

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Sonderdruck aus www.gour-med.de Ausgabe 1/2 – 2016

**DER WEIN-
GENIESSER TIPP**
Toskanische Weine

**ALTE GEMÜSE-
SORTEN**
Von Armin Roßmeier

DÄNEMARK
Fahrradrouten, herrliche
Strände und Austern

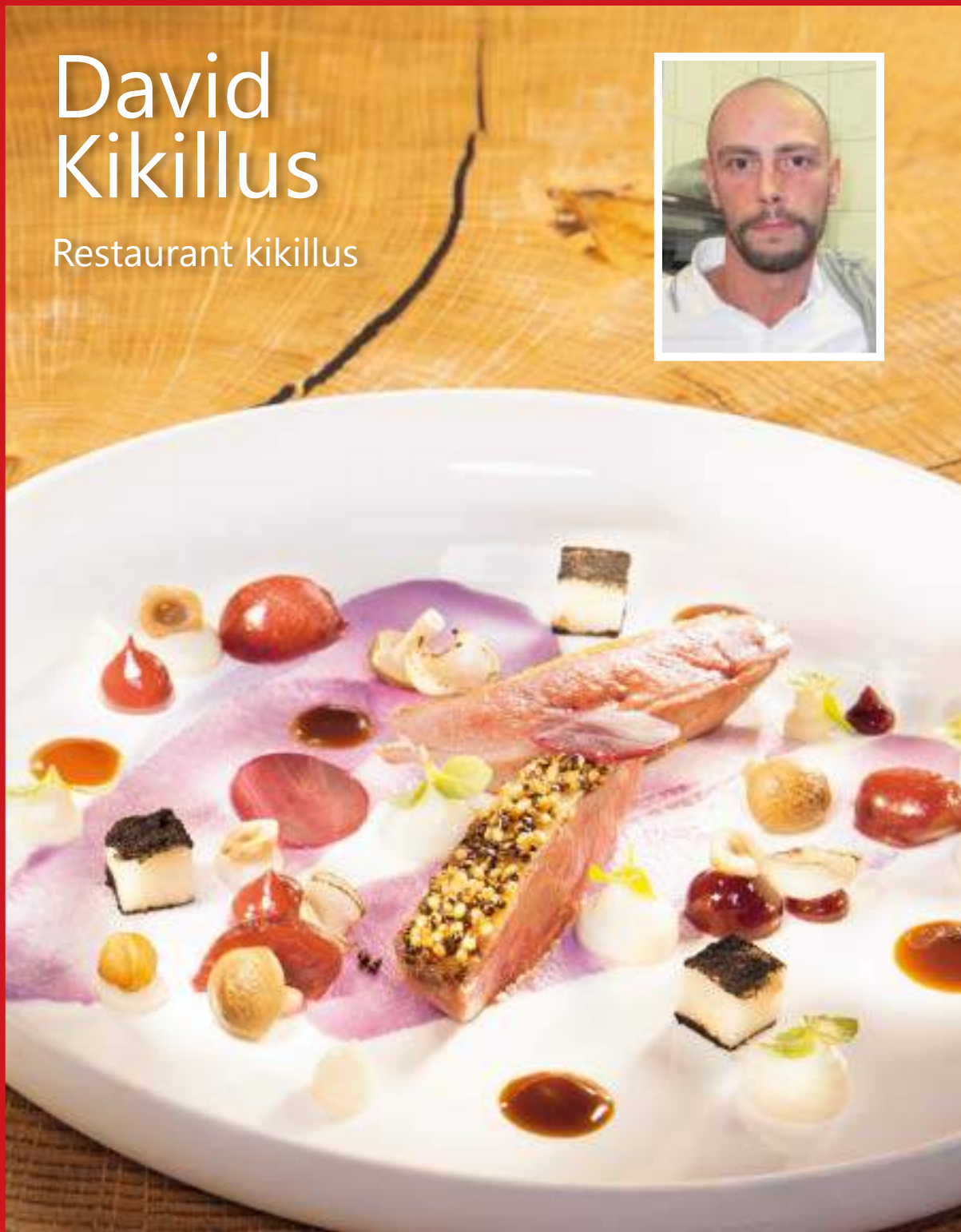
HAPAG LLOYD
Von der Erfindung
der Kreuzfahrt

VENDÉE
Die Perle an der franzö-
sischen Atlantikküste

ÖSTERREICH
Kuschelige Chalets
in Hochfugen

LANGUSTEN
Genuss aus der Karibik

David
Kikillus
Restaurant kikillus



1/2 – 2016
34. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Liebe Gour-med - Leser,

Ein Winter der kein Winter war begleitete uns durch die letzten Wochen und Monate.

Wir alle erleben einen Klimawandel der auch die letzten überzeugt, dass wir Menschen handeln müssen um unsere Umwelt zu schützen.

Viele Unternehmen, gerade im Tourismus und der Hotellerie handeln entsprechend und betreiben ihr Business nachhaltig. So rüstet zum Beispiel die AIDA Kreuzfahrtflotte ihre Schiffe auf umweltfreundliche Abgaswerte um.

Viele Sterne-Restaurants verarbeiten immer mehr regionale Produkte und vermeiden durch lange Transportwege hohe CO² Belastungen.



David Kikillus, ein vielgereister Küchenchef, gehört zu denen, die aromatisches Essen, ohne Geschmacksverlust, auf den Teller bringen.

Im November 2015 wurde er mit dem, längst verdienten 1. Michelin-Stern für seine Kreationen ausgezeichnet. Wir haben David Kikillus besucht und stellen seine Kochkunst im Restaurant Kikillus vor.

Südwest-Dänemark, bisher eine Urlaubsregion für Insider – für deutsche Nordseeeliebhaber endete die Urlaubsattraktivität im Norden auf Sylt – ist mehr als eine Reise wert. Austernsuche, die älteste Stadt – Ribe – mit dem ältesten Hotel Dänemarks besichtigen und sich von kleinen feinen Restaurants kulinarisch verwöhnen lassen, herrliche Sandstrände und ein sehr gut ausgebautes Fahrradwegenetz, das gehört zu den Besonderheiten Südwest-Dänemarks.



Unser Reise- und Genuss-Experte Horst-Dieter Ebert hat nicht nur wieder lesenswerte Bücher für Sie, mit gewohnt flotter Feder berichtet er aus der 125jährigen (Luxuskreuzfahrt-) Geschichte der Hapag Lloyd-Reederei.

Hochfügen, eine Wintersportregion in der in dieser Saison Wintersport noch möglich war, hat Gunther Schnatmann besucht. Ski und Rodel gut, heißt es.



„Genuss neu definiert“ ist das Motto des 1-Sternechefs Michael Dyllong in Dortmund. Mit seinem Freund Ciro de Luca betreibt er den neuen Hot Spot, das Restaurant VIDA in Dortmund. Das junge, sehr engagierte Team hat sich schnell in eine Spitzenposition gekocht.

Zu den wenig touristisch überlaufenen Küsten in Frankreich gehört die Vendée, zwischen St. Nazaire und La Rochelle am Atlantik. Wer es ruhiger mag und weite nicht überfüllte Strände liebt ist hier, auch kulinarisch, gut aufgehoben.



Stefanie Bisping hat sich in Hongkong umgeschaut und weiß Erstaunliches aus der Gourmetszene zu berichten. Die Stadt ist ein Erlebnis, wie es typischer für Asien nicht sein kann.

Außerdem stellen wir Ihnen gesunde, leckere Rezepte von Armin Roßmeier vor, berichten über den Genuss karibischer Lobster und wie man gutes Fleisch erkennt.

Neues aus der Medizin- und Pharma-Industrie ist auch wieder dabei.

Starten Sie den Frühling mit Genuss und Schwung, bleiben Sie gesund.

Das alles wünscht Ihnen Ihr Gour-med Team und

Nicht vergessen: Alles wird gar!

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

Titelbild: Falko Wübbecke/ Edition Fackelträger



04 David Kikillus Restaurant kikillus

10 DER WEIN-GENIESSER TIPP Toskanische Weine

12 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP von Armin Roßmeier Alte Gemüsesorten

14 GENUSS UND REISETIPPS

- 14 Europäischer Hof Heidelberg
- 16 Dänemark – Fahrradrouten, herrliche Strände und Austern
- 20 Hapag Lloyd – Von der Erfindung der Kreuzfahrt
- 22 Österreich – Kuschelige Chalets in Hochfugen
- 24 Vendée – Die Perle an der französischen Atlantikküste
- 28 Lanzarote – Schwarze Insel mit den weissen Stränden
- 30 Mövenpick Sukhumvit – one night in Bangkok
- 32 Hongkong – Eat, Drink, Work

34 EBERTS BÜCHER-KRITIKEN

36 NEUES AUS DER GENUSSWELT

- 36 Otto Gourmet – Das letzte einheimische Schwein Spaniens
- 38 NRA-Show – Die neuesten Food-Trends in den USA
- 40 Mosel – Schloss Lieser erstrahlt in neuem Glanz
- 42 Neueröffnung – Restaurant Vida
- 44 Langusten – Genuss aus der Karibik

46 EBERTS AUSFLÜGE



16 Dänemark



20 Frankreich – Vendée



24 Lanzarote – Princesa Yaiza

48 KURZ NOTIERT

- 48 St. Regis Hotels & Resorts eröffnet erstes Hotel in Dubai
- 50 Hotel Bareiss – Wandern und kochen im Schwarzwald
- 52 Deutscher Meister der Hobbyköche 2016

54 BUCH-TIPPS

56 DR. MONEY

58 WEIN UND GESUNDHEIT

60 MEDIZIN NEWS

64 PHARMA NEWS

02 EDITORIAL 67 IMPRESSUM



Der lange Weg zum Stern

David Kikillus auf der Überholspur

Fun Dine, das isse!



Sterne Koch und Autor David Kikillus

Anne Wantia
Klaus Lenser

Einzig nicht artig, experimentell, kreativ und ein wenig wahnsinnig, so bezeichnet David Kikillus seinen Kochstil. Seine Selbsteinschätzung ist eher zurückhaltend, seine Kreationen und seine Experimentierfreude sind es – und das ist gut so – nicht.

David Kikillus gehört seit Jahren zu den Top- „Handwerkern“ in der Küche, der im November verliehene erste Michelin-Stern war längst fällig.

Seit ca. 10 Jahren hat er in verschiedenen Restaurants eine Leistung gezeigt, die überall da wo er kochte, sofort Anerkennung bei Gourmets fand. Das Problem, warum David Kikillus die verdiente Auszeichnung verwehrt wurde, lag wohl mehr am schnellen, durchaus branchenüblichen Wechsel der Restaurants. Begonnen hat alles einst in Dortmund mit einer

Lehre bei Alexander Mielsch. Das „Weiße Rössl“ in Kitzbühel, Restaurants in Spanien u.a. in Malaga „Sol y Vida“, im „ZinZin“ in Düsseldorf, waren weitere Stationen. Nach einer neuen kulinarischen Herausforderung in einem Luxusrestaurant in Kiew, hat er 2014 in Dortmund sein eigenes Restaurant „kikillus“ eröffnet, eine Familie gegründet und ist, wie es scheint, sesshaft geworden. Stolz erzählt er über seine im letzten Jahr geborene kleine Tochter, jede freie Minute verbringt er mit ihr. Familie ist ihm das Wichtigste, neben seiner kreativen Arbeit in der Küche.

Belohnt wurde sein neuer Weg und sein Restaurantkonzept verdienstermaßen mit einem Stern, die Auszeichnung bestätigt seine herausragende Leistung am Herd. „Cuisine Creativ“ ist sein Motto. Er versteht es mit sensiblen Aromen, seltenen Zutaten und natürlich frischen Produkten, Texturen auf den Teller zu bringen, die seine Gäste in eine andere Welt versetzen.

Besonders empfehlenswert

Fun Dine – Freude am Essen – dazu will er mit seinem Team den Gast verführen. Kein Zweifel, es gelingt ihm! So definiert er logisch, dass nur ein Genießer ist, wer das Leben zum Genuss macht.

Locker und leger, so geht es in seinem Restaurant zu. Essen mit Spaßfaktor, frech, lässig aber höchst anspruchsvoll. David Kikillus möchte mit seinem Konzept die Schwellenangst vor der Haute Cuisine abbauen. Das ist ihm offensichtlich schon nach kurzer Zeit gelungen, wie wir bei unserem Besuch feststellen können. Genießer aller Altersklassen treffen sich in dem stylischen Ambiente des „kikillus restaurants“ um in ungezwungener Atmosphäre ganz dem Genuss zu frönen.

Der Abend beginnt mit Variationen von der Tomate, es gibt sie wohl doch noch die geschmackvollen Sorten, selten haben wir so ein köstliches Aroma erlebt. Neugierig haben wir uns erkundigt wo



Stylisch und ...



gemütlich das Restaurantambiente ...

man die Tomaten kaufen kann, so ein ursprüngliches tomatiges Aroma möchten wir zu Hause auch genießen, David Kikillus hat es uns verraten!

Hamachi mit Gurke, Avocado, roter Zwiebel und Ponzu, bei diesem Gang schmeckt man die fein abgestimmten Aromen und Gewürze, Frische und Textur überzeugen uns genauso wie die klas-

sische Gänseleber mit Mandarine und Pistazie. Letzteres immer noch eines der Lieblingsgerichte des Küchenchefs.

Die Produktkenntnisse bestätigen einmal mehr, dass der Küchenchef ein ganz großer seiner Zunft ist. Die herausragende Qualität des geangelten Steinbutts beeindruckt einfach, der dazu servierte Kalbskopf mit Blattspinat, Trüffeln und



... mit viel moderner Kunst



Die kreativ angerichteten Gänge passen zum Interieur

Graupen an einer Hollandaise perfektionieren diesen Gang. Der Fleischgang, Etouffée (gestopfte) Taube mit Blutwurst, Brokkoli, schwarzer Walnuss und Birne, verspricht schon auf Grund der Produktzusammensetzung ein verlockender Genuss zu werden. Die Taube ist auf den Punkt gegart, die Blutwurst erinnert an alte Zeiten in denen man noch selbst geschlachtete Wurst zu genießen wusste. Auch hier wieder ein perfekt abgestimmter harmonischer Mix der unterschiedlichen Aromen. Den feinen Geschmack auf

dieser Gang ist eine Köstlichkeit. Wer nun noch etwas Platz hat kann noch eine Auswahl von Rohmilchkäse von Affineur Xavier David verkosten.

Zu allen Gängen des Menus werden hervorragend abgestimmte Weine von Sommelier Filippo Pistone eingeschenkt. Die junge Servicemannschaft – das Fun-Dine-Team – trägt mit ihrer lockeren aber äusserst kompetenten Arbeit zu einem kulinarisch-erlebnisreichen Besuch im Kikillus bei.



Ein effektives Genussteam: Sommelier Filippo Pistone, David Kikillus und Sous-Chef Oleg Kravschuk

der Zunge wollen wir so lange es geht erhalten, ein Grund das süße Finale aus Cheesecake mit Blaubeeren, Marone und Zitrone etwas hinaus zu zögern. Auch

Das moderne Ambiente des Restaurants und die legere, lockere Art der Servicemannschaft haben dazu beigetragen, dass das „Kikillus“ bei Gourmets und

Genießern bereits einen ausgezeichneten Ruf hat. Das wunderschöne Geschirr und das extravagante Besteck von Robbe und Berking sind ein toller Kontrast zu den sonst minimalistisch eingedeckten Tischen. Hier konzentriert sich alles auf das Wesentliche – das da wäre: Frische Produkte, Aroma-Kompositionen, beste Texturen, harmonischer Gleichklang und Sensibilisierung der Geschmacks-Sensorik. David Kikillus hat seinen Weg gefunden. Fun Dine ist für ihn und sein Team Verpflichtung und Anreiz sich ständig weiter zu entwickeln. Dieser Herausforderung stellt er sich, mit Erfolg, wie wir selber feststellen können.

