.de)  
Foto: Costa Reederei

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Neues Best Western Premier Grand Hotel in Weimar

Seit Januar 2010 segelt das Grand Hotel Russischer Hof in Weimar unter Best Western Flagge. Das Vier-Sterne-Superior-Haus präsentiert sich nun mit dem neuen Namen Best Western Premier Grand Hotel Russischer Hof und verspricht sich dadurch eine höhere internationale Aufmerksamkeit.



Luxuriöses Ambiente im Hotel  
Russischer Hof

Für einen internationalen Markenanschluss hat sich das Grand Hotel Russischer Hof in Weimar entschieden: Seit 1. Januar 2010 segelt das Vier-Sterne-Superior-Haus unter der Flagge von Best Western. Als Best Western Premier Grand Hotel Russischer Hof erweitert es das Portfolio der weltweit größten Hotelkette um einen besonders hochwertigen Zugang. Albert Voigts, Direktor des 126-Zimmer-Hauses, leitet das Hotel im Auftrag der Münchener Hotelgruppe DERAG Hotel and Living AG & Co. KG.

Das Best Western Premier Grand Hotel Russischer Hof blickt bereits auf eine lange Tradition als Ort der Begegnungen und des gesellschaftlichen Lebens in Weimar zurück. Erbaut Anfang des 19. Jahrhunderts gehört es zu den ältesten Gasthäusern in Weimar. 1996 hatte die DERAG das Traditions-Haus übernommen und luxuriös renoviert. Rechtzeitig zum Beginn des Kulturjahres in Weimar 1999 wurde das Hotel als Grand Hotel wiedereröffnet. Heute bietet das Haus der Luxusklasse 126 Hotelzimmer, Juniorsuiten und Suiten. Einige der Zimmer sind mit Dachterrasse und Kitchenette ausgestattet. Neben dem hoteleigenen Restaurant gibt es ein Kaffeehaus, eine Bar und einen Gewölbekeller. Außerdem sind sieben Tagungsräume für Veranstaltungen bis zu 70 Personen buchbar. Zum Entspannen und für den sportlichen Ausgleich steht Gästen ein Fitness- und Saunabereich zur Verfügung.

Das Best Western Premier Grand Hotel Russischer Hof liegt zentral direkt an der Fußgängerzone des historischen Stadtkerns von Weimar. Durch seine zahlreichen Sehenswürdigkeiten ist Weimar das bedeutendste Ziel für Städtetourismus in Thüringen. Viele Häuser sind neben dem Goethe-Haus und dem Bauhaus-Museum noch heute Beweis für Weimars exponierte Stellung in der Kulturgeschichte. Gleich zweimal ist Weimar auf der UNESCO-Welterbe-Liste vertreten.

#### Best Western Premier Grand Hotel

Russischer Hof

Goetheplatz 2, 99423 Weimar

Tel. 036 437740, Fax 036 43774840

info@russischerhof.com

www.russischerhof.com

Foto: © Best Western Hotels  
Deutschland GmbH

# Der besondere Tipp für Gour-med-Leser

## KURZ NOTIERT

### Rezidor eröffnet das Radisson Royal Hotel, Moskau

Die Rezidor Hotel Group verfügt über ein neues und exklusives Flagship in der russischen Hauptstadt: Soeben eröffnete Yury Luzhkov, Bürgermeister von Moskau, offiziell das luxuriöse Radisson Royal Hotel, Moscow. Das ehemalige „Hotel Ukraina“ ist eines der „Sieben Schwestern“, einer der legendären Wolkenkratzer Stalins und eines der größten historischen architektonischen Kunstwerke Europas. Das beeindruckende Gebäude ist 206 Meter hoch und besitzt eine Gesamtfläche von 100'000 m<sup>2</sup>. Nach einer umfassenden Renovierung über drei Jahre wurde das Hotel mit seinen 506 Zimmern und Suiten sowie 38 Appartements neu eröffnet.

„Dieses Hotel ist ein Meilenstein in Rezidors Geschichte. Es kombiniert Moskaus reiches historisches und kulturelles Erbe mit den erstklassigen Standards, für die Radisson Blu bekannt ist“, sagt Kurt Ritter, President & CEO von Rezidor.

#### Im Herzen Moskaus

Das neue Radisson Royal Hotel, Moscow befindet sich inmitten des Stadtzentrums, direkt an einer Biegung des Flusses Moskwa, an der Kreuzung des Kutusowskij Prospekt und der Novyi Arbat, zwei der bedeutendsten Verkehrsstraßen Moskaus. Zahlreiche Sehenswürdigkeiten sind nur wenige Gehminuten vom Hotel entfernt, so beispielsweise das Regierungsgebäude der Russischen Föderation (das Russische Weiße Haus), das Außen-



Radisson Royal in Moskau

ministerium oder der Rote Platz mit dem Kreml.

#### Ein Paradies für Gourmets

Die Restaurants gehören zum Besten, was Moskau kulinarisch zu bieten hat: Im Hauptrestaurant „Veranda“ werden zeitgemäße mediterrane Spezialitäten sowie klassische internationale Gerichte serviert und der „Tatler Club“ mit seiner innovativen Fusion Cuisine, kreiert vom bekannten russischen Küchenchef Arkady Novikov, ist ein wahres Muss. Im „Bono“ genießen die Gäste italienische Speisen, das „Farsi“ lädt zu exotischen iranischen Menüs ein, und das „Takasa“ im 31. Stock serviert raffinierte japanische Delikatessen. Zu guter Letzt ist die „Trubadur“ Karaoke Bar mit ihrer atemberaubenden

Aussicht über die Stadt der „place to be“. Das Radisson Royal Hotel, Moscow bietet seinen Gästen gar die Möglichkeit, Lunch oder Dinner auf der Moskwa zu erleben: Schneeweiße Yachten mit exklusiven Restaurants wurden speziell für das Hotel entworfen und offerieren abwechslungsreiche Touren vorbei an den malerischen Sehenswürdigkeiten Moskaus.

#### Erstklassiger Service und eigene Kunstgalerie

Das Radisson Royal Hotel, Moscow bietet seinen Gästen nicht nur Ästhetik und funktionellen Komfort, sondern auch Kunstgenuss. Die Zimmer und öffentlichen Bereiche verfügen über eine einzigartige Originalsammlung mit mehr als 1200 Gemälden russischer Künstler aus der ersten Hälfte des vergangenen Jahrhunderts (u. a. Vasily Polenov, Julius Klover, Alexander Deineka, Dmitry Nalbandian, Max Birstein, Michael Suzdal'tsev, Nicholas Romadin oder Mihail Kupriyanov). Im Erdgeschoss stellt das Diorama „Moskau – Hauptstadt der UdSSR“ im Massstab von 1:75 ein wahres Highlight dar: es zeigt auf 400 qm das historische Zentrum Moskaus samt Umgebung von Luzhniki bis Zemlyanoy Val, und zwar so, wie sich die Stadt 1977 präsentierte, als das Diorama geschaffen wurde.

#### Infos:

[www.rezidor.com](http://www.rezidor.com)  
Foto: Rezidor Hotel Group

Das schönste Buch über das alte Paris, ein Kochbuch aus dem bekanntesten Restaurant auf Sylt und eine freche Lügengeschichte von der Insel. Schließlich ein vergnügtes Lehr- und Lesebuch über den Luxus des Einfachen.



### Demnächst nach Hannover Legendäres Paris

Pierre Pinelli, Marc Walter, „Legendäres Paris“, Frederking & Thaler Verlag, 320 Seiten, 50 Euro, ISBN 978-3-89405-762-6

Wir kennen sie ja schon, diese Folgebände und Folgefilme von irgendwelchen Erfolgstiteln: Harry Potter, Winnetou, Der Pate oder Rambo sind solche Serienhelden, vom dünnen Mann oder Wallander ganz zu schweigen. Seit der französische Fotograf, Sammler und Grafiker Marc Walter vor zehn Jahren diesen Typ des quasi professionell gemachten Poesiealbums mit nostalgisch angebräunten Fotos aus dem 19. Jahrhundert, mit all den eingeklebten Tickets, Postkarten, Kofferaufklebern, Speisekarten usw. begründet hat, ließ er dem ersten Band alle Jahre einen neuen folgen, und immer wieder erfolgreich.

Es begann mit „Legendären Reisen“ weltweit und allgemein, dann folgten die In-Bände: „Legendäre Reisen in Ägypten“, „in Italien“, „in Frankreich“, „in Asien“, „in den Alpen“. Nun geht es in die Metropolen: Paris ist gerade erschienen, und damit sind die nächsten zehn Jahre gesichert. Mein Vorschlag: Weiter mit Wien, Berlin, New York, Rom, London, Moskau, Peking, Tokio usw.; ab 2020 dann Sevilla, Bath, Hannover usw.

„Paris“ jedenfalls ist prächtig gelungen, mit wunderbaren Fotos, nostalgischen Stimmungen. Auch in diesem Band werden wieder literarische Zitate aller Art gesammelt, das Kulturbedürfnis ist unübersehbar. Und diesmal sind sie nicht alle von Franzosen: Paris war ja in den Zwanzigern eine halbwegs amerikanische Stadt.

### Speckbrot und Plato Vom Luxus des Einfachen

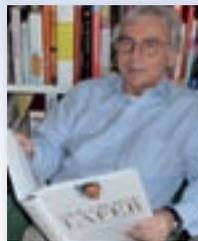
Friederun Pleterski/Renate Habinger, „Vom Luxus des Einfachen“, Brandstätter Verlag, 176 Seiten 29,90 Euro ISBN 978-3-85033-397-9



Nein, dies ist kein vorrangig kulinarisches Buch, und das tutige Titelbild führt vollends in die Irre: Es geht nicht um Bauernbrot und Ökomarmelade, sondern tatsächlich um Luxus und Einfachheit, flankiert von Begriffen wie Paradies, Komfort und Nachhaltigkeit.

Wichtig: Dies ist kein Traktat, der uns verbiestert missionieren will, sondern eine Anthologie mit bekömmlichen und fröhlichen Lesefrüchten zum Thema. Da rangiert das Speckbrot gleich neben Platos idealem Staat, die „Klassiker der Bekleidung“ neben der Erzählung von der „Land- und der Stadtmaus“ und dem Bilderbogen, wie man aus einem Radieschen ein kleines Kunstwerk schnitzen kann.

