

1982-2012
30 Jahre

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+ THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Sonderdruck aus www.gour-med.de Ausgabe 5/6 - 2013

ODENTHAL

Ein kleines feines
Restaurant vor den
Toren Kölns

TU FELIX AUSTRIA

LOISIUM WINE & SPA
RESORTS in Österreich

THUNERSEE

Wellness und Kultur im
5-Sterne Hotel

MADRID

Kunst, Kultur und
Gastronomie in Spaniens
Hauptstadt

JUMEIRAH FRANKFURT

Kulinarischer Erfolg

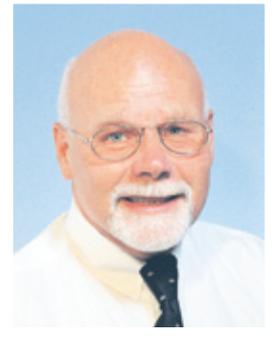
Schlemmen in VANCOUVER

SHANGHAI Grand Kempinski Hotel eröffnet

05/06 -2013
32. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Alejandro und
Christopher
Wilbrand
in Odenthal



Liebe **Gour-med** - Leser,

Wann wird es mal wieder richtig Sommer? Eine Frage die nicht nur Sie beschäftigt. War das früher nicht alles anders? Besser?? Mit den Jahreszeiten - Frühling, Sommer, Herbst und Winter - bilden wir uns das nur ein oder war es tatsächlich besser?

Sicher, wir erinnern uns überwiegend an die guten Tage in denen das Wetter zur Jahreszeit passte.

Sonne im Sommer, Schnee im Winter und dazwischen Frühling oder Herbst bedingter Wetterwechsel. Aber jetzt, im Juni muss geheizt werden, die Spargelsaison ist total daneben gegangen, mit den Erdbeeren wird es nicht anders sein, müssen wir uns umstellen und werden saisonal wachsende Produkte nicht mehr dann heranreifen wie die Natur es, in unseren Breitengraden, vorsieht? Lassen wir uns nicht verrückt machen schauen wir nach vorn.

So wie die 2 Brüder an einem Herd, die beweisen, dass viele Köche eben nicht den Brei verderben.



Die Brüder **Alejandro und Christopher Wilbrand** zwischen Köln und dem Bergischen Land, in Odenthal, beeindruckt das Wetter auch nicht. Sie beeindrucken lieber ihre Gäste und verzaubern sie mit exzellenten Menus und kreativen Aromen. Wir sind der Meinung, dass der, vor 10 Jahren verliehene, eine Michelin Stern mindestens einer zu wenig ist.

TV Koch **Armin Roßmeier** stellt geschmackvolle, gesunde Rezepte aus der Fischküche vor. Es sind genussvolle Inspirationen für die wärmeren Tage.



Eine kleine Weltreise mit **Stefanie Bisping** führt uns nach Kanada in die Genießerstadt Vancouver, dort ist Schlemmen Pflicht, genießen Sie mit **Stefanie Bisping** die Vielfalt der kanadischen Produkte.

Unsere Reisedirektorin **Anne Wantia** war ganz fleißig und hat die Schweiz und Spanien besucht. Das 5 Sterne Hotel Beatus am Thunersee empfiehlt sie Ruhe- und Genuss-Suchenden, die keinen Luxus vermissen möchten.

Etwas quirliger ist es in Madrid, der Überfluss von Kulinarik, Kultur und Kunst hat sie beeindruckt. Ihr Fazit: Madrid hat mehr verdient als einen Kurztrip.



Wein-Expertin **Yvonne Hoffman** entdeckte für **Gour-med** ganz besondere Tropfen aus Rheinhessen, bei dem Wein Evoluzzer Christian Peth. Mit mehr Enthusiasmus kann man keine Weine verkosten.

Budapest war schon immer eine der schönsten Städte in Europa, damit es so bleibt hat das Kempinski Hotel Corvinus eine architektonische Beauty-Behandlung bekommen, ein Grund mehr die ungarische Hauptstadt zu besuchen.

Zwei Wellness Hotels in Österreich, die Loisianum-Hotels in Langenlois und in der Steiermark, verdienen besondere Beachtung. Wellness-Behandlungen, von und mit Wein, sind neben erstklassiger Küche und elegantem Ambiente vereint mit exklusiver Architektur, die Spezialität der beiden Häuser.

Buchexperte **Horst-Dieter Ebert** empfiehlt oder kritisiert, ganz objektiv. Seine Buchpräsentationen sind wie immer aktuell und amüsant zu lesen.



Unter **Kurz notiert** lesen Sie das Neueste aus der Sterneküche, personelle Veränderungen, Tipps und Trends und interessante Veranstaltungen.

Getestet haben wir einen neuen Backofen und die „scharfen“ Roten von Dick, beides Küchenhelfer auf die man nicht verzichten sollte.

Wie immer berichten wir Neues aus der Medizin und der Pharmawelt.

Natürlich wünschen wir Ihnen einen schönen sonnigen und genussreichen Sommer, nicht nur im Urlaub, auch zu Hause. Lassen Sie es sich gut gehen denn, das Wetter können wir nicht beeinflussen, den Genuss aber schon!

Eine gute Zeit bis zur nächsten **Gour-med**-Ausgabe wünscht Ihnen das Gour-med Team und natürlich

Klaus Lenser

P. S. Nicht vergessen: Alles wird gar!!!



40 MADRID
Kunst, Kultur und Gastronomie

44 TU FELIX AUSTRIA

04 Alejandro und Christopher Wilbrand

Ein kleines feines Restaurant vor den Toren Kölns

12 DER WEIN-GENIESSER TIPP VON YVONNE HOFFMANN ALIAS MRS.PIPCO
Renaissance in Rheinhessen
Christian Peth, der Evoluzzer

14 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP VON ARMIN ROSSMEIER
Neptuns gesunde Küche!

16 NEUES AUS DER GENUSS-WELT

16 Ein kulinarischer Erfolg im Jumeirah Frankfurt Zweite Küchenparty im „Max on One“

18 Tu Felix Austria

LOISIUM WINE & SPA RESORT LANGENLOIS

22 LOISIUM WINE & SPA RESORT SÜDSTEIERMARK

26 Budapest

Corvinus Kempinski Hotel mit neuem Social Lifestyle und Gastronomie Konzept

30 Hotel Beatus am Thunersee

Wellness und Kultur im 5-Sternehotel

34 Madrid - Kunst, Kultur und Gastronomie in Spaniens Hauptstadt

38 KULINARIA DER WELT

Schlemmen in Vancouver



38 Schlemmen in Vancouver

42 KURZ NOTIERT

49 GETESTET UND EMPFOHLEN

Backen und Schneiden

52 BUCH-TIPPS

52 Von Horst-Dieter Ebert

56 ERNÄHRUNGS-MEDIZIN AKTUELL

57 MEDIZIN NEWS

60 PHARMA NEWS

02 EDITORIAL
62 IMPRESSUM

Eine kleines feines Restaurant vor den Toren Kölns



Alejandro und Christopher Wilbrand in Odenthal

*Klaus Lenser
Anne Wantia*

Das Sprichwort „viele Köche verderben den Brei“ trifft im Restaurant „Zur Post“ im Bergischen Land und dort genau im beschaulichen Örtchen Odenthal ganz sicher nicht zu. Ganz im Gegenteil, hier kochen die Brüder Alejandro und Christopher Wilbrand gemeinsam und verwöhnen Gourmets in ihrem Restaurant. Der seit 10 Jahren verliehene Michelin Stern ist für die beiden Verpflichtung und Motivation stets

das Beste für die Gäste auf den Teller zu bringen.

Auf eine 300-jährige Geschichte blickt die einstige Postkutschen- und Pferdewechselstation zurück. Hinter der heute denkmalgeschützten Fachwerkfassade verbirgt sich das moderne, elegante Sternerestaurant der Brüder Alejandro und Christopher Wilbrand.

Die Liebe und Leidenschaft zum Kochen entdecken die beiden Brüder schon in

jungen Jahren, kein Wunder, ist doch der Vater schon Koch. Die zwei Söhne, auf Ibiza geboren, sollten in Deutschland zur Schule gehen. So kehrt die Familie 1972 von ihrer Auszeit auf Ibiza nach Deutschland zurück und übernimmt das Restaurant Zur Post in Odenthal. Alejandro macht nach seinem Schulabschluss eine Ausbildung zum Konditor und geht anschließend zur Bundeswehr, wo er ein Offizierscasino als Chefkoch leitet.

1990 kehrt er an den heimischen Herd zurück um mit seinen Eltern gemeinsam die Post zu führen. Zwischenzeitlich wird die Post im Jahr 1982 von den Eltern gekauft. Christopher, der ältere, entscheidet sich gleich nach seiner Fachoberschulreife zur Ausbildung zum Koch im Altenberger Hof, ganz in der Nähe im kleinen Städtchen Altenberg.

Dass die beiden Köche aus Leidenschaft sind, davon zeugen nicht nur ihre aromatischen und fantasievollen Gerichte. Jeden Tag konstante Leistung erbringen mit qualitativ hervorragenden Produkten, das ist ihr Credo.

Die kreative Individualität und das Interesse an bodenständigen Rezepturen heimischer und europäischer Rezepte ist Teil ihres großen Erfolges. Ihre sympathische, offene Art begeistert Gäste und das Mitarbeiterteam gleichermaßen. Hier spürt der Gast gleich die Harmonie und die Liebe zur Gastronomie. Alle sind hochmotiviert und lassen den Gast spüren, dass er willkommen ist und einen erlebnisreichen Aufenthalt zu erwarten hat.

Das junge Team trägt die Philosophie des Hauses mit und vermittelt sie dem Besucher.

In dem eleganten Gourmetrestaurant fühlt man sich schnell wohl und genießt die eher heimelige Atmosphäre. In zwei Räumen gibt es Platz für 50 Gäste, die Tische sind nicht so eng gestellt dass man vom Nachbartisch unterhalten wird, der Abstand sorgt für Individualität, was leider nicht immer in Gourmetrestaurants der Fall ist.

Der Tisch mit direktem Blick auf den Arbeitsbereich der Sterneköche, nur durch eine Glasscheibe getrennt ist ein begehrter Platz von dem man dem „Treiben“ in der Küche zuschauen kann.



Alejandro und Christopher Wilbrand

Nach der Lehre zieht es ihn für ein paar Jahre durch die gehobene Gastronomie in verschiedenen europäischen Ländern. 2003 übernehmen die Brüder den elterlichen Betrieb. Bereits im ersten Jahr nach der Übernahme werden sie mit einem Michelin Stern ausgezeichnet. Viele weitere Auszeichnungen der bekanntesten Restaurantkritiker folgen.



Christopher Wilbrand



Durch eine in den Boden eingelassene Glasscheibe hat man einen Blick in den Weinkeller, der Gast erahnt welche Köstlichkeiten hier lagern. Um 360 verschiedene Weine, überwiegend aus Deutschland und Frankreich, garantieren, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist. Die Küche ist seit 2003 kontinuierlich mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet worden, mehr Beweis für gleichbleibende Spitzenleistung bedarf es nicht. Bei unserem Besuch haben wir selber erfahren, dass die Brüder in der ersten (Koch) Liga kochen.

Die raffinierten Grüße aus der Küche, wie Dippekuchen (eine Art Mini Reibekuchen), Sashimi vom Thunfisch, Gurkenroulade mit geeisten Gurkenperlen, das Tartar vom Bachsaibling mit Gewürztomate und der Thunfisch mit Gurkenmousse, sind aromatisch fein abgeschmeckt und nicht nur für den Gaumen ein köstlicher Schmaus. Ein Erlebnis, die Gänseleber im Brotmantel mit Eis von der Gänseleber und Butterbrioche. Dazu wird eine Riesling Auslese vom Weingut Kallfelz gereicht, eine äusserst passende Ergänzung.

Es folgen Jakobsmuscheln mit Kalbsbries, Kalbskopf, confiertem Knoblauch angerichtet auf einem Spinatbett und mit reichlich Trüffeln garniert. Eine köstliche Kombination. Als Fischgang gibt es Steinbutt auf Bratkartoffelschaum, Aprikose und Sauerkleeschaum mit einem Crum-



Restaurantleiter Herr Krüger und seine zwei Assistentinnen Fr. Schiefer (l.) und Frau Sprengel (r.)

ble von Haselnuss und einer Haselnusscreme. Sehr kreativ, doch erschließt sich uns nicht ganz die Beilage von der Haselnuss.

Zwischendurch schickt die Küche noch einmal einen kleinen Gruß, Matjes vom Rotaugen, Apfelsorbet und ein rotes Zwiebelmousse.

Bevor der Hauptgang kommt ein Kiwisorbet mit Yoghurt und Tapiokaperlen zum Neutralisieren der Geschmacksnerven. Dann kommt das „Allerlei“ vom Reh: Rücken, Schulter, Leber, Sauerbraten und eine kleine Rehwurst. Feinabgestimmt



Foie gras im Brotmantel



Alejandro Wilbrand



dazu die Beilagen, Pfifferlinge, Spitzkohl, eine Feigennougatmaultasche und das alles abgerundet mit Tannenspitzenessig. Auf den Punkt gegart und einfach nur lecker.

Als weiteres Highlight des Menus kann man auch das Dessert, die Variationen von der Erdbeere, bezeichnen. Wunderschön angeordnet findet man auf dem Teller u.a. ein Sorbet, Baiser und Zitronenkuchen. Dazu separat ein Champagnermousse mit Erdbeerspiegel. Danke Alejandro. Sehr gelungen dazu der Moscato

d'Asti mit seiner feinen Säure.

Wir sind begeistert von der Küchenleistung des Sterneduos und können Ihnen nur empfehlen, liebe Gour-med(t)s, auf nach Odenthal ins Restaurant „Zur Post“ Dort werden Sie auf das Geschmacksvollste verwöhnt.

Dass der Genuss locker und gerade zu fröhlich serviert auf den Tisch kommt verantwortet der Restaurantleiter Herr Krüger mit seinen netten Assistentinnen Frau Schiefer und Frau Sprengel.

Fachkundig und detailliert wir jeder Gang

erklärt, die Aromen beschrieben und der passende Wein gereicht. Die für uns ausgesuchten Menu begleitenden Weine passten hervorragend. Wir hätten nicht anders entschieden.

Neben dem Gourmetrestaurant gibt es im Haus die im Bistrostil eingerichtete Postschänke. Ein idealer Treffpunkt für den Gast, der Genuss aus regionalen Spezialitäten sucht. Hier findet der Gast gutbürgerliche Küche mit Qualitätsprodukten zu einem ehrlichen Preis. Locker und ungezwungen die Atmosphäre.

Besonders empfehlenswert

Barkeeper Herr Klein ist ein „Entertainer“ wie es sie heute leider nur noch selten gibt. Ihm zuzuhören macht Spaß, immer eine Anekdote oder einen lustigen Spruch auf den Lippen unterhält er seine Gäste. Unterstützt wird er von der charmanten, ebenso netten Frau Fay. Manch ein Gast ist im Bistro - nach dem Besuch des Gourmetrestaurants - länger geblieben als beabsichtigt.

Nicht zuletzt deswegen, weil die Brüder Alejandro und Christopher Wilbrand hier gerne selber, nach getaner Arbeit, den Abend ausklingen lassen.

Für private oder geschäftliche Feiern, oder sonstige Anlässe steht eine separater Raum, der Spiegelsaal, zu Verfügung. Ein gemütlich eleganter Raum der sich für besondere Ereignisse ideal eignet. Bis zu 120 Personen finden hier Platz.

Für Übernachtung ist ebenfalls gesorgt, 16 komfortable DZ bieten Ruhe und Raum zum Ausschlafen und Erholen.

Probieren Sie es selber aus, Sie werden es nicht bereuen !!

Für Gourmed(d)ts die es nicht abwarten können bis sie sich von den Gebrüdern Wilbrand verwöhnen lassen haben wir 3 Genussrezepte zum Nachkochen mit gebracht.

Oder finden Sie das passende Rezept in einem der Bücher von Alejandro und Christopher.

Viel Spaß und guten Appetit!



Das nette Bistro-Team: Fr. Fay und Herr Klein

Variation von Jakobsmuscheln

Vorspeise-Zutaten

Rezept für 4 Personen

Für das Carpaccio:

4 Jakobsmuscheln
Zitronenöl, Meersalz

Zubereitung

Für das Carpaccio 4 Jakobsmuscheln nebeneinander auf Klarsichtfolie setzen, eindrehen und einfrieren. Danach auf der Aufschnittmaschine dünn schneiden und auf den Teller legen. Mit Zitronenöl und Meersalz würzen

Für die Rübstielmousse:

400 g Rübstieler
(nur das Grüne)
2 Schalotten
½ Knoblauchzehe
Salz und Pfeffer
kalte Butter

Zubereitung

Für die Rübstielmousse Rübstieler, Schalotten und Knoblauch anschwitzen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Danach alles in den Mixer geben und mit kalten Butterflocken bis zur gewünschten Konsistenz mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Kartoffelespuma:

200 g Kartoffeln
300 ml Sahne
50 g Butter
Muskat und Salz

Zubereitung

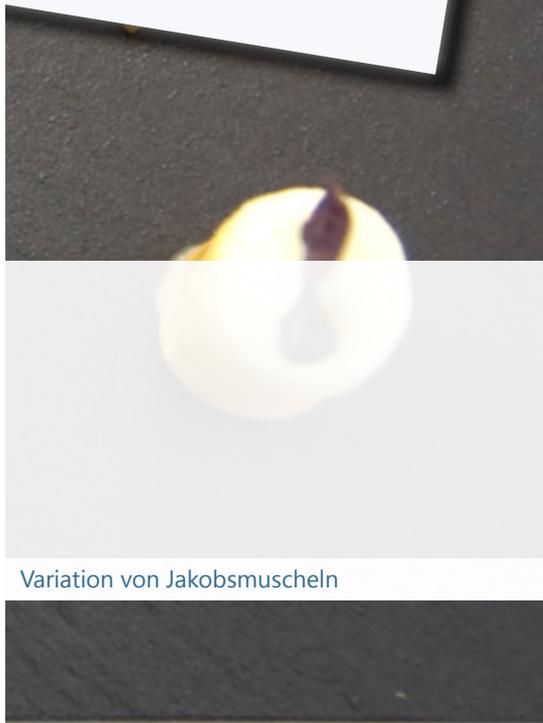
Für das Kartoffelespuma die Kartoffeln in Sahne und Butter weich kochen und durch eine Kartoffelpresse drücken, mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Danach durch ein feines Sieb passieren und in eine Easy-Sprayer-Flasche füllen, zwei Patronen anschließen und kalt stellen. Für die Kartoffelrouladen 8 dünne Scheiben Kartoffeln in warmem Salzwasser weich werden lassen. Die Scheiben auf Kupferrohre legen und im Backofen goldbraun backen (180 °C, ca. 8 Min.).

außerdem:

8 Jakobsmuscheln
Kartoffeln

Zubereitung

4 Jakobsmuscheln in heißem Olivenöl von jeder Seite glasig braten. Die anderen 4 Stück mit Räucherspänen im Ofen ca. 45 Min. kalt räuchern. Für die Kartoffelwürfel 1 Kartoffel fein würfeln und in Butterschmalz goldbraun backen.



Variation von Jakobsmuscheln

Kabeljaufilet auf Apfel-Aalragout

Hauptspeise-Zutaten
Rezept für 4 Personen

Für den Kabeljau:

- 4 Stück filetierte Tranchen von je ca. 160 g
- 2 Schalotten (fein geschnitten)
- 80 g Butter
- 150 ml trockener Weißwein
- 10 Fäden Safran
- Meersalz & Pfeffer

Zubereitung

In einer flachen Pfanne mit Deckel die Schalottenwürfel mit der Butter glasig dünsten und mit Weißwein ablöschen. Die Kabeljaufilets dazugeben und abgedeckt 5 bis 6 Minuten bei ganz kleiner Hitze dünsten. Die Filets herausnehmen und zugedeckt warm stellen. Den restlichen „Dünstfond“ auf die Hälfte reduzieren und durch ein Sieb in einen kleinen Topf passieren. 10 Fäden Safran und die verbliebene Butter mit dem Stabmixer einmontieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm stellen.

Für das Apfel-Aalragout:

- 2 Äpfel (Elstar)
- 200 g geräucherter Aal
- 1 Ei
- Schalottenwürfel
- Butter, Salz & Pfeffer

Zubereitung

Für das Ragout die Äpfel schälen und in Würfel von etwa 5 mm Kantenlänge schneiden. Den Aal häuten und filetieren, ebenfalls in kleine Würfel schneiden. In einen Topf etwas Butter geben, die Schalotten darin glasig dünsten, Äpfel und Aal dazugeben und unter Rühren (nicht zu lange) rund 3 Minuten garen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

Anrichten

Auf einem vorgewärmten Teller das Apfel-Aalragout in der Mitte aufbringen (evtl. im Ring), darauf das Fischfilet legen und die Safransauce angießen. In unserem Restaurant reichen wir unseren Gästen noch gegrillten Pulpo, Brotknusper und ein Paprika-Ketchup dazu.

Guten Appetit und viel Freude beim Nachkochen wünschen Ihnen

Alejandro und Christopher Wilbrand und das Team vom Hotel zur Post

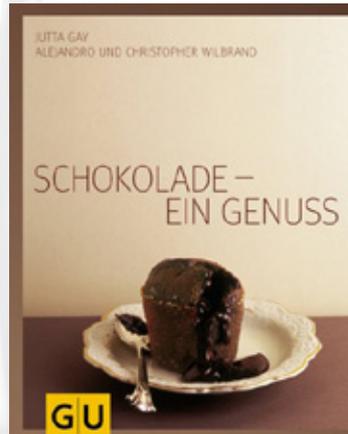
Kabeljaufilet auf Apfel-Aalragout





Herzenssache Neue Bergische Küche

von Susanne Birkner und Silke Kammann
Bergischer Verlag
250 Seiten, gebunden
ISBN: 978-3-923495-80-1



Schokolade - ein Genuss

von Jutta Gay
Alejandro und Christopher Wilbrand
GRÄFE UND UNZER Verlag
168 Seiten
ISBN-10: 3-8338-0241-3
Dieser Titel ist nur im „Restaurant Hotel
zur Post“ erhältlich

Fotos: Lawrenz | qualitaeter.de
Anne Wantia, Klaus Lenser,
Hotel Restaurant zur Post

Info:

Hotel Restaurant Zur Post
Altenberger-Dom-Strasse 23
51519 Odenthal
Tel. +49 (0) 2202 97778-0
Fax +49 (0) 2202 9778-49
info@hotel-restaurant-zur-post.de
www.zurpost.eu

Halbflüssiger Schokoladenauflauf

Zutaten für 6-8 Personen

125 g dunkle Kuvertüre Valrhona
125 g Butter
25 g Mehl
60 g Zucker
3 Eier
2 Eigelbe
6-8 100-ml-Edelstahlförmchen
(Timbal- oder Dariole-Form)
Butter und Paniermehl für die Form
Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

1. Die Kuvertüre mit der Butter im Wasserbad auflösen. Dann Mehl, Zucker und Eier unterrühren.
2. Die Förmchen buttern, mit Paniermehl austreuen und zu etwa 4/5 mit dem Teig füllen. Mindestens 4 Std. kaltstellen.
3. Den Ofen auf 200 ° (Umluft 180 °) vorheizen und die Aufläufe etwa 10-14 Min. backen. Anschließend stürzen, mit Puderzucker bestäuben und warm servieren.

Tipps:

Zu dem warmen Auflauf passt ein mit Tonkabohnen verfeinertes Sahneeis.
Zubereitungszeit: 15 Min.
Kühlzeit: 4 Std.
Backzeit: 10-14 Min.





Renaissance in Rheinhessen- Christian Peth, der Evoluzzer.

Yvonne Hoffmann
alias mrs.pipco

Vor einigen Jahren war noch die Rede von der Revolution im Weinbau in Rheinhessen. Viele junge und neue Winzer starteten durch und entdeckten die hohe Qualität der Anbauflächen, des Mikroklimas und zum Teil auch der bestehenden Bepflanzung. Dieser Vorgang erforderte jedoch fast mehr Fleiss als Mut. Die Weine aus Rheinhessen hatten oft zu Recht einen schlechten Ruf und wurden zum Teil regelrecht verramscht. Die Öffentlichkeit und die Welt der Weinfreunde davon zu überzeugen, dass sich das ändert, war ein schweres Stück Arbeit. Welche grandiosen Weine heute aus Rheinhessen kommen können, wurde an dieser Stelle bereits mehrfach besprochen.

Nun gibt es aber ein Handvoll Winzer, die mit großem Feingefühl an den vielen Stellenschrauben drehen, die gute Weine zu Spitzenweinen machen können.



Chardonnay
Weissburgunder Cuveé

Einer davon heisst Christian Peth. Der Geisenheim-Absolvent aus Bernersheim ist sozusagen der Junior des Weinguts und bringt seine unglaubliche Erfahrung ein, die er unter anderem in Chile, Australien und in den USA erwerben konnte. Die Familie hat ihn dabei mit voller Kraft unterstützt und erntet nun die sprichwörtlichen Früchte dieses Supports.

Christian Peth arbeitet wie eine Kombination aus Professor, Ingenieur und Genussmensch.

Er überlässt nichts dem Zufall, gibt dem Wein aber großzügige Freiheiten sich zu entwickeln. Insbesondere den Faktor Zeit hält er für eminent wichtig, denn genau die braucht der ideale Wein zum entstehen.