Mit Begeisterung und viel Liebe hat er vor einigen Monaten sein erstes Kochbuch veröffentlicht.

Drei Rezepte zum Nachkochen empfiehlt er Ihnen daraus.

Viel Spaß dabei und guten Appetit.



Fun Dine
Fackelträger Verlag
www.edition.fackeltraeger-verlag.de

Fotos: Anne Wantia, Falko Wübbecke/
Edition Fackelträger

Das Restaurant „Kikillus“, finden Sie hier:
Am Gottesacker 70
D-44143 Dortmund
Fon: +49 231 477 377-0
Fax: +49 231 477 377 -10
Mail: info@kikillus-restaurant.de
www.kikillus-restaurant.de



Taube 2.0

Taube | Rotkohl | Kirsche | Pastinake | Haselnuss

Taubenbrust

- 4 Taubenbrüste
- 4 Thymianzweige
- 25 g Butter
- Traubenkernöl
- Maldon sea salt

Die Taubenbrüste einzeln mit Thymian und Butter vakuumieren und bei 56 °C 7 Minuten sous-vide garen. Anschließend in Traubenkernöl nachbraten. Mit Maldon sea salt würzen.

Rotkohlpüree

- 210 g Rotkohl
- 45 ml Rotwein
- 22 ml Champagneressig
- 16 g Dijon-Senf
- Salz
- Cayennepfeffer

Den Rotkohl hobeln, mit dem Rotwein vakuumieren und 75 Minuten bei 95 °C sous-vide garen. Anschließend mit den restlichen Zutaten im Thermomix mixen und durch ein Sieb streichen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Kirschen

- 38 g Zucker
- 43 ml weißer Balsamico
- 2 g Zimt
- 16 Kirschen

Zucker mit 45 ml Wasser aufkochen. Balsamico und Zimt unterrühren und abkühlen lassen. Die Kirschen darin einlegen und 2 ½ Stunden ziehen lassen.

Pastinakenpüree

- 240 g Pastinake
- 100 g Butter
- 1 Thymianzweig
- 120 ml Milch
- Salz

Pastinake mit Butter, Thymian und etwas Salz in die Milch geben und darin garen. Anschließend alles im Thermomix zu einer cremigen Masse mixen.

Pastinakenwürfel

- 80 g Pastinaken
- 3 g Lauchasche (siehe 1 Lauchstange)

- 1 Lauchstange
- Mandarinensorbet
- flüssiger Stickstoff

Den Lauch unter dem Salamander oder sehr starker Oberhitze komplett verbrennen lassen und im Mixer zu einem Pulver mahlen. Die Sorbetsteine in Flüssigstickstoff tauchen, herausheben und in der Lauchasche wälzen.

Die Pastinaken schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden. In Salzwasser blanchieren und durch Lauchasche wälzen.

Haselnuss

- 25 g Haselnüsse

Haselnüsse halbieren und ohne Fett rösten.

Anrichten

- Röstzwiebeln
- 150 ml weißer Balsamico
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Sternanis
- 3 g Pfefferkörner
- 2 g Korianderkörner
- 80 g geschälte Perlwiebeln

Balsamico, 50 ml Wasser und die Gewürze in einen Topf geben, aufkochen und die Perlwiebeln darin blanchieren. Die Perlwiebeln anschließend halbieren und mit einem Bunsenbrenner abflammen.

- ausgestochener Rotkohl
- Buchenpilze
- Honigkresse
- gepuffter Quinoa

- Kirschsphäre
- 6 g Citras
- 125 g Fruchtpüree
- 9 g Algin
- 500 ml stilles Mineralwasser
- 3,3 g Calcic

Citras mit 125 ml Wasser mischen, Algin hinzufügen und mixen, bis es sich auflöst. Die Mischung aufkochen, abkühlen lassen und das Fruchtpüree untermixen. Calcic und das stille Mineralwasser verrühren. Die Fruchtpüreemischung mit einem Sphärenlöffel in das Wasserbad gleiten lassen und 2 Minuten ziehen lassen. Danach mit kaltem Wasser abspülen.

Alle Komponenten anrichten.

Grünes Thai-Curry

Banane | Curry | Ananas | Koriander | Basilikum | Kokos

4 Mini-Bananen

55 g Butter
25 g Ananassaft
20 g Zitronensaft
40 g weißer Portwein
10 g Zimtpulver
0,5 g geriebene Muskatnuss
5 g Korianderkörner
2 Kaffirlimettenblätter
5 g Zitronenschale
5 g Ingwer
2 g Mangocurrypulver
30 g Rohrzucker

Die Mini-Bananen schälen. Aus den restlichen Zutaten einen Sud herstellen. Anschließend die Mini-Bananen mit dem Sud vakuumieren und bei 55 °C 15–20 Minuten sous-vide garen.

Bananen-Curry-Mousse

100 g Kokosmilch
100 g Sahne
200 ml Ananassaft
200 ml Apfelsaft
1 g Ascorbinsäure (Vitamin C)
50 g Rohrzucker
1 g Mangocurrypulver
4 Gewürzbananen
9 Blatt Gelatine
Silikonform

Die Kokosmilch mit der Sahne vermischen, in einen iSi-Siphon füllen und mit einer Sahnekapsel bestücken. Ananas und Apfelsaft mit Vitamin C und Zucker erhitzen und auf 100 ml reduzieren. Mit Mangocurry abschmecken. Die Gewürzbananen schälen und mit 50 ml der Saftreduktion im Thermomix mixen. In den restlichen 50 ml Saft die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine auflösen. Die Kokossahne unter die Gewürzbananenmasse heben und die aufgelöste Gelatine untermengen. In die gewünschte Form abfüllen.

Obstmousse

1 Mini-Ananas
2 Mini-Bananen
1 Granny Smith
Alles zusammen im Thermomix mixen und anschließend passieren

Petersiliensaft

½ Bund glatte Petersilie
50 ml Eiswasser
0,5 g Ascorbinsäure (Vitamin C)

Die Petersilie blanchieren und mit dem Eiswasser und Ascorbinsäure im Thermomix mixen. Anschließend passieren.

Ananasgel

250 ml Ananassaft
5 g Limettenschale
1 Zimtstange
1 Sternanis
5 g Korianderkörner
2,4 g Agar-Agar

Den Ananassaft mit Limettenschale, Zimtstange, Sternanis, Korianderkörnern und dem Agar-Agar aufkochen. Den Sud passieren, auf ein Blech gießen und fest werden lassen. Anschließend im Thermomix zu einem Gel verarbeiten.

Marinierte Ananas

120 g geschälte Ananas
5 g Ingwer
150 ml Ananassaft
5 Korianderkörner
1 Kaffirlimettenblatt

25 g Rohrzucker
½ Vanilleschote

Die Hälfte der Ananas würfeln, die andere Hälfte auf der Aufschnittmaschine dünn aufschneiden, den Ingwer schälen und fein würfeln. Den Saft einmal aufkochen, dann Korianderkörner, Ingwer, Limettenblätter, Rohrzucker und Vanilleschote hinzufügen und 30 Minuten ziehen lassen. Anschließend passieren. Sowohl die gewürfelte als auch die in Streifen geschnittene Ananas mit dem Saft vakuumieren und 2–3 Stunden ruhen lassen.

ChinaEis

120 g Glucose
40 g Zucker
250 g Kokosmilch
60 g Kokosflocken
½ Bund Koriander
½ Bund Basilikum
18 g Ingwer
¼ Bund Zitronenmelisse
2 Kaffirlimettenblätter
Fizzy
flüssiger Stickstoff



Glucose und Zucker mit 250 ml Wasser vermischen und erwärmen, bis sich die Glucose aufgelöst hat. Kokosmilch und -flocken mit dem Pürierstab mixen. Anschließend die Glucosemischung langsam dazugeben und weiter pürieren. Koriander und Basilikum blanchieren. Ein Drittel der Kokosmasse mit den blanchierten Kräutern vermischen. Im Thermomix pürieren. Ingwer fein würfeln und mit der Zitronenmelisse und den Kaffirlimettenblättern dazugeben. Leicht erwärmen und 35 Minuten ziehen lassen. Nun die Masse durch ein Superbag pressen oder durch ein feines Sieb streichen und zu den restlichen zwei Dritteln der Kokosmasse geben. Noch mal passieren. Etwas Eismasse abnehmen, in eine Spritzflasche füllen und kalt stellen. Die restliche Eismasse im Pacossierbecher einfrieren. Kurz vor dem Servieren pacossieren. Zum Servieren etwas Fizzy auf die Eisnocke geben und die Eismasse aus der Spritzflasche in flüssigen Stickstoff tropfen lassen. Sobald die Perlen gefroren sind, mit einem Schaumlöffel herausnehmen.

Anrichten

Koriandersponge
40 g Eiweiß
40 g Eigelb
30 g Mehl
1 TL Backpulver
45 g Püree oder Paste des geschmacksgebenden Produktes (z. B. Petersilien-, Brokkolipüree, Karottencreme, Pistazienpaste)
20 g Zucker
2 g Salz

ausgestochene Apfelscheiben

Alle Zutaten zusammen im Thermomix mixen, in ein iSi-Siphon füllen und mit 2 Kapseln begasen. Anschließend 1 Stunde kalt stellen. Dann einen Plastikbecher zu einem Drittel mit der Masse befüllen und bei 800 Watt 30 Sekunden in der Mikrowelle garen.

Buttercrumble
60 g Mandelgrieß
60 g Mehl
60 g Butter
60 g Zucker

Korianderkresse
Alle Komponenten anrichten.

Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Mandelgrieß, Mehl, Butter und Zucker miteinander vermengen und auf ein Blech verteilen. Im Ofen ca. 8 Minuten backen. Anschließend im Thermomix zermahlen.

Legomännchen

Entenleber | Birne | Haselnuss

EntenleberTerrine

250 g	Entenleber
3 g	Salz
0,5 g	rosa Pökelsalz
1,3 g	Zucker
0,5 g	gemahlener weißer Pfeffer
3 ml	Madeira
2 ml	Cognac

Die Entenleber putzen, von den Adern befreien und in grobe Würfel schneiden. Nun mit Salz, Pökelsalz, Zucker, Pfeffer, Madeira und Cognac marinieren, vakuumieren und 24 Stunden kühl stellen. Anschließend bei 58 °C 16 Minuten sous-vide garen und auf Eiswasser herunterkühlen.

Legomännchen

140 g	dunkle Kuvertüre
60 g	Entenleberterrine
125 g	Sahne

Die Kuvertüre über einem Wasserbad langsam schmelzen lassen. Alle Zutaten im Thermomix zu einer glatten Masse mixen. Nun die Entenlebermasse in Legoförmchen aus Silikon gießen und einfrieren.

Birnen-Cannelloni

100 ml	Birnensaft
1	Zimtstange
1	Sternanis
1 g	Agar-Agar
0,2 g	Gellan

Den Birnensaft zusammen mit der Zimtstange, Sternanis, Agar-Agar und Gellan aufkochen. Passieren und mithilfe eines Fillini-Makers Cannelloni gießen und stocken lassen.

Schokoladenstaub

10 g	weiße Kuvertüre
30 g	Malto

Die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und langsam unter das Malto heben.

Birnengel

80 ml	Birnensaft
1	Zitronenthymianzweig
0,8 g	Agar-Agar

Den Birnensaft mit Zitronenthymian und Agar-Agar aufkochen. Anschließend passieren, in ein Blech gießen und stocken lassen. Das Birnengelee im Thermomix zu einem Gel verrühren und in eine Spritzflasche abfüllen.



Marinierte Birne

1	Nashi-Birne
100 ml	Birnensaft
1	Zitronenthymianzweig
10 ml	Zitronensaft
1 g	Xanthan

Die Birne schälen, das Kerngehäuse entfernen, in dünne Scheiben schneiden und rund ausstechen. Die runden Plättchen in Zitronensaft legen. Nun den Birnensaft mit Zitronenthymian aufkochen und mit Xanthan etwas binden. Dann die Birnenplättchen in den Birnensud legen.

Haselnuss-Sponge

60 g	Eiweiß
60 g	Haselnussgrieß
40 g	Eigelb
25 g	Zucker
1 g	Salz
20 g	Mehl

Alle Zutaten miteinander vermischen und in einen iSi-Spender geben. Diesen mit zwei Gaspatronen befüllen. Nun die Masse in einen Plastikbecher spritzen und 30 Sekunden bei 800 Watt in der Mikrowelle garen. Auskühlen lassen, aus dem Becher befreien und bei 69 °C im Dehydrator 12 Stunden trocknen.

Anrichten

Honigkresse

Die Cannelloni mit Entenleber füllen, mit den Sponges verschließen und mit den restlichen Komponenten anrichten.

Toskanische Weine

Bei Kennern geschätzt, bei Genießern beliebt!

Lassen Sie sich verführen in die Welt der besten Weine der Toskana. Eine Weingeschichte über vier Weingüter die den Gaumen verwöhnen.

2006 Le Lame – Poliziano

Als Dino Carletti 1961 ein kleines Landgut mit 22 Hektar in der Nähe von Montepulciano kaufte, konnte er nicht in seinen kühnsten Träumen voraussehen, was einmal daraus werden würde. Er dachte auch gar nicht vorrangig in wirtschaftlichen Dimensionen – die Landschaft in ihrer unwiderstehlichen Farbigkeit hatte in ihm den Sinn für Poesie geweckt. Deshalb gab er seinem neuen Besitz den Namen eines Dichters: Angelo Ambrogini, genannt Poliziano, war ein Sohn Montepulcianos, diente den Medici als Kanzler und ist mit seinen Stanzen und Elegien einer der bekanntesten italienischen Lyriker.

Heute ist die Azienda Poliziano, gelegen im bilderbuchhaft schönen Hügelland rund um das alte Renaissance-Städtchen, einer der führenden Weinerzeuger der Toskana – und eines der dynamischsten Weinunternehmen ganz Italiens.

Verantwortlich dafür ist Dinos Neffe, Federico Carletti. Er ist Agrarwissenschaftler, hatte aber bis zu seinem Diplom 1978 keinen professionellen Kontakt mit der Welt des Weines gehabt. Das änderte sich an der Universität von Florenz, wo er sich mit dem Önologen Carlo Ferrini anfreundete, der heute einer der Star-Önologen Italiens ist.

Le Lame ist eine kleine Parzelle in der Zone des Rosso di Montepulciano, bepflanzt mit Prugnolo Gentile Rebstöcken, die nun über 40 Jahre alt sind. Die Trauben dieses besonderen Weinbergs werden nur in den allerbesten Jahrgängen separat vinifiziert (2006-2007-2010-2015) und ergeben jeweils nur 4000 Flaschen Wein.

Der Ausbau erfolgt wie bei der Riserva des Vino Nobile in unterschiedlich grossen Fässern, um dem Wein damit Komplexität und Finesse anzuerziehen. Hier geht es nicht um Power, sondern um Feinheit und Eleganz.

Leuchtendes Rubin, reife schöne Frucht, viel Kirsche. Seidiges Tannin.

Animierend zu trinken, man widersteht nur ungern der Versuchung nach einem nächsten Schluck. Preis: € 17,50

2006 Villa di Trefiano – Capezzana, Carmignano – Der geistige Urvater des Tignanello?

Die Straße von Florenz nach Nordwesten windet sich in engen Schleifen hinauf zur Tenuta Villa Capezzana. Am besten erscheint man hier an einem milden Frühsommerabend, dann wirken die Farben auf und über den Hügeln wie ein ganzer Pastell-Farbkasten. Die Stimmung könnte nicht passender sein. Kaum ein anderer in der Toscana hat sich so intensiv um vornehm zurückhaltende, elegant strukturierte und vielschichtige Weine bemüht wie Conte Ugo Contini Bonascossi und seine Kinder Vittorio und Beatrice, die heute das Weingut leiten. Capezzana hat eine einzigartige Historie, nachweislich wurde dort bereits im Jahre 804 Wein erzeugt.