Die Autorin, die in beneidenswerter Unabhängigkeit fern der Zivilisation, doch nicht unzivilisiert auf einer dalmatinischen Insel und/oder in Kärnten lebt, gibt leichte, doch einleuchtende Tipps für Schmarrn und Palatschinken, erklärt Küchengeräte und „Nudel & Strudel“, zwischendurch erzählt sie ein Märchen. Und das alles wird heiter und fidel illustriert: Ein Buch zum Blättern und Schmökern, das man sogar und mit Gewinn richtig lesen kann.



## Horst-Dieter Ebert Buch-Tipps

### Buch ohne People Sansibar – Strandküche

Herbert Seckler, „Sansibar - Strandküche“, Südwest Verlag, 192 Seiten, 24,95 Euro, ISBN 978-3-517-08611-8



Was war „der besondere Clou“ dieser berühmten Sylter Institution? „Dass alle, die essen gehen wollten, sich nicht mehr in den Massanzug oder ins kleine Schwarze werfen mussten“ – als hätte das auf dieser textilarmen Ferieninsel jemals jemand gemusst!

Da geht man wohl nicht fehl in der Annahme, dass sowas natürlich nicht vom Wirt Herbert Seckler (hier gern „Kult-Wirt“ genannt) des Sansibar stammt (hier gern „Kult-Bar“ genannt), sondern von seinem allzu flüssig formulierenden Ghostwriter. Der als Autor ausgewiesene Seckler hat, da bin ich sicher, nur wenig von dem Buch gelesen.

Dennoch: Wer die Sansibar nicht kennt, wird sie nach diesem Buch sicher mögen. Wer sie kennt, wird ein bisschen enttäuscht sein: Sansibar besteht aus Stimmungen und Menschen. Das Buch jedoch ist weitgehend stimmunglos und, bis auf die Belegschaft, menschenleer. Daß ein Hamburger People-Magazin es unterstützt und sogar für ein „Editorial“ gesorgt hat, wirkt in einem Buch fast ohne People ein bisschen kauzig ...

### Hei lücht! Hotels mit Meerblick

Jörg Bertram, Alexander Haiden, „Hotels mit Meerblick. Die schönsten Adressen an Europas Küsten“, Knesebeck Verlag, München, 192 Seiten, 34,95 Euro, ISBN 978-3-86873-137-8



Ein Buch von der Sorte: Muss nicht sein, kann man aber machen. An der Auswahl, wenn man nur 29 Adressen in 12 europäischen Ländern vorstellt (wieviele gibt es eigentlich?), werden sowieso alle herumäkeln, kann ja auch nicht gut gehen...

Ich probiere es mal anders, mit einer Stichprobe: Wir Hamburger kennen uns ja leidlich aus auf Sylt, was also hält der Autor dort in petto? Erstmal weiß er nicht sehr viel über Sylt: das „Übernachtungsangebot“ sei „provinziell“: „zu viel spiessige Privatpensionen“, „unambitionierte Mittelklasseabsteigen“ und „einige wenige überteuerte Luxusherbergen“. Mit welcher Insel verwechselt er Sylt? Kennt er denn weder das berühmte „Stadt Hamburg“, noch das schicke „Fährhaus“?

Sein „Hotel mit Meerblick“ ist nicht der Sörling Hof oder das Budersand, sondern heißt „Long Island House“. Das kennt kaum einer, und wer von dort das Meer sehen möchte (vier Straßen vom Strand entfernt), der müsste mindestens eine ausgefahrene Feuerwehrleiter besteigen (und würde auch von dort aus kein Wasser sehen.) Bis dahin könnte man meinen, der Autor sei nur blind oder wäre eben nie auf Sylt gewesen.

Aber die Bilder zeigen das Meer vor dem Hotel samt Leuchtturm (der ganz woanders steht), und dann führt eine bunte Treppe durch die Dünen an den Strand. Und da hört die blasse Ignoranz auf, und die Fälschung beginnt: Das gibt es in diesem Hotel nicht! Hei lücht, heißt das in Hamburg. Und dieser sonst ganz angesehene Verlag druckt das, ohne rot zu werden. Und da habe ich dann auch nicht weitergelesen: Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht!

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.«

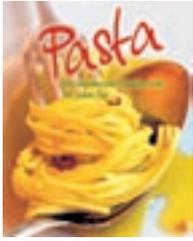
Spenden: Bank für Sozialwirtschaft | BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.**

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

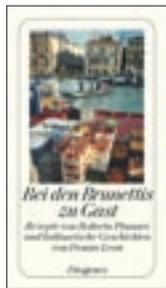
# Buch-Tipps



## **Pasta – Die beliebtesten Nudelgerichte für jeden Tag**

Tre Torri, 160 Seiten, Pappband,  
19,90 Euro, ISBN 978-3-941641-29-7

„Natürlich Pasta!“ ist die Antwort vieler Menschen, wenn sie nach ihrem Lieblingsgericht gefragt werden. Ob als klassische Spaghetti, muschelförmige Conchiglioni oder würzig gefüllte Ravioli – Pasta schmeckt immer. Die große Vielfalt der Nudelgerichte in Pasta – Die beliebtesten Nudelgerichte für jeden Tag trifft auf erlesene und wunderbar unkomplizierte Aromen. Die Gerichte sind nach den Zutaten sortiert und erlauben modernes Kochvergnügen, Pinien-Kapern-Pesto treffen auf Linguine und Farfalle auf Gorgonzola trifft Grappa. Die Pastarezepte stammen original aus Bella Italia und bringen mediterranes Urlaubsflair in Ihren Küchenalltag.



## **Tatjana Hauptmann, Donna Leon, Roberta Pianaro Bei den Brunettis zu Gast**

Diogenes, 288 Seiten, Hardcover, 22,90 Euro  
ISBN 978-3-257-06728-6

Paola hatte beim Fleischer hinter dem Gemüsemarkt eine Lammkeule erstanden und servierte sie mit winzigen Kartoffeln, die mit Rosmarin bestreut waren,

dazu gedünstete Zucchini und Möhren in einer Soße, die so süß war, dass Brunetti sie am liebsten auch noch zum Nachschmecken gegessen hätte, aber da gab es ja schon die in Weißwein gedünsteten Birnen. Nach dem Abendessen lag er wie ein gestrandeter Wal auf seinem Stammplatz auf dem Sofa und genehmigte sich ein winziges Schlückchen Armagnac, eigentlich nur ein Tröpfchen in einem so kleinen Glas, dass man es kaum sah. Brunettis Leibgericht, das der Kinder, Paolas Apfelkuchen, aber auch ein Rezept von Brunettis Mutter und Donna Leons Lieblingsessen – sie alle sind in diesem Buch versammelt. Dazu ein Vorwort und sechs kulinarische Geschichten von Donna Leon. »Bei den Brunettis zu Gast« ist ein literarisches Kochbuch über die venezianische Küche, zum Schmökern – und zum Nachkochen.



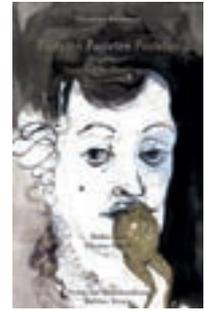
## **Sascha Zeus, Michael Wirbitzky Waschlappen**

Lübbe, 206 Seiten, Pappband,  
12,99 Euro, ISBN 978-3-7857-6020-8

„Hallo Waschlappen!“ Begrüßt man so einen Freund? Das darf nur Vigo, denn er kennt seinen Freund Alex schon aus Kindertagen. Und Alex ist gerne ein Weichei. Alex schmeißt den Haushalt, kocht, wechselt Windeln, besucht Elternabende und zieht seine beiden Jungs groß. Seine Frau hat nun mal den besseren Job. Alex ist arbeitslos, seit ihn seine Chefin aus der Auto-Redaktion gefeuert hat. Also bleibt er jetzt zuhause. Bei Vigo ist das anders. Er ist immer auf der Piste. Freiheit ist nun mal alles im Leben eines richtigen Mannes. Oder doch nicht? Während Alex seinen alten Roadster wiederentdeckt, wird Vigo selber Vater. Wer ist nun der Waschlappen? Manchmal liegt die Antwort auf der Hand. Manchmal im Bett neben einem. Und manchmal in einer versifften Bar unter der Theke.

## **Charlotte Birnbaum, Christa Näher Pasteten Pasteten Pasteten**

Verlag der Buchhandlung Walther König,  
124 Seiten, Pappband, 28,00 Euro,  
ISBN 978-3-86560-714-0



Die Pastete ist die Königin der Speisen. Ihr Innenleben immer ein Geheimnis, ihr Äußeres eine Skulptur. Kein anderes Gericht ist so geeignet für Überraschungen und kulinarische Amusements. Wenn sie groß genug ist, können Tauben oder singende Kinder plötzlich aus Pasteten in Erscheinung treten! Was ist lustiger und köstlicher als dieses geheimnisvolle kleine Kunstprodukt? Die Autorin hat immer wieder festgestellt: Pasteten sind nicht nur beliebt, weil sie lecker sind, sondern sie machen überhaupt gute Laune. Eine Pastete, egal wie anspruchsvoll, ist immer etwas Feierliches. Sie ist, auch wenn nicht ganz gelungen, ein Kunstwerk. Jede Pastete ist einmalig. Auch wenn die Pastetenkunst faszinierende Höhepunkte kennt, handelt dieses Buch vor allem von unkomplizierten Rezepten, die – wie die Autorin hofft – jeder als Inspiration für eigene Kreationen nehmen kann. Grenzen kennt der Pastetenbäcker keine.