Der sympathische Jungwinzer gibt zu, dass er gelegentlich einen Hang zur Besessenheit hat. Dann fangen ihn Johanna und Hartmut Peth wieder ein, denn in der Ruhe liegt die Kraft.

Diesmal habe ich eine Weinprobe im erweiterten Kreis organisiert. Ein Gastronom, ein Filmemacher, eine Zahnärztin, ein Fotokünstler, ein wenig Brot, Appenzeller Käse, Piemonteser Wild-Salami, spanischer luftgetrockneter Schinken, etwas Obst und ich – wir haben uns in meiner Küche den Weinen des Weinguts Peth-Wetz gewidmet. Obwohl alle (!) sehr gut bis hervorragend abgeschnitten haben, möchte ich drei davon herausstellen. Den Anfang macht ein Weisswein: Chardonnay Weissburgunder Cuveé. Wer die übliche holzige Chardonnay-Crematur erwartet, wird positiv überrascht. Gelbe Fruchtaromen gepaart mit ein wenig Weissburgunder und einer wirklich angenehmen Säure wirken erfrischend und rassig. Ein regelrecht süffiger Wein. Erst am Ende zeigt er seine mineralische Art, die durchaus typisch für Rheinhessen ist. Jeder in der Runde hatte sofort einen zweiten Schluck im Ansatz. Auch die hartnäckigen Rotweintrinker. Seine 12,8 Prozent merkt man ihm in keiner Weise an. Ein wirklich sehr gelungenes Cuveé. Damit wäre bewiesen, dass auch Rebsorten mit Migrationshintergrund, problemlos heimisch werden können.

Nun folgt der Megaseller des Weinguts:

Assemblage unfiltered

Im roten Assemblage werkeln drei Rebsorten: Cabernet Sauvignon, Dornfelder und die Neuzüchtung Cabernet Mitos, eine Kreuzung aus Cabernet Sauvignon und Blaufränkisch. 15 Monate in ge-

Der Wein-Genießer-Tipp

von Yvonne Hoffmann alias mrs.pipco



Alkohol-Gehalt

Dosis: Der Alkoholgehalt wird in Volumenprozent angegeben. Der Gehalt in Gramm errechnet sich so: Menge in Millimeter (ml) x Volumenprozent/100 x 0,79 (Dichte von Alkohol. Beispiel: 200 ml Rotwein mit 12,5 Vol. % sind 19,75 Gramm reiner Alkohol.

brauchten Barriques gelagert und in Schlegelflaschen gefüllt. Er weist eine tiefrote Farbe auf. Ganz im Trend deutscher Rotweine und doch völlig eigenständig zeigt er Aromen von roten Beeren und Kakao. Ich sehe in der Runde der Verkoster die ein oder andere Augenbraue nach oben gehen. Der Wein ist fleischig und brennt darauf ein herzhaftes Essen zu begleiten.

Und als letztes schauen wir uns einen Lagenwein an: Spätburgunder Rotenstein. Die 30 Monate in neuen Barriques haben dem Wein offensichtlich gut getan. Er präsentiert sich harmonisch, dicht und mit einer gnadenlosen Präsenz.

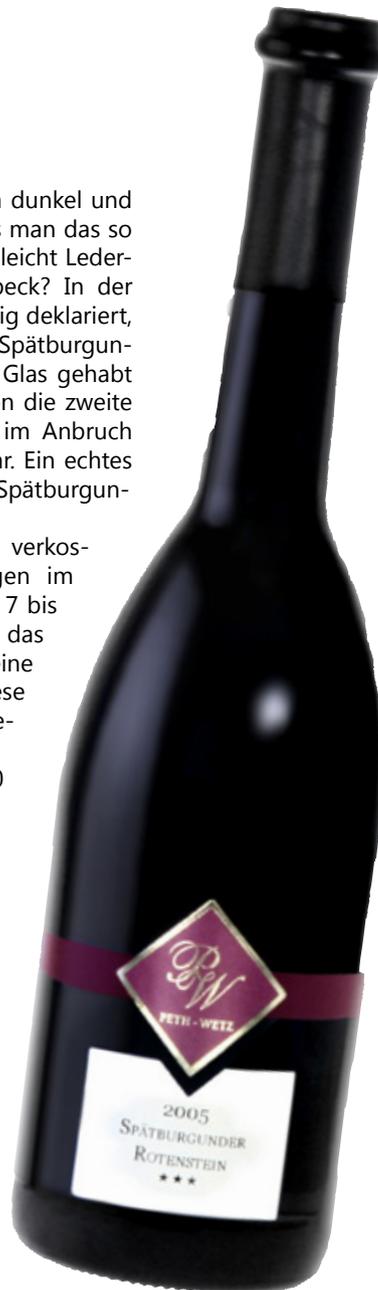


Assemblage
Unfiltered

Für einen Pinot Noir extrem dunkel und durchaus frucht-würzig, falls man das so beschreiben kann. Oder vielleicht Lederpfeffer und Schokoladenspeck? In der Runde wurde sofort einhellig deklariert, selten bis gar nie einen Spätburgunder vergleichbarer Art im Glas gehabt zu haben. Auch war selten die zweite Probeflasche so schnell im Anbruch wie bei diesem Exemplar. Ein echtes Kleinod, nicht nur für Spätburgunder-Freunde.

Die Preise für die verkosteten Weine liegen im Fachhandel zwischen 7 bis 30 Euro. Ein Niveau, das es leicht macht, eine Empfehlung für diese Weine auszusprechen.

Wer hätte vor 10 Jahren gedacht, dass es eines Tages deutsche Weine aus internationalen Rebsorten in dieser Qualität geben wird? Keine platten Kopien von Bordeaux-, Bourgogne- oder Languedoc-Weinen, sondern eigenständige und charakteristische Produkte. Deutschland wird mir langsam unheimlich ...



Spätburgunder
Rotwein

Der Appenzeller und der Chardonnay haben übrigens sofort Freundschaft geschlossen. Die Salami hat sich mit dem Spätburgunder assoziiert und der Assemblage mit dem Schinken eine Einheit gebildet. Das Obst blieb diesmal fast unberührt.

Fotos:
Christian Peth

Christian Peth
Weingut Peth-Wetz
Alzeyer Str. 16
67593 Bernersheim
www.peth-wetz.com



Neptuns gesunde Küche!

Armin Roßmeier

Fisch ist aus der mediterranen Küche nicht wegzudenken, völlig klar – ringsum Meer, besser kann es nicht sein! Die Klassiker Dorade und Barbe sind das eine, aber auch alle anderen Fische und Meeresfrüchte sind immer herzlich willkommen.

Der gesundheitliche Aspekt ist großartig, denn neben reichlich Omega 3 und 6 Fettsäuren haben sie auch wertvolles Jod, Zink, Eisen und Selen im Gepäck, außerdem Mikronährstoffe die essentiell sind und oft zu kurz kommen. Fangfrisch muss der Fisch sein, gebraten, gegrillt oder in Salzteig mit bestem Olivenöl zubereitet oder mariniert, mit sonnengereiften Kräutern wie Thymian, Rosmarin, Basilikum,

Lorbeer und Wacholder verfeinert und mit Knoblauch und Meersalz abgerundet sollte er auf den Tisch kommen. Die Beilagen kommen ebenfalls frisch von den bezauberten Märkten. Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika, Kaiserschoten, Strauchbohnen, Erbsen, Karotten und Lauch – all diese Gemüse sind mit ihren bioaktiven Substanzen bzw. sekundären Pflanzenstoffen Garanten für eine „Gesundheitsküche“ vom Feinsten. Die verschiedenen Chiligemüse wie Pimentos, Habanero, Pasilla, Mulato haben eine verdauungsfördernde Wirkung und regen so Körper, Geist und Seele an, den Rest erledigt am Abend der flavonoidreiche Rotwein.

Das Fazit der mediterranen Fischküche:

Frisch, einfach natürlich zubereitet mit einem idealen Gemüsemix, dann kann man auf die „Kartoffeln“ leicht verzichten. Der nächste „Hüftschwung“ wird's Ihnen danken!

Ihr Armin Roßmeier

Fotos: Armin Roßmeier

www.armin-rossmeier.de

Von Mo.-Fr. in der Sendung:
„Volle Kanne-Service täglich“
im ZDF um 09:05 Uhr

Kabeljau in Senfsauce mit Dillgnocchi

Zutaten für 4 Personen

600 g Kabeljaufilet
1 Bund Suppengrün
¼ l Fisch- oder Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter
6 Pfefferkörner
½ TL Senfkörner
1 unbehandelte Zitrone

Senfsauce

80 g Zwiebelwürfel
1 EL Olivenöl
3 EL Mehl
4 Dillsträußchen
¼ l Milch
3 EL mittelscharfer Senf
½ TL Senfkörner
4 cl Sahne
12 Kirschtomaten
1 EL Öl
Salz, Pfeffer

Gnocchi

400 g mehliges Kartoffeln
2 Eigelbe



2 EL Mehl
2 EL frisch gehackte Dillspitzen
1 EL Olivenöl
Zitronenthymian, Chiliflocken

Zubereitung

Fisch- oder Gemüsebrühe mit geschnittenem Suppengrün, Lorbeer, Pfefferkörnern, Zitronenscheiben aufkochen, köcheln lassen, Senfkörner zufügen. Kartoffeln säubern, kochen, schälen, gut ausdämpfen lassen, durch die Kartoffelpresse drücken, mit Eigelbe, Mehl und Dillspitzen gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen,

auf mehlierter Arbeitsfläche von der Masse eine Stange rollen und Gnocchi schneiden. Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, mit Mehl bestäuben, einrühren, mit kalter Milch angießen, glatt rühren, aufkochen, köcheln lassen, Senfkörner mit einrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Gnocchi in leichtem Salzwasser ca. 3 – 5 Minuten ziehen lassen. Kirschtomaten gut waschen, halbieren, in heißem Olivenöl mit gerebeltem Zitronenthymian und Chiliflocken kurz schmoren.

Fischfilet mit Salz und Pfeffer würzen, auf das Lochsieb legen, über Fischfond abgedeckt 4 – 5 Minuten garen lassen. Gnocchi in einer heißen Pfanne kurz anschwemmen, mit Öl beträufeln und auf Teller anrichten, Fischfilet dazu anrichten, mit Soße überziehen, Tomaten rundum mit ansetzen, mit Dillsträußchen garnieren.

Zubereitungszeit ca. 55 Minuten

Nährwert pro Person

532 kcal • 21 g Fett • 41 g Eiweiß • 42 g Kohlenhydrate • 3 BE

Seelachs mit mediterraner Kruste

Zutaten für 4 Personen

- 800 g Seelachsfilet
- 1 EL Olivenöl
- 6 Zweige Zitronenthymian
- Tomatenpesto
- 80 g getrocknete Tomaten
- 1/8 l Tomatensaft
- 3 fein gewürfelte Knoblauchzehen
- 5 EL Parmesan
- 60 g gehackte, geröstete Mandeln
- 6 cl Olivenöl
- 2 Stängel Basilikum
- Salz, Pfeffer
- Würfel von 2 abgezogenen, entkernten Tomaten

- 800 g Kartoffeln
- ¼ l Milch
- 1 Butterflocke
- ½ TL Kurkuma
- 12 kleine Kirschtomaten
- 8 Salbeiblätter
- Zesten einer unbehandelten Zitrone
- Salz, Pfeffer
- Chiliflocken
- 1 Messerspitze Ingwerpulver



Zubereitung

Getrocknete Tomaten in Tomatensaft einweichen, danach mit Knoblauch, Parmesan, gerösteten Mandeln, Basilikumblättern und Olivenöl im Mixer fein pürieren, herausnehmen, in eine Schüssel geben, Tomatenwürfel unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln säubern, kochen, schälen, durch die Kartoffelpresse drücken, mit lauwarmen Milch und Butterflocke oder etwas Olivenöl gut verrühren, nun Kurkuma, Ingwerpulver unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen, warm stellen.

Seelachsfilet mit Salz, Pfeffer würzen, in heißem Olivenöl beidseitig anbraten, auf Thymianzweige zum Aromatisieren legen, zur Seite ziehen. Pestomase darauf anhäufeln,

im vorgeheizten Ofen bei 190° C Oberhitze ca. 2 Minuten überkrusten. Kirschtomaten in heißem Olivenöl mit Salbeiblätter kurz anbraten, Zesten zugeben, mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Fisch auf Teller anrichten, Püree daneben anhäufeln, Tomaten dazu setzen, mit Salbeiblätter, Zesten und Thymian garnieren.

Zubereitungszeit ca. 50 Minuten

Nährwert pro Person
480 kcal • 19 g Fett • 43 g Eiweiß
• 33 g Kohlenhydrate • 2,5 BE

Gratinierter Thunfischsteaks mit Antipasti



Zutaten für 4 Personen

- 8 Thunfischsteaks (à 80 g)
- 2 EL Olivenöl

- 18 Oliven (schwarz und grün ohne Stein)
- 2 EL geriebener Parmesan
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 8 Minipaprika (rot und gelb)
- je 4 Champignons und Egerlinge
- 6 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Zweige Thymianzweige
- 8 Kirschtomaten
- Saft von 2 Zitronen
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL weißer Balsamico
- 2 EL Basilikumstreifen
- 2 EL Tomatenmark
- 4 Kerbelsträußchen
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Aubergine und Zucchini mit Küchenkrepp abreiben, in Scheiben schneiden. Paprika halbieren, entkernen, säubern, Champignons und Egerlinge mit Küchenkrepp abreiben, vierteln, Schalotten schälen, vierteln, Knoblauch schälen, in

Blättchen zerteilen. Alles in heißem Olivenöl anbraten, gerebelten Thymian zugeben, Tomaten im letzten Moment mit garen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Antipasti auf tiefem Teller anrichten, Bukett mit Tomate anrichten, etwas weißen Balsamico mit Zitronensaft und Olivenöl verrühren, über die Antipasti träufeln, einziehen lassen und mit Basilikumstreifen bestreuen.

Thunfischsteaks mit Salz und Pfeffer würzen, in heißem Olivenöl ganz kurz beidseitig anbraten, in ein Pfännchen mit Thymianzweig umsetzen, klein geschnittene Oliven mit Tomatenmark gut vermengen, auf Fischsteaks verteilen, mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 180° C etwa 4 – 5 Minuten auf Grillfunktion gestellt, gratinieren. Anschließend neben Antipasti mit anrichten und mit Kerbelsträußchen garnieren.

Dieses Gericht ist glutenfrei.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Nährwert pro Person
671 kcal • 48 g Fett • 46 g Eiweiß • 14 g Kohlenhydrate • 0,5 BE

Ein kulinarischer Erfolg im Jumeirah Frankfurt zweite Küchenparty im „Max on One“



Executive Chef Martin Steiner

Martin Steiner und sein Team, hatten Ende April zum zweiten Mal die Türen der renommierten Showküche des Restaurant „Max on One“ geöffnet. Gemeinsam mit fünf weiteren Starköchen aus Deutschland und Österreich und zwei ausgezeichneten Winzern luden sie unter dem Motto „Austria meets Germany“ zu einem Abend für alle Sinne ein. An verschiedenen Gourmetstationen, mit Show Cooking auf höchstem Niveau und einer Live-Band wurden die Gäste mit einer Genuss-Reise durch Österreich und Deutschland verwöhnt. Martin Steiner und seine fünf geladenen Gastköche garantierten ein kulinarisches Erlebnis im Jumeirah Frankfurt. Die Gastköche waren:



Wolfgang Becker,
Küchenchef im Becker's
Restaurant in Trier-
Olewig
2 Michelin-Sterne



Christopher Wilbrand,
Küchenchef im
Gourmet-Restaurant
Zur Post, Odenthal
1 Michelin-Stern



Nico Burkhardt,
Küchenchef im Restau-
rant Olivo, Steigenber-
ger Graf Zeppelin Stutt-
gart, 1 Michelin-Stern



Jörg Leroy ist seit nun-
mehr zwölf Jahren Kü-
chenchef und Leiter
des Vorstandscaterings
der Deutschen Bank in
Frankfurt



**Oliver „Ollysan“ Lan-
ge**, bekannt als Sieger
aus der TV Show „Re-
staurant sucht Chef“

Zusammen mit dem erstklassigen Serviceteam des Jumeirah Frankfurt verwöhnten zwei Gewinnerinnen, Eva Fricke aus dem Rheingau und Judith Beck aus dem Burgenland in Österreich, die Gäste

mit exzellenten Weinen. Ein Austernbuffet von Rungis Express sowie eine große Käsestation des Käsehauses im Hespark sorgten für eine gelungene und exklusive kulinarische Kombination.

Während der Küchenparty im „Max on One“ konnten die Gäste in lockerer Atmosphäre den Spitzenköchen über die Schulter schauen und eine Auswahl an Spezialitäten von verschiedenen Live-Cooking Stationen genießen. Hier wird nicht nur verkostet, sondern man ist den Stars am Herd näher denn je und kann ihnen Tipps und Tricks entlocken. Eine Live-Band sorgte schnell für die passende schwungvolle Stimmung. Ca. 150 Gäste ließen es sich schmecken und waren von den aromatischen Genüssen begeistert.

Genuss schafft Kontakt, einige Gourmets waren durch die Genussaromen so inspiriert, dass sich zu weiteren gemeinsamen Genießertreffen verabredeten und sogar Gourmetreisen planen wollen. Gespannt waren die Gäste auf das neue kulinarische Konzept für das - inzwischen eröffnete - libanesische Gourmet-Restaurant „el rayyan“ im Jumeirah Frankfurt,



Max on One Private Dining



Die kulinarischen Empfehlungen für das 2. Halbjahr im Jumeirah

Sonntags: 7.30 - 14.30 Uhr
Weekend Deluxe Breakfast

Sonntag, 25. August 2013
Jumeirah Sommerfest im Rheingau
Abfahrt Jumeirah: 11.30 Uhr

Sonntag, 1. September 2013
Großer Gourmet Preis Hessen 2013
Gala der Sterneköche

Nicht vergessen:
Die 3. Küchenparty im Jumeirah findet im Frühjahr 2014 statt.

Geniesser buchen jetzt schon!

das auf Grund der großen Nachfrage von lokalen Gästen aus dem Großraum Frankfurt und internationalen Hotelgästen zukünftig authentische und feine Gerichte aus der libanesischen Küche anbieten wird. Das Angebot umfasst vielseitige Spezialitäten wie warme und kalte Meze (arabische Vorspeisen), vegetarische Hauptgerichte bis hin zu landestypischen Lamm- und Grillfeinheiten.

Das neue Restaurant „el rayyan“ wird neben dem exklusiven Restaurant „Max on One“, dessen Küche mit kreativen Neuinterpretationen regionaler und österreichischer Gerichte überrascht, und der eleganten „Ember Bar & Lounge“, die zu Cocktails und kleinen Snacks einlädt, die kulinarische Auswahl im Jumeirah Frankfurt ergänzen.

„el rayyan“ ist von der Einkaufspassage

MyZeil zugänglich und bietet von Montag bis Samstag von 12:00 bis 24:00 Uhr einen Streifzug durch den Libanon. In moderner arabischer Atmosphäre ist jeden Freitag und Samstag eine Bauchtanzaufführung mit wechselnden Tänzerinnen zu sehen. Einmal im Monat erwartet die Restaurantgäste ein traditioneller Derwish-Tanz.

Das Jumeirah Frankfurt, im Herzen der Stadt in unmittelbarer Nähe zu Oper, Einkaufsmeilen, Sehenswürdigkeiten und Finanzviertel gelegen, bereichert Frankfurts Skyline mit seinem außergewöhnlichen Design. Mit dem Talise Spa, den vielseitigen Veranstaltungsräumen und moderner Technologie, bietet das Jumeirah Frankfurt die perfekte Balance aus Luxus und Eleganz, ergänzt durch eine einzigartige Servicephilosophie.

Fotos: Jumeirah Frankfurt

Jumeirah Frankfurt
Thurn-und-Taxis-Platz 2
60313 Frankfurt am Main
Tel. +49 (0) 69 297 2370
jinfo@jumeirah.com
www.jumeirah.com/frankfurt



Purer Genuss



Libanesische Spezialitäten im „el rayyan“



„TU FELIX AUSTRIA“

LOISIUM WINE & SPA RESORT LANGENLOIS



Das LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois

Der New Yorker Architekt Steven Holl hat mit der Weindestination LOISIUM einen außergewöhnlichen Platz für eine vielbeachtete avantgardistische Landmarkarchitektur in Kombination mit dem Lifestylethema Wein in Österreich geschaffen.

Das Wein-Erlebnis-Zentrum im Kamptal, Österreichs führender Weißweinregion nur 50 PKW-Minuten donauaufwärts von Wien entfernt, zollt dem Weingenuss in vielfacher Hinsicht Tribut und lädt die Besucher ein, das Außergewöhnliche zu erleben.

Die neuartige Kombination aus dem ungewöhnlichen Weinzentrum mit den außergewöhnlich inszenierten, 900 Jahre alten Weinkellern und der Vinothek, und des LOISIUM Wine & Spa Resorts bietet eine avantgardistische Bühne für Weingenuss und Wein-Spa-Erlebnisse.

Im LOISIUM Hotel****s trifft moderne Architektur mit ihrem urbanen Lebensgefühl auf die uralte Tradition des Weinbaus und bietet somit den außergewöhnlichen Rahmen, um Wein in allen Facetten zu erleben und zu genießen. Spa, Restaurant und Meetingräume bieten einen

herrlichen Ausblick auf die umliegenden Weingärten. Gemeinsam mit der LOISIUM Kellerwelt & Vinothek hat sich das Hotel klar dem Thema Wein verpflichtet und sowohl Architektur als auch Service nehmen darauf Bezug.

Der Amerikaner Steven Holl hat mit dem LOISIUM Wine & Spa Resort einen Ort geschaffen, an dem den Gast die Symbolik des Weins auf Schritt und Tritt begleitet: Lampen in Korkform, die alten Pläne der Weinkeller auf den Stoffen und der Ausblick auf die umliegenden Weingärten durch das gläserne Erdgeschoß,



Wein & internationale Architektur
in Österreichs führender
Weißweinregion außergewöhnlich kombiniert

um einige Beispiele zu nennen.

Der Stil zieht sich durch das gesamte Ambiente des Hotels. Das zarte Grün des Wine Spas ist eine Hommage an die typische Farbe des Grünen Veltliners, und wenn man im Bett erwacht, schweift der Blick zum Beispiel auf die berühmten Weinlagen, wie dem „Heiligenstein“. Das Interieur wurde ebenso wie das Gebäude von Steven Holl entworfen. Ein 20 Meter langer Outdoorpool verbindet den Innenhof mit den Weingärten und lädt auch im Winter zum Schwimmen bei 32 Grad Wassertemperatur im Weingarten ein.

Die Philosophie des Weinangebots im

„Place-to-be“ für innovative Winzer geworden. So mancher bekannte Weinmacher der Region, wie Willi Bründlmayer, Fred Loimer, Karl Steininger oder die Gebrüder Jurtschitsch kann man also, wenn man Glück hat, gerade früh morgens oder spät abends beim Weinfachsimpeln im Restaurant oder an der Bar antreffen. Für Hotelgäste gibt es regelmäßig auch die Möglichkeit an einer Verkostung teilzunehmen und den Winzern dabei vielleicht auch das eine oder andere ungelüftete Weingeheimnis zu entlocken. LOISIUM WINE SPA.

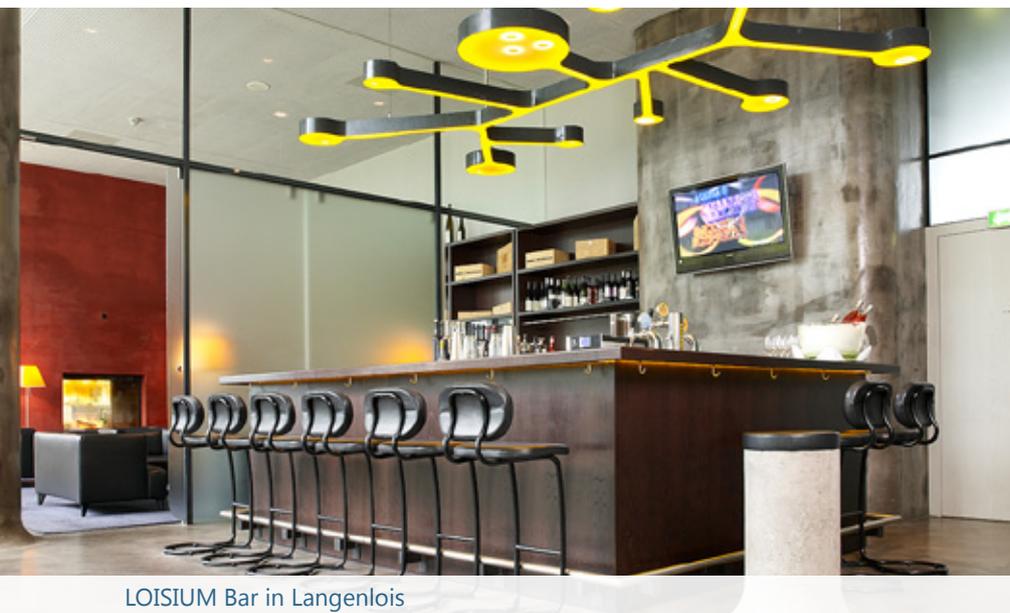
Gemeinsam mit dem Team von AVEDA, der von einem Österreicher gegründeten

Kultmarke des Estée Lauder-Konzerns, wurden zusätzlich zu den ganzheitlichen AVEDA Signature Treatments eigens für das LOISIUM Wine & Spa Resort Weinbehandlungen entwickelt. Dabei werden die hochwertigen, nach strengen ökologischen Grundsätzen erzeugten Produkte mit lokalen Essenzen wie Traubenkernen (für Peelings), Traubenkernöl (für Massagen) oder frischen Trauben (für erfrischende Gesichtsbehandlungen) verbunden. Highlight ist ein Bad in Weinessenzen mit Traubenkernöl in der Weinfasswanne.