Andererseits öffnete sich Villa Capezzana dem modernen Trend zum Supertuscan – und das schon lange, bevor es ihn gab. Denn Conte Ugo war seit früher Kindheit befreundet mit den Rothschilds vom Château Lafite in Pauillac und brachte schon sehr früh Cabernet-Stöcke von seinen dortigen Besuchern mit nach Hause.

Er war es denn auch, der Ende der 1960er Jahre bei der Formulierung der Qualitätskriterien für die DOC Carmignano durchsetzte, dass neben Sangiovese immer auch ein kleiner Anteil an Cabernet in den Weinen enthalten sein muss. Manche Spötter – und auch manche Liebhaber von Capezzana – argwöhnten damals, dass der Trefiano von Capezzana der geistige Urvater des 1971 erstmals produzierten Tignanello sei.

Der Name Trefiano geht auf die gleichnamige Villa zurück, die auf dem Besitz von Capezzana steht. Um die Villa herum ist der Weinberg für diesen Cru angelegt. Die Rebstöcke sind über 40 Jahre alt und ergeben je nach Jahrgang etwa 10-15 tausend Flaschen.

Trefiano 2006 ist ein wunderbar komplexer und vielschichtiger Wein, sehr feinnervig und elegant. Perfekt eingebundene Tannine, reife Frucht, viel Kirsche. Klingt lange am Gaumen nach. Preis € 35,-





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.



Der Wein - Genießer - Tipp

2011 Merlot Sant'Adele – Villa Pillo

San Gimignano im Herzen der Toscana – wer einmal dort war, denkt auch später noch mit Verzückung an diese kleine Stadt mit ihren über hundert Türmen.

Ganz in der Nähe – bei Gambassi Terme – liegt das Weingut Villa Pillo. Der Besitz umfasst 400 Hektar, wovon 38 Ha mit Reben und 22 Ha mit Olivenbäumen bepflanzt sind. Der Rest ist Wald und ist der Natur gewidmet – überlassen als Brutstätte für bedrohte Tierarten.

Die Böden in dieser Gegend erbringen insbesondere für Merlot und Syrah hervorragende Weine. Das Weingut wird geführt von Pamela Trassinelli, die darin ihre Lebensaufgabe gefunden hat.

Im September 2011 wurden wunderbar reife Merlot-Trauben geerntet mit kleinen Beeren und sehr konzentriertem Saft. Die Erntemenge war in diesem Jahr sehr gering und ergab lediglich 5800 Flaschen. Nach dem Ausbau in kleinen Fässern aus Allier-Eiche, was den Wein nochmals erheblich verfeinerte, stand fest: 2011 ist der beste je produzierte Jahrgang des Sant'Adele.

Keiner der üblichen weichgespülten Lady-Merlots, sondern eher maskulin und mit viel Charakter.

In der Farbe dunkles Rubin, kraftvoller Körper, viel Frucht mit Anklängen an Cassis, Brombeere und Kirsche, durch die sehr dezenten Vanille-Noten des Holzes weiter verfeinert. Langanhaltendes Finale. Passt hervorragend zu Schmorgerichten oder einem Steak. Junger Parmesan, Fourme d'Ambert oder z.B. Appenzeller – eine köstliche Kombination. Mit € 17,50 viel ‚value for money‘.



2011 BELLAVITA – Fattoria Fontalpino di Gioia e Filippo Cresti

Klein aber fein, beheimatet in Castelnuovo Berardenga (ja, da, wo es auch die berühmte Fattoria di Felsina gibt).

Gioia Cresti und ihr Bruder Filippo führen dieses bemerkenswerte Weingut seit über 20 Jahren. Gioia, eine begnadete Önologin, die eng mit Italiens Star-Önologen Carlo Ferrini befreundet ist, aber auch andere Weingüter berät, hat in den letzten Jahren die Weine ihrer Fattoria beständig weiterentwickelt. Es gibt kaum ein anderes Weingut, das in den letzten Jahren für so viel Furore sorgte wie Fontalpino: Ihr Spitzenprodukt ‚Do ut Des‘ zählt nicht nur zu den am höchsten bewerteten Rotweinen Italiens, sondern hat auch in den letzten sieben Jahrgängen sechsmal mit den begehrten ‚Tre Bicchieri‘ die höchste Auszeichnung des Gambero Rosso (und einmal mit zwei roten Gläsern die zweithöchste) erhalten.

Die Lage der Weinberge ist ein Sonderfall – irgendwo zwischen der Zone des ‚Chianti Classico‘ und der Zone ‚Chianti Colli Senesi‘ muss es ja eine Grenze geben. Und diese verläuft durch das Weingut – demzufolge sind die Weinberge für den BELLAVITA sozusagen auf der falschen Seite, wovon Sie als Konsument preislich profitieren. Über 30 Jahre alte Rebstöcke, eine Selektion von Sangiovese mit etwas Canaiolo – dies könnte Ihr neuer Hauswein sein: Wunderbare intensiv brillante Farbe, viel Frucht, unterlegt von seidig-weichem Tannin. Toller Trinkfluss – mit viel Freude ist die Flasche schnell geleert.... Produktion 2400 Flaschen, Preis € 11,50



Alle Weine zu beziehen über:

Peter Clüsserath GmbH
Corneliusstraße 187
D-47918 Tönisvorst
Tel. +49-2151 / 9797-0
FAX +49-02151 / 70 11 26
info@cluesserath.de
www.cluesserath.de



Alte Gemüsesorten

Armin Roßmeier

Eigentlich könnte man sagen: „noch nie waren sie so wertvoll wie heute...“ - die einstigen Klassiker der bäuerlichen Küche. Schwarzwurzel, Steckrüben, Kürbis, Petersilienwurzeln, Hülsenfrüchte, Pastinaken und rote Bete.

All diese Klassiker gehören zum „Urgestein“ unserer Grundnahrungsmittel, nicht verfälscht oder veredelt, nicht gekreuzt oder genmanipuliert, einfach so gelassen und genau das zeichnet sie aus, ihren unverfälschten natürlichen Geschmack und ihre charakter-typischen Eigenschaften bei der Zubereitung.

Unser Organismus bzw. unser Verdauungstrakt hat sich längst weiterentwickelt, hat sich schon an Fast-Food gewöhnt oder wurde dazu gezwungen,

deshalb kann es schon mal passieren, dass man mit dem Urgestein, den Klassikern, bei der Verdauung Probleme bekommt. Aber da können wir abhelfen: rote Bete bereitet man mit etwas Anis zu, Rübenkraut mit Kümmel, Hülsenfrüchte weicht man in Mineralwasser ein und Petersilienwurzeln kocht man mit Senfkörnern. Alle diese Gewürze sprengen durch ihre enzymatische Wirkung stabile Eiweißverbindungen in diesen Herbstgemüsen und stimmen so Magen und Darm freundlich. Lagern lassen sich alle einfach – kühler, dunkler Raum, Hülsenfrüchte trocken und verschlossen bei Raumtemperatur.

Die Struktur unserer coolen Oldies ist sehr stabil, dafür sorgen ausreichend Eisen und Calcium, und der Gehalt an Ka-

lium ist die harte Konkurrenz zur legendären Banane.

Ballaststoffreich kommen sie daher – ein Credo für die Darmflora, auch der Cholesterinspiegel wird positiv beeinflusst und der Blutzuckerspiegel wird vorübergehend in Ketten gelegt, ein Ausbrechen nach dem Genuss dieser alten Gemüsesorten fällt somit schwer.

Rundum gesund würde ich sie einstufen und ich hoffe, dass meine Vorschläge zum Nachkochen animieren.

Ihr Armin Roßmeier

Rösti vom Herbstgemüse mit Räucherlachs



Zutaten für 4 Personen

je 1	Karotte, Pastinake und Petersilienwurzel
¼	kleine Steckrübe
250 g	Kartoffeln
2	Eier
2 EL Öl	
½	Knolle Knollensellerie
1	Apfel
2 EL	gehackte Walnusskerne
3 EL	Joghurtmayonnaise
1 TL	Senf
1 EL	Zitronensaft
4	Räucherlachsrosen (ca. à 30 g)
4	Minzekrönchen
1 ½ EL	Aprikosenpüree
½ TL	Chiliflocken
	Muskat
	Salz, Pfeffer

Zubereitung

Karotte, Pastinake, Petersilienwurzel, Steck-

rübe schälen, Kartoffeln schälen, säubern – alles fein raffeln, Eier zufügen, gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, in heißem Öl kleine Häufchen einsetzen, flach drücken, beidseitig goldgelb ausbraten.

Sellerie schälen, vom Apfel das Kernhaus ausstechen, säubern, beides in feine Streifen schneiden. Joghurt-Mayonnaise mit Senf, Zitronensaft gut anmachen, mit Pfeffer würzen, mit Sellerie-Apfelstreifen, gehackten Walnüssen gut vermengen. Salat auf flachem Teller anhäufeln, Rösti daneben mit anrichten, Lachsrose auf Rösti setzen, mit Minzekrönchen garnieren, Aprikosenpüree mit Chiliflocken verrühren, rundum mit anträufeln.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

Dieses Gericht ist pescetarisch und glutenfrei.

Nährwert pro Portion

320 kcal – 21 g Fett – 10 g Eiweiß – 23 g Kohlenhydrate – 1,5 BE

Schwarzwurzeln im Parmesanmantel auf Carpaccio von roter Bete

Zutaten für 4 Personen

800 g Schwarzwurzeln
400 g rote Bete
200 g Garnelen geschält
2 Eier
120 g Parmesan gerieben
½ Knolle Ingwer
5 TL Olivenöl
3 TL Olivenöl kalt gepresst
2 EL Rotweinessig
4 EL Apfelsaft
200 g Friséesalat
1 Knoblauchzehe
1 TL gestoßener Pfeffer
600 ml Milch
Mehl zum Panieren
Salz, Pfeffer

legen und in derselben Milch auf den Biss kochen, ablaufen lassen und auf Küchenkrepp trocknen – mit Salz und Pfeffer würzen, danach in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und in Parmesan wälzen.

Friséesalat waschen, gut abtropfen. Rote Bete schälen, in hauchdünne Scheiben schneiden und auf flachem Teller rundum auflegen, Frisée zur Mitte hin anhäufeln.

Knoblauch schälen, fein pressen, mit Olivenöl, Rotweinessig, Apfelsaft und gestoßenem Pfeffer gut verrühren.

Ingwer schälen, auf eine Gabel anspießen und die Pfanne damit ausreiben. Nun das Olivenöl zugeben und die Garnelen kurz darin braten.

Zubereitung

Eier aufschlagen, verquirlen. Schwarzwurzeln gut kalt waschen, schälen, in Milch ein-

Schwarzwurzeln in heißem Olivenöl rundum goldgelb ausbraten, die Hälfte schräg



halbieren, auf Frisée dekorativ anrichten. Marinade über rote Bete-Carpaccio träufeln und die Garnelen rundum mit anrichten.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Dieses Gericht ist pescetarisch.

Nährwert pro Portion

518 kcal – 52 g Fett – 35 g Eiweiß – 26 g Kohlenhydrate – 2 BE

Schweineschnitzel mit Gemüse-Parmesanhaube

Zutaten für 4 Personen

720 g Schweineschnitzel (Oberschale)
120 g Karotten
100 g Steckrüben
100 g Zucchini
4 EL Maismehl
3 Eier
2 EL geriebener Parmesan
je 1 EL Schnittlauchröllchen und gehackte Petersilie
4 EL Olivenöl
500 g Brokkoli
100 ml Gemüsebrühe

100 g Crème fraîche
2 Msp. Kurkuma
1 EL gehackte Kräuter
1 ½ EL gehobelte, geröstete Mandeln
Salz, Pfeffer

Schweineschnitzel auflegen, mit Salz und Pfeffer würzen, Karotten und Steckrüben schälen, Zucchini säubern, Gemüse fein raffeln auf Küchenkrepp etwas abtupfen, mit verquirlten Eiern gut vermengen, geriebenen Parmesan, Schnittlauchröllchen, gehackte Petersilie mit unterziehen, Schnitzel beidseitig mit Maismehl bestäuben, in Ge-

müse-Ei-Gemisch beidseitig gut andrücken, in heißem Olivenöl langsam beide Seiten goldgelb anbraten.

Brokkoliröschen vom Strunk schneiden, in sprudelndem Wasser auf den Biss blanchieren, in Eiswasser abschrecken, abtropfen, in Gemüsebrühe heiß dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Restliche Gemüsebrühe erhitzen, Crème fraîche einrühren, Kurkuma, gehackte Kräuter unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen. Brokkoli auf Teller anrichten, mit Soße überziehen, mit gehobelten, gerösteten Mandeln bestreuen, Schnitzel mit anlegen.



Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Dieses Gericht ist glutenfrei.

Nährwert pro Portion

473 kcal – 24 g Fett – 48 g Eiweiß – 16 g Kohlenhydrate – 1 BE

Fotos: Armin Roßmeier

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

Grandezza, Stil, Eleganz, Kultur und Luxus kann man auch so beschreiben:

„Europäischer Hof Heidelberg“



Vorfahrt Europäischer Hof

Anne Wantia
Klaus Lenser

Wir lieben was wir tun, dieser Leitsatz ist die Grundlage unserer Arbeit, versichert uns glaubhaft die Managerin des privatgeführten Hotels Europäischer Hof, Dr. Caroline von Kretschmann. Das Hotel liegt direkt in der Heidelberger Altstadt. Kann man sich einen schönen Platz für dieses herrliche Grandhotel vorstellen? Nicht in Heidelberg !! Das 5-Sterne-Hotel feierte 2015 ein grandioses Jubiläum, 150 Jahre immer an gleicher Stelle und seitdem auch erstes Haus am Platz. Die bewegte Geschichte des Hotels füllt ein dickes Buch. Unsere Aufgabe soll es sein, Ihnen das in neuem Glanz erstrahlende Grandhotel vorzustellen und Sie neugierig zu machen. Das im Jahr 1865 erbaute Hotel wurde

unter dem Namen „Gasthaus zum Europäischen Hof“ eröffnet. Von Beginn an war das Haus, neben dem Heidelberger Schloss, Treffpunkt für Industrielle, Politiker, Adel und Weltenbummler. In dem fürstlichen Ambiente fühlte man sich wohl und genoss die familiäre Atmosphäre. Die Gästeliste der Vergangenheit liest sich wie eine Exkursion durch die Hotelhistorie. Über Otto von Bismarck, Somerset Maugham, Winston Churchill, Romy Schneider bis hin zu Udo Lindenberg, wer nach Heidelberg kam wohnte im Hotel Europäischer Hof. Selbstverständlich ist auch die schwedische Königin regelmäßiger Gast, wenn sie ihre Heimatstadt besucht.

1906 kauften Fritz Gabler und seine Frau Luise, für den damaligen „Wahnsinns-Preis“ von 1.1 Mio. Goldmark das Hotel,

seit dem befindet es sich im Familienbesitz. Die jetzige Geschäftsführerin Dr. Caroline von Kretschmann führt das Haus in 4. Generation.

„Wir lieben was wir tun“, Caroline von Kretschmann wird nicht müde zu betonen, dass diese Philosophie keine Phrase ist sondern Pflicht und Vergnügen für alle Mitarbeiter.

Wo immer der Hotelgast sich aufhält wird er liebevoll mit größter Aufmerksamkeit behandelt. Das geschieht nicht – wie häufig in feinen Hotels – von oben herab sondern fröhlich und freundlich. Die Mitarbeiter, egal wo sie eingesetzt sind, haben immer ein offenes Ohr für die Wünsche der Gäste, nichts scheint unerfüllbar. Das Gefühl, hier wird Unmögliches sofort erledigt, nur Wunder dauern etwas länger, stellt sich schnell ein. Es ist tatsächlich so: Alle Mitarbeiter lieben was sie tun ! ohne ihre eigene Persönlichkeit zu verlieren.