## **Philip Kerr Das letzte Experiment**

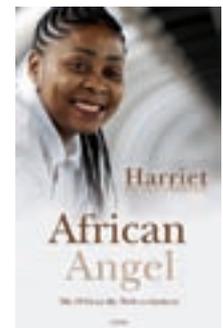
Rowohlt Verlag, 448 Seiten, gebunden,  
19,90 Euro, ISBN 978-3-8052-0869-7



Buenos Aires, 1950. Gerade hat Privatdetektiv Bernie Gunther argentinischen Boden betreten, da erhält er einen neuen Auftrag: Er soll für Peróns Geheimpolizei nach einem 15-jährigen Mädchen fahnden. Fabienne von Bader scheint wie vom Erdboden verschluckt. Während seiner gefährlichen Recherche trifft er auf die schöne Jüdin Anna Yagubsky. Auf der Suche nach Überlebenden ihrer Familie entdecken die beiden ein geheimes Lager in der Wüste, errichtet von dem KZ-Erbauer Dr. Kammler. Und es gibt Anzeichen dafür, dass es tatsächlich seinen grausigen Zweck erfüllt hat. Gunther und seine Gefährtin geraten immer stärker unter Druck, denn nicht nur die Péronistas wollen das Mädchen in ihre Gewalt bringen.

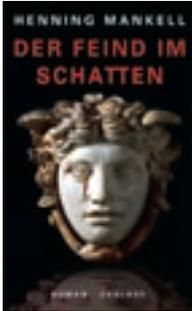
## **Harriet Bruce-Annan African Angel**

Lübbe, 236 Seiten, gebunden, 19,99 Euro  
ISBN 978-3-7857-2384-5



Harriet kommt 1991 mit ihrem Mann, einem Ghanaer mit englischem Pass, nach Deutschland, voller Hoffnung auf ein noch besseres Leben, ein Studium zur Vervollständigung ihrer IT-Kenntnisse, Wohlstand. Doch schon bald muss sie vor seinen Gewalttätigkeiten flüchten. Allein, ohne Sprachkenntnisse, schlägt sich die Programmiererin im deutschen Behördenschlingel durch, sucht Arbeit – und landet als Toilettenfrau bei der Düsseldorfer Messe. Ein Grund aufzugeben? Never ever! Denn Harriet hat einen Traum. Sie will den Kindern in Bukom, den Slums von Accra, helfen. In ihrem Buch erzählt sie von ihrer Kindheit in Accra, von ihrem lebenslangen Traum – und wie er in Erfüllung ging.

# Buch-Tipps



## Henning Mankell Der Feind im Schatten

Szolnay, 592 Seiten, fester Einband  
26,00 Euro, ISBN 978-3-552-05496-7

Dieser neue Wallander-Thriller führt direkt in den Kalten Krieg und in die schwedische Nachkriegsgeschichte. Hakan von Enke, ehemaliger U-Boot-Kommandant und zukünftiger Schwiegervater von Wallanders Tochter Linda, gewährt dem Kommissar bri-

sante Einblicke in eine politische Affäre: Fremde U-Boote drängen in den achtziger Jahren mehrfach in schwedische Hoheitsgewässer ein, wurden aber nie identifiziert. Von Enke hat dazu jahrelang recherchiert und glaubt sich einer Lösung nahe. Doch dann verschwindet er spurlos, und als kurz darauf auch noch Enkes Ehefrau als vermisst gilt, steckt Wallander bereits mitten in den Ermittlungen? Der neue Bestseller des Krimi-Autors aus Schweden. „Ein Kommissar tritt ab, der nie einfach nur einen Mord aufdecken durfte. Sondern immer auch das System dahinter. Eine Weltverteilung, große Schuld. Und diesmal sogar die ganze Nachkriegsordnung.“



## Tess Gerritsen Grabkammer

Limes, 448 Seiten, Gebunden, 19,95 Euro,  
ISBN 978-3-8090-2540-5

Die Gerichtsmedizinerin Dr. Maura Isles wurde eingeladen, einem spektakulären Ereignis beizuwohnen: Eine vermutlich zweitausend Jahre alte ägyptische Mumie, erst kürzlich im Kellergewölbe eines Bostoner Museums entdeckt, wird im Krankenhaus mit einer

Computertomografie auf ihren Erhaltungszustand untersucht. Doch bei der Auswertung der CT stockt allen Beteiligten der Atem: Die nach allen kultischen Regeln mumifizierte Tote besitzt eine moderne Zahnfüllung, und in ihrem Bein steckt eine Pistolenkugel. Mehr noch: Ihr Mund wurde zugenäht; in der Mundhöhle ist eine Goldmünze deponiert, die die Prägung „Medea“ in Hieroglyphen aufweist. Auf der anderen Seite findet sich die Inschrift: „Ich war bei den Pyramiden“.



## Daniel Silva Das Moskau-Komplott

Pendo, 480 Seiten, Gebunden, 19,95 Euro  
ISBN 978-3-86612-248-2

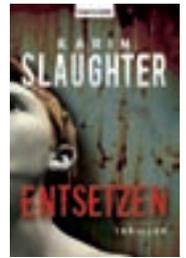
Wissen ist Macht – und manchmal tödlich. Als im Wintersportort Courchevel ein russischer Journalist ermordet wird, befindet sich Geheimagent Gabriel Allon mitten in den Flitterwochen. Als kurz darauf ein zweiter Mord passiert, ahnt Allon, dass etwas ver-

sucht werden soll – und er seine Frau so schnell nicht wiedersehen wird. Doch erst als es ihn ins glitzernde Zentrum der neuen russischen Macht mit ihren Abgründen an Gier, Korruption und alten Seilschaften verschlägt, wird Allon klar, dass es nicht nur gilt, das Geheimnis um den Russen Iwan Charkow zu lüften: Er muss die Welt vor einem Anschlag von den Ausmaßen des 11. September retten.

## Karin Slaughter Entsetzen

blanvalet, 512 Seiten, 19,95 Euro,  
ISBN 978-3-7645-0344-4

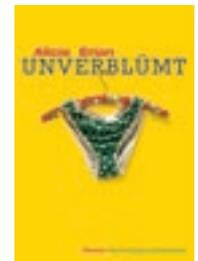
Abigail Campano steigt aus ihrem Auto, das Handy am Ohr. Sie hat einen heftigen Streit mit ihrem Mann Paul, einem notorischen Fremdgänger. Daher merkt sie nicht sofort, dass die Tür zu ihrer Villa, vor der sie gerade geparkt hat, nur angelehnt ist. Doch dann hält sie inne, äußert ins Telefon ihren Verdacht, dass bei ihnen eingebrochen sein könnte und stürmt ins Haus. Im Eingangsbereich tritt sie auf Glasscherben und bemerkt, bereits mit schlimmsten Vorahnungen, einen blutigen Fußabdruck. Und dann sieht Abigail den blutbesudelten jungen Mann, der sich über den leblosen Körper ihrer Tochter beugt. Rasend stürzt sie sich auf den Mörder und in einem erbitterten Kampf um Leben und Tod erwürgt sie ihn. Entsetzt wendet sie sich wieder der Mädchenleiche zu: Sie wurde erschlagen – doch es ist nicht ihre Tochter Emma, sondern deren beste Freundin Kayla.



## Alicia Erian Unverblümt

Luchterhand, 384 Seiten, Pappband,  
9,00 Euro, ISBN 978-3-630-62164-7

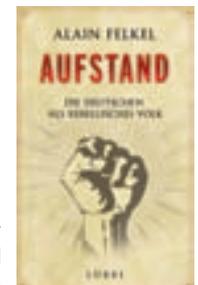
Als die Mutter der 13-jährigen Jasira herausfindet, dass ihr Freund ihrer unbedarften, pubertierenden Tochter die Schamhaare rasiert, verfrachtet sie sie unversehens in den Bus nach Texas, wo sie künftig bei ihrem Vater leben soll. Dieser, einst aus dem Libanon nach Amerika ausgewandert, ist nicht nur ein Mann strikter Prinzipien, er weiß auch nicht wirklich etwas mit seiner heranwachsenden Tochter anzufangen und macht es ihr erst recht nicht leicht, sich selbst und ihren sich verändernden Körper zu verstehen und anzunehmen. Dann soll Jasira bei Mr. Vuso im Nachbarhaus babysitten. Der Armee-Reservist und Vater des kleinen Zack, dient dem Mädchen plötzlich als Projektionsfläche für die Gefühle, die sie in letzter Zeit entwickelt hat, aber nicht wirklich zuordnen kann.



## Alain Felkel Aufstand

Gutstav Lübbecke Verlag, 608 Seiten, gebunden,  
22,99 Euro, ISBN 978-3-7857-2387-6

Arminius führte die Cherusker gegen die römische Herrschaft in die Schlacht. Widukind kämpfte mit den Sachsen gegen Karl den Großen, Thomas Müntzer und seine Anhänger gegen geistliche Obrigkeit und ständische Ordnung. Vinzenz Fettmilch schließlich protestierte gegen die Misswirtschaft des Frankfurter Stadtrates. Wie viele vor und nach ihnen kämpften diese Rebellen gegen ihre Unterdrücker, für ihre Rechte. Sie standen auf und wehrten sich – wenn auch bisweilen nicht mit dem gewünschten Erfolg. Anhand zahlreicher Beispiele belegt der Kölner Historiker Alain Felkel, dass es in sämtlichen Epochen Aufstände und Rebellionen gab: von der Varusschlacht über den Weberaufstand bis zu Novemberrevolution und Mauerfall. Was er zum Vorschein bringt, sind spannende Episoden verdrängter deutscher Geschichte, Geschichten von Heldentum und Verrat – packend und populärwissenschaftlich erzählt.



A woman with dark hair, wearing a white, sleeveless, pleated dress, is relaxing in a stone hot tub. She is leaning back against the edge of the tub, with her eyes closed and a serene expression. Her hands are resting on the stone ledge. The hot tub is built into a stone wall, and the water is bubbling. The background shows more of the stone structure and a glimpse of the sky.

*Neues  
aus Kur- und  
Heilbädern*

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



## Urlaub und Wellness: Med in Germany

Beste Empfehlungen für die Gesundheit

Endlich gibt es die besten Angebote aus einer Hand: Wer Körper und Seele richtig genussvoll entspannen möchte, erfolgreich die Gesundheit fördern will oder die beste Reha sucht, bekommt von Med in Germany die richtigen Empfehlungen – geprüft und zertifiziert. Jeder, der sich für einen Gesundheits-Urlaub, ein Wellness-Wochenende, Kuren oder Reha-Maßnahmen in Deutschland interessiert, kann über Med in Germany die individuell passenden Kur- und Heilbäder, Kliniken, Sanatorien, Hotels und Thermen finden. Ganz einfach über das Internet-Portal [www.medingermany.tv](http://www.medingermany.tv), telefonisch, per Mail, Fax oder Post. Denn: Gesundheit wird immer mehr eine Sache unserer eigenen Initiative und Verantwortung.

