

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Sonderdruck aus www.gour-med.de Ausgabe 9/10 – 2014

WEINE AUS DEM
LIBANON III

MEERRETTICH
ODER KREN
Geniebertipp von Armin
Roßmeier

TEXEL
Insel Kulinarik

OBERSTAUFEN II

TRAUBE
TONBACH
Fernöstliches
im Schwarzwald

A-ROSA STELLA
Auf der Route
Méditerranée

CHICAGO
Fine Dining in Chicago
Restaurant ZED 451*

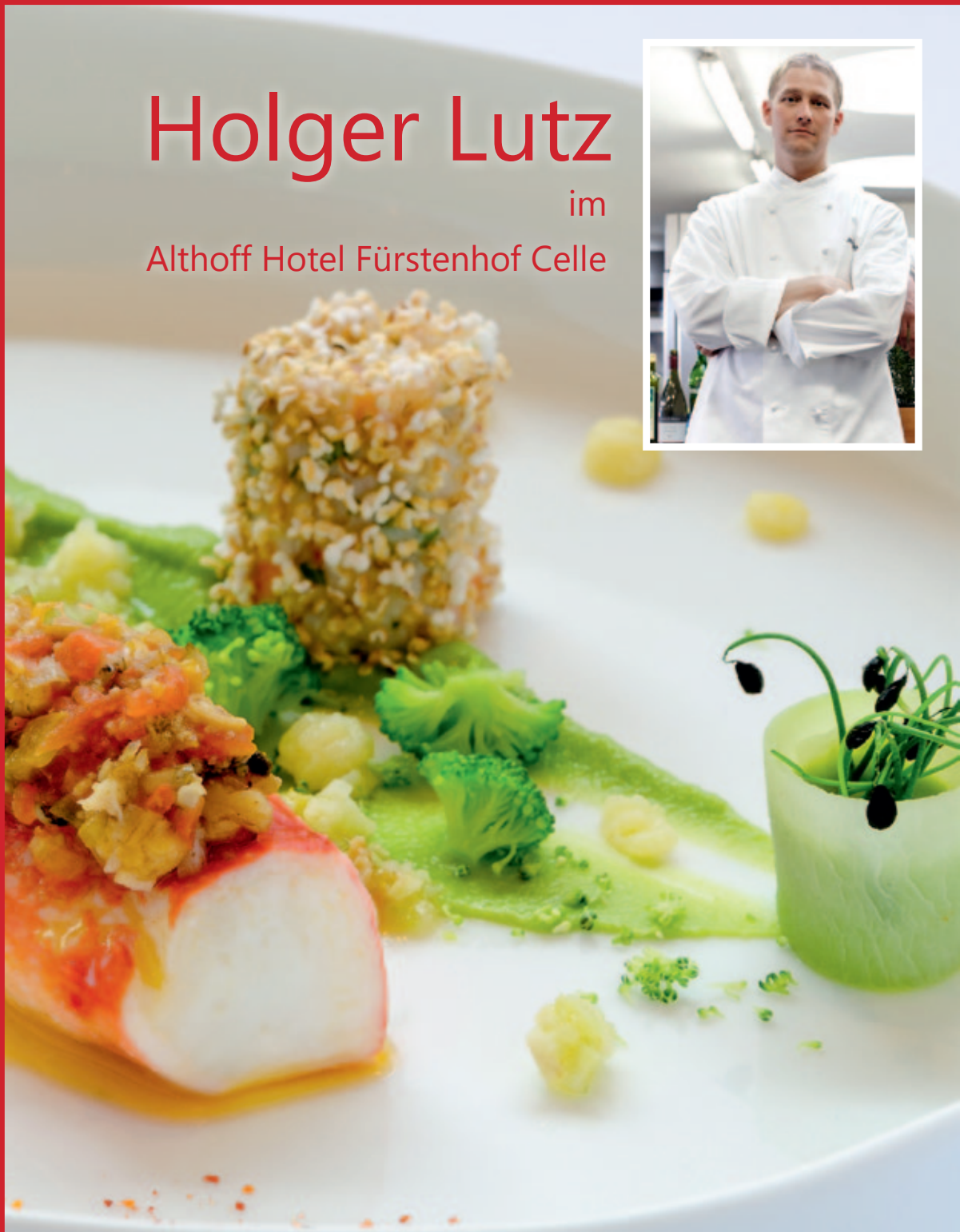
Gour-med
Getestet und empfohlen

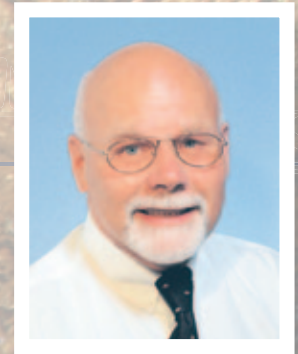
9/10 – 2014
33. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575

Holger Lutz

im

Althoff Hotel Fürstenhof Celle





Liebe Gour-med - Leser,

Der Herbst hat uns mit seinem „goldenen“ Wetter versöhnlich gestimmt. Herrliche Sonnentage mit sommerlichen Temperaturen haben uns neue Energie für die Winterzeit gespendet. Die Weinlese war ein Erfolg, die Winzer prognostizieren einen guten bis sehr guten Jahrgang. Freuen wir uns darauf.

Gefreut hat sich auch Horst-Dieter Ebert über die kulinarischen Feinheiten die er im Althoff Hotel Fürstenhof in Celle genießen durfte. Nicht nur im Gourmetrestaurant „Endtenfang“ bei Küchenchef Holger Lutz hat er fürstlich gegessen, ebenso das zum Hotel gehörende italienische Restaurant „Palio“ hat seinen Gaumen verzaubert. Unser Autor ist der Meinung dieses Restaurant ist eines der besten italienischen Häuser in Norddeutschland.



Natürlich hat Horst-Dieter Ebert wieder einen Ausflug gemacht, dieses Mal mit Air Berlin und er hat seine Buchempfehlungen für Sie mitgebracht.

Die passenden Weine, Winterzeit ist Rotwein Zeit – warum eigentlich? – stellt Ihnen unsere Sommerliere Sylvia Dankbar von Aans vor. Wieder Weine aus dem Libanon, dem Land der biblischen Weine.



Leider wird Sylvia Dankbar von Aans sich zukünftig anderen Aufgaben zuwenden, wir bedauern das sehr und wünschen ihr alles Gute für die Zukunft.



Unser langjähriger Autor Armin Roßmeier liefert, zuverlässig wie immer, gesunde Ernährungstipps.

Köstlich, wohlschmeckend und gesund, ein guter Start in den Winter-Genuss.

Anne Wantia hat gleich zwei sehr empfehlenswerte Destinationen für Sie getestet. Die Flusskreuzfahrt mit der A-ROSA Stella auf der Rhône mit vielen kulturellen und kulinarischen Ausflügen links und rechts des Flusses. Eine erlebnisreiche Tour - nicht nur für Liebhaber von A-ROSA Flusskreuzfahrten.



Wie in der letzten Ausgabe von Gour-med angekündigt, berichtet sie noch einmal aus Oberstaufen und über das landestypische Hotel Bayerischer Hof.

In einem der schönsten Privathotels, der Traube-Tonbach in Baiersbrunn, fand im August d. J. bereits zum vierten Mal ein asiatisch-deutscher Aromen-Austausch statt. Küchendirektor Henry Oskar Fried und sein Freund Degan Septoadji Suprijadi, begleitet von seiner charmanten Frau Nike, servierten Köstliches aus Indonesien.



Ein kaiserlicher Garten präsentiert sich den Gästen des Deidesheimer Hotels „Kaisergarten“ mit einer Wellness- und SPA-Oase die zum Relaxen einlädt.

Unser Gastautor Wolfgang Grüner war auf der holländischen Nordseeinsel Texel, ausser von den berühmten Texel Schafen berichtet er von Inselgenüssen die es nur dort gibt.

Bei unserem USA-Besuch haben wir in Chicago ein Restaurant – ZED 451 – entdeckt, dass Sie unbedingt besuchen sollten.

Die diesjährigen Berliner Meisterköche sind ausgezeichnet, ein Grund mehr, mal wieder nach Berlin zu reisen, auf neuen kulinarischen Fahrten.

Viele Anregungen, Tipps für und von Veranstaltungen, lesenswerte Bücher für die langen Abende und Neues aus der Medizin- und Pharmaindustrie finden Sie in dieser Ausgabe.

Genießen Sie den sonnigen Herbst, die vielen Köstlichkeiten dieser Jahreszeit und freuen Sie sich auf alles, was das Leben lebenswert macht.

Genuss ist kein kriminelles Delikt!

Einen schönen Herbst wünscht Ihnen

Ihr Gour-med-Team und natürlich

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

Haben Sie Anregungen, Tipps oder auch Kritik, schreiben Sie uns per E-Mail an: Gour-med@Gour-med.de



18 Oberstaufen

22 Traube Tonbach

04 Holger Lutz
Althoff Hotel Fürstenhof Celle

10 DER WEIN-GENIESSER TIPP VON
SYLVIA DANKBAR-VAN AANS
Weine aus Libanon III

12 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP
von Armin Roßmeier
Meerrettich oder Kren

14 GENUSS UND REISETIPPS
14 Hotel Kaisergarten – Royales Ambiente in Deidesheim
16 Kühlungsborn kocht! – Genießerwochen im November
18 Oberstaufen II
22 Traube Tonbach – Fernöstliches im Schwarzwald
26 Texel – Insel Kulinarik
28 Grand Dolder – Treffen der europäischen Kochelite
30 A-Rosa Stella - Auf der Route Méditerranée

34 BERLIN KULINARISCH
Berliner Meisterköche 2014:

36 NEUES AUS DER GENUSSWELT
36 Kempinski Hotels gewinnt Paolo Basso als Weinberater
38 Großer Weingenuss – Achte Big Bottle Party im Jacob

40 KULINARIA DER WELT
FINE DINING IN CHICAGO – RESTAURANT ZED 451*

42 EBERTS AUSFLÜGE
Für Paare gibt es Doppelbetten



30 A-Rosa Stella – Auf der Route Méditerranée

44 KURZ NOTIERT
44 650 Gäste beim zwölften Festival der Meisterköche
47 Neeseeland – deutsche Köche am anderen Ende der Welt
48 Abu Dhabi Classics: Eine musikalische Reise

54 BUCH-TIPPS

56 **Gour-med**-GETESTET UND EMPFOHLEN
56 YIN & YANG – Weihnachtsgenuss im Doppelpack
57 Sprachen lernen mit der Rosetta Stone Methode

58 WEIN UND GESUNDHEIT AKTUELL

59 ERNÄHRUNGS-MEDIZIN AKTUELL

60 MEDIZIN NEWS

64 PHARMA NEWS

02 EDITORIAL
66 IMPRESSUM



IM ALTEN FÜRSTENHOF EIN JUNGER CHEF

Das Celler Althoff-Hotel hat einen neuen Star: Holger Lutz
Horst-Dieter Ebert hat ihn besucht

Besonders empfehlenswert



Transparent vor dem Hotel: Zum Ruhm des neuen Chefs



Direktor Ingo Schreiber und Holger Lutz: Küchen-Talk

Sowas hat es hier noch nie gegeben: Vor dem Hotel, direkt an der B3 nach Hannover lächelt der junge Küchenchef überlebensgroß von einem Transparent: „Neue Inspiration im Restaurant Endtenfang“, steht groß daneben. Kenner unserer kulinarischen Landschaft wissen Bescheid: Wir befinden uns vor dem Fürstenhof in Celle.

Und das ist ja ein Name, der seit Jahrzehnten als einer der raren gastronomischen Leuchttürme in der norddeutschen Tiefebene berühmt ist, die ansonsten feinschmeckerisch allgemein als unterbeleuchtet gilt. Das Hotel wurde 1970 in einem kleinen Rokoko-Palais der alten Herzogstadt eröffnet, das sich bis auf das Jahr 1670 zurückverfolgen läßt. In dem denkmalgeschützten Gemäuer samt einem modernen Anbau entstand im Laufe der Zeit Celles luxuriösestes Hotel: 72 Zimmer und Suiten, Pool und Spa, Tiefgarage und Kellergewölbe und – zwei durchaus überregional bemerkenswerte Restaurants, das eine seinerzeit rokokohaft mit Säulchen und Gobelins dekoriert von dem Münchner High-Society-Designer Graf Pilati.

Seine Lokale werden vermutlich eine besondere Rolle gespielt haben, als im 35. Jahr seines Bestehens der Fürstenhof 2005 von den Althoff-Hotels übernommen wurde. Die Kölner Luxusgruppe (Schloss Bensberg, Bergisch Gladbach; Seehotel Überfahrt, Rottach Egern; St. James, London u.a.) hat ja den Ehrgeiz, in jedem seiner Häuser ein Gourmetrestaurant mit mindestens einem Michelin-Stern zu beherbergen.



Restaurant Endtenfang: Säulen und Gobelins vom Grafen

Den gab es im Fürstenhof bereits seit vielen Jahren: Hans Sobotka, eins der Urgesteine der deutschen Spitzenküche, hielt die höchste Auszeichnung annähernd fünfundzwanzig Jahre. Der „junge“ Nachfolger Holger Lutz, Jahrgang 1976, dessen prominentester Lehrherr einst Lothar Eiermann in Friedrichsruhe war, arbeitete

zweimal in Sobotkas Küche, zuletzt, von 2011 bis 2013, als dessen Co-Chef.

Nun hat er den Kochlöffel allein übernommen und, wie es scheint, nochmal eine Art von Turbo eingeschaltet: Die Küche des geborenen Franken Holger Lutz hat sich binnen weniger Monate zu einem

Foyer im Fürstenhof: Im Stil des alten Stadt-Palais



Besonders empfehlenswert



Amuses gueule à la Lutz



Sylter Royal mit Meerschaum

Tapetenzimmer: An der Wand ein kulturhistorisches Kleinod



bevorzugten Tagesgespräch der Gourmetszene entwickelt, das gilt natürlich besonders, da er nun zu dem erlauchten Kreis der Althoff-Spitzenköche gehört, denen die kulinarisch interessierte Welt schon stets eine besondere Aufmerksamkeit widmete.

Und wie in den anderen Althoff-Hotels hat der agile Fürstenhof-Direktor Ingo Schreiber in seinem schönen Haus eine Reihe hochkarätiger Events etabliert, die zum Teil bereits eine geliebte und gern akzeptierte Tradition nicht nur für die Celler Gemeinde geworden sind. So fand in diesem Jahr zum 5. Mal das „Fürstenhof Gourmetfestival“ statt, auf dem nach Vorbild von Schloss Bensberg die besten Spitzenköche der Gruppe und namhafte Winzer mit ihren Weinen nach Celle kommen. Das italienische Restaurant „Palio“ (siehe weiter unten) veranstaltet alljährlich ein stimmungsvolles



Foyer-Bar im Fürstenhof:
Der Treffpunkt der Geselligen

Besonders empfehlenswert



Aschauer Aal und Blutwurst



Dessert Café Arabica

Sommerfest unter den alten Eichen vor dem Hotel. Und der Maitre-Sommelier Sebastian Wilken hat eine „Nacht der 7 Sommeliers“ begründet, in der bekannte Kollegen vinologische Erlebnisse und Kenntnisse vermitteln, und Holger Lutz seine fabelhaften neuen Gerichte servieren läßt.

Im klassischen „Endtenfang“ (nur echt mit dem alten dt) hat Lutz es sich nicht nehmen lassen, der jüngsten Mode deutscher Küchenmeister zu folgen: Bei denen heißt ja eine Speisekarte zumeist nicht mehr Speisekarte, sondern, durchaus küchenlyrisch, „Woher der Wind weht“ oder „Was die alten Ritter liebten“. Der Gast darf dann raten, was für eine Küchenrichtung oder was für einen Kochstil der Künstler meint.

Ganz so weit treibt es Lutz nicht, und – er erklärt auch gleich seine Überschrift:

„Hier und Heute“ betitelt die Gerichte aus der regionalen und saisonalen Küche, „Morgen woanders“ steht für trendbewusste Küche mit internationalen Einflüssen, „Gestern geerntet“ die frische vegetarische Küche. Er bietet seine Kreationen – hier ist der vielmissbrauchte Begriff tatsächlich richtig am Platze – in Dreigang-Menüs an, bei denen auch mal ein Sprung von einer in eine andere Abteilung möglich ist.

Schon das Amuse gueule ist geradezu eine Genussorgel aus vielen kleinen farbigen Köstlichkeiten, eine Sylter Royal mit einem Gratiné aus Blutorange und Meerwasserschäum vereint Geschmackskontraste aus Land und Meer zu einem ungewöhnlichen Gaumenplaisir. Man erkennt schnell, dass hier nicht der treue Schüler seines Meisters Sobotka kocht, Lutz ist einer der jungen Köche ohne Dogma.

So will er weder den zeitgeistbeliebten Regionalismus für sich reklamieren („Qualität geht vor Regionalität“), noch irgendeine Art von molekularem Dekonstruktivismus, wie er so gern in den Feuilletons gerühmt wird. Doch Lutz hält sich weit davon entfernt („Dekonstruieren ist doch inzwischen auch schon ein alter Hut“). Er bleibt ein fraktionsloser Individualist, seine Basis die klassische französische Haute Cuisine.

Sein Vorgänger Hans Sobotka hatte ja eine „Grande Cuisine Aromatique“ proklamiert, Lutz, so scheint es, bringt sie zu einer bislang nicht erreichten Vollendung. Wie er einen geräucherten Aal (aus den Aschauer Teichen) mit Kalbsfond, mit diversen Gelees und Mousses so sublimiert, dass er sich mit einem Stückchen Blutwurst versöhnt und mit geeistem Senf und Gurke zu einem fast exotischen Stück köstlicher Erfrischung



Service-Brigade mit Sommelier Wilken (hinten rechts)



Küchen-Brigade mit Chef Lutz (3. von rechts)



Sommerfest des Palio: Stimmung unter alten Bäumen



Trattoria Palio: Italiener im historischen Kutschenhaus

wird, das erschien uns schon sehr jungmeisterlich.

Die Titel der Lutz-Gerichte sind stets kleine Inhaltsangaben, die dem Gast nicht selten schon das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen, etwa „Roter Gamberoni & Ferkelbäckchen, Carabinero, Pulpo, Brokkoli, Amalfi, Parmesanschaum“ oder als Dessert „Café Arabica, Haselnuss & Feige, Kaffee gâteau, Piemonteser Eis, Kokoscreme“.

Hier könnte unsere Geschichte über den Fürstenhof und seinen neuen Küchenmeister zu Ende sein. Doch es existiert hier noch ein anderes kulinarisches Thema, um das es allzu schade wäre, wenn es in diesem Zusammenhang unerwähnt bliebe.

Denn es gibt nicht so viele Hotels in Deutschland, die ein zweites Restaurant von der Qualität des „Palio“ betreiben, der italienischen Trattoria, die im ehemaligen

Kutscherhaus des alten Palais ein schönes Domizil im toscanischen Stil gefunden hat. In der Presse wird es immer mal wieder als bester Italiener Norddeutschlands gerühmt. Tatsächlich gibt es im Restaurantführer von Gault-Millau in ganz Deutschland kein italienisches Restaurant mit höherer Bewertung: „Kaum irgendwo in Norddeutschland“, so steht da, „ist der Nudelteig derart fein und seidig.“

Der jugendliche Helmut Griebel, dem man seine 16 Jahre in dieser Küche kaum abnehmen mag, hat sich der „Cucina Casalinga“ verschrieben, der angeblich einfachen und eher rustikalen hausgemachten Küche der italienischen Hausfrauen. Es ist natürlich eine Einfachheit auf höchstem Niveau.

Die seidige Nudel etwa, von der Gault & Millau schwärmen, „umschmeichelt“ einen der Signature dishes von Griebel: die „Ravioli Palio“, mit subtil abgeschmecktem Kalbfleisch und Spinat gefüllt und fein gekräutert. Höchst beliebt sind die Antipasti: Schinken, Salami (Carne cruda), Garnelen und Gemüse als buntes Potpourri, außerdem ungewöhnlich aufwendig präsentierte Favoriten wie Vitello tonnato oder Carpaccio di manzo in kulinarischer Bestform; zu den verschiedenen Brotsorten werden interessante Dips gereicht.



Toscana-Interieur: An der Wand das „Palio“-Pferderennen

So haben wir einen wichtigen Tip für alle Celle-Besucher (doch auch ausflugsbereite in Hannover) unter unseren Lesern: Im Fürstenhof sollte man sich die Zeit nehmen für zwei Mahlzeiten: Eine im „Endtenfang“, eine im „Palio“.

Fotos: Horst Dieter Ebert, Althoff Hotel Fürstenhof Celle

„Althoff Hotel Fürstenhof Celle“
Hannoversche Strasse 55/56
29221 Celle
Tel. 05141 2010
www.fuerstenhof-celle



Palio-Chef Helmut Griebel (links); Mitarbeiter: Hausfrau auf höchstem Niveau



Geschmortes Kaninchen in Weißwein



Ravioli Palio



Antipasti



Libanon III

Drei libanesische Rote stehen vor mir. Alle aus den Reben Cabernet Sauvignon, Merlot, Syrah, wenngleich deren Anteile unterschiedlich sind. Die Ausbaumethode ist bei diesem Trio jeweils das klassische Eichenholzfass.

Der erste Rote, mit dem schlichten Namen „Château/Coteaux du Liban“ stammt aus dem Bekaa-Tal und zeigt gleich zu Beginn, dass libanesische Weine durch die hohen Lagen und damit kühlen Gegenden sowohl viel Frucht als auch eine feine Säure aufweisen. Der Zweite im Bunde steht diesem in nichts nach, stammt er doch aus dem Weingut „Domaine des Tourelles“. Dieses wurde 1868 von dem Franzosen Francois Eugène Brun gegründet. Es befand sich viele Jahre im Familienbesitz, bis im Jahr 2000 der Enkel kinderlos verstarb. So kam es in den Besitz von Ingenieur Elie F. Issa und

der Juristin Nayla Kanaan Issa-el-Khoury, deren Sohn Faouzi E. Issa seit 2009 der Weinmacher ist. Zusammen mit seinen Schwestern Christiane und Emilie Issa-el-Khoury leitet er die Geschicke des Familienunternehmens. Faouzi ließ sich an der AUB in Beirut zum Agraringenieur ausbilden und machte danach den Masterabschluss in Önologie in Montpellier. Praktische Erfahrungen sammelte er im Bereich Côte Rôtie bei René Rostaing und beim Château Margaux. Der französische Einschlag ist bei dem Wein deutlich zu erkennen, die Vinifikation erfolgt in traditionellen Betontanks, nach dem Verschnitt reift der Wein 16 Monate in Holzfässern aus französischer Eiche. Deutlich ist hier, dass sich kein Merlot in der Cuvée befindet. Der Wein ist damit deutlich würziger. Beide Weine wurden in klassischen bordelaiser Flaschen abgefüllt. Der dritte Rote fällt nicht nur durch sein auffälliges

Etikett ins Auge, auch die burgundische Flaschenform ist anders. Der „Clos de Cana“ vom renommierten Château de Cana aus der Region Ras El Harf/Mount Liban stammt aus dem Jahr 2005 und zeigt auf eindrucksvolle Weise, dass auch libanesische Weine lange reifen können. Er steht noch immer in Saft und Kraft und kann dieses wohl auch noch in den nächsten 5-10 Jahren erfüllen. Solo vorm

Sylvia Dankbar-van Aans

ist geprüfte Sommelière,
Inhaberin der Weinagentur Dankbar/
WEINKONZEPTE UND MEHR,
www.weinkonzepte.de
und berät seit mehr als
10 Jahren SEA CLOUD Cruises



2013 SEVEN, Batroun Mountains

Brillante hellgelbe Farbe. Expressive Art, deutliche Noten von Limettenschale, Apfel, auch feine gelbe Anklänge. Dem trockenen Auftakt folgen die grünen Aromen, deutlich mineralisch. Ein gutes Säurepolster, intensiv und auch im Nachhall von zitrischen Noten geprägt.

*Zu feinen
Fischgerichten*



2010 Chateau/ Coteaux du Liban

Kraftvolles, dunkles Rot. In der Nase präsentieren sich dunkle Beeren, Cassis, Schwarzkirsche. Darunter Noten von Lorbeer und leicht Nelke. Dem trockenen Auftakt folgen die beerigen Noten, reifes Tanninpolster, kraftvoll und rund.

*Zu Schmorbraten,
winterliche Gerichte wie
Entenkeulen mit Rotkohl*

Kamin oder mit einer der empfohlenen Speisen sind diese drei Rotweine echte Kraftprotze, wie man sie im Herbst und Winter erwartet und gerne genießt! Wem aber nach einem frischen Weissen ist, dem sei der „Seven“ von der Batroun Mountains Winery empfohlen. Die Sieben ist Programm, es handelt sich um 7 verschiedene Bio-Rebsorten: Riesling, Chardonnay, Sauvignon Blanc, Muscat, Merwah, Oubaidi und Youssefi. Bei den drei letztgenannten handelt es sich um autochthone Rebsorten, diese werden aber selten sortenrein angebaut. Interessant sind sie allemal, bringen den Weinen eine gewisse Eigenständigkeit. Hier von konnte ich mich in meiner Zeit als Leiterin der Wein- und Sommelierschule in Berlin überzeugen. Wenn man den Berichten von Landeskennern folgt, könnte der Weintourismus sehr interessant sein. Leider ist die Infrastruktur dafür noch

nicht geschaffen. Aber – die Weinszene ist in Bewegung! Der Libanon hat zwar eine Jahrhunderte alte Tradition, aber nach Ende des Bürgerkriegs 1990 gab es einen regelrechten Boom. Viele Weingüter sind nach dem Jahr 2000 entstanden, mittlerweile gibt es rund 40.

Weinagentur Dankbar
Sylvia Dankbar-van Aans



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.



2010 Marquis des Beys, Domaine des Tourelles

Kraftvolles, dunkles Rot. In der Nase präsentieren sich dunkle Beeren, Brombeeren, Cassis und deutlich würzige Noten wie frisch geriebenener schwarzer Pfeffer und Zedernholz. Dem trockenen Auftakt folgen die würzigen Noten, straffes Tanninpolster, massiv, der Holzfassausbau steht im Vordergrund.

Zu Lamm- und Steakgerichten



2005 Clos de Cana, Château de Cana

Kraftvolles, dunkles Rot. Aus dem Glas strömen Noten von reifen dunklen Beeren, Mon-Chérie, leicht Lebkuchengewürz. Trockener Auftakt, die dunklen Aromen explodieren förmlich am Gaumen, das feine, reife Tanninpolster sorgt für viel Spannung und Spiel. Ein tiefer, feiner Roter!

Zu Wildgerichten, auch weihnachtlich geprägten Speisen

Alle Weine zu beziehen über:

weinstore24
caracter GmbH
Becker-Göring-Str. 30
76307 Karlsbad
Phone: 07248 91540
Email: info@weinstore24.de
www.weinstore24.de



Meerrettich oder Kren

Armin Roßmeier

Meerrettich – der ideale Begleiter für gekochte Ochsenbrust, Tafelspitz, kalten Braten, Roastbeef rosa gebraten, Frankfurter Würstel; entweder frisch gerieben dazu reichen oder mit fein geriebenem Apfel vermischt servieren. Sehr wohlschmeckend auch mit geschlagener Sahne vermischt oder als Gemüse bzw. Sauce aufbereitet für die warmen Gerichte.

Aufbewahrung von Meerrettich oder Kren – am besten in feuchtes Papier oder Küchentuch eingeschlagen und im Gemüsefach des Kühlschranks lagern!

Immer erst kurz vor der Verarbeitung die benötigte Menge abschneiden und schälen!

Nach dem Schälen kurz in Milch einlegen, dann erst reiben, dies mindert den Tränenfluss!

Nach dem Reiben mit ein paar Tropfen Zitronensaft beträufeln, damit er nicht braun wird!

Meerrettichsauce:

Damit die Schärfe bei der warmen Zubereitung nachlässt, den fein geriebenen Meerrettich dezent karamellisieren.

Etwas Butter im Topf mit Zucker bestreuen, blond karamellisieren, fein geriebenen Meerrettich und Apfel zugeben, kurz angehen lassen, mit Mehl bestäuben, gut verrühren, mit Brühe und Milch aufgießen und kurze Zeit köcheln lassen.

Zum Schluss etwas Sahne zugeben, nicht mehr kochen und mit Salz, wenig weißem Pfeffer und etwas Kurkuma abrunden.

Gerne kann man zum leichten Eindicken auch fein zerriebene Weißbrotkrume anstelle von Mehl verwenden.