Hoteldirektorin Dr. Caroline von Kretschmann mit ihren Eltern, Silvia und Ernst-Friedrich



Ein Gang aus der Gourmetküche vom Küchenchef ...



Michael Szofer

Das Hotel ist ständig in Veränderung, die ohnehin schon luxuriösen Zimmer werden immer wieder renoviert, erneuert, vergrößert und mit modernster Technik, die leicht zu bedienen ist, ausgestattet.

Das Gourmet-Restaurant, die „Kurfürsten Stube“, trägt seit der Eröffnung 1865

diesen Namen. Das Restaurant erstrahlt in der Pracht der Gründerzeit. Üppige handgefertigte Vitrinen, Kronleuchter wie sie selten geworden sind und kunstvolle Wandvertäfelungen aus wertvollem Holz sind Zeuge einer glanzvollen Vergangenheit, deren Erhalt aber auch die Zukunft des Hauses sichert. Gäste die im Europäischen Hof wohnen, wollen genau dieses

Ambiente und nicht das gestylter Design-hotels.

Küchenchef Michael Szofer hat die kulinarische Herausforderung angenommen. Sein Wunsch, eine neue Küche zu bekommen wird erfüllt und so kann ein neues kulinarisches Konzept starten. Die Managerin will auch hier ein Signal setzen. Die „Kurfürsten Stube“ soll in den Olymp deutscher Sternerestaurants aufsteigen. Das wird nicht allzu schwierig, Küchenchef Szofer und sein erfahrenes Team kochen schon jetzt in der ersten Liga. Wir sind sicher, dass es bald mehr und gutes über die „Kurfürsten Stube“ zu berichten gibt.

Probieren Sie es einfach selber aus, das Restaurant und das Hotel.
Gutes muss man erleben!

Fotos: Anne Wantia, Europäischer Hof

Europäischer Hof Heidelberg
Friedrich-Ebert-Anlage 1
D - 69117 Heidelberg
Tel: +49 (0) 6221- 515-0
Fax: +49(0) 6221 515-506
E-Mail: welcome@europaeischerhof.com
www.europaeischerhof.com



Schon immer ein Grand Hotel: Der Europäische Hof wie er 1906 aussah



Attraktive Fahrradrouten, herrliche Strände und Austern fürs „Volk“!

Dänemarks Südwesten lockt mit kulinarischen Spezialitäten

Anne Wantia
Klaus Lenser

Für Nordseefans endet die Liebe zur Küste meistens oberhalb von Sylt. Alles was dann kommt macht nicht mehr neugierig und erscheint nicht mehr interessant. Schade, denn gerade im Südwesten (West-Jütland) unseres nördlichen Nachbarn Dänemark ist eine Ferienregion gewachsen, die nicht nur, aber auch, für Familien, Ruhesuchende und Genießer eine Vielzahl abwechslungsreicher Vergnügen bietet.

Gerade mal 80 KM von Flensburg entfernt, immer Richtung Norden, liegt Ribe – die älteste Stadt des Landes und Ausgangspunkt unserer Genuss-Recherche. Erstmals um 850 n. Chr. urkundlich erwähnt hat die Stadt Ribe eine turbulente Historie aufzuweisen. Der 50 m hohe Turm des im 12. Jahrhundert erbauten Doms ragt wie ein Schutzpatron über den altherwürdigen Marktplatz. Der, eingrahmt von uralten unter Denkmalschutz stehenden Fachwerkhäusern, Touristen aus aller Welt anzieht. Die mittelalterliche Atmosphäre ist spürbar, nur die vie-

len modern gekleideten Menschen, sind Zeugen der heutigen Zeit.

Gegenüber vom Dom steht das nicht minder beeindruckende älteste Hotel Dänemarks, das Hotel Dagmar. 1581 erbaut und mit Respekt vor der Geschichte des Hauses im Originalzustand erhalten, renoviert, gepflegt und nur mit den Mindestanforderungen der IT-Technik versehen. TV und WLAN sind natürlich vorhanden. (www.hoteldagmar.dk/de/)

Wer hier übernachtet fühlt sich in eine

andere Zeit versetzt. Jedes Zimmer, jeder Flur, das Restaurant sowie alle Räume strahlen eine gemütliche, ja geradezu beruhigende Atmosphäre aus. Die Zeit scheint stehen geblieben zu sein.

Der Küchenchef des Dagmar, Søren Brønck, ist ein Meister seines Fachs, seine Menus mit Deichlamm oder Scholle genießen einen Ruf, der weit über den Einzugsbereich von Ribe reicht. Er hat auch einen Ruf zu verteidigen, war doch sein Vater schon Koch im Dagmar. So eine Tradition verpflichtet. Gemeinsam mit Måltre Bo Dalsgaard hat er das Restaurant im Hotel Dagmar zum Genuss- Zentrum in Ribe entwickelt.

Die kulinarische Vielfalt im mittelalterlichen Zentrum ist verlockend, in den Re-



Raffiniertes aus dem Ribehøj

hens- und erlebenswert ist auch das kleine Hotel und Restaurant Weis Stue am Marktplatz. (www.weis-stue.de) Dieses im 16. Jahrhundert erbaute Haus

nach alter Väter Braukunst im Bryghus wohlschmeckendes Bier gebraut. Ein Besuch hier sollte Pflicht für jeden Bierliebhaber sein.



Hotel Dagmar erbaut 1581

Es ist die Kreativität der Gastronomie die Ribe zu einem Treffpunkt für Genießer macht. Nicht weit von Ribe liegt das kleine Örtchen Føvling. Hier haben sich Karina und Carsten Kjær ihren Lebenstraum erfüllt. Auf dem Gelände ihres früheren Campingplatzes haben sie das Ribehøj, (www.ribehøj.dk) ein Restaurant dem leider bisher der verdiente Stern verwehrt wurde, eröffnet. Der erst 26-jährige Küchenchef Kaare Byskov, als Kind hat er in der Küche des Campingplatz-Restaurants beim Spülen geholfen, ist Autodidakt. Dank seiner Kreativität und seiner Aromen-Kompositionen entstehen kulinarische Köstlichkeiten, die nicht nur den Gaumen sondern auch das Auge beeindrucken. Die Präsentation der einzelnen Gänge ist sehr raffiniert gemacht und wir sind beeindruckt von der Fantasie des Küchenchefs.

Wer früh genug bucht kann auch in einem der neuen Blockhäuser neben dem Ribehøj übernachten. Im Moment gibt es nur drei dieser gemütlichen kleinen Häuser, es sollen aber mehr werden.

aurants und Cafés rund um den Dom werden dänische Spezialitäten - von süß bis sauer, von würzig bis ungewürzt - angeboten. Kleine Köstlichkeiten genießt man direkt neben dem Hotel Dagmar in der Porsborg Vin og Tapas Bar.

Im Café Quedens Gaard (www.quedens-gaard.dk) backt Chefin Lisa Fredericksen den leckersten Kuchen von Ribe. Se-

steckt voller historischer Überraschungen der einheimischen Gastronomie. Natürlich werden hier Gerichte aus alten Rezepten serviert wie Wildente, Fisch, Kartoffeln oder Kürbis und das alles aus regionalen Produkten. Dazu wird das Bier der kleinen Handwerksbrauerei „Ribebryghus“, angeboten. (www.ribebryghus.dk) Vom Weissbier bis zum Weihnachtsbier, je nach Jahreszeit, wird

Dass in Dänemark Fisch sehr beliebt ist wundert nicht, ist das Land doch von Wasser umzingelt. Was aber noch nicht sehr vielen Menschen, selbst Dänen, bekannt ist: Dänemark ist ein Austern-Land, ja richtig keine Zuchtaustern wie auf Sylt sondern aus dem Atlantik kommende wilde „Pazifische Austern“, die an einem ca. 3 KM langen Strandabschnitt in der Nähe von Vadehav zu finden sind.



Austern so groß wie ein Handball

Das Besondere ist, Austern zu sammeln ist hier Jedermanns Recht!! Unser Austern-Experte Klaus Melbye ist Ranger bzw. Naturguide im Nationalpark Wattenmeer und zeigt uns bei einer Austernsafari wie man die Austern erkennt und sie dann einsammelt. (www.vadehavscentret.dk)

Jeder darf für seinen persönlichen Bedarf täglich im Watt Austern sammeln. Diese Austern sind eine wahre Köstlichkeit !! Wir haben sie probiert.

Wer den passenden Wein zu seinen Austern sucht hat es nicht weit. Etwas außer-

halb von Ribe, in Vester Vedsted, haben Poul und Birte Kulmbach ihren Lebens- Traum verwirklicht. Poul von Haus aus Arzt, Birte gelernte Lehrerin, wollten ihren Wein nicht mehr im Ausland kaufen. Kurz entschlossen kaufen sie einen Bauernhof und pflanzen die ersten Rebstöcke. Im Jahr 2014 füllen sie zum ersten Mal eigenen Wein ab - weiß und rot - natürlich aus ökologischem Anbau. Der Erfolg hat selbst die zwei überrascht.

Inzwischen hat die Winzerfamilie ihr Angebot auf dem Hof mit einem Restaurant und einem Hofladen mit selbst erzeugten Bio-Produkten erweitert. (www.vvving-aard.dk)

Wer lieber Käse zu dem Wein von Poul und Birte mag findet eine große Auswahl in der kleinen Familien-Molkerei von Laila und Olejörn Frederiksen in Gredstedbro. (www.jernvedmejeri.dk) Auch diese beiden haben einen Traum realisiert. Ihre Käseprodukte sind eine Delikatesse, die von Gourmets in ganz Dänemark geschätzt wird. Besucher empfangen Laila und Olejörn gerne und zeigen wie sie ihren Käse produzieren.

Wer mag deckt sich mit den Köstlichkeiten für zu Hause ein.



Neu-Winzerin Birte Kulmbach



Olejörn Frederiksen, seine Leidenschaft: Käse

Die dänische Nordseeküste ist ein Paradies für Fahrradfahrer. Ein geradezu luxuriös ausgebautes Radwegenetz fernab aller Autos inmitten der Dünen und immer nah am Wasser, da lässt es sich herrlich radeln. Für Kinder und Erwachsene eine der besten Gelegenheiten zuvor genossene Kalorien abzu trampeln und sich die Fitness für weitere Genussspezialitäten zu holen. Keine Berge, immer geradeaus so wird Radeln zum Urlaubsvergnügen.

Südwest-Dänemark überzeugt nicht nur mit seinen kulinarischen Genüssen, wer die Nordsee liebt sollte bis an die Küste fahren und dort in einem der schönen Ferienhäuser oder in einem der vielen kleinen aber feinen Hotels Quartier machen. Zwei der typischen Hotels haben wir für Sie besucht.

Direkt am Strand und nicht ganz leicht zu finden steht das Hotel Henne Mølle (www.hennemoelleaa.dk) in dem Küstenort Henne, etwas nördlich der Stadt Esbjerg. Das Hotel steht auf einer Düne mit herrlichem Blick auf die Nordsee, nach Norden und Süden erstreckt sich ein weitläufiger Strand und lädt zu langen, erholsamen Spaziergängen ein. Aufmerksame „Strandläufer,“ entdecken manch kuriose Fundstücke, farbenfrohe Steine, Fossilien oder frei geschwemmte Teile von alten Schiffwracks. Diese kleinen „Schätze“ sind bei Urlaubern beliebte Souvenirs. Das Hotelrestaurant ist bekannt für seine leckeren Fischgerichte, nicht nur Hotelgäste wissen die Küche zu schätzen.

Elegante Zimmer in freundlichem blau-weiß stehen für dänische Gemütlichkeit, absolute Ruhe umgibt das Haus, nur das Rauschen des Meeres ist zu hören. Hier ist Erholung pur garantiert.

Wer lange Spaziergänge liebt dem empfehlen wir gen Norden zu wandern, nach Nymindégab. Der Ort, in Mitt-Westjütland ist nicht nur ein beliebtes Urlaubsziel. Im Kunst- und Geschichtsmuseum erfährt man viel über die Wikinger-Zeit. Grabbeigaben oder Kleidungsstücke sind Zeugen dänischer Vergangenheit. Interessant ist auch die Fischerei- und Seerettungsausstellung so wie das Skelett eines vor ca. 26 Jahren gestrandeten Wals. Genug Abwechslung, sollte einmal



Köstliches im Nymindégab Kro

die Sonne nicht scheinen, das, so versichern die Einheimischen aber so gut wie nie vorkommt.

Herausragende Küche serviert das Hotelrestaurant „Nymindégab Kro,“ (www.nymindégabkro.de). Das Haus, im Jahr 2000 von Da Lone und Finn Steffensen gekauft und seitdem ständig renoviert, ist Mitglied der small denish Hotels. Die Mitglieder der Gruppe garantieren besten Service und hohe Qualität. Fast alle Zimmer haben Seeblick, das Restaurant hat ein modernes aber gemütliches Ambiente mit einem wunderbaren Blick aufs Meer. Wir empfehlen bei der Buchung unbedingt ein Zimmer im renovierten Haus zu reservieren.

Urlaub in Westjütland, auf der Gourmet-Route, im Nationalpark Wattenmeer bietet me(e)hr als erholsame Tage. Natur pur, Flora, Fauna, Kultur und gastfreundliche Menschen ...

Fotos: Anne Wantia

Countdown für Aarhus 2017, Kulturhauptstadt Europas

Aarhus, Dänemarks zweitgrößter Stadt, wird Kulturhauptstadtjahr 2017. Genau ein Jahr vor der offiziellen Eröffnung präsentiert Aarhus 2017 jetzt erste Höhepunkte des Programms.

Das Gesamtprogramm von Aarhus 2017 wird am 16. Oktober 2016 veröffentlicht. Das Kulturhauptstadtjahr beginnt offiziell am 21. Januar 2017. Weitere Informationen zu Aarhus 2017 unter www.aarhus2017.dk/en. Informationen zum touristischen Angebot der Stadt Aarhus unter www.visitaarhus.de.

Interessante Kulturangebote 2016 an Dänemarks Küsten finden Sie unter:
www.jazz.dk/vinterjazz-2016 oder
www.krimimessen.dk

Weitere Infos:
VisitDenmark
Glockengießerwall 2
20095 Hamburg
www.visitdenmark.de

Von der Erfindung der Kreuzfahrt

Hapag Lloyd feiert die Anfänge seiner Geschichte

Ein Rück- und Ausblick von Horst-Dieter Ebert



Erst-Kreuzfahrer „Augusta Victoria“: „Vollständige Beköstigung, jedoch ohne Wein“

Unter alten Kreuzfahrern war das immer mal wieder ein Gesprächsthema: Wer hat sie wohl erfunden, diese Vergnügungsfahrten per Schiff, die ihre Passagiere nicht möglichst schnell von A nach B bringen, sondern in müßigem Zickzack durch die Gegend kreuzen. Denn bis in die 1880er Jahre hieß Schiffsreise vornehmlich Überfahrt nach New York oder im Paketboot nach Fernost, es reisten Auswanderer oder Geschäftsleute.

Hapag Lloyd hatte schon 1858 mal eine „Lustreise“ von Hamburg nach Cherbourg angeboten, „ausschließlich für Passagiere 1ster Klasse“, für 150 Taler (Dienstboten 60), „inclusive vollständiger Bekös-

tigung, jedoch ohne Wein und sonstige Getränke“. Der Törn sollte auf einem der

„prachtvollen, Hamburger transatlantischen Dampfböte“ stattfinden, entweder „Saxonia“ oder „Borussia“. Ob sich genug Interessenten fanden und die Lustreise tatsächlich startete, verschweigt die einschlägige Literatur. Eher wohl nicht.