Anti-Aging ist ein wichtiger Schwerpunkt des Wine Spas. Verschiedene Packages werden zu diesem Thema angeboten und diese lassen sich auch bestens mit dem abwechslungsreichen Programm des Hauses verbinden.

Die rund 950m² des Wine Spas erstrecken sich über drei Ebenen. Von den Lounges überblickt der Gast die Weingärten. Der ganzjährig angenehm warme Outdoorpool (5 x 20 Meter) und die großzügige Sonnenterrasse reichen bis in die umliegenden Weingärten. Zwei Saunakabinen und zwei Dampfbäder, spezielle Wärmeliegen und ein Cardio-Fitnessraum runden das Entspannungs- und Wohlfühlangebot ab.

Das LOISIUM Wine & Spa Resort bietet auch das ideale Umfeld für Produktpräsentationen, Meetings, Tagungen und Veranstaltungen. Die Tagungsräume mit insgesamt 200m² verbinden architektonisches Design und ein besonderes Lifestyle-Ambiente mit einem neuartigen Weinerlebnis. LOISIUM Business &



LOISIUM Bar in Langenlois

Restaurant orientiert sich vor allem an den Highlights des Kamptals und der Wachau. In der Küche von Emanuel Peceny, dem Küchenchef des Hotelrestaurants Vineyard werden vor allem regionale Produkte von kleinen Lieferanten und Spezialisten aus dem nächsten Umkreis von max. 30 km verwendet. Regionale Spezialitäten, wie z.B. die Büffel- und Ziegenkäsespezialitäten von der Hofkäserei Robert Padget werden authentisch und elegant auf den Teller gebracht.

In der erfolgreichen Weinregion Kamptal, die mit ihrer Leitsorte „Grüner Veltliner“ international für Furore sorgt, ist das LOISIUM Wine & Spa Resort auch zum



Spa in Langenlois

Wein-Angebote sorgen für das Mehr an Atmosphäre, Erlebnis und Genuss nach einem erfolgreichen Meeting sind selbstverständlich inkludiert.

Rund um die Themen Wein, Spa, Genuss und Golf werden je nach Saison besondere Erlebnisse in speziell geschnürten Packages angeboten. Das Angebot reicht von einer Fahrt mit der Vespa, einem Picknick mit Blick über die Weingärten oder einer nächtlichen Fackelwanderung bis hin zu exklusiven Weinverkostungen und speziellen Anti-Aging- oder Genusspackages.

Das LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois, an sich schon als ein „hotel of modern art“ konzipiert, erhebt zusätzlich den Anspruch, moderner Kunst Raum zu geben. Neben dem „Kiesler Eck“ mit Möbeln aus der 1942 von Friedrich Kiesler für Peggy Guggenheim in New York designten Kollektion, befindet sich im gesamten Hotel und auch in jedem der 82 Hotelzimmer eine einzigartige Auswahl von Bildern österreichischer zeitgenössischer Kunst, welche von einem künstlerischen Beirat unter der Leitung von Frau Prof. Angelika Bäumer zusammengestellt wurde.

Die Wein-Destination LOISIUM bietet außerdem ein abwechslungsreiches Kulturprogramm. Höhepunkt ist hier die jeweils im März unter der künstlerischen Leitung von Christian Altenburger stattfindende LOISIARTE. Das LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois liegt im Kamptal und am Tor zur UNESCO Welterberegion Wachau mit historischen Städten, mittelalterlichen Burgen und Schlössern.

Das hochwertige Kulturangebot der Region – von Langenlois über Krems bis in die Wachau – ist ein zusätzliches Highlight für die Gäste des LOISIUM Wine & Spa Resort. Verschiedene Festspiele, Festivals, Konzerte und Ausstellungen in der Region bieten das ganze Jahr über ein reizvolles Rahmenprogramm. Vom Musikfestival im Schloss Grafenegg über die Kunstmeile Krems und die Open Air Opern in Gars/Kamp bis zu den Schlossfestspielen in Haindorf ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Zwei führende österreichische Golfplätze (Golfclub Lengenfeld – 10 PKW-Minuten, 38 Löcher und Golfclub Ottenstein – 25 PKW-Minuten, 18 Löcher) liegen in un-

mittelbarer Nähe des Hotels und bieten Golfbegeisterten ein genussvolles Golferlebnis in wundervoller Natur. Auch zum Reiten und Radfahren bietet die Region viele Angebote. Ein groß angelegtes, neues Nordic Walking-Wegenetz führt zudem durch die zertifizierte Nordic Walking-Gemeinde Langenlois.

Die LOISIUM Kellerwelt & Vinothek befinden sich nur wenige Meter vom Hotel entfernt. Das LOISIUM hat sich seit seiner Eröffnung 2003 erfolgreich als Zentrum für Wein und Kultur in Niederösterreich etabliert. Eingebettet in die Weinberge des unteren Kamptals, am Rand von Langenlois, der größten Weinbaugemeinde Österreichs, besticht es durch die spannende Kombination von Weltklassearchitektur, der sinnlichmystischen unterirdischen Welt des Weines und Weinkompetenz. Das Besucherzentrum ist Ausgangspunkt für die 90-minütigen Wein-Erlebnis- Rundgänge durch die 900 Jahre alten inszenierten Weinkeller und beherbergt darüber hinaus eine Niederösterreich Vinothek, einen Shop mit regionalen Spezialitäten und eine neue Weinbar. Zusätzlich gibt es ein umfassendes Angebot an kommentierten Verkostungen, Weinseminaren und Veranstaltungen zum Thema Wein.

Fotos: LOISIUM Wine & Spa Resorts

Infos:

LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois
Loisium Allee 2
3550 Langenlois
Austria
Tel. +43 (0) 2734 77100-0
www.loisium.com

www.bufala-connection.at
www.loisiarte.at
www.loisiumvinothek.at
www.aveda.com

Übrigens:

Let's SPA!

**Auch im Online-Reiseportal
Spa-dich-fit Wellnessreisen
sind die LOISIUM Hot-Spots
der Steiermark jetzt buchbar.
Allesamt mit exklusiven
SPA(r)-Extras inklusive.**

www.Spa-dich-fit.de
Güterstrasse 9
CH-4133 Pratteln
Tel. DE +41 (0) 61 5880 229

meinde Österreichs, besticht es durch die spannende Kombination von Weltklassearchitektur, der sinnlichmystischen unterirdischen Welt des Weines und Weinkompetenz. Das Besucherzentrum ist Ausgangspunkt für die 90-minütigen Wein-Erlebnis- Rundgänge durch die 900 Jahre alten inszenierten Weinkeller und beherbergt darüber hinaus eine Niederösterreich Vinothek, einen Shop mit regionalen Spezialitäten und eine neue Weinbar. Zusätzlich gibt es ein umfassendes Angebot an kommentierten Verkostungen, Weinseminaren und Veranstaltungen zum Thema Wein.



Küchenchef Emanuel Peceny



Liegen im Saunabereich



„TU FELIX AUSTRIA“

Die Schwester des Loisium im Kamptal ist das

LOISIUM WINE & SPA RESORT SÜDSTEIERMARK

mit - SPA-Genuss & - VINO-Wellness



Das LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark

In einer der beliebtesten Weinregionen Österreichs, der Südsteiermark, oftmals auch steirische Toskana bezeichnet, eröffnete am 1. Juni 2012 das zweite LOISIUM Wine & Spa Resort. Als zweites Weinhotel der LOISIUM Gruppe ist dieses Hotel, ebenso wie das LOISIUM Wine & Spa Resort im Kamptal, als modernes 4-Sterne Designhotel konzipiert worden. Dieses neue Hotel in den steirischen Weingärten präsentiert sich sehr individuell und, wie alle LOISIUM Hotels, wieder etwas herausfordernd, in einer Art steirischem Avantgarde-Design, mit 85 Premium Zimmern und 20 Weingartenblick-Suiten, sowie einer LOISIUM Vinothek Steiermark und wieder einem echten LOISIUM Wine Spa.

Das Weinhotel liegt direkt am Schlossberg in Ehrenhausen mit einem prachtvollen Blick über die sanften Hügel der Südsteiermark und auf das Eggenburger Mausoleum und das Schloss Ehrenhausen.

Wie im Schwesterhotel in Langenlois/Kamptal bietet dieses neue LOISIUM Weinresort eine spannende Kombination aus Wein & Spa in zeitgenössischer Architektur & Design. Das LOISIUM Südsteiermark kreiert damit wieder eine Plattform für die Weine dieser Region und einen besonderen Weingenuss. Im romantischen Weinort Ehrenhausen gelegen, rankt sich die individuelle Dramaturgie des Hotels in zahlreichen Referenzen um den steirischen Wein. Architekturconsult

Graz entwickelte die Außenfassade aus Lärchenholz für das Exterior Design.

BEHF Architekten Wien hat das gesamte Innendesign in allen Details entworfen. Das Innere des Designhotels folgt dem Thema „Steiermark neu interpretiert“. Von den eigens gebrannten grünen Fliesen in Lobby und Spa, über die mit gehämmertem Messing verkleideten Rezeptionspulte bis hin zu den gebürsteten Fichtenholzlamperien in den Zimmern zieht sich das Leitthema konsequent und selbstbewusst durch den gesamten Interior Bereich.

Die Südsteiermark, verbunden mit dem grenzüberschreitenden Weinanbaugebiet Slowenien, ist eine spannende und facettenreiche Weinregion.



DAS LOISIUM WINE & SPA RESORT SÜDSTEIERMARK



Das Loisiium Wine Spa

Besonders in den letzten Jahren konnten sich die Region und seine Weine international etablieren. Die charakteristischen und edlen Tropfen bieten gemeinsam mit der romantischen Naturlandschaft einen perfekten Rahmen für das zweite LOISIUM Wine & Spa Resort. Der malerische Ort Ehrenhausen liegt am Eingang zum Gamlitztal und ist somit seit jeher Startpunkt für Touren entlang der Südsteirischen Weinstraße.

Vom Hotel aus genießt man wunderschöne Ausblicke auf die steirische Hügellandschaft, das benachbarte Schloss Ehrenhausen sowie den idyllischen Wein-

Kultur- und Einkaufsangeboten, liegen lediglich 20-30 PKW-Minuten entfernt. Golfreunde erreichen das nächste Green in Murstätten innerhalb von rund 20 PKW-Minuten und den Golfplatz Schloß Frauenthal in 40 Minuten.

Für gastronomische Genüsse gibt es zwei Restaurantangebote – das regionale Angebot mit „der steirischen Weinkuchl“ und das „Wine & Dine“ à la carte Angebot von Küchenchef Dominik Stolzer, wofür das Hotel erst kürzlich mit 2 Gault Millau Hauben ausgezeichnet wurde. Für jegliche Art von Veranstaltungen steht ein flexibles Veranstaltungszentrum, das

Sonnenterrasse mit Blick auf die Wein­gärten werden erfrischende Drinks und kleine regionale Spezialitäten geboten. Ab Frühjahr 2013 stehen zusätzlich eine 40 m² große Outdoor Sauna mit Blick auf die Reben und das Schloss Ehrenhausen zur Verfügung.

Ab November 2013 werden im LOISIUM Wine & Spa Resorts Südsteiermark, am Beginn der steirischen Weinstraße, hochwertige Detoxtage angeboten.

Das Ziel ist es eine Art Einstiegsversion in die Themen Yoga & Detox mit Ergänzungstagen anzubieten. Vor allem berufstätige Frauen und Managerinnen kann so ein Einstieg in Detox, Yoga und Meditation gegeben werden mit Anleitung für die weitere Umsetzung zu Hause und auch weiteren Fortsetzungsveranstaltungen im LOISIUM.

Wein-, Beauty- und Body-Behandlungen, als Highlight des LOISIUM Wein Spas, werden auf höchstem Niveau gemeinsam mit den Spapartnern AVEDA, VINOBLE und COMFORT ZONE angeboten. AVEDA Spa Behandlungen basieren auf Elementen der ayurvedischen Heiltradition. Sie wirken wohltuend auf Körper wie Geist und kombinieren duftende Blumen- und Pflanzenessenzen mit bewährten Entspannungsritualen. Mit dem regionalen Partner VINOBLE wurden spezielle LOISIUM Signature Treatments rund um das Thema Wein entwickelt. Ergänzend wird den Spagästen mit der Spamarke COMFORT ZONE eine sehr hochwertige, italienische Beauty-Marke für spezielle Anti Aging Behandlungen geboten.

Für kulinarische Entdeckungen zeichnen im LOISIUM Südsteiermark Küchenchef Dominik Stolzer und sein Küchenteam verantwortlich. 2012 erkochte der gebürtige Steirer für das neu eröffnete Design-Hotel zwei Hauben, nachdem er bereits 2011 für das Restaurant La Pura zwei Hauben sicherte. Der Autor des kürzlich erschienenen Kochbuchs „GourMed-Cuisine“ begeistert vor allem durch seine Neuinterpretationen regionaler Gerichte, die er mittels internationaler Einflüsse zu zeitgenössischen Highlights avancieren lässt.



Spa-Bereich in moderner Architektur

garten, der rund um das Hotel angelegt wurde. Maroni, Most, Wein, Brettljäusen in den zahlreichen Buschenschanken, versteckte Wander- & Radrouten, schmale gewundene Romantikstraßen entlang der Südsteirischen Weinrouten, das ist nur ein kleiner Teil wofür diese reizvolle Natur- und Kulturlandschaft steht. In wenigen Minuten erreicht man die Weingüter der bekanntesten südsteirischen Winzer wie Tement, Polz, Sabathi oder Gross. Auch das 2011 eröffnete Genussregal in der Vinofaktur, das von Kernöl bis zu Zotter Schokolade und Vulkano Schinken, einen perfekten Überblick über die Produkte der Steiermark zum Verkosten und Kaufen bietet, liegen in unmittelbarer Nähe, und nicht zu vergessen die beliebten grenzüberschreitenden Rad- & Weitwanderwege entlang der Mur.

Die Europäischen Kulturhauptstädte Maribor 2012 und die Steirische Landeshauptstadt Graz, mit zahlreichen

bis zu 150 Personen faßt, zur Verfügung. Die LOISIUM Vinothek bietet ausgesuchte Weine und Sekte aus der gesamten Steiermark. Gekonnt wird hier Wein in Szene gesetzt – von „private wine tastings“ in den 2 goldenen Wine Separeés bis zu Weinseminaren und Winzerabenden. Die persönlichen Weinfavoriten können in der Vinothek gleich zu „Ab Hof Preisen“ mit nach Hause genommen werden.

Herzstück des Weinhotels ist auch in der Südsteiermark das LOISIUM Wine Spa. 1.400 m² Fläche bieten einen wunderschön geradlinig designten Spabereich, 8 Behandlungskabinen, davon zwei Doppel-Spa Suiten, sowie zwei Saunen, zwei Infrarotkabinen, ein Dampfbad, einen großen, ganzjährig beheizten Outdoorpool mit Inneneinstieg und einen eigenen Relaxbereich, sowie eine Fitnesskompaktzone. Im Spa Living Room & Bar mit offenem Kamin und gemütlicher



Teigtascherl auf Sommerspaziergang von Küchenchef Dominik Stolzer



Alex Witasek, Dominik Stolzer
Gesunde Küche für Genießer
 GourMed-Cuisine
 Orac Verlag
 224 Seiten,
 € (A,D) 29,90
 ISBN: 978-3-7015-0542-5

Sein Spezialthema „Grüne Küche“ steht für interessante Aspekte eines genussvollen, gesunden Lifestyles.

Gleich neben dem Hotel und mit diesem direkt verbunden liegt die „LOISIUM Vinothek Steiermark“. Ganz in Goldtönen gehalten, soll sie den hohen Stellenwert des alten Kulturgutes Wein symbolisieren. Der integrierte Weinshop bietet sorgfältig ausgewählte, bekannte und unbekanntere Weine und Sekte aus der Steiermark zu Winzerpreisen, eine Degustationsbar und 2 Weinséparées. Mit der LOISIUM Vinothek Steiermark wurde eine regionale Erlebnisvinothek eröffnet, welche mit fachkundiger Sommelierberatung jeweils einen interessanten Auszug steirischer Winzer präsentiert. Ein hochwertiges Programm an Weinverkostungen und Weinseminaren bietet önologisch Interessierten eine vielfältige Palette der Inspiration.

Im ersten Stock des Vinotheksgebäudes befindet sich das 400m² große Konferenz- & Seminarzentrum mit freiem Blick auf die malerischen Weingärten. Drei Seminarräume für bis zu 150 Personen stehen zur Verfügung, ebenso wie 2 Board Rooms und die beiden Weinseparées für jeweils 10 bis 14 Personen.

Die Grünanlagen des LOISIUM Südsteiermark wurden nach den Entwürfen der innovativen Landschaftsplaner Robert Kutscher und Veronika Oberwalder angelegt. Ein Wasserbrunnen findet sich gleich neben der großen Birke vor dem Hoteleingang, ein Küchenkräutergarten,

Lavendeldächer über Restaurant und Spa, sowie ab 2014

ein kleiner Schauweingarten mit 3.014m², sind einige dieser Umfeldideen der Gartenplaner. Die Erzeugergemeinschaft „Erzherzog Johann Weine“, ein Zusammenschluss von 250 Weinbaubetrieben, übernahm die Anlage des neuen, 2,7 ha großen Weingartens und perfektionierte dadurch die Einbettung des Hotels in die Wein- und Naturlandschaft der Südsteiermark.

„Wir sind stolz, mit diesem neuen LOISIUM Wine & Spa Resort auch ein weiteres Landmark für die Südsteiermark und ihre Weine zu schaffen“, zeigt sich die geschäftsführende Gesellschafterin Mag. Susanne Kraus-Winkler erfreut. „Die Positionierung der Südsteiermark im Bereich eines ganzjährigen und nachhaltigen Weintourismus entspricht unseren Zielen und dem angestrebten Qualitätsanspruch. Wir freuen uns, dafür einen positiven Beitrag zu diesem Image leisten zu dürfen. Wir hoffen, dass dieser Ganzjahresbetrieb echte Auswirkungen auf die touristische Wertschöpfung und die Region haben wird.“

„Gemeinsam mit einem Team, das zu fast 100 % aus der Region kommt, wollen wir unseren Gästen ein besonders herzliches und individuelles Hotel- und Weinerlebnis in der Südsteiermark bieten“, verspricht der sehr engagierte Hoteldirektor Thomas Prenneis.

Teigtascherl auf Sommerspaziergang

NUDELTEIG

300g Weizenmehl
 100g Hartweizengrieß
 100ml Wasser
 6Stk Eidotter
 7g Salz
 Griffiges Mehl zum Verarbeiten vom Teig
 2Stk Eigelb zum bestreichen

Für den Nudelteig, das Mehl und den Hartweizengrieß in einen Rührkessel geben und mit dem Knethacken langsam zu rühren beginnen. Lauwarmes Wasser, die Dotter und das Salz dazu geben und den Teig bis er sich schön verbindet und zu glänzen beginnt kneten. Eine Stück Frischhaltefolie mit ein wenig griffigem Mehl bestreuen und den Teig darin einrollen und für ca. 2 Stunden zum Rasten in den Kühlschrank stellen.

FÜLLE

100g Bärlauchpesto
 50g frischen Bärlauch
 100g Magertopfen
 3Stk Eigelb
 Salz, Pfeffer

Für die Fülle, den frischen Bärlauch waschen und in feine Streifen schneiden. Alle Zutaten in einer Schüssel gut vermengen und mit den Gewürzen abschmecken. Kurz zum Rasten in den Kühlschrank geben.

Für das Herstellen der Tascherl, den Teig mit der Nudelmaschine oder einem Nudelholz ca. 2 mm dick ausrollen (Nudelmaschine und Arbeitsplatz mit griffigem Mehl bestreuen). Auf der Hälfte vom Nudelteig in regelmäßigen Abständen die Fülle portionieren und rund um die Fülle mit Eigelb bestreichen. Die andere Teighälfte darüber schlagen und mit den Fingern leicht am Rand andrücken. Mit einem runden Ausstecher die Fülle mit kreisenden Bewegungen noch einmal festigen und dann ausstechen. Die fertigen Tascherl in gesalzenem Wasser 5 Minuten kochen und durch gesalzene butter schwenken.

SORBET

600g Apfel
 150 ml Apfelsaft
 100 ml Weißwein
 50 ml Calvados
 150 g Feinkristallzucker
 1 Vanilleschote
 Saft und geriebene Schale von einer Zitrone

Für das Sorbet, die Äpfel entkernen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Den Zucker in einem Topf leicht karamellisieren, mit Calvados und Weißwein ablöschen. Die Äpfel, die Schale und den Saft der Zitrone und das ausgekrazte Vanillemark dazu geben. Das Ganze 3 Minuten köcheln lassen, mit einem Stabmixer pürieren und im Kühlschrank abkühlen. Danach in einer Sorbetmaschine zum Gefrieren bringen.

Fotos LOISIUM Wine & Spa Resorts

Infos:

LOISIUM Wine & Spa Resort Steiermark
 Am Schlossberg 1a
 8461 Ehrenhausen
 Austria
 Tel. +43 (0) 3453 28800
 buchen-steiermark@loisium.at
 www.loisium-suedsteiermark.at

Let's SPA!
 SPA(r)-Specials zur Premiere des neuen LOISIUM Hot-Spots in der Südsteiermark im Online-Reiseportal Spa-dich-fit Wellnessreisen
 Tel. DE +41 (0) 61 5880 229
 www.Spa-dich-fit.de



Lobby Corvinus Kempinski Hotel

Corvinus Kempinski Hotel in Budapest

mit neuem Social Lifestyle und Gastronomie Konzept

Klaus Lenser

20 Jahre gehört das Corvinus Hotel in Budapest zu den Flaggshippen der Kempinski Gruppe und zu den Luxus Hotels in Budapest.

Grund genug zu erkennen, dass immer das Bessere dem Guten nicht mehr genügt.

Nach langer Planung und einem mehr-

monatigen Umbau lässt sich feststellen, man kann es immer noch besser und schöner machen, der Umbau des Erdgeschoß mit Restaurant, Bar und Lobby ist eine architektonische Komposition mit modernem Charakter und sehr schönem Ambiente. Hell und praktisch ist die Lobby mit der 9 Meter hoher Decke und

den fließend in einander übergehenden Räumen zum Restaurant **ÉS**, der Bar und Rezeption und der Fashion Street. Beeindruckend aber nicht bedrückend.

Der Name des Restaurant ist Programm. **ÉS** heißt aus dem Ungarischen übersetzt nichts anderes als „und“. Will sagen **und** was erwarten sie sonst noch?



Restaurant ÉS



Tatsache ist, dass man alles was der Gast sich unter einem sehr gut geführtem Hotel Restaurant vorstellt im **ÉS** findet, entwickelt wurde das Konzept von dem in Europa berühmten Gastronomie Einrichter, der Zsidaí Gruppe aus Budapest.

Executive-Chef Roland Holzer und Creativ-Chef Zsolt Litauszki haben eine Küchenidee entwickelt die sich ganz der Verarbeitung organisch angebaute Produkte sowie aus biologischer Aufzucht stammende Tiere verpflichtet hat.

Ich will nicht in den sogenannten Gourmet Himmel aufsteigen und die 468zigste Version einer Foie Gras erfinden oder aromatisieren! so Roland Holzer und weiter: *Bei mir soll der Gast die Genüsse der österreichischen ungarischen Vielfalt erleben und schmecken wie leicht auch die sogenannte „schwere Küche“, sein kann.*

Umgesetzt wird das Konzept gemeinsam mit dem ungarischen Küchenchef Tamás Vajna.

Das **ÉS** ist ein vom Hotel räumlich unabhängiges Restaurant mit eigenem Eingang und einer schönen Terrasse für die sommerlichen Stunden, selbstverständlich erreicht man das **ÉS** auch von der Hotel-



Executive Chef Roland Holzer

Lobby.

Weinkenner finden eine Vielzahl lokaler, österreichischer und internationaler Weine die in der ungezwungenen Atmosphäre des **ÉS** zum verweilen einladen. Wie sagt der General Manager, Emile Bootsma über das **ÉS**:

ÉS ist eine typische Brasserie in der sich Einheimische und Hotel Gäste, zum Weintrinken, Smalltalks, oder auch nur zum Vergnügen in gemütlichem lockeren Ambiente treffen können.

Neues aus der Genuss-Welt

von Gour-med



Sommelier Viktor Erdödi

Weinkenner oder solche die es gerne werden möchten buchen, immer dienstags, die Weinseminare im Bistro **ÉS**. Dann werden unter fachkundiger Leitung des Sommeliers Viktor Erdödi Weine degustiert.