Meerrettichgemüse:

Zubereitung wie für die Sauce, nur den Meerrettich nicht fein sondern grob raspeln, ideal ist auch eine Kombination von 2/3 Meerrettichraspeln und 1/3 Karottenraspeln.

Bei Erkältungskrankheiten nehme ich z.B. gerne einen Meerrettich-Ingwertee, Meerrettich und Ingwer in dünne Scheibchen schneiden (beides mit Schale, deshalb vorher gut mit heißem Wasser abbürsten), 3 - 4 Minuten in heißem Wasser köcheln, Apfelteebeutel zugeben ca. 10 Minuten ziehen lassen, abseihen und mit Honig und etwas Zitronensaft abschmecken.

Ihr Armin Roßmeier



Gefüllte Gurken mit Forellencreme und Kaviar

Zutaten für 4 Personen

800 g	Salatgurken
360 g	geräuchertes Forellenfilet
160 g	Forellenkaviar (Glas)
	kleiner Bund Dill
2 EL	Meerrettich (Glas)
3 EL	Schmand
1 EL	Zitronensaft
280 g	Tomaten
1	Schale Kresse
4	rönnen roter Basilikum
1	Ciabatta
	Salz, Pfeffer

Zubereitung

Salatgurke mit Küchenkrepp gut abreiben, in ca. 2 ½ cm dicke, schräge Scheiben schneiden, mit dem Kugelausstecher eine

Vertiefung ausstechen. Dill abzupfen, grob kleinschneiden. Tomaten abziehen, entkernen, Filets schneiden. Kresse abschneiden. Forellenfilets kleinschneiden, mit Meerrettich, Schmand, Dill und Zitronensaft vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Mixstab fein pürieren. Die Creme in einen Spritzsack mit Loch- oder Sterntülle füllen und in die ausgehöhlten Gurken spritzen. Forellenkaviar darauf anhäufeln, auf Tellern anrichten und mit Tomatenfilets, Kresse und Basilikum garnieren. Ciabatta kross backen, aufschneiden und mit anlegen.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

Nährwert pro Person

285 Kcal – 7 g Fett – 32 g Eiweiß – 23 g Kohlenhydrate – 2 BE

Ochsenbrust mit legierter Meerrettichsauce und Brezenknödel

Zutaten für 4 Personen

600 g Ochsenbrust (ohne Knochen)
1 Bund Suppengrün

80 g Zwiebelwürfel
1 EL Öl
2 EL frisch geriebener Meerrettich
1 EL brauner Zucker
1 ½ EL Mehl
180 ml Milch
180 ml Rinderbrühe
2 Eigelbe
6 cl Sahne

4 altbackene Brezen
80 ml Milch
3 Eier
je 1 EL Schnittlauchröllchen und gehackte Petersilie
3 EL Preiselbeeren
Muskat
Salz, Pfeffer
1 Schälchen Kresse

Zubereitung

Ochsenbrust in 1 ½ l kaltem Wasser ansetzen, ein Bündel Suppengrün, 8 Pfefferkörner, 8 Wacholderbeeren, 2 Lorbeerblätter zugeben, aufkochen, ca. 1 ¼ – 1 ½ Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Brezen klein würfeln, mit Eiern vermengen, mit erhitzter Milch übergießen, Schnittlauch und Petersilie unterheben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, auf einer angefeuchteten Serviette die Masse darauf geben, zu einer Rolle formen, einrollen, Enden mit Bindfaden zubinden, in sprudelndem Salzwasser ca. 18 – 20 Minuten simmern lassen, danach auswickeln, in ca. 1 ½ – 2 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, braunen Zucker zugeben, leicht ankaramellisieren lassen, Meerrettich zufügen, mit einrühren, mit Mehl bestäuben, einrühren, mit kalter Milch angießen, glatt rühren, mit Brühe auffüllen, aufkochen, köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer würzen, danach zur Seite ziehen, nicht mehr kochen lassen. Ei-



gelb mit Sahne verrühren, unterziehen. Knödelscheiben in heißem Olivenöl beidseitig goldgelb braten, auf Teller anrichten, Ochsenbrust in Scheiben schneiden, daneben legen, mit Meerrettichsoße überziehen, mit Kresse bestreuen. Preiselbeeren in kleinem Glasschälchen oder im ausgehöhlten Apfel dazustellen.

Zubereitungszeit ca. 50 Minuten

Nährwert pro Portion

489 kcal – 15 g Fett – 45 g Eiweiß – 43 g Kohlenhydrate – 3,5 BE

Tafelspitz mit Brühkartoffeln und Kren

Zutaten für 4 Personen

800 g Tafelspitz
1 Zwiebel
je 6 Wacholderbeeren und Pfefferkörner
2 Nelken
3 Lorbeerblätter
240 g Karotten
1 Stange Winterlauch
280 g Sellerie
60 g Zwiebelwürfel
200 g Steckrübe
2 EL Öl
400 g Kartoffeln
120 g frisch geriebener Meerrettich
30 g geriebener Apfel
1 TL Honig
¼ Bund Schnittlauchröllchen
1 EL gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer



Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, Gemüsegewürfel zugeben, mit angehen lassen, Kartoffeln zugeben, mit Tafelspitzbrühe angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 6 – 7 Minuten köcheln lassen, zum Schluss Petersilie zufügen. Gemüsestreifen, in heißem Olivenöl kurz angehen lassen, mit etwas Brühe angießen, auf den Biss garen. Gemüse als Bett in tiefem Teller anrichten, Tafelspitz in Scheiben schneiden, auf das Gemüse legen, mit Schnittlauch bestreuen, Apfeln daneben anhäufeln, Brühkartoffeln in einer Gemüseschale extra dazu servieren – man kann noch Preiselbeeren dazugeben.

Zubereitungszeit ca. 90 Minuten

Nährwert pro Person

466 Kcal – 17 g Fett – 48 g Eiweiß – 29 g Kohlenhydrate – 2 BE

Zubereitung

Sellerie, Karotten, Steckrüben schälen, Lauch längs aufschneiden, gut kalt waschen. Ein Viertel vom Gemüse in Stücke schneiden, ¼ in kleine Würfel zerteilen, im Wasser bereithalten. Zwiebel halbieren, in

heißer Pfanne dunkel anbräunen, Meerrettich mit Apfel und Honig gut vermengen. Tafelspitz im Topf mit 1 ½ l Wasser ansetzen, zum Siedepunkt bringen, gebräunte Zwiebel, Gemüsestücke, Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Nelken, Lorbeerblätter zugeben, ca. 1 ½ Stunden köcheln lassen.

Fotos: Armin Roßmeier

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



Kaisergarten mit Terrasse

Hotel Kaisergarten

Royales Ambiente in Deidesheim

Klaus Lenser

Es ist noch nicht allzu lange her da fuhr man in die Pfalz um Weinfeste zu feiern, gut zu Essen und um die eigenen Weinbestände zu ergänzen. Jetzt gibt es mindestens einen Grund mehr in die Pfalz nach Deidesheim zu reisen, das Hotel Kaisergarten Hotel & SPA.

Das Hotel, im Mai 2013 eröffnet, liegt direkt an der Deutschen Weinstraße am Ortseingang im idyllischen Deidesheim auf dem Gelände des ehemaligen Hotels Hatterer. Das Haus besticht durch seine

gelungene Architektur die den Baustil der umliegenden Häuser aufgreift, aber durch seine moderne Fassade und Funktionalität als Unikat herausragt.

Das Ambiente nimmt Bezug auf die Region, viel Grün und helle Farben. Die Wände sind statt mit Tapeten mit Naturmoos bedeckt, dem lichtdurchfluteten Restaurant mit offener Küche und der angrenzender Bar wird dadurch ein besonders naturnahes Flair und Exklusivität vermittelt.



Chefkoch Matthias Striffler



Statt Tapete Naturmoos an der Wand

Das Team in der Küche, mit dem Chefkoch Matthias Striffler an der Spitze, serviert im Restaurant Hippo regionale und internationale Spezialitäten. Frische Produkte und natürliche Aromen zu feinen Gerichten zuzubereiten ist sein Wunsch, nach meiner Erfahrung gelingt ihm das perfekt.

Die Zimmer präsentieren sich in entspannendem Luxus, der Gast fühlt tiefe Ruhe aufkommen sobald er das Zimmer betritt, ganz wie Gäste es wünschen um die wertvollen Stunden der Erholung zu verbringen.

Die herrliche Sonnenterrasse im ruhigen Innenhof ist ein idealer Platz um Pfälzer Spezialitäten zu genießen. Bei einem kühlen, frischen spritzigen „Weißen“ wird die Sonnenterrasse zu einem Stück Tos-

kana, Urlaubsgefühle stellen sich schnell ein. Einfach loslassen, genießen und relaxen, gibt es schöneres? Die Terrasse im Kaisergarten ist der passende Ort dafür.

Perfekt ergänzt wird das Wohlfühl-Programm mit den SPA- und Fitness-Angeboten des Hauses. Nomen est Omen, schließlich trägt das Hotel im Namen den Begriff „SPA“. Der SPA- und Wellness-Bereich bietet eine Palette attraktiver Behandlungen an, übrigens nicht nur für Damen, auch der pflegebewusste Herr kann sich hier verwöhnen lassen. Vom „Balancing Facial“ über sanfte Haarentfernung bis zum „Refreshing Delight“ verwöhnen Sie ausgebildete Fachkräfte und lassen den Tag zu einem unvergesslichen Beauty-Erlebnis werden.

Das Hotel & SPA Kaisergarten ist schon

nach kurzer Zeit das Flaggschiff unter den Hotels in Deidesheim geworden. Das Hotelkonzept erfüllt die Wünsche der Gäste. In dem ständigen Bemühen, dem Gast perfekt aber freundlich, fröhlich und entspannend den Aufenthalt zu gestalten.

Probieren Sie es einfach selber aus, Erholung ist garantiert.

Fotos: Kaisergarten Hotel & SPA, Lenser

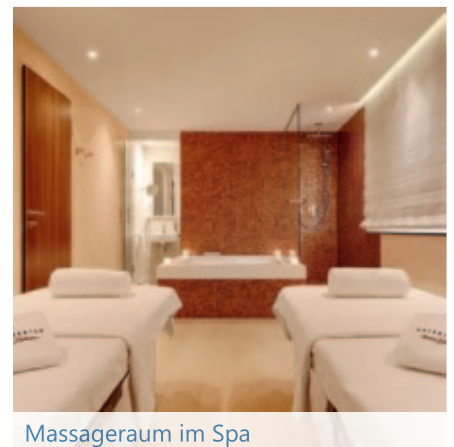
Info und Buchung:
Kaisergarten Hotel & SPA
Weinstr.12

D – 67146 Deidesheim
Tel: +49 63 26 – 70 00 77

Mail: Spa@kaisergarten-deidesheim.com
www.kaisergarten-deidesheim.com



Idyllisches Plätzchen im Kaisergarten



Massageraum im Spa



Kühlungsborn kocht!

Genießerwochen im November
zu Gast diesmal bei *Frank Haarde* im Restaurant Brunshaupten.

Die Veranstalter und Organisatoren der Kühlungsborner Gourmet- Tage haben sich für dieses Jahr viel vorgenommen um die zum 13. Mal stattfindende Veranstaltung mit neuen Attraktionen zu einem der führenden Gourmet-Events in Norddeutschland zu entwickeln.

Die teilnehmenden Restaurants bieten vom 7. bis 30. November kulinarische Spezialitäten, mit überwiegend regionalen Produkten, an.

Alle teilnehmenden Restaurants verzichten auf Gastköche, die Küchenchefs im Haus haben Verwöhnmenüs für Feinschmecker entwickelt.



Flaggschiff in Kühlungsborn: Hotel Upstalsboom

Mit dem neuen frischem Schwung will man den etwas in die Jahre gekommenen Gourmet-Tagen zu mehr Glanz verhelfen.

Die Voraussetzungen dafür sind sehr gut. Neue Küchenchefs in den Restaurants

spruchsvoll, soll geschmackliche Akzente setzen und den Gast Aromen schmecken lassen deren Texturen er vielleicht vergessen hat.

Für Frank Haarde steht das Produkt im

falt und Kreativität bei Gourmets ihre Würdigung finden wird.

Unsere Empfehlung, lassen Sie sich bei den Kühlungsborner Gourmet-Tagen verwöhnen, erleben Sie die Aromen-Vielfalt von Frank Haarde im Restaurant Bruns-
haupten mit Genuss.

Fotos: Gour-med, Upstalsboom Hotelresidenz & SPA Kühlungsborn, Touristik-Service-Kühlungsborn



Frank Haarde

lassen hoffen, dass mit den 13. Gourmet-Tagen eine kulinarische Zukunft entwickelt wird.

Was nicht heißen soll, dass in den führenden Restaurants schlecht gekocht wurde, das ganz sicher nicht, (vgl. auch Gour-med Ausgabe 5/6 – 2014) aber, neue Kollegen motivieren so manch routinieren Küchenchef und inspirieren zu neuen Ideen.

Unsere besondere Aufmerksamkeit gilt dem Koch Frank Haarde, der seit ca. einem Jahr im Gourmet-Restaurant „Brunshaupten“ im Hotel Upstalsboom Hotelresidenz & SPA, dem wohl z. Zt. schönsten Hotel in Kühlungsborn, kocht.

Frank Haarde setzt kulinarische Zeichen. Seine Motivation ist die Suche nach immer neuen Aroma-Kreationen. Den Begriff Genuss definiert er mit der Erwartungshaltung des Gastes und dem Ambiente eines Fine Dining Restaurants. Wenn also das Menu der Erwartung des Gastes, im passenden Ambiente entspricht, wird es zum kulinarischen Erlebnis.

Seine Küche ist experimentierfreudig, an-

Vordergrund. Nur mit einwandfreien erstklassigen Zutaten lassen sich aromatische Gaumenfreuden zubereiten.

Seine Menu-Karte entwickelt er gemeinsam mit der Küchenmannschaft und den saisonalen Produktmöglichkeiten.

Für ihn ist es selbstverständlich, dass der Gast auch außerhalb der Menu-Karte Wünsche äußern kann. „Wir erfüllen jeden Gastwunsch, der mit den vorhandenen Produkten erfüllbar ist, auch Kaffee mit Lachs, wenn gewünscht“, so der Koch.

Der Küchenchef hat in seiner Laufbahn bei den besten Köchen Deutschlands Erfahrungen gesammelt. Er war jüngster Küchenchef im Bremer Parkhotel, hat in Dubai die Emirates Academy organisiert und stand im Wolfsburger Ritz Carlton Hotel im Restaurant Aqua mit dem 3-Sterne Koch Sven Elverfeld am Herd. Frank Haarde ist schon jetzt in Kühlungsborn das Maß für exzellente Kochkunst, seine Kochleistung ist viel besser als sie z. Zt. bewertet wird.

Wir sind sicher, dass seine Aromen-Viel-

Info:
Hotel Upstalsboom Residenz & SPA
Restaurant „Brunshaupten“
Ostsee Allee 21
D 18225 Kühlungsborn
Tel: +49 38293 4299-0
Mail: Hotelresidenz@upstalsboom.de
www.upstalsboom.de/hotelresidenz

Das gesamte Programm der Kühlungsborner Gourmet-Tage finden Sie hier :
www.gourmettage.com/kuehlungsborn-kocht.html

Die Gerichte von Frank Haarde sind das Ergebnis einer langjährigen Erfahrung und richtungsweisend für kulinarische Genüsse





Oberstaufen

Teil 2

Anne Wantia

Dass man nicht nur hervorragend in Oberstaufen kuren kann, haben wir schon in der letzten Ausgabe von Gour-med berichtet. Oberstaufen gehört seit jeher auch zu den beliebtesten Wanderregionen des Allgäus. Allein 400km gepflegte Wanderwege und Erlebnispfade locken Urlauber in den Naturpark Nagelfluhkette.

Ein ganz besonderes Wandererlebnis verspricht die Wandertrilogie Allgäu. 33 Tourismusorte haben dieses einzigartige Projekt entwickelt. Auf 876 km und in

51 Etappen ist ein Weitwanderwegenetz durch das gesamte Allgäu entstanden. Auf den drei Routen – Wiesengänger, Wasserläufer und Himmelstürmer – auf drei Höhenlagen können Wanderer, je nach Kondition, ihr Wandererlebnis zusammenstellen. In zwei der Wanderrouuten kann man direkt in Oberstaufen einsteigen. Die Allgäu GmbH in Kempten hat dazu ein sehr hilfreiches Serviceheft mit ausführlichen Beschreibungen der einzelnen Wege herausgebracht.

Im Sommer sind die nahe gelegenen Ba-



Mit der Bergbahn auf den Hochgrat

deseen Ziel, um sich dort zu erfrischen oder einfach nur mal einen Sonnentag zu genießen. Großer und kleiner Alpsee, sowie der Bodensee sind nach kurzer Autofahrt erreichbar.

Oder wie wäre es mit einer Fahrt auf den 1834m hohen Hausberg Oberstaufens, den Hochgrat. Von den kleinen Gondeln aus bieten sich atemberaubende Blicke in die wunderschöne Bergwelt, auf blühende Wiesen und grasende Almkühe. Oben angekommen heißt es erst mal: tief ein-

atmen und die frische, saubere Bergluft genießen, bevor man dann bei klarem Wetter bis zum Bodensee schaut und die Vielzahl der majestätischen Berggipfel rundum bewundert.

Das Allgäu mit seinen kleinen vielen Gemeinden bietet ein reichhaltiges Kultur- und Kunstangebot. Konzerte, Theater, Bergbauernmuseum, Alpsee-Haus und sogar ein Hutmuseum laden zum Allgäu-Erleben ein.

An wanderfreien Tagen kann man in der Käseschule Allgäu in Thalkirchdorf, in uriger Umgebung, das Herstellen von Käse erlernen. Selbstverständlich darf man den Käse dann auch mitnehmen. Ein besonderes Genusserlebnis in der gesunden Natur verspricht eine Radtour entlang der 150km langen Allgäuer Käsestraße von Oberstaufen, über Scheidegg, Lindau, Wangen und Isny. Liebhaber von Bergkäse können sich in der Blockhütte der Fam. Klaus mit hausgemachtem Käse versorgen.



Käse selber herstellen in der Käseschule Allgäu



Alles hausgemacht: Käse in der Blockhütte



Urgemütlich das Restaurant Stadlers im Bayerischen Hof



Treffpunkt für Jung und Alt in der Hotelbar



Mitten in Oberstaufen Hotel Bayerischer Hof

Für den, der zentral wohnen möchte empfehlen wir das direkt im Ortskern liegende 4-Sterne Hotel Bayerischer Hof. Rundum pulsiert das Leben, aber im Hotel ist es ruhig und die soeben umgebauten und neu konzipierten, komfortablen Zimmer mit herrlichen Ausblicken auf die Bergwelt laden zum Entspannen ein. Das zum Hotel gehörende Gästehaus Leopold bietet geräumige und ebenfalls hochwertig ausgestattete Zimmer für den allein reisenden Gast.

„Schrothkuren“ ist hier - immerhin ist der Bayerische Hof das 1. Schrothkur-Hotel von Oberstaufen - selbstverständlich auch ein bewährtes Angebot. Eine neue Variante ist die „Kur Natur“, die die Erkenntnisse der Schrothkur nutzt, aber zusätzlich Früchte, Gemüse und Salate erlaubt.

Der „normale“ Gast lässt sich von Küchenchef Claus-Christian Waltner im Restaurant Stadlers verwöhnen. Neben regionaler Küche mit mediterranem Einfluss gibt es auch besondere Gaumenfreuden für Veganer. Das Ambiente des Restaurants ist stilvoll gemütlich, die Tische in den kleinen Nischen und Winkeln sind besonders bei verliebten Paaren begehrt.

Die Bar des Bayerischen Hofes ist beliebter Treffpunkt für Jung und Alt und gehört sicherlich mit zu den Hotspots in Oberstaufen.

In der Wellness-Abteilung mit Felsenschwimmbad, Whirlpool und verschiedenen Saunen kann man herrlich entspannen, selbstverständlich gibt es auch ein umfangreiches Beauty-Angebot für Sie und Ihn. In der Massage- und Bäderabteilung warten speziell auf den Gast abgestimmte Behandlungen.

Neu sind die besonderen Angebote des Hotels für Paare, vor allem solche, die nicht nur Relaxen sondern auch Kicks erleben wollen, die der Alltag so nicht bereithält. Mittels GPS-Gerät kann die „Schatzsuche ins Glück“ starten, zu Fuß oder mit der hoteleigenen Rikscha, Candlelight-Dinner auf der Dachterrasse oder lassen Sie sich fachkundig in der Wellness-Abteilung zeigen wie eine gegenseitige Paarmassage durchgeführt wird. Die Rikscha ist nicht nur beim Geocaching der Hit, Gäste lieben es sich damit durch den Ort radeln zu lassen. Die manchmal ungewöhnlichen Ideen hat sich Event-Leiter Oliver Schütz einfallen lassen, der die Gäste aber auch bei ganz normalen Wandertouren begleitet, auf denen man ganz nebenbei viel über die Allgäuer Bergwelt erfährt.

Das Hotel gehört zu den Selection Golf Hotels, sodass Golfspieler auf zwei Plät-

zen – in Steibis und im Golfpark Bregenzwald – von Vergünstigungen profitieren.

Motorradfahrer sind willkommen, gibt es doch Abstellmöglichkeiten in der Hotelgarage. Auf Harley Davidson Besitzer wartet eine besondere Überraschung.

Ob im Sommer oder Winter, Oberstaufen bietet reichlich Abwechslung und Aktivprogramme für alle Altersklassen. Besonderer Anreiz für Gäste und Deutschland weit einmalig ist die kostenfreie Oberstaufen Plus-Gästekarte, die im Winter automatisch zum Skipass wird und mit der man freie Fahrt auf allen Bergbahnen und Liften genießt.

Also dann
Schaun's mal rein!

Fotos: Anne Wantia, Bayerischer Hof

Info:
Hotel Bayerischer Hof
Hochgratstr. 2
D 87534 Oberstaufen
Tel. +49 8386 4950
Fax +49 8386 495414
E-Mail info@bayer-hof.de
www.bayer-hof.de

Infokasten:

Käseschule Allgäu
www.kaeseschule.de

Blockhütte Bergkäserei
www.blockhuetten-oberstaufen.de
www.oberstaufen.de



Die besondere Überraschung: Garage nur für Harleys



Elegante Suiten im Bayerischen Hof



Fernöstliches im Schwarzwald

Indonesischer Spitzenkoch
Degan Septoadji Suprijadi zum 4. Mal zu Gast
in der Traube Tonbach in Baiersbronn

Klaus Lenser, Anne Wantia

Ein Hauch fernöstlicher Exotik gemixt mit asiatischer Kulinarik so lautete das Angebot des beliebten Ferien- und Feinschmeckerhotels Traube Tonbach in diesem August. Bereits zum vierten Mal kochen Küchendirektor Henry Oskar Fried und der indonesische Spitzenkoch und langjährige Freund Degan Septoadji Suprijadi zusammen und bereiten den Gästen ganz besondere Genusserlebnisse mit indonesischer Atmosphäre.

Die bezaubernde Gattin Nike Kurnia Sari des Kochs Degan sorgte für eine ganz besonders angenehme Atmosphäre wenn sie, mit fernöstlichem Charme und Anmut, in traditioneller Tracht, die einzelnen Gänge des Menus den Gästen am Tisch erklärt.

Degan Suprijadi ist in seiner Heimat Bali nicht nur Besitzer des bekannten Restaurants „Café Degan“, er ist Fernsehkoch und Jurymitglied der in Asien berühmten und beliebten Kochshow „Masterchef“. Auch hier im Schwarzwald ist der Koch kein Unbekannter mehr. Seine 30-jährige Freundschaft mit Traube-Tonbach Küchendirektor Henry Oskar Fried, die auf gemeinsame Lehrjahre in der Pfalz zurückgeht, ermutigte die zwei zu der Idee, gemeinsam zu kochen um mit ihrem deutsch - asiatischen Aromen-Austausch ein Genusskonzept für Genießer zu entwickeln. Beide verbindet seit ihrer Ausbildung die Leidenschaft fürs Kochen.

Degan Septoadji Suprijadi suchte nach der Ausbildung seine Herausforderung in Asien, wo er ursprünglich her kommt. Viele Telefongespräche und später dann gegenseitige Besuche verfestigten die langjährige Freundschaft.

Degan Suprijadi ist in Deutschland aufgewachsen, spricht also perfekt deutsch, das hilft auch bei den Kochseminaren, die in der Traube Tonbach während seines Aufenthaltes angeboten werden und die im Übrigen sehr gut gebucht sind. Führen sie doch in die Geheimnisse und speziellen Gewürze der asiatischen Kochkunst ein.

Für Genießer Indonesischer Spezialitäten werden an 4 verschiedenen Abenden zwei unterschiedliche 5-Gang-Menüs serviert. Als Hinweis wird erklärt, dass die Gerichte in der Schärfe dem europäischen Gaumen angepasst sind, aber nicht an Originalität verlieren.

Zum Auftakt gibt es Keran Acar Kuning, gebratene Jakobsmuschel, Gelbwurzel, Kokos und Essiggemüse. Der süßsaure

mit denen man die Gerichte „verschärfen“ kann, je nach Belieben. Sup Buntut ist eine Ochsenchwanzsuppe mit Muskatnuss, Zimt und Wonton, gewürzt mit Koriander und Kardamom. Ein sehr leckeres Sूपphen.

Der Fischgang, gratinierter Hummerschwanz, Udang Karang Panggang, mit Chili, Limetten und Zitronengras. Die Aromen sehr fein aufeinander abgestimmt, einfach köstlich.

Kambing Bumbu Jahe Ketumbar, dahinter verbirgt sich ein gerösteter und in Koriander marinierter Lammrücken mit Maispuffer und Gemüse. Selbst Gäste deren Favorit nicht gerade Lamm ist waren begeistert von

**Es gibt keinen Weg zum Glück -
Glücklichsein ist der Weg.**

Friedrich Nietzsche

Gang ist mit Kurkuma und Chili verfeinert, zusätzlich gibt es noch zwei Saucen

gerade Lamm ist waren begeistert von



Ayam Kremes: eine Spezialität aus Indonesien mit gebratenem Hühnchen



Drei Freunde: v. l. Henry Fried, Küchenleiter Traube Tonbach, Deagan Septoadji Suprijadi Masterchef und Fernsehkoch mit seiner charmanten Gattin Nike Kurnia Sari

den Möglichkeiten die asiatische Gewürze bieten.

Wen wundert's, Deagan Septoadji Suprijadi ist ein wahrer Meisterkoch.

Zum Abschluß gibt es ein traditionelles indonesisches Dessert, Rujak Modern. Apfel-Ananas Kompott mit Erdnusscrunch und Rujaksorbet. Das Sorbet wird aus der Tamarindenfrucht hergestellt. Dieses exotische Dessert gehört zu den Höhepunkten des Menüs und wird von den Gästen, zu Recht, mit Applaus belohnt.

Hochklassige Menü-Gänge serviert und erklärt von seiner charmanten Frau Nike Kurnia Sari was kann man sich genussvolleres wünschen? Bleibt nur eins,

im nächsten Jahr – wieder im August – schon jetzt einen Tisch zu reservieren, denn dann hat Küchenleiter Henry Fried seine Freunde wieder eingeladen um die Gäste der Traube – Tonbach mit den feinen eleganten Aromen asiatischer Kochkunst zu verwöhnen.

Danke Henry Fried, dass Sie die Freundschaft zu Ihrem Kollegen Deagan über Jahre gepflegt haben. Es hat sich – nicht nur kulinarisch – gelohnt.

Das nächste Treffen der beiden (Koch-) Freunde findet vom 10. – 21. August 2015, natürlich in der Traube – Tonbach in Baiersbronn statt.

Fotos: Gour-med, Deagan Septoadji

Hotel Traube Tonbach
Familie Finkbeiner KG
Tonbachstraße 237
72270 Baiersbronn

Telefon: +49 7442 / 492 746
Fax: +49 7442 / 492 740
Internet: www.traube-tonbach.de
Facebook: www.facebook.com/traubetonbach

Café Degan
Indonesian & Thai Cuisines
Chef/Owner
Bali, Indonesia
E-Mail: cafedegan@indosat.net.id

Baur au Lac in Zürich Rive Gauche:

Premium Fleisch innovativ zubereitet,
die grosse Kunst der veganen Küche,
Weinraritäten aus Doppel Magnum Flaschen

Mit seinen neuen Grillspezialitäten ist das Restaurant „Rive Gauche“ die beste Adresse für Fleisch in Zürich: Premium Fleisch der besten Züchter der Welt trifft auf innovative Zubereitungsmethoden. Das Fleisch vom Wagyu Rind und vom Black Angus ist garantiert hormon- und antibiotikafrei und wird auf dem Grill für kurze Zeit bei bis zu 800 Grad Celsius gegart, wodurch sich unvergleichliche Röstaromen entwickeln und das Fleisch gleichzeitig zart und saftig bleibt. Das Wagyu Kobe Style Beef zeichnet sich durch eine gleichmässige und sehr feine Fett-Marmorierung im Muskelfleisch aus. Das Getreide gefütterte, nass gereifte Black Angus Beef

kommt aus dem Mittleren Westen der USA.