Der wirkliche Start der Kreuzfahrt musste noch warten bis 1891. Inzwischen war Albert Ballin, heute eine Ikone der Hamburger Schifffahrtsgeschichte, Passageleiter bei Hapag geworden. Und ausgerechnet er, der Erfinder des höchst profitablen Zwischendecks auf den Auswandererschiffen, wurde zum Pionier des höchsten Luxus auf See, der Kreuzfahrt.

Ballin reservierte für seine „Vergnügungsreise“ das jüngste und größte Schiff der Gesellschaft: Die „Augusta Victoria“, 145 Meter lang, 17 Meter breit, hatte gerade den Transatlantikkreuzer gebrochen: 7 Tage von Southampton nach New York, 19,2 Knoten Höchstgeschwindigkeit. Und nun sollte dieser renommierte Dampfer für fast zwei Monate von Cuxhaven aus um Westeuropa herum ins Mittelmeer bummeln, über Italien, Griechenland bis Istanbul, das damals noch Konstantinopel hieß.

Ballins Projekt war in seinem Unternehmen höchst umstritten: Dass jemand eine so lange Seereise nur zum Vergnügen antreten könnte, erschien den Mitgliedern des Hapag-Direktoriums als undenkbar. Die See galt traditionell als gefährlich und unberechenbar, man setzte sich ihr nicht aus ohne dringende Notwendigkeit. „Selbst in meiner nächsten Umgebung“, so notierte Ballin später, „gab es Leute, die glaubten, in meinem Oberstübchen sei es nicht ganz richtig.“

Speisesaal der „Augusta Victoria“: „Das ist Rokoko, Herr Kapitän!“



Doch dann meldeten sich weit mehr Passagiere als mitfahren konnten: Schließlich kamen 241 Gäste an Bord (bei einer Crew von 245), sie leisteten sich einen höchst exklusiven Luxus: Sie zahlten zwischen 1.600 und 2.400 Goldmark (das wären heute etwa 28.000 bis 42.000 Euro). Unter ihnen waren 67 Damen, und die waren überwiegend Ladies aus England; die deutsche Frau war damals noch weitgehend auf den Job als repräsentatives Heimchen am Herd abonniert.

An Bord war offenbar alles „all inclusive“. Jedenfalls rühmte die Bordzeitung (ja, auch die gab es schon): „Nicht nur für das leibliche Wohl ist auf das Umfassendste gesorgt, sondern auch Musik und Spiel werden die Stunden beflügeln, während der schwimmende Palast immer neuen Zielen entgegenfliegt.“

Der schwimmende Palast war vom Starschiffsdesigner jener Zeit ausgestattet worden, von Johann Poppe, dessen Design-Ideal lautete „Rokoko zur See“, die Reederei nannte das „ausgesuchteste Eleganz und größten Luxus“. Doch nach ein paar Jahren gab es auch kritische Stimmen: „Die Jubelmelodien der ruhelos schwingenden Rundstukkaturen, die lückenlose Dekoration alles Dekorierbaren, namentlich die Überfülle der Spiegel“, das sei doch etwas viel. Und in einer Hapag-Chronik wird ein altgedienter Kapitän zitiert, der angesichts seines frischdekorierten Damensalons seinen Steward fragt: „Was ist das denn?“ – „Das ist Rokoko, Herr Kapitän!“ – „So, Rokoko nennen Sie das? Bi mi heet dat Schiet!“

So also hat alles begonnen. Und kaum sind 125 Jahr vergangen, schon ist Hapag-Lloyd die Kreuzfahrtreederei mit dem höchsten Luxus, den interessantesten Innovationen und den begehrtesten Schiffen. Der große Klassiker ist natürlich die „MS Europa“, inzwischen seit 1999 in der sechsten Generation am Start. Und dann deren zeitgenössische Variante, die „MS Europa 2“, ein revolutionäres neues Konzept – Stichwort: Noch mehr Luxus, aber ohne Zeremoniell. Und dazu ein Design, das sozusagen das Gegenteil von Rokoko darstellt: Eher ein Interieur wie in einem modernen italienischen Designhotel, funktional und stylish.

Daneben fahren „Bremen“ und „Hanse-

atic“, die beiden kleineren, sogenannten „Boutique-Schiffe“, beide spezialisiert auf Expeditionsrouten, insbesondere auch auf die seit ein paar Jahren höchst beliebten Arktik- und Antarktik-Törns. Die darin erfahrene „Hanseatic“, die von Hapag-Lloyd nur gechartert ist, verlässt die Reederei im nächsten Jahr. Es soll eine Nachfolgerin geben, doch noch hält sich

Nachdruck zum Jubiläumsjahr propagiert wurde, hat mehr symbolischen Charakter: „Hapag Lloyd Kreuzfahrten“ gibt es ab sofort nicht mehr. Sie heißen jetzt „Hapag Lloyd Cruises“, das klingt moderner und internationaler. Und das ist offenbar das Ziel der Reederei: mehr internationale Gäste und doch weiterhin die international beliebte deutsche Qualität, insbeson-



Restaurant in der „Europa 2“: Interieur wie in einem italienischen Designhotel

Karl Pojer, der sonst so eloquente Chef der Hapag-Lloyd-Kreuzfahrten bedeckt.

So wird auch über neu geplante Schiffe kein Wort verloren, obwohl doch alle Reedereien stolz mit ihren Neubauten konkurrieren. Hapag Lloyd erscheint da immer noch höchst hanseatisch: In erster Linie wollen wir immer besser werden, so heißt die Devise, größer zu werden interessiert uns nicht so sehr. Die einzige erkennbare Veränderung, die mit einigem

dere in Kulinarik und im Service. Ein Spagat, aller Ehren wert und schon bislang weltweit gerühmt und ausgezeichnet.

Fotos: Hapag Lloyd

Hapag Lloyd Cruises
Ballindamm 25
20095 Hamburg
Tel. +49 40 30703070
info@hl-cruises.de
www.hl-cruises.de



Hapag-Lloyd-Kreuzer „Europa 2“: Noch mehr Luxus, aber ohne Zeremoniell



Schneesicher, schnell
erreichbar – und jetzt
auch luxuriös

Kuschelige Chalets in Hochfügen

Von Gunther Schnatmann

Christian Maelzer (48) ist das, was man in Tirol eine zünftige Mischung nennt: Der jugendlich gebliebene Blondschopf mit Hansi-Hinterseer-Charme fühlt sich auf der Skipiste ebenso wohl wie hinter dem Tresen seiner Montana-Bar. Und er sprudelt vor Ideen. Mit dem Montana Aparthotel (20 Apartments plus Wellnessbereich) liegt er bereits direkt am Rande der Piste und doch mitten im kleinen Skiort Hochfügen. Nun hat er den Platz neben dem Haupthaus mit drei geräumigen Chalets im urigen Zillertaler Stil bebaut und kann sich vor Anfragen dafür kaum retten. Chalet-Urlaub im Winter – entweder mit der Familie oder mit Freunden – ist absolut In. Kuschelige Riesen-Sofas und warme Stein-Kachelöfen machen den Ausklang eines Tages im Schnee perfekt. Und das mit atemberaubendem Blick auf die Bergwelt. Jetzt also auch in Hochfügen

am Eingang des Zillertals, das alle Voraussetzungen für den gehobenen Genießer-Skiurlaub hat.

Architekt Hans Peter Kircher ist es hier gelungen, auf jeweils 136 Quadratmetern (mit 4 Schlafzimmern mit Doppelbetten) heimisches Holz und Stein geschmackvoll verschmelzen zu lassen. Die Küchen in den Chalets sind dagegen hochmodern, daneben steht die lange Tafel. Für laue Nachmittage gibt es auch noch einen Grill auf der Terrasse. Kochmuffel müssen jedoch nicht darben. Auf Bestellung stellt Christian Maelzer einen Topf mit frisch gemachtem Rindsgulasch, Hirschragout oder Kaspressknödel mit Sauerkraut in den Kühlschrank. Einfach zum Aufwärmen. In der Montana Alm daneben kann der Chalet-Gast natürlich auch richtig schlemmen; ob Steak, Fondue oder Kaiserschmarrn – alles frisch mit regionalen

Zutaten. Auch der Wellnessbereich mit Saunen und Dampfbad im Haupthaus steht den Chalet-Gästen zur Verfügung.

Hochfügen zählt zu den höchstgelegenen Skigebieten Österreichs. Die Seilbahn-Einstiegsstelle liegt auf 1500 Metern. Die Lifte gehen bis auf 2500 Meter, das garantiert Skispaß bis in den April. Durch die Verbindung mit den Skigebieten Fügen-Spieljoch und Kaltenbach-Hochzillertal wurde das Angebot im Verbund auf über 100 Pistenkilometer erweitert. Eine Besonderheit sind die unverspurten und lawinensicheren Tiefschneehänge. Hochfügen setzt verstärkt auf die Zielgruppe Freerider und bietet für das Fahren abseits der Pisten (10 Kilometer Routen) auch Kurse an.

Obwohl Hochfügen überwiegend aus Hotels und Appartementshäusern besteht, ist die Siedlung kein klassischer Retortenort. Nachdem das erste Hotel hier in den 60er-Jahren gebaut wurde, wächst das Dorf heute nur noch langsam weiter. Das macht Hochfügen heimelig. Trotzdem hat das Gebiet schon einiges aufzuwarten, um mit Highend-Hochalpenorten wie Lech, Zürs oder Ischgl wettzueifern. Zum Beispiel die außergewöhnlichen Skihütten, die überhaupt keinen Vergleich mit den Edel-Raststationen in den genannten Gebieten scheuen brauchen. Etwa die Kristallhütte auf 2147 Meter,

aktuell vom Playboy als Skihütte des Jahres ausgezeichnet. Zitat: „Hier lässt sich's loungen wie auf Ibiza - nur on Ice.“ Mit Riesen-Bar und innen mit Showküche und einer mächtigen offenen Feuerstelle. Dazu Suiten, SPA, Weinkeller. Und für Übernachtungsgäste mit VIP-Gondel inkl. Champagner-Empfang.

Noch eine Spur mondäner aber ebenso herzlich geht es in der Wedelhütte zu. Mit 2350 Metern Höhe noch etwas exponierter, hat man hier ein noch größeres Wein-Gewölbe mit edlen Tropfen aus allen Weltregionen. Und in der Gourmet-Lounge gibt es Dry Aged Beef aus eigener Trocknung. In beiden Edel-Hütten muss natürlich niemand in klobigen Skischuhen am festlich gedeckten Tisch sitzen – warme Filz-Puschen stehen für den wedelmüden Gast jederzeit bereit.

Livekonzerte, Kinderfeste und jede Menge Après-Ski-Spass. Natürlich auch mit Christian Maelzer hinter der Montana Bar, gleich neben den Chalets.

Fotos: Schnatmann und Montana Chalets

Infos:
Montana Chalets (plus Apart-Hotel)
Hochfügen 37
A-6264 Hochfügen
Tel: +43 5280 5300
Fax: +43 5280 5300-23
E-Mail: info@montana.at
www.montana.at

Kristallhütte
A-6272 Kaltenbach
Tel: +43 676 88 632 400
E-Mail: info@kristallhuette.at
www.kristallhuette.at

Leckere Stärkung:
Kaiserschmarrn im Freien



Wedelhütte
A - 6272 Kaltenbach
Tel: +43 676 88632570
Fax: +43 5283 2917 230
E-Mail: info@wedelhuette.at
www.wedelhuette.at

Skigebiet:
www.hochfuegenski.com

Anreise
Auto: Über Inntalautobahn A12, Ausfahrt Zillertal (von München ca 80 Minuten)
Flugzeug: Flughafen Innsbruck 50 km;
Flughafen München 170 km
Bahn: Bahnhof Jenbach (von München ca. 90 Min.), dann Bus/Taxi



Viel Holz, viel Platz: Der große Aufenthaltsraum mit Küche im Montana Chalet

Insofern ist es also eine logische Entwicklung, dass zu einem snowsicheren Gebiet in schnell erreichbarer Entfernung zu München und Innsbruck, mit Edel-Hütten und Achtpersonen-Sesselbahnen mit Popo-Heizung, nun auch noch die entsprechenden Chalets kommen. Christian Maelzer hat den Trend der Zeit erkannt. Und trägt seinen Teil dazu bei, dass sich Hochfügen bald in die Gemeinschaft der angesagtesten Skiorte hoch fügen wird.

Übrigens: Saisonschluss ist in Hochfügen vom 8. bis 10. April 2016. Dazu gibt es

Ab ins Körbchen: Die Bar der Kristallhütte mit dem Pantoffel-Angebot im Vordergrund



Die schöne Seite der Vendée

Die Perle an der französischen Atlantikküste



Anne Wantia
Klaus Lenser

Frunkophilen Touristen ist dieser Küstenabschnitt an der Atlantikküste oberhalb von Bordeaux, zwischen der Insel Noirmoutier im Norden und dem Marais Poitevin im Süden, längst vertrautes Urlaubsterrain, gleichwohl gilt es immer noch als „Geheimtipp“. Kilometerlange Strände, mit Sand wie vielfach gesiebtes Mehl, so fein und weich, sind ideale Liegeplätze für sonnenhungrige Urlauber. Kleine, romantische Küstendörfer, nicht zu nah beieinander, mit hübschen privat geführten Hotels und exzellenten Restaurants, lassen einen Urlaub wie „Leben wie Gott in Frankreich“ erleben.

Die „unendlichen Strände“, ca. 140 km, bieten auch in der Hauptsaison reichlich Platz. Wer es mag findet seinen Sonnenplatz weitab vom Nachbarn, überfüllte

Strände kennt man hier nicht. So wundert es nicht, dass die Urlauber überwiegend Einheimische sind die Ruhe und Genuss verbinden.



Meeresfrüchte in Hülle und Fülle

Regionale, saisonale Produkte werden in den kleinen typischen Restaurants zu wahren Köstlichkeiten verarbeitet. Fangfrischer Fisch, in vielen Variationen, gehört zu den Spezialitäten.

Schnickschnack und modernen Lifestyle sucht man hier vergeblich. Tradition und das Bewahren der Ursprünglichkeit wird von den Bewohnern der Vendée seit jeher gepflegt. Auch wenn die steigende Zahl der Touristen von Jahr zu Jahr zunimmt. Kein Wunder, hat die Vendée vergleichbar viele Sonnentage wie die Mittelmeer-Region im Süden Frankreichs. Für Famili-



Finefood vom Sternekoch ...



Jean Marc Pérochon



... und Weine aus der Region

en die ideale Urlaubsdestination mit den unterschiedlichsten Freizeitaktivitäten am Meer ebenso wie unweit der Küste im Landesinneren. Neben dem Wassersport und Wandern gibt es über 1000km bestens ausgebauten Radwege.

Ein großer Anziehungspunkt für Familien ist der „Puy du Fou“, als weltbeste Freizeitpark 2014 und weltbeste Attraktion 2015 ausgezeichnet. Der riesige Freizeitpark, in der Nähe von Les Épesses ist von La-Roche-sur-Yon in 45 min. erreichbar, hat sich der Historie und dem Abenteuer verschrieben.

Hier wird u.a. in den Ruinen des Schlosses am Beispiel einer Familie die Geschichte der Vendée vom Mittelalter bis zum 2. Weltkrieg erzählt. Über 1000 Schauspieler und Laien locken mit den unterschiedlichsten Tages- und Nacht-Shows jedes Jahr hunderttausende Besucher an. <http://www.puydufou.com>

Nicht nur die Inseln Noirmoutier und Yeu bezaubern mit einem ganz besonderen Charme, auch die Sumpflandschaft Marais Poitevin im Süden ist einen Besuch wert. Das Gebiet ist 112.000 ha groß und wird von zahlreichen Kanälen durchzogen die mit Fahrten auf traditionellen Booten erkundet werden können. Ein tolles, romantisches Erlebnis bei dem man entspannt die Sumpflandschaft durchquert und so ganz nebenbei über Flora und Fauna viel Unbekanntes aber Wissenswertes erfährt.