Die Weinverkostung gehört auch zum touristischen Programm vieler Flusskreuzfahrer die in Budapest anlegen.

Neu ist auch die Blue Fox Bar, ein gediegener Ort um gemeinsam oder auch allein einen Drink zu nehmen. Warmes Kobalt blaues Licht und dunkles Walnussholz vermitteln ein klassisches Clubgefühl.

Der unterhaltsame Barkeeper hat immer Zeit für ein Gespräch mit dem „einsamen“ Gast.

Eine Besonderheit, die es nach unserer Erfahrung nur im Corvinus Kempinski Budapest gibt, die Auswahl der Champagner. Hier werden nur Rosé Champagner serviert. Ein Angebot das weniger durch den Zeitgeist geprägt ist sondern mehr den Wünschen der Gäste Rechnung trägt. Durch seine Lage- das Corvinus liegt mitten im Zentrum von Budapest, ist das Haus eines der beliebtesten Luxus Hotels, nicht nur für Touristen auch für Kongresse und Businessmeetings, in der Stadt.

Budapest gehört zu den schönsten Hauptstädten in Europa, seine Pracht und Geschichte beeindruckt sehr. Man fühlt sich manchmal in die K & K Zeit versetzt, ja man wünscht es sich geradezu. Cafés Restaurants und viele Gebäude, nette freundliche Ungarn, das alles macht die Stadt so attraktiv.

Neues aus der Genuss-Welt

von Gour-med

bleibt zu hoffen, dass die derzeitigen politischen Verhältnisse sich nicht verschlimmern und die jetzige Regierung zu den Grundwerten der Demokratie zurück findet. Es wäre bedauerlich wenn man Budapest mit einem unguuten Gefühl besuchen würde.

Von diesen Verhältnissen spürt der Gast im Corvinus Kempinski Hotel aber nichts, ein Grund mehr die Schönheiten der Stadt und des Hotels zu genießen.



Fotos: Kempinski Hotel

Kempinski Hotel Corvinus
Erzsébet tér 7-8
1051 Budapest
Hungaria
Tel +36 (0) 1 429 37 77
Hotel.corvinus@kempinski.com
www.kempinski.com/budapest

Ungarisches Tourismus Amt
Wilhemstr. 61
D- 10117 Berlin
berlin@ungarn-tourismus.de
www.ungarn-tourismus.de

Bistro „ÉS“



Thunersee - Wellness und Kultur im 5-Sternehotel Beatus

Mediterrane Atmosphäre im Palmendorf Merligen - Schweiz

Anne Wantia

Seele und Körper vom Alltag befreien ist das Ziel, im Wellness & SPA Hotel Beatus am Ufer des Thunersees.

Dazu gehört Genuss, Kultur, Wellness und Entspannung! Diese Reihenfolge ist kein Ranking denn das gesamte Angebot des Hotels ist für die Leitung und Mitarbei-

ter Verpflichtung zur höchst möglichen Leistung um dem Gast einen unvergesslichen Aufenthalt erleben zu lassen. Schon die Lage des Hotels lässt erahnen was einen im Hotel Beatus erwartet. Idyllischer geht es nicht um sich rundum verwöhnen zu lassen.

Nur 15 min. von Interlaken entfernt liegt der kleine Ort Merligen, der den ehrenvollen Zusatznamen „Palmendorf“ trägt. Wohin man schaut, südlich-mediterranes Flair bestimmt das Ortsbild.

Der Park des Beatus Hotels ist mit seiner einzigartigen Flora eine Oase der Stille und Schönheit. Die Liegewiese, mit Strandkörben und einem kleinen Sandstrand, lassen schnell ein mediterranes Lebensgefühl aufkommen.

Was braucht man me(e)hr um Kraft und Energie zu tanken?

Der Thunersee bietet attraktive Abwechslungen, die Langeweile erst gar nicht aufkommen lassen. Eine Fahrt mit dem luxuriösen Floatboot des Hotels auf dem See bietet einen Blick auf die fantastische Bergkulisse mit Eiger - der mit seiner berühmt-berüchtigten Nordwand - Jungfrau und Mönch.

Diesen herrlichen Ausblick kann man von fast allen Räumen des Hotels, den Restaurants, den Zimmern und sogar aus der Sauna, genießen. Zudem hat man einen herrlichen Blick auf den gegenüberliegenden Hausberg, den „Niesen“, der mit seiner Form dem berühmten japanischen



Park-Idylle mit herrlichem Blick auf den Thunersee



Fuji ähnelt.

Seerundfahrten und Transfers auf und über den See sind ein beeindruckendes Erlebnis in einer filmreifen Kulisse.

Die kulturellen Angebote, über den ganzen Sommer, sind weit über die Schweiz hinaus bekannt und berühmt.

Vom 16. Juli bis 5. September wird ein ganz besonderes Highlight am Thuner See geboten. Das nur für die Thuner See-Festspiele geschriebene Musical



„Der Besuch der alten Dame“ nach - wer wohl sonst käme in der Schweiz in Frage - Friedrich Dürrenmatts Roman, steht in diesem Jahr auf dem Programm. Das ist Schweizer Kultur die man sich auf keinen Fall entgehen lassen sollte. Literatur- und Theaterliebhaber sollten sich schon jetzt einen Termin vormerken.

Zum Wohlgefühl und zur Urlaubsentspannung gehört aber auch die lockere und ungezwungene Atmosphäre, die im Hotel Beatus - nicht zuletzt dank der Präsenz von Hoteldirektor Peter Mennig - den Gast umgibt, geprägt von der berühmten - wer hat's erfunden? - Schweizer Gastlichkeit.

Die Besitzer Heiner Lutz und Laurenz Schmid haben mit dem Hotel Beatus einen Ort geschaffen, so wie sie sich selber wünschen Urlaub zu machen. Ein Refugium, an einem Ort, der zu den schönsten der Schweiz zählt.

Peter Mennig leitet die Geschicke des Hauses, immer im Blick, das Wohl des Gastes. Da ist es ganz normal, dass der Direktor höchstpersönlich und sehr charmant schon mal den vom Büfett ausgewählten Kuchen serviert. Die Herzlichkeit und die persönliche Zuwendung werden selbstverständlich vom gesamten Team getragen.

So einen herausragenden Service lieben die Gäste und genießen ihn.

In den verschiedenen Restaurants sorgt seit diesem Jahr Küchenchef Holger Schultheis mit einer frischen, saisonalen Küche mit Produkten aus der Region für das leibliche Wohl der Gäste. Holger Schultheis, letzte Station war Saas Fee, will es hier nochmals wissen. Und mit dem eingespielten Küchenteam wird es ihm sicher gelingen mit einer herausragenden Küchenleistung die Gäste zu verwöhnen. Von seinen Kompositionen



waren wir beeindruckt, genussvoll und aromatisch, fein bis elegant bestätigen, dass Holger Schultheis ein Meister in der Küche ist.



Küchenchef Holger Schultheis

Aussensportmöglichkeiten. Hinzu kommt ein tägliches, kostenloses Sport- und Gymnastikprogramm. Mit Gästebetreuer Volker lernen Wanderfreunde täglich neue Wege und interessante Touren kennen.

Das Wellness & Spa Hotel Beatus ist, nach unserer Erfahrung, der perfekte Ort um eine Auszeit zu genießen. Der nos-

rater Toilette, ausgestattet. Die W-LAN-Nutzung ist kostenlos.

Neben den Angeboten im Hotel kann man im nahen Ort Gunten Wasserskifahren oder Wakeboarden und die älteste Segelschule der Schweiz in Hilterfingen ist auch nicht weit entfernt. Sollte die Sonne sich mal nicht zeigen so lohnt auch ein Ausflug ins Tropenhaus nach



Köstlichekeiten vom Küchenchef

Wir wünschen ihm viel Glück und Erfolg an seiner neuen Wirkungsstätte.

Auf dem umfangreichen Frühstücksbuffet findet sich eine riesige Auswahl an allem was zu einem opulenten Start in den neuen Tag gehört. Der individuelle Service, der gerne besondere Gästewünsche erfüllt, wie frischgepressten Saft oder Eierspeisen à la minute, sorgt für eine freundliche „Starthilfe“ in den Tag.

Beim Wellnessangebot des Beatus, auf über 2000m², bleiben keine Wünsche offen. Der wellness erfahrene Urlauber findet alles was ein perfektes Angebot ausmacht. Na ja, das ist ja auch das erklärte Ziel der Gastgeber!!

Neben dem Thunersee laden das Erlebnis-Solefreibad mit 35° Wassertemperatur mit Sprudelliegen und der großzügige Innenpool zum Schwimmen ein.

Die Wellness-, Fitness- und Beauty-Möglichkeiten sind hier so umfangreich, dass es dem Gast nicht immer leichtfällt sich für die eine oder andere Verwöhnbehandlung zu entscheiden. Das kompetente und gut ausgebildete Team des SPA-Bereichs unter der Leitung von Jutta Unterberg hilft gerne bei der Auswahl. Die beiden Saunaparks „Classic“ und „Bamboo“ (im asiatischen Stil) mit den entsprechenden Ruheräumen sowie der Fitnessraum mit Ausdauer- und Kraftgeräten sind beliebte Alternativen zu den

talgische, aber nicht veraltete Charme dieses Schweizer Grand Hotels und das mediterrane Klima strahlen eine südländische Romantik aus.

Die großzügigen, eleganten Zimmer und Suiten haben alle einen Balkon mit Blick über den See und auf den Hausberg Niesen. Das Interieur ist geschmackvoll und mit freundlichen Farben gestaltet. Die Bäder sind komfortabel, meist mit sepa-

Frutigen. Neben tropischen Pflanzen und Früchten befindet sich hier die erste alpine Stör- und Kaviarzucht.

Kosten Sie von den Delikatessen, eine Gelegenheit original Schweizer Kaviar zu degustieren

Also dann

Bis bald im Beatus

Fotos: Anne Wantia, Hotel Beatus



Hotel Beatus
Wellness- & Spa Hotel
CH - Merligen am Thunersee
Tel. +41 (0) 33 748 04 34
www.beatus.ch
welcome@beatus.com

Elegantes Zimmer Interieur im Hotel Beatus



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



KUNST,
KULTUR

UND
GASTRO-
NOMIE

IN
SPANIENS
HAUPTSTADT

Madrid
hat viel zu
bieten.

Anne Wantia

Spaniens Hauptstadt Madrid steht an fünfter Stelle in der Beliebtheitskala bei den europäischen Städtetrips. Acht Millionen Besucher jährlich sprechen für sich. Kaum eine andere europäische Metropole bietet so viel Attraktionen und Aktivitäten. Über 85 Museen soll es geben, die genaue Anzahl ist schwer feststellbar, da auch kleine und private Kulturzentren dazugehören, einige Museen schließen und neue hinzukommen. Madrids Museumslandschaft ist vielfältig und ausgedehnt. Der Prado, Madrids bekanntestes Museum und eine der renommiertesten Galerien der Welt, ist allein schon eine Reise wert. Das grandiose Museum ist nicht nur wegen der Vielzahl der hier ausgestellten „alten Meister“ berühmt, Lage und Architektur sind wohl einmalig.

Im Gegensatz zum Prado sind im nicht weniger bekannten Centro de Arte Reina Sofia vorwiegend spanische Künstler des 20. Jahrhunderts vertreten. Liebhaber zeitgenössischer Kunst finden hier Werke u.a. von keinem geringeren wie Picasso, Miró, Dali und Kandinsky und viele andere berühmte zeitgenössische Maler. Das Museum, ein ehemaliges Krankenhaus, mit einem neuen modernen Anbau. Die Dauerausstellungen findet der Besucher in dem alten Teil des Gebäudes im 2. und 4. Stock. Hauptattraktion ist Picassos berühmtes Gemälde „Guernica“. Nicht nur durch seine Größe - 3,50m x 7,80m - ein beeindruckendes Werk. Der Meister prangert hier die Schrecken der modernen Kriegsführung an.

In dem Gebäude befindet sich auch eine der besten Buchhandlungen Madrids, La Central.

Ein weiteres Highlight ist die Sammlung Thyssen-Bornemisza in einem ehemaligen Adelspalast. Hier finden sich Impressionisten und Surrealisten neben deutschen Expressionisten. Mit über 1000 Werken aus der Zeit des 18. - 20. Jahr-

hunderts in der ständigen Ausstellung. Neben den vielen Museen - sie alle zu erwähnen würde den Platz sprengen - haben sich im Laufe der letzten Jahre neue Kulturzentren entwickelt. Ein alter Schlachthof wurde zum Matadero Madrid. Neben kulturellen Aktionen, Ausstellungen, Konzerten finden hier Kurse und Workshops für junge Künstler statt.

Zwischen Vergangenheit und Gegenwart wandelt man bei einem Spaziergang durch das Madrid der Habsburger (Barrio de los Austrias). Zwischen Puerta del Sol und dem Palacio Real (Königspalast) lässt es sich herrlich durch kleine

G ä s s -

chen, vorbei an beeindruckenden Häusern, Klöstern und Kirchen bumeln. Karl III. war ein großer Städtebauer und ihm ist es zu verdanken, dass Madrid sich schon im 18. Jh. von einem mittelalterlichen Erscheinungsbild in eine moderne Stadt wandelte. Zentrum des Viertels ist natürlich der Palacio Real - seit 1764 königlicher Wohnsitz - mit beeindruckender Fassade und prunkvollem Interieur. Rund 3000 Zimmer des Palastes sind zur Besichtigung freigegeben. Alle anzuschauen sprengt den Rahmen. Den König suchen Sie hier vergebens, der residiert mit seiner Familie außerhalb der Stadt, nur bei offiziellen Anlässen wird der Prunkbau genutzt.



Gleich neben dem Palast liegt die Kathedrale La Almudena, hier fand die Trauerzeremonie des Thronfolgerpaares Kronprinz Felipe und seiner Frau Laetitia statt.

Sehr beeindruckend und deshalb unbedingt zu empfehlen ist eine Führung durch das Teatro Real. Hier erlebt der Besucher bei einem Blick hinter die Kulissen, wie ein modernes Theater heutzutage funktioniert. Unmengen von Garderobe, Schuhen und sonstigen Requisiten werden hier auf's Penibelste gepflegt. Sollte es Ihnen gelingen eine der begehrten

Eintrittskarten des Teatro Real zu ergattern kommen Sie in den Genuss berühmte Darsteller in erstklassigen Aufführungen zu erleben.

Ein Besuch im Wahrzeichen Madrids, dem Cibeles Palast, darf auf keinen Fall bei einem Aufenthalt fehlen.

Einen 360° Panoramablick über das Herz der spanische Metropole hat der Besucher von der 70m hohen Dachterrasse des Cibeles Palastes. Ein Teil des Gebäudes wird als Rathaus genutzt, der größere Teil beherbergt heute das CentroCentro. Hier stehen Bürgern und Besuchern einzigartige Räumlichkeiten für Ausstellungen aller Art offen. Folgen Sie der „Wirbelsäule“ Madrids, dem Paseo del Prado, dem Paseo de Recoletos und dem Paseo de la Castellana



Restaurants fällt die Wahl nicht leicht. In den Bars und Restaurants trifft Traditionelles mit modernen Kreationen zusammen. In den Kochtöpfen wird das Beste aus den verschiedenen Regionen des Landes verarbeitet.

In mediterranen Ländern geht man wesentlich später zum Essen - mittags ab ca. 14 Uhr und abends meist nicht vor 22 Uhr - für Nordeuropäer sind diese Uhrzeiten gewöhnungsbedürftig.

Die aromatischen Genüsse sind so verlockend, dass man sich gerne den zeitlichen Gepflogenheiten anpasst. Wer früher Hunger hat, kein Problem, Bars und Cafeterias sind durchgehend geöffnet und locken mit den vielgerühmten Kleinigkeiten, den Tapas.

Im ältesten Restaurant der Welt (laut Guinness-Buch), dem „Botin“, nahe der Plaza Mayor, wird den Gästen, neben der üppigen Speisekarte - Spanferkel aus dem Backofen oder Lamm, die Spezialitäten des Hauses, serviert. Für Gourmets ein Köstlichkeit für die sie von weither anreisen. Ein ganz besonderes Ambiente in dem Lokal bieten die Tische im Kellergewölbe. Reservierung ist notwendig.

Tapas, Croquetas und mehr genießt man in lockerer Atmosphäre in der Gastrocroqueria de Chema. Der junge Küchenchef Chema Soler und seine Partnerin Maria Puyo betreiben das kleine Restaurant mit großem Erfolg. Sie servieren eine Vielzahl köstlicher kleiner Gerichte, die kulinarisch und optisch den Gaumen und das Auge verwöhnen.

Etwas ganz besonderes ist ein Abendessen in einer ehemaligen Kapelle. La Capilla de la Bolsa, ein Gebäude aus dem Mittelalter, einst genutzt von den sagenumwobenen Templern, wurde vor 20 Jahren als Restaurant umgebaut und ist beliebter Treffpunkt für Pärchen. Tolle Atmosphäre mit Livemusik. Vier Menus

in den Norden der Stadt und staunen über die vier avantgardistischen Wolkenkratzer. Einer, der Torre Repsol, wurde von dem bekannten Architekten Sir Norman Foster entworfen. Weitere Beispiele moderner Architektur für das Madrid des Jahrhundertwechsels sind z.B. das Terminal 4 des Flughafens Barajas, der Umbau des Reina Sofia oder das Gebäude des Caixa Forums.

Immer wieder locken Grünanlagen zum Verweilen und Ausruhen ein. Beliebt bei Einheimischen und Touristen ist der mitten in der Stadt gelegene und ursprünglich zum königlichen Vergnügen angelegte Retiro Park. Der Casa de Campo, einst königliches Jagdrevier, gehört heute zu den größten und schönsten innerstädtischen Parkanlagen Europas.

Durch die Verlegung einer mehrspurigen Autobahn entlang des Flusses Manzanares, unter die Erde, entstand ein zehn Kilometer langer Grüngürtel - Madrid Rio - der von den Einwohnern für die unterschiedlichsten Freizeitgestaltungen genutzt wird. Ein grünes Refugium in dem man herrlich spazieren gehen, Joggen, Radfahren und andere Freizeitvergnügen ausüben kann. Allein 32 Brücken und Stege verbinden die beiden Ufer des Manzanares. Die Madrilenen sind stolz auf diesen Park und sehen ihn als Vorbild für andere Weltmetropolen.

Dass der Sport, vor allem aber der Fußball, in Madrid mit großer Leidenschaft



gelebt wird, dafür sind die beiden Fußballclubs Real Madrid und Atlético Madrid verantwortlich. Bei einer Stadionführung durch das Bernabéu Stadion - nicht nur für Fußballfans interessant - kann man sich auf das Genaueste über die 100jährige Vereinsgeschichte der „Königlichen“ informieren. Alle Pokale sind zu bestaunen, sämtliche Spieler sind lebensgroß abgebildet, Videos von Spielen werden gezeigt und und und... Natürlich gibt es einen riesigen Shop in dem sich „wahre Fans“ für viel Geld mit Accessoires eindecken können.

Nach all den vielen Besichtigungen ist es an der Zeit sich den vielfältigen kulinarischen Möglichkeiten Madrids zuzuwenden. Wohin geht man nun? Bei ca. 3100



Restaurant La Capilla de la Bolsa

zur Auswahl. In der Capilla de la Bolsa spürt man den romantischen spirituellen Geist der Vergangenheit. Vielleicht ist das Restaurant gerade deshalb bei Pärchen so beliebt.

Klassisch französisch geht es im eleganten Restaurant El Mentidero de la Villa zu. Neben internationalen Spezialitäten wird der Schwerpunkt auf französische Küche fokussiert. Eine Exklusivität ist hier das Wagyu Beef vom Grill.

Tapas auf Niveau der Sterneküche, vom berühmten spanischen Koch Paco Roncero, genießt man im „estado puro“. Hier werden die berühmten Häppchen neu erfunden, kreativ, aromenreich, einfach verführerisch und köstlich, verleiten sie zum Weiteressen.

Was wäre Madrid ohne die beliebten Shopping Center der spanischen Warenhauskette El Corte Inglés, in zwei Häusern an der Castellana und an der Plaza del Callao, werden in großen Delikatessenabteilungen mit Kochstationen, die erstklassigen, frisch zubereiteten Speisen für den schnellen Snack angeboten - alles in bester Qualität. Grundsätzlich ist anzumerken, dass in allen mediterranen Ländern, insbesondere in Spanien sehr großer Wert auf frische, regionale Produkte gelegt wird.

Wer abends einen tollen Blick auf das nächtliche Madrid werfen will geht ins Espacio Gourmet (Plaza del Callao) eines der beliebtesten Restaurants und Treffpunkt für Familien und Freunde.

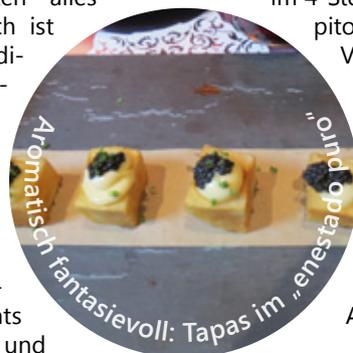
Madrid, ob rund um die jahrhundert alte Gran Via oder im Stadtteil Salamanca mit der berühmten Calle Serrano, überall ist Shopping auf hohem Niveau angesagt. Neuerdings sind die großen Geschäfte auch sonntags geöffnet. Gourmets werden von dem umfangreichen Angebot der Märkte San Miguel oder San Antón begeistert sein. Hier kann man nicht nur einkaufen, an den Ständen sind auch gleich Tapas, Wein und diverse andere kleine „KüchENZAUBEREIEN“ zu genießen.

Hotels gibt es in allen Größen und Preisklassen, von der Luxusunterkunft bis zur Jugendherberge, für jeden Geldbeutel gibt es das passende Angebot. Zentral oder lieber im Umland, die Gastfreundschaft der Spanier werden Sie überall spüren, egal für welches Haus Sie sich entscheiden. Bei unserem Besuch in Madrid haben wir im 4-Sterne-Hotel Vincci Capitol, direkt an der Gran Via gewohnt. Günstig gelegen, kurze Wege zu den Sehenswürdigkeiten, direkter U-Bahn-Anschluss vorm Hotel.

Also dann *Hasta luego*



Köstlich: Lachs Tapas im La Gastrocroqueteria de Chema



Aromatisch fantasievoll: Tapas im „estado puro“

Fotos: Anne Wantia

Info:
Turespana
www.spain.info/de
www.esmadrid.com

Restaurant Botin
Calle de Cuchilleros, 17
Tel. +34 (0) 91 366 4217
www.botin.es

Restaurant La Gastrocroqueteria de Chema
Calle Segovia, 17
Tel. +34 (0) 91 364 2263
www.gastrocroqueteria.com

Restaurant El Mentidero de la Villa
Tel. +34 (0) 91 308 1285
Calle Almagro, 20
www.mentiderodelavilla.es

Las Tapas de Paco Roncero
Tel. +34 (0) 91 330 2400
Plaza Cánovas del Castillo, 4
www.tapasenestadopuro.com

Restaurant La Capilla de la Bolsa
Tel. +34 (0) 91 521 8623
Calle De la Bolsa, 12
www.lacapilladelabolsa.com

Hotel Vincci Capitol
C/ Gran Via, 41
Tel. +34 (0) 91 521 8391
www.vinccihoteles.com

Schlemmen in Vancouver

Stefanie Bisping

Kanadas milder Westen

In Vancouver verstehen die Menschen zu leben. Sie sind sportlich, aktiv, stylish – und können sich deshalb leisten, viel Zeit mit Essen zu verbringen

Die Vorhänge des Betts rauschen zurück. Ein freundlicher Mensch baut auf, was mit dem Begriff Frühstück nur unzureichend umschrieben ist: zwei köstliche Küchlein aus Meeresfrüchten mit Sauerrahm, garniert mit hauchdünn gehobelten Trüf-

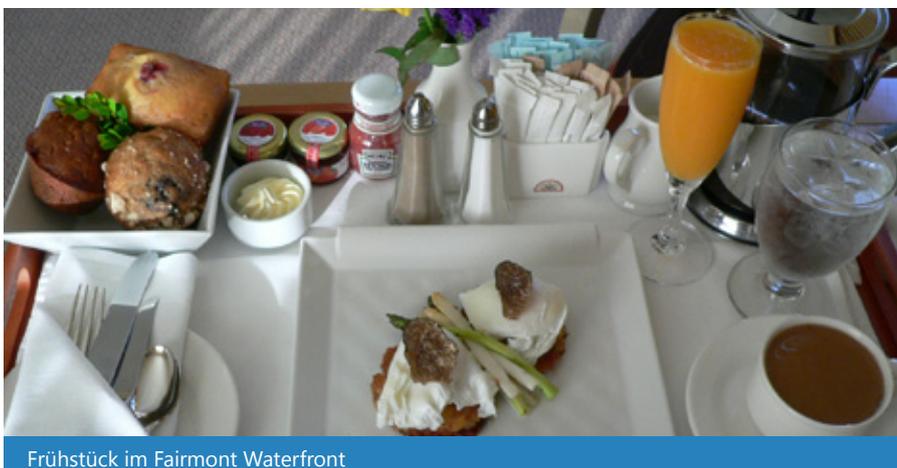
felscheiben, begleitet von grünem und weißem Spargel, dazu köstliche, hausgemachte Blaubeer-Muffins mit Butter und Marmelade, und, weil dies Nordamerika ist, ein Fläschchen Heinz-Tomaten-Ketchup. Daneben, als hätte sich die rote Soße nichts vorzuwerfen: Kaffee, Saft und ein Glas Champagner.