Selbstverständlich behält das Rive Gauche nicht nur das Wohl der „meat lovers“, sondern auch das der Vegetarier und Veganer im Auge und vereint beide Bedürfnisse unter dem Motto: „Meat our veggies“. Ein kleines Kräuterblatt markiert in der Speisekarte alle vegetarischen und veganen Gerichte, zum Beispiel „Der Veg ist das Ziel“, gegrilltes Gemüse auf Tofupüree mit gerösteten Haselnüssen. Fast die Hälfte der Hauptgerichte auf der Rive Gauche Speisekarte sind fleischlos, teilweise sogar vegan.

Schon im letzten Jahr beglückte das Baur au Lac Weinliebhaber im Restaurant „Rive Gauche“ mit einem neuen, einzigartigen Service. Ab September wird das beliebte „Double Magnum Special“ fortgesetzt: Die edelsten Weine aus der Doppel Magnum Flasche, die sonst nur als Flaschenweine erhältlich sind, werden per Glas ausgeschenkt. Drei mal drei ist die Formel des Hochgenusses: Jeweils am Mittwoch (dritter Tag) in der dritten Woche des Monats werden drei 3-Liter Magnum-Weinflaschen im Offenausschank angeboten. Weine aus Magnumflaschen sind besonders hochwertig, da diese in den Grossflaschen langsamer reifen und feinere Nuancen in Geschmack und Duft entwickeln. In den Genuss dieser Raritäten kommen Weinfreunde üblicherweise nur, indem sie die gesamte XXL Flasche kaufen. Jeden Monat wird ein anderer Spitzenwein aus der hoteleigenen Kellerei Baur au Lac Vins geöffnet.

Foto: Baur au Lac

Baur au Lac
Talstrasse 1
8001 Zürich

Tel: +41 44 220 50 20

Fax: +41 44 220 50 44

www.bauraulac.ch

Costa del Sol bietet
Gesundheits- und Well-
nesstourismus auf
internationalem Niveau

Der Gesundheitstourismus an der Costa del Sol ist eines der Segmente mit dem größten Potenzial für die südspanische Region. Unter der Marke „Health & Wellness“ bündelt Costa del Sol das Gesundheits- und Wellnessangebot und passt dieses kontinuierlich auf die Bedürfnisse der Besucher an. Der Bereich bietet hohe Standards auf internationalem Niveau und trägt entscheidend zum Wachstum in der Region bei.

Unterstützt von der Industrie Málaga und der Universität in Málaga, hat „Health & Wellness“ das klare Ziel, die an der Costa del Sol bereits bestehenden unterschiedlichen Plattformen und privaten Initiativen der Branche zusammenzubringen und auch zukünftig neue zu schaffen. Dies betrifft den Bereich des Gesundheitstourismus' genauso wie medizinische Eingriffe, wie zum Beispiel plastische Chirurgie, Kardiologie, künstliche Befruchtung sowie weitere Behandlungen, wie zum Beispiel Kurbäder und Spas. Die Region verfügt über die Hälfte der privaten Krankenhausplätze in Andalusien und ein Hotelangebot, das auf dieses Segment angepasst ist. 90 Prozent der 5-Sterne- und 50 Prozent der 4-Sterne-Hotels in der südspanischen Region haben Wellnessbehandlungen in ihrem Angebot.

Neben diesen Einrichtungen ist Costa del Sol eine international bekannte und vielfältige Reisedestination, die jährlich insgesamt 9,5 Millionen Besucher anlockt. Touristen, die die medizinischen Leistungen in Anspruch nehmen, genießen dabei nicht nur das kulturelle Erbe der Region und seine Sehenswürdigkeiten, sondern auch die andalusische Gastronomie mit typischen Gerichten und die Möglichkeit, das Landesinnere zu besuchen. Auch für Sport unter freiem Himmel bietet Costa del Sol beste Voraussetzungen.

www.visitcostadelsol.com



Rive Gauche bei Nacht



Texel – Insel Kulinarik

Wolfgang Grüner

Ein Schäfchen... Zwei Schäfchen... Drei Schäfchen... Nein, ich zähle keine Schäfchen um einzuschlafen, sondern die Schaf-Felle, die um mich herum gewickelt werden. Ich mache nämlich gerade „Woolness“ in einer kleinen Holzhütte im Garten des „Hotel Texel“, im Örtchen De Cocksdorp auf der Insel Texel in den Niederlanden. Nachdem viele der grob gereinigten, überhaupt nicht kratzigen Felle um mich gewickelt, die Füße noch mit einer Fettcreme massiert wurden, lege ich mich in ein Holzbett und werde noch zugedeckt. Mein „Wollbad“, das es weltweit einmalig nur hier gibt, hat begonnen und tatsächlich schlafe ich auch bald ein. Zu angenehm sind die sanfte Wärme, die unaufdringliche Musik und das vielstimmige Vo-

gelgezwitscher draußen. Das Lanolin in der Wolle sorgt für ein zartes Gefühl auf der Haut, ist sehr entspannend und gut gegen Rheuma und Hautkrankheiten, Schaf müsste man sein. Auf Texel leben etwa genauso viele Schafe wie Menschen. Jedes Frühjahr werden rund 11.000 Lämmer auf der Insel geboren. Am Ostermontag findet die traditionelle Lämmerwanderung statt. Außerdem gibt es eine spezielle Lämmerfahrradroute, die eine herrliche Tour durch die malerische Insellandschaft bietet. Nach dreißig viel zu kurzen Minuten werde ich wieder geweckt und während ich eine Tasse Tee schlürfe, überlege ich, warum ich überhaupt hier bin.

Indirekt hat es etwas mit den Schafen zu tun, ich möchte die größte Insel des Landes kulinarisch entdecken, um den leider weit verbreiteten Eindruck, hier gibt es nur Pommes, Fisch und Gouda, entgegen zu wirken. Dazu bin ich mit der großen Fähre in nur zwanzig Minuten von Den Helder hinüber gefahren und beziehe erst mal ein hübsches Zimmer im Hotel „De Lindeboom“ im Örtchen Den Burg. Örtchen deswegen, weil hier alles klein und überschaubar ist, denke ich jedenfalls, später weiß ich es besser.

Schon das Abendessen im Hausrestaurant „t Schoutenhys“, ist groß, die Portionen klein, heißen deswegen „Gerechies“ (kleine Gerichte), sind aber dafür vielfältig ohne Ende. Es beginnt mit einem Ko-

kosbrötchen mit Hühnchen, gefolgt von Lammwurstsalat, Kartoffelsalat mit Pesto und Pilzen sowie einer Bauern-Paté. Alles einzeln in kleinen Schalen oder Gläsern hübsch angerichtet, dazu eine Stange gegrillten Spargel mit einer sanften Jakobsmuschel. Gelungener Einstieg, dem eine Spargelsuppe mit Muscheln folgt. Das erste Hauptgericht ist Fisch, gedünsteter Kabeljau, bewacht von gebratenen Garnelen auf Risotto mit Gemüsestückchen. Das zweite Hauptgericht ist Fleisch und beginnt mit Schweinefilet und Ganda-Schinken, es folgt ein Rindereintopf, dazu kommt eine Quiche mit Rhabarber. Erst einmal eine kleine Pause, die aber unterbrochen wird von einem Teller mit einer Auswahl vom Käse der Insel, Kümmelkäse, Kuhmilchkäse und Schafskäse. Schließlich das Dessert, eine Crème Brulée, Frucht-eis, Charlotten-Rolle mit marinierten Erdbeeren und einem Parfait. Ich entscheide mich, ganz prosaisch, dazu durchgehend das süffige einheimische „Texels-Bier“ zu trinken, Wein steht natürlich in angemessener Auswahl auch bereit. Ein Glas „Jutttertje“, der Inselbrand aus vierzehn Kräutern mit einem Alkoholgehalt von 30 Prozent, verschönt mit seinem weichen, sanften Geschmack den rundum gelungenen Abend. Geschmack und Kreationen sind perfekt kombinierte Herrlichkeiten, dazu stilvolles Ambiente in einem Gebäude von 1652, einem ehemaligen Amtsgericht. Spannend ist, dass schon morgen die Zusammenstellung der „Gerechies“ wieder komplett anders sein kann, Über-

Markierte Schafe





Shi-Take-Pilzsuppe mit würzigem Körner-Gewürz-Brot



Dreierlei vom Lamm

raschungen warten also darauf, wieder und wieder entdeckt zu werden.

„De Oude Vismarkt“, mit seiner herrlichen Fischauswahl. Den bekommt man sozusagen „auf die Hand“ und die Angebote sind alle verlockend. Da gibt es den frischen Fisch, eine Sektion mit Räucherfisch, Fisch- und andere Salate und drinnen noch Hummer Muscheln und Austern. Ich entscheide mich für „Kibbeling“, mundgerecht geschnittene Stücke vom frischen Kabeljau im Backteig.

Jetzt muss ich unbedingt etwas laufen und mein Weg führt mich in das unweit gelegene „Strandräuber-Museum. Das „strandräubern“ der „Jutter“ ist zwar offiziell verboten, wird aber durchaus immer noch gemacht, der Nachschub für das Museum ist also gesichert.

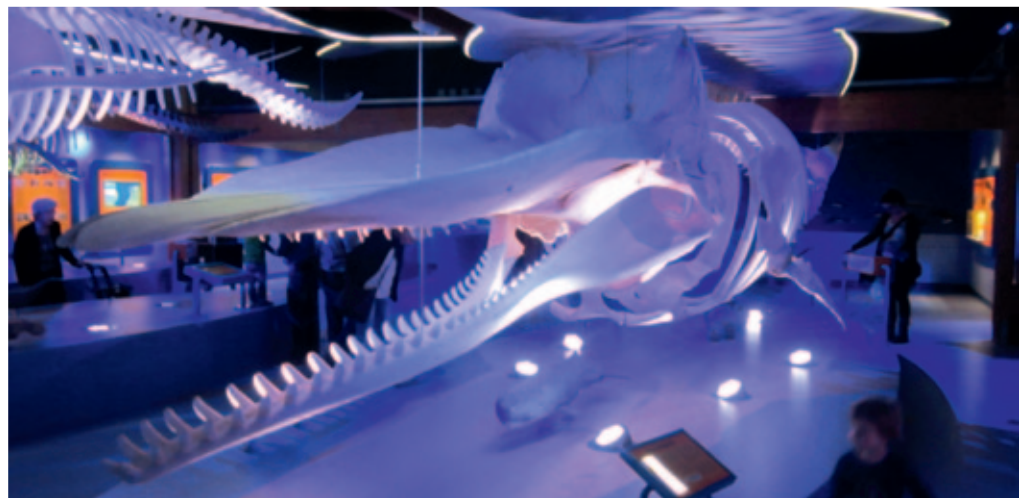
Im Hotel Texel lerne ich später eine weitere Spezialität kennen, die neben Getreide, Gemüse und Saatkartoffeln angebaut wird, den Spargel. Zum Glück ist gerade Saison und ich gönne mir eine große Portion der leckeren Stangen, der Geschmack kann mit dem anderer bekannten Anbauggebiete ganz locker mithalten. Auf dem Teller finden sich dazu eine Art

„Holländische Soße“ mit Ei, Schinken und Persilienkartoffeln. Als Vorspeise hatte ich eine Auswahl diverser Fleisch- und Schinkensorten als Carpaccio, umlegt mit Salat, rohem Gemüse und Sprossen.

Es gibt ja noch so viel zu entdecken, Golfplätze, Hofläden mit feinen Inselprodukten, Dünen, die lebendigen Dörfer, schöne Gebäude, kleine Häfen, romantische Ecken überall, immer wieder Radfahrer, Kühe und Schafe und lande dann doch wieder in einem Museum. Das heißt „ecomare“, ein Zentrum für Wattenmeer und Nordsee, ist riesig und deshalb kaum an einem Tag zu schaffen. An Dutzenden von Plätzen lernt man alles über Meer und Land, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und wie wir mit diesen Gegebenheiten umgehen, was falsch ist oder richtig. Gerade für Kinder ungeheuer interessant, besonders beim mit- oder selber machen. Es beeindruckt die riesigen Walskelette (2012 wurde ein großer Pottwal hier an den Strand gespült), die vielen verschiedenen lebendigen Wesen aus dem Meer und vom Strand in kleinen

und großen Innen- und Außenbecken, besonders die Seehunde und Kegelrobben in der Aufzuchtstation, so nahe, das man sie fast berühren kann.

Schauen und erleben macht hungrig und so nehme ich Platz im „Strandpavillon Paal 17“ direkt am langen Sandstrand, übrigens der ausgezeichnete „Beste Strandpavillon van Nederland 2014“. Als Vorspeise nehme ich eine sehr wohlschmeckende Shi-Take-Pilzsuppe mit würzigem Körner-Gewürz-Brot, die Pilze werden – natürlich – auch auf Texel angebaut. Danach folgt – endlich – ein grandioses „Dreierlei vom Lamm“, Keule, Steaks und Würstchen, begleitet von Kräuter-Kartoffelsalat, Pommes satt und einem gemischten Rohkost-Salat. So viel habe ich auf Texel erlebt, gesehen und genossen und doch war es nur ein kleiner Ausschnitt vorhandener Möglichkeiten, viel mehr wartet noch darauf, entdeckt zu werden. Das heißt definitiv: wiederkommen! Es bewahrheitet sich wieder mal der Spruch: Man muss nicht so weit reisen, das Gute liegt so nahe, eben auf Texel.



Walskelett im Museum Ecomare

Ausschnitt aus der Fischtheke vom De Oude Vismarkt



Fotos: Wolfgang Grüner

Mehr Informationen unter:
www.texel.net
www.hoteltexel.com
www.lindeboomtexel.nl
www.deoudevismarkt.nl
www.ecomare.nl
www.paal17.com

Treffen der europäischen Kochelite

bei Heiko Nieder im Dolder Grand Hotel Zürich



K.L.

Wird Zürich zum Walfahrtsort für Gourmets und Feinschmecker?

Nicht nur, dass die Stadt in den letzten Jahren kulinarisch eine bemerkenswert positive Entwicklung erfahren hat hinzu kommt, dass viele Restaurants eine kreative, aromenreiche innovative Küche anbieten die weit über die Schweizer Grenze Akzeptanz und Anerkennung findet.

Die etwas hausbackene typische Schweizer Küche wird abgelöst von jungen Köchinnen und Köchen, die sich trauen einen neuen Genuss versprechenden Weg zu gehen.

Heiko Nieder, der deutsche 2 Sterne Chef im Dolder Grand Hotel ist einer der Kö-

che die zu dieser Entwicklung beigetragen haben.

Im September d. J. veranstaltete Heiko Nieder im Dolder Grand Hotel zum ersten Mal die „Days of Culinary Masterpieces“.

Nicht weniger als 13 Gastköche, von 1 bis zu 3 Sternen, folgten seiner Einladung und freuten sich darauf im fairen Wettbewerb um die Gunst der Gäste zu kochen.

An den Abenden stand Heiko Nieder jeweils mit einem der Star Gastchefs am Herd.

Am letzten Tag fand das große Finale statt. 11 Gastköche zeigten sich in Bestform und wurden ihrem Ruf, zur europäischen Kochelite zu gehören, mehr als gerecht.

Das Dolder Grand Hotel, herrlich gelegen auf dem Dolder Berg, mit Blick auf Zürich, bietet den passenden Rahmen und ein elegantes Ambiente mit Flair und Luxus für die „Days of Culinary Masterpieces“.

Gourmets und Freunde des besonderen Genusses wünschen sich eine Fortsetzung im nächsten Jahr.

Schön wär's !!



Restaurant im Dolder Grand Hotel

Fotos: Stefan Schmidlin, Fabian Häfeli, Heinz Unger

The Dolder Grand
Kurhausstrasse 65
8032 Zürich
Switzerland
Tel. +41 44 456 60 00
info@thedoldergrand.com

The Epicure Gastköche bei Heiko Nieder im Sept. 2014



Fotos: David Biedert, Fabian Häfeli



Die Kochelite Europas



Benoît Violier (l.) mit Heiko Nieder



Massimo Bottura, rechts im Bild



Esben Holmboe Bang, Maaemo, Norwegen



Dieter Koschina, Vila Joya, Portugal



Gianluca Fusto, Italien, rechts im Bild mit Kollegen



Arnaud Bignon, The Greenhouse, England



Rolf Fliegauf, Restaurant Ecco, Hotel Giardino, Schweiz



Johannes King, Dorint Söl'ring Hof, Deutschland



Joachim Wissler, Restaurant Vendôme, Schloss Bensberg, Deutschland



Saibling mit Raps und Kamille

Auf der Route Méditerranée mit A-Rosa Stella

Savoir vivre auf der Rhône

Anne Wantia



Flusskreuzfahrten auf den luxuriösen A-Rosa-Schiffen bedeutet jeden Tag neue Landschaften und Städte zu erleben. Neben Donau und Rhein ist die Rhône/Saône Route in Frankreich das dritte Fahrgebiet der Rostocker Reederei. Immer am Samstag, von März bis November, starten die beiden Schwesterschiffe Stella und Luna zu ihren Touren ab Lyon.

Allein neun unterschiedliche Routen auf der Rhone bieten für jeden Anspruch, ob kulinarisch und/oder kulturell ein attraktives Angebot. Urlaub oder Entdeckungstour oder doch lieber Golfspielen... aus den verschiedenen Aktivitäten kann der Gast sich den Traum einer Flusskreuzfahrt erfüllen. Die Tage sind abwechslungsreich, ob an Bord, bei einer

der vielen interessanten Ausflugsfahrten oder auf eigenen Erkundungstouren. Es sind herrliche, schöne und vielfältige Landschaften, wie z.B. auf dieser Reise, Südfrankreichs, die es zu entdecken gilt. **Gour-med** hat die A-Rosa Stella auf der achttägigen Route Méditerranée von Lyon bis ans Mittelmeer nach Port St. Louis und zurück begleitet. Von Deutschland aus erreichen Sie Lyon ganz bequem per Flugzeug von allen deutschen Flughäfen, wer will kann auch mit dem Auto oder der Bahn anreisen. Sichere Parkmöglichkeiten gibt es ganz in der Nähe des Anlegers.

Die Kabinen der A-Rosa Stella sind, wie auf allen A-Rosa Schiffen, geschmackvoll eingerichtet, verfügen über eine ausreichend große Nasszelle, mit Dusche und

WC. Die Belegung einer Balkonkabine garantiert besonderen Reisegenuss, hier ist man dem Wasser ganz nah und lässt die Landschaft langsam an sich vorbeiziehen. Bei geöffneter Tür fühlt man sich wie auf einer Terrasse. Schnell ist der Alltag in weite Ferne gerückt und ein Gefühl, das der Franzose unter Laissez-faire versteht, stellt sich ein.

Der Wellness Bereich (SPA-Rosa) mit Saunen, Fitnessabteilung und der Beauty-Lounge bietet zahlreiche Behandlungen und Massagen an die den Gästen eine beliebte Abwechslung – nicht nur an kühleren Tagen – bietet.

Bei Sonnenuntergang verlassen wir Lyon und unsere Reise Richtung Süden beginnt. Schon nach 4km passieren wir die

1. Schleuse. Da müssen wir den Kapitän bewundern, nur ca. 60 cm breiter als die A-Rosa Stella ist die Schleusendurchfahrt, aber der Käpt'n meistert die Einfahrt mit dem fast 126m langen Schiff ohne die Wand zu berühren. Die Bewunderung aller Passagiere ist ihm sicher, so wundert es nicht, dass die weiteren 11 Schleusen auf dieser Reise genauso souverän geschleust werden, wie der Fachmann das Einfahren in eine Schleuse nennt.

Am 2. Tag legen wir pünktlich um 13.00 Uhr – wie im Programm versprochen, in dem kleinen Städtchen Viviers, einer mittelalterlichen Bischofsstadt mit einer Kathedrale aus dem 5.Jh., an. Von hier aus starten die ersten Ausflugsfahrten, in die Region Ardèche, u.a. zu der Madeleine Grotte, einer Tropfsteinhöhle, die zufällig 1887 von einem Schäfer, der seine Ziege suchte, entdeckt worden ist. Bestaunen Sie Stalagiten und Stalaktiten die in Millionen Jahren entstanden sind.

Ardèche ist nicht nur Name der Region, Namensgeber ist der 135 km lange Fluss Ardèche, ein beliebtes Refugium für Wildwasserfahrten und Kajaktouren. Eine Fahrt über die Panoramastraße bietet herrliche Ausblicke in das 1500ha große Naturschutzgebiet.

Einer der Höhepunkt der Panoramafahrt ist ein Stopp am berühmten Pont d'Arc, einer natürlichen Felsbrücke.

Aber was wäre eine Fahrt in die Ardèche ohne das berühmte Lavendelmuseum – umgeben von riesigen Lavendelfeldern –



Architektonisches Meisterwerk: „Pont du Gard“

in der Nähe von St. Remèze zu besuchen. Sind Sie dabei wenn nach traditioneller Methode Lavendelöl hergestellt wird und erfahren, dass Lavendel aus Persien stammt und erst seit dem 20.Jh. in der Parfum- und Pharmaindustrie verarbeitet wird.

Tipp für Radler, in Viviers gibt es einen sehr schönen Radweg entlang der Rhone. Der Nachmittag geht schnell vorüber und

die Stella wartet um in Richtung Avignon abzulegen.

Erinnerungen kommen auf an das Kinderlied „sur le pont d'Avignon“ denn vor uns liegt die berühmte Pont d'Avignon als wir am folgenden Tag Avignon erreichen. Das mittelalterliche Zentrum ist von einer viereinhalb Kilometer langen Stadtmauer umgeben. Türme und Tore geben der Stadt ein imposantes Aussehen. Mittelpunkt der Stadt sind die zwei Papstpaläste aus dem 14.Jh.

Sieben Päpste haben einst in dem wertvollsten Bauwerk der Stadt residiert. Kunst- und Kulturinteressierte finden in Avignon ein großes Angebot an historischen Gebäuden und Museen. Heute hat sich auch das moderne Leben in den Straßen und Gassen der Altstadt etabliert, Cafés, Restaurants und Geschäfte laden zum Bummeln und Einkaufen ein. Ein Ausflug nach Aix en Provence, eine der teuersten Städte Frankreichs – hier zu wohnen ist der Traum vieler Franzosen – gibt einen kleinen Einblick in die Kunst- und Museumsszene der bekannten Stadt. Nicht umsonst trägt sie den Beinamen „Stadt des Wassers“, 110 Brunnen gibt es. 40 000 Studenten leben und studieren hier – an einer der ältesten Universitäten Frankreichs.

Blick auf die Papst-Paläste in Avignon





Sonnenblumen bei Uzès



Die „Bewohner“ der Camargue

Wer Aix kennt, dem empfehlen wir einen Ausflug zum kolossalen Pont du Gard, ein antikes Architektur-Meisterwerk. Das dreigeschossige römische Aquädukt ist 275 m lang und transportierte ehemals 20.000 Kubikmeter Wasser - täglich. Auf der Rückfahrt machen wir einen Abstecher ins malerische Städtchen Uzès.

Weiter geht es nach Arles, eine historisch bedeutende Stadt, die noch heute von ihrer römischen Vergangenheit zehrt. Überall findet man mehr oder weniger guterhaltene historische Stätten, das Amphitheater aus dem 3.Jh. wird heute als Stierkampfarena benutzt und im antiken Theater finden Musikveranstaltungen statt. Besonders stolz ist Arles auf seinen langjährigen Bewohner Vincent van Gogh und hat ihm einen Stadtrundgang gewidmet, der durch Plaketten auf dem Bürgersteig gekennzeichnet ist.

Von Arles aus werden verschiedene Ausflüge angeboten. Bei einer Jeep-Tour erleben Sie den Naturpark Camargue

„hautnah“. Neben den freilebenden berühmten weißen Pferden sieht man Weiden mit riesigen Stierherden. Stierkämpfe sind im Süden Frankreichs sehr beliebt – aber im Gegensatz zu Spanien werden die Tiere hier nicht getötet. Eine weitere Attraktion sind die rosafarbenen Flamingos, die auf den Salzseen im Süden der Camargue leben. Hier in den Salinen wird das bekannte und nicht nur bei Spitzenköchen sehr beliebte Fleur de Sel gewonnen.

Ebenso startet von Arles eine Fahrt in Frankreichs zweitgrößte Stadt Marseille, das 2013 Europäische Kulturhauptstadt war. Schon von weitem sieht man das 162m hohe Wahrzeichen Marseilles auf einem Hügel stehen, die Basilika Notre Dame de la Garde.

Ein ganz besonderer Ausflug führt an die Côte d'Azur, in die mondäne Küstenstadt Nizza und ins Fürstentum Monaco. Auf Grund der langen Anreise ist leider nur ein kurzer Aufenthalt in beiden Städten

möglich. Für einen Spaziergang entlang der Strandpromenade in Nizza und einen Blick auf den Fürstenpalast in Monaco reicht es aber. Die Fahrt von Nizza nach Monaco über die legendäre Küstenstraße mit phantastischen Ausblicken aufs Mittelmeer entschädigt für die lange An- und Abreise.

Für die an Bord gebliebenen Gäste gibt es die Möglichkeit von Port St. Louis mit



Markt in Nizza



Phantastische Ausblicke bietet die Fahrt entlang der Corniche



Yachthafen in Monaco

einem Shuttlebus ans Meer zu fahren um dort ein paar Strandstunden zu verleben, bevor die Stella wieder in Richtung Lyon ablegt.

Bevor wir Lyon erreichen legen wir noch einen Stopp in Tournon/Tain L'Hermitage ein. Ein Zwillingstädtchen links und rechts der Rhône, bekannt bei Weinkennern wegen der guten Tropfen die hier gekeltert werden. In Tournon gibt es ein nettes Angebot kleiner Boutiquen und individuell geführter Lädchen.

Mit Erreichen Lyons endet unsere Kreuzfahrt auf der Rhône, den Freitag können wir noch in der drittgrößten Stadt Frankreichs verbringen, bevor es dann am nächsten Morgen zur Ausschiffung geht. Hier in Lyon fließen Rhône und Saône zusammen, letztere wird bei verschiedenen Routen der A-Rosa Schiffe auch befahren. Die sehenswerte Altstadt, Weltkulturerbe,

mit Häusern aus Gotik und Renaissance, Museen und Kirchen lädt zu Besichtigungen ein. Fahren Sie mit der Standseilbahn hoch zur Basilika Notre Dame de Fourvière und genießen Sie den phantastischen Ausblick auf Lyon. Nach einem kurzen Spaziergang erreichen Sie das Théâtres Romains (römisches Amphitheater) wo jedes Jahr im Sommer das „Festival de Lyon“ stattfindet. Ein bunter Mix aus Oper, Operette, Musical und Auftritten von Künstlern aus der modernen Musikszene.

Auf keinen Fall versäumen sollte man einen Bummel durch die Markthallen benannt nach dem berühmtesten Koch Frankreichs, Paul Bocuse. Köstlich-leckere Spezialitäten locken zum Probieren oder vielleicht doch lieber zum Mitnehmen als Reisemitbringsel.

Leider müssen wir uns am Samstagmor-

gen von „unserer“ Stella verabschieden. Perfekt organisiert klappt selbstverständlich auch die Heimreise ganz problemlos.

Wir haben hier nur einige der vielen Ausflüge näher beschrieben. Jeden Tag finden 4-5 verschiedene Touren statt. Zu Fuß, mit Fahrrädern oder Bussen geht es zu den unterschiedlichsten Zielen um Land und Leute kennen zu lernen. Zum Mittag- und Abendessen ist man wieder an Bord oder es gibt für Ganztagesausflüge Lunchpakete. Verhungern muss an Bord niemand, an den frisch und abwechslungsreich zubereiteten Buffets gibt es für jeden Geschmack eine Auswahl an regionaler, aber auch deutscher Küche. Einmal in der Woche können Gourmets an einem besonderen Angebot, dem Wine & Dine Menu, teilnehmen. Gegen einen geringen Aufpreis wird ein 5-Gang-Menü mit begleitenden Weinen serviert.