Gastronomisch erwarten den Gast und natürlich den Gourmet zahlreiche Spe-

zialitäten in den unterschiedlichsten Restaurants, von der Sterneküche bis zur Imbissbude – auch hier allerbeste Qualität. Meeresfrüchte, frischer Fisch, das berühmte „Fleur de sel“-Salz, die Bonnotte-Kartoffel von der Insel Noirmoutier, der leckere Schinken und nicht zu vergessen Préfou, das allgegenwärtige Knoblauchbrot. Wer das nicht gegessen hat, hat auch nicht die Vendée besucht! Wir könnten jetzt noch weiter aufzählen, aber das sollen Sie schon selber entdecken mit welchen Köstlichkeiten die Vendée ihre Urlaubsgäste verführt. Der Weinanbau spielt eine immer größer werdende Rolle, wir haben frische, fruchtige Tropfen, die

von dem nahen Meeresklima aromatisch begünstigt sind, probiert und waren so begeistert, dass ein Spontankauf etlicher Flaschen der wohlschmeckenden Tropfen die Folge war.

Die Franzosen lieben Camping und so findet man über 300 komfortable Plätze in der gesamten Vendée verteilt. Nicht nur die 18 Seebäder bieten ein umfangreiches Angebot an Unterkünften. Große Hotelketten findet man hier nicht, dafür viele liebevoll eingerichtete Hotels die allen Komfort bieten den man für einen Sommerurlaub am Meer oder im Zentrum des Departements benötigt.



Mystisch, die Kanäle im Marais Poitevin



Sterne Koch Jean Marc Pérochon

dann die „Perlen der Götter“ in der größten Konservenfabrik der Region „Conserverie La Perle des Dieux“ – die geschmacklich und von der Größe her einzigartigen Sardinen. Seit 1887 werden hier Sardinen konserviert, heute gibt es eine Art Museum, in dem man vom Fang bis zur fertigen Konserve alles über die Sardinenverarbeitung erfährt und im angeschlossenen Shop sich mit den Produkten versorgen kann.

Abends werden wir im Sternerestaurant von Jean Marc und Josette Pérochon in Bretignolles sur Mer im „Les Brisants“, erwartet. Der kreative Koch, seit 2014 mit einem Stern ausgezeichnet, bereitet die regionalen Produkte in einer wunderbaren Geschmacksvielfalt zu. Ob die allgegenwärtigen Sardinen auf einer Limonenmousse, die Gänseleber mit geräuchertem Aal, der Merlu mit Austern oder die Ente mit Ratatouille, es ist ein Vergnügen hier zu speisen. Verführen tun auch die Desserts, der Rhabarber-Baiser, das Eis von grünen Tomaten mit Schaf-

Unsere Vendée-Tour starten wir im Seebad Saint Hilaire de Riez. Nach einer ruhigen Nacht im Hotel Frederic, einem kleinen, privatgeführten Boutique-Hotel mit nur 13 Zimmern. Von dort geht es in den Nachbarort nach Saint Gilles Croix de Vie, auch die Hauptstadt der Sardine genannt. Bei einem Bummel über den Markt bietet sich uns ein überwältigendes Angebot von Austern über Krustentiere bis hin zu den verschiedensten Sorten Frischfisch. Ausserdem gibt es viele Marktbesucher die regionale Produkte anbieten. Der Besuch hat Appetit gemacht und so kehren wir im Restaurant Balata ein, direkt inmitten der Golfanlage Les Fontenelles.

Chef Nicolas Boucher ist für seine gehobene Küche mit lokalen Spezialitäten bekannt. Wir genießen das moderne Ambiente des Restaurants mit herrlichem Blick auf die Golfanlage. Im Anschluss an das schmackhafte Essen führte unsere Reiseleiterin Claudia Laumel uns in ein historisches Bauwerk, die Moulin Gourmands - eine alte Windmühle - in Saint-Révérend, in der noch heute Mehl aus besonderen Getreidesorten hergestellt wird.

Am Nachmittag endlich verkosten wir



Perlen der Götter – die einzigartigen Sardinen von Saint Gilles Croix de Vie

sahne – passt hervorragend oder das Erdbeerdessert. Die vom Sommelier Gregory Moreau dazu gereichten Weine sind perfekt auf das Menu abgestimmt. Ein vergnüglicher Abend, zumal das gleichnamige Hotel zum Übernachten den Besitzern gehört.

Nach einem kurzen Abstecher auf die ehemalige Insel L'Île D'Olonne, wo wir den Kirchturm besteigen, von dem man einen herrlichen Panoramablick über die Landschaft bzw. auf die alten Salinen hat, geht es weiter ins quirlige Sables d'Olonne. Ein nettes Hafenstädtchen zum Bummeln, Einkaufen oder um sich in einem der vielen Restaurants verwöhnen zu lassen. Unser nächstes Ziel ist La Tranche sur Mer. Am 13 km langen Sandstrand sind wir mit dem Biologen Philippe Brulon verabredet, der uns eine Fischschleuse erklärt. Mittags besuchen wir Monsieur Auguste in seinem Fischrestaurant Le Panier. Restaurant ist etwas übertrieben – eher eine Imbissbude, aber die Meeresfrüchte die hier serviert werden sind noch keine 12 Stunden alt. Ein absoluter Geheimtipp, Reservierung unbedingt zu empfehlen.

Einen guten Überblick des Küstenverlaufs der Vendée erhalten wir bei einem Rundflug mit Karl Schwibbe, der schon über 30 Jahre in der Vendée lebt und uns während des Fluges reichlich mit Informationen versorgt. Unseren letzten Küstentag nutzen wir zu einem erfrischenden Bad im Atlantik, bevor es am nächsten Tag zu einer Stippvisite in die Süd-Vendée geht.

Nach einer Bootsfahrt durch den Marais Poitevin fahren wir zu Isabelle Annonier. Ihre Ferme Auberge Moulin Migne liegt etwas abseits im hügeligen Teil der Süd-Vendée. Isabelle, eine beredte, ehemalige Buchhalterin, hat hier ihren Lebensraum verwirklicht. Gemüse, Obstanbau und Landwirtschaft nach alter Väter Sitte. In ihrer Bauernstube serviert sie ihren Gästen wohlschmeckende, selbstgekochte Hausmannskost, zum Teil nach alten Rezepten aus frischen, eigenen Hofprodukten. Mit großer Begeisterung zeigt sie den Gästen auch ihren Obst- und Gemüsegarten, einkaufen erlaubt. Wer den Weg nicht scheut, dem ist ein kulinarisches Highlight sicher.

Leider endet hier unser Besuch in der



Kilometerlange Strände und kleine Küstenorte

Vendée, wir sind aber sicher eines Tages zurückzukehren, da wir von den wunderbaren Stränden, der vielfältigen Landschaft und den kulinarischen Köstlichkeiten die den Genuss suchenden Urlauber begeistern, überzeugt sind. Au revoir!

Fotos: Anne Wantia

Hotel Frederic
25 rue des Estivants
85270 Saint Hilaire de Riez
Tel 00 33 251543020

Restaurant und Hotel
Les Brisants
63 av de la Grand Roche
85470 Brétignolles sur Mer
Tel 00 33 251336553

Restaurant Le Panier de Mr Auguste
2 Route de la Roche
Carrefour du Maupas
85360 La Tranche sur Mer
Tel 00 33 770653913

Hotel Les Dunes
68 Avenue Maurice Samson
85360 La Tranche sur Mer
Tel 00 33 251303227

Ferme Auberge de Moulin Migne
85390 Cheffois
Tel 0033 251696876

Weitere Infos:
Vendée Tourisme
www.vendee-tourisme.com

Die schwarze Insel mit den weissen Stränden



Grosses Hotel: Kleine Teilansicht

wurde auch touristisch erst später als jene entdeckt, liegt indes derzeit mit guten Zuwachsraten voll im Trend. Das hängt sicher damit zusammen, daß der spanientypische Massentourismus hier nicht so auffällig ist wie man ihn von den anderen Inseln kennt (ganz zu schweigen von den Balearen um das fast „deutsche“ Mallorca herum).

Stattdessen sind die touristischen Zonen hier um einiges dezenter. So auch der erst seit den achtziger Jahren als Urlaubsziel entdeckte Strand von Playa Blanca im Südwesten der Insel, etwa 40 Minuten vom Flughafen in Arrecife entfernt. Die nach Art klassischer Traumstrände halbmondförmige Bucht hat inzwischen eine geschäftige Uferpromenade entwickelt, mit Bars und Restaurants, von denen aus man jenseits der Meerenge von Bocaine die Sanddünen von Fuerteventura sehen kann. Und hier stehen auch einige der besten Hotels der Insel.

Nachdem wir sie alle besucht hatten, fiel unsere Wahl auf „Princesa Yaiza“, ein großzügig angelegtes Suitenhotel direkt am Strand. Es rühmt sich selbst, das beste auf der Insel zu sein (und wir haben auf der Insel tatsächlich niemanden gefunden, der dem widersprochen hätte). Es ist ein weitläufiges Ensemble von Gebäuden mit kausigen Palastzitate, Türmchen, Erkerchen, was die Reiseführer gern Kolonialstil nennen, und was hier maurisch-kanarisch heißt.

Es gibt gewaltige Poollandschaften mit hochgewachsenen Palmen, innen wie außen, mit phantastischer Aussicht übers Meer. Es besitzt 385 Zimmer und überwiegend Suiten, auch reichlich für größere Familien. Sie sind eher ländlich-rustikal eingerichtet, doch mit allem neuzeitlichen Komfort, insbesondere auch für größere Familien, alle besitzen Terrassen oder Balkon, viele hängen im traditionell grünen Holz an der weißen Fassade.

Man ahnt, so ganz der übliche Luxus eines Four Seasons oder Mandarin Oriental Hotels kann es in dieser Größenordnung nicht sein, dagegen sprechen auch die Entfernungen in den schnurgeraden, scheinbar endlosen Gängen wie auf einem mittleren Flughafen.

Der deutsche Küchendirektor Viktor

Horst-Dieter Ebert im „Princesa Yaiza“ auf Lanzarote

Schwarze Lavalandschaften, gewaltige Vulkanhöhlen, siedend heiße Krater, aber auch feinsandige Traumstrände und idyllische Dörfer aus kleinen weißen Häusern mit traditionell grünen Fensterläden – das ist es, was den meisten Reisenden als erstes einfällt, wenn sie an Lanzarote denken. Und vielleicht noch Cesar Manrique, jener Künstler, Maler, Architekt, der das Erscheinungsbild dieser Insel – kein Tourismus-Rummel, keine Wolkenkratzer-Hotels wie auf den benachbarten Kanaren – so bestimmend geprägt hat wie wohl kein anderer Mann seine Heimat.

Lanzarote ist in der Tat etwas Besonde-

res unter den Ferieninseln dieser Welt, ihre landschaftliche Vielfältigkeit sucht (vergebens) ihresgleichen Und das alles auf einem Gebiet von etwa 60 mal 20 Kilometern und mit einem fabelhaften (aus den EU-Kassen finanziertem) Strassennetz, auf dem autofahrende Geniesser, mehr womöglich noch Biker ohne große Renn-Ambitionen, wunderbare Strecken und einzigartige Aussichten finden. „Unsere Strassenbauer wurden nach Kilometern bezahlt“, frozzeln die Eingeborenen, „deshalb haben wir so viele Kurven.“

Die kurvige Insel ist ja nur etwa halb so groß wie die Kanarischen Hauptziele Teneriffa, Fuerteventura und Gran Canaria,

Bossecker, ein freundlicher jugendlicher Mann mit spiegelnder Glatze, dirigiert ein gastronomisches Angebot, das auch die größten Kreuzfahrtschiffe neidisch

herum, Käfighaltung findet nicht statt. Und in einigen Gehegen stolzieren dekorative Ziervögel wie Pfauen und Flamingos herum.

Restaurant „Isla de Lobos“: Dinnieren unter Sternen



machen könnte: Drei Buffet- und sechs A-la-Carte-Restaurants, italienisch, mexikanisch, spanisch, kanarisch, international. Schon mehrfach wurde die Gastronomie des Hotels als „beste der Kanarischen Inseln“ prämiert.

„Das kommt natürlich nicht von ungefähr,“ sagt Bossecker, „wir haben hier die wohl beste Versorgung auf der Insel.“ Denn dem Eigner des Hotels gehört zugleich nicht nur eine eigene Weinmarke, sondern auch der wohl größte und produktivste landwirtschaftliche Betrieb der Insel, die „Finca de Uga“, nur etwa eine halbe Stunde davon entfernt.

Wenn man Bossecker herzlich bittet, und der guter Laune ist, organisiert er schon mal eine Führung durch die „Finca de Uga“. Natürlich geht hier alles organisch und biologisch zu, es ist ein Musterbetrieb allererster Güte. Und ein besonderer Prestigepunkt ist die „Quesería“, in der aus nicht pasteurisierter Milch eine Reihe preisgekrönter Käse hergestellt werden, nach alter Handwerksmanier; die Kühe stehen gleich nebenan.

Denn die Viehzucht ist das andere Bein des Betriebes: Recht ansehnliche Herden diverser Rinderrassen, Ziegen und Hühner. Dazu gibt es Horden von Schweinen, darunter natürlich auch Produzenten der berühmten spanischen Qualitäten Jamon Iberico und Pata Negra. Alle laufen frei

Das „Princesa Yaiza“ besitzt seit neuerer Zeit auch ein sternenwürdiges Gourmetrestaurant, das „Isla de Lobos“: weiße Gartenstühle, glänzendes Parkett, große Weinschränke mit all den strengen „Malvasiers Vulkanos“ der Insel, den Weinen des Eigners vorneweg, und einer maritimen Dekoration aus Segelschiffsmodellen; natürlich gibt es auch eine große Terrasse, auf der man unter den Sternen dinnieren kann.

Der junge Koch Joao Faraco ist Brasilianer, war Schüler mehrerer berühmter spanischer Köche, unter anderem des spanischen Sternekochs Berasategui. Er beweist hier seit einem halben Jahr

muteten Ausflug in die Welt der Küche molekularer Art: eine gefüllte kugelförmige Kartoffel zerplatzte im Mund nach Ferran Adrian-Manier. Auch sonst bietet er durchaus Kreationen der überraschenden Art: Ein geräuchertes Schwein, bzw. ein würfelgroßes Stückchen davon, ruht auf einem Bett aus Vanille und Zwetschgen. Ein „Tintenfisch-Knödel“ wird mit Ceviche und roter Bete kombiniert – und es schmeckt köstlich. Seine Menüs für 48 bis 80 Euro sind nach deutschen Verhältnissen fast so eine Art Schnäppchen.

Der Service ist bislang noch nicht so ganz auf dem Niveau der Küche. Weingläser stehen länger mal leer, als das in einem Feinschmeckerrestaurant passieren sollte. Auch die Servierpausen zwischen den einzelnen Gängen sind mitunter übertrieben. Doch der alerte deutsche Küchenchef Viktor Bossecker ist hoffnungsvoll und sich seiner brasilianischen Entdeckung sicher: „Wir sind auf dem Weg in die absolute spanische Spitzenklasse.“ Unsere Meinung: Da könnte er recht behalten.



Balkon einer Suite: Schöne Sicht über die See

eine ungewöhnliche Begabung, und das nicht nur fürs Dekorative. Dazu lässt er auf phantasievollen Tellern mit Kratermotiven wie aus Lava servieren.