Es ist kein schlechter Start in den Tag, und dazu noch Landeskunde in ihrer angenehmsten Form. Denn die meisten Frühstückszutaten stammen vom nahen

Granville Island Public Market – und einige gar vom eigenen Kräuter- und Gemüsegarten des Fairmont Waterfront Hotels. Auf einem Terrassendach im dritten Stock gedeihen mehr als 60 Gemüse-, Obst- und Kräutersorten. Ohnehin ist es keine schlechte Idee, sich der Metropole British Columbias quasi mit dem Gaumen voran zu nähern. Denn im Leben der Bewohner Vancouvers spielen leibliche Genüsse eine große Rolle – auch wenn man das diesen sportlichen Menschen kaum ansieht.

Vor dem Fenster breitet sich der Hafen aus. Ein Kreuzfahrtschiff bricht nach Alaska auf, Wasserflugzeuge starten und landen. Kanadas Tor zum Pazifik ist lebhaft, betriebig und – sehr entspannt. Zwei Millionen Menschen leben hier, eine so multinationale Bevölkerung, dass man jeden Abend auf kulinarische Weltreise gehen kann, ohne die schöne Stadt verlassen zu müssen.

Schon ihre Lage ist berückend: im Norden Berge, im Westen das Meer, im Süden ragt der Kegel des Mount Baker im US-Bundesstaat Washington



Frühstück im Fairmont Waterfront

auf. Dazwischen liegt die Stadt, in der alle Menschen schlank sind und aktiv, tags geschäftig mit Kaffeebechern umherlaufen und noch nach der Arbeit aufbrechen zum Kayaking in der English Bay oder Skifahren auf dem Grouse Mountain, weil Vancouver so viel mehr bietet, als man an den Wochenenden schaffen kann.

Leibesertüchtigung ist die zweite große Leidenschaft der Bewohner Vancouvers. So ist es für Liebende nicht ungewöhnlich, das erste Rendezvous auf Rollerblades zu verbringen. Dass „Lulu Lemon“, eine Marke für Yoga-Kleidung, von hier aus einen weltweiten Siegeszug begann, ist kein Zufall. Jeder hier scheint im Yoga versiert – und auch wer keine Ahnung hat von Lotussitz und Sonnengruß, läuft im Yoga-Outfit umher, das Ausdruck des westkanadischen Way of Life ist.

Weil der Lebensstil entspannt ist, die Menschen Wert darauf legen, gesund zu leben, gut auszusehen und sich gut zu

weitgehend unbekannt, die Atmosphäre ist friedlich. „Wenn Terroristen nach Vancouver kämen, dann würden sie hier Urlaub machen“, witzelt Taxifahrer Bill und meint es ganz ernst.

Die Weltoffenheit lässt sich auch in der Markthalle auf Granville Island ablesen, wo sich Köstlichkeiten aus vielen Ländern türmen: italienisches Brot, französische Croissants, deutsches Rauchfleisch, Lachs aus Alaska, Austern aus dem Pazifik, grüne Chili-Schoten aus Thailand, dazu handgemachte Tortellini und Spinat-Gnocchi, frische Blaubeeren und Ingwerwurzeln.

Nächster Punkt bei der Erforschung westkanadischen Lebensstils: ins Freie streben, aufs Wasser oder auf einen Berg, Hauptsache: outdoors. Also: Auf dem False Creek mitten in der Stadt in ein Kayak steigen. An einem fetten Seelöwen vorbei bis zur English Bay paddeln. George Vancouver, der hier vergeblich nach einem

Dann aufwärts. Ein Abstecher auf den Grouse Mountain, Vancouvers 1100 Meter hohen Hausberg, den man winters für die schnelle Abfahrt nach der Arbeit aufsucht, lohnt auch in schneefreier Jahreszeit. Die dauert an der kanadischen Westküste recht lang, ist das Klima doch deutlich milder als im Herzen und im Osten des riesigen Landes. Am Beach Drive wachsen sogar ein paar Palmen.

Am Berg residieren zwei Grizzlies. Als verwaiste Jungtiere wurden sie in einem Gehege aufgezogen. Dort leben sie nun immerhin naturnah. Doch die echte Wildnis ist in Kanada niemals weit weg. Ein paar hundert Meter weiter oben quert ein wilder Grizzly gemächlich den Bergrücken. Kein Zaun hält ihn auf Distanz.

Zahmer geht es im Stanley Park zu. Zehn Kilometer lang ist der Rundweg um den Park, ein großer Teil des Wegs führt am Wasser vorbei. Einheimische erkennt man daran, dass sie ein Sportgerät bedienen, Cricket oder Rugby spielen. Der indische Teil der Bevölkerung lässt es ruhiger angehen und breitet auf dem Rasen Decken zum Picknick in der Sonne aus. Touristen lassen sich vor einer eindrucksvollen Kollektion von Totempfählen fotografieren – und immer wieder vor der Skyline der schönen Stadt am Ozean.

Der Geschmack der unbegrenzten Möglichkeiten

Schöner schlafen, besser essen: Vancouver schwört auf regionale Zutaten, multikulturelle Rezepte und entspannten Luxus

„Meinhardt Fine Foods“ in South Granville ist ein Lebensmittelgeschäft der Luxusklasse. Seine Popularität beweist, dass das Essen in Vancouver den Stellenwert hat, der kulinarischen Freuden in hochentwickelten Zivilisationen zukommt. Doch auch, wer lieber kochen lässt, hat unbegrenzte Möglichkeiten – schon weil die Natur zwischen pazifischem Ozean und unberührten Wäldern Kanadas Westen hochwertige und unverfälschte Produkte beschert.

Während bei Meinhardt hochwertige Lebensmittel aus aller Welt zu kaufen sind, hat sich die Gastro-Szene ganz der Regionalität und Saisonalität verschrieben. Gegenüber des Public Market auf Granville Island befindet sich mit dem



Granville Island Public Market in Vancouver

fühlen, nennt man Vancouver auch das kanadische Kalifornien. Auch wenn zwei Bundesstaaten und eine Staatsgrenze dazwischen liegen. Ganz weltoffene Westküste eben mit einer kanadischen Extraportion Toleranz obendrauf: Spannungen zwischen Rassen oder Nationen sind

Wasserweg zur Ostküste suchte, taufte die „englische“ Bucht 1792. Beim Paddeln gilt: immer schön rechts halten, denn es ist ganz schön was los auf dem Wasser. Und: Zwischendurch die Paddel sinken lassen und den Anblick der Stadt im Sonnenschein bewundern.

Bistro „Edible Canada“ eine Top-Adresse für innovative kanadische Küche. Hier wechselt die Karte mit den Jahreszeiten, nur die besten Produkte des Landes werden verarbeitet. So sorgt eine Seafood-Suppe mit fangfrischem Meeresgetier, Kokosnussmilch und Thai-Basilikum für freudvolle Momente, denen man recht gehaltvolle Spaghetti mit Bison-Fleischbällchen und Lardo von einer nahen Farm folgen lassen könnte. Derlei kulinarische Weltreisen entsprechen ganz der Formel westkanadischer Kochkunst: Zutaten aus naher Nachbarschaft mit asiatischen oder europäischen Traditionen zur New Canadian Cuisine zu verbinden.

Bei „West“, einem mit Preisen dekorierten, schön am Wasser gelegenen Restaurant, gibt es hervorragende Steaks und Wild. Dazu wählt der Gast die passenden Weine aus British Columbia. Denn auch

bei „West“ geht es – wie der Name des Hauses andeutet – um Zutaten, die keine lange Anreise hinter sich haben.

Egal, ob man fürs Picknick einkauft oder ausgeht: Immer sind Frische und Herkunft der Zutaten Thema lebhafter Erörterungen zwischen Kellner und Gast, Verkäufer und Kunde. So auch im Fairmont Waterfront Hotel. Chefköchin Dana Hauser wacht über den Gemüsegarten des Hauses. Zehn Vogelarten zwitschern im 700 Quadratmeter großen Dachgarten, in dem Gemüse, Obst und Kräuter gezogen werden. Im Restaurant werden die Erträge des Biogartens verarbeitet. Heute geht es mit einem Amuse bouche aus je einem Klecks Tomaten-Gazpacho und Avocado Sorbet los. Es folgen Carpaccio vom Lachs an Sommergemüse und Zitrone-Thymian-Gelee, in Butter geröstete Jungtaubenbrust mit karamellisier-

ten Zwiebeln, Trauben und Haselnüssen sowie Lamm an getrüffelten Gnocchi und Wildpilzen. Nach einer Platte diverser Käse aus British Columbia wird gefrorener Vanillejoghurt mit überbackenen Früchten gereicht. Dass man hier auch elegant schläft, versteht sich von selbst. Auch das Four Seasons Hotel verbindet verlässlichen Luxus mit kanadischer Entspannung – aber mitten in der Stadt. Die 160 Quadratmeter große, zweistöckige Prime Minister Suite öffnet fantastische Ausblicke. Wer nicht Premier ist, sollte sich wenigstens ein Sandwich zum „grab’n’go“-Lunch aus dem hauseigenen Restaurant „Yew“ leisten: liebevoll von Hand belegt zum Beispiel mit knackigem Salat, reifer Avocado, knusprigem Bacon und frischen Kräutern.



Fischmarkt in Vancouver

Tipps für Vancouver

Anreise: Lufthansa fliegt ab Frankfurt und München nach Vancouver

Herumkommen: In Vancouver ist es durchaus üblich, sich zu Fuß zu bewegen – zumindest innerhalb eines Stadtteils. Faustregel: Die Gegenden westlich der Main Street sind sicher. Die East Side ist dagegen ein bisschen schmutzilig.

Übernachten: Unmittelbar am Wasser bietet das „Fairmont Waterfront“ großartige Ausblicke auf Wasserflugzeuge und Kreuzfahrtschiffe im Hafen sowie kurze Wege zu Shopping und Museen. DZ ab 255 kanadische Dollar. Das Four Seasons Resort liegt mitten in der Stadt in einem Gebäude mit 30 Etagen; unten warten 100 Geschäfte auf Shopaholics, oben erwartet den Gast perfekter Service.

Übernachten:

Fairmont Waterfront
www.fairmont.com/waterfront

Four Seasons Resort
791 West Georgia Street
www.fourseasons.com

Schlemmen:

„C Restaurant“
1600 Howe Street
Tel. 604 681 1164
www.crestaurant.com

Restaurant „West“
2881 Granville Street
Tel. 604 738 8938,
www.westrestaurant.com

Edible Canada
1596 Johnston Street
Granville Island
Tel. 604 682 6681
www.ediblecanada.com

Allgemeine Auskünfte:
Canadian Tourism Commission
c/o Travel Marketing Romberg
Schwarzbachstr. 32
D-40822 Mettmann
www.hellobc.com
www.meinkanada.com

Fotos: Stefanie Bisping,
Fairmont Waterfront



Westkanadischer Lebensstil: Leben im Freien



Der Hafen von Vancouver



Blick auf das Fairmont Waterfront

Grand Kempinski Hotel in Shanghai eröffnet 18. Kempinski Hotel in China

Die Kempinski Hotel-Gruppe übernimmt ab sofort das Management des Gran Meliá Hotel Shanghai. Neben dem The One Executive Suites managed by Kempinski im Puxi-Distrikt, das Anfang 2012 eröffnete, verfügt Kempinski Hotels nun über zwei Luxushotels in Chinas kosmopolitischster Stadt – auf beiden Seiten des Huangpu Rivers. Insgesamt gehören damit 18 Hotels in China zum Portfolio der ältesten Luxushotelgruppe Europas.

„Mit diesem Hotel in Shanghai vertreten zu sein, ist ein Meilenstein für Kempinski in China und ein wichtiger strategischer Schritt für die Marke“, ist Michael Hensler, Regionalpräsident China von Kempinski Hotels, überzeugt. „Wir sind sehr stolz, jetzt zwei überaus attraktive, komplett unterschiedliche Häuser auf beiden Seiten des Flusses im Portfolio zu haben.“ Das Grand Kempinski Hotel Shanghai ist zentral im Lujiazui Finanz- und Handelsdistrikt von Pudong gelegen mit beeindruckendem Blick über den Huangpu und die Skyline von Shanghai. Beide internationalen Flughäfen, Pudong und Hongqiao, sind mit dem Wagen innerhalb von 45 Minuten zu erreichen. Und auch Shanghais Sehenswürdigkeiten wie der Pearl Tower, der Jin Mao Tower und



der Bund, das berühmte Uferviertel, befinden sich in fußläufiger Entfernung. Das Hotel verfügt über 678 Zimmer und Suiten, von denen die meisten den Bund und seine beeindruckende Skyline überblicken. Die Zimmer sind modern und zeitgemäß eingerichtet und zwischen 43 und 245 Quadratmetern groß. Vier Restaurants und drei Bars sorgen für das leibliche Wohl der Gäste und bieten neben internationalen Speisen, chinesische, italienische sowie spanisch-südamerikanische Küche.



Foto: Kempinski Hotel



Grand Kempinski Hotel Shanghai
Lujiazui Ring Road 1288
200120 Shanghai
Tel. +86 21 3867 8888
www.kempinski.com

Hotel Kaiserhof Münster

KULINARISCHE AKTIONEN

Erleben Sie den Kaiserhof kulinarisch und gönnen Sie sich exklusive, delikate Events mit dem in zahlreichen Restaurantführern gelobten Team des Gabriel's und Gourmet 1895! Besonders aus den Kochkursen in Münster nehmen Sie viele Tipps für Ihre private Küche mit. Alle Angebote gelten nach Verfügbarkeit. Eine Reservierung ist erforderlich. Aus Erfahrung empfehlen wir vor allem für die Kochkurse bei Chefkoch André Skupin, der ebenfalls das Sterne-Restaurant Gourmet 1895 leitet, rechtzeitig zu reservieren, denn diese erfreuen sich großer Beliebtheit!

- Kochkurse in Münster
- 30.06.13 - „Das Vermächtnis des Herrn Knigge“ (für Familien)
- 31.07.13 - Drachenexpedition inklusive Kochkurs für Kinder
- 09.11.13 - Kaisermenü „2. Akt“
- Weihnachten im Gabriel's
- Silvestergala im Kaiserhof
- KunstGenuss zur Mittagszeit
- Business Lunch
- Langschläfer - Frühstück
- Self Made: Cocktail-Stunde und Menü
- Krimi Dinner in Münster
- Weinproben

Foto: Hotel Kaiserhof

Hotel Kaiserhof GmbH & Co. KG
Bahnhofstraße 14
48143 Münster
Tel. +49 (0) 251 4178 635
www.kaiserhof-muenster.de



Lindner Congress Hotel Düsseldorf renoviert

Yachtfeeling auf festem Boden

Böden in Schiffsplankenoptik, Bullaugen im Badezimmer und die Nähe zum Rhein – ab Juni lässt es sich im Lindner Congress Hotel in Düsseldorf besonders stilecht logieren. In ihrem Jubiläumsjahr hat die Lindner Hotel AG ihr erstes Haus im Stil einer Sportjacht renoviert – eine Hommage an die Rheinstadt mit der berühmten Messe „die boot“. Dabei wurden hochwertige Materialien eingesetzt.

Thematisch könnte es nicht passender sein: Die vier renovierten Etagen des 4-Sterne-Hotels sind Bootsmarken wie Riva und Sunseeker gewidmet und die Flure entsprechend mit Bildern der exquisiten Schiffe dekoriert. Die Zimmer selbst wurden in Anlehnung an den Rhein und die Messe „die boot“ im Stil von Kabinen einer Sportjacht eingerichtet.

Gleich beim Betreten des neuen Hotelzimmers taucht der Gast in die elegante Atmosphäre einer Schiffskabine ein. Dafür sorgen Feinstein-Böden in Schiffsplankenoptik und die Jacht-Silhouette, die die Glaswand der Dusche und die Sofakissen ziert. Auch das Tageslicht-Bad mit abgerundeten Ecken und Badezimmerspiegel in Bullaugenform vermittelt ein Gefühl wie auf einer Jacht. Die Möbel in weißer Hochglanzoptik bilden einen eleganten Kontrast zu den Wänden mit dunklen Nussbaumholz-Paneelen. Eine pastellfarbene Wandverkleidung setzt den Schlafbereich hinter dem Bett ab und zaubert eine wohlige Stimmung. Das anthrazitfarbene Ledersofa rundet die Wohlfühl-Atmosphäre ab.

Lindner Congress Hotel
Lütticher Straße 130
40547 Düsseldorf
Tel. +49 (0) 211 5997-0
Fax +49 (0) 211 5997-339
info.congresshotel@lindner.de

Im rasanten Sportflitzer oder Cabriolet unterwegs

Exklusives Fahrerlebnis durch die Schweizer Alpen

Mit dem Arrangement „Open Air“ laden das **Tschuggen Grand Hotel in Arosa** und das **Hotel Eden Roc in Ascona** jetzt zum besonderen Fahrerlebnis in die Bündner Berge oder an den Lago Maggiore. Die Gäste buchen den Traumwagen ihrer Wahl innerhalb der Schweiz und dem benachbarten Deutschland. Der wird direkt nach Hause geliefert, von wo er nach der Tour auch wieder abgeholt wird. Ausländische Gäste buchen das Angebot ab Flughafen Zürich. Eine Vielzahl Luxus-Modelle von dieser Welt; vom rasanten Sportflitzer über das exklusive Cabriolet, von der Luxuslimousine bis zum edlen Oldtimer oder dem geländegängigen Kraftpaket, stehen den Gästen zur Verfügung.

Der Weg ins Tschuggen Grand Hotel nach Arosa verspricht viel Abwechslung, ist die Strecke doch besonders kurven- und panoramareich. Auf 1800 Meter angekommen, sorgt das luxuriöse Tschuggen Grand Hotel, eingebettet in das überwältigende Bergpanorama von Arosa, für die perfekte kleine Auszeit vom Alltag. Das Arrangement „Open Air“ im Tschuggen Grand Hotel in Arosa ist buchbar vom 5. Juli bis 20. Oktober 2013.

Foto: Tschuggen Grand Hotel

Tschuggen Grand Hotel
CH-7050 Arosa
Tel. +41 (0)81 378 99 99.
info@tschuggen.ch
www.tschuggen.ch



Relais & Châteaux und Sommelier-Union Deutschland küren den „Besten Sommelier Deutschlands“

Nervenkitzel mit Gaumengenuss:



Kulinarischer Höhepunkt des Jahres 2013 mit Weinliebhabern der Extraklasse: Am 13. Mai 2013 wurde im Hardenberg BurgHotel in Nörten-Hardenberg bei Göttingen anlässlich eines spannenden und festlichen Gala-Abends öffentlich und unter den fachkundigen Augen einer hochkarätigen Jury zum zweiten Mal in Folge der „Beste Sommelier Deutschlands“ auf internationalem Niveau gekürt. Die unabhängigen Veranstalter Sommelier-Union Deutschland e.V. und die exklusive Hotel- und Restaurantvereinigung Relais & Châteaux bringen bei diesem Wettbewerb mit Spannung und Genuss die Faszination des Sommelier-Berufes der Öffentlichkeit näher. Am selben Abend wurde das Finale im Rahmen einer festlichen Gala ausgetragen.

Begleitet wird der Abend durch ein einmaliges exklusives Menü von dem extra aus Kalifornien eingeflogenen Spitzenkoch Justin Cogley vom Relais & Châteaux l'Auberge Carmel, Grand Chef Relais & Châteaux und Sternekoch Holger Bodendorf vom Landhaus Stricker auf Sylt, den Sterneköchen Ingo Bockler vom Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus sowie Florian Hartmann vom Relais & Châteaux Die Sonne Frankenberg und von Katja Burgwinkel, Küchendirektorin vom Relais & Châteaux Hardenberg BurgHotel. Die drei besten Sommeliers haben ihr Können vor den Jury-Mitgliedern Thomas Sommer („Bester Sommelier Deutschlands 2011“, Relais & Châteaux Schlosshotel Lerbach), Alexander Kohnen IWI Bad Neuenahr, Christine Balais (Sommelière), Christian Frens Sommelier Consult, Nicole Retter Weinberaterin, Annemarie Foidl Präsidentin des Österreichischen Sommelierverband, sowie Silvia Buchholz-Lafer unter Beweis gestellt. Zum Halbfinale haben sich die Sommeliers Markus Berlinghof vom Hotel im Wasserturm in Köln, Stefanie Hehn (sie hat bereits beim ersten Wettbewerb vor zwei Jahren beim Wettbewerb teilgenommen) vom Restaurant Überfahrt, Tegernsee, Tommy Hergenhan vom Landhaus Eggert, Münster sowie Martina Kraemer-Stehr vom Gut Lärchenhof, Pulheim bei Köln qualifiziert. Ins Finale kamen:

Markus Berlinghof, Chefsommelier Lou-



Der Sieger

is C. Jacob, Hamburg. Der ledige Diplome Sommelier wurde am 12. Juli 1980 geboren. Sein Werdegang beinhaltet das Crowne Plaza Hotel, Heidelberg, Flusskreuz-

fahrt in Frankreich bei der Peter Deilmann

Reederei, Hotel Engiadina Ftan, Schweiz, Interlpen Hotel Tyrol, Österreich, Relais & Châteaux Park Hotel Weggis, Shangri-La's Villingili Resort & Spa, Malediven und das Grandhotel Schloss Bensberg. Er spricht Deutsch, Englisch und Französisch.

Sebastian Georgi, Chefsommelier Hotel im



Erstklassiger 2. Platz

Wasserturm, Köln. Am 18.11.1976 in Henningsdorf bei Berlin geboren, blickt der ehrgeizige Autodidakt auf 17 Sommelier-Auszeichnungen zurück. Sein Werdegang

beinhaltet Fischers Weingenuss und Tafelfreuden, Köln, InterContinental, Köln, Relais & Châteaux Schlosshotel Lerbach, Bergisch Gladbach, Georgi-Wein Am Rhein, Köln, Pinard de Picard, Saarwellingen. Er ist Vater eines Kindes, spricht fließend Deutsch und Englisch und etwas Russisch.

Tobias Brauweiler, Head Sommelier The



Der 3. Finalist

Ritz, London. Geboren am 24. Februar 1982 in Schwerte bei Dortmund, ist Brauweiler bereits 12 Mal bei Wettbewerben ausgezeichnet worden. Zu seinen bis-

herigen Stationen zählen: Lindner Parkhotel, Oberstaufen, Kempinski Hotel Gravenbruch, Kempinski Hotel Vier Jahreszeiten, Grande Roche Hotel in Paarl (Südafrika), Ellenborough Park LTD, Cheltenham, England. Der verheiratete Head Sommelier ist ehrgeizig, interessiert sich für Computer und spricht Deutsch und Englisch fließend und beherrscht die Grundlagen von Französisch und Spanisch.

Fotos: Michael Ritter

Relais & Châteaux
Tel. + 49 (0) 69-96 175 371 330
rc-deutschland@relaischateaux.com
www.relaischateaux.com

Picknick im Grünen mit Relais & Châteaux

Die kulinarischen und idyllischen Picknicks sind im Juni angesagt

Bereits zum dritten Mal feiert Relais & Châteaux die Rückkehr der schönen Jahreszeit mit köstlichen Picknicks im Grünen. Strahlende Sonne, blauer Himmel und grüne Wiesen laden zum Genießen ein. An den Samstagen und Sonntagen im Juni und Juli lassen Hotels und Restaurants die Tradition im Grünen wieder aufleben: Picknickkörbe voller Köstlichkeiten, zusammengestellt von Relais & Châteaux Küchenchefs mit Produkten aus ihrer Region - zum Preis von 45 Euro und kostenlos für die Kinder, ob mit Familie oder Freunden erleben und genießen – der Gedanke an das französische kulinarische Kulturerbe steckt in den Picknickkörben voller frischer lokaler und regionaler Produkte. Zum Entspannen im Grünen an einem magischen, von den Gastgeber ausgesuchten Ort, unter freiem Himmel, im Garten oder im Park weniger als 30 Minuten vom Haus entfernt. Einige Auszüge aus den Vorschlägen der Küchenchefs als exquisiter Vorgeschmack: Simsee Saibling auf einer Kapellenhöhe am Chiemsee (Relais & Châteaux Residenz Heinz Winkler, Aschau), Gefüllter Pfannkuchen mit Spargel und Schinken mit Blick über den Schwarzwald (Relais & Châteaux Villa Hammerschmiede, Pfinztal), Schwarzwälder Rauchschenken mit Laugenweckle an der Wiedenberghütte (Relais & Châteaux Restaurant Schwarzwaldstube, Baiersbrunn), Luftgetrockneter Frankenberg Schinken in den Ederauen (Relais & Châteaux Die Sonne Frankenberg, Frankenberg/Eder), Schinken, Salami und Wurst aus eigener Herstellung mitten im Schlosspark (Relais & Châteaux Hardenberg BurgHotel, Nörten-Hardenberg).