Weitere Reise-Informationen und alle Routen finden Sie in dem neuen Katalog für 2015. Dort erfahren Sie welche Vorteile der A-Rosa Kundenclub für Stammgäste bietet und über die speziellen „A-Rosa Select Premium alles inklusive“ und „A-Rosa Select classic“ Tarife.

Also dann bis bald auf der A-Rosa

A bientôt, au revoir
Auf Wiedersehen

Foto: Anne Wantia

Info und Buchungen:
A-ROSA Flussschiff GmbH
Loggerweg 5
18055 Rostock
Tel: +49 381 202 6001
Fax +49 381 44040109
www.a-rosa.de



Große Käseauswahl in den Markthallen



Wer mixt den besten Cocktail?



Leckere Desserts an Bord

Berliner Meisterköche 2014:

Berlin Partner prämiert die Besten in der Küche, in der Szene und in ihrem Fach

Die „Meisterköche“ des Jahres 2014 wurden im Rahmen einer Pressekonferenz bekannt gegeben. In sechs Kategorien wählte die mit 14 Fachleuten besetzte Jury die Preisträger aus. Das von Berlin Partner initiierte Projekt „Berliner Meisterköche“ wird bereits zum 18. Mal durchgeführt.

Der „Berliner Meisterkoch 2014“ ist **Roel Lintermans** aus dem Restaurant LES SOLISTES by Pierre Gagnaire im Hotel Waldorf Astoria Berlin. Die Begründung der Jury lautet: „Roel Lintermans ist nun wahrhaft in Berlin angekommen. Geconnt, kunstvoll, ausgesprochen mutig und bei jedem Bissen von Neuem überraschend kombiniert er intensivste Aromen und ungewohnte Texturen, ohne dabei jedoch die Balance innerhalb der Gerichte aus den Augen zu verlieren. Längst zeigt der weltoffene Neuberliner, dass er die „Sprache“ des großen Pierre Gagnaire nicht nur perfekt beherrscht, sondern dabei auch seinen ganz eigenen Berliner Stil entwickelt hat.“



Carsten Rettschlag, Restaurant Juliette

Als „Brandenburger Meisterkoch 2014“ wurde **Carsten Rettschlag** aus dem Restaurant Juliette gewählt. Ihre Entscheidung begründet die Jury folgendermaßen: „Carsten Rettschlag beeindruckt im gemütlichen Fachwerkhaus mit Kamin in der Potsdamer Innenstadt seit Jahren mit seiner kreativen, leichten und auch mal asiatisch angehauchten französischen Küche. Ein guter „alter“ Bekannter der Jury! In diesem Jahr allerdings hat er gezeigt, dass es ihm durch sein Spiel mit besten lokalen, saisonalen Produkten auch gelungen ist, eine „Brandenburger Handschrift“ auszuarbeiten, die seine Küche unverkennbar macht.“

Die Auszeichnung um den Titel „Aufsteiger des Jahres 2014“ ging an **Marcus Zimmer** aus dem Restaurant am Steinplatz im Hotel am Steinplatz. Die Jury begründet ihre Entscheidung so: „Keine Kompromisse! Null! Der junge und begabte Marcus Zimmer kocht im liebevoll renovierten und eleganten historischen Hotel am Steinplatz konsequent deutsche und Berliner Küche und zeigt damit, dass Berlins neue Genussgeneration auch

mit Stolz mit den eigenen kulinarischen Wurzeln umgehen kann. Eisbein, Königsberger Klopse sind auf Zimmers Tellern allerdings nicht „nur“ aus alten Rezeptbüchern nachgekocht, sondern mit Raffinesse verfeinert.“



Macus Zimmer, Restaurant am Steinplatz



Roel Lintermans, Restaurant
LES SOLISTES by Pierre Gagnaire,
Hotel Waldorf Astoria

In der Kategorie „Berliner Gastgeber 2014“ ist die Wahl der Jury auf Peter Frühsammer aus „Frühsammers“ Restaurant gefallen. Dazu die Jury: „Menschlich, ehrlich, herzlich, ganz die alte Schule, aber eben ohne Allüren und Schischi! Berlins Kochlegende Peter Frühsammer sorgte lange vor der Wende für Aufsehen, als einst jüngster Küchenstar Berlins. Heute beeindruckt er als perfekter Gastgeber und Herr über eine der am besten sortierten Weinkarten der Stadt im gemeinsam mit Ehefrau und Küchenchefin Sonja aufgebauten Restaurant am Grunewald. Man fühlt sich als Gast schlichtweg an die Hand genommen!“



Peter Frühsammer,
Frühsammers Restaurant

Das „Berliner Szenerestaurant 2014“ ist in diesem Jahr das The Grand. Dies erläutert die Jury so: „Berlins aktueller the place to be in der ehemaligen und sorgsam renovierten historischen Armenschule nah dem Alexanderplatz ist nicht nur schick zum Dinner – er wandelt sich den ganzen Tag über vom angesagten Ort zum Business Lunch bis hin zum ausgelassenen, bunten Club mit guter Bar spät in der Nacht. Was uns besonders beeindruckt hat: Küchenchef Tilo Roths ganz eigene Handschrift ist auf den Tellern auch weiterhin unverkennbar.“

Tim Raue erhält den Titel „Gastronomischer Innovator 2014“. Die Entscheidung begründet die Jury mit den Worten: „Kreuzberger, Kochgenie und Rebell, und wer sonst wagt es, Michelle und Barack

Obama Knödel und Bienenstich zu servieren! Tim Raue ist es in den vergangenen Jahren nicht nur gelungen, seine eigene, durch Asien beeinflusste Handschrift konsequent weiterzuentwickeln, sondern durch gleich drei Restaurants, eine Vielzahl von Schülern und seine urigste Berliner Art tatsächlich weltweit für Aufsehen zu sorgen. Raue strahlt aus!“

Dr. Stefan Elfenbein, Vorsitzender der „Jury Berliner Meisterköche“: Ein Jahrgang, besser als der beste Wein! Gekürt werden mit Roel Lintermans und Tim Raue diesmal nicht nur der Küchenchef des einzigen Restaurants eines großen



Tim Raue, Restaurant Tim Raue,
Sra Bua by Tim Raue und La Soupe Populaire

internationalen Küchenstars auf deutschem Boden, sondern auch der einzige Berliner Küchenchef der weltweit bekannt ist. Marcus Zimmer führt außerdem genial vor, dass selbst Berliner Küche wieder ‚in‘ ist. Und angestoßen wird im bunten, lebendigen „The Grand“ – auf die 2014er und ein noch genussvolleres Berlin!“

„Mit den Berliner Meisterköchen werden jedes Jahr Spitzenleistungen der Berliner Gastronomie ausgezeichnet. 25 Jahre nach dem Mauerfall hat sich Berlin von der einst geteilten Stadt in eine wahre Gourmetmetropole verwandelt. Die Gastronomieszene ist vielfältig, inspirierend und international – sie prägt die Menschen und die Stadt und stärkt Berlins Anziehungskraft für kreative Köpfe aus aller Welt“, sagt Melanie Bähr, Geschäftsführerin von Berlin Partner.

Kriterien für die Auswahl der Jury, die sich aus unabhängigen Fachleuten zusammensetzt, sind neben der Kochkunst, die Originalität der Kreationen, die Präsentation der Speisen, der Service und das Ambiente. Die offizielle Ehrung der diesjährigen Preisträger sowie die Überreichung der begehrten Auszeichnungen in Form eines handbemalten Tellers der Königlichen Porzellan-Manufaktur Berlin, findet am 8. November 2014 bei einem Gala-Diner im InterContinental Berlin statt.

Fotos: Berlin Partner | goenz.com

www.berliner-meisterkoeche.de



Matthias O. Winter und Tilo Roth, „Berliner Szenerestaurant 2014“ The Grand

„Wein muss Spaß machen!“

Exklusive Zusammenarbeit: Kempinski Hotels gewinnt Paolo Basso als Weinberater

Ein Interview mit dem besten Sommelier der Welt



Sommelier Paolo Basso

Ein Coup der besonderen Art ist Kempinski mit der exklusiven Verpflichtung des ausgewiesenen Weinexperten Paolo Basso gelungen. Der Schweizer Italiener trägt seit dem vergangenen Jahr den Titel „Bester Sommelier der Welt“ der renommierten Association de la Sommellerie Internationale (A.S.I.) und unterstützt Kempinski mit seiner Expertise bei der Kreation eines exklusiven Wein-Programms für alle Hotels der Gruppe.

Bei der Rückbesinnung auf die kulinarischen Wurzeln der ältesten Luxushotelgruppe Europas ist eine Tatsache kaum zu übersehen: Berthold Kempinski war Weinhändler und Gastronom. Und da gutes Essen stets Hand in Hand mit gutem Wein geht, wer wäre da besser geeignet für eine exklusive Zusammenarbeit als der Mann, der zum „Besten Sommelier der Welt“ gekürt wurde? Paolo Basso spricht über seine Leidenschaft für Wein, den Dom Pérignon Jahrgang 1966 und eine Reise für Weinliebhaber.

Herr Basso, Sie tragen den ganzvollen Titel „Bester Sommelier der Welt 2013“. Was muss man tun, um zum „Besten Sommelier der Welt“ gekrönt zu werden?

Um der weltbeste Sommelier zu sein, ist es absolut unerlässlich, sich kontinuierlich fortzubilden, ein Buch nach dem

anderen zu lesen, in die Weinregionen zu fahren und immer wieder zu probieren. Erfahrung und Leidenschaft dürfen dabei natürlich auch nicht fehlen. Der Wettbewerb selbst ist unterteilt in einen theoretischen und einen praktischen Teil. Es geht allerdings nicht nur um das Wissen zu Weinen aus aller Welt. Nein. Auch die Themen Weinanbau und gesetzliche Grundlagen werden geprüft.

Wann und wo haben Sie Ihre Leidenschaft für Wein zum ersten Mal bemerkt?

Ich bin von jeher fasziniert von Wein gewesen. Das Spannende ist ja, dass Wein ein ganz natürliches Produkt ist und sich von Flasche zu Flasche und von Jahr zu Jahr unterscheiden kann. Abhängig von Sonnenstunden, Regen und Frost und so vielen anderen Faktoren. Im Herbst beispielsweise beeinflusst der Temperaturunterschied zwischen Tag und Nacht die Qualität des Weines. Oder der Regen während der Blütezeit, der sich auf die Ernte auswirkt. Oder die Beschaffenheit des Bodens. All das begeistert mich.

War das das Wichtigste, was Sie als Sommelier gelernt haben?

Nein. Das wichtigste, was ich gelernt habe, ist: Wein muss Spaß machen! Als Sommelier müssen Sie sensibel sein, genau zuhören und versuchen, sich in den Gast hineinzuversetzen. Was erwartet er? Was schmeckt ihm? Meine Gäste sollen sich gut beraten fühlen und sich sicher sein können, dass sie die beste Weinbegleitung zu einem akzeptablen Preis bekommen. Daher ist es wichtig, die Gefühle und Wünsche des Gastes innerhalb von Sekunden zu durchschauen. Es macht mich einfach glücklich zu sehen, wie andere ihren Wein genießen.

Erzählen Sie uns von Ihrem schönsten Erlebnis als Sommelier.

Die schönsten Momente sind für mich immer die bei der Verkostung alter, erle-

sener Jahrgänge mit Kunden oder Freunden. Ich erinnere mich noch gut an das Event, in dessen Rahmen ich im Oktober 2013 zum „Besten Sommelier der Welt“ gekürt wurde. Wir wurden nach Hautvillers in die Champagne eingeladen und durften verschiedene Jahrgänge des Dom Pérignon Oenothèque probieren, teilweise aus der Magnumflasche.

Gibt es Ihrer Meinung nach irgendwelche speziellen Weintrends?

Ich sehe eine Rückkehr zu klassischen Weinen: elegant und ausgewogen im Geschmack, mit einem angemessenen Alkoholgehalt.

Was ist Ihr persönlicher Favorit bei Rebsorten und Wein und weshalb?

Ich habe keine bestimmte Vorliebe; das hängt stark von der Zeit, der Situation und dem Ort ab. Außerdem muss ich in meinem Job immer offen sein für Neues und für Trauben aus aller Welt.

Wenn Sie auf eine ganz besondere Weinreise gehen könnten, egal wohin, egal was es kostet, wohin würde die Reise gehen?

Ich würde die großartigen Weingüter in Bordeaux besuchen, das Burgund, die Champagne – definitiv mit Zwischenstopp in Hautvillers (lacht) – die Mosel, wo die Weinberge dem Wasser zugewandt sind; die Region rund um den Genfer See und Lavaux, das zum UNESCO-Welterbe gehört, aber auch zum Beispiel das Douro-Tal in Portugal.

Welche Weine würden Sie als Weinliebhaber auf eine einsame Insel mitnehmen – einen Weißwein, einen Rotwein, einen Schaumwein und einen Dessertwein?

Weißwein: Château Haut Brion Blanc, Pessac-Léognan, 2000, Frankreich

Rotwein: Barolo Le Vigne, Luciano Sandrone, 2009, Piedmont, Italien DRC Romanée-Conti 1978

Schaumwein: Champagne Dom Pérignon, 1966 (Magnum), Frankreich

Dessertwein: Amigne Mitis, 2006, Jean René Germanier, Valais Schweiz

Das Interview wurde aus Platzgründen leicht gekürzt

Foto: Paolo Basso

www.kempinski.com



Pagoda Nay Pei Taw

Kempinski erstmals in Myanmar

Das Kempinski Hotel Nay Pyi Taw eröffnet im November und ist ab sofort buchbar

Kempinski Hotels geht nach Myanmar. Das erste Hotel der ältesten Luxus-hotelgruppe Europas in dem südostasiatischen Staat verfügt über 141 Zimmer und Suiten. Die ersten Gäste werden ab November, rechtzeitig zum jährlich stattfindenden ASEAN Summit der Association of Southeast Asian Nations in Myanmar, empfangen. Das beeindruckende Haus ist ab sofort über www.kempinski.com für Aufenthalte ab dem 1. November buchbar.

In der Nähe des Myanmar International Convention Center (MICC) gelegen, befindet sich das neu erbaute Hotel nur eine kurze Fahrtzeit von 20 Minuten vom internationalen Flughafen der Hauptstadt entfernt. Verteilt auf drei einstöckige Villen bietet das Hotel seinen Gästen insgesamt 141 Zimmer und Suiten inklusive der mit

fast 1.400 Quadratmetern größten Suite des Landes, der Grand Royal Suite.

Das Design orientiert sich stark am Erbe Burmas mit Betonung auf die lokale Kunst, das feine Kunsthandwerk und die typischen Möbel des Landes. Deckenhöhe, weite Fenster mit Blick auf die ausgedehnte Gartenlandschaft sorgen für eine wohlthuende Atmosphäre der Ruhe und Entspannung. Im gesamten Hotel steht den Gästen der kostenlose Wi-Fi-Service zur Verfügung. Und in den Zimmern befinden sich iPads, um die Zimmertemperatur zu steuern, den Zimmerservice zu nutzen oder sonstige Informationen zu erhalten.

Insgesamt fünf Restaurants und Bars bestechen mit lokalen Gerichten und Produkten ergänzt um europäische Kochtra-

dition und sorgen für das leibliche Wohl der Gäste.

Sechs Veranstaltungsräume inklusive dem Kispandadi Ballsaal bieten bis zu 400 Gästen Platz für private oder geschäftliche Anlässe. Ein komplett ausgestattetes Business Center unterstützt darüber hinaus bei geschäftlichen Belangen und Büroarbeiten.

Zum Freizeitvergnügen bieten sich ein Außen-Schwimmbad, ein Tennisplatz sowie ein Fitnesscenter an. Im kommenden Jahr kommt ein Kempinski The Spa mit entsprechendem Wellness-Angebot hinzu.

Um den lokalen Traditionen Rechnung zu tragen, wurde ein spektakulärer Royal Pavillion aus Teakholz errichtet, der von der Architektur der frühen Konbaung-Dynastie des 18. Jahrhunderts inspiriert ist. In früheren Zeiten dienten diese Pavillions als Raum zur Begrüßung und Entspannung bei Besuchen von Diplomaten, Königen und sonstigen royalen Gästen.

„Unsere Aufgabe und unser Versprechen ist es, dieses Haus zum luxuriösesten Hotel Myanmars zu machen“, erklärt Franck Droin, Hoteldirektor im Kempinski Hotel Nay Pyi Taw. „Wir sind überzeugt das Nay Pyi Taw bald zu einer beliebten Destination für internationale Geschäfts- und Privatreisende wird, die eine entspannende Alternative zu Yangon, der früheren Hauptstadt Myanmars, suchen.“

Das Kempinski Hotel Nay Pyi Taw ist als ruhiger Ausgangspunkt geeignet, um die Schönheit Myanmars zu erkunden. Die BMW-Flotte des Hotels macht die Erkundung der Bagan-Tempelanlagen mit über tausend Tempeln, des Inle Sees, des Mount Popa, einem erloschenen Vulkan, des Pho Kyar Elefanten-Camps und der zahlreichen weiteren Sehenswürdigkeiten von Nay Pyi Taw und Mandalay einfach und bequem.

Als Eröffnungsbonbon bietet das Hotel bis 31. Dezember – je nach Verfügbarkeit und bei Vorausbuchung – eine Einführungsrate von rund 140 Euro pro Übernachtung in der Premier Suite.

Foto: Kempinski Hotels

www.kempinski.com/en/nay-pyi-taw/kempinski-hotel-nay-pyi-taw/welcome/

Großer Weingenuss an der Elbe – Achte Big Bottle Party im Jacob



ausgesprochen mineralisch, frisch und besitzen viel Power und Kraft.

Unter anderem sind folgende Winzer aus Deutschland, Europa und aller Welt dabei:

St. Urbanshof, Mosel
Christoph von Nell, Ruwer
Gut Hermannsberg, Nahe
Anette Closheim, Nahe
Dr. Bürklin-Wolf, Pfalz
Friedrich Becker, Pfalz
Weingut von Winning, Pfalz
Otmar Zang, Franken
Martin Muthenthaler, Wachau
Kracher, Neusiedlersee
Hans Schwarz, Neusiedlersee
Lichtenberg-Gonzalez, Burgenland
Agricola Molino, Piemont
Marco Bianco, Piemont
Ruggeri, Veneto
Omina Romana, Latium
Candialle, Toskana
Domaine Bott-Geyl, Elsass
Champagne Deutz
Champagne Pouillon
Bodegas Numanthia, Toro
Testalonga – Craig Hawkins, Swartland
Beaumont Wines, Walker Bay

„Große Flaschen, große Weine, großer Genuss“ – unter diesem Motto steht die alljährliche Big Bottle Party im Louis C. Jacob. Am 16. November lädt Chef-Sommelier Markus Berlinghof mehr als 40 internationale und deutsche Spitzenwinzer an die Elbchaussee. Ausgeschenkt werden an diesem genussreichen Tag im gesamten „Jacob“ fast ausschließlich Weine aus den beeindruckenden 6-l-Imperial-Flaschen. Degustieren und Flanieren stehen auch in der Küche auf dem Programm – bei Chef de Cuisine Thomas Martin und seinen sechs Kollegen aus der Sterneküche.

In Kooperation mit dem Hotel Palace in Berlin findet die Big Bottle Party in diesem Jahr bereits zum achten Mal in Hamburg an der Elbe statt. Als Premiere in diesem Jahr wird es einen Raum ausschließlich mit Schaumweinen geben – von Champagner über Winzersekt, Prosecco, Mos-

cato und Cava wird alles dabei sein.

Weinhighlights in diesem Jahr:

- Seit 2013 besteht zwischen dem Louis C. Jacob und dem traditionsreichen Champagnerhaus Deutz eine enge Kooperation: Das „Jacob“ importiert die Champagne von Deutz direkt und bei der Big Bottle Party wird sich Deutz um den kompletten Aperitif für die Gäste kümmern.

- Bodegas Numanthia ist eines der hochbewerteten Weingüter Spaniens und produziert seine Weine aus 100% Tinta del Toro Reben (Tempranillo). Die Weine bekommen immer hohe Bewertungen von 95 bis 100 Punkten.

- Martin Muthenthaler macht seit einigen Jahren Furore in der Wachauer Weinszene und mischt seine Kollegen mit ausgezeichnet straffen Weißen ungemein auf. Seine Rieslinge und Grüne Veltliner sind

Für die kulinarischen Höhepunkte verantwortlich:

Matthias Diether, Restaurant First Floor, Hotel Palace, Berlin

Johannes King, Dorint Söl'ring Hof, Sylt

Dirk Luther, Alter Meierhof, Glücksburg

Christoph Rüffer, Restaurant Haerlin, Fairmont Hotel Vier Jahreszeiten, Hamburg

Andreas Senn, Restaurant Heimatliebe, A-ROSA Kitzbühel

Ngima Sherpa, East Hotel, Hamburg

Thomas Martin Jacobs Restaurant, Hotel Louis C. Jacob, Hamburg

Foto: René Lahn

Nähere Informationen zur Buchung finden Sie unter: www.hotel-jacob.de/jacob-erlebnisse/arrangements/gour-met/big-bottle-party-2014/

Melaka International River Festival

ren einen die Schilder „Heritage Trail“. Am Town Square und am Flussufer finden sich die meisten Überbleibsel der Vergangenheit. Alle Sehenswürdigkeiten sind gut zu Fuß zu erreichen.

Besucher der pulsierenden Stadt sollten auf jeden Fall eine Bootstour auf dem Malakka Fluss machen, um einen Eindruck von der Stadt zu bekommen. Eine 45-minütige Flusskreuzfahrt geht mitten durch die Innenstadt vorbei an alten Lagerhäusern, bunt bemalten Wohnhäusern, dem abends wunderbar beleuchteten Riesenrad „The Eye on Melaka“, vorbei an historischen Brücken und der Villa „Sentosa“, einem typischem Malay House, dass man auch besichtigen kann.

Alljährlich gibt es jede Menge Veranstaltungen am und auf dem Malakka Fluss, die nicht nur Menschen aus ganz Malaysia anzieht, sondern auch aus dem Rest der Welt. Das bunte „Melaka International River Festival“ mit fast 100 Veranstaltungen findet jedes Jahr statt. Viele Attraktionen ziehen auch hier das Publikum an: Drachenboot Wettfahrten, die King & Queen Schlangenshow, traditionelle malaysische, indische und portugiesische Darbietungen oder eine Vorführung bunt geschmückter Boote auf dem Fluss laden Gäste nach Malakka ein.

Fotos: Tourism Malaysia

Weitere Informationen zu Malaysia
unter:
www.tourismmalaysia.de
und auf Facebook

www.malaysia-akademie.de/start.php

SELAMAT DATANG KE MALAKKA

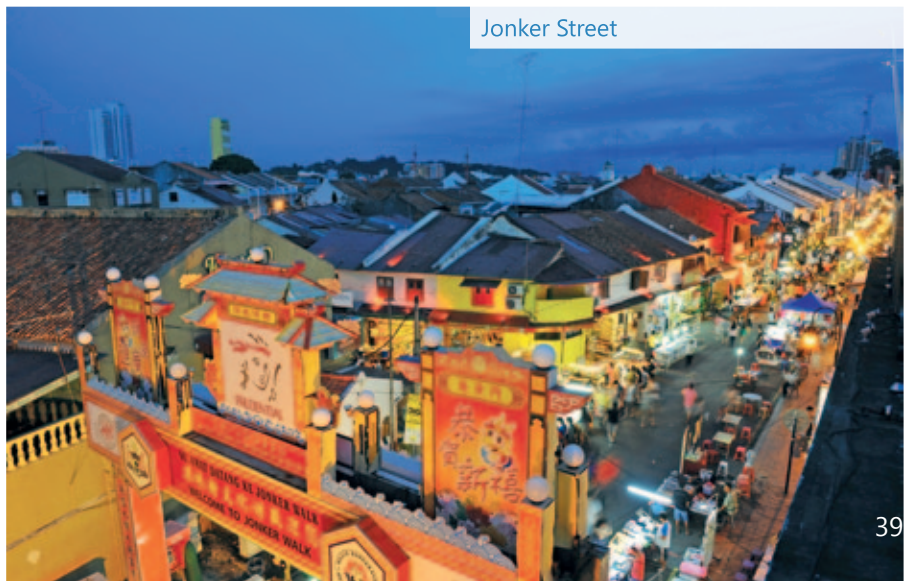
Herzlich Willkommen in der malaysischen Küstenstadt Malakka (malaysisch Melaka), in welcher der „Malakka Karneval“ jedes Jahr Ende August zelebriert wird. Gelegen im gleichnamigen Bundesstaat an der Straße von Malakka gegenüber der Insel Sumatra wurde hier auch der am 31. August anstehende malaysische Nationaltag, der Independence Day „Hari Merdeka“, mit Paraden und Feuerwerken gefeiert. Die historische Kolonialstadt, reich an Attraktionen und Sehenswürdigkeiten, ist in gut zwei Stunden von der Hauptstadt Kuala Lumpur erreichbar und eignet sich perfekt für einen Tagesausflug.

2008 von der UNESCO offiziell zum Weltkulturerbe erklärt, war Malakka in der frühen Geschichte durch die Straße von Malakka ein wichtiges Handelszentrum für Händler aus China und Indien, später auch aus Europa. Gehandelt wurde mit Gewürzen, Gold, Seide, Opium, Tabak oder Tee. Der Einfluss westlicher Kolonialmächte wie der Portugiesen und Holländer ist heute noch zu spüren. Malakka war bis zum 15. Jahrhundert eine chinesische Kolonie, dies spiegelt sich vor allem in Stadtbild wider. Das Gründungsdatum ist unbekannt, es wird jedoch von dem Jahr 1390 ausgegangen. Parameswara,

ein Prinz aus Sumatra, gründete die Stadt und gab ihr den heutigen Namen. Im 15. Jahrhundert noch malaysisches Sultanat, wurde Malakka erst von den Portugiesen, später von den Niederländern erobert.

Die Prägung der verschiedenen ethnischen Gruppen zeigt sich in der Architektur der historischen Stadt. Es gibt einen Portugiesischen Platz, die Portugiesische Festung „A’Famosa“, einen Sultanspalast aus Holz, das niederländische Stadthuys auf dem roten Platz, Chinatown oder einen Hindu-Tempel. Zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten in der Altstadt füh-

Jonker Street





Fine Dining in Chicago

Restaurant ZED 451*

Klaus Lenser

Die Großartige, so bezeichnen Amerikaner Chicago. Mit ca. 2,7 Millionen Einwohnern drittgrößte Stadt der USA im Bundesstaat Illinois präsentiert sie sich ihren Besuchern tatsächlich großartig. Chicago, eine kosmopolitische

Metropole, die nur auf Grund der vielen ethnischen Gruppen zu einer der kreativsten Städte der USA geworden ist. Eine Capitale der unbegrenzten Möglichkeiten.

Die vielen kulturellen Veranstaltungen sind fast unüberschaubar, zu entscheiden wohin man geht, fällt schwer. Die vielen Jazz- und Blues-Clubs sind auch für amerikanische Verhältnisse ein riesiges Angebot. Die meisten liegen mitten in der Stadt und ziehen täglich Tausende von Gästen an.

Eine Weltklasse-Architektur liefert ein abwechslungsreiches Stadtbild, so wie eine beeindruckende Skyline.

Für Gourmets ist Chicago ein Genuss-Eldorado. Eine typische Chicagoer Küche gibt es nicht. Die vielen zugewanderten Nationalitäten haben ihre kulinarischen Spezialitäten in die Rezepte einfließen lassen, so hat sich ein Restaurant-Angebot auf höchstem Niveau entwickelt.

Zu einem der beliebtesten Treffpunkte mitten in der City hat sich das erst seit sechs Jahren bestehende Restaurant „ZED 451“ entwickelt. Zu dem Haus gehört eine Open-Air Dachterrasse auf der sich die Businesswelt Chicagos zum Feierabend-Cocktail trifft.

Das internationale Getränke Angebot wird ergänzt durch kleine Snacks mit appetitanregenden Spezialitäten.

Dinner-Gäste finden allabendlich im großen Restaurant ein frisch zubereitetes Buffet mit köstlichen Gerichten aus der ganzen Welt. Ein Grund dafür ist die internationale Zusammensetzung der Küchenmannschaft. Köche aus Osteuropa, Lateinamerika, Frankreich oder dem Mittelmeer-Raum kochen mit Kollegen aus Asien oder Australien im ZED 451 und verwöhnen mit vielen harmonischen Aromen ihre Gäste.





Das beeindruckende Buffet bietet Speisen aus allen fünf Kontinenten an, die unbestrittenen Favoriten sind die Gerichte aus Europa und Asien. Ein üppiges Dessert-Buffet mit exzellenten Süßspeisen rundet das Gourmet-Angebot ab.