Die Premium-Marke „Med in Germany“ gibt dabei Orientierung und wird von der gleichnamigen Vereinigung nur an herausragende Anbieter in staatlich prädikatisierten deutschen Heilbädern und Kurorten vergeben. Das Markenzeichen bietet also die Sicherheit, das beste Angebot zu Gesundheitsurlaub, Medical-Wellness, Prävention, medizinischen Vorsorgemaßnahmen/Kuren sowie zur medizinischen Rehabilitation zu finden.

Hier kann der Gast auf jeden Fall auf jahrzehntelange Tradition und wissenschaftliche Grundlagen vertrauen, die besonders hoch entwickelt und breit differenziert sind. Eine wichtige Hilfe im heutigen Anbieter-Dschungel! Gemäß der Philosophie von Med in Germany: Den Menschen in Deutschland die Potentiale aufzeigen, was sie wo und wie am besten

für ihre Gesundheit tun können!

Bereits viele der herausragendsten Kurorte und Bäder, Wellness- und Spa-Einrichtungen, Hotels und Kurbetriebe sind hier unter einem Dach versammelt und machen die Auswahl für den Individual-Gast und Selbstzahler leicht. Hinter der 2007 in Bad Pyrmont gegründeten Initiative Med in Germany stehen als Gründungsinitiatoren der Verband Deutscher Kurörtlicher Betriebe e.V., die Heilbäderverbände Bayern, Sachsen, Niedersachsen und Mecklenburg-Vorpommern, die Ärztliche Gesellschaft für Präventionsmedizin und Klassische Naturheilverfahren Kneippärztebund e.V, die RAL – Gütegemeinschaft Kureinrichtungen e.V. sowie die Sächsische Staatsbäder GmbH.

Als beim Deutschen Patent- und Markenamt geschützte Marke steht Med in Germany für

- Produkte und Dienstleistungen mit besonderer Wirkung zur Förderung oder Wiedergewinnung der Gesundheit
- ganzheitlich konzipierte, kundenzentrierte, nachhaltige und medizinisch fundierte Leistungen
- Leistungen und Produkte, die im Gesundheitsbereich höchsten Qualitätsansprüchen genügen und von anerkannten Institutionen zertifiziert sind.

Vorstände von Med in Germany sind Tilo Braune (Staatssekretär a.D., Vorsitzender), Prof. Dr. med. Karl-Ludwig Resch, Dr. Christian Kirchner und Dipl. Oec. Lothar Burghardt. Die Geschäftsführung liegt bei Bernd Schmeink aus Bad Wörishofen, wo sich auch der Vereinssitz befindet.

# Sinfonie der Sinne

### Infos:

Trägerverein zur Förderung von  
Gesundheitstourismus  
Med in germany e.V.  
Alpenblick 18  
86825 Bad Wörishofen  
Tel. + 49 (0) 34 998  
Fax + 49 (0) 333 800  
[info@medingermany.de](mailto:info@medingermany.de)  
[www.medingermany.de](http://www.medingermany.de)



# MEDIZIN NEWS

## Seit 1. März 2010: Orthomol Tendo®

### Die neue ernährungsmedizinische Unterstützung für starke Sehnen

Einen neuen Ansatz zur ernährungsmedizinischen Unterstützung von Sehnenkrankungen bietet Orthomol Tendo®. Die einzigartige Mikronährstoffkombination ist eine Schutzformel für starke Sehnen, mit wichtigen Bindegewebssubstanzen für den Erhalt gesunden Sehnen Gewebes, Antioxidanzien gegen den oxidativen Stress bei Tendopathien sowie Omega-3-Fettsäuren und Enzymen für die Entzündungshemmung im Sehnen Gewebe.

Orthomol Tendo® kann therapeutisch unterstützend in allen Phasen der Tendopathie eingesetzt werden. Somit eröffnen sich neue Perspektiven und mehr Flexibilität in der Behandlung von Sehnenkrankungen. Ab dem 1. März 2010 ist das Produkt als Granulat mit Tablette und Kapseln in Apotheken erhältlich.

Die in Orthomol Tendo® enthaltenen Bindegewebe modifizierende Substanzen Glucosamin- und Chondroitinsulfat, Hyaluronsäure und Kollagenhydrolysat wirken antidegenerativ, indem sie die Sehnenmatrix stärken sowie die Kollagensynthese fördern. Antioxidanzien wie Vitamin C und E, Apfel- und Citrus-Bioflavonoide sowie Carotinoide schützen vor oxidativem Stress bei Tendopathien. Omega-3-Fettsäuren und pflanzliche Enzyme wie Bromelain und Papain hemmen die Entzündung im Sehnen Gewebe. Ärztlich eingeleitete Interventionen, zu denen z.B. Physiotherapie, Medikamente oder Stoßwellenbehandlung zählen, können durch Orthomol Tendo® sinnvoll ergänzt werden. Besonders häufig sind die stark beanspruchten Sehnen im Bereich des Fußes, des Knie-, Ellenbogen- und Schultergelenks Ausgangspunkt einer Tendopathie. Die Ursache kann dabei variieren: Über- und Fehlbelastungen in Sport wie Beruf sind ebenso Auslöser wie ungewohnte bzw. wiederkehrende, monotone Bewegungen. Auch Bewegungsmangel, bestimmte Medikamente und Krankheiten

wie Diabetes können zu Sehnenkrankungen führen.

„Orthomol Tendo® hat mich in meiner Praxis überzeugt“; berichtet Dr. Frank Weinert aus Müllheim (Baden). „Der Zustand mancher Patienten hat sich mit den bisher gängigen Therapieoptionen einfach nicht gebessert. Erst die Einnahme von Orthomol Tendo® brachte einen Fortschritt.“ Als Beispiel nennt er einen 48-jährigen Mann mit einem Tennisellenbogen (Epicondylitis humeri radialis). Der Unternehmensberater habe verstärkte Beschwerden im Bereich des rechten Ellenbogens gehabt, so dass Sportarten wie Golf oder Badminton nicht mehr möglich waren. Die Standardbehandlung hatte keinen nachhaltigen Effekt. Dagegen wirkte sich eine ernährungsmedizinische Therapieunterstützung mit Orthomol Tendo® positiv aus. Weinert: „Nach vier Monaten war der Patient komplett schmerzfrei und konnte seine beruflichen und sportlichen Tätigkeiten wieder ausüben“.

Orthomol Tendo® ist ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol in Langenfeld, dem Wegbereiter der Orthomolekularen Ernährungsmedizin in Deutschland. Als erstes und führendes Unternehmen in Deutschland entwickelt und vertreibt die Orthomol GmbH seit 1992 ausgewogen dosierte und indikativ zusammengesetzte Mikronährstoffkombinationen. Als Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke, so genannte ergänzende bilanzierte Diäten, bzw. Nahrungsergänzungsmittel, bestehen die Kombinationen u.a. aus Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen. Die Premiumprodukte sind auf unterschiedliche Erkrankungen und Lebenssituationen zugeschnitten. Ihre Entwicklung und Herstellung erfolgt nach dem internationalen Qualitätsstandard ISO 22 000. Orthomol Produkte sind in Apotheken erhältlich.

Orthomol GmbH

Herzogstraße 30, 40764 Langenfeld  
info@orthomol.de, www.orthomol.de

## Deutsche Venen-Liga unterstützt Kongress für Jungmediziner ... im Kampf gegen Volkskrankheiten

**Venenleiden sind die Volkskrankheit, mit der sich die Deutsche Venen-Liga seit über 20 Jahren beschäftigt.**

Laut Bonner Venenstudie haben 90 Prozent der Deutschen Erwachsenen eine Venenschwäche. Jede 5. Frau und jeder 6. Mann leidet an einer behandlungsbedürftigen chronischen Venenerkrankung. Immer noch sterben in Deutschland jedes Jahr 30.000 Menschen an einer Lungenembolie, die Folge einer Venenerkrankung sein kann. „Für Venenleiden und alle anderen Volkskrankheiten gilt gleichermaßen: Frühzeitiges Erkennen und konsequente Behandlung können Beschwerden lindern und schwere Folgeschäden vermeiden. Das ist unsere Motivation, den ersten Kongress für Medizinstudenten und Jungmediziner zu unterstützen“, so Geschäftsführerin Petra Hager-Häusler.

Am 11. und 12. Juni 2010 findet in Frankfurt am Main der erste Kongress der Capio Akademie statt. Medizinstudenten und Jungmediziner bekommen hier die Möglichkeit, medizinisches Fachwissen zu erwerben und Berufsperspektiven kennenzulernen. Außerdem gibt es die Chance auf Stipendien. Der Kongress ist international besetzt.

Die Capio Gruppe gehört mit über 100 Krankenhäusern und diagnostischen Einrichtungen in 9 Ländern zu den führenden Unternehmen der europäischen Gesundheitsversorgung. Neben den Volkskrankheiten, wie Schlaganfall, Rheuma und Geriatrie beschäftigen sich die Experten mit neuen Methoden und Ergebnissen in der Venenchirurgie.