Tel. + 49 (0) 69-96 75 91 17
www.relaischateaux.com/juni

Infos:

Sommer am Brandenburger Tor

Das Hotel Adlon Kempinski eröffnet die neue Beluga-Terrasse

Es wird Sommer in Berlin und das Hotel Adlon Kempinski stimmt mit einem neuen Terrassenkonzept gebührend auf die schönste Zeit des Jahres ein. In Zusammenarbeit mit Beluga Vodka holt das Traditionshaus den „Russian Way of Life“ ans Brandenburger Tor und lädt Berliner und Touristen dazu ein, nicht nur den einzigartigen Blick auf die berühmte Sehenswürdigkeit, sondern auch ganz besondere Sommercocktails und kulinarische Spezialitäten zu genießen.

Adlon-Barchef Franz Höckner und Gregor Dill, Barkeeper der SRA BUA Bar, haben sich von diesen besonderen Produkten zu fünf erfrischenden Sommercocktails inspirieren lassen – so enthält der „Beluga Shot“ Zitronensorbet und Kaviar, während Passionsfruchtnektar und Himbeerpüree dem „Beluga Dreams“ eine erfrischend-fruchtige Note verleihen. Drei weitere Cocktails – natürlich alle mit Beluga Vodka zubereitet – runden das Angebot ab.



Sommercocktails mit einzigartigem Blick

Auch für das kulinarische Wohlbefinden ist gesorgt: Neben den Klassikern wie der Adlon-Currywurst oder dem Adlon-Clubsandwich bietet die Küche passend zum Kooperationspartner besondere Köstlichkeiten an. Weiterhin unter dem Motto „Beluga Vodka“ können die Gäste beispielsweise gleich drei Varianten des russischen Klassikers probieren: Blinis mit Kaviar, Crème Fraiche und Beluga Noble, Balik Lachs mit Brioche und Beluga Trans-

atlantic sowie geräucherter Heilbutt mit Dill Creme und Beluga Gold Line.

Die Terrasse des Hotel Adlon Kempinski wurde zu diesem besonderen Anlass vollständig neu ausgestattet: von Markisen über Tischdecken und Kissen bis hin zu Gläsern und Kerzen steht die gesamte Ausstattung im Zeichen von Beluga. Auch die Uniformen wurden angepasst, das Team trägt weiße Hemden sowie dunkelblaue Jacken oder graue Westen mit Schürzen und stimmt so zusätzlich auf das besondere Flair der Adlon-Terrasse ein.

Natürlich findet auch das bewährte Konzept der vergangenen Jahre seinen Platz: Die Moët Ice Impérial Lounge lädt wie gewohnt in einem gesonderten Bereich ein.

Die beiden Terrassen sind bei schönem Wetter täglich von 12 bis 23 Uhr geöffnet.



Beluga Terrasse

Fotos: Hotel Adlon Kempinski

Hotel Adlon Kempinski Berlin
Unter den Linden 77
10117 Berlin
Tel. + 49 (0) 30 2261 - 0
Fax + 49 (0) 30 2261 - 1061
www.hotel-adlon.de

www.globalhotelalliance.com

„PURA VIDA“ – „REINES/PRALLES LEBEN“: SEADREAM SETZT AUSSERGEWÖHNLICHE ASPEKTE

„Pura Vida“ – das reine/pralle Leben – SeaDream setzt diese Philosophie in seinen Reisen von November 2013 bis Januar 2014 an der Küste Costa Ricas auf besondere Art um. In Costa Rica wird mit diesem Ausspruch genussvolle Lebensart assoziiert sowie darauf hingewiesen die Momente des Glücks, ob groß oder klein, zu genießen. An Bord der SeaDream I wird die Philosophie „Pura Vida“ in Reisen umgesetzt, die ein besonderes Augenmerk auf Gesundheit und Wohlfühlen setzen.

Jeden Tag können die Gäste an Deck (oder wenn möglich am Strand) Sonnenaufgangs-Yoga und nachmittägliches Tai-Chi praktizieren und sowohl zum Frühstück, Mittag als auch zum Dinner ein köstliches Rohkost Menü genießen. Hier sind alle Speisen roh, biologisch und vegan und nichts wurde über 47 Grad Celsius erhitzt, um die gesunden Inhaltsstoffe zu erhalten. Gurkensaft und Weizengras verwandeln das Frühstück quasi in eine Detox Anwendung, frische Früchte und frisches Gemüse ergänzen jedes Mahl an Bord. Körperliche Aktivitäten wie Mountainbike-Touren, Gruppenwanderungen, Kajakfahren oder Stehpaddeln oder ein Besuch im Fitness Center mit außergewöhnlichem Ozeanblick ergänzen das „Pura Vida“ Angebot. Zusätzlich rundet das Spa Paket „Mind, Body & Spa“ den Yacht Urlaub in Costa Rica ab. Darin beinhaltet sind je zwei Massagen und Gesichtsbearbeitungen, eine Ganzkörperbehandlung sowie eine Maniküre oder Pediküre. Buchbar ist das Angebot für 650 US-Dollar und kann alleine genutzt oder geteilt werden – bei gemeinsamer Kabinenbelegung.

Christoper Alfaro Chaves, Costa-Ricaner und Naturwissenschaftler begleitet als kundiger Führer die SeaDream auf sämtlichen Reisen entlang der Küste Costa

Ricas. Das Land ist ein Naturparadies mit einer beeindruckenden Vielfalt an Tieren und Pflanzen. Allein 1.000 Schmetterlingsarten und 1.200 verschiedene Orchideen kommen hier vor. Wegen seiner aktiven Vulkane, seiner Nebel- und Regenwälder und der schönen Strände gilt es als landschaftlich reizvollstes Land Mittelamerikas. Bewegungsenthusiasten schätzen es als den Hotspot schlechthin für Sportarten wie Surfen, Wandern, Rafting, Canopying und Tiefseefischen.

Die Reisen können ab sofort bei allen bekannten Kreuzfahrt-Veranstaltern und Reisebüros gebucht werden.



Einige Höhepunkte auf den neuen SeaDream-Routen:

- Isla de Coiba, Panama – Der Coiba Nationalpark auf gleichnamiger Insel gehört zum Welterbe der UNESCO und ist einer der letzten Orte Mittelamerikas, in denen der hellrote Ara in großer Zahl vorkommt.
- Golfito, Costa Rica – Etwas abgelegen an der Grenze zu Panama liegt Golfito mit einem sehenswerten botanischen Garten und dem Nationalpark Piedras Blancas, in dem seltene tropische Pflanzen und zahlreiche Vogel-, Reptilien- und Säugetierarten vorkommen.

- Drake Bay, Costa Rica – Eine abgechiedene Bucht mit spektakulären Lagunen, ideal zum Schnorcheln und Tauchen sowie zum Beobachten von Buckel- und Killerwalen und verschiedenen Arten von Delfinen.
- Isla del Cano, Costa Rica – Ein Meeresschutzgebiet mit besonders reicher und farbenfroher Unterwasserfauna. Hier gibt es Seeschildkröten, Delfine, Stechrochen, Mantas, Muränen und viele andere Meeresbewohner zu entdecken.
- Quepos, Costa Rica – Weltweit einer der besten Orte für Sportfischer. Der Nationalpark Manuel Antonio ist die Hauptattraktion der gesamten Region. Die Gegend ist ideal für Sportarten wie Canopying, Reiten, Kayakfahren, Rafting und Surfen.
- Tortuga Islands, Costa Rica – Weiße Sandstrände und smaragdgrünes Wasser, absolute Ruhe – eine traumhafte Kulisse für SeaDreams Champagne and Caviar Splash™.
- San Juan del Sur, Nicaragua – Ein hübsches Fischerdorf mit strohgedeckten Strand-Restaurants. Ein beliebtes Ausflugsziel ist der Vulkan im nahegelegenen Masaya mit seinem Kratersee.
- Playa el Coco, Costa Rica – Die hufeisenförmige und von steilen Hügeln umrahmte Bucht gehört zu den beliebtesten Stränden des Landes – ein idealer Surf Spot mit pulsierendem Nachtleben.

Foto: Seadream

Infos:
www.seadream.com/voyages/region/costa-rica

Deutschsprachige Hotline für Touristen in Polen

Wer auf einer Reise nach Polen seine Dokumente verliert, medizinische Hilfe benötigt, eine Panne oder andere Probleme hat, kann sich an die deutschsprachige Touristen-Hotline wenden, die kostenlos Beratung bietet oder Hilfe organisiert.

Der telefonische Notruf ist in der Hauptreisezeit vom 1. Juni bis 30. September täglich von 8 bis 22 Uhr erreichbar, in den übrigen Monaten täglich von 8 bis 18 Uhr (außer an gesetzlichen Feiertagen). Die Festnetznummer lautet **0048-22-278 77 77**.

Per Handy ist die Hotline erreichbar unter **0048-608-599 999**. Für den Service werden nur die Tarife des jeweiligen Telekommunikationsanbieters fällig. Auskünfte gibt es auch per Skype unter cc@pot.gov.pl sowie per E-Mail unter cc@pot.gov.pl.

Der Dienst wird bereits seit 2002 von der Polnischen Tourismusorganisation gemeinsam mit der Polizei und dem Amt für Ausländer angeboten, um ausländischen Touristen den Aufenthalt in Polen zu erleichtern. Erstmals ist er in diesem Jahr auch verknüpft mit dem polnischen touristischen Informationssystem. Damit können bei Bedarf auch Informationen über Sehenswürdigkeiten sowie das nächstgelegene Hotel oder Restaurant gegeben werden.

Allgemeine touristische Informationen erteilt in Deutschland das Polnische Fremdenverkehrsamt.

Telefonischer Notruf
Festnetz Tel. 0048-22-278 77 77
Handy Tel. 0048-608-599 999
Skype: cc@pot.gov.pl
E-Mail: cc@pot.gov.pl

Polnisches Fremdenverkehrsamt
Kurfürstendamm 71
10709 Berlin
Tel. 030-210092-0
www.polen.travel

Rica Nidelven in Trondheim zum besten Hotel Norwegens gekürt

Die Leser der großen norwegischen Online-Zeitung *Nettavisen* haben entschieden: Das Hotel Rica Nidelven in Trondheim ist das beste Hotel Norwegens. Auf Platz zwei befindet sich das Oslo Plaza, auf den dritten Platz wählten die Leser das Farris Bad in Larvik an der Skagerrakküste.

Ausschlaggebend für viele der Stimmen war vor allem das außergewöhnlich gute gastronomische Angebot für Hotelgäste. Hier konnte das Rica Nidelven insbesondere damit punkten, dass es bereits sieben Mal hintereinander als Norwegens Hotel mit dem besten Frühstück ausgezeichnet wurde.

Foto: visitnorway

www.visitnorway.de
www.trondheim.no
www.rica.no



Fluss Nidelven in Trondheim

Das beste Restaurant Deutschlands gehört zur Althoff Hotel Collection

TOP TEN in der Welt

Joachim Wissler, Chef de Cuisine im Restaurant Vendôme im Althoff Grandhotel Schloss Bensberg, ist von Platz 23 auf Platz 10 in der gastronomischen Weltrangliste „World's 50 Best Restaurants“ aufgestiegen. Das Restaurant Vendôme hat es als erstes deutsches Restaurant unter die zehn besten Restaurants geschafft.

In unser Februar-Ausgabe diesen Jahres haben wir ein Portrait von J. Wissler veröffentlicht.

Foto: Schloss Bensberg

Infos:

Althoff Grandhotel Schloss Bensberg
Kadettenstrasse
51429 Bergisch Gladbach
Tel. + 49 (0) 2204 42-0
info@schlossbensberg.com
www.schlossbensberg.com/de

Althoff Hotel Collection
Aachener Straße 1348
50859 Köln
Tel. + 49 (0) 22 34 / 37 90 0
servicelounge@althoffhotels.com
www.althoffhotels.com



3-Sternekoch J. Wissler

Der internationale Wettbewerb „Koch des Jahres“ sucht die Kochtalente des Nordens

Letzte Station – Hamburg!



Die Gewinner

Die Suche nach den Besten führte den internationalen Wettbewerb „Koch des Jahres“ am 10. Juni in den hohen Norden. In Hamburg hatten acht Kandidaten die Chance, sich einen der beiden letzten Plätze für das Finale zu ergattern. Im spannenden Live-Wettkampf gilt es, die sternebesetzte Fachjury mit kulinarischen Kompositionen der Spitzenklasse zu beeindrucken. Auf der Anuga in Köln erwarten die beiden Gewinner neben der Aussicht auf den heißbegehrten Titel Preisgelder in Höhe von 26.000€. Diese acht Teilnehmer kochten um die beiden Finalplätze:

- **Enrico Back, 27**
GOURMETRESTAURANT „FRIEDRICH FRANZ“, HEILIGENDAMM: SOUS CHEF
- **Marco D’Andrea, 23**
KHH SÜLLBERG, HAMBURG: CHEF PATISSIER
- **Stefan Eder, 31**
WOHLFÜHLHOTEL EDER, ST. KATHREIN AM OFFENEGG: KÜCHENCHEF
- **Martin Grimmer, 28**
BAYRISCHES HAUS, POTSDAM: SOUS CHEF
- **Benjamin Pfeifer, 26**

RESTAURANT URGESTEIN, NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE: KÜCHENCHEF

- **Florian Prelog, 31**
CAFE RESTAURANT SACHER, INNSBRUCK: KÜCHENCHEF
- **Rainer Sarrazin, 32**
ARAMARK BETRIEBSRESTAURANT IM HAUSE VODAFONE CAMPUS, DÜSSELDORF: KÜCHENCHEF
- **Christian Singer, 27**
RESTAURANT TIM RAUE, BERLIN: KÜCHENCHEF

Als Sieger qualifizierten sich:

- 1. Platz: Enrico Back** mit seinem Assistenten **Marcel Ginder**
- 2. Platz: Christian Singer** mit seinem Assistenten **Christopher Wecker**

Ausserdem wurden diese Köche mit den Preisen der Sponsoren ausgezeichnet: **Marco D’Andrea** (Royal Meet Preis) **Stefan Eder** (Spirit of Competition, Unilever Foodsolutions) und **Benjamin Pfeifer** (Duckstein Brauerei Preis). Über die Gewinner des Vorfinales entscheidet die Fachjury aus den Spitzenköchen Thomas Bühner, La Vie (Osnabrück)

Daniel Chávez, Gastronomieberater (Hamburg) Miguel Contreras, TÜV Rheinland (Köln) Sebastian Frank, Restaurant Horváth (Berlin) Sarah Henke, Restaurant Spices, Grand Spa Resort A-ROSA Resort (Sylt) Jens Rittmeyer, Restaurant KAI3, BUDERSAND Hotel - Golf & Spa (Sylt) Dirk Rogge, Unilever Food Solutions (Hamburg) Christian Scharrer, Restaurant Buddenbrooks, Grand Spa Resort A-Rosa (Travemünde) Anna Sgroi, Restaurant Anna Sgroi (Hamburg) Heinz Otto Wehmann, Landhaus Scherrer (Hamburg) Otto Wimmer, Unilever Food Solutions (Wien).

Das Finale findet am 7. Oktober auf der Anuga statt.



Die Jury v.o.l. nach u.r. Thomas Bühner, Daniel Chávez, Miguel Contreras, Sebastian Frank, Sarah Henke, Jens Rittmeyer, Dirk Rogge, Christian Scharrer, Anna Sgroi, Heinz Otto Wehmann, Otto Wimmer

Infos:

Grupo Caterdata S. L.
Pressestelle “Koch des Jahres”
Carola Haug
Ludwigstr. 22
79104 Freiburg
Tel. +49 (0) 761 20 89 890
chaug@kochdesjahres.de
www.kochdesjahres.de

Red Spirit: Scharf aus Liebe und Leidenschaft zur Qualität

Inspiziert durch asiatische Handwerkskunst, gefertigt mit deutscher Genauigkeit und traditioneller Herstellungsweise unter Einsatz modernster Fertigungstechnologie.

In Asien spielt die Farbe Rot eine sehr wichtige Rolle. So symbolisiert beispielsweise der rote Kreis eine Sonnenscheibe, die als Sinnbild der Sonnengöttin steht. In asiatischen Ländern wie beispielsweise der Mongolei, China und Südkorea steht Rot für Fortschritt, Glück, Wohlstand und Wärme. Im europäischen Raum symbolisiert die Farbe Rot zusätzlich u. a. Begriffe wie Schärfe, Feuer, Hitze, Sinnlichkeit, Liebe und Leidenschaft.

Red Spirit Messer sind kompromisslos auf Schärfe ausgelegt. Die Klingen werden extrem schlank ausgeschliffen. Zusätzlich wird die Schneide poliert. Red Spirit Messer sind einfach zu führen und erzeugen einen exakten und sauberen Schnitt, wertvolle Aromastoffe bleiben in den Lebensmitteln erhalten.

Der runde, typisch asiatisch anmutende Griff des Messers liegt perfekt in der Hand und erfüllt optimal alle ergonomischen Anforderungen von Profiköchen und ambitionierten Hobbyköchen – ein besonders wichtiger Vorteil bei intensivem Gebrauch.

Diese Messertypen sind aus der Serie Red Spirit erhältlich:

1. Tourniermesser, 7 cm: Mit dem handlichen Messer schneiden und schälen oder richten Sie Obst und Gemüse an. Die geschwungene Klinge ist dem Schneidgut angepasst und ermöglicht effektives Arbeiten.

2. Officemesser, 9 cm: Kurz, wendig und scharf. Das Officemesser ist ein unentbehrliches Werkzeug in der Küche. Für Schälarbeiten, kleine Schneidarbeiten und Verzierungen.

3. Filetirmesser, flexibel, 18 cm: Die dünne, feine und flexible Klinge ermöglicht einfachstes Filetieren von Fisch und Fleisch sowie das Herauslösen von Haut und Gräten.

4. Kochmesser, 21 cm: Ein regelrechtes Allroundtalent – und damit eines der wichtigsten Messer des Kochs. Mit seiner spitzen, beidseitig geschliffenen Klinge eignet es sich besonders zum Zerteilen von Fleisch, Fisch und Gemüse, zum Plattieren von Fleisch und zum Hacken und Wiegen von Kräutern.

5. Santoku, 18 cm: Das traditionelle asiatische Kochmesser eignet sich mit seiner breiten, dünnen und äußerst scharfen Klinge ideal zum Zerteilen von Fleisch, Fisch, Gemüse und Kräutern. Dank des Kullenschliffs lassen sich weiche Lebensmittel wie Käse präzise schneiden ohne an der Klinge zu haften.

6. Usuba, 18 cm: Kochmesser für Gemü-

se, Kräuter und Obst. Jedoch nicht zum Zerteilen von Knochen geeignet.

7. Chinesisches Kochmesser, 18 cm: Das wichtigste Messer in der asiatischen Küche. Es eignet sich zum Schneiden von Gemüse, Kräutern, Salat, Obst und zum Zerteilen von Geflügel. Mit breiterem Klingenträger (Chopping) zum Zerteilen von großen Stücken Fleisch – insbesondere Geflügel – und zum feinen Hacken von Gemüse.

8. Brot-/Universalmesser, 26 cm: Die lange Klinge mit Wellenschliff schneidet saubere Brotscheiben ohne Flocken – selbst bei breiten Brotlaiben. Auch perfekt für größere Obstsorten wie Ananas oder Melonen geeignet.

9. Tranchiermesser, 21 cm: Wenn es um das Schneiden von rohem oder gekochtem Fleisch, Braten, Roastbeef oder Schinken geht, leistet das Tranchiermesser ganze Arbeit. Die glatte, dünne Klinge ermöglicht hauchfeine Scheiben, die Fasern des Fleisches werden nicht zerrissen.

Fotos: Friedr. Dick

Friedr. Dick GmbH & Co. KG
Esslinger Str. 4-10
73779 Deizisau
Tel. +49 (0) 7153 / 8 17 - 0
mail@dick.de
www.dick.de



Magnetblock: Der ideale Messerhalter

Backofen-Innovation von Oranier

Saubere Leistung: Selbstreinigende Backöfen brutzeln Speisereste einfach weg



Geruchs-Katalysator sorgt automatisch für frische Luft

Fettspritzer, verkohlte Krümel, festgebackener Käse – daran sollte man sich nicht mehr stören. Denn das Entfernen dieser Speisereste übernehmen jetzt die selbstreinigenden Backöfen von Oranier höchst persönlich. Alles, was beim Braten oder Backen übergelaufen, herausgespritzt oder danebengefallen ist, wird

einfach weggebrutzelt. Bei 500 Grad Celsius. Zurück bleibt nur noch ein Häuflein Asche, das sich leicht wegwischen lässt.

Während der Selbstreinigung wird zudem automatisch der Geruchs-Katalysator zugeschaltet, der dafür sorgt, dass unangenehme Gerüche und Essensdünste nicht mehr in die Küche gelangen können. Und obwohl im Inneren des Ofens sehr hohe Temperaturen herrschen, bleibt die vierfach verglaste und von innen extra belüf-

tete Cool-Door-Backofentür von außen handwarm. Man ist also auch sicher vor Verbrennungen.

Auch sonst bieten die modernen Einbaubacköfen – neben der glänzenden Aussicht auf viele leckere Gerichte – ganz neue Einblicke dahingehend, was deren raffinierte Zubereitung anbelangt. Die Spitzen-Modelle verfügen über bis zu 76 verschiedene Programme für praktisch jede Art des Kochens und Backens sowie des besonders schonenden Niedertem-

peratur-Garens. Dabei wird das Fleisch nur kurz angebraten, kommt dann bei höchstens 80 Grad in den Backofen und ist deshalb außen knusprig, innen saftig – und zart wie Butter.

Küchentechnik à la carte: Das Fünf-Gänge-Menü per Touch-Control

Ein „Speisenführer“ ermöglicht darüber hinaus die Vorauswahl nach verschiedenen Lebensmitteln wie rotes oder weißes Fleisch, Fisch, Gemüse, Kuchen oder Pastete. Danach werden das Gewicht der einzelnen Speisen oder die Art des Kochgefäßes erfragt und die genaue Garzeit berechnet. Programme mit Vollautomatik gehen noch einen Schritt weiter. Auf dem LCD-Display erfolgt per Touch-Control die Eingabe des gewünschten Gerichts: Pizza, Rinderbraten, Lamm oder Soufflé zum Beispiel. Danach wird nur noch das Essen in den Ofen geschoben und die „OK“-Taste gedrückt.

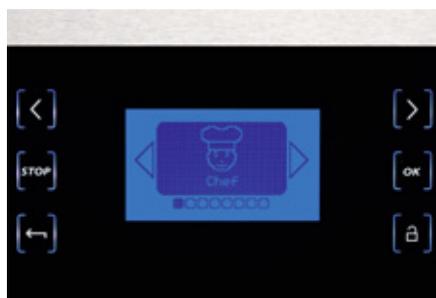
Weitere Informationen zum Braten und Backen unter www.oranier.com. Dort findet man auch Kochbücher mit vielen praktischen Tipps zu Garmethoden und Backzeiten und noch viel mehr leckeren Gerichten zum Nachkochen als Download.



Saubere Leistung: Selbstreinigender Backofen

Oranier Küchentechnik GmbH
Weidenhäuser Str. 1-7
35075 Gladenbach
Tel. +49 (0) 6462 923-710
info@oranier.com
www.oranier.com

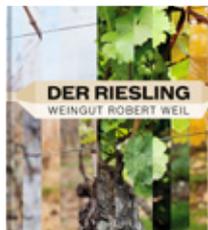
Fotos: Oranier Küchentechnik



Leichte Bedienung durch Touch-Screen



Heute: Ein fabelhaftes Buch über den Rheingauer Riesling und einen seiner Pápste. Die Alpenländler feiern das kulinarische Geschmackserbe der Berge. Und dann erklärt die kultige Sylter "Sansibar", wie man gastronomisch Partyfreuden entfesselt. Und schließlich illustriert ein amüsanter Almanach den Aufstieg der Frauen von der (weiblichen) Hausmannskost zur (männlichen) Kochkunst.



DENKMAL AUS PAPIER

Ralf Frenzel
**"Der Riesling.
 Weingut Robert Weil"**
 Tre Torri Verlag
 256 Seiten, 49,90 Euro
 ISBN 978-3-941641-88-4

Für den Preis dieses Buches könnte man bei dem Rheingauer Winzer Robert Weil auch gut zwei Flaschen von seinem Kiedricher Gräfenberg Riesling erwerben, und hätte sogar noch was gespart. Doch einen längeren Genuss verspricht dieser famose Band, der den jungen Welterfolg des deutschen Riesling beschreibt, und zwar an einem illustren Beispiel. Robert Weil, der jugendliche Fünfzigjährige, gilt als einer der erfolgreichsten Pioniere der neuen deutschen Riesling-Kultur. Schon 1989 startete er eine ungewöhnliche Qualitätsoffensive: Verknappung, Veredelung, Konzentration auf die besten Lagen und auch – antizyklisch – Preiserhöhungen.

Heute steht das hellblaue Etikett für eine Marke mit Weinen von einer besonderen Qualität. Die Geschichte der Weil-Familie und des Weingutes bis zur gegenwärtigen Generation wird in diesem Band von diversen Autoren kundig, doch nicht ohne Begeisterung beschrieben. Die Kapitel sind opulent bebildert. Wenn es Denkmäler aus Papier gäbe, dies wäre eins, für den Riesling und einen seiner Vollender: Robert Weil.