Glücklich schätzen kann sich der Gast, wenn er einen Platz nahe der Grillstation buchen kann. Mit Blick auf ein ca. zehn Meter breites Grillfeuer über dem, auf drehenden Spießen, bis zu zwölf verschiedene erlesene BIO-Fleischsorten ge-

grillt werden, genießt man ein opulentes Fleisch-Menu nach amerikanischem Muster. „All you can eat“ heißt das Motto. Essen nach Herzenslust beziehungsweise so viel man kann oder verträgt. Und das alles für einen „normalen“ Pauschalpreis, allerdings ohne Getränke.

Die Köche, einige sind Fleischgrill-Experten aus Südamerika, ermuntern die Gäste immer wieder doch noch Stücke von dem oder dem anderen Spieß zu probieren. Die wenigsten wehren sich dagegen.



Grillspezialisten bereiten perfekte Steaks

Warum auch, es schmeckt einfach köstlich. So stellt sich der Genießer das Steak-Paradies vor.

Das „ZED 451“ war lange ein Insider-Tipp der Chicagoer „Genuss-Clique“, aber Qualität, Flair und gehobenes Ambiente haben sich nicht lange geheim halten lassen. Ein Besuch in dem stylischen Restaurant lohnt sich in jedem Fall, egal ob für einen Cocktail an der Bar, nur einen Snack oder für ein Genuss-Dinner.

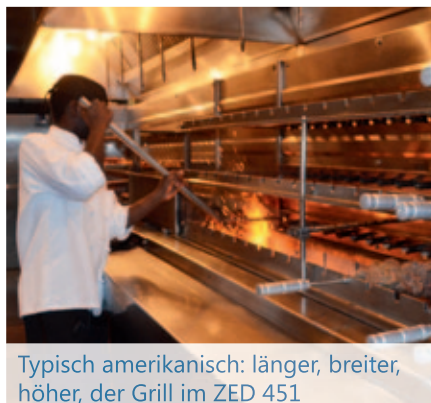
Unter den Gourmettempeln in Chicago - und davon gibt es einige - nimmt „ZED 451“ einen herausragenden Platz ein. See you at Chicago in culinary Kitchen House ZED 451

Fotos: Gour-med

739 North Clark Street
Chicago/ Illinois 60610
Fon: +1 312 266 6891
Mail: chicago@zed451.com
www.zed451.com
*ZED 451 gehört zu der Gruppe NOBU
Sushi Restaurants



Das Restaurant



Typisch amerikanisch: länger, breiter, höher, der Grill im ZED 451



Chef Patrick Quakenbusch und Managerin Jennifer Thompson



FÜR PAARE GIBT ES DOPPELBETTEN

Horst-Dieter Ebert reiste in der Business Class der AirBerlin

Das Einchecken in Düsseldorf soll ja offenbar ganz entspannt zugehen: „Na, vielleicht so eine halbe Stunde bis zwanzig Minuten vor Abflug“, sagt die lebenswürdige AirBerlin-Hostess in der Lounge lässig, als ich frage, wann ich mich denn am Gate einfinden solle. Tatsächlich stehen da keine US-Sicherheitsbeamte, die einen mit ihren bizarren Fragen aufhalten oder im Pass herum-schnüffeln („Was wollten Sie eigentlich neulich in Saudi-Arabien?“).

Dafür werden wir dann aufgefordert, zum Betreten der Maschine ausser dem Pass auch noch die Bestätigung unseres Rückflugs vorzuweisen. Die wird aber eigentlich nicht angeguckt, es genügt, mit irgendeinem Papier herumzuwedeln: „Schon gut, vielen Dank!“.

Und dann sollen wir uns nach „Boarding Groups“ anstellen: „Sie finden Ihre Gruppe rechts auf Ihrer Bordkarte.“ Auf mei-

tess, „Sie können doch noch nicht in die Maschine!“ – Und warum müssen wir dann hier stehen statt oben sitzen zu bleiben, will ein genervter Mitpassagier wissen. Also, hier bestehen noch mögliche Verbesserungen oder, wie das heute gern heißt: Beim Einsteige-Service gibt es noch Luft nach oben!

Obwohl es ja noch heller Tag ist, sieht es in der Kabine aus wie Mitternacht: Die beherrschende Farbe der grossen Sitzmaschinen sind alle möglichen Varianten von Schwarz: Blauschwarz, Anthrazitschwarz, Dunkelschwarz, nur die Sitzschalen sind im üblichen Eierschalenhellgrau. Oben drauf thront eine Art orientalisches Öllämpchen, statt eines Dochtes glimmt ein grünes Lämpchen, das ausgeht, sobald der Sitz aus der Normalposition bewegt wird. „Ich glaube, die kenne ich schon von Etihad“, sage ich zu dem jugendlichen Purser. „Ja, klar“, raunt der verschwörerisch, „die ganzen Sitze

bi, Dubai und Bangkok im Osten, Europa wird ziemlich flächendeckend bedient.

In den Wirtschaftsteilen der Presse liest sich ihre Geschichte einigermaßen holperig. „Sinkflug“ und „Missmanagement“ sind häufig benutzte Vokabeln. Von den 170 Flugzeugen 2011 fliegen derzeit noch 128, die Verluste indes sind gewachsen. Den Passagier kann das indes nicht weiter beunruhigen: Mir fällt bei derlei Unterehmensschicksalen stets ein, dass ich ja auch in der Oper in einem defizitären Betrieb sitze, von dem ich indes auf das erfreulichste subventioniert werde. Mein Business Class-Ticket über den Atlantik kostet zwar nur ein paar hundert Euro weniger als bei einer der namhaften Traditionsmarken wie Swiss, Air France oder United.

Die Sitze gehören zum Besten, was die Business Class heute zu bieten hat (also besser als Lufthansa, nicht ganz so breit

In der Presse stehen immer nur ihre Verluste, doch der Passagier wird subventioniert wie in der Oper: Diese Airline hat erstklassige Sitze und ein Essen aus der „Sansibar“, wie es wohl kaum einer erwartet.

ner steht E, das ist die allerletzte Gruppe. „Kommt denn bei Ihnen die Business Class am Schluss?“ frage ich amüsiert einen fröhlichen Schnauzbart am Gate? Der muss über mein E sehr lachen und versteht es auch nicht: „Nein, nein, natürlich haben unsere Business Class Gäste Vorrang.“

Und so wandern wir denn frohgemut in den Finger, stranden dort aber nach zwanzig Metern vor einer Absperrung: „Ja klar“, sagt eine selbstbewusste Hos-

sind von Etihad.“ Etihad ist seit 2011 der in Abu Dhabi ansässige größte Anteilseigner (und Financier) der Gesellschaft.

Die Air Line mit dem deutschen Namen, kurioserweise 1978 als Charterfluggesellschaft in den USA gegründet, erstarkte als Transporteur deutscher Urlauber in die spanischen Ferienzeile, übernahm in der Folge mehrere andere Gesellschaften (LTU, Niki) und deren Langstreckenziele. Heute fliegt sie bis Los Angeles, Florida und New York im Westen, bis Abu Dha-

wie Singapore Airlines) und sind in jenem Zickzack angeordnet, das jedem einen „barrierefreien“ Zugang zum Gang erlaubt. Hat natürlich auch einen Nachteil: „Für Paare, die das gern haben, gibt es nur drei sozusagen Doppelbetten“, lächelt die langhaarige Stewardesse, die in der Folge einen geradezu First-Class-verdächtigen Rundum-Service praktiziert.

Ihr zu Seite steht eine ganz junge mandeläugige Schönheit, wahrscheinlich eine Leihgabe des mittelöstlichen Partners, die



Vorspeisen – Tablett aus der Sansibar

den Willkommenschampagner serviert: „Von wem stammt der denn?“ – „Ich glaube aus Frankreich.“ – Na, das wollen wir doch schwer hoffen!

Von gelegentlichen AirBerlin-Flügen auf der Mittelstrecke kenne ich nur die Karte mit den Snacks aus der „Sansibar“: Currywurst und Flammkuchen, Chicken-Nuggets und Penne al Arrabiata, alles in der Preislage zwischen sieben und zehn Euro. Hier zeigen die Köche des prominenten Sylter Kultrestaurants, was sie sonst noch draufhaben. Und das ist allerhand.

Es werden zwei Vorspeisen angeboten und vier Hauptgerichte, dazu ein zusätzliches Tagesgericht („Lammfilet“, raunt mir die Stewardesse zu und leckt sich appetitanregend die Lippen). Ich starte mit dem originellen „Rillette von Shrimps und Mango“: Nicht gerade schulmässig zubereitet, doch von zarter Konsistenz und höchst delikatem Geschmack, etwas, das man nur ganz selten mal kriegt. Und als Hauptgericht habe ich nicht Hähnchen, nicht Rindfleisch und erst recht nicht das vegetarische Gericht gewählt, sondern „Garnelen und Jakobsmuscheln in Safranrisotto“, und es schmeckt genau so gut, wie es klingt.

Die Weine (drei weiße, drei rote, ein Rosé) stammen ebenfalls aus der Sansibar, man fällt vor ihnen nicht auf die Knie, wie Sansibar-Chef Seckler das gern in seinen Anzeigen propagiert, doch sie sind gut trinkbar. Und dann gibt es ja auch noch das Video-Entertainment auf

einem erfreulich großen Bildschirm. Sobald man sich an den etwas ungewohnten Bedienmodus gewöhnt hat, erschliesst sich ein reichhaltiges Für-jeden-etwas- Programm, vom „Stadtneurotiker“ bis zu „American Hustle“, die aktuellen TV-Serien à la „Breaking Bad“ und „House of Cards“ inklusive.

Die Stewardesse auf dem Rückweg ist höchst корпу-lent und lachlustig, sie wedelt mit elegant kalkuliertem Hüftschwung durch den Gang und balanciert die Tablets, als sei sie eine Zirkusartistin. Leider ist das, was sie bringt, nicht so hochkarätig: Der „klassische Amerikanische Krebsfleischkuchen“ (zu deutsch: Crab Cake) ist ein total zerschreddertes und zerkochtes Missgeschick, die Spargelspitzen zermousst, eine Art von Geschmack nicht erkennbar. Du meine Güte, wo kommt das denn her?

„Ja, heute beschwerten sich mal wieder alle“, klagt die Purserette (in der Economy wird eine Pasta mit Kartoffelsalat (!) serviert), das kann doch nicht die Sansibar sein? Nein, natürlich nicht, die betreibt (noch) keine Küchen in New

York. „Es kommt von der LSG“, verrät sie schließlich. Das ist die Catering-Tochter der Lufthansa, die weltweit viele Airlines versorgt. Und das wäre doch eine pikante Pointe, wenn sie ihrer heftigsten deutschen Konkurrenz versuchte, ein paar Knüppel in den Weg zu werfen in Form beklagenswerter Mahlzeiten, ihr also fast wortwörtlich in die Suppe spuckte ...

Ich habe mir als Trost zum Ende des Abends noch ein Glas des angenehmen südafrikanischen Roten bestellt, gucke noch ein wenig auf den Bildschirm, nicke wohl auch ein bisschen ein. Und schrecke dann plötzlich auf mit einem kalten roten Knie: Das Glas ist über den Tisch runtergewandert und hat sich ergossen, mein rechtes Knie ist rot und nass.

Die Zirkuskünstlerin kommt mit heißen Tüchern und tröstlichen Worten: „Vielleicht wollen Sie hier sitzen?“ Wir gucken uns einen anderen Sitz an (den letzten freien), doch auch da ist der Tisch schräg, hat keine Mulden oder Kanten. „Ja“, sagt sie etwas resigniert, „wenn hier keine Tischdecken mehr drauf liegen, rutschen Gläser schon mal bergab.“ Also, Obacht bei AirBerlin: Kein Weinglas ohne Tischdecke!

Fotos: airberlin

www.airberlin.com



AirBerlin-Crew in Werbe-Pose



650 GÄSTE BEIM ZWÖLFTEN FESTIVAL DER MEISTERKÖCHE IM ALTHOFF GRANDHOTEL SCHLOSS BENSBERG

Internationale und deutsche Sterneköche gaben sich traditionell am letzten Sonntag im August beim Althoffs Festival der Meisterköche den Löffel in die Hand



Nils Henkel 2 Sternekoch (l.)
Althoff Manager Andreas Schmitt

Am 31. August wurde Bergisch Gladbach wieder zum Zentrum der Spitzenkulinarik: Zum zwölften Mal fand im Althoff Grandhotel Schloss Bensberg das Festival der Meisterköche statt. Sterneköche aus vier Nationen mit 27 Sternen im Guide Michelin, 213,5 Gault-Millau-Punkten und 34,5 Feinschmecker „F“ richteten für rund 650 Gäste und Freunde des Hauses eine facettenreiche Bandbreite an Gerichten auf mobilen Kochstationen an. Auch drei Drei-Sterne-Köche – Kevin Fehling, Joachim Wissler und Christian Jürgens – waren beim Gipfeltreffen der Meisterköche dabei. Die Gäste konnten bei der Zubereitung und dem Anrichten der Teller zuschauen und mit den Profis ins Gespräch kommen.

Um 13.00 Uhr läutete der Champagnerempfang in der Lobby des Hotels den Beginn des Festivals ein. Der anschließende „Walking Lunch“ von 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr entführte die Besucher auf eine genussreiche Entdeckungsreise durch die Säle des Barockschlosses. Neben den Gerichten der Kochelite wurden auch die passenden Weine aus europäischen und deutschen Anbaugebieten präsentiert.

Erstmals war in diesem Jahr Deutschlands jüngster Drei-Sterne-Koch Kevin Fehling (**La Belle Epoque, Columbia Hotel Casino Travemünde) mit von der Partie. Spitzenkoch Heiko Nieder (**The Restaurant, The Dolder Grand, Zürich) sorgte zum zweiten Mal für erlesene

Gaumenfreuden, und der deutsche Zwei-Sterne-Koch Dirk Luther (**Restaurant Meierei Dirk Luther, Alter Meierhof Vitalhotel, Glücksburg) kredenzte den Festivalgästen zum dritten Mal in Folge kulinarische Gaumenfreuden.

Tim Raue (**Restaurant Tim Raue, Berlin) begeisterte die Festivalbesucher zum zweiten Mal mit innovativen Geschmacksexplosionen. Neben Onno Kokmeijer (**Ciel Bleu Restaurant, Hotel Okura, Amsterdam) sorgten außerdem erneut zwei weitere namhafte Küchenvirtuosen aus den Niederlanden für kulinarischen Hochgenuss: Die japanische Kochlegende Masanori Tomikawa (*Restaurant Yamazato, Hotel Okura) reiste aus Amsterdam und Spitzenkoch Erik van Loo (**Restaurant Parkheuvel) aus Rotterdam

an. Für Spitzengastronomie aus Portugal zeichnete sich Dieter Koschina (**Vila Joya, Vila Joya & Joy Jung Spa, Albufeira) verantwortlich.

Mit Joachim Wissler, Christian Jürgens, Nils Henkel, Holger Lutz, Sebastian Prüßmann, Thierry Thiercelin und Marcus Graun, die insgesamt elf Michelin-Sterne, 107,5 Gault-Millau-Punkte und 21,5 Feinschmecker „F“ auf sich vereinen, war zudem für außergewöhnliche Gaumenfreuden aus den Häusern der Althoff Hotel Collection gesorgt.

Foto: Ulrik Eichentopf, Gour-med

Weitere Informationen unter:
www.schlossbensberg.com



Heiko Nieder 2 Sternechef im Dolder Grand Hotel Zürich



Genussvolle Speisen begeisterten die Gäste

KOCHEN WIE LENGSELD

Exklusive Kochkurse im
Sra Bua by Tim Raue

Wer Interesse an hoher asiatischer Kochkunst hat, muss nicht weit in die Ferne fliegen. Das Sra Bua by Tim Raue auf der Rückseite des Hotel Adlon Kempinski bietet exotische und ausgefallene Küche zum Nachkochen. Küchenchef Daniel Lengsfeld lässt sich am jeweils ersten Samstag des Monats ab 15 Uhr über die Schulter schauen. Ob Currys, Sushi, Dim Sum & Salate oder Thai Ente – an vier Terminen mit unterschiedlichen Themen erlernen die Teilnehmer, wie durch europäisches Handwerk gepaart mit fernöstlichen Aromen ein „Sra Bua-Erlebnis“ kreiert wird.

- Der dritte Kochkurs in der Reihe ist „all about Sushi“. Die Kursteilnehmer lernen das Einmaleins der Sushi-Küche, wie Sushi Klebereis hergestellt wird und wie er zu Maki oder Nigiri geformt und gerollt werden kann. Der Sushi-Kurs findet am 1. November statt.
- Am 6. Dezember, dem Nikolaustag, bietet Lengsfeld einen Kochkurs der besonderen Art: Weihnachtsgans einmal anders – als Thai Ente. Im Kurs lernen die Teilnehmer Füllung und Glasur, die Herstellung einer kräftigen, süßen Hosin Sauce und Sesampfannkuchen als Beilage.

Die Kochkurse beginnen jeweils um 15 Uhr mit einer kurzen Begrüßung und einem Aperitif. In Kleingruppen von maximal 12 Personen werden gemeinsam die Speisen vorbereitet. Ab 19 Uhr folgt schließlich das Ruam-Gan-Menü, ein drei Gänge Menü, das ganz der Idee des Teilens verschrieben ist. Jeder Gast kann somit die verschiedenen Köstlichkeiten probieren. In der angrenzenden Sra Bua-Bar können die Teilnehmer den Abend perfekt ausklingen lassen.

Reservierungen werden unter der
Telefonnummer 030 2261 1959
oder der E-Mail-Adresse
srabua.adlon@kempinski.com
entgegen genommen.

www.kempinski.com

500 Gäste auf der Radisson Blu Relaunch Party in Dortmund

Mit viel Herz und noch mehr Lokalkolorit
feierte das Hotel seinen Neustart

Ausgezeichnet, ausgelassen, außer-
gewöhnlich – auf der großen Re-
launch Party im Radisson Blu Hotel,
Dortmund am Donnerstag, 21. August,
amüsierten sich rund 500 Gäste, darun-
ter Oberbürgermeister Ullrich Sierau,
Fußballspieler Neven Subotic, BVB-Sta-
dionsprecher Norbert Dickel und IHK-
Präsident Udo Dolezych. Bis spät in die
Nacht hielt DJ N-Sure die Feiernden in
Schwung, Fußball-Akrobat Mehmetcan
Örücü begeisterte mit seinen spektaku-
lären Tricks am Ball und die Köche des
Restaurants „GINGER.“ versorgten die
Gäste mit köstlichem Fingerfood.

Dass das Radisson Blu Hotel in Dort-
mund sich zu der Stadt bekennt und
auch sozial engagiert ist, unterstrich Ho-
teldirektor Dieter Ulbricht, indem er der
Neven Subotic Stiftung eine Plattform
auf der Veranstaltung bot. Dickel ver-
steigerte für die Stiftung ein BVB-Trikot
mit allen Unterschriften der Spieler und
ein auf der Party gesprühtes Graffiti-Bild.

Dabei erzielte er einen Erlös von insge-
samt 1.650,- Euro. Über den Verkauf von
Losen konnten weitere 1.700 Euro an die
Stiftung übergeben werden.

Die Gäste waren begeistert und lobten
das eindrucksvolle Event. Die Party mar-
kierte den Endpunkt einer komplexen
Umbauphase: 190 Zimmer wurden bei
laufendem Hotelbetrieb komplett saniert
und komfortabel-modern eingerichtet
Lobby, Restaurant und Bar erstrahlen in
neuem Look. Die Umbaumaßnahmen
fanden statt, ohne dass die Gäste be-
einträchtigt wurden. „Das war für unsere
Mitarbeiter eine enorme Herausforde-
rung, die sie hervorragend gemeistert
haben“, hob General Manager Dieter Ul-
bricht das Engagement seines Teams in
seiner Begrüßungsrede hervor.

Foto: T.W.O Agentur

www.carlson.com, www.rezidor.com

Radisson Blu Dortmund: Nicole Langenberg, Oberbürgermeister, Ullrich Sierau,
Stadionsprecher Norbert Dickel, Hoteldirektor Dieter Ulbricht (v.l.n.r.)



ICH BIN DANN MAL WEG: DEUTSCHE KÖCHE AM ANDEREN ENDE DER WELT

Eine aufstrebende Restaurantszene, hochwertige Produkte wie Neuseeländhirsch direkt vor der Haustür und eine spannende Mischung aus atemberaubender Natur und urbanem Leben sind nur einige Gründe, warum es immer mehr deutsche Köche, Gastronomen und Serviceprofis nach Neuseeland zieht. Manche lernen die Inseln im Südpazifik auf einem Kurztrip kennen, andere absolvieren mehrwöchige Praktika, und wieder andere bleiben gleich für immer.

„Die neuseeländische Top-Gastronomie ist sehr professionell und kreativ, obwohl sie erst in ihren Anfängen ist“, erklärt Drei-Sterne-Koch Kevin Fehling aus dem Restaurant La Belle Epoque in Travemünde. Zwei-Sterne-Koch Wolfgang Becker aus Becker's Restaurant in Trier ergänzt: „Dennoch ist die Küche sehr vielschichtig und modern, und ganz besonders hat mich die lockere Stimmung in den Restaurants beeindruckt.“ Die beiden deutschen Spitzenköche sind vor kurzem gemeinsam mit ihren Kollegen Karlheinz Hauser** und Matthias Diether* nach Neuseeland gereist, um sich vor Ort von der Qualität einheimischer Produkte zu überzeugen und die Restaurantszene kennenzulernen. Besonders imposant für Zwei-Sterne-Koch Karlheinz Hauser aus dem Seven Seas in Hamburg waren die Lebensbedingungen neuseeländischer Hirsche: „Auf den Wiesen finden die Tiere Gräser und Blätter und im Winter Futterrüben, das gibt einen guten Fleischgeschmack. Die Farmer machen ihren Job wirklich mit Hingabe.“

Top-Produkte im Mittelpunkt

Die Produktfülle ihres Heimatlandes ist neben Kreativität und Ambition das wichtigste Instrument neuseeländischer Köche. „Sehr viele Lebensmittel werden ins Ausland exportiert“, so Graham Brown. Der neuseeländische Spitzenkoch, der regelmäßig auf internationalen Kochevents

auftritt, unterhält als Ausgleich eine kleine Hirschfarm bei Christchurch. „Fleisch von meinen Tieren geht vor allem nach Europa und in die USA“, so Brown. „Nicht nur die Aufzucht der Hirsche, sondern auch die Verarbeitung ist hochprofessionell. Deshalb ist das Fleisch international so begehrt.“ Seine Lieblingszubereitung: ganz pur auf dem Grill. Beim gemeinsamen Kochen während des Besuchs der deutschen Sterneköche verarbeitete Karlheinz Hauser das Fleisch spontan sous vide. Dass kein Sous-Vide-Gerät vorhanden war, störte den Zwei-Sterne-Koch nicht: „Die Tiere werden so jung verarbeitet, dass das Fleisch sehr mild ist. Also dachte ich mir, warum sollten wir es nicht medium-rare servieren?“ Das Ergebnis: butterzartes Fleisch, von dem auch Grillfan Brown begeistert war.

Faszination Neuseeland

Besonders auf junge Köche übt Neuseeland eine große Anziehungskraft aus. „Ich könnte einen ganzen Tag lang erzählen, was ich an beruflichen und privaten Erfahrungen mitgenommen habe“, so Ricky Saward. Der 25-Jährige war Sieger des ersten Neuseeländhirsch Young Chefs Exchange Programs, in dessen Rahmen vier Jungköche aus Deutschland Anfang 2013 für vier Wochen nach Neuseeland reisten und in einigen der besten Restaurants des Landes arbeiteten. „Für immer nach Neuseeland gehen? Für mich nicht ausgeschlossen“, erklärt Saward.

Auch die 26-jährige Servicekraft Franziska Gelhardt hat sich in die südpazifischen Inseln verliebt und arbeitet im Restaurant Depot des neuseeländischen Kochs Al Brown. Nach 13 spannenden Monaten in Auckland ist sie kürzlich nach Deutschland zurückgekehrt und arbeitet im Sterne-Restaurant Carmelo Greco in Frankfurt. „Auch hier wird mit neuseeländischen Produkten gekocht, das finde ich nach meiner Auslandszeit natürlich besonders spannend. So macht unser Sternekoch aus dem eleganten Hirschfleisch

YCEP-Gewinner 2014, Christopher Sokoll, Lisa Hermes, Jan Hendrik Hundertmark und Andreas Högg (v.l.n.r.)



nicht nur Hauptgänge, sondern auch mal eine Bolognese oder ein Tonnato.“

Internationaler Austausch unter Profis

Während ihres Besuchs in Neuseeland ließen es sich die deutschen Sterneköche nicht nehmen, sich mit einheimischen Kollegen zu treffen. Unter anderem mit Nic Watt aus dem „Best New Restaurant 2014“ Masu, Sean Connolly aus The Grill, „Chef of the Year 2013“ Des Harris aus dem Clooney und Sid Sahrawat aus dem „Restaurant of the Year 2014“ Sidart diskutierten sie über Gemeinsamkeiten und Unterschiede der deutschen und neuseeländischen Küche. Ebenfalls mit dabei: die vier Finalisten des diesjährigen Neuseeländhirsch Young Chefs Exchange Programs. „Es war beeindruckend, Spitzenköche aus Deutschland im Austausch mit den besten Köchen Neuseelands zu erleben“, so Teilnehmerin Lisa Hermes.

Foto: Neuseeländhirsch

Weitere Informationen:
www.neuseeländhirsch.de
www.neuseeländhirsch.de/young-chef-exchange-program.html



Abu Dhabi Theatre

UNESCO-Welterbe-Stadt Al Ain. Gespielt werden Werke von Liszt, Strauß und Wagner.

Zusätzlich zum Hauptprogramm wird bei dieser Konzertreihe ein besonderer Fokus auf die bedeutende Rolle von Bildung und die Weitergabe von Musikwissen gelegt. Die Künstler werden Schulen und Universitäten in Abu Dhabi besuchen, um die Leidenschaft für die Musik bei den emiratischen Kindern und Jugendlichen zu wecken.

„Die Abu Dhabi Classics werden begleitet von Seminaren und Gesprächsreihen, die dem Thema klassische Musik im Allgemeinen und den einzelnen Komponisten, deren Stücke gespielt werden, gewidmet sind“, erklärt Dr. Roland Perlwitz, Head of Music Programming, Cultural Sector, Abu Dhabi Tourism and Culture Authority. „Die Konzertreihe verspricht eine einzigartige und ganzheitliche Erfahrung, die es jedem ermöglicht, den Zauber und die Vielfalt des Universums der klassischen Musik zu erkunden und zu genießen“, so Dr. Perlwitz weiter.

Weitere Einzelheiten zu den Abu Dhabi



Violinist Gidon Kremer

Classics unter www.abudhabievents.ae. Der Ticket-Vorverkauf startet in Kürze. Interessenten können sich vorab registrieren lassen, mit einer Mail an abudhabiclassics@tcaabudhabi.ae. Verschiedene Veranstalter bieten Pauschalen und Pakete an, so beispielsweise Nirvana Travel & Tours.

Fotos: Abu Dhabi Tourism & Culture Authority (TCA Abu Dhabi)

Allgemeine Informationen zu Abu Dhabi unter www.visitabudhabi.ae/de.

ABU DHABI CLASSICS: EINE MUSIKALISCHE REISE DURCH ORIENT UND OKZIDENT

Achtmonatige Konzertreihe präsentiert die Crème de la Crème der klassischen Musik

Abu Dhabi Classics, die äußerst erfolgreiche, internationale Konzertreihe, kehrt nach einer dreijährigen Pause wieder ins Emirat zurück. Einige der bekanntesten Musik-Talente und Orchester werden in der Hauptstadt der VAE, auf der Kulturinsel Saadiyat Island und in Al Ain, dem historischen Zentrum des Emirats, auftreten.

Unter der Schirmherrschaft der Abu Dhabi Tourism & Culture Authority startet die Neuauflage der Konzertreihe im Oktober und wird bis Mai 2015 fortgeführt. Die Saison 2014/2015 steht unter dem Motto „Der Reisende“ und lädt auf eine musikalische Entdeckungsreise ein, die Höhepunkte der klassischen Musik aus Orient und Okzident präsentiert. Für die kommende Saison stehen zwölf Konzerte mit Künstlern aus über 20 Ländern auf dem Programm.