Deutsche Venen-Liga e.V.  
Sonnenstraße 6, 56864 Bad Bertrich  
Tel. 02674 1448, Fax +49 2674 910115  
www.venenliga.de  
www.capio-akademie.de

## 2-Stufen-Dimeticon tötet auch Permethrin-resistente Läuse

**Kopfläuse sind die häufigsten Parasiten bei Kindern und zudem eine therapeutische Herausforderung: In vielen Ländern rund um den Erdball werden Kopfläuse zunehmend resistent gegen konventionelle Insektizide wie Permethrin, für Deutschland liegen dazu allerdings noch keine validen Daten vor.**

Über eine vermehrte Resistenz von Kopfläusen gegen klassische chemische Insektizide mit neurotoxischem Wirkmechanismus wird unter anderem aus Dänemark, Großbritannien, Frankreich und den USA berichtet. Für Deutschland liegen noch keine validen Daten vor. Die Meldungen beziehen sich vorwiegend auf Resistenzen gegen Pyrethrum-Extrakte und Pyrethroide (Permethrin/Allethrin). „Gegen Kopflausmittel mit physikalischem Wirkprinzip sind dagegen Resistenzenentwicklungen unwahrscheinlich“, sagte Professor Jörg Heukelbach (Fortaleza/Brasilien). Mit NYDA® steht ein Pedikulozid auf Basis von Silikonölen (Dimeticone unterschiedlicher Viskositäten) zur Verfügung, das tief in die Atemöffnungen der Läuse eindringt, diese irreversibel verschließt, sodass die Parasiten ersticken. NYDA® führte in einer randomisierten, kontrollierten Studie bei Kindern mit teilweise starkem Kopflausbefall zu einer Erfolgsrate von 97% (1). Von den im Rahmen der Vergleichsstudie mit 1%igem Permethrin behandelten Kindern wurden nur 68% kopflausfrei.

### Wirkung auch gegen Läuseeier

NYDA® dringt tief in das gesamte Atemsystem der Läuse und Larven ein und verdrängt dort unumkehrbar die Luft. Bereits innerhalb von 60 Sekunden verfallen die Parasiten in Bewegungslosigkeit; der Tod folgt irreversibel. Die überlegene ovizide Wirkung weist eine in vitro-Studie (2) nach,

in der Läuseeier mit verschiedenen handelsüblichen Pedikuloziden behandelt worden sind. Je nach Reifestadium wurden die mit NYDA® behandelten Eier zu 95-100% abgetötet.

### Permethrin-Resistenzen können zum Problem werden

Erschwert wird die Kopflaus-Behandlung nicht nur durch die mangelnde ovizide Wirksamkeit vieler Kopflausmittel auf Basis klassischer Insektizide mit neurotoxischem Wirkprinzip, sondern auch durch die Entwicklung von Resistenzen gegen diese Präparate, auch wenn es dazu in Deutschland noch keine validen Daten gibt. Diese Resistenz ist nach Angaben von Professor John M. Clark aus Amherst/Massachusetts (USA) hauptsächlich auf eine kdr (knock-down resistance)-Mutation im spannungsgesteuerten Natriumkanal-Gen der Läuse zurückzuführen, die die Parasiten unempfindlich für neurotoxisch wirkende Insektizide macht (3). Clark konnte mit molekularbiologischen Verfahren diese spezifische Mutation in Läusen nachweisen und ermittelte den geschätzten Anteil resistenter Läuse. Demnach dürften im globalen Durchschnitt 74% Prozent der Läuse eine kdr-Mutation tragen, was insbesondere den Gebrauch von Permethrin in Frage stellt. Vor diesem Hintergrund untersuchte der Wissenschaftler die Wirkung des physikalisch wirkenden Kopflausmittels NYDA® auf gezüchtete Permethrin-resistente Läuse. „In einem Bioassay wirkte NYDA® zu 100% lausabtötend“, sagte Clark. Dabei erfasste das Präparat auch die Eier der Läuse. Diese breite Wirkung gegen alle Entwicklungsstadien der Laus und das physikalische Wirkprinzip machen NYDA® zu einer besonders interessanten Therapieoption, ergänzte die Parasitologin. Sie forderte eine Neubewertung aller Kopflausmittel in

regelmäßigen Abständen sowie eine sorgfältige Beobachtung der weiteren Resistenzentwicklung. Da Produkte mit physikalischem Wirkprinzip vermutlich kein rezistenzauslösendes Potential haben, sei deren vermehrte Anwendung das Gebot der Stunde.

\* Fourth International Conference on Phthiraptera (ICP 4) vom 13.–18. Juni 2010 in Urgup (Kappadokien), Türkei

Quellen:

(1)

Heukelbach J et al. A highly efficacious pediculicide based on dimeticone: randomized observer blinded comparative trial. BMC Infect Dis 2008, 8:115

(2)

Sonnberg S et al. Ovizide Wirksamkeit von Over-the-counter Kopflausprodukten. Monatschr Kinderheilkd 2008; 156(1): 82-83

(3)

Lee SH et al. Sodium channel mutations associated with knockdown resistance in the human head louse, *Pediculus capitis* (De Geer). Pestic Biochem Physiol 2003; 75:79–91

Pohl-Boskamp  
Kieler Str. 11  
G- 25551 Hohenlockstedt  
Tel. 04826 59483



# MEDIZIN NEWS

## Neue S3-Leitlinie / NVL „Unipolare Depression“

**Klare Empfehlung für Johanniskrautextrakt zur  
Erstlinientherapie vor Gericht**

**Die neue S3-Leitlinie „Unipolare Depression“<sup>1</sup>, ein Konsensuspapier aller wesentlichen Fachgremien, empfiehlt den Einsatz von Johanniskraut-Präparaten für einen ersten Therapieversuch bei leichten bis mittelschweren Depressionen. Damit kann in vielen Fällen der Präferenz des Patienten bei Neueinstellungen entsprochen und eine gute Compliance gewährleistet werden.**

Experten aus insgesamt 28 Fachgesellschaften und Berufsverbänden sowie Vertreter zweier Patientenorganisationen haben in einem mehrjährigen Prozess gemeinsam die erste S3-Leitlinie „Unipolare Depression“ erarbeitet, die im November 2009 auf dem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde vorgestellt wurde. Dazu wurden die Ergebnisse wissenschaftlicher Forschung wie auch die klinische Erfahrung von Experten und Patienten berücksichtigt. Die Qualität der S3-Depressionsleitlinie stellt den höchsten Standard systematischer Evidenzbeurteilung dar. Erstmals wurde sie in den Rang einer nationalen Versorgungsleitlinie erhoben. Ziel der Leitlinie ist es, die Versorgungsqualität von Patienten mit einer unipolaren Depression unter Berücksichtigung der konkreten Versorgungssituation in Deutschland zu verbessern. Damit kann die Leitlinie Unklarheiten und Vorbehalte in Bezug auf die bestmögliche Therapie ausräumen und dem Arzt durch klare Vorschläge für die konkrete Umsetzung im Praxisalltag Sicherheit in der Therapieentscheidung bieten.

**Laif® 900 – Therapie durch Leitlinienempfehlungen bestätigt!**

In Bezug auf die Johanniskrautextrakte kommt das Expertengremium zu dem

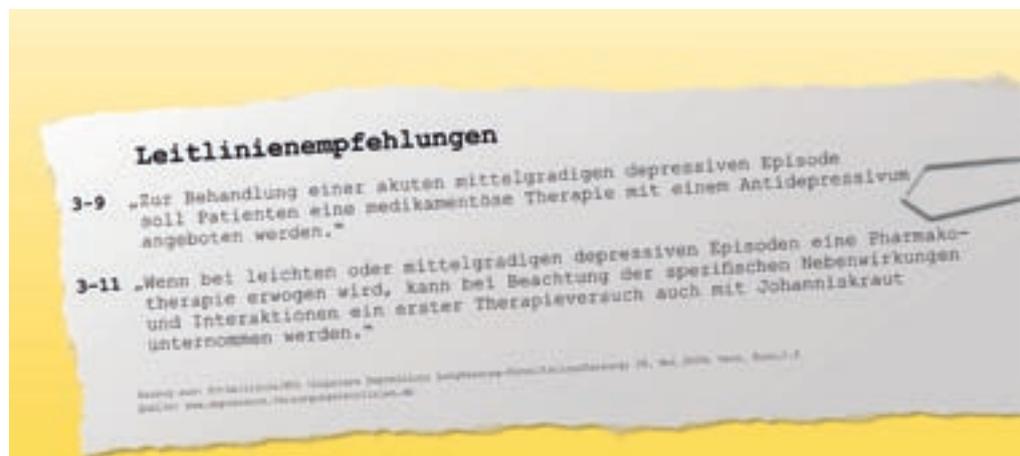
Schluss, dass die Evidenzlage für eine Empfehlung dieser Substanzen zur medikamentösen Therapie der leichten bis mittelschweren Depression spricht. Durch die vorhandene Datenlage wurde der Wirksamkeitsnachweis erbracht, weshalb klinisch geprüfte Johanniskrautpräparate heute als evidenzbasierte Therapieoption gelten. Die logische Konsequenz: Das positive Votum als leitlinienkonforme Antidepressiva für die Erstbehandlung von Patienten mit leichter oder mittelschwerer Depression.

Ausschlaggebend dafür war eine Cochrane-Metaanalyse zur Wirksamkeit und Verträglichkeit von Johanniskrautextrakten bei Depressionen, bestehend aus 29 Studien mit knapp 5.500 Patienten.<sup>2</sup> Eingeschlossen waren ausschließlich Patienten mit Major Depressionen. Die Studie zeigte deutlich, dass Johanniskrautextrakte (zumeist 900 mg täglich) bei mittelschweren depressiven Episoden im Vergleich zu Placebo überlegen und gegenüber synthetischen Antidepressiva vergleichbar wirksam sind. Die größte der klinischen Studien, die der Cochrane-Metaanalyse zugrunde lag, war die randomi-

sierte, doppelblinde Multicenterstudie an 388 Patienten von M. Gastpar et al.<sup>3</sup> In der Studie stellte sich Laif® 900 als erstes und nach wie vor einziges Johanniskraut-Präparat dem Direktvergleich mit dem als Leitsubstanz in der ambulanten antidepressiven Therapie festgelegten selektiven Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) Citalopram (20 mg). Das Ergebnis: In täglicher Einmaldosierung von 900 mg erwies sich der Extrakt in der ambulanten Therapie der mittelschweren Depression als ebenso wirksam wie der medikamentöse Standard Citalopram (20 mg) – und überzeugte zudem durch deutlich bessere Verträglichkeit.