ERDKASTANIEN ODER ELSBEERE

Dominik Flammer, Sylvan Müller
**"Das kulinarische Erbe
 der Alpen"**
 AT Verlag
 368 Seiten, 78,00 Euro
 ISBN 978-3-03800-735

Wie muss man sich wohl den idealen Leser dieses Buches vorstellen? Ein Gourmet und Kulinariker sollte er sein, ein Liebhaber der Schweiz, mehr noch: der Schweizer (und Österreicher) und schließlich ein nostalgischer Anhänger der guten alten Zeit. Denn dieses Buch ist einerseits ein gigantisches Museum kulinarischer Archetypen: "Haben Sie schon einmal Erdkastanien geerntet oder Elsbeeren gepflückt?" fragt das Vorwort, von Lauchhederich und Teufelskrallen gar nicht zu reden. Das ist einerseits. Doch andererseits blicken den Leser dutzende von vertrauenerweckenden Alpenländlern und -ländlerinnen aus ganzseitigen Fotos an: Das sind die Züchter und Hersteller, die sich alter, vergessener Produkte angenommen haben. So ist das Buch andererseits eine Enzyklopädie der Wiederentdeckungen verlorengegangener Genüsse. Man tut dem Buch nicht Unrecht, wenn man seinen Informationswert über den Unterhaltungswert setzt. Es ist erkennbar verlässlich, sorgfältig gearbeitet, und viele Sponsoren waren dabei: das Schweizer Slow Food, Bio-Suisse, das Cheese Marketing und die Schweizer "Gastrosophinnen" – das könnte ein Standardwerk werden!



MIT ANEKDOTEN GESPICKT

Herbert Seckler
"Sansibar – Party-Küche"
 Südwest Verlag
 192 Seiten, 24,99 Euro
 ISBN 978-3-517-08852-5

Für Sansibar-Neulinge: "Wir verkaufen nicht Essen und Getränke, wir verkaufen Urlaub. Wir verkaufen Erholung und Freizeit. Und die Magie Sylt." So spricht der sympatisch gerundete Gründer und Wirt Herbert Seckler, der inzwischen wohl berühmteste Schwabe in Deutschlands Norden.

Sansibar ist inzwischen eine Marke geworden, mit etlichen Filialen, unter anderem auf der MS Europa, mit einem ansehnlichen Merchandising-Geschäft und Catering-Aktivitäten, etwa für Air Berlin.

Man vergisst darüber leicht, dass in der Sansibar zu allem Überfluss auch noch ziemlich exzellent gekocht wird: Axel Henkel, der weitgehend unbekannt Chef (Abbildung auf Seite 104), hat in diesem Buch seine Rezepte vorgestellt, italienisch-germanisch-panasiatisch, die Gerichte sehen noch besser aus als in natura, sie sind gespickt mit Anekdoten aus der berühmten Baracke, die Brigade ist allgegenwärtig, genau wie in der Realität.



LUKULLISCH, DOCH KEIN KOCHBUCH

Ilona Zubrod, Melanie Goldmann
"Hier kocht die Frau!"
 Gerstenberg Verlag
 192 Seiten, 24,95 Euro
 ISBN 978-3-8369-2757-4

Keine Angst, dies ist kein Kochbuch! Sondern eine fidele Geschichte der kochenden Frauen, von den Anfängen an bis zu den TV-Diven Cornelia Poletto und Sarah Wiener. Und dabei bleiben die Autorinnen durchweg gutgelaunt und gerieren sich nur sehr gebremst feministisch.

Tatsächlich standen ja am Anfang der Bewegung weibliche Kochbücher, die Frauen sollten sich am heimischen Herd bewähren: "Das fleißige Hausmütterchen" hießen solche Anleitungen (1860 bis 1960), Henriette Davidis wurde die berühmteste Autorin des 19. Jahrhunderts für "Kochkunst und Hauswesen". Sogar die Kinder wurden schon unterrichtet: das "Kochbüchlein für die Puppenküche" von Julie Bimbach erlebte von 1954 bis 1930 nicht weniger als 37 Auflagen. Selbst in der Neuzeit fing es ja noch an mit "Weiblicher Hausmannskost und männlicher Kochkunst", inzwischen, so dokumentiert dieser Band, gibt es ja auch reichlich weibliche Kochkunst (und männliche Hausmannskost). Das alles ist unterhaltsam dargestellt, mit vielen Zitaten, munteren Fotos und witzigen Illustrationen garniert, eben ein richtig lukullisches Lesebuch.

Spenden für Deutschland

»Um Menschen mit Körperbehinderung helfen zu können, benötigt der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. Ihre Unterstützung. Spenden auch Sie. 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



Neue außergewöhnliche Reiseführer MICHELIN Best of Elsass

Anna Enquist
Travel House Media GmbH
160 Seiten, 12,99 Euro
ISBN: 978-3-8342-8934-6

Das Elsass - idyllisches Fleckchen, im Wesen französisch, aber hier und da auch ein bisschen deutsch. Straßburg mit seinen modernen Parlamentsgebäuden ist einer der Dreh- und Angelpunkte Europas und im politischen Geschehen immer vorne dabei. Im Gegensatz dazu stehen der urtümliche Fachwerkbau der Region sowie die vielen kleinen Ortschaften mit ihren Weinhängen, die sich male- risch in die hügelige Landschaft einfügen. Selbstverständlich ist das Elsass als Genießerregion bekannt, hier kann man hervor- ragend Essen und Trinken.

„BEST OF“ heißen die neuen, außergewöhnlichen Reisebücher für die beliebtesten französischen Regionen. Die Bücher beinhalten das Wissen aus den roten MICHELIN Guides „Hotel- und Restau- rants“ sowie den Grünen Reiseführern, kompakt zusammengefasst und auf's Wesentliche konzentriert. Jeder Band enthält eine her- ausnehmbare Karte und die Extra-Rubrik „Best View“: Standpunkte für die schönsten Fotos und Videos. Die neue Reihe ist mit inter- aktiven QR-Codes für ca. 10 Hör-Features pro Titel ausgestattet.



Kenntnisreicher und bewegender Roman DIE BETÄUBUNG

Anna Enquist
Luchterhand Literaturverlag
320 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-630-87400-5

Monate nach dem tragischen Tod seiner Frau Hanna nimmt der Psychoanalytiker Drik de Jong seine Arbeit wieder auf. Doch der Weg zurück ins „normale“ Leben gestaltet sich schwierig für ihn. Denn Drik kann die Erinnerung an Hanna und das Leben mit ihr einfach nicht beiseiteschieben. Noch dazu gibt ihm Allard Schuur- man, sein erster neuer Patient, große Rätsel auf: Drik kommt nicht heran an den jungen Psychologiestudenten, der bei ihm die obli- gatorische Lehrtherapie macht.



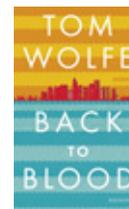
Erzählungen aus dem neuen Berlin Meine 500 besten Freunde

Johanna Adorján
Luchterhand Literaturverlag
256 Seiten, 18,99 Euro
ISBN: 978-3-630-87354-1

Die Protagonisten der Stories in »Meine 500 besten Freunde« sind ständig damit beschäftigt, etwas darzustellen, bestenfalls sich selbst. Es ist das Personal, das im Berlin von heute allabendlich die Tische in den teuren Restaurants bevölkert, wo dann manchmal, wenn alles passt, so ein Flirren in der Luft liegt. Kurz. Sie sind eitel, verzweifelt, an sich selbst berauscht, angestrengt, rührend und lächerlich – und sie gäben viel darum, irgendwie bedeutender zu sein.

Clash of Cultures unter karibischer Sonne Back to Blood

Wolfgang Müller
Blessing Verlag
768 Seiten, 24,99 Euro
ISBN: 978-3-89667-489-0



Die Freiheit ist nur 20 Meter entfernt für den kubanischen Flücht- ling, der sich auf den Mast einer Luxusyacht vor Miami geflüchtet hat. Aber dann wird er vor den Augen von Millionen Fernsehzu- schauern in einer spektakulären Aktion live verhaftet. Und das aus- gerechnet vom netten Nestor, einem Polizisten mit kubanischen Wurzeln, der unter den chauvinistischen Sprüchen seiner weißen Vorgesetzten leidet.

Commissario Montalbano träumt von der Liebe Die Tage des Zweifels

Andrea Camilleri
Bastei Lübbe
251 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-7857-2466-8



Im Fahrwasser einer Luxusjacht wird ein namenloser Toter ange- spült. Die mondäne Schiffskapitänin wirkt ebenso mysteriös wie ihre Besatzung. Aber das ist nicht der einzige Grund, weshalb Commissario Montalbano so häufig am Hafen von Vigàta anzu- treffen ist. Denn Salvo ist verliebt – und zwar in Laura, die Chefin der Hafenkommantatur. Doch wie sagt er's ihr? Und wie soll er hinter das Geheimnis des Toten kommen, wenn alle Zeugen tun, als wären sie stumm wie die Fische?

Nervengerendend spannend und hochaktuell Ziel erfasst

Tom Clancy
Bastei Lübbe
800 Seiten, 24,99 Euro
ISBN: 978-3-453-26826-5



Die Starbesetzung von Tom Clancy ist wieder da: Jack Ryan und John Clark sehen sich zusammen mit Jack Ryan jr. und dem übrigen Campus-Team der größten Herausforderung ihres Lebens gegen- über. Es droht nicht nur eine atomare Auseinandersetzung im Mitt- leren Osten. Der spannungsreiche Technothriller schließt unmittel- bar an »Dead or Alive« an, das große Comeback von Tom Clancy.

Gnadenlos spannender, dicht erzählter Krimi In der Brandung

Gianrico Carofiglio
Goldmann Verlag
288 Seiten, 17,99 Euro
ISBN: 978-3-442-31226-9



Ein Polizist mit einer dunklen Vergangenheit, eine Frau mit einer schweren Schuld und ein Mädchen in Gefahr.



Das Grauen hinter ländlicher Idylle Das Dorf der Mörder

Elisabeth Herrmann
Goldmann Verlag
480 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-442-31325-9

Ein grausamer Mord ereignet sich im Berliner Tierpark. Eine der Ersten, die am Tatort eintrifft, ist die junge Streifenpolizistin Sanela Beara: Ehrgeizig, voller Tatendrang und entschlossen, dem Fall auch gegen den Willen ihres Vorgesetzten auf den Grund zu gehen. Denn die Schuldige ist schnell gefasst - zu schnell, wie Sanela glaubt.

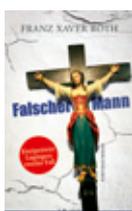


Ian Rankins knorriger Ermittler steht vor seiner größten Herausforderung

Mädchengrab

Ian Rankin
Manhattan
512 Seiten, 12,99 Euro
ISBN: 978-3-442-54722-7

Eigentlich ist John Rebus, ehemals Detective Inspector bei der Polizei in Edinburgh, in Rente. Doch statt untätig zu Hause zu sitzen, geht er nun in der „Cold Case“-Abteilung alten ungelösten Verbrechen nach. Als ihn eine Frau um Hilfe bittet, deren Tochter nach einer Silvesterfeier zur Jahrtausendwende nicht mehr aufgetaucht war, sieht es zunächst nach einem hoffnungslosen Fall aus. Bis sich herausstellt, dass im Lauf der Jahre immer wieder junge Mädchen in einem ähnlichen Gebiet verschwanden wie damals Sally Hazlitt.



Scurriler Provinzkrimi der Extra-Klasse

Falscher Mann

Franz Xaver Roth
Verlag Knaus
288 Seiten, 14,99 Euro
ISBN: 978-3-8135-0474-3

Über Bayern wölbt sich der Himmel blau-weiß, und in den idyllischen Vororten der Isar-Metropole ist die Welt noch in Ordnung. Von wegen! Im kleinen Ort Leuterding geschieht ein rätselhafter Mord, und plötzlich müssen sich alle an Dinge aus längst vergangener Zeit erinnern.



Hebt sich wohltuend ab vom Serienkiller-Einerlei

Dead End

Sharon Bolton
Manhattan
432 Seiten, 14,99 Euro
ISBN: 978-3-442-54715-9

Zwanzig Selbstmorde in fünf Jahren. Meist sind es junge Frauen, die sich auf höchst ungewöhnliche Art das Leben nehmen. Zuletzt versuchte die 19-jährige Bryony Carter sich zu verbrennen. Nicht nur die Polizei vermutet, dass irgendetwas an der ehrwürdigen Universität Cambridge nicht mit rechten Dingen zugeht.

Ein Sardinien-Roman Ein Drehbuch für Götze

Kersten Flenter & Thorsten Nesch
Satyr Verlag
448 Seiten, 14,90 Euro
ISBN 978-3-9814891-8-7



Das Glück kann so einfach sein: ein Wohnwagen, freies Essen und ein bisschen Taschengeld, dazu Sonne und Meer gratis. Mehr braucht Zipp nicht, der studierte Aussteiger mit Vorliebe für Rotwein und Machiavelli. Sogar eine Traumfrau hält die Insel für ihn bereit: Angelina. Dumm nur, dass ihr sein Lebenswandel nicht genügt. Sie verlangt einen Mann mit Ambitionen.

Ihr Leben scheint perfekt, doch ihre Vergangenheit ist eine Lüge

Wer einmal lügt

Harlan Coben
Page & Turner Verlag
448 Seiten, 14,99 Euro
ISBN: 978-3-442-20413-7



Ein großes, elegantes Haus in einem reichen Wohnviertel, ein teures Auto, zwei wohlgeratene Kinder: Megan lebt den perfekten amerikanischen Traum. Und nicht einmal ihr Ehemann ahnt, wer Megan wirklich ist. Denn einst verdiente sie sich ihr Geld als Stripperin in einem der übelsten Läden der ganzen Ostküste. Bis etwas Schreckliches geschah und die junge Frau in einer Nacht voller Blut und Grausamkeit die Flucht in ein anderes Leben ergriff.

Der fünfte Fall für Bruno, Chef de police

Femme fatale

Martin Walker
Diogenes Verlag
432 Seiten, 22,90 Euro
ISBN: 978-3-257-06862-7



In Martin Walkers fünftem »Bruno«-Roman geht es um Wasser: Um glasklare, gemütliche Flüsse im Périgord, auf denen statt Kanufahrern eine schöne nackte (leider tote) Frau mit einem satanistischen Tattoo heruntertreibt. Um undurchsichtige Finanzflüsse. Um ein Labyrinth prähistorischer Grotten und ein internationales Ferienresort an lauschigen Ufern.

So nicht, Mann! - Wie Frauen das Spiel um die Macht gewinnen

Das Arroganz-Prinzip

Peter Modler
Fischer Verlag
240 Seiten, 9,99 Euro
ISBN: 978-3-596-18433-0



Im Gegensatz zu Frauen nutzen Männer Sprache viel öfter als Machtinstrument, senden völlig andere Körperbotschaften und zeigen ein ausgesprochenes Revierverhalten. Diesen Machtdeemonstrationen begegnet Frau am besten mit Arroganz.

Erdbeeren - aber bitte mit Sahne!

Ganze 3,5kg Erdbeeren wurden pro Kopf in Deutschland 2012 verzehrt. (Deutschland; Statistisches Bundesamt; 2012). Das zeigt, dass die kleine rote Frucht ganz schön beliebt ist bei den Deutschen. Dass Erdbeeren aber noch gesünder sind mit Sahne, dass wissen die meisten nicht.

Erdbeeren - die rote Frucht mit unzähligen Pflanzenstoffen

Wer viele Erdbeeren isst, bleibt gesund. Erdbeeren stärken das Herz und die Muskulatur, machen unser Gehirn leistungsfähiger und schützen alle unsere Organe und Strukturen im Körper. Grund dafür sind die vielen Pflanzenstoffe und Antioxidantien, die in der Erdbeere enthalten sind. Catechin, Quercetin, Kämpferol, Beta-Karotin, Vitamin C, Lutein, Zeaxantin und viele mehr.



Dr. Wolfgang Feil

Wussten Sie, dass Erdbeeren mehr Vitamin C enthalten als Zitronen?

Erdbeeren - noch gesünder mit Sahne

Einige der Pflanzenstoffe in der Erdbeere können besser aufgenommen werden, wenn man sie mit Fett verzehrt, da sie fettlöslich sind, daher sollten Erdbeeren immer mit Sahne genossen werden. Hinzu kommt, dass in Sahne ebenfalls wertvolle Fettsäuren enthalten sind, die Ihre Membranen und Organe stärken. Besonders hervorzuheben sind hier die Palmitinsäure, welche das Herz stärkt und die Laurinsäure, die unerlässlich ist für ein starkes Immunsystem.

Schlank durch Erdbeeren mit Sahne

Erdbeeren sind ein wahrer Bringer für ein gesundes Gewichtsmanagement. Sie unterstützen nämlich einen konstanten Blutzuckerspiegel: Die Ellagsäure, welche sich in Erdbeeren befindet, verringert die Aktivität von Amylase. Das Enzym Amylase ist für die Kohlenhydratspaltung zuständig. Weniger Amylase-Aktivität bewirkt einen konstanten Blutzuckerspiegel und hilft daher bei einem optimalen Gewichtsmanagement.

Die Sahne unterstützt die positive Wirkung der Erdbeere auf den Blutzuckerspiegel indem der Fettgehalt dazu führt, dass die Erdbeeren langsamer durch den Magen gehen. Der Blutzuckerspiegel wird dadurch stabilisiert und man ist länger satt.

Tipp: Ein konstanter Blutzuckerspiegel ist nicht nur unerlässlich für ein gutes Gewichtsmanagement, sondern schützt auch vor Diabetes, Alzheimer, Krebs...

Genießen Sie Ihre Erdbeeren täglich

Die Dr. Feil Ernährungspyramide zeigt ebenfalls: Erdbeeren sind gesund und

dürfen mehrmals täglich genossen werden. In der Dr. Feil Ernährungspyramide wurden über 1000 Studien zusammengefasst um gezielt Empfehlungen für einzelne Nahrungsmittel zu geben. Auch hier wurde die Erdbeere ganz unten in der Pyramide eingeordnet, sie gehört also zur täglichen Basis-Ernährung.

Fotos: Dr. Feil

Mehr Infos zu diesem Thema:

Dr. Wolfgang Feil
Forschungsgruppe Dr. Feil
Ebertstraße 56
72072 Tübingen
info@dr-feil.com



Epilepsie-Präparat während der Schwangerschaft senkt IQ beim Kind

Experten warnen Mütter jedoch vor Absetzen des Medikaments

Nehmen Frauen während einer Schwangerschaft Valproinsäure, eines der am häufigsten verschriebenen Epilepsie-Medikamente, schadet das der Intelligenz der Kinder langfristig. Zu diesem Ergebnis kommt eine erste Langzeitstudie. Als Konsequenz warnt die Deutsche Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung (DGKN) jedoch davor, das Medikament einfach abzusetzen. Ein Neurologe müsse das Risiko individuell abschätzen, die Schwangere die Tagesdosis entsprechend herabsetzen und Folsäure einnehmen.

Epileptische Anfälle während der Schwangerschaft können der Mutter und dem ungeborenen Kind schaden und sogar lebensbedrohlich für beide sein. Gleichzeitig erhöhen Epilepsie-Medikamente das Risiko etwa für Fehlbildungen des Zentralen Nervensystems des Kindes und Lippen-Kiefer-Gaumen-Spalten. „Zudem bestätigt eine lang erwartete Studie jetzt den Verdacht, dass der Intelligenzquotient (IQ) des Kindes auch langfristig sinken kann, wenn die Mutter während der Schwangerschaft Valproinsäure nimmt“, fasst Professor Dr. med. Bernhard J. Steinhoff zusammen. Er ist Ärztlicher Direktor des Epilepsiezentrums Kork und Epilepsie-Experte der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung (DGKN).

Die Forscher hatten 224 Kinder epilepsiekranker Mütter bis ins Alter von sechs Jahren untersucht. Dadurch fanden sie heraus, dass der IQ der Sechsjährigen, deren Mütter während der Schwangerschaft Valproinsäure genommen hatten, im Durchschnitt um acht bis elf Punkte niedriger war als der IQ der Gleichaltrigen, deren Mütter eines von drei anderen Antiepileptika genommen hatten. Ähnliche statistische Zusammenhänge entdeckten die Wissenschaftler hinsichtlich der Sprachfähigkeit und der Gedächtnisleistung der Kinder. Die Schwächen der Kinder waren umso ausgeprägter, je

mehr Valproinsäure die Mütter zu sich genommen hatten. Die Forscher wiesen auch einen klaren Zusammenhang zwischen der Einnahme von Folsäure durch Mütter während der Schwangerschaft und einem höheren IQ ihrer Kinder im Alter von sechs Jahren nach.

Der DGKN-Experte Steinhoff empfiehlt daher, Epilepsie-Patientinnen im gebärfähigen Alter über die Gefahren durch Valproinsäure aufzuklären und solchen Frauen, die zum ersten Mal Epilepsie-Medikamente nehmen müssen, ein alternatives Präparat zu verschreiben. Vor allem aber rät Steinhoff zu Besonnenheit: „Schwangere, die Valproinsäure nehmen, sollten jetzt nicht in Panik verfallen.“ Das Schlechteste sei, das Medikament ohne Prüfung abzusetzen. „Das würde das Risiko für Anfälle markant erhöhen und könnte lebensgefährlich sein.“ Auch eine Umstellung auf ein anderes Medikament könne Probleme bedeuten. Vielmehr sollten Ärzte das Risiko individuell abklären und mit den Patientinnen entscheiden, ob die Umstellung auf ein anderes Medikament sinnvoll sei. Für Schwangere sei es aber auf alle Fälle ratsam, die Valproinsäure-Dosis unter 1000 Milligramm pro Tag zu senken. Auch in puncto Folsäure ist die neue Studie laut Steinhoff sehr bedeutsam: „Davor gab es nur wenige Daten, die belegen, dass es Vorteile hat, Folsäure während der Schwangerschaft zu nehmen. Die prophylaktische Gabe von Folsäure ist zu empfehlen“, sagt der DGKN-Experte.

Quelle: Lancet Neurol 2013; 12: 244–52, Published Online, January 23, 2013

DGKN,
Deutsche Gesellschaft für
Klinische Neurophysiologie und
funktionelle Bildgebung
Klinikum Darmstadt
Robert-Bosch-Str. 7
64293 Darmstadt
Tel. +49 (0) 6151/66 73-422
www.dgkn.de

Fortschritt bei Kampf gegen Alzheimer-Demenz Früherkennung lässt auf zukünftige Therapien hoffen

Die Alzheimer-Demenz kann in Zukunft weit vor dem Auftreten der klinischen Symptome diagnostiziert werden. Die Hoffnung auf zukünftig mögliche Therapien findet einen neuen Nährboden. Grund hierfür ist die Diagnostik der die Krankheit maßgeblich beeinflussenden Amyloid-Plaques. Die Positronen-Emissions-Tomographie (PET) ist in der Lage, diese Ablagerungen zu lokalisieren bevor die Alzheimer-Demenz sich in Ihren klinischen Symptomen darstellt.

Die Forschung an Therapien zur Behandlung der Alzheimer-Erkrankung konnte bis heute keine zukunftsweisenden Ergebnisse hervorbringen. Die Krankheit gilt bis heute als unheilbar. Mögliche Therapien konnten erst nach Diagnose der Erkrankung im fortgeschrittenen Stadium begonnen werden. Die Schädigung des Gehirns der Patienten hat sich in der Forschung hier schon als irreversibel herausgestellt. Die Diagnostik der Erkrankung in einem frühen Stadium der Erkrankung eröffnet den Forschern nun die Möglichkeit, Therapieoptionen weit vor einer umfassenden Schädigung des Gehirns zu prüfen.

Verein zur Förderung und Verbreitung der Positronen-Emissions-Tomographie (PET e.V.)
Otto-Stabel-Straße 2-4
67059 Ludwigshafen am Rhein
www.petev.de

ASV: Urologen fordern klare Regelung der Honorierung

Spezialfachärztliche Versorgung – Durchbruch in der Patientenversorgung?

Nachdem seit Jahren nahezu von allen Experten eine Aufhebung der Sektorengrenze und mehr intersektorale Kooperation gefordert wird, wurde nun vom Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) der § 116b SGB V unter dem Begriff **spezialfachärztliche Versorgung** neu definiert. Bisher war in diesem Paragraphen die Beteiligung der Krankenhausambulanzen an der ambulanten Versorgung im Sinne eines Wettbewerbsinstrumentes definiert, was in den vergangenen Jahren immer wieder zu Streit und Blockaden zwischen den Sektoren geführt hat. Leidtragende waren die Patienten, denn es konnte nicht gezeigt werden, dass sich die Versorgung durch dieses Instrument verbessert hat. Nun soll alles anders werden, indem ausdrücklich ein neuer intersektoraler Bereich definiert wird, an dem sich sowohl Vertragsärzte als auch Krankenhausambulanzen beteiligen und kooperieren sollen. Eine klare Regelung der Honorierung bleibt der Ausschuss aber schuldig.