Eröffnet wird die Konzertreihe am 14. Oktober im Kulturzentrum Manarat Al Saadiyat auf Saadiyat Island. Das 32-jährige französische Ausnahmetalent Lydie Soloman nimmt die Zuhörer am Klavier mit auf Chopins Reisen. Von Marokko bis nach Afghanistan geht es am 20. November auf den Spuren des großen muslimischen Forschungsreisenden Ibn Battuta. Seine Aufzeichnungen werden von dem spanischen Gambisten Jordi Savall und seinem Ensemble Hespèrion XXI musikalisch umgesetzt. Am 28. Oktober wird im Theater von Abu Dhabi der baltische Stargeiger Gidon Kremer mit dem von ihm gegründeten Kammerorchester Kremerata Baltica zu Gast sein. Weiteren Ohrgenuss versprechen zwei Konzerte der Sächsischen Staatskapelle Dresden, am 17. Februar 2015 im Emirates Palace und einen Tag später, am 18. Februar 2015, im historischen Al Jahili Fort in der

24. bis 30. November: Gastronomische Herbsttage in Navarra

Trüffel und Wildgerichte

Im Herbst beginnt die Jagd wieder und so stehen im Oktober und November – besonders in der Pyrenäen-Region Navarras – auf den Menükarten der Restaurants Wildgerichte. Traditionelle Rezepte treffen auf die Haute Cuisine – Genuss für jeden Geschmack und Geldbeutel. Die gastronomischen Tage werden von der lokalen Tourismusbehörde in Bertiz organisiert.

Trüffel-Messe

Valdorba ist ein pittoreskes Tal in Navarras Mitte, in dem man sowohl gut erhaltene romanische Bauten sowie besonders viele Pilze findet. Dazu gehören natürlich auch exquisite Trüffel. So findet hier alljährlich eine Fachmesse rund um dieses Produkt statt. Köche und Persönlichkeiten der internationalen Kochszene treffen sich in diesem Jahr am 14. Dezember 2014, um sich über die Geheimnisse dieses einzigartigen Nahrungsmittels auszutauschen. Daneben bietet die Messe ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm: Verkostungen mit Trüffel-Pinchos, Vorführung einer echten Trüffelsuche und vieles mehr. Die musikalische Begleitung und Unterhaltung geht auf lange Traditionen zurück. Darüber hinaus nehmen verschiedene Restaurants der Gegend das ganze Wochenende Trüffelgerichte in ihre Speisekarte auf.

Fotos: FVA Navarra

www.turismo.navarra.es
www.turismo.navarra.es/deu/home



Trüffel ganz frisch



Köstliche Trüffel verarbeitet



Heute eine ganz französische Auswahl, wobei nicht alles ganz so französisch ist wie es scheint. Immerhin ein total skurriles einmaliges Buch über das "Bordel" (wie bitte?) und das Poesiealbum über das "Tantris", wo einst die neue französische Küche in Deutschland startete.



ANEKDOTEN UND EDEL-GOSSIP

Judith Stoletzky
„La Grand Bordel“
 Becker Joest Volk Verlag
 248 Seiten, 37 Euro
 ISDN 978-3-938100-84-4

Nein, es heißt nicht (nur), was einem sofort einfällt, sondern (zumindest auch) „Durcheinander“ – die Verfasser dieses wirren, kreuzfidelten Buches betonen es extra, damit man sie nicht missversteht. Ob man sie überhaupt versteht, kümmert sie erkennbar weniger.

In diesem Durcheinander gibt es jede Menge Edel-Gossip und Anekdoten über berühmte Gastrosophen der Geschichte und ihre Werke, über Filmstars und Promis von Dior bis Gunter Sachs, von Picasso bis zur Herzogin von Windsor. Wer in dieser höchst amüsanten Fabulierelei – den Namen der Autorin muss man sich merken: Judith Stoletzky – einen roten Faden sucht, findet ein paar Gastronomen in Hamburg und die Solverino-Sippe in der Sterne-Szene von Mougins in der Provence.

Die Fotos im ersten Teil des schönen großformatigen Bandes haben (wie manche Texte) fast surrealistische Qualität von der witzigen Art; im zweiten werden die Rezepte aus dem Ottenser Restaurant schön atmosphärisch illustriert. Wers genauer wissen will: "Brasserie La Provence" heißt die Adresse.



ES LEBE DIE REVOLUTION!

Daniel Galmiche
„Kochen à la Liberté. Französische Rezepte, neu interpretiert“
 Gerstenberg
 224 Seiten, 29,96 Euro
 ISDN 978-3-8369-2099-5

Nein, die Rezepte stammen nicht aus der Französischen Revolution, sie stammen nicht einmal aus Paris: Der Autor Daniel Galmiche kocht seit fast dreißig Jahren in England, freilich als hochgerühmter französischer Sterne-Koch und daher stammt auch sein (ursprünglich englischsprachiges) Buch, das solide, doch nicht extravagant aufgemacht ist und mit informativen Fotos bebildert wurde.

Aber die Kapitel hat er nationalbewusst betitelt: Liberté für „Rezepte, die sich von den Fesseln der traditionellen Küche gelöst haben“; Egalité „bringt Demokratie in die Rezepte“; Fraternité "feiert die Eintracht" von „klassischen Zutaten innovativ und stilvoll neu kombiniert“ – das alles versteht man vielleicht wirklich nur als richtiger Franzose.

Ob und wie neu die Rezepte interpretiert werden, können wir mangels Koch-Erfahrung noch nicht sagen. Immerhin outet sich im Vorwort Heston Blumenthal, der berühmte Patron des benachbarten „Fat Duck“ als Gleichgesinnte: „Vive la révolution!“



SANDWICH UND JOGHURT

Rachel Khoo
„Meine französische Küche“
 Dorling Kinderley
 288 Seiten, 24,95 Euro
 ISDN 978-3-8310-2582-4

Nein, auch dieser Titel ist nur halb so französisch wie es scheint: Die hübsche, sympathisch verrundete Autorin, die sich liebevoll durch das Buch lächelt, ist malaiisch-österreichischen Geblüts, sie wuchs in London auf und in einer bayrischen Klosterschule. Sie besuchte die Kochschule Le Cordon Bleu und machte gleich ein (englisches) Paris-Buch daraus.

Dies ist die Fortsetzung und handelt von „Frankreichs Genießerregionen“.

Rachel hat sie alle besucht und nach Spezialitäten geforscht. Was sie mitgebracht hat, ist mehrheitlich nicht große Küche: Ihre Rezepte „lassen sich in jeder Küche zubereiten, und man muss dafür kein Sternekoch sein“.

So erzählt sie, wie man Schinkensandwich mit baskischem Ketchup bereitet oder auch Joghurt mit Himbeercoulis. Da tritt immer wieder eine fröhliche Naivität zutage: So taugte es notfalls auch als Kinderbuch, jedenfalls für die älteren Semester.



POESIEALBUM DER LUXUSKLASSE

„Tantris“
 Callwey Verlag
 224 Seiten, 49,95 Euro
 ISDN 978-3-7667-2108-2

Nein, dies ist kein Jubiläumstitel zu einem runden Geburtstag. Das berühmte Münchner „Tantris“, eröffnet 1971, ist gerade ungrade 43 Jahre alt und hat doch eine Art allerschönstes Jubiläumsbuch hervorgebracht, ein Poesiealbum der Luxusklasse, wie sie sich für diesen wahrhaften Tempel der neuen französischen Küche gehört.

Einer der Ruhmredner vergleicht das in einer durchaus etwas verrückten Architektur erbaute Restaurant gar mit der Freiheitsstatue (wegen der „Symbolik hoffnungsvoller Erneuerung“), es selbst läßt immer noch eher selbstironisch seine Wandbeschriftung leuchten: „HUNGER LIEBESHUNGER BÄRENHUNGER BELLENDER MAGEN“.

Der Gründer, Bauunternehmer und Feinschmecker Fritz Eichbauer, hat mit dem Tantris zugleich die bis dato kaum vorhandene Esskultur in Deutschland etabliert. Mit untrüglichen Geschmack entdeckte und förderte er seine Köche in den Himmeln der Sterne: Erst Eckart Witzigmann, dann Heinz Winkler und seit 1999 Hans Haas. Sie werden porträtiert und revanchieren sich mit ihren besten Rezepten – höchst mundwässernd fotografiert.



Altstadtbummel mit Schlossblick

Schwerins Architekturschätze bilden den imposanten Rahmen für Streifzüge durch die historische Altstadt – ausgiebige Einkaufsfreuden inklusive

Die frühere Residenzstadt der mecklenburgischen Großherzöge reihte in ihrer 850-jährigen Baugeschichte eine Architekturperle an die andere. Heute bekommen Schloss, Dom, Staatstheater und viele andere historische Gebäude ihren großen Auftritt. Idyllisch gelegen zwischen den Ufern des Schweriner Sees und des Pfaffenteiches lassen sich die baulichen Schätze beim Altstadtbummel ganz ohne Eile entdecken. Rund herum laden individuelle Lädchen und traditionsreiche Gasthäuser zum Shoppen und Genießen ein.

Wo früher der Adel in Schwerin flanierte lässt es sich heute besonders stilvoll shoppen. Hier kann man hinter wind-schiefen Altstadtgiebeln in edlen Boutiquen stöbern, auf dem Weg zum nächsten Einkaufsvergnügen an imposanten Herrschaftsbauten vorbeibummeln oder seinen Kaffee auf dem historischen Marktplatz mit Blick auf den mittelalterlichen Backsteindom genießen. Immer in Fühlweite: das berühmte Schloss – traumhaft gelegen auf einer Insel inmitten des Schweriner Sees am Fuße der Altstadt.

Kunstvolles in der Schelfstadt

Folgt man den schmalen Gassen aus Kopfsteinpflaster vom Altstädtischen Markt Richtung Norden, gelangt man ins Herz der Schelfstadt. In der Puschkin- und Münzstraße trifft man auf Handgemachtes und Dekoratives, es wird getöpfert, geschneidert, Schmuck und Kunsthandwerk hergestellt. Ein besonderer Tipp ist das Kunsthaus „Das Kontor“ in der Puschkinstraße 36. Das wunderschön restaurierte Kaufmannshaus aus der Renaissance gehört zu den ältesten erhaltenen städtischen Fachwerkhäusern in Meck-

lenburg. Innen verbinden sich Kultur- und Einkaufserlebnis auf charmante Art.

Friedrichstraße: Flair und Fundstücke

Liebhaber von Altem sind in der Friedrichstraße an einer guten Adresse. Hinter wundervollen Prunkfassaden reihen sich liebevoll arrangierte Antiquitätengeschäfte aneinander. Straßenfeste, Flohmärkte, Kunstaktionen oder Ausstellungen machen die Straße vom Südufer des Pfaffenteichs, vorbei am majestätischen Dom, bis hin zur Puschkinstraße zur Schweriner Traditionsmeile. Große Geschichte(n) erzählt insbesondere das Zigarrenhaus Preußler in der Friedrichstraße 6. In dem schmalsten Geschäftshaus Schwerins mit der extravaganten Putzfassade gibt es bereits seit 1924 Tabakwaren. Noch heute weisen Zigarre und Pfeife rauchende Personen als Wandmalereien auf die lange Tradition dieses Hauses hin.

Im Musikladen „KlangWert“ wird an die Salon-Kultur vergangener Jahrhunderte angeknüpft. Abends gibt es Live-Musik unterschiedlichster Genre, Diskussionen und Lesungen, tagsüber werden Tonträger im musikalischen Spektrum zwischen Jazz und Klassik (CD und Vinyl), Bücher und Zeitschriften verkauft.

Genuss pur rund um die Engen Gassen

Vom Markt ausgehend Richtung Süden führen die Einkaufswege durch die Schusterstraße und engen Altstadtgassen in die Buschstraße. Sollte man das Angebot dieser Straßenzüge beschreiben, würde es wohl irgendwo zwischen exklusiv und alternativ liegen. Eine wunderbare Kombination, die sich in den als zum Teil als Fußgängerzonen ausgewiesenen Straßen entspannt genießen lässt.



Wer einen besonderen Anlass sucht, Schwerin zum Bummeln und Shoppen zu besuchen, sollte die verkaufsoffenen Sonntage und das Late-Night-Shopping nicht verpassen. In diesem Jahr haben die Geschäfte der Innenstadt und die Einkaufscenter rund um den Marienplatz an den Sonntagen des 05. Oktober und 30. November 2014 für Kauffreudige geöffnet. Über verlängerte Öffnungszeiten am Samstag können sich Besucher am 06. Dezember im Rahmen des traditionellen Mondscheinshoppings sowie am 20. Dezember 2014 anlässlich des Schweriner Weihnachtsmarktes freuen.

Fotos: Luise Kolpin, Andreas Duerst

www.schwerin.info

Naturhotel Waldklausen



NEUE KOMMUNIKATION FÜR GREEN PEARLS GMBH

Neue Ansprechpartner für die Presse
und den Bereich Social Media

Green Pearls GmbH ist weltweit die führende Plattform für nachhaltige Hotels – sowohl für Freizeit- als auch Geschäftsreisende. Derzeit gehören 39 Hotels aufgrund ihrer nachhaltigen Kompetenz und grünen Projekte dazu. Seit Juli 2014 ist Insa Witte von CASA 92 Kommunikation neue Ansprechpartnerin für die Öffentlichkeits- und Pressearbeit. Ihre Kollegin Murielle Standley füllt ab sofort die Social Media Präsenz von Green Pearls mit Leben.

„Unsere Hotels wollen gefunden werden, deshalb müssen wir professionell kommunizieren. Dabei wenden wir uns an zahlreiche Zielgruppen: die Presse, Reisebüros, Reiseveranstalter und auch Endkunden. Um hier erfolgreich zu sein, nutzen wir ganz verschiedene Kanäle: dazu gehören sowohl die Medienarbeit, regelmäßige Newsletter für Partner in der Touristik, ein eigener Blog sowie die Pflege unserer Präsenz auf Facebook, Twitter oder Instagram. Ich freue mich, jetzt zwei kompetente Personen gefunden zu haben, die mein Team dabei unterstützen. Insa Witte und Murielle Standley verfügen beide über langjährige Erfahrung und Kontakte, die uns weiterhelfen wer-

den“, so Stefany Aßmann-Staudt, Gründerin und Geschäftsführerin von Green Pearls GmbH.

Hotels, die von Green Pearls repräsentiert werden möchten, müssen hohen Ansprüchen in den Bereichen Umweltschutz (Architektur, Wasserverbrauch, Müllmanagement), Einbindung der einheimischen Bevölkerung, Verwendung von lokalen Waren sowie der aktiven Unterstützung von lokalen Projekten genügen. Sie alle verbinden Nachhaltigkeit und Einzigartigkeit für ein anspruchsvolles Publikum.

Foto: Naturhotel Waldklausen

Weitere Informationen unter
www.greenpearls.com

MALAYSIA

ein Feuerwerk aus
touristischen Highlights



Über das ganze Jahr verteilt bietet das Land der Vielfalt und Kontraste jede Menge Veranstaltungen und Festivals – und das für Groß und Klein. Ob Kunst, Kultur, Sport, Natur oder Fashion, nationale und internationale Events in Malaysia sind bunt und unterhaltsam!

Zu den ganz großen Events des multikulturellen Landes gehören die Feier zum „Chinese New Year“ zu Beginn des Jahres, das World Kite Festival in Pasir Gudang, der Formel 1 Grand Prix in Sepang, das Internationale Jazzfestival in Borneo, das Kuala Lumpur Festival oder der landesweite Mega-Schlussverkauf von 1Malaysia für Shoppinghungerige.



Chinesische Spezialitäten ...



... nicht nur während der chinesischen
Neujahrsfeier in Malaysia

Die Vielfalt der kulinarischen Genüsse Malaysias erleben Besucher drei Monate lang beim „Fabulous Food 1Malaysia“ von Anfang Oktober bis zum Ende des Jahres. Ausgewählte Hotels und Restaurants präsentieren die Köstlichkeiten der malaysischen Küche. Das „Malaysia International Gourmet Festival“, das „Asian Food Heritage Trail“, das „Street Food Festival“ und das Restaurant Food Festival sind Teil dieses kulinarischen Events, das seit 2009 jedes Jahr organisiert wird.

Fotos: Gour-med

Weitere Informationen zu Malaysia unter: www.tourismmalaysia.de und auf Facebook. Lernen Sie mehr über das Land der Vielfalt und melden Sie sich bei der Malaysia Akademie an: www.malaysia-akademie.de/start.php

ZEITREISE IN IZMIR, TÜRKEI

SWISSÔTEL BÜYÜK EFES LANCIERT
KUNST-PAKET ZUM 50. GEBURTSTAG

Fünzig Jahre ist es her, seit das Büyük Efes Hotel in Izmir, der Perle der Westtürkei, seine Türen geöffnet hat. Zum runden Geburtstag lanciert das elegante Hotel mit Blick über die Ägäis und seit 2008 ein Hotel der Swissôtel Hotels & Resorts eine Zeittunnel-Fotoausstellung und ergänzt damit die herausragende Kunstsammlung im Hotel.

Die temporäre Ausstellung wurde mit der Büyük Efes Kunst-Organisation und der Turkish Photography Art Federation entwickelt und entstand aus einem nationalen Wettbewerb, aus dem 24 Arbeiten von 17 verschiedenen Künstlern ausgewählt wurden. Die Ausstellung führt die Besucher auf eine Zeitreise von den Ursprüngen des Hotels in den 70er Jahren bis hin zum modernen, quirligen und urbanen Hotel der Gegenwart.

Zur Auseinandersetzung mit zeitgenössischer Kunst werden die Gäste des Swissôtel Büyük Efes, Izmir, seit langem schon auf Schritt und Tritt eingeladen: das gesamte Hotel erinnert an eine moderne Kunstgalerie, in der Skulpturen des kolumbianischen Malers und Bildhauers Fernando Botero genauso ihren Platz gefunden haben wie Gemälde des türkischen Repräsentanten der Modern Art, Devrim Erbil. Mit einer 2.5 Meter hohen Botero Reiter-Figur wird der Gast beim Betreten der Lobby begrüßt. Das Swissôtel Büyük Efes ist voll von Kunst, nicht nur in den öffentlichen Räumen, Restaurants, Bars, im Garten oder im Spa - selbst in jedem Hotelzimmer lassen sich zwei bis drei Arbeiten von Vertretern Moderner Kunst wie Gunes Cinar, Yasam Sasmazer, Alev Gözönar, Kemal Onsøy, Gültekin Cizgen, Zeynep Eren, Serdar Arat, Levent Morgok oder Melek Mazici finden.

Buchungen unter (00) 800 6379 4771
oder
www.swissotel.com/hotels/izmir

FERTIGSTELLUNG DER RENOVIERUNGSARBEITEN

DAS SOFITEL BERLIN KURFÜRSTENDAMM PRÄSENTIERT SICH IN
NEUEM GLANZ

Nach einer mehrmonatigen Umbauphase zeigt sich das Sofitel Berlin Kurfürstendamm mit einem ganz neuen Design- und Gastronomiekonzept von seiner besten Seite. Der Berliner Architekt Jan Kleihues, der für das innovative Design des Hotels bereits mehrfach ausgezeichnet wurde, stellt einmal mehr sein Können bei der Umgestaltung des Empfangsbereichs, der Library, der Le Faubourg Lounge-Bar sowie des Restaurants Le Faubourg unter Beweis. Darüber hinaus überrascht das Restaurant mit einem völlig neuen gastronomischen Konzept. Architektur, Kunst und Gastronomie gehen mit der Fertigstellung der Renovierungsarbeiten eine enge Verbindung ein: Das moderne geradlinige Design des Hauses bietet den idealen Rahmen für eine renommierte Sammlung von zeitgenössischen Kunstwerken und kreiert eine ruhige, klare Atmosphäre, die sich auch in den 311 Zimmern und Suiten wiederfindet.

**VON SCHMELING BIS BRECHT:
EINGANGSBEREICH PORTRAITIERT „FACES OF BERLIN“**

Im neu konzipierten Empfangsbereich zeigt sich unverwechselbar die Philosophie von Sofitel Luxury Hotels, die großen Wert auf den Bezug der Häuser zur jeweiligen Stadt legen: Nicht weniger als zehn stilisierte Portraits berühmter Berliner Persönlichkeiten, darunter beispielsweise Marlene Dietrich, Walter Gropius oder Eisbär Knut, heißen die Gäste willkommen. Jedes „Face“ hat seine ganz eigene Geschichte und ist unmittelbar mit der Hauptstadt verbunden.

Sofitel Legend & Sofitel So – zwei Labels bereichern Sofitel Luxury Hotels

Die Sofitel Legends sind jeweils eine Stätte der Kulturgeschichte, sind sie doch häufig in Jahrhunderte alten, denkmalgeschützten Gebäuden beherbergt.

Entdecken Sie Sofitel unter
www.sofitel.com

RUNDER GEBURTSTAG

PARK HYATT ZÜRICH WIRD 10

Das Park Hyatt Zürich öffnete am 23. September 2004 seine Tore an der Beethoven-Strasse 21 in Zürich. Nicht weit von den grossen Finanzhäusern und dem Zürichsee bietet das 5-Sterne Hotel seinen Gästen seit zehn Jahren exklusive und luxuriöse Aufenthaltsmöglichkeiten an.

Für diesen besonderen Anlass wurde eigens ein Jubiläums-Logo designt. Kreiert haben dieses in Zusammenarbeit mit kreativen Inputs von den Park Hyatt Zürich-Gästen – dem Herzen des Hotels – talentierte Schweizer Nachwuchskünstler der „Hochschule der Künste Zürich“. Es war dem Hotel ein grosses Anliegen, die Gäste bei der Gestaltung miteinzubeziehen, um sich so auch für deren Unterstützung während der letzten Jahre erkenntlich zu zeigen. Ein mehrfach interpretierbarer Mix aus den Besonderheiten des Park Hyatt Zürich und deren Heimatstadt. Es stellt eine Hommage an Zürich vereint mit künstlerischer Interpretation aller Park Hyatt-Werte dar.

Zurückblicken kann das immer noch einzige internationale 5-Sterne-Luxushotel in Zürich auf 10 sehr wertvolle und erlebnisreiche Jahre: Weltberühmte Persönlichkeiten fanden ihr „Home away from Home“ in deren Zimmern und Suiten, zahlreiche Gäste wurden auch zu Business-Meetings in der stets innovativen und auf gesundes Essen spezialisierten Lobby Lounge tagtäglich begrüsst. Das erstklassige Restaurant „parkhaus“ glänzt seit Jahren mit 14 Gault Millau-Punkten und die hauseigene ONYX-Bar wurde mehrfach prämiert und ihr Barchef zum Besten des Jahres gekürt.

„Das erfolgreiche zehnjährige Bestehen ist unseren treuen Gästen, den geschätzten Mitarbeitenden und den unzähligen wertvollen Lieferanten und Partnern zu verdanken“ sagt Jan Peter van der Ree, General Manager des Park Hyatt Zürich. „Das Ziel ist es, das Hotel mit derselben Leidenschaft und demselben Innovationsgeist im eleganten Stil weiterzuführen wie bisher.“

www.zurich.park.hyatt.com



Hotels und Restaurants in Deutschland

Varta-Führer 2015

MairDuMont
1512 Seiten, 29,99 Euro
ISBN: 978-3829735377

Der Varta-Führer 2015 empfiehlt eine weitgehend flächendeckende Auswahl der besten Adressen in allen Kategorien und Preisklassen. Für die jüngste Ausgabe des renommierten Hotel- und Restaurantführers wurden rund 6.500 Betriebe von den kritischen Expertinnen und Experten unter die Lupe genommen - geprüft, kommentiert und bewertet.



Energie und Lebensfreude aus der Steinzeitküche

Das PaläoPower Kochbuch

Sabine Paul
Verlag C.H.Beck
272 Seiten, 16,95 Euro
ISBN: 978-3-406-66764-0

Immer mehr Menschen entdecken die Energie und Lebensfreude, die in der Steinzeitküche steckt. Sabine Paul, deutsche Trendsetterin dieser gesunden und genussvollen, seit zwei Millionen Jahren bewährten Ernährungsweise, verrät mehr als 120 Lieblingsrezepte für Alltag und Festtag - alle praxiserprobt und leicht nach zu kochen.



Schätze der italienischen Küche

Limoncello und Lavendelwasser

Tessa Kiros
Knesebeck Verlag
352 Seiten, 29,95 Euro
ISBN: 978-3-86873-659-5

In über 140 Rezepten verrät die Autorin die raffiniertesten Zubereitungsmethoden für Nudeln, Gemüse, Fleisch und Vor- und Nachspeisen, zeigt die ganze Vielfalt köstlicher Marmeladen und verführt mit unwiderstehlichen Dolci. Geschichten, Anekdoten, Lebensweisen und bezaubernde Fotos ergänzen die Rezepte.



Berlin ist der Protagonist in Björn Kuhlighs Alltagsbeobachtungen

Großbraumtaxi

Björn Kuhligh
Verbrecher Verlag
160 Seiten, 14 Euro
ISBN: 978-3-95732-017-9

Berlin ist die Protagonistin in Björn Kuhlighs Alltagsbeobachtungen. Kuhligh läuft mit seinen Kindern durch die Stadt, fährt Taxi und besucht Kneipen. In seinen Reportagen begleitet er Zeitungszusteller, 1. Mai-Demonstranten und Rummelbesucher. Und nicht zuletzt beschreibt er die Veränderungen einer Ostberliner Arbeiterkneipe.



Italiens Kuss aus der Küche

Parmesan!

Carmelo Greco
Verlag: 99pages
128 Seiten, 26 Euro
ISBN: 978-3-942518-44-4

Dieses Buch ist eine einzige Liebeserklärung: An gutes Essen, an Dolce Vita, an italienische Geschichte und Geschichten. Beim Wort Parmesan läuft bei jedem ein ganz persönlicher Film ab, sei es in Erinnerung an ein romantisches Essen oder an einen unvergesslichen Abend beim Lieblingsitaliener. Was wären die Lieblingspasta, Risotto und Antipasti ohne den italienischen Hartkäse?



Mit sizilianischen Hausrezepten

Ein Hauch Olivenöl

Simonetta Agnello Hornby
edition ebersbach
224 Seiten, 19,80 Euro
ISBN: 978-3-86915-081-9

Vergnügliche Episoden aus der Kindheit, lebendige Porträts der guten Geister, die sich um den Haushalt kümmern, garniert mit verführerischen Rezepten aus ihrer sizilianischen Heimat: Das sind die Zutaten, die Simonetta Agnello Hornby zu einer besonderen Familiengeschichte vermengt.



Lass die Vergangenheit ruhen ...

In der Stunde deines Todes

Mary Higgins Clark
HEYNE
400 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-453-26934-7

Vor den Augen ihres kleinen Sohnes wird Lauries Ehemann ermordet. Seitdem lebt sie in ständiger Angst. Immerhin lockt beruflich ein großer neuer Auftrag: Laurie soll eine TV-Serie über ungelöste Verbrechen produzieren. Sie taucht tief in einen spektakulären Mordfall aus der Vergangenheit ein.



Herz und Schmerz in Hülle und Fülle

Das Kurtisanenhaus

Amy Tan
Goldmann Verlag
704 Seiten, 22,99 Euro
ISBN: 978-3-442-31137-8

Die Amerikanerin Lucia Minturn kam einst der Liebe wegen in dieses ferne Land und blieb schließlich für ihre Tochter Violet. Schweren Herzens entschließt sie sich, China zu verlassen. In den Wirren wird sie jedoch von ihrer Tochter getrennt, und während Lucia auf dem Schiff nach San Francisco um Violet bangt, wird die Vierzehnjährige in ein Kurtisanenhaus verschleppt.



Roman

Ein Winter in Nizza

Christian Schär
Eichborn
256 Seiten, 16,99 Euro
ISBN: 978-3-8479-0580-6

Cécile ist als junge Wirtin einer kleinen Pension in Nizza einiges gewohnt. Aber so einen seltsamen Gast hatte sie noch nie zu betreuen. Er scheint ihren Reizen gegenüber völlig unbeeindruckt, er schreibt wie besessen an etwas völlig Unverständlichem. Er hat, soviel versteht Cécile, Großes vor. Ob sie, Cécile, diesem kauzigen Mann namens Nietzsche dabei wohl behilflich sein kann?



Schauplatz Lappland – fremd und faszinierend zugleich

Einsam und kalt ist der Tod

Lars Pettersson
Bastei Lübbe
430 Seiten, 14,90 Euro
ISBN: 978-3-7857-6105-2

Die Stockholmer Staatsanwältin Anna Magnusson kehrt zu ihren Wurzeln an den Polarkreis zurück. Sie soll ihren Cousin verteidigen. Ihm wird vorgeworfen, eine Frau vergewaltigt zu haben. Als das Opfer später in der eisigen Wildnis ums Leben kommt, wird Anna misstrauisch.