**Für den Patienten ist die Therapie mit Johanniskraut oft erste Wahl**

Gerade aus Patientensicht ist beim Therapieeinstieg in vielen Fällen Johanniskraut das Medikament der ersten Wahl. Die Präparate werden, wie die Leitlinie es formuliert, von manchen Patienten als „natürliches Produkt“ besser akzeptiert als chemisch definierte Antidepressiva – eine Präferenz, der gemäß der nun vorliegenden Therapieempfehlung ohne Abstriche





# MEDIZIN NEWS



## Stiftung Warentest unterliegt Pharmatest

**Pharmatest – Stiftung zur Bewertung von Dienstleistungen und Produkten im Gesundheitsmarkt gewinnt vor Gericht**

Grünes Licht für Pharmatest – Stiftung zur Bewertung von Dienstleistungen und Produkten im Gesundheitsmarkt, Frankfurt:

Wie Harry Kuhlmann, Vorstand Pharmatest, anlässlich der Urteilslegung erklärte, sei jetzt der Zeitpunkt gekommen, die ambitionierten Pläne der im Dezember 2008 gegründeten Stiftung mit voller Kraft umzusetzen: „Vor dem Hintergrund der aufgebürdeten und zunehmenden Eigenverantwortlichkeit der Bürger für ihre Gesundheit möchten wir mit Pharmatest ein verlässliches Medium etablieren, das den Menschen im Hinblick auf die immer vielfältigeren Produkte und Services im Gesundheitswesen unabhängige Transparenz und kompetente Orientierung bietet.“ Hierzu werde in Zusammenarbeit mit einem großen Medienpartner ein regelmäßig erscheinendes Magazin sowie eine korrespondierende Internet-Plattform entwickelt. Kuhlmann führte weiter aus, dass sich die Stiftung auch weiterhin über Zustiftungen und Spenden freue, denn nur über profunde und wiederholte Tests aller Dienstleister und Hersteller im Gesundheitsmarkt werde sich die Service- und Dienstleistungsqualität in diesem Bereich auf Dauer verbessern – Stichproben und Einzelerhebungen genügten hierzu nicht.

bei der therapeutischen Wirksamkeit entsprochen werden kann. Wie die Cochrane-Analyse zeigte, führte die gute Verträglichkeit der Johanniskraut-Extrakte zu einer deutlich niedrigeren Therapieabbruchrate sowohl gegenüber älteren synthetischen Antidepressiva als auch gegenüber den SSRI. So stellt die Leitlinie klar: „Wenn bei leichten oder mittelgradigen depressiven Episoden eine Pharmakotherapie erwogen wird, kann bei Beachtung spezifischer Nebenwirkungen und Interaktionen ein erster Therapieversuch auch mit Johanniskraut unternommen werden.“<sup>4</sup>

Als ein wesentliches Problem bei der Verwendung von Johanniskraut-Präparaten identifizierte das Leitliniengremium die zum Teil – auf Grund eines fehlenden Standardisierungsprozesses in der Herstellung – stark schwankenden Dosen der aktiven Wirksubstanz. Es ist deshalb darauf zu achten, dass nur Präparate verwendet werden, die ausreichend hoch dosiert und klinisch geprüft sind. Zudem sollte die medikamentöse Therapie einer mittelschweren Depression immer unter ärztlicher Aufsicht erfolgen – dieser Notwendigkeit trägt der Gesetzgeber seit April 2009 durch die Einführung der Verschreibungspflicht für johanniskrauthaltige Arzneimittel in der Indikation mittelschwerer Depression Rechnung.

**Fazit:** Die Aufnahme von Johanniskraut-Extrakten in die aktuellen S3-Leitlinienempfehlungen zur Behandlung der unipolaren Depression reflektiert die anerkannte, starke Wirksamkeit wie auch gute Verträglichkeit der klinisch geprüften Präparate. In der Praxis wird dem behandelnden Arzt damit die Therapie- und Verordnungssicherheit gegeben, die er für eine erfolgreiche Behandlung der leichten und mittelschweren Depression so dringend benötigt.

Referenzen:

- 1 <http://www.depression.versorgungsleitlinien.de>
- 2 <http://www.cochrane.org/reviews/en/ab000448.html>
- 3 Gastpar M et al.; Pharmacopsychiatry 2006; 39: 66-75
- 4 Auszug aus: S3-Leitlinie/Nationale Versorgungsleitlinie unipolare Depression; Langfassung; Nov 2009

Steigerwald  
Arzneimittelwerk GmbH  
Dr. Brigitte Hürst  
Havelstraße 5  
64295 Darmstadt  
Tel. 06151 33 05-163  
huerst@steigerwald.de  
www.laif900.de

Pharmatest – Stiftung zur Bewertung von Dienstleistungen und Produkten im Gesundheitsmarkt  
Hanauer Landstraße 291 A  
60314 Frankfurt  
Tel. +49 (0)69 768 063-394  
Fax: +49 (0)69 768 063-15  
Harry Kuhlmann



# MEDIZIN NEWS

## No Panic for Organic

eine Initiative für Organspenden

Klaus Lenser Foto: Dieter Kemmerling

**Der Transplantationswunsch in der Bevölkerung wird immer mehr zur Selbstverständlichkeit, jeder betroffene Patient erwartet schnelle und fachmännische Hilfe. Klar ist, Organ-austausch ist lebensrettend und medizinisch kein Problem mehr. Das Problem ist, es gibt zu wenig Organspender. Die Bereitschaft zur Organspende steht in keinem Verhältnis zum Bedarf.**

Um dieses Problem einer breiten Öffentlichkeit zu verdeutlichen gründete Dieter Kemmerling aus Münster, selber Lebertransplantat-Empfänger, die Initiative „No Panic for Organic“. Ziel dieser Organisation ist mehr Menschen zur Organspende aufzurufen. „Wenn mehr mit machen, müssen weniger warten“, das ist das Motto der Initiative. Unterstützt wird die Organisation von namhaften Wissenschaftlern, Medizinern und Künstlern aus ganz Deutschland. Mit der Beatband „The Dandy’s“, Beatweltmeister 1967, und Musik aus den 60ern, wirbt Dieter Kemmerling (Bass Gitarrist) für mehr Organspenden, um noch mehr Leben zu retten.

Wie gesagt: Wenn mehr mit machen, müssen weniger warten.

Lesen Sie dazu auch das Interview mit Dr. med. Theodor Windhorst, Präsident der Ärztekammer Westfalen-Lippe und Transplantationsbeauftragter der Ärztekammer Westfalen-Lippe:

**Gour-med:** Organspende ist für viele, ja für die meisten Menschen in Deutschland ein Tabuthema. Viele sagen, Organspende, prima, da bin ich dafür, aber bitte ohne meine Organe. Haben Sie eine Erklärung, warum das so ist?

**Dr. Windhorst:** Zunächst einmal heißt

das Thema Organspende, sich mit dem eigenen Tod auseinanderzusetzen. Das fällt vielen Menschen heutzutage schwer, in einer Gesellschaft, die Jugend und Vitalität in den Vordergrund stellt. Und so gering ist die Bereitschaft, Organe zu spenden, in der Bevölkerung auch nicht. Immerhin stehen 82 Prozent der Bevölkerung einer Organspende positiv gegenüber. Leider tragen aber nur 17 Prozent einen Organspendeausweis bei sich – das sind aber immerhin 6 Prozent mehr als im vergangenen Jahr. Je mehr Bürger aber einen Ausweis bei sich tragen, dem man den Willen zur Organspende entnehmen kann, desto leichter wird eine mögliche Transplantation. Gerade vor dem Hintergrund der in Deutschland bestehenden erweiterten Zustimmungslösung ist es unbedingt erforderlich, daß sich die Gesellschaft und jeder einzelne mit diesem Thema intensiv auseinandersetzt und mehr Organspendeausweise als bisher ausgefüllt werden. Dies würde allen Beteiligten helfen: nicht nur den Menschen, die auf ein Organ warten, sondern auch den Ärztinnen und Ärzten in den Krankenhäusern, die in einer Zeit der höchsten Trauer und des Abschiedes Gespräche über eine mögliche Operation führen müssen.

**Gour-med:** Wie kann man dem Menschen erklären, daß ein Spenderausweis Leben retten kann, ohne Leben zu gefährden?

**Dr. Windhorst:** Information und Transparenz im gesamten Ablauf einer Organspende sind unerlässlich. Insbesondere was den Hirntod angeht, bestehen in der Bevölkerung große Unsicherheiten. Hier muß deutlich gemacht werden, daß mit den Kriterien zum Hirntod der Tod eines Menschen irreversibel festgelegt wird. Das Gehirn ist übergeordnetes Steueror-



Dieter Kemmerling und Dr. Windhorst v.l.

gan aller elementaren Lebensvorgänge. Mit seinem Tod ist auch der Mensch in seiner Ganzheit gestorben. Um nicht in einen Interessenkonflikt zu geraten dürfen die zwei Ärzte, die unabhängig voneinander den Hirntod feststellen, weder an einer Organentnahme, noch an einer Transplantation beteiligt sein.

Ich habe die Erfahrung gemacht, daß es vielen Menschen hilft, eine Entscheidung über eine mögliche Organspende zu treffen, wenn sie einmal Kontakt mit einem Menschen hatten, der mit einem transplantierten Organ lebt. Häufig ist es eine irrealer Angst, die die Menschen davon abhält, einen Organspendeausweis bei sich zu tragen. Unsicherheiten über den Hirntod sowie die Sorge, daß einem mit einem Organspendeausweis nicht jegliche medizinische Hilfe zukommt, müssen ausgeräumt werden.

**Gour-med:** Erst kürzlich haben Sie gewünscht, daß die Organspende-Bereitschaft in der vom Bundestag beschlossenen Patientenverfügung als Option mit aufgenommen wird. Was können Ärztekammern tun, um das zu erreichen, bzw. was haben die Landesverbände der Ärzte bisher getan, damit das noch so kommt.



# MEDIZIN NEWS

**Dr. Windhorst:** Die Entscheidung über die Patientenverfügung ist ein unglaublich langwieriger Prozeß gewesen, der nun seit wenigen Wochen zu einer bundesweiten Regelung gekommen ist. Nun werden wir uns über die Gremien der Bundesärztekammer, aber auch auf Landesärztekammerebene dafür einsetzen, daß in diese Patientenverfügung auch aufgenommen werden kann, ob jemand zu einer Organspende bereit ist. Menschen, die sich Gedanken über den Tod machen und ihr Sterben in einer solchen Verfügung regeln, sollten auch eine Entscheidung treffen, ob nach dem eigenen Tod mittels Organspende andere Leben gerettet werden können.