Änderungen gehen für die beteiligten Leistungserbringer vor allem mit gemeinsamen Aufgaben einher, die in Zukunft noch umgesetzt werden müssen., erklärt Dr. Michael Stephan-Odenthal, Facharzt für Urologie und Geschäftsführer der Uro-GmbH Nordrhein, die etwa 90 Prozent aller nordrheinischen Urologen vertritt. So müssen vor allem intersektorale Kooperationen vertraglich definiert werden, die nach einer verpflichtend vorgegebenen Struktur von Teamleiter, Kernteam und hinzuziehenden Fachärzten organisiert sein sollen. Kooperationen seien zwar laut Stephan-Odenthal in vielen Bereichen der Republik durch gewachsene Verbindungen vorhanden, aber eben bisher nur selten in dieser zukünftig vorgesehenen Form tätig. „Zudem wird in

der ASV erstmals quasi verpflichtend ein Angebot für Patienten zur Teilnahme an Studien festgelegt. Auch hier müssen die Voraussetzungen vor Ort vielfach noch geschaffen werden.“

Ob dieser Mehraufwand sich auch im Honorar niederschlägt, ist bisher unklar. „Es war angedacht, dass dieser neue Sektor langfristig sogar mit einer eigenen Honorarordnung und ohne Mengenbegrenzung aktiv werden soll.“ Nun wird zurückgerudert. So wurden die medizinischen Inhalte im Vergleich zum alten §116 b deutlich eingegrenzt. Die Honorare sollten nach den bisherigen Überlegungen zunächst aus der Morbiditätsorientierten Gesamtvergütung (MGV) entnommen werden. Zukünftig sollte dann aber das Risiko einer steigenden Morbidität und damit steigender ASV-Kosten bei den Kassen liegen. Ausgerechnet dieser Teil wurde aber in dem neuen § 116 b nicht definiert. „Damit sollen die Leistungserbringer wie bisher erst einmal wieder in Vorleistung treten“. Stephan-Odenthal fordert deshalb: „Ohne eine klar definierte Finanzierung dieses Sektors, in der das Risiko von zukünftigen Mengen- und Kostensteigerungen eindeutig nicht wieder bei den Leistungserbringern hängen bleibt, wird es die ASV aber nicht geben“.

Als bisher größten Gewinner der ASV sieht Stephan-Odenthal im Übrigen die Bürokratie, denn mit der Einführung eines sogenannten Landesausschusses mit dessen Zulassungs- und Aufsichtskompetenzen würde neben den schon reichlich vorhandenen Regulationsgremien und Aufsichtsbehörden eine weitere „Behörde“ geschaffen, die Ressourcen verschlingt. „Dabei plädieren seit Jahren alle Verantwortlichen für Bürokratieabbau – und handeln wieder genau gegensätzlich.“



Dr. Michael Stephan-Odenthal

Uro-GmbH Nordrhein
Kaiser-Wilhelm-Ring 50
50672 Köln

Tel. +49 (0) 221/139 836 -55
Fax: +49 (0) 221/139 836 -65
info@uro-nordrhein.de
www.uro-gmbh.de

Leberkrebs richtig erkennen und behandeln

Neue S3-Leitlinie zum hepatozellulären Karzinom

Etwa 7500 Menschen in Deutschland erkranken jedes Jahr neu am Leberzellkarzinom, Männer zwei- bis dreimal häufiger als Frauen. Die neue S3-Leitlinie „Diagnostik und Therapie des hepatozellulären Karzinoms“ soll jetzt die Behandlung und Betreuung der Patienten verbessern. Der praxisnahe Handlungsleitfaden basiert auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Unter Federführung der Deutschen Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (DGVS) haben mehr als 100 Experten die Leitlinie erstellt. Die DGVS baut darauf, dass alle an der Behandlung von Menschen mit Leberkrebs Beteiligten die Leitlinie umfassend umsetzen.

Das hepatozelluläre Karzinom (HCC) ist weltweit die dritthäufigste tumorbedingte Todesursache. Bis vor einiger Zeit galt HCC als eine relativ seltene Tumorerkrankung in Deutschland. Inzwischen nimmt die Häufigkeit hierzulande und in anderen Ländern Europas jedoch deutlich zu, was mit einer steigenden Zahl von Leberzirrhosepatienten sowie der hohen Rate von Hepatitis-C-Neuinfektionen in den letzten vier Jahrzehnten in Zusammenhang gebracht wird. Etwa sieben von zehn Leberzellkarzinomen werden erst im fortgeschrittenen Stadium festgestellt, da insbesondere im Anfangsstadium der Tumorerkrankung keine typischen Symptome existieren. Wird das Karzinom erst spät erkannt, sind die Therapieoptionen häufig sehr ungünstig. Die Leitlinie widmet sich daher vor allem auch den Risiken und der Vorbeugung. Dem folgt eine ausführliche Darstellung der verschiedenen Diagnoseverfahren, der operativen und interventionellen Verfahren und der systemischen Therapien. In einem weiteren Kapitel beschreiben die Autoren mögliche supportive Therapien und beantworten palliativmedizinische und psychonkologische Fragestellungen.

Deutsche Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen e.V.
Olivaer Platz 7
10707 Berlin
www.dgvs.de

Parathormon zur Therapie eines Hypoparathyreoidismus?

Ein Hypoparathyreoidismus entsteht durch eine Unterfunktion der Nebenschilddrüse. Er kann die Folge einer Operation an der Schilddrüse sein, wenn zum Beispiel versehentlich die Nebenschilddrüsen mit entfernt werden. Zu wenig oder das Fehlen von Parathormon führt zu einem Kalziummangel, da dieses Hormon für einen konstanten Kalziumspiegel im Körper verantwortlich ist. Wenn der Körper zu wenig Kalzium hat, kann es zu Kribbeln, Prickeln, Jucken, Kälte- oder Wärmegefühlen und auch zu Muskelkrämpfen kommen. Zur Therapie setzten US-amerikanische Forscher nun versuchsweise rekombinantes humanes Parathormon (PTH) ein, da dieses jetzt durch Gentechnologie ausreichend verfügbar ist.

Rekombinantes humanes Parathormon (PTH) s.c. verbesserte bei erwachsenen Patienten mit Hypoparathyreoidismus die Elektrolythomöostase und war einigermaßen gut verträglich. Dies wurde am 2. Mai 2013 beim 22. Jahreskongress der American Association of Clinical Endocrinologists (AACE) in Phoenix, USA, vorge-tragen.

Rekombinantes humanes Parathormon (PTH) s.c. verbesserte bei erwachsenen Patienten mit Hypoparathyreoidismus die Elektrolythomöostase und war einigermaßen gut verträglich. Dies wurde am 2. Mai 2013 beim 22. Jahreskongress der American Association of Clinical Endocrinologists (AACE) in Phoenix, USA, vorgetragen (1,2). Eingangs wurde darauf hingewiesen, dass der Hypoparathyreoidismus die einzige endokrine Erkrankung sei, für die es keine anerkannte Hormonbehandlung gebe. Rekombinantes humanes Parathormon (1-84) sei zwar in Europa zugelassen, aber nur zur Osteoporosetherapie und nicht beim Hypoparathyreoidismus. In den USA ist es überhaupt nicht zugelassen.

Zur Zeit wird der Hypoparathyreoidismus mit Calcium und aktivem Vitamin D behandelt. Dies behebt nicht die zugrunde-

liegende Störung, sagte der vortragende Autor des 1. Teils der Studie, Prof. Bart L. Clarke von der Mayo Clinic, Rochester (1), welcher die Ergebnisse der REPLACE-Studie vorstellte, einer randomisierten, placebokontrollierten Multicenter-Untersuchung an 134 Hypoparathyreoidismus-Patienten. Nach einer Adjustierungsphase mit Stabilisierung des Calciumspiegels wurde den Patienten täglich Parathormon oder Placebo s.c. injiziert. Parathormon wurde von täglich 50 über 75 bis 100 Mikrogramm auftitriert. Dann wurden in beiden Gruppen Calcium und Vitamin D so angepasst, dass der Calciumspiegel im Normbereich verblieb. Primärer Endpunkt war eine 50%-ige Reduktion von Calcium und Vitamin D nach 24 Wochen. Dies erreichten 53% der Verum- und 2,3% der Placebogruppe ($p < 0.001$). Sekundärer Endpunkt war Unabhängigkeit von Vitamin D und ein gesunkener Calciumbedarf auf < 500 mg/Tag, was 43 % bzw. 5% erreichten ($p < 0.001$).

Prof. Dolores Shoback von der UCSF präsentierte die Sicherheitsdaten (2). Unerwünschte Nebenwirkungen wurden in der Verum- und Placebogruppe in 90 bzw. 96% registriert, schwere aber nur in 6 bzw. 5%. In der Verumgruppe erforderte eine Hypocalcämie, eine Krankenhausaufnahme. Unter den Nebenwirkungen, die in der Verumgruppe um 10% häufiger auftraten als unter Placebo, fanden sich Hypocalcämien (38% vs. 23%), Parästhesien (34% vs. 23%) und Hypercalcämien (21% vs. 18%). Nausea war in beiden Gruppen etwa gleich (21% vs. 18%).

Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie e.V.
Hopfengartenweg 19
90518 Altdorf
dge@endokrinologie.net
www.endokrinologie.net

MAGICA-Studie zeigt:

Kombinierte Gabe von K und Mg kann den Herzrhythmus stabilisieren

Dass eine ausbalancierte Kalium- und Magnesium-Versorgung die Basis für die physiologische Erregungsleitung in Muskel- und Nervenzellen bildet, ist unbestritten. Doch die beiden Mikronährstoffe vermögen weit mehr, wie die MAGICA1-Studie eindrucksvoll belegt: Die diätetische Behandlung mit einer K/Mg-Fixkombination kann Extrasystolen vorbeugen und den Herzrhythmus stabilisieren.

232 Patienten im Alter von 20 bis 75 Jahren waren in die placebokontrollierte, doppelblinde Multicenterstudie eingebunden. Als Einschlusskriterien galten eine Auswurfraction > 25%, mehr als 720 nicht lebensbedrohliche ventrikuläre Extrasystolen binnen 24 Stunden sowie physiologische Kalium- und Magnesium-Plasmaspiegel. Nach einer einwöchigen Placebo-Run-in-Phase erfolgte die randomisierte Zuordnung der Teilnehmer zur Placebo- oder zur Mikronährstoff-Gruppe mit 12 mmol K⁺ und 6 mmol Mg⁺⁺ täglich. Die Kontrolle mittels 24h-

Holter-EKG zeigte nach dreiwöchiger Einnahme eine signifikante Reduktion ventrikulärer Extrasystolen unter K/Mg. Dabei profitierten insbesondere KHK-Patienten, die noch keinen Myokardinfarkt erlitten hatten, von der Mikronährstoff-Kombination: Hier reduzierte sich die Anzahl der Extraschläge um die Hälfte.

Diätetische Option bei Herzrhythmusstörungen: Tromcardin® complex
Eine ausgeglichene Kalium- und Magnesiumbilanz kann also wesentlich zur Aufrechterhaltung der elektrisch stabilen Herzfunktion beitragen. Eine ebenso einfache wie sichere Möglichkeit, nutritiv auf Herzrhythmusstörungen Einfluss zu nehmen, ist die diätetische Behandlung mit Tromcardin complex®. Die ergänzende bilanzierte Diät ist nur in Apotheken erhältlich und enthält zusätzlich zu der Fixkombination von 12 mmol K⁺ und 6 mmol Mg⁺⁺ noch weitere herzaktive Mikronährstoffe: Folsäure und Vitamin B12 verbessern die endotheliale Dysfunktion², Niacin und Coenzym Q10 sind an der Energiegewinnung³ der Zellen beteiligt.

Für den kombinierten Einsatz sprechen aber nicht nur die Einzelwirkungen der Nährstoffe auf das Herz-Kreislauf-System, sondern auch synergistische Effekte⁴.

Fazit: Die kombinierte Gabe von 12 mmol K⁺ und 6 mmol Mg⁺⁺ kann ventrikuläre Extrasystolen signifikant reduzieren. Tromcardin® complex ist damit eine effektive Option, diätetisch auf Herzrhythmusstörungen Einfluss zu nehmen.

¹MAGICA (Magnesium-Potassium in Cardiac Arrhythmias) Zehender, M. et al. 1997

²Chambers, J. C. et al. Circulation 2000; 102: 2479-2483

³Accinni, R. et al. Nutr Metab Cardiovasc Dis 2006; 16: 121-127

⁴Morris, M. S. et al. Am J Clin Nutr 2007; 85: 193-200

Foto: Tromcardin complex

www.tromcardin.de





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

NORGINE KÜNDIGT EINFÜHRUNG VON SETOFILM® ONDANSETRON- SCHMELZFILM AN

Norgine kündigt die Einführung des oralen Schmelzfilms SETOFILM® mit dem Wirkstoff Ondansetron an.

Die Lizenz für SETOFILM® wurde im Dezember 2011 vom Lizenzinhaber APR Applied Pharma Research s.a. exklusiv an Norgine für Europa, Australien, Neuseeland, Südafrika, Nordafrika und für den Nahen Osten vergeben.

Bei SETOFILM® handelt es sich um das erste in Europa zugelassene verschreibungspflichtige Medikament in Form eines oralen Schmelzfilms.

SETOFILM® wird bei Erwachsenen und Kindern ab 6 Monaten zur Vorbeugung und Behandlung bei Chemotherapie-induzierter Übelkeit und Erbrechen (CINV) eingesetzt. Weiterhin wird es bei Erwachsenen zur Behandlung bei Strahlentherapie-induzierter Übelkeit und Erbrechen (RINV) eingesetzt. Es kann auch angewendet werden, um postoperativer Übelkeit und Erbrechen (PONV) bei Erwachsenen und Kindern ab 4 Jahren vorzubeugen und diese zu behandeln.¹ Das Medikament ist in einer Dosierung von 4 mg oder 8 mg erhältlich. Innerhalb weniger Sekunden löst sich der Schmelzfilm im Mund rückstandsfrei auf und wird, ohne Einnahme von Wasser, mit dem Speichel geschluckt.²

SETOFILM® ist eine eingetragene Marke der APR Applied Pharma Research s.a., welche exklusiv an die Norgine Unternehmensgruppe in der Europäischen Union lizenziert wurde. Produkt in Lizenz von APR Applied Pharma Research s.a.

Quellen:

1. Zusammenfassung der Produktmerkmale von SETOFILM® (Fachinformation). Norgine, 2013.

2. Reiner V., Giarratana N., Monti N. C. et al.: Rapidfilm®: An innovative pharmaceutical form designed to improve patient compliance. International Journal of Pharmaceutics 2010; 393; 55 – 60.

Norgine GmbH
Postfach 18 40
35007 Marburg/Germany
Tel. +49 (0) 6421 98 52 - 0
info@norgine.de, www.norgine.com

Nur wer fragt, wird klug FACHARZTGRUPPEN FÜR PHARMA TREND- BEFRAGUNG 2013 FESTGELEGT

Das Magazin Pharma-Barometer, Zeitschrift für Innovation und Nachhaltigkeit, fragt jedes Jahr Ärzte im Rahmen der Umfrage „Pharma Trend“, welche Arzneimittel sie für die innovativsten Produkte des Jahres halten. Und, welche pharmazeutischen Unternehmen für sie die Besten im jeweiligen Jahr waren.

Die beliebtesten Unternehmen werden dann mit der Auszeichnung „Die Goldene Tablette®“ ausgezeichnet. Die besten Produkte mit dem Preis für „Das innovativste Produkt®“. Diese Pharma Awards gehören zu den bekanntesten Auszeichnungen im Gesundheitswesen in Deutschland und werden in der Branche auch als „Pharma Oscar“ bezeichnet.

Seit dem Jahr 2000 werden bereits zum 14. Mal Ärzte verschiedener Facharztgruppen online und telefonisch befragt. Die Befragung erfolgt unabhängig und ungestützt bei ca. 1.500 Fachärzten aus verschiedenen Fachgebieten. Welche Fachärzte 2013 um ihre Einschätzung gebeten werden, ist nun festgelegt. Dieses Jahr werden die 10 Facharztgruppen Allgemeinärzte, Praktiker und Internisten, Dermatologen, Diabetologen, Gynäkologen, Neurologen, Onkologen, Ophthalmologen, Pädiater, Pneumologen und Urologen zu Ihrer Meinung zu den innovativsten Medikamenten und besten Pharmaunternehmen interviewt.

Die Allgemeinärzte, Praktiker und Internisten werden wie jedes Jahr die größte Gruppe der befragten Ärzte stellen. Da sie mit vielen der großen Volkskrankheiten in Berührung kommen, erwartet die Branche ihre Entscheidungen mit besonderer Neugier.

Die Gewinnerunternehmen und -produkte werden im September beim Pharma Trend Image & Innovation Award in München ausgezeichnet.

Eurecon Verlag GmbH
Frauenhoferstr. 18a
82152 Planegg
Tel. +49 (0) 89/89520 - 131
www.eurecon-verlag.de

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:
Media Agentur Klaus Lenser
Brockhoffstr. 4
48143 Münster
Tel.: +49 (0) 251 / 530 36 51
Fax: +49 (0) 251 / 530 36 53
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)
Armin Roßmeier (Fernsehkoch)
Anne Wantia (Reise)
Gunther Schnatmann (Reise)
Yvonne Hoffmann (Wein)
Jeannette Breitkopf-Schönhauser (Med-Recht)
Stefanie Bisping (Reise)

Layout:
Agneta Becker

Erscheinungsort:
48143 Münster

Der Online Bezug von ist **Gour-med** 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.

Let's SPA! Summer-Feelings: Spa Genuss in Austria



Top 1: In Vino Wellness!

3 Tage

Wein, Wellness & Design

LOISIUM Wine & Spa Resort Langenlois**S:** 2012 unter die 25 trendigsten Hotels in Europa gewählt, kommen Sie im mehrfach ausgezeichneten Designhotel in den Genuss von modernster Architektur, Wein & Wellness pur. Nur 70 km von Wien entfernt erwarten Sie im LOISIUM ein ganzjährig beheizter Außenpool sowie das erste „**AVEDA DESTINATION SPA**“ Österreichs auf über 3 Etagen. Während Sie im „Vineyard Restaurant“ kulinarische Köstlichkeiten genießen, warten in der Vinothek die besten Weine Österreichs auf Ihre Verkostung. Ein Besuch der „**LOISIUM Wein-Erlebniswelt**“ (g.G.) mit ihrem **900 Jahre alten Kellerlabyrinth** sollten Sie nicht versäumen.

Exklusives inklusive: 2 Ü/F in schönen Designer-Zimmern mit Balkon, 1 FI. Wein & ein kulinarischer Gruß zur Anreise, 2 x Vintage-Gourmet-Frühstücksbuffet od. Langschläfer-Frühstück, tägl. „Cakes & more“, 10% Wellness-Rabatt + **Gratis-Zimmer-WLAN**.



2 Ü/F nur € 199,-

(Komplett-Preis p.P. im DZ Prestige)

Reisezeit: bis 31.03.2014, Anreise täglich

DZ Prestige deluxe inkl. Extras p.P.	nur € 239,-
DZ Prestige zur Einzelbel. inkl. Extras	nur € 279,-
DZ Prestige deluxe, E-Bel. inkl. Extras	nur € 319,-
Verl.-Nacht im DZ inkl. Frühstück	ab € 85,-
Verl.-Nacht Einzelbel. inkl. Frühstück	ab € 125,-



Top 2: Lifestyle pur!

3 Tage

Wein & SPA-Genuss in der Steiermark

LOISIUM Wine & Spa Resort Südsteiermark**S, Ehrenhausen:** Inmitten der prachtvollen Weingärten einer der berühmtesten Weißwein-Regionen Österreichs, nur ca. 30 Pkw-Min. von Graz entfernt, erwartet Sie der neue **4-Sterne Hot-Spot der LOISIUM Familie mit einer spannenden Kombination von Wein, Spa, Lifestyle & Design**. Erlesene Weine, haubenprämierte Küche, außergewöhnliche Architektur, exklusive Wein-SPA-Behandlungen, Vinothek, **1.400 qm Sinnlichkeit pur im „LOISIUM Wine Spa“** mit wunderschönem SPA-Bereich, ganzjährig beheizter Outdoor-Pool & Weingarten-Liegewiese.

Exklusives inklusive: 2 Ü/F mit reichhaltigem Vintage-Gourmet-Frühstück. Welcome-Drink zur Anreise, 1 FI. köstlichen Wein aus der Steiermark & ein kulinarischer Gruß auf Ihrem Designzimmer mit „Free View Bad“ + gratis Highspeed-WLAN, **10% Wellness-Rabatt** sowie tägl. „Cakes & More“ - leckere süß-saure Schmäckerln am Nachmittag.



2 Ü/F nur € 199,-

(Komplett-Preis p.P. im DZ Prestige)

Reisezeit: bis 31.03.2014, Anreise täglich

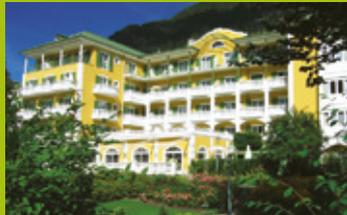
Suite Classic inkl. Extras p.P.	nur € 229,-
Suite Prestige inkl. Extras p.P.	nur € 263,-
DZ zur Einzelbelegung inkl. Extras	nur € 279,-
Verl.-Nacht im DZ inkl. HP p.P.	ab € 94,-

www.Spa-dich-fit.de - Ausgewählte Wellnessreisen zu allerbesten Preisen

+++ Service-Telefon: 07621 - 425 15 61 +++

Wir sind persönlich für Sie erreichbar: Mo - Fr: 9.00 - 19.00 Uhr, Sa + So: 10.00 - 18.00 Uhr

(Keine versteckten Kosten - Sie zahlen nur Ihren üblichen Telefonsatz - Angebote buchbar bis zum 15.08.2013, Verfügbarkeit vorbehalten, Eigenanreise)



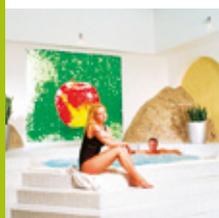
Top 3: 99% Weiterempfehlung!

3 Tage

Top Spa & Alpen-Wellness unter 5-Sternen

Grand Park Hotel Bad Hofgastein**S, Salzburger Land:** Das traditionsreiche 5-Sterne-Hotel liegt in einem der schönsten Erholungsgebiete Europas, direkt am Nationalpark Hohe Tauern (nur ca. 2,5 h/Pkw von München entfernt). **Viel Flair, herzliche Gastlichkeit, individueller Freiraum und die exquisite Gourmetküche** machen Ihren Urlaub rund. Ausgezeichnet vom **Relax Guide 2012 mit 2 Lilien & 15 Punkten in den Kategorien „Wellness, Beauty, Kur & Gesundheit“**.

Exklusives inklusive: 2 Ü/F + 1 HP als feines 5-Gang-Gourmet-Dinner od. als „Spa-Cuisine“ mit leichter Gesundheitskost als 1 x 2-Gang-Tagesmenü am Mittag + 1 x 3-Gang-Tagesmenü am Abend. 1 FI. **Sekt & Früchte** zur Anreise, GRAND SPA auf 2000 qm mit **Thermalwasser-Pool & Saunen + 1 x Gasteiner Radon-Wannenbad (Wert € 18,-)**, 15% Beauty-Rabatt, Gratis-Internet, bis **25% Greenfee-Rabatt** GC Gastein.



2 Ü/F + 1 HP nur € 229,-

(Komplett-Preis p.P. im DZ „Gamskar“)

Reisezeit: bis 22.12.2013, Anreise täglich

DZ „de luxe“ inkl. Extras p.P.	nur € 269,-
Studio / Suite inkl. Extras p.P.	ab € 289,-
EZ inkl. Extras	ab € 229,-
Verl.-Nacht im DZ inkl. Frühstück p.P.	ab € 86,-



Top 4: Opening-Special Kitzbühel!

3 Tage

Kitzbühel zum sensationellen Premiere-Preis

Q! Resort Health & SPA Kitzbühel**, Tirol:** Erleben Sie einen entspannten Aktiv- & Wellness-Urlaub im erst **Mai 2013 neu eröffneten 4-Sterne-Wellness-Resort**, mitten in Kitzbühel-Zentrum. Als Member of the „**Healing Hotels of the World**“ erwarten Sie frische, exquisite Speisen - **auch vegetarisch & rein vegan!**, gut gelauntes Personal, charmanter Lifestyle, Designer-Zimmer, ein spektakulärer Natur-Badeteich mit „XL“-Sommer-Liegewiese - direkt an der malerischen Ufer-Promenade, das exklusive „**Q!-SPA**“ mit Panorama- & Bio-Sauna, Dampfbad, Fitness-Studio sowie ein morgendliches **Aktiv-Programm** mit z.B. Yoga, Pilates, Nordic Walking oder „Aqua-Gym“ im Natur-Badeteich.

Exklusives inklusive: 2 Ü/HP mit **3-Gang-Gourmet-Dinner**, tagsüber gratis Obst im ganzen Hotel & kostenlos Tee im top-modernen „**Q!-SPA**“ mit Saunen, Dampfbad, € 20,- **Wellness-Gutschein** oder **20% Beauty-Rabatt**, Begrüßungsgetränk & „VIP“-Set. Kostenloses W-LAN in der Lobby.



2 Ü/HP nur € 149,-

(Komplett-Preis p.P. im DZ gehobene Kategorie „M“)

Reisezeit: ab sofort bis 02.10.2013 & ab 01.12.-20.12.2013, 10.03.2014 - 11.05.2014, Anreise tägl.

DZ „L“ inkl. Extras p.P.	nur € 169,-
Einzelzimmer inkl. Extras	nur € 229,-
Verl.-Nacht inkl. HP p.P.	ab € 75,-

Tippl! 8-Tage zertif. Basen-Fasten-Kur auf Anfrage!



Fair Play für Ihre Gesundheit

Etwa 35 Millionen Menschen in Deutschland
leiden unter Bluthochdruck.

www.hochdruckliga.de