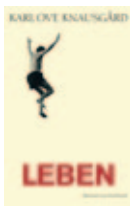


Der Beginn einer neuen Krimiserie vom erfolgreichsten Autor Islands

Duell

Arnaldur Indriðason
Bastei Lübbe
428 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-7857-2483-5

Reykjavik 1972, der russische Schachweltmeister Boris Spasski tritt mitten im Kalten Krieg gegen seinen amerikanischen Herausforderer Bobby Fischer an. In der aufgeheizten Stimmung wird ein jugendlicher in einem Reykjaviker Kino brutal erschlagen. Warum bloß ermordet jemand einen Fünfzehnjährigen?



Ein Roman über das männliche Ego zu unserer Zeit

Leben

Karl Ove Knausgård
Luchterhand
624 Seiten, 22,99 Euro
ISBN: 978-3-630-87413-5

Das Abitur hat er in der Tasche, die Eltern haben sich getrennt, die ersten Schritte hinein in ein selbstbestimmtes Leben begleitet von Alkoholruschen, die der junge Karl Ove in seiner Not immer öfter sucht, weil er diese mit einem Gefühl von Freiheit verbindet – verheißt sie ihm doch Befreiung von all den Komplexen und Unsicherheiten, die ihn plagen. Lebenslust sieht anders aus.



Vom Bau der Mauer bis zu ihrem Fall

Kinder der Freiheit

Ken Follett
Bastei Lübbe
1216 Seiten, 29,99 Euro
ISBN: 978-3-7857-2510-8

Deutschland nach dem Mauerbau: Rebecca Hoffmanns Welt in Ostberlin scheint in Ordnung zu sein – bis sie durch Zufall erfährt, dass der eigene Mann sie seit Jahren im Auftrag der Stasi bespitzelt. Als sie ihn zur Rede stellt, begeht sie einen verhängnisvollen Fehler, den sie und ihre Familie ihr Leben lang bereuen sollen.



Ein lustvoll-frecher Widerstand gegen die kaputte Welt der Erwachsenen

Trümmergöre

Monika Held
Eichborn
240 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-8479-0570-7

Julia ist ein kleines Mädchen in der Hamburger Nachkriegszeit. Für sie sind Trümmer und halbe Häuser normal. Sie spielt „Der Russe kommt“, „Wir bauen ein KZ“ oder „Opa hat sein Bein verloren“. Als sie zwölf wird, holt sie ihr Vater – der im diplomatischen Dienst und deshalb abwesend war –, um aus der „versauten Göre“ eine höhere Tochter zu machen. Und Julia beginnt ein perfektes Doppelleben zwischen Alsterville und Ganovenkiez.



Jung, attraktiv, erfolgreich – und todunglücklich

Untreue

Paulo Coelho
Diogenes
320 Seiten, 19,90 Euro
ISBN: 978-3-257-06908-2

Ich will dir treu sein und dich ewig lieben. In guten wie in schlechten Zeiten. Bis dass der Tod uns scheidet. Wenn es nur so einfach wäre! Linda hat alles, doch das Entscheidende fehlt. Hat sie den Mut, die Frage nach der Leidenschaft zu stellen? Denn zu einer großen Liebe ist man ein Leben lang unterwegs.



Wer sich wirklich um Europa sorgt, dem sei dieses Büchlein empfohlen

Die letzten Tage Europas

Henryk M. Broder
Knaus
224 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-8135-0567-2

In »Die letzten Tage Europas« beschreibt Henryk M. Broder die Tragödie, wie aus der großen europäischen Idee eine kleinteilige, Europa in Frage stellende Ideologie geworden ist. Mit einem brandgefährlichen Hang zur totalen Bevormundung von allem und jedem.

YIN & YANG treffen einander zum weihnachtlichen Duett

Weihnachtsgenuss im Doppelpack von Lotao – PINK & ROYAL PEARL BLACK

Zu Weihnachtszeit bietet LOTAO erlesene Reisspezialitäten im Set: Die attraktive YIN & YANG Box enthält zwei der beliebtesten Reissorten aus dem LOTAO-Sortiment und inspirierende Rezept-Ideen. Glam Wedding Pink & Royal Pearl Black in der hochwertigen Design-box eignen sich auch hervorragend als Geschenk für anspruchsvolle Genießer und verwandeln jedes Gericht in ein Festmahl.

Yin & Yang sind zwei Begriffe aus der chinesischen Philosophie, die längst auch in Europa verwendet werden um Gegensatzpaare wie „weiblich und männlich“, „weich und hart“ oder „schwach und stark“ zu beschreiben.

In der Yin & Yang Genießerbox von Lotao repräsentiert **Glam Wedding Pink**, der rosa Reis der Liebenden das Glück, die Liebe und die Lebensfreude. Er ist dem Yin-Element zugeordnet und macht aus jedem Gericht etwas ganz Besonderes.

Royal Pearl Black wiederum symbolisiert Kraft, Stärke und das Yang-Prinzip. Dieser seltene Reis war ein verbotener Reis – und, wie man heute weiß – der proteinreichste von allen. Nur Herrscher durften diesen schwarzen Reis genießen.

Glam Wedding Pink – Der rosa Reis der Liebenden macht aus jedem Gericht ein Fest. Mit seiner körnigen leichten Struktur verwandelt er Fisch- und Fleischgerichte zu glamourösen Speisen. Glam Wedding Pink gehört zu den Gewinnern des Innovationspreises taste 13 auf der ANUGA in Köln.

Royal Pearl Black – Der schwarze Reis der Mächtigen: der verbotene Reis zahlreicher chinesischer Dynastien, eine der



seltensten und proteinreichsten Sorten der Welt mit 9,9 g Protein pro 100 g Reis. Sein Aroma ist kräftig und leicht nussig.

Mit einzigartigen asiatischen Reissorten erobert LOTAO seit Februar 2011 den deutschsprachigen Lebensmittelhandel. Neben dem Anspruch, den Reis in den Mittelpunkt des kulinarischen Erlebnisses zu locken, geht es dem Unternehmensgründer und „Risolier“ Stefan Fak vor allem darum, vergessene Reis-Geheimnisse zu bewahren und die Sortenvielfalt zu erhalten. Allerlei Infos und Tips rund um

das Wunderkorn veröffentlicht der Risolier (Reisexperte) in seinem gleichnamigen Blog unter www.risolier.com.

Den Reis für Geniesser erhalten Sie ab November in Gourmet-Shops und im erstklassigen Feinkosthandel.

Foto: Lotao

www.lotao.com

Einfach, schnell und sicher Ihre Wunschsprache mit der Rosetta Stone Methode lernen

Anne Wantia

Rosetta Stone ist einer der führenden innovativen Anbieter von Sprachlernprogrammen für Computer, Tablet und Smart Phone. In mehr als 150 Ländern nutzen Sprachinteressierte die Rosetta Stone Methode eine oder mehrere der über 20 angebotenen Sprachen zu erlernen.

Die Methode hat sich erfolgreich durchgesetzt, nicht nur Privatleute auch Unternehmen, Schulen und öffentliche Einrichtungen nutzen die moderne Art des Sprachenlernens.

Wie der antike Namensgeber entschlüsselt auch die Methode von Rosetta Stone die Geheimnisse der Sprache – allerdings mit modernster Technik. Die interaktive Sprachlernlösung verknüpft muttersprachlichen Wortlaut, geschriebenen Text und Bilder von Objekten und Situationen aus dem täglichen Leben. Von Anfang an wird in der neuen Fremdsprache gesprochen, zur Verbesserung der eigenen Aussprache hilft die Spracherkennungstechnologie. So lernt man nicht nur eine neue Sprache zu verstehen sondern vor allem selbst aktiv zu sprechen. So wird die zu erlernende Sprache einfach und unterhaltsam vermittelt. Fast so als lerne man im Land selbst.

Hinter der von Rosetta Stone entwickelten Dynamic Immersion-Methode steht die Überzeugung, dass die natürliche Art und Weise mit der sich Kinder ihre Muttersprache erschließen, auch die erfolgreichste Methode zum Erlernen einer neuen Sprache ist. Es gibt zwei Produkte, der Rosetta Course (als CD oder Download) und der TOTALE Online-Zugang. Es werden immer Situationen des täglichen Lebens dargestellt, die aufeinander aufbauen und nach und nach komplexere Inhalte vermitteln. Und das alles ohne Übersetzung oder Auswendiglernen.

Im Rosetta Studio werden 25-minütige Online-Sessions mit einem Coach, der Muttersprachler ist, angeboten. Diese Live-Unterrichtsstunden sind individuell buchbar und werden von maximal vier Teilnehmern gleichzeitig besucht. Eine individuelle Betreuung ist so gesichert. Die Inhalte orientieren sich am Lernfortschritt im Kurs. Die netten Coaches geben sich wirklich Mühe und lassen dem Lernenden genug Zeit Antworten oder Fragen in der neuen Sprache zu formulieren. Wir von Gour-med haben es selbst über einen längeren Zeitraum getestet und sind wirklich begeistert wie einfach und relativ schnell man Sicherheit gewinnt sich in der neuen Sprache zu unterhalten und das Gelernte anzuwenden.

Der komplette Kurs umfasst alle Sprachfertigkeiten: Sprechen, Schreiben, Grammatik, Lese- und Hörverständnis und besteht, je nach Sprache, aus bis zu fünf umfangreichen Levels. Jeder Level beinhaltet ein anderes Themenfeld.

In der Rosetta World hat man die Möglichkeit mit anderen Nutzern bei interaktiven

Spielen oder Chats die Sprachkenntnisse zu festigen. Mit Hilfe von Lernspielen wie Memory oder Bingo prägen sich die neu erlernten Begriffe schnell ein und die Teilnehmer sind motiviert weiter zu lernen. Die Spiele können sowohl allein als auch mit anderen Lernern gespielt werden. Auch hier wird dem Lernfortschritt entsprechend freigeschaltet.

Aus eigener Erfahrung können wir bestätigen, dass die Rosetta Stone Online Kurse schnell, sicher und einfach Fremdsprachen-Zugänge ermöglicht. Durch die fest vorgeplanten interaktiven Sitzungen fällt das mühsame und zeitraubende Aufsuchen von Sprachlabors oder Sprachschulen weg.

Bequem und innovativ lernen steht im Vordergrund.

Foto: Rosetta Stone

Weitere Möglichkeiten und Informationen über die verschiedenen Angebote finden Sie unter www.rosettastone.de



Alkoholverträglichkeit

Keine falschen Schlüsse ziehen

Diese Studie hat für Aufmerksamkeit gesorgt, sowohl in der Fach- als auch in der Publikumspressen: Alkoholische Getränke, so das Fazit der im renommierten British Medical Journal veröffentlichten Analyse, böten entgegen den Erkenntnissen früherer Studien auch in moderaten Mengen nun doch keinen Herzschutz. Während manch einer die zugrunde liegende Untersuchung als „sehr interessante Studie“ bezeichnete, sprachen andere vom „Ernährungssinn des Monats“ und „von einem Paradebeispiel ideologisch orientierter Ernährungsmedizin“. Was war geschehen?

Ein Konsortium von sage und schreibe 150 Wissenschaftlern hatte sich die Daten von rund 260.000 Menschen europäischer Abstammung aus 56 Studien vorgenommen, von denen gut 20.000 eine koronare Herzkrankheit und gut 10.000 einen Schlaganfall erlitten hatten. Von allen diesen Menschen lagen Daten über ihren Konsum alkoholischer Getränke, über ihre Erkrankungen sowie Risikofaktoren wie Blutfett- und Blutdruckwerte vor. Außerdem, und das war das Besondere an dieser Studie, hatte man Kenntnis darüber, wer von ihnen Träger einer genetischen Variante (genau: Genvariante rs 1229984) des Ethanol-abbauenden Enzyms Alkohol-Dehydrogenase 1B war – wer also eine Alkoholunverträglichkeit hatte.

Menschen mit dieser Genvariante (i. D. 7 %) vertragen alkoholische Getränke extrem schlecht. Sie trinken daher weniger und leben öfter abstinent als diejenigen mit der „normalen“ Genvariante. Zudem schnitten die Probanden mit der Alkoholunverträglichkeit auch bei einigen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren besser ab, und sie litten seltener an einer Herzgefäßerkrankung. Soweit so gut. Ob die jedoch ursächlich zusammenhängt und ob dieser Zusammenhang auf alle Menschen übertragbar ist, kann diese Studie nicht

belegen. Dennoch wurde von den Autoren schlussgefolgert, dass sich das Risiko für Herz und Gefäße auch bei moderaten Konsumenten ohne die genetisch bedingte Alkoholintoleranz weiter senken ließe, wenn sie ihren Konsum weiter reduzieren würden.

Sie nutzten für diese Argumentation eine spezielle statistische Methode („mendelian randomisation“), die Menschen mit einer genetischen Abweichung als ideale Vergleichsgruppe in Beobachtungsstudien ansieht, weil sich eine Genvariante eindeutig feststellen lässt und man daher nicht auf Befragungen oder ähnlich unsichere Methoden angewiesen ist. Zudem geht man bei der hier verwendeten Methode davon aus, dass die Genvariante zu bestimmten Verhaltensweisen (hier: Alkoholkonsum) oder ganz bestimmten Risikokonstellationen (hier: Herzgefäßrisiko) führt. Doch genau diesen Beweis – ob tatsächlich der geringere Alkoholkonsum bei Trägern der Genvariante zu weniger Herzgefäßerkrankungen führt – kann die Studie nicht erbringen.

Die unzulässige Schlussfolgerung der Studienautoren steht im krassen Gegensatz zu annähernd 100 Langzeit-Beobachtungsstudien: Sie haben beständig ergeben, dass moderate (Wein-)Konsumenten bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen in aller Regel besser abschneiden als Sehr-Wenig-Trinker und Abstinenzler. Auch Tierversuche und Laboranalysen sprechen für einen Schutzeffekt und nicht dagegen.

Renommierte Kritiker der Studie weisen zudem darauf hin, dass Dutzende von Genen den Alkoholstoffwechsel beeinflussen, was verallgemeinernde Rückschlüsse anhand der Untersuchung einer einzigen Variante ebenfalls erschwert. Auch hatten die Träger der Genvariante in dieser Studie keine besseren HDL-Cholesterinwerte als die Nichtträger: In vielen anderen Studien hat sich das HDL-Cholesterin jedoch

als günstig für Herz und Gefäße erwiesen, und es ist nachgewiesen, dass ein moderater Konsum alkoholischer Getränke das HDL erhöht. Dies weist darauf hin, dass die Studienteilnehmer mit der seltenen Genvariante ihre bessere Herzgesundheit möglicherweise gerade nicht ihrem geringeren Alkoholkonsum verdanken. Aus diesem und weiteren methodischen Gründen halten kritische Wissenschaftler die Schlussfolgerung der Autoren für überzogen.

Fazit: Dass der statistische Befund dieser Studie an Menschen mit einer relativ seltenen Genvariante auf alle anderen übertragen werden könnte, ist Spekulation. Zudem widerspricht dieser Zusammenhang den besten epidemiologischen Studien der letzten Jahrzehnte.

Quelle: Holmes, MV et al.: Association between alcohol and cardiovascular disease: Mendelian randomisation analysis based on individual participant data. British Medical Journal 2014;349:g4164 und www.bu.edu/alcohol-forum/critique-143-a-mendelian-randomization-assessment-of-alcohol-and-cardiovascular-disease-20-july-2014/

Deutsche Weinakademie GmbH
Gutenbergplatz 3-5
55116 Mainz
Tel. +49 (0) 6131 2829-0
Fax +49 (0) 6131 2829-10
info@deutscheweinakademie.de
www.deutscheweinakademie.de

IST ZUCKER GIFT? WIE UNGESUND IST ZUCKER WIRKLICH?

Dr. Wolfgang Feil

Dass Zucker dick macht und Karies verursacht, ist wohl den meisten bekannt. Dass der regelmäßige Zuckerkonsum allerdings auch zu erhöhtem Bluthochdruck führt und gleichzeitig das Risiko, an Krebs, Alzheimer, Osteoporose, Arthrose oder an Arteriosklerose zu erkranken erhöht, wissen die wenigsten unter uns.

Wie kann Zucker all diese Krankheiten auslösen?

Gefährlich ist vor allem die entzündungssteigernde Wirkung von Zucker. Zucker verursacht so genannte „Low-Grade“-Entzündungen. Diese zu Beginn kleinen Entzündungsreaktionen legen den Baustein für viele Krankheiten.

Warum macht Zucker dick?

Zum einen führt Zucker zu einem enormen Anstieg des Blutzuckerspiegels und damit zu einem schnellen Ausstoß von Insulin. Langfristig reagieren die Zellen dann nicht mehr auf Insulin. Man wird insulinresistent, und das führt zu Diabetes und behindert die Fettverbrennung. Da Zucker im Körper zwei- bis fünfmal schneller zu Fett umgebaut wird als Stärke, füttern wir durch Zucker direkt unsere Fettzellen. Der Fruktosegehalt des Zuckers wird zusätzlich über die Leber verstoffwechselt, und so kommt es bei zu hohem Zuckerkonsum zu einer Fett-

leber. Der Körper kann dann nicht mehr entgiften, die Blutfettwerte (Triglyceride) steigen an, und wir werden dick.

Wie beeinflusst Zucker unser Aussehen?

Zucker lässt uns schneller altern. Verantwortlich hierfür ist die durch den Zuckerkonsum erhöhte Entstehung von AGEs (fortgeschrittenen Kohlenhydrat-Endprodukten). Das führt dazu, dass Membrane, Blutgefäße, Kollagenstrukturen und andere Moleküle im Körper ebenfalls verzuckern, was dann zu einer schnelleren Zellalterung führt. Wir sehen dadurch buchstäblich älter aus.

Verändert Zucker unser Verhalten?

Mittlerweile weiß man, dass Menschen, die vermehrt Zucker zu sich nehmen, eine höhere Tendenz zu aggressivem Handeln haben. Bei depressiven Erwachsenen konnte man durch eine zuckerreduzierte Diät sogar wieder mehr emotionale Stabilität erreichen.

Man weiß auch, dass das so genannte ADHS-Syndrom bei Kindern durch Zucker beeinflusst wird: Bei erhöhtem Zuckerkonsum können sie sich schlechter konzentrieren, werden aufgedrehter und können nicht still sitzen.

Macht Zucker dumm?

Früher hieß es immer, das Gehirn braucht täglich 120 g Zucker in Form von Glucose. Heute wissen wir, dass das Gehirn bei

einer kohlenhydratarmen und fettreichen Ernährung Ketonkörper bildet und diese verwerten kann. Zusätzlich kann der Körper selbst Glucose herstellen. Ein zu hoher Zuckerkonsum dagegen führt zum Abbau von Gehirnstrukturen. Besonders betroffen ist hier der Hippocampus, in dem die Information des gesamten sensorischen Systems zusammenfließt und verarbeitet wird. Dieser ist besonders wichtig zur Entwicklung des Langzeitgedächtnisses. Wenn der Hippocampus schrumpft, können wir uns immer weniger merken.

Welche Alternativen gibt es zu Zucker?

Generell sollte man in erster Linie versuchen, sich das Süßen etwas abzugewöhnen. Wie süß man etwas findet, ist reine Gewohnheitssache. Gute Alternativen zum Zucker sind Kokoszucker, Xylit (achten Sie darauf, dass dieses aus Birke gewonnen wird und nicht aus Mais) oder auch natürliche Steviablätter. In Maßen genossen bieten sie einige gesundheitliche Vorteile gegenüber dem Zucker.



Dr. Wolfgang Feil

Fotos: Dr. Feil, Fotolia

Mehr Infos zu diesem Thema:
Dr. Wolfgang Feil
Forschungsgruppe Dr. Feil
Ebertstraße 56
72072 Tübingen
info@dr-feil.com



Der 10-Punkte-Plan für eine erfolgreiche Gelenk-OP

Die AGA, Europas größte Gesellschaft für Arthroskopie und Gelenkchirurgie gibt wertvolle Tipps

Vier der zehn häufigsten Operationen in deutschen Krankenhäusern sind Gelenkoperationen. Doch gerade in diesem Bereich sind die Risiken und Fehlerquellen bei der Behandlung hoch. Wie erfolgreich eine Operation für den Betroffenen ist, hängt von vielen Faktoren ab. Ganz wichtig für die Heilung und damit die Wiederherstellung der Gelenkfunktion ist die aktive Mitarbeit des Patienten, sowohl im Vorfeld der Operation als auch bei Nachsorge, Reha und Physiotherapie.

Auch der Lebenswandel der Betroffenen ist Teil des Behandlungserfolgs. Rauchen beispielsweise schadet dem Heilungsprozess. So hält die Wirkung von auch nur einer Zigarette mitunter einige Stunden an, sodass es zu einer schlechteren Heilung aller Gewebearten kommt.

Die AGA, Europas größte Gesellschaft für Arthroskopie und Gelenkchirurgie, hat einen 10-Punkteplan für eine gelungene

Gelenk-Operation erstellt, der Betroffenen umfassende Tipps gibt, worauf es aus Medizinersicht für eine erfolgreiche Zusammenarbeit zum Wohle des Patienten ankommt.

1. Die richtige Diagnose sicherstellen

Die größte Fehlerquelle bei Gelenkoperationen ist eine unpräzise Diagnose, die eine falsche Operations-Indikation nach sich zieht. Patienten, denen eine Operation angeraten wird, sollten sich mit ihrem behandelnden Arzt ausführlich austauschen und sicherstellen, dass sie die anstehende Behandlung richtig verstehen und nachvollziehen können. Im Zweifel sollten Betroffene die Zweitmeinung eines anderen fachkompetenten Arztes einholen und sich erst dann für oder gegen den operativen Eingriff entscheiden.

2. Realistische Erwartungen haben

Wie erfolgreich eine Operation am Ende ist, hängt auch ganz wesentlich von den

Erwartungen des Patienten ab. Deswegen ist eine ausführliche Aufklärung des behandelnden Arztes über die Ziele der Operation, aber auch über die im Anschluss notwendige Nachbehandlung und deren Dauer von wesentlicher Bedeutung. Als Patient sollte man darauf achten, dass all diese Punkte verständlich erklärt werden. Ansonsten gilt: Lieber einmal zu viel als zu wenig nachfragen.

3. Für die OP einen günstigen Zeitpunkt wählen

Betroffene, die vor einer Operation stehen, sollten sich möglichst gut auf den chirurgischen Eingriff vorbereiten. Ist eine Operation nicht dringend angeraten, sollten Betroffene bei der Terminfindung gut überlegen: Habe ich in der Arbeit eine Phase mit weniger Stress, kann ich nach der OP eventuell Urlaub nehmen, habe ich jemanden, der mich in der ersten Zeit betreut oder versorgt, ist für die anderen Familienmitglieder im Haushalt gesorgt? Diese Fragen sollten alle mit „Ja“ beantwortet werden können. Bei Problemen sollte man unbedingt mit seinem Hausarzt oder dem behandelnden Facharzt sprechen. Unter bestimmten Voraussetzungen gibt es auch Angebote zur Unterstützung bei der Bewältigung von schwierigen Alltagssituationen durch die Krankenkassen.

4. Sich für die Operation fit machen

Häufig liegen zwischen der Entscheidung für eine OP bis zum Termin einige Wochen. Diese Zeit sollte man nutzen, um seine körperliche Fitness - so gut wie möglich - zu verbessern. Wer Sport treibt oder zumindest körperlich aktiv ist, kräftigt sein Herz-Kreislauf-System, Muskeln und Atemwege. Wer stark übergewichtig ist, sollte die Gelegenheit nutzen und abnehmen. Das entlastet nicht nur die Gelenke, sondern schon bei einer Operation auch den Kreislauf. Eine Gewichtsabnahme kann auch längerfristig als Vorbereitung auf eine OP Sinn machen und lindert oft schon vor dem Eingriff die eigentlichen Beschwerden.

5. Mit dem Rauchen aufhören

Wer vor einer geplanten Operation steht, sollte mindestens vier Wochen vorher mit dem Rauchen aufhören. Internationalen Studien zu Folge raucht rund ein Viertel der Patienten bis kurz vor einer Operation

und riskiert damit eine schlechtere Heilung. Laut Experten der AGA vermindere Rauchen die im Blut verfügbare Sauerstoffmenge zusätzlich und behindere so die Wundheilung, für die Sauerstoff sehr wichtig ist. Zudem werde durch Rauchen eine Verengung vor allem der kleinsten Blutgefäße verursacht. Dies führt zu einer Minderdurchblutung bis hin zur Unterbrechung der Durchblutung. Für die Heilung wichtige Stoffe können so nicht mehr in das operierte Gewebe vordringen. Tabakverzicht mindestens vier Wochen vor dem Eingriff und während der Heilungsphase erhöhe die Chancen auf gute Wundheilung ganz erheblich: auf das Niveau von Nichtraucherern.



6. Auf Zertifizierung der Ärzte achten

Viele operative Eingriffe an Gelenken können heutzutage viel schneller durchgeführt werden als noch vor zehn Jahren. Während beispielsweise eine Kreuzband-OP früher im Schnitt mehrere Stunden dauerte, hat der Patient mit modernen OP-Techniken den Eingriff heute oft in weniger als einer Stunde hinter sich. Weniger Schmerzen nach der OP und eine schnellere Arbeit an der Bewegung des Gelenks sind die positiven Effekte für den Patienten. Betroffene sollten sich bei der Arzt- oder Klinikwahl auch danach erkundigen, wie operiert wird. Beispielsweise vergibt die AGA - Gesellschaft für Arthroskopie und Gelenkchirurgie in Deutschland, Österreich und der Schweiz ein Zertifikat an Ärzte, die regelmäßig an Weiterbildungen teilnehmen und im fachlichen Austausch stehen. Mit der AGA-Zertifizierung ist für den Patienten ersichtlich, dass sie nach dem Stand der Wissenschaft operiert werden.

7. Ein ausführliches Entlassungsgespräch führen

Nach der Operation sollte sich der Pati-

ent über den Eingriff detailliert informieren lassen. Ein ausführliches Gespräch mit dem behandelnden Arzt gibt dem Patienten alle wichtigen Einzelheiten der Operation selbst, aber auch Empfehlungen für das Verhalten zu Hause und bei der Nachbehandlung durch Physiotherapeuten mit auf den Weg.

8. Fit werden mit begleitender Physiotherapie

Nach einer Operation an einem Gelenk ist eine Nachbehandlung mit Physiotherapie äußerst wichtig, um das Gelenk in seiner Funktionalität wieder voll herzustellen und Nebenerscheinungen beispielsweise durch einseitige Be- bzw. Entlastung zu verhindern oder zu mindern. Nur ein ausgebildeter Physiotherapeut kann die OP-Unterlagen richtig lesen und anhand der Vorgaben des Operators passende Heil-Übungen am und mit dem Patienten durchführen. Der Besuch im Fitness-Studio sollte erst erfolgen, wenn die Gelenke wieder voll belastet werden dürfen oder in Absprache mit dem Arzt ein kontrolliertes Training erfolgt.

9. Eigene Mitarbeit gefragt

Zum Heilungserfolg kann der Betroffene selbst entscheidend beitragen. Übungen, die der Physiotherapeut empfiehlt, gilt es in den Alltag zu integrieren, sei es zu Hause oder im Büro. Wartezeiten oder Pausen kann man beispielsweise für kleine Übungen nutzen ohne extra Zeit aufwenden zu müssen. Durch gezieltes und stufenweises Aufbautraining wird langsam die Funktion nach einer Verletzung oder Operation wieder hergestellt und der normale Alltag wieder möglich.

10. Zurück zum Sport

Nach der Aufbauphase gilt es den richtigen Zeitpunkt zum Wiedereinstieg in die gewohnten sportlichen und Alltags-Aktivitäten zu finden. Dazu sollte man einerseits mit dem behandelnden Physiotherapeuten noch bestehende Defizite z.B. der Muskulatur, Beweglichkeit oder Koordination analysieren und beheben, aber auch unbedingt eine abschließende Untersuchung beim Operateur vornehmen lassen.

Fotos: AGA Gesellschaft für Arthroskopie und Gelenkchirurgie

www.lhlk.de

Alzheimer-Risiko nach Schlaganfall deutlich höher

Bildung von Beta-Amyloid spielt entscheidende Rolle bei Krankheit

Das zum Nationalen Forschungsrat CNR gehörende Istituto di Neuroscienze <http://www.in.cnr.it> hat neue Zusammenhänge zwischen Ictus apoplecticus und Alzheimer identifiziert. „Das Risiko neurodegenerativer Krankheiten wie beispielsweise Alzheimer wird durch Gefäßkrankheiten wie Schlaganfall, Arterielle Hypertonie und Atherosklerose signifikant erhöht“, erklärt Projektleiter Nicola Origlia.