In seinem Menü aus acht wahrhaftigen Petitenessen verblüffte er mit einem unver-

Fotos: Princesa Yaiza

„Princesa Yaiza“
Avda. Papagayo 6
35580 Playa Blanca, Lanzarote
Tel. 0034 928519222
www.princesayaiza.com



Das Mövenpick Sukhumvit lädt zu mehr als nur „one night in Bangkok“

Von Karsten-Thilo Raab

Polierte Marmorplatten, dicke Teppiche, in die der Fuß bei jedem Schritt förmlich einsinkt, und hochwertige Holzfußböden weisen einem den Weg durch das Mövenpick Sukhumvit; Schritt für Schritt durch eine herrliche Oase inmitten des Großstadtdschungels in Thailands pulsierender Hauptstadt Bangkok. Der Hotelkomplex mit seinen beiden achtgeschossigen Zwillingstürmen und seinem über zwei Stockwerke hohen, künstlichen Wasserfall liegt zentral und ruhig nur einen Steinwurf vom geschäftigen Treiben und dem nie endenden wollenden Gewusel der Haupteinkaufsader entlang der Sukhumvit Soi mit ihren modernen Shoppingtempeln entfernt.

Für diejenigen, die vor einem Einkaufsbummel angesichts der oft muckelig warmen Temperaturen in Bangkok gerne auf das Pflastersteintreten verzichten, bietet das Mövenpick Sukhumvit mit zwei hoteleigenen Tuk-Tuks einen kostenlosen Shuttleservice an. Ein Stück asiatische Straßenkultur – Fahrspaß inbegriffen.

Zu den besonderen Features des im Frühjahr 2015 eröffneten Hotelkomplexes gehören neben dem modernen Fitness-Center, einer großzügigen Executive Lounge, den Konferenzsälen mit einer Gesamtfläche von 330 Quadratmetern und der 24 Stunden am Tag geöffneten

Bar ein luftiges Erlebnis auf dem Dach des Hauses: auf der dortigen Terrasse lässt sich bei einem Cocktail an der Rooftop Bar ein Sonnenbad genießen, während der Poolbereich dazu einlädt, im wahrsten Sinne des Wortes, inmitten des Häusermeers von Bangkok einmal entspannt abzutauchen. Zudem bietet sich von hier oben ein herrlicher Rundumblick auf Thailands Kapitale, die nach Einbruch der Dunkelheit in Millionen von Lichtern erstrahlt. Auf Wunsch lässt sich hier auch entspannt dinnieren.

Auch die insgesamt 297 Zimmer und Suiten des Fünf-Sterne-Hauses haben mehr als nur Wohlühlcharakter. Der Schlaftrakt mit seinem Kingsize-Bett wird mit einer leicht getönten Glasscheibe vom großzügigen Bad mit Wanne und geräumiger Regendusche getrennt. Ein Flachbildfernseher, eine Kaffeemaschine, eine Minibar und freies Wlan stehen ebenfalls zur Verfügung.

„Wir versuchen, asiatische Design, thailändische Höflichkeit und Lebensart

sowie schweizerische Qualitäts- und Servicestandards in unserem Hause miteinander zu kombinieren“, unterstreicht der aus der Schweiz stammende Hotel-Direktor Simon Rindlisbacher, der sich gemeinsam mit 200 Mitarbeitern um das Wohl der Gäste kümmert.

Gleichzeitig verweist der Eidgenosse auf die Tatsache, dass sein Fünf-Sterne-Haus zwar vorwiegend auf regionale Speisen und Getränke setzt, aber auf das berühmte Mövenpick-Eis und die Käse, die aus der Schweiz importiert werden, nicht verzichten mag. Entsprechend hält das hoteleigene Lelawadee Restaurant eine breite Speiseauswahl mit thailändischen Spezialitäten, aber auch europäischen und internationalen Gerichten bereit.

Obwohl erst wenige Monate geöffnet, gibt es bereits Expansionspläne für das Hotel, das auf einem daneben liegenden Grundstück möglicherweise einen dritten Hotelturm bauen möchte.

„Mitten im Trubel einer Millionenstadt finden unsere Gäste hier Ruhe und Entspannung“; schwärmt Bangkok-Kenner Rindlisbacher von dem Vorzeigehaus in Thailands Kapitale.

Überaus großzügig gestaltet: die Executive Suite im neuen Mövenpick Hotel in Bangkok



Fotos: Mövenpick Hotel Sukhumvit

Informationen und Buchungen:
Mövenpick Hotel Sukhumvit 15 Bangkok
47 Sukhumvit 15
Klongtoey Nua, Wattana
Bangkok 10110
Thailand
Telefon 0066-2-1193000
hotel.sukhumvit15@moevenpick.com
www.moevenpick-hotels.com/bangkoksukhumvit

DIE GESCHICHTE BEGINNT HIER.

WWW.SINCE-1891.COM

DIE „AUGUSTA VICTORIA“ 1891 IM MITTELMEER



KREUZFAHRTERFINDER SEIT 1891

Als HAPAG-Vorstand Albert Ballin 1891 mit der AUGUSTA VICTORIA in See stach, erfand er zugleich eine neue Form des Reisens: die Kreuzfahrt. Dieser Aufbruchgeist prägt uns bis heute. Und so haben wir 2013 die Kreuzfahrt noch einmal neu erfunden – mit MS EUROPA 2 als anerkannt bestem Schiff seiner Klasse. **125 Jahre Kreuzfahrten** – werden Sie Teil dieser Geschichte: www.since-1891.com



HAPAG ¹⁸/₉₁ LLOYD
CRUISES

Eat, Drink, Work

In Hongkong wird gearbeitet, bis der Arzt kommt. Das kostet Kraft. Jede freie Minute gehört deshalb dem Essen

Stefanie Bisping

Bei Duddell's herrscht frohe Geschäftigkeit. Mit diskreter Eile werden die Mittagsgäste des zweifach besternten Restaurants an ihre Tische geleitet. Man weiß, sie haben wenig Zeit, aber guten Appetit. Sechs Gänge umfasst das flotte Lunch-Menü: Einer Dim-Sum-Platte aus Krabben-Teigtasche, Frühlingsrolle und gegrilltem Schweinefleisch in süßer Soße folgt eine Entensuppe, dann werden gebratener Hummer mit einer Soße aus schwarzen Bohnen, geschmorte Gemüse mit Bambusmark sowie gebratener Reis mit Hackfleisch und Knoblauch aufgetragen. Den Abschluss bildet ein Parfait, flankiert von zweierlei Gebäck. Zwischendurch schenkt die Kellnerin Jasmin Tee nach. Er soll die Verdauung anregen und die Aromen der Speisen neutralisieren, bevor die nächsten folgen.

Acht mit dreien, vierzehn mit zweien und 51 mit jeweils einem Stern im Michelin-

Guide 2016 dekorierte Restaurants zeugen vom Stellenwert, den man in Hongkong dem Essen beimisst. Im Herz der Stadt hat man im Radius von fünfzehn Gehminuten üblicherweise die Wahl unter einem Dutzend besternter Restaurants. Dabei ist die Schlemmerei nicht zwingend ein elitäres Vergnügen. Mak Kwa Pui, einstmaliger Chefkoch für Dim Sum im Restaurant Lung King Heen des schicken Four Seasons Hotel, beschloss im Jahr 2009, dass sehr gutes Dim Sum – in Hongkong äußerst beliebte Häppchen, die erst in der Summe nicht mehr leicht sind – nicht teuer sein müsse. Er eröffnete mit „Tim Ho Wan“ ein Restaurant, in dem ein üppiges Mahl für den Gegenwert von zehn Euro zu haben ist, und schickte seine Teller in gewohnter Qualität aus der Küche. Lohn waren ein Michelin-Stern und ein schnell wachsendes Imperium – mittlerweile hat Mak Kwa Pui bis nach Singapur expandiert. Reservieren kann man hier nicht, weshalb die Menschen auf dem Bürgersteig vor der Tür auf freie Plätze warten. Am Sonntagmittag ist es brechend voll, jeder Stuhl ist besetzt, die

Bänke doppelt. Einheimische und Touristen sitzen Seite an Seite und schwelgen in gefüllten Teigtaschen, gebratenen Hühnerfüßen und mit gegrilltem Schweinefleisch gefüllten Brötchen. Auch der Geräuschpegel ist eindrucksvoll. Je lauter man in China spricht, desto freundlicher ist man einander gesinnt. In den meisten Restaurants herrscht daher ein Höllen-

lärm. Lediglich in sehr gediegenen Häusern haben sich ruhigere Verhaltensmuster durchgesetzt.

Es ist nicht lange her, dass die Hausfrauen Hongkongs zwei Mal täglich den Markt ihres Viertels besuchten, um für Mittag- und Abendessen frisches Fleisch und Gemüse zu kaufen. Von anderen Spezialitäten gar nicht zu reden: Auf dem Wanchai Wet Market gibt es Schildkröten, gewöhnliche Kröten, in Aquarien schwimmende und auf Tischen zappelnde Fische, zusammengezurrt Krebse und ganze Spanferkel. Nur Letztere sind schon tot. Es ist auch das Nebeneinander von futuristischer Architektur und exotischen Gepflogenheiten, das die Faszination dieser Stadt ausmacht – neben Überraschungen wie dem Hong Kong Trail, einem Wanderweg, der über den Dragon's Back zum Big Wave Bay Beach und aus der Sieben-Millionen-Metropole jäh in eine tropische Badebucht führt. Für die Zugereisten aus Europa, Amerika und Australien gehören allerdings auch niedrige Steuern, ein hohes Maß an Sicherheit und die Verfügbarkeit preiswerten Personals zu den Vorzügen Hongkongs, die für lange Arbeitstage entschädigen.

Uwe Opocensky, Herrscher über die zehn Restaurants des legendären Hotels Mandarin Oriental (und somit auch über insgesamt vier Michelin-Sterne), hat selten Gelegenheit, die Naturschönheiten Hongkongs zu würdigen. An freien Vormittagen geht er über Märkte, kauft hier aber nicht für seine Küchen ein, sondern lässt sich inspirieren. Im „Mandarin Bar & Grill“, dem Liebling aus der Schar seiner zehn Kinder, bordet seine Kreativität über Tellerränder, wenn er als Dessert eine Sinfonie aus Schokoladen in allen Formen und Aggregatzuständen über dem ganzen Tisch ausbreitet. Auf die Idee, frische Kräuter auf Hummus aus dem Kern der Jackfrucht als Gruß aus der Küche zu servieren, brachte den 42-jährigen Nord-



Uwe Opocensky, Küchenchef im Mandarin Oriental, lässt sich auf Hongkongs Märkten inspirieren

deutschen die Markt-Plauderei mit einer achtzigjährigen Einheimischen. Zwei bis drei Stunden muss der Kern kochen, um sich auf diese Weise verarbeiten zu lassen. Opocensky, der im spanischen Baskenland und in Paris mit den Großen seiner Zunft kochte und während seiner Zeit in London das Menü zur Feier der goldenen Hochzeit von Elizabeth II. und Prinz Philip zubereitete, hat im vom Essen besessenen Hongkong das ideale Umfeld für seinen kulinarischen Forschungsdrang gefunden.

Noch immer herrscht auf den Märkten reges Treiben, doch die Kunden sind älter geworden. Fast jeder arbeitet, um in einer der teuersten Städte der Welt finanziell über die Runden zu kommen, und die langen Arbeitstage verlocken zum Einkauf vorgefertigter Lebensmittel im Supermarkt – und noch mehr zum Ausgehen.

Schon die Enge von Hongkongs Wabenwohnungen erschwert ausgedehnte Küchengelage zu Hause. Das Wohnkonzept Klo-mit-Klappbett lässt wenig Platz zum Lagern, Schnippeln, Hacken, Anbraten, Warmstellen und Dünsten. Ein Reihe Ein-Zimmer-Apartments nach vorne, eine nach hinten – aus diesem sparsamen Grundriss entstehen die superschlanken Hochhäuser, die wie Giraffen über den Straßenschluchten wachen und mit Dankbarkeit daran denken lassen, dass die Inselstadt zumindest kein hochbrisantes Erdbebengebiet ist.

Die hochentwickelte Arbeitsmoral und die aus ihr resultierenden langen Stunden außer Haus beeinflusst nicht nur die Esskultur, sie muss auch als Rechtfertigung dafür herhalten, dass zwischen 200.000 und 300.000 philippinische und indonesische Dienstmädchen mit häuslichen Verrichtungen betraut sind. Sie stellen die größte Gruppe von Expats, die indessen nicht die Privilegien der Banker aus Übersee teilt. 400 Euro Lohn erhalten sie im Monat, dazu Bett und Verpflegung sowie ein Mal im Jahr ein Flugticket in die Heimat. Schon angesichts der allgemein beengten Wohnverhältnisse – wer von einem Haus mit Garten träumt, muss dafür den Gegenwert von rund 25.000 Euro im Monat zahlen – leuchtet ein, dass die Hausmädchen den freien Sonntag außer Haus verbringen (müssen). Zu Tausenden picknicken sie auf Gehwegen und

Grünstreifen der Innenstadt, eine friedliche Belagerung, die die Bewohner der Stadt daran erinnert, dass Geld haben und nicht haben auch das wohlhabende Hongkong in zwei Lager teilt.

Seit Hongkong 1997 an China zurückgegeben wurde, ist die Bevölkerung internationaler geworden. Die Glücksritter, zu meist aufstrebende Banker, strömen aus allen Teilen der Welt hierher. Aber auch Festland-China weiß um die Attraktivität und die Möglichkeiten des Inselreichs, das nicht zuletzt als Heiratsmarkt Chancen bietet. Die Geschichten derer, die es in Hongkong geschafft haben, werden erzählt wie Mythen: die von Tung Ho, der sein Geld in der Schwerindustrie machte

Darf es etwas mehr sein? Auch fertig gegrilltes Fleisch wird auf den Märkten in Hongkong verkauft



und sich ein Haus auf dem Victoria Peak baute, dem Hausberg von Hongkong Island, dort, wo ab 1842, als China die Insel an Großbritannien abtrat, kein Chinese wohnen durfte.

Oder vom legendären Li Ka-shing, einem Selfmade-Man vom Festland ohne Schulabschluss, der seinen Wohlstand auf die Herstellung von Plastikrosen gründete, bevor er mit Grundstücken ein Vermögen machte und heute Kopf eines Imperiums ist, zu dem Elektrokonzerne, Flughäfen und Häfen, Banken und Beauty-Produkte gehören – unter anderem. Man erkennt den reichsten Mann Asiens an seiner alten Seiko-Uhr und der 20 Jahre alten Brille, weiß man in Hongkong. Und ehrfürchtig erzählt man sich, dass er mit seinen

86 Jahren nicht nur Golf spiele, sondern auch noch täglich ins Büro gehe.

Geld ist der Motor der Stadt und eigentlicher Antrieb ihrer Bewohner. Die architektonischen Wunderwerke sind mit Werbeplakaten gepflastert, Einkaufszentren wie Harbour City auf der Halbinsel Kowloon, wo Kreuzfahrtgäste unmittelbar in die 450 Geschäfte gespült werden, sind groß wie Kleinstädte. Konsum ist hier ein Imperativ, dem man sich schwer entziehen kann – auch wenn man dadurch Wesentliches verpasst. Denn während die Lichter der Geschäfte funkeln und die Kreditkarte glühen, taucht die Abendsonne Meer, Hafen und die vom 88 Stockwerke hohen International Finance Center dominierte Skyline Hongkongs in goldenes Licht.

Fotos: Stefanie Bisping

Tipps für Hongkong

Reisezeit: Das Klima ist subtropisch. Von September bis Dezember ist es kühler, klar und meist sonnig; im Januar und Februar ist es mit Tagestemperaturen von zehn bis 17 Grad Celsius eher kühl. Im Sommer wird es ernsthaft warm und sehr schwül.

Anreise: Cathay Pacific fliegt täglich ab Frankfurt direkt nach Hongkong.

Übernachten: Allen erdenklichen Luxus mitten im Zentrum der Insel Hongkong bietet das Hotel Mandarin Oriental, dessen Restaurants und die sehr britisch geprägte Captain's Bar sich auch Gästen empfehlen, die nicht hier wohnen.