**Gour-med:** Welche Voraussetzungen sollte ein Organspender unbedingt mit sich bringen?

**Dr. Windhorst:** Jeder Mensch kann seine Bereitschaft zur Organspende erklären. Selbst bei HIV-positiven Patienten und auch bei älteren Menschen ist eine Organspende nicht per se ausgeschlossen.

**Gour-med:** Initiativen wie „No panic for Organic“ entstehen in der Regel nur durch persönliche Betroffenheit, wie z. B. bei Dieter Kemmerling. Müßten nicht gerade Ihre Mitglieder, also alle Ärztinnen und Ärzte als Ansprech- und Vertrauenspartner der Patienten solche Initiativen mehr unterstützen?

**Dr. Windhorst:** Die Ärztekammer Westfalen-Lippe ist Partner im Netzwerk der Initiative nopanicfororganic und unterstützt diese Initiative nachhaltig. Darüber hinaus engagieren sich die Vorsitzenden unserer Verwaltungsbezirke vor Ort in zahlreichen Aktionen für das Thema Organspende. Sie wurden in mehreren Schulungsveranstaltungen darauf vorbereitet, direkt Kontakt mit den Krankenhäusern aufzunehmen, um auch hier die Bereitschaft zur Organspende zu erhöhen. Die Ärztekammer Westfalen-Lippe war zudem federführend bei der Etablierung eines Curricu-

lums Organspende, mit dem die in den Krankenhäusern dankenswerterweise nun gesetzlich vorgeschriebenen Transplantationsbeauftragten für ihre Aufgabe entsprechend qualifiziert werden.

**Gour-med:** Wie könnte die Unterstützung verbessert werden?

**Dr. Windhorst:** Die Ärzteschaft wird auch in Zukunft den Dialog und den Austausch mit den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort weiter pflegen und ausbauen. Für dieses Jahr ist auch ein Treffen mit den Transplantationsbeauftragten auf Kammer-Ebenen geplant. Das Thema Organspende wird auch weiterhin über Pressemitteilungen und entsprechenden Artikeln im Westfälischen Ärzteblatt sowie Fortbildungsveranstaltungen nicht nur in die breite Öffentlichkeit, sondern auch in die Ärzteschaft getragen.

**Gour-med:** Nach meinem Kenntnisstand hält sich die sonst sehr innovative Pharmaindustrie bzg. Sponsoring „Pro Organspender-Ausweis“ mehr oder weniger zurück. Haben Sie eine Erklärung dafür?

**Dr. Windhorst:** Es ist nicht die Aufgabe einer Ärztekammer das finanzielle Engagement der Pharmaindustrie zu bewerten. Es wäre begrüßenswert, wenn die Frage der Organspende gesamtgesellschaftlich einen stärkeren Stellenwert bekäme. Hier könnte die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung sicherlich einen sinnvollen Beitrag leisten.

**Gour-med:** Was halten Sie von der Idee, mit Kultur, z.B. Musik von bekannten Künstlern, die Bereitschaft, einen Organspender-Ausweis zu besitzen, zu fördern?

**Dr. Windhorst:** Ich halte das für eine der Möglichkeiten, vertrauensvoll auf junge Menschen zuzugehen und sie auf die Problematik der Organspende hinzuweisen. Auf diesem Wege können Jugendliche motiviert werden, sich mit diesem schwierigen Thema auseinanderzusetzen. Im-

merhin dürfen Jugendliche mit 14 Jahren bereits einer Organspende widersprechen und dürfen ab 16 Jahren ihre Bereitschaft zur Organspende erklären. Im Rahmen eines Konzertes können Heranwachsende sicherlich genauso motiviert werden, einen Spenderausweis auszufüllen, wie aber auch durch entsprechende Informationen im Schulunterricht.

**Gour-med:** Wie hoch in Prozent sollte der Anteil von Menschen in der Bevölkerung sein, die einen Organspendeausweis haben sollten?

**Dr. Windhorst:** Ich glaube, es wäre schon ein großer Fortschritt, wenn wir in den nächsten zwei Jahren die Quote von 17 Prozent auf 33 Prozent mehr als verdoppeln könnten.

**Gour-med:** Herzlichen Dank für die Beantwortung der Fragen.

**Wenn MEHR  
mitmachen,  
müssen WENIGER  
warten!**



**Sag „Ja“ zur Organspende**

**No Panic  
for Organic**

**www.nopanicfororganic**



# PHARMA NEWS

## Azelastin Nasenspray

### Das Mittel der Wahl bei allergischer Rhinitis

**Fast ein Viertel der Erdbevölkerung leidet unter allergischer Rhinitis und lebt mit unangenehmen Symptomen wie Rhinorrhoe, einer verstopften Nase, häufigem Niesen und starkem Jucken der Schleimhäute von Augen, Nase, Ohren und Kehle.**

Diese Symptome sind nicht nur lästig, sondern beeinträchtigen die Betroffenen auch in ihren täglichen Aktivitäten und ihrer Lebensqualität. Wenn sie unbehandelt bleibt, kann die mit allergischer Rhinitis einhergehende Entzündung schließlich in die unteren Atemwege wandern und zu Asthma werden – ein Prozess, den die Fachleute auch „Etagenwechsel“ nennen. Eine Behandlung der Rhinitis sollte laut der ARIA\*\* folgende Ziele haben: einen ungestörten Schlaf, die Fähigkeit, den normalen täglichen Aktivitäten nachzugehen, keine störenden Symptome und keine oder nur minimale Nebenwirkungen bei der Therapie. Es gibt viele unterschiedliche Klassen von Medikamenten, die momentan zur Behandlung der Anzeichen und Symptome der Rhinitis zur Verfügung stehen. Allerdings wirken einige besser als andere. Ein kürzlich von Sardana und Kollegen[1] veröffentlichter Artikel berichtet, dass das Antihistaminikum der zweiten Generation Azelastin Nasenspray (Allergodil®) beim Vergleich mit dem Leukotrienrezeptorantagonisten (LTRA) Montelukast und dem intranasalen Kortikosteroid Budesonid den größten Vorteil insgesamt bei der Linderung der Symptome in Verbindung mit allergischer Rhinitis bot. Azelastin war insbesondere wirksam bei der Behandlung des lästigen und häufig auftretenden Symptoms der Rhinorrhoe und in dieser Hinsicht sowohl Mometason als auch intranasalem Budesonid signifikant überlegen. Azelastin, das topisch als Nasenspray angewandt wird, wirkt gut und schnell (lindert alle

Symptome innerhalb von 15 Minuten). Es ist gut verträglich und kann bei Bedarf zur Behandlung von allergischer sowie nicht-allergischer Rhinitis bei Erwachsenen und auch Kindern eingesetzt werden.

Allergische Rhinitis ist eine häufig vorkommende entzündliche Erkrankung der oberen Atemwege, an der fast jeder vierte Mensch weltweit leidet. Diese Zahl wird vermutlich aufgrund des komplexen Zusammenspiels zwischen dem sich ändernden globalen Klima und der genetischen Anfälligkeit zukünftig noch weiter steigen. Zu den Symptomen der allergischen Rhinitis zählen Rhinorrhoe (eine laufende Nase), eine verstopfte Nase, Niesen, tränende Augen und juckende Schleimhäute der Nase, Augen und Kehle. Diese Symptome können saisonal in Verbindung mit dem Pollenflug (saisonale allergische Rhinitis) oder – bei unglückseligen Betroffenen – das ganze Jahr über als Folge von nicht-saisonalen Allergenen wie Schimmelpilzen oder Tierschuppen (perenniale allergische Rhinitis) auftreten.

Aufgrund der unterschiedlichen und vielfältigen Kombinationen der Symptome, die bei Patienten mit allergischer Rhinitis auftreten, überrascht es nicht, dass zahlreiche unterschiedliche Arten von Medikamenten zu ihrer Behandlung zur Verfügung stehen. Die Behandlungseleitlinien der Joint Task Force (ein US-amerikanischer Ausschuss von mehreren Asthma-Gesellschaften), die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die ARIA\*\* empfehlen Antihistaminika (topisch und oral) als First-Line-Therapie für Patienten mit allergischer Rhinitis. Aber wie begründet ist diese Empfehlung von Antihistaminika als First-Line-Therapie? Ein kürzlich von Sardana und Kollegen[1] der Penn State University in den USA veröffentlichter Artikel hat versucht, diese Frage zu beantworten. Untersucht wurde

die Wirksamkeit von drei unterschiedlichen Medikamentenklassen in drei identischen Studien mit identischem Aufbau, Gegenstand der Studien war die Linderung der individuellen Symptome von Patienten mit allergischer Rhinitis. Zu den Rhinitis-Therapien zählten Budesonid (ein intranasales Kortikosteroid), Montelukast (ein LTRA) und Azelastin (ein potentes topisches Antihistaminikum). Sie wurden ausgewählt, da es bislang noch keine klinischen Daten zu einem Vergleich dieser Medikamente gab. Die Studien dauerten 8 Wochen, hatten ein doppelblindes, placebokontrolliertes Crossover-Design und umfassten erwachsene Patienten mit perennialer Rhinitis. Um die drei aktiven Behandlungen miteinander vergleichen zu können, wurden die individuellen Symptome der Patienten und die Rhinitis-Symptome insgesamt nach Schweregrad bewertet. Die Klassifikation des Schweregrads der nasalen Symptome ist wichtig für die Wahl der Behandlungsstrategie und die Beurteilung des Behandlungserfolgs, einschließlich der Wirksamkeit von antiallergischen Medikamenten bei allergischer Rhinitis. In der Studie von Sardana et al[1] wurden die individuellen und gesamten Rhinitis-Symptome gemäß dem allgemein anerkannten Rhinitis Severity Score (RSS) bewertet, der die Qualität der Symptome, die insbesondere mit einer laufenden oder verstopften Nase, Niesen, juckenden/tränenden Augen und einem Jucken in Nase, Kehle, am Gaumen oder in den Ohren einhergehen, beurteilt. Die individuellen Rhinitis-Symptome wurden auf einer 4-Punkte-Skala bewertet, wobei 0 für keine, 1 für leichte, 2 für mäßige und 3 für starke Symptome steht.