Extrazelluläre Ablagerung

Die bei Alzheimer typische allmähliche Verschlechterung der kognitiven Fähigkeiten ist laut den Experten teilweise durch eine extrazelluläre Ablagerung von Beta-Amyloid bedingt. Dieses führe zur Bildung der gefürchteten Plaques und behindere ein ordnungsgemäßes Funktionieren der Nervenzellen.

Rezeptor-Molekül Rage stimuliert

Zudem stellte sich heraus, dass das verstärkte Auftreten von Beta-Amyloid das zur Familie der Immunglobuline gehörende Rezeptor-Molekül Rage stimuliert. Dadurch werden nicht nur die Nervenzellen, sondern auch die im menschlichen Gehirn angesiedelten Immunzellen beeinträchtigt. Das hat zur Folge, dass eine für das Nachlassen der Funktionsfähigkeit verantwortliche Entzündung entsteht.

Außerdem hat sich gezeigt, dass eine Blockierung des Rage-Rezeptors und der bei der Entzündung beteiligten Moleküle wie beispielsweise das Interleukin 1beta die schädlichen Auswirkungen eines Schlaganfalls begrenzen kann.

Die multidisziplinäre Untersuchung war in enger Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern der Università dell' Aquila <http://univaq.it> durchgeführt worden. Einzelheiten wurden im „Journal of Neurosciences“ <http://jneurosci.org> veröffentlicht.

Übergewicht erhöht Arthrose-Risiko

Orthopäden und Unfallchirurgen verbessern die Lebensqualität von übergewichtigen Patienten und unterstützen den Weg für ein gesundes Abnehmen

Jeder zweite Deutsche ist übergewichtig. Das belastet neben dem Herz und dem Kreislaufsystem vor allem die Gelenke, insbesondere das Kniegelenk. Wer zu viele Kilos auf die Waage bringt, erhöht sein Risiko deutlich, bereits im mittleren Alter an Arthrose zu erkranken. Häufig hilft dann nur noch ein künstliches Gelenk. Orthopäden und Unfallchirurgen raten daher dazu, Übergewichtige über Gelenkprobleme frühzeitig aufzuklären und ihre Mobilität zu erhalten oder wieder herzustellen. Denn nur so lässt sich auch das Übergewicht wirkungsvoll bekämpfen. Wie Orthopäden und Unfallchirurgen Arthrose bei übergewichtigen Patienten erfolgreich behandeln, erläutern Experten im Vorfeld des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) in Berlin.

Immer häufiger kommen hierzulande Übergewichtige mit Schmerzen in den Knie- oder Hüftgelenken zum Orthopäden. „Dass die Beschwerden eine Folge des hohen Körpergewichts sind, ist den Betroffenen oft nicht bewusst“, erklärt Dr. med. Johannes Flechtenmacher, DKOU-Kongresspräsident des Berufsverbandes der Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU). Dabei zählen überschüssige Kilos neben dem Alter zu den maßgeblichen Risikofaktoren für Arthrose. Die weltweit häufigste Gelenkerkrankung trifft in Deutschland ein Drittel der über 60-Jährigen: Der Gelenkknorpel nutzt sich ab und der Körper ist nicht in der Lage, ihn zu erneuern. Gerade deswegen sei es wichtig, die Gelenke gesund zu halten, so Flechtenmacher. „Orthopäden und Unfallchirurgen sollten bei ihren Patienten so früh wie möglich ein Bewusstsein dafür schaffen, dass Übergewicht nicht nur dem Herzen, sondern auch den Gelenken schadet.“

Wer schon in jungen Jahren übergewichtig ist, geht ein besonders hohes Risiko ein, bereits im Alter von 30 bis 40 Jahren Arthrose in den Kniegelenken zu bekommen. Neben der mechanischen Überlastung produziert das Körperfett hormonähnliche Stoffe, die das Gelenk zusätzlich schädigen, indem sie Entzündungen verursachen. Die vielen Kilos belasten die Gelenke bei jeder Bewegung mehr als doppelt so stark wie im Stehen: „Wer 150 Kilogramm wiegt, belastet seine Gelenke beim normalen Gehen wie jemand mit 425 Kilogramm im Stehen“, erklärt Flechtenmacher im Vorfeld des DKOU 2014, der von der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU), der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädischen Chirurgie (DGOOC) sowie dem BVOU ausgerichtet wird. Schnelles Laufen strapaziert die Gelenke noch stärker.

Dennoch sei es wichtig, dass Betroffene sich bewegen, um das Übergewicht abzubauen und das Fortschreiten der Arthrose aufzuhalten, so Flechtenmacher. Oft helfen Medikamente und orthopädietechnische Maßnahmen, die Arthrose-Schmerzen zu lindern und dadurch körperliche Bewegung zu ermöglichen. „Auch wenn wir dem Patienten schließlich doch ein künstliches Gelenk einsetzen müssen, ist es wichtig, dass dies mit einer Gewichtsabnahme und regelmäßiger Bewegung einhergeht“, betont der niedergelassene Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Dann kann ein künstliches Gelenk bei stark übergewichtigen Menschen nicht nur die Lebensqualität und Mobilität erhöhen, sondern auch helfen, Gewicht zu senken. „Unsere Kunstgelenke sind heute so weit entwickelt, dass sie auch hohe Belastungen aushalten. Außerdem sind Orthopäden und Unfallchirurgen auf diese leider stark steigende Patientengruppe mit individuellen Therapiekonzepten und

einer entsprechenden OP-Ausstattung gut vorbereitet“, so Flechtenmacher. Mit dem neuen Knie- oder Hüftgelenk werden viele Patienten wieder schmerzfrei und können damit auch ihre Aktivität steigern. Schnelle Sportarten mit starker Stoßbelastung wie beim Joggen oder Tennis sollten vermieden werden. Schwimmen, Fahrradfahren, Walking oder Aquajogging sind dagegen vor, aber auch nach einer Gelenkoperation gut geeignet.

„Auf Bewegung komplett zu verzichten, ist für Menschen mit Übergewicht die schlechteste Lösung“, warnt der Experte und betont, wie wichtig eine umfassende Therapie der Arthrose bei Übergewichtigen sei: „Als Orthopäden und Unfallchirurgen müssen wir hier auf ein optimales Zusammenspiel aus Gewichtsreduktion, Bewegung und der manchmal notwendigen operativen Expertise setzen.“ Nur so sei die Therapie wirksam und ver helfe den Patienten auch dauerhaft zu neuer, schmerzfreier Beweglichkeit und mehr Lebensqualität. Über diese und andere Behandlungsmöglichkeiten für adipöse Patienten mit Gelenkproblemen diskutieren Experten vom 28. bis 31. Oktober 2014 auf dem DKOU in Berlin. Mit einem Charity-Lauf zur Behandlung und Prävention von Adipositas im Kindesalter wollen sie zusätzlich auf die gesellschaftliche Relevanz des Problems hinweisen.

Terminhinweis:

DKOU 2014

Termin: 28. bis 31. Oktober 2014

Ort: Messegelände Süd, Berlin

www.dkou.de

DGAUM-Jahrestagung 2015:

Deutsche Gesellschaft für Arbeitsmedizin und Umweltmedizin (DGAUM) e.V.

Online Einreichung von Abstracts möglich

Versorgung und Vorsorge an der „Schnittstelle zwischen kurativer und präventiver Medizin“ sowie „Herausforderung psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“ sind die beiden Schwerpunktthemen der 55. Wissenschaftlichen Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Arbeitsmedizin und Umweltmedizin (DGAUM) e.V., die von Mittwoch, 18., bis Freitag, 20. März 2015, im Hörsaalgebäude Großhadern am Klinikum der Ludwigs-Maximilians-Universität München stattfindet. Kongresspräsidentin ist Professor Dr. med. Monika Rieger, Mitglied im Vorstand der DGAUM und Direktorin des Instituts für Arbeitsmedizin, Sozialmedizin und Versorgungsforschung der Eberhard-Karls-Universität Tübingen. Die DGAUM erwartet wieder mehr als 650 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Deutschland, Österreich und der Schweiz zu ihrer wissenschaftlichen Tagung.

Interessierte können ab sofort Online via Homepage der DGAUM unter www.dgaum.de <www.dgaum.de> Vorschläge zum wissenschaftlichen Programm anmelden und auch ihre Abstracts für Vorträge oder Poster einreichen. Bis zum 02. November 2014 können Abstracts sowohl zu den beiden Schwerpunktthemen der Tagung als auch zu anderen relevanten Themen der Arbeitsmedizin eingereicht werden: Gefahrstoffe und Biomonitoring, Berufsdermatosen, Physikalische Faktoren, Ergonomie, Arbeitsphysiologie, Arbeitspsychologie, betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention, Versorgungsforschung, evidenzbasierte Arbeitsmedizin, Lehre, Fort- und Weiterbildung.

Die Konzentration des Kongress-Programms auf drei Tage ist der allgemein zu beobachtenden Entwicklung geschuldet, dass die Samstage als Kongresstage für Tagungsbesucher zunehmend unattraktiv werden. Die vorliegenden Rückmeldungen bei den Kongressgästen und den ausstellenden Industrieunternehmen

in Dresden haben die Fachgesellschaft in dieser Politik bestätigt. Darüber hinaus werden im Programm wieder attraktive Angebote für den wissenschaftlichen Nachwuchs sowie für das arbeitsmedizinische Assistenzpersonal als neue Zielgruppen für die Tagung angeboten. Die DGAUM will damit sowohl den wissenschaftlichen Nachwuchs stärker fördern als auch die Schnittstelle zwischen arbeitsmedizinischer Forschung und den unterschiedlichen Praxisfeldern besser im Programm berücksichtigen.

Die DGAUM wurde 1962 gegründet und ist eine gemeinnützige, wissenschaftlich-medizinische Fachgesellschaft der Arbeitsmedizin und der klinisch orientierten Umweltmedizin. Ihr gehören heute fast 1000 Mitglieder an, die auf dem Gebiet der Arbeitsmedizin und Umweltmedizin arbeiten, vor allem Ärztinnen und Ärzte, aber auch Angehörige anderer Berufsgruppen wie etwa Natur- und Sozialwissenschaftlerinnen und -wissenschaftler. Die Mitglieder der Fachgesellschaft engagieren sich nicht nur in Wissenschaft und Forschung, um so bereits bestehende Konzepte für die Prävention, die Diagnostik und Therapie kontinuierlich zu verbessern, sondern sie übernehmen die ärztliche und medizinische Beratung von Arbeitgebern und Arbeitnehmern an der Schnittstelle von Individuum und Unternehmen. Darüber hinaus beraten die Mitglieder der DGAUM alle Akteure, die ihren Beitrag zu der medizinischen Versorgung leisten und auf Fachwissen aus der betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention, der arbeits- und umweltbezogenen Diagnostik und Therapie, der Beschäftigungsfähigkeit fördernden Rehabilitation sowie aus dem versicherungsmedizinischen Kontext angewiesen sind.

Deutschen Gesellschaft für Arbeitsmedizin und Umweltmedizin (DGAUM) e.V.
Online-Einreichung der Abstracts für
DGAUM Jahrestagung München 2015:
www.dgaum.de/dgaum-jahrestagung/

Ist der Arzt in Zukunft nur noch Versorgungsknecht?

Die Urologen der Uro-GmbH Nordrhein verfolgen Veröffentlichungen zur Gesundheitspolitik stets genau. Und bei ihnen macht sich ein zunehmend ungutes Gefühl breit. Ihrer Meinung nach arbeiten Fachkreise an einem neuen Modell: Pay for Performance.

Den Beobachtungen von Dr. Michael Stephan-Odenthal, Facharzt für Urologie und Geschäftsführer der Uro-GmbH Nordrhein, nach, macht sich seit längerem in Fachkreisen eine Diskussion um Qualität in der ärztlichen Versorgung breit: „Dagegen ist grundsätzlich nichts zu sagen, denn gegen eine Steigerung der Behandlungsqualität wehrt sich von ärztlicher Seite niemand.“ Das Problem sei seiner Meinung nach, das bei steigender Morbidität und Qualitätssteigerungen sich logischerweise die Kosten erhöhen und bzw. Honorarsteigerung die Folge sein sollten. „Genau hier aber haben Politik und Kassen ein neues Diskussionsfeld eröffnet: Pay for Performance. Wenn sich auf Symposien Politiker, einflussreiche Politikberater und Verantwortliche des GB-A, in gleicher Weise äußern, ist höchste Gefahr im Verzug.“ Stephan-Odenthal meint, dass intensiv daran gearbeitet wird, dass in Zukunft Honorare nur noch nach Behandlungsergebnis verteilt werden. Damit würde nicht mehr die ärztliche Leistung an sich, sondern ein von Gremien definiertes Behandlungsergebnis honoriert. „Mit der Gründung eines neuen Qualitätsinstituts ist dieses Gremium auch schon konkret angedacht“, unterstreicht der Urologe. In der Tat äußerte sich Politiker Jens Spahn in der Hinsicht, dass er für schlechte Qualität am liebsten gar nichts zahlen möchte. Zudem scheint sich für die Uro-GmbH herauszukristallisieren, dass Mindestfallzahlen in Zukunft eine bedeutende Rolle spielen werden. Dabei wird andererseits eine Mengenausweitung in den Kliniken aktuell von Politik und Kassen als ...

Den ganzen Beitrag finden Sie auf der Website: www.uro-gmbh.de unter Aktuelles, URO-GmbH Nachrichten III/2014 vom 17.09.2014

Atemwegstherapie weitergedacht

Airflusal® Forspiro®

Mit einem neuen Inhalator hat Hexal die Asthma- und COPD-Behandlung weitergedacht: Moderne, leitlinien-gerechte Therapie - konsequent auf den Patienten zugeschnitten. Mit Airflusal® Forspiro® steht Ärzten und Patienten ein innovativer Inhalator zur Behandlung von Asthma(I) und COPD(II) mit der bewährten Wirkstoffkombination aus Fluticason und Salmeterol zur Verfügung. Airflusal® Forspiro® wurde als erster Inhalator auf dem Markt zusammen mit Asthma- und COPD-Patienten entwickelt.(III)

Mit Airflusal® Forspiro® krönt Hexal sein Sortiment im Atemwegsbereich. „Der innovative Inhalator mit Einblick ist ein Meilenstein in unserem Atemwegsportfolio. Mit unseren Produkten können die Ärzte die gesamte Leitlinientherapie im Bereich Asthma und COPD abbilden“, betonte die Hexal-Vorstandssprecherin Sandrine Piret-Gérard auf der Pressekonferenz des Unternehmens am 17.09.2014 in München. Das Produkt stehe stellvertretend für den Anspruch, ein umfassendes Portfolio anbieten zu können: „Unsere Gesamtpalette umfasst rund 400 Wirkstoffe - von dem einfachsten Molekül bis hin zu hochkomplexen Produkten wie biopharmazeutisch hergestellten Arzneimitteln, den so genannten Biosimilars: Mit Airflusal® Forspiro® zeigen wir, dass wir Patienten nicht nur mit bewährten, sondern auch weiterentwickelten, innovativen Produkten wirtschaftlich versorgen wollen.“

Wie wichtig diese Feedbackmechanismen sind, weiß Prof. Dr. Christian Virchow, Chefarzt der Abteilung Pneumologie der Klinik für Innere Medizin an der Universität Rostock, aus der täglichen Praxis: „Wir wissen, dass bis zu 80 Prozent der Patienten ihre inhalativen Medikamente fehlerhaft anwenden. Die Folge sind Patienten, die ihr Asthma oder ihre COPD nur unzureichend im Griff haben.“

Mehr Infos: www.hexal.de, www.airflusal.de

Professionelle Narbenpflege leicht gemacht

Verletzungen, Wunden, besondere Belastungen hinterlassen Spuren auf unserer Haut. Häufig bilden sich Narben, die als störend empfunden werden. Doch wie werden diese richtig gepflegt?

Narben sind nicht nur unschön, sie können auch je nach Größe und Ausprägung jucken und schmerzen. Viele Menschen behandeln ihre Narben in der Hoffnung, sie mögen wieder von alleine verschwinden, erst viel zu spät.

Prophylaxe: Ruhe und Pflege

Damit keine hässlichen wulstigen Narben entstehen, sollte die Wunde in Ruhe heilen können. In der Heilungsphase ist ein Schutz vor Reizen und dem Austrocknen erforderlich. Das Gewebe sollte weder Dehnung noch Zug ausgesetzt sein, zusätzlich ist ein ausreichender UV-Schutz der pigmentfreien Bereiche notwendig. Das Pflegen und Eincremen der Haut mit entzündungshemmenden Substanzen kann den Heilungsprozess der Haut beschleunigen und die Narbenbildung unterdrücken.

Alles Gute für Narben

Ist trotz Ruhe und Pflege eine Narbe entstanden, kann spezielle Pflege die Narbe zwar nicht zum Verschwinden bringen, aber sie doch unauffälliger machen. Welche Effekte braucht es dazu?

- Verbesserung der Elastizität
- Erhöhung des Feuchtigkeitsgehalts
- Lockerung des Kollagengeflechts
- Verbesserung der Hautdurchblutung

Alle diese Effekte sind durch die Wirkstoffe in Kelofibrase Sandoz vereint:

- Harnstoff bindet Feuchtigkeit und lindert den Juckreiz.
- Heparin lockert das Narbengewebe und wirkt beruhigend.
- Campher fördert die Hautdurchblutung und verbessert die Nährstoffversorgung der Haut.

Die konsequente Anwendung von kosme-

tischen Narbencremes, wie zum Beispiel Kelofibrase® Sandoz®, beeinflusst positiv das äußere Erscheinungsbild der Narbe. Hierbei ist es wichtig, die kosmetische Behandlung erst zu beginnen, wenn die Wunde abgeheilt ist, also zwei bis drei Wochen nach der Operation oder der Verletzung. Bei genähten Wunden müssen die Fäden zuvor gezogen worden sein.

Um ein gutes Ergebnis zu erzielen, sollten Narbencremes wie Kelofibrase® Sandoz® zweimal täglich sanft einmassiert werden. Der auflockernde Effekt wird noch verstärkt, indem man die dick eingecremte Fläche nachts mit einer Wundauflage bedeckt, Kelofibrase® Sandoz® Creme zieht schnell ein, fettet nicht und hat einen neutralen Duft. Bereits Kinder ab 1 Jahr können, ausgenommen von Gesicht und Hals, mit Kelofibrase® Sandoz® Creme behandelt werden.

Narbenpflege auch bei alten Narben?

Auch bei älteren Narben lohnt sich eine konsequente Pflege. Bis der erwünschte Regenerationseffekt der Haut eingetreten ist, dauert es jedoch länger. Während sich das Erscheinungsbild bei jungen Narben nach etwa sechs bis neun Monate positiv verändern kann, sollten ältere Narben über einen längeren Zeitraum konsequent mehrmals täglich mit einer Narbencreme einmassiert werden. Durch die regelmäßige Anwendung wird das Narbengewebe elastischer und unauffälliger.

Tipps zur Narbenpflege

- Regelmäßige Pflege mit einer Narbencreme
- Vermeidung großer Temperaturschwankungen
- Verzicht auf Sauna, Solarium und ausgiebige Sonnenbäder in den ersten Monaten nach Wundheilung
- Enge, scheuernde Kleidung meiden
- Massagen des Narbengewebes
- Verwendung von Camouflage zur Abdeckung

www.hexal.de

Pharmagest setzt 600 Lynx PDAs von Datalogic für Apotheken in Frankreich, Belgien und Luxemburg ein

Pharmagest, ein europäischer Marktführer für den Bereich Komplettsysteme im Gesundheitswesen, entscheidet sich für den PDA Lynx von Datalogic, einem Weltmarktführer im Bereich der automatischen Datenerfassung und der Industrie Automatisierung. Pharmagest hat auf den PDAs seine Anwendungs-lösung für Apotheken, OPTISTOCK, implementiert. Die flexible Lösung wird für das gesamte Lagermanagement sowie den Auftragseingang, die Preisverwaltung und die Inventurprozesse eingesetzt. 600 PDAs vom Typ Lynx wurden bereits in Apotheken in Frankreich, Belgien und Luxemburg installiert und die Anzahl wächst beständig weiter.

Für die OPTISTOCK Anwendung, suchte Pharmagest einen PDA, der Hochleistung und Ergonomie in einem Gerät vereinigt. Außerdem sollte das Gerät einfach zu handhaben sein, ein klares Display besitzen und robust genug sein um starker Beanspruchung und Stürzen Stand zu halten. Aus technischer Sicht waren zwei Punkte ausschlaggebend: der PDA musste in der Lage sein, 2D-Codes zu erfassen, die heute in allen französischen Apotheken eingesetzt werden sowie mit einem sicheren Wi-Fi-Funksystem für die Echtzeitkommunikation in der Apotheke ausgestattet sein.

Das technische Team bei Pharmagest testete verschiedene Produkte, bevor es sich für den PDA Lynx von Datalogic entschied, der alle Anforderungen erfüllte. Klein, leicht und ergonomisch ist der Lynx der ideale Begleiter für die täglichen Prozesse in der Apotheke. So unterstützt er den Anwender beispielsweise bei der Warenannahme: Trifft eine Lieferung ein, wählt der Apotheker die entsprechen-

de Order auf dem Lynx, bestätigt ihren Empfang und überprüft, ob die gesamte Ware richtig geliefert wurde. Diese Daten werden dann in Echtzeit in die integrierte Management Software von Pharmagest übertragen.

Der PDA verfolgt und kontrolliert außerdem den Lagerstatus im Front- und Back-office der Apotheke in Echtzeit. Wird eine Differenz angezeigt, kann der Anwender den PDA verwenden, um die Anzahl direkt im System zu korrigieren. Anschließend wird der Fehler analysiert, um die entsprechenden Korrekturen vorzunehmen, die sicherstellen, dass der Fehler nicht wieder auftritt. Außerdem wird der PDA bei der jährlichen Bestandskontrolle eingesetzt, wo er überprüft, ob die Anzahl der physischen Inventur der des virtuellen Bestandes entspricht.

Da die Anzahl der Apotheken, die ihre Preise mithilfe elektronischer Tags automatisch aktualisieren, begrenzt sind, wird der Lynx am POS auch für Preiskontrollen eingesetzt. Hierzu scannt und überprüft der Anwender mithilfe des PDAs den Preis auf dem Etikett und überprüft, ob dieser mit dem in der Software angezeigten Preis zusammenpasst. Bei Preisdifferenzen kann der Anwender über den Lynx das Etikett korrigieren und den Druckauftrag für das aktualisierte Etikett direkt an den Drucker senden.

Für Pharmagest resultiert der Einsatz der PDAs in vielen Vorteilen. So konnte ein signifikanter Rückgang von Dateneingabefehlern erreicht werden, Fehlbestände wurden reduziert und das Management von Nachbestellungen läuft inzwischen schneller und reibungsloser ab. Das Inventurmanagementsystem in Echtzeit



unterstützt die Apotheker außerdem darin Probleme mit Übervorratung besser zu kontrollieren und sorgt damit für geringere Lagerkosten. Am wichtigsten ist jedoch, dass die Produktivität mit dem PDA gesteigert werden konnte und die Anwender in der Apotheke dadurch mehr Zeit haben, um sich um ihre Kunden und den Verkauf zu kümmern.

Dr. Romano Volta, Chairman und CEO der Datalogic Gruppe: „Wir freuen uns sehr, dass unsere Lösung einmal mehr von einem wichtigen Unternehmen im Gesundheitswesen ausgewählt wurde. Dank der zahlreichen Wettbewerbsvorteile, die durch diese Lösung entstanden sind, hat der Lynx das Vertrauen nun gerechtfertigt. In diesem sehr spezialisierten Umfeld, wo es um die Gesundheit und das Wohlbefinden von Menschen geht, ist höchste Aufmerksamkeit gefordert und die Erfahrung, die wir mitbringen ist hier besonders vorteilhaft.“

Foto: Datalogic SpA

Mehr Informationen rund um Datalogic finden sich unter: www.datalogic.com



der Branche. Wir sind sicher, dass sie den amerikanischen Markt für uns schnell erschließen kann“, sagt Dr. Andreas Bergmann, Gründer und Geschäftsführer der sphingotec GmbH.

Foto: sphingotec

Weitere Informationen unter:
www.sphingotec.de

sphingotec expandiert in die USA

Mit dem Ziel, Krebs, kardiovaskuläre Erkrankungen und Nierenerkrankungen zu bekämpfen

Die sphingotec GmbH, Hennigsdorf, hat in Cambridge, Massachusetts, mit der sphingotec, LLC eine Niederlassung gegründet. Das Biotechnologie-Unternehmen entwickelt Tests, um die individuelle Anfälligkeit für bestimmte Krankheiten zu erkennen. Neben Europa sind die USA ein wichtiger Zielmarkt für sphingotec.

sphingotec hat sich zum Ziel gesetzt, das Auftreten schwerer Krankheiten wie Krebs, kardiovaskuläre Erkrankungen und Nierenerkrankungen zu vermindern bzw. zu vermeiden. Dazu haben die Forscher Biomarker identifiziert, mit denen das individuelle Erkrankungsrisiko bestimmt werden kann bzw. frühzeitig Informationen über die Entwicklung lebensbedrohlicher Funktionsstörungen, z. B. in der Sepsis, ermittelt werden. Ist dies bekannt, lassen sich präventive bzw. therapeutische Maßnahmen ergreifen.

Insbesondere für das frühzeitige Erkennen des Brustkrebsrisikos hat sphingotec einen Biomarker identifiziert und einen einfachen Bluttest (sphingotest® pro-NT) entwickelt. Der Test bestimmt die Konzentration des Hormons Neurotensin im Blut, das – neben anderen bekannten Risikofaktoren oder der genetischen Disposition – an der Brustkrebsentwicklung beteiligt ist. Auf diese Weise gibt er allen Frauen Auskunft über ihr individuelles Erkrankungsrisiko.

Geleitet werden die US-Aktivitäten von Karla M. Gonye. Sie ist seit mehr als 20 Jahren in den Bereichen Biotechnologie, Pharma und Diagnose tätig, zuletzt verantwortete sie das weltweite Marketing bei BG Medicine. „Wir freuen uns, dass wir eine so profilierte Expertin für sphingotec gewinnen konnten. Karla Gonye verfügt über langjährige Erfahrung und ein hervorragendes Netzwerk innerhalb

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

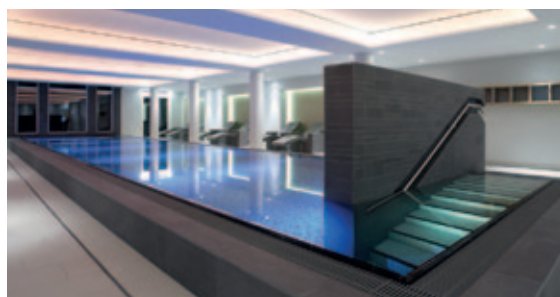
Chefredakteur:
Klaus Lenser

Redaktion:
Horst-Dieter Ebert (Reise, Buch und Kolumne)
Armin Roßmeier (Fernsehkoch)
Anne Wantia (Reise)
Gunther Schnatmann (Reise)
Sylvia Dankbar-van Aans (Wein)
Stefanie Bisping (Reise)

Layout:
Jennifer Bahn
Erscheinungsort:
48143 Münster

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

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



Fulgen
Restaurant

GENIEßER RESTAURANT
Brunshaupten

Arendsee
WIENER CAFÉ

BALTIC SPA BY UPSTALSBOOM

Ob in einem der 169 Zimmer und Suiten oder dem 1.300 m² großen SPA-Bereich – die nur wenige Meter vom Strand entfernte Upstalsboom Hotelresidenz & SPA Kühlungsborn steht für Erholung und Entspannung pur. Kulinarische Glanzpunkte setzen die gastronomischen Bereiche des Hotels:

Das Genießer-Restaurant „Brunshaupten“ mit eigener Veranda zur Promenade und das Restaurant „Fulgen“ mit einer 800 m²

großen Sommerlounge laden zum Verweilen ein. Das Wiener Café „Arendsee“ mit hauseigener Pâtisserie und meerseitig gelegenen Kastaniengarten ist für jeden Flaneur der Ostseepromenade Dreh- und Angelpunkt.

Der BALTIC SPA by Upstalsboom, bietet mit Milon-Zirkel im Fitnessbereich, verschiedenen Saunen und einem Indoorpool ein ausgewogenes Angebot für Ihr Aktiv-Programm.

Weine aus dem Libanon

Kommen Sie in den exklusiven Genuss dieser exotischen Bergweine und lassen Sie sich von dem einzigartigen Geschmack der 7.000 Jahre alten Weinkultur des Libanons verführen.