Schlemmen: Moderne chinesische Küche zu fabelhaftem Hafenblick bietet Nanhai Number One in Kowloon, 30/F, isquare 63 Nathan Road, Tsim Sha Tsui, Tel. 2487 3688, www.elite-concepts.com Äußerst preiswertes, mit einem Michelin-Stern ausgezeichnetes Dim Sum wird im Restaurant Tim Ho Wan aufgefahren, 2-8 Wharf Road, Seaview Building, North Point, Tel. 2979 5608, www.timhowan.com

Allgemeine Auskünfte: Hong Kong Tourism Board, Humboldtstr. 94, 60318 Frankfurt, Tel. 069 / 959129-0, www.DiscoverHongkong.com/german



Wieder ein paar junge hübsche Autorinnen, clever, smart, doch nicht nur blond. Das dickste Hotelbuch der Saison und ein Schwergewicht über Gewürze vom Knoblauchpapst. Dann eine prätentöse Sammlung von französischen Gourmet-Burgern und eine Spitzenbegegnung: Prominente Sommeliers trifft Koch-Genie. Schließlich Aufklärung für alle, die nicht wissen, was eine „Vegi-Metzg“ ist.



EIN KOCHBUCH AUS INSTAGRAM

Nadia Damaso
„Eat Better Not Less,“
Fona Verlag
252 Seiten, 36,80
ISBN 978-3-03780-574-9

Die Titel-Blondine gehört zu den attraktiven Kochbuch-Autorinnen, von denen wir in den letzten Monaten so viele vorstellen konnten. Nadia ist 19, stammt aus dem Engadin, studiert auf der Filmschauspielschule in Zürich und kocht und fotografiert „seit meiner Kindheit leidenschaftlich gerne“. So fing sie an, Fotos von ihrem Essen zu machen und auf Instagram zu posten.

Und als das überraschend erfolgreich wurde, kam dieses Buch: Darauf „habe ich vier Monate lang hingearbeitet“ – für so kurze Zeit ist es sehr ansehnlich geworden. Nadia ist ja weder Veganerin noch Vegetarierin, ihr einziges Dogma besteht in ihrem Slogan, der auch ihre Marke ist: auf Deutsch: „Man soll besser und nicht weniger essen!“

Ihre Fotos sind höchst appetitlich, ihre Rezepte fantasie reich und gelegentlich geradezu experimentell: „Kochen ist wie Kunst“, sagt sie. Ihre Kunst ist fast immer süß und fruchtig, die meisten Rezepte klingen wie Desserts, köstlich!



NOCH EINE JUNGE BLONDINE

Carrie Salomon
„Carrie's Kitchen. Kuinarischer Roundtrip durch die USA“
Knesebeck Verlag
224 Seiten, 24,95 Euro
ISBN 978-3-86873-823-0

Noch eine Blondine, natürlich auch sie wieder jung und attraktiv, und ihre Eignung für dieses Thema ist ein kleines bisschen rätselhaft: Sie wuchs auf im amerikanischen Mittelwesten, sie lebt seit über zehn Jahren in Paris, und nun macht sie ein Buch über die amerikanische Küche.

Die, sagt sie, sei „reich und vielfältig und hat viel mehr zu bieten als Burger, Hotdogs und Cookies“. Und dann folgen all die Rezepte der Burger, Hotdogs, der Cookies, Cakes, der Muffins und Pancakes, von Pies und Coleslaw. Das ist, obwohl ursprünglich auf französisch verfasst, amihaft simpel beschrieben.

Carrie hat lehrreiche Tipps, die Fotos sind aussagekräftig, und – vielleicht das Beste – alle 5 Seiten lächelt die schöne Autorin aus dem gelungenen Band und verbreitet gute Laune.



FALSCHER HASE UND TEURER RIESLING

Paula Bosch/Tim Raue
„Deutscher Wein, deutsche Küche,“
Callwey Verlag, 328 Seiten, 39,95 Euro
ISBN 978-3-7667-2174-7

Wer dieses Buch erwirbt, hat eigentlich zwei: ein Buch von unserer Lieblings-sommelière Paula Bosch über deutschen Wein mit hundert Winzerporträts aus den dreizehn deutschen Weinregionen mit Kurzbeschreibungen ihrer bekanntesten Weine.

Und dann, auf Seite 218, beginnt ein Rezeptbuch von Berlins Spitzen-Enfant-terrible Tim Raue, über asiatische, nein, sorry, eben über deutsche Küche. Und der Virtuose des Komplizierten geniert sich nicht, Rezepte von Maultaschen und Königs-klopsen, Falschen Hasen und Bratwurst zu veröffentlichen. Man ahnt: „La Soupe populaire“, seine Preiswert-Gaststätte, hat mitgekocht.

Und zu jedem Gericht hat Paula Bosch einen Wein-Tipp zuge-steuert. Der kommt häufig teurer zu stehen als das Essen. Doch wen wundert das?



VON KALIFORNIEN NACH BERLIN

„The Design Hotels Book“
Gestalten Verlag
504 Seiten, 59,90 Euro
ISBN 978-3-89955-562-2

Das womöglich spannendste Hotelbuch der Saison ist ein Katalog, aber was für einer: Er enthält die Internationale der „Designhotels“, die 1993 unter dem schönen Namen „Lebensart Global Networks“ in Kalifornien gegründet wurde, und 2001 unter dem heutigen Namen mit 23 Mitgliedern startete.

Gründer Claus Sendlinger ist auch heute noch der CEO. Er hat das Headquarter des Unternehmens schon vor über zehn Jahren nach Berlin geholt. Und hat inzwischen fast 300 Mitglieder zusammengeholt.

Es ist eine Galerie faszinierender Hotels, nicht alle in extremem Design (es drängeln auch relativ normale Betriebe in die Auswahl), doch alle individuell und ziemlich einzigartig. Die Beiträge sind zwischen einer halben und vier Seiten lang. Hat aber wohl nichts mit der Bedeutung der Häuser zu tun, sondern mit ihrem Beitrag für das Buch.



IKONEN DER FAST FOOD

„Burger de Chef. Kreationen aus der französischen Sterneküche“

Edition Fackelträger
272 Seite, 39,99 Euro
ISBN 978-3-7716-4623-3

Hamburger, kurz Burger, haben Konjunktur oder, wie es im schönsten Werbedeutsch heißt, sie sind in aller Munde. Einige Bücher über Burger erschienen schon in den letzten Jahren, doch so opulent wie heute waren sie nie. Soeben hat auch der Callwey-Verlag noch eins angekündigt, erst sollte es „Burger Bibel“ heißen, jetzt titeln sie „Burger unser“, die beiden Verfasser brutzeln, als Pfaffen verkleidet. Es ist ebenso kostbar aufgemacht wie dieses und ziemlich genau so teuer.

Es ist ja nicht ohne Ironie, ausgerechnet die Ikone der billigen Fast Food-Küche in besonders teuren Büchern zu rühmen und von Sterneköchen aufbrezeln zu lassen. Nicht alle fünfzig, die hier ihre Werke vorführen, besitzen einen Stern, doch auch Drei-Sterne-Chefs wie George Blanc, Marc Haeberlin, Alain Passard und Guy Savoy sind dabei.

Nicht alle ihre Kreationen sind auf den ersten Blick als Burger zu erkennen. Das Brötchen ist längst nicht mehr unentbehrlich, Hummer, Foie gras, Krebsfleisch und Kaviar beliebt, auch Vegetarisches und auch ganz Süßes. Na dann.



SEIN DRITTES UND DICKSTES

Alfons Schuhbeck „Schuhbecks Welt der Kräuter und Gewürze“

Zabert Sandmann Verlag
512 Seiten, 29,99 Euro
ISBN 978-3-89883-499-5

Dieses Buch hat er schon mal geschrieben, 2009 (da hieß es „Meine Küche der Gewürze“) und dann 2011 („Meine Reise in die Welt der Gewürze“). Doch warum soll man ein erfolgreiches Buch nicht nochmal schreiben? Es macht nicht soviel Arbeit, und bringt erfahrungsgemäß ordentlich was ein.

Sein drittes Gewürzbuch ist jedenfalls sein größtes, dickstes und (mit über 2,5 Kilo) schwerstes. Der erste Teil gibt einen lexikalischen Überblick von Anis bis Zitronenmelisse, jeweils über die Geschichte, die Inhaltsstoffe und die Verwendung in der Küche. Dazu immer ein Tipp des Meisters, Das ist nützlich und spart viel Blättern im großen „Larousse“.

Der zweite, doppelt so große Teil enthält eine geradezu enzyklopädische Sammlung von etwa 170 Rezepten für Vorspeisen, Suppen, Gemüse, Fisch, Fleisch, Geflügel, Desserts, eingängig beschrieben und schön bebildert. Aber haben wir die nicht alle schon mal ...? Schwamm drüber, sie sind wieder gut zu lesen und schön anzusehen.



AUF DER DECKE IM WOHNZIMMER

Julia Kutas
„City Picknick“
Brandstätter Verlag
160 Seiten, 25 Euro
ISBN 978-3-85033-974-2

Die Autorin ist nicht blond, doch ebenfalls jung und attraktiv, wird indes nur ein halbes Dutzend mal gezeigt. Sie betreibt in Wien zwei Restaurants für „gesunde Schnellverpflegung“, also eine Art Fastfood der besseren Art: „Hiddenkitchen“ und „Hiddenkitchen Park“.

Als ganz junge Führerschein-Gewinnerin hatte sie ihrer Familie ein Picknick bereitet und ist seither von diesem Bazillus befallen: „Im Park, auf der Terrasse oder am Lieblingsplatz im Grünen außerhalb der Stadt schmeckt es einfach nochmal so gut!“

So rezeptiert sie das „Veggie-Picknick“ und das „Rooftop-Picknick“, sie bietet eine „Lunchbox to go“ und „Movie-Night-Snacks“. Eine Spezialität von ihr ist ihre Quiche, sie macht jeden Tag eine andere und hat sich noch nie wiederholt. Verwirrenderweise gibt es sogar ein „Indoor-Picknick“. Gemütlich schlemmen auf einer Picknick-Decke im Wohnzimmer, „dazu muss es draußen gar nicht regnen. Oder: Einmal Picknick, immer Picknick.“



GEGEN DIE PROHIBITION

Hiltl
„Meet the Green“
AT Verlag
160 Seiten, 49 Euro
ISBN 978-3-038000-896-5

Es ist, gegründet 1898, das älteste vegetarische Restaurant der Welt, die Züricher Gründerfamilie Hiltl führt es in vierter Generation. Und hat jetzt daneben einen Laden aufgemacht: „die erste Vegi-Metzg der Schweiz“, eine vegan-vegetarische Schlachtereier. Und dort finden sich, wie in diesem Buch, „Hiltl-Tatar“ und „Hiltl-Burger“, „Hiltl-Hackbraten“ und viel mehr Fleischiges mit diesem Vornamen, also Pur-Fleischloses aus Soja, Tofu und Konsorten.

Und doch ist dieses (teure) Rezeptbuch auch für Nicht-Vegis amüsant, nicht nur, weil die sich schon über „veganes Entenfilet“ amüsieren. Es gibt mehrere überraschende und ziemlich unmotivierte Bilder von älteren Menschen in Schlachter-Positur und mehrere Texte Pro und Contra.

Eine Vegi schildert, wie sie mit Carnivoren umgeht, ein Allesesser, wie er mit Vegis auskommt. Und ein Endzeit-Philosoph schildert die Ausstattung eines künftigen Fleischmuseums im Nur-veganen Zeitalter: „Ich schwöre, dann gehe ich mit Gleichgesinnten in den Untergrund. Wir schlagen der Prohibition ein Schnippchen!“

Das letzte einheimische Schwein Spaniens

von OTTO GOURMET



Die Dehesa, der perfekte Ort für die Pata Negra-Schweine

Gäbe es den stolzen Stier nicht, wäre das freundlich dreinschauende iberische Pata Negra-Schwein ein heißer Anwärter auf den Titel als Spaniens Nationalsymbol Nummer 1. Denn dank dieser ausschließlich in Spanien heimischen, dunklen Schweinerasse existiert eine Delikatesse, die über die Landesgrenzen hinaus bei Feinschmeckern ungebremsst hoch im Kurs steht: Jamón Ibérico. Der einzigartige Geschmack des iberischen Schinkens kommt nicht von ungefähr: kaum ein anderes Tier wird so gehegt und gepflegt wie diese friedlichen Kurzbeiner, die 16 bis 18 Monate und damit doppelt so lange wie ihre weißen Artgenossen leben.

Die spanische Dehesa als einzigartiges Ökosystem

365 Tage im Jahr in absoluter Freiheit verbringend und Unmengen an frischem Gras, wilden Kräutern und süßlichen Eicheln fressend – so sieht das Leben eines glücklichen Pata Negra-Schweins aus. In den weitläufigen und unberührten Eichenwäldern der Dehesa, einer

einmaligen Kulturlandschaft im Südwesten Spaniens und Teilen Portugals beheimatet, stehen jedem Tier sage und schreibe bis zu vier Hektar an Auslauf zur Verfügung. Ihre besondere Vorliebe beglücken die köstlichen Eicheln („bellotas“), die während der Montanera-Phase von Oktober bis Januar zuhauf zu Boden prasseln. In diesen schlaffenlandartigen Monaten suchen die freilebenden Ibérico-Schweine mit ihren starken Rüsseln den ganzen Tag lang nach den süßlichen Nussfrüchten und fressen bis zu zehn Kilo täglich. Gegen Ende der Montanera bringen die robusten Ibérico-Schweine daher problemlos bis zu 190 Kilo auf die Waage.

Die Eichelmast, eine Jahrtausend alte Methode der Weidewirtschaft, hat als Tradition nur in Spanien überlebt und gilt als hochwertigste und natürlichste Form der Freiland-Ernährung. Für die Aufzucht der iberischen Schweine ist sie

essenziell, denn nur durch die garantierte Nahrungsaufnahme von Gras, Kräutern und großen Mengen an Eicheln erhält das Ibérico-Fleisch sein unverwechselbar nussiges Aroma. Reich an Vitaminen, Proteinen, Kohlenhydraten und Öl sind die Eicheln eine nicht nur äußerst schmackhafte, sondern auch sehr gehaltvolle Kost, dank der die iberischen Schweine langsam, aber sicher gemästet werden.

Halbwild, schwarzfüßig & klein: Gestatten, das iberische Schwein!

Von der rein äußerlichen Erscheinung über die Ernährung und Haltung bis hin zum einzigartigen Geschmack ihres Fleisches: das schwarzborstige, reinrassige Ibérico-Schwein ist dem freilebenden Wildschwein von der Physiognomie her sehr ähnlich und unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht vom herkömmlichen Hausschwein. Einen Stall sieht das relativ kleine, sehr flinke und eher schlanker gebaute iberische Schwein mit den auffälligen schwarzen Klauen (spanisch:



Der Schlüssel zum Schinkenglück: Eicheln

Pata Negra) weder von innen noch von außen, lebt es doch das ganze Jahr über in kompletter Freiheit in den Eichenwäldern der Dehesa. Dort wächst es in einem 100% natürlichen Lebensraum bei Wind und Wetter auf. Kommt es

beim ordinären Hausschwein nicht selten zu einem regelrechten Gerangel am Futtertrog, sind die iberischen Schwarzfuß-Schweine viel wählerischer und achten beim Auflesen der nahrhaften Eicheln mit ihrer Schnauze penibel darauf, die bittere Schale von der fetten, süßen Frucht zu trennen. Es gibt allerdings eine naturgegebene Befähigung, die Spaniens Pata



Saftiger Genuss: Secreto vom Ibérico

Negra-Schweine dann doch mit anderen alten Schweinerassen gemein haben: die intramuskuläre Einlagerung von wertvollem Fett. Dank dieser besonderen Genetik