Die Ergebnisse der Studie haben bestätigt, dass nicht alle Medikamente gegen Rhinitis gleich sind. Intranasales Budesonid, Montelukast und Azelastin



# PHARMA NEWS

Nasenspray unterscheiden sich nicht nur in ihren Wirkmechanismen, sondern auch darin, wie effektiv sie bei der Behandlung der individuellen Symptome sind. Die Autoren kamen zu dem Schluss, dass „es offensichtlich ist, dass Azelastin bei der Linderung der in Verbindung mit allergischer Rhinitis auftretenden Symptome den größten Gesamtvorteil bietet“. Azelastin war bei der Linderung der Rhinorrhoe signifikant wirksamer als Montelukast.[1] Ein unerwartetes Ergebnis, da Leukotriene als extrem starke sekretorische Wirkstoffe bekannt sind und daher davon ausgegangen wurde, dass Montelukast eine ähnliche Reduzierung der Rhinorrhoe wie Azelastin bieten würde. Azelastin zeigt auch eine Verbesserung des RSS insgesamt gegenüber Montelukast, obwohl diese keine statistische Signifikanz erreichte. Umgekehrt schienen die Augensymptome wie Jucken oder Tränen besser (obwohl nicht signifikant besser) auf Montelukast als auf Azelastin Nasenspray anzusprechen.[1] Hierbei sollte allerdings erwähnt werden, dass es Azelastin auch als Augentropfen gibt, die nur 3 Minuten brauchen, um bei geröteten, juckenden Augen zu helfen.[2] Eine topische Behandlung wie Azelastin hat gegenüber einer oral verabreichten Medikation wie Montelukast viele Vorteile. Erstens wird das Medikament bei einer topischen Anwendung direkt an die Stelle der Entzündung gebracht. Zweitens bedeutet die direkte Anwendung, dass höhere Wirkstoffkonzentrationen als mit systemischen Medikamenten erreicht werden können. Und schließlich wird das Risiko von Wechselwirkungen mit anderen, gleichzeitig eingenommenen Medikamenten reduziert, ebenso wie die Möglichkeit von Nebenwirkungen.[3]

In der Studie von Sardana und Kollegen[1] ergab der Vergleich von Azelastin Nasenspray mit intranasalem Budesonid ähnliche Ergebnisse wie die von Montelukast. Patienten, die Azelastin nahmen, berichteten von einer erheblich besseren Linderung der Rhinorrhoe im Vergleich zu

den Patienten, die intranasales Budesonid anwandten. Auch der Wert der Gesamtsymptome gibt Azelastin Nasenspray den Vorzug. Dies ist eine spannende Beobachtung, da die zuletzt veröffentlichten Studien eigentlich vermuten ließen, dass topische nasale Kortikosteroide die überlegenen Wirkstoffe für alle Symptome sind. Die Daten von Sardana[1] legen jedoch nahe, dass das nicht immer der Fall ist, besonders nicht, wenn die Symptome einzeln miteinander verglichen werden. Die Vorteile von Azelastin gegenüber intranasalen Kortikosteroiden wurden zuvor bereits von Patel und Kollegen im American Journal of Rhinology berichtet. [4] In dieser Studie trat die Wirkung von Azelastin innerhalb von 15 Minuten ein und hielt während der gesamten 8 Stunden der Allergen-Provokation an. Im Gegensatz hierzu wirkte sich Mometason nach acht Stunden noch nicht einmal mehr auf die nasalen Symptome aus.[4] Azelastin Nasenspray hat außerdem eine Wirksamkeit gezeigt, die mit der des potenten intranasalen Kortikosteroids Fluticasonpropionat vergleichbar ist, was die Reduzierung der Rhinitis-Symptome wie auch eine Verbesserung der Lebensqualität der Patienten betrifft. Allerdings erreichte Azelastin diese Wirkungen sehr viel schneller.[5]

Genau wie die signifikant höhere Wirksamkeit von Azelastin im Vergleich zu intranasalem Budesonid, die in der US-Studie[1] berichtet wurde, hat Azelastin Nasenspray andere Vorteile gegenüber intranasalen Kortikosteroiden wie beispielsweise einen schnelleren Wirkeintritt[4] und die Flexibilität bei sowohl der Dosis (d. h. ein oder zwei Sprühstöße pro Nasenloch zweimal täglich) wie auch der Dosierung an sich (d. h. eine feste Dosis oder die Anwendung bei Bedarf). Diese Eigenschaften von intranasalem Azelastin bedeuten, dass Patienten ihre Behandlung effektiv auf ihre ganz persönlichen Bedürfnisse anpassen können. Die Option ‚bei Bedarf‘ bedeutet, dass Patienten Azelastin nur nehmen müssen, wenn ihre

Symptome tatsächlich auftreten. Dann sorgt Azelastin mit dem schnellen Wirkeintritt (15 Minuten)[6] und der langen Wirkdauer (12 Stunden)[7] für eine unmittelbare und lang anhaltende Linderung der Symptome. Dies ist bei intranasalen Kortikosteroiden nicht der Fall. Sie müssen ein bis vier Wochen vor dem geschätzten Beginn der Rhinitis-Saison angewandt werden, um optimal wirken zu können. Diese Daten zeigen, dass topische Antihistaminika, LTRAs und intranasale Kortikosteroide alle zu einer Verbesserung der Symptome der allergischen Rhinitis führen. Insgesamt gesehen scheint Azelastin hierbei allerdings das wirksamste Mittel zu sein.

#### Referenzen:

- [1] Sardana N, et al. Allergy Asthma 2010;31(1):5-9
- [2] Friedlaender MH, et al. Ophthalmology 2000;107:2152-2157
- [3] Horak F and Ziegelmayer UP. Exp Rev Clin Immunol 2009;5:659-669
- [4] Patel P, et al. Am J Rhinol 2007;21:499-503
- [5] Behncke VB, et al. J Allergy Clin Immunol 2006;117:263
- [6] Horak F et al. Curr Med Res Opin 2006;22:151-157
- [7] Greiff L, et al. Clin Exp Allergy 1997;27:438-444

\* Allergodil ist ein Warenzeichen von MEDA Pharma GmbH & Co. KG

\*\* Allergic Rhinitis and it's Impact on Asthma (Allergische Rhinitis und ihre Auswirkung auf Asthma)

#### Weitere Informationen:

MEDA Pharma GmbH & Co. KG  
Benzstraße 1, 61352 Bad Homburg  
Tel. +49 (0) 6172 888 2631  
www.azelastine.info  
www.meda.se



## 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

## Mehr Lebensqualität, weniger Schmerzen

### Kombination verschiedener Therapien hilft Fibromyalgie-Patienten langfristig

#### Menschen, die unter der chronischen Erkrankung Fibromyalgiesyndrom leiden, können ihre Lebensqualität nachhaltig verbessern.

Zu diesem Ergebnis kommt eine Befragung von 239 Betroffenen, die in den vergangenen fünf Jahren an einer psychosomatischen Rehabilitation in den MediClin Blietal Kliniken teilnahmen.

Die Patienten berichteten über ein höheres Aktivitätsniveau und eine bessere Lebensqualität, auch lange Zeit nach ihrem Aufenthalt in der Rehaklinik. Dies gelang ihnen, indem sie eine in der Rehaklinik erlernte Kombination aus entspannenden und aktivierenden Therapiemethoden in den Alltag übertrugen und so ihre Beschwerden lindern konnten. Dadurch blieb über die Hälfte der Betroffenen auch mehr als drei Jahre nach ihrer Rehabilitation erwerbsfähig. Die Klinik setzt insbesondere auf eine Kombination aus Patientenschulung, wohl dosiertem Ausdauertraining, Verhaltenstherapie sowie Wärmeanwendungen. „Die Studie zeigt, dass der Erfolg einer stationären Rehabilitation nicht nur kurzfristig anhält: Auch Jahre später empfindet ein großer Teil der Betroffenen noch eine Verbesserung und kann weiter berufstätig bleiben“, sagt Professor Volker Köllner, Chefarzt der Fachklinik für Psychosomatische Medizin an den MediClin Blietal Kliniken. Professor Köllner leitete die Studie gemeinsam mit Anja Schlösser, ebenfalls MediClin Blietal Kliniken, und Dr. Kathrin Bernardy von der Schmerzambulanz der Uniklinik Homburg.

Die befragten Patienten der MediClin Blietal Kliniken waren zu 95 Prozent Frauen im Alter zwischen 45 und 60 Jahren. Die Krankheit äußert sich durch vielfältige Symptome: Betroffene berichten vor allem über Schmerzen in Muskeln, Gelenken und Rücken, Müdigkeit, Schlaf-

störungen, Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen, Depressionen sowie Schwellungen von Händen, Füßen und Gesicht. Markantestes Kriterium für eine Diagnose sind die so genannten Schmerz-Druckpunkte (engl. tender points), die sich an verschiedenen Stellen des Körpers befinden. Reagieren diese Punkte besonders empfindlich auf Druck, weist dies verstärkt auf die Erkrankung hin. Da jedes Symptom einzeln betrachtet bereits eine Krankheit sein könnte, ist der Weg bis zur gesicherten Diagnose oft lang.

Lange Zeit galt das Fibromyalgiesyndrom als kaum behandelbar. Inzwischen findet ein multimodales Konzept aus mehreren Therapiemethoden Anwendung. Der stationäre Aufenthalt in den MediClin Blietal Kliniken hilft, sich abseits des normalen Alltags auf das Erlernen der Techniken zu konzentrieren und diese zu verinnerlichen.

#### Über die MediClin Blietal Kliniken

Unter dem Dach der MediClin Blietal Kliniken in Blieskastel befinden sich die Fachklinik für Psychosomatische Medizin, die Fachklinik für Orthopädie und Rheumatologie sowie die Fachklinik für Innere Medizin. Die Einrichtung verfügt über 471 Betten und beschäftigt 310 Mitarbeiter.

#### Ansprechpartnerin

Beate Schweizer

Deutsche Gesellschaft für  
Endokrinologie (DGE)

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel. 0711 8931-295, Fax -167

Schweizer@medizinkommunikation.org

www.endokrinologie.net

www.dge2010.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  
Internet: 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  
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

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.



Nicole

## 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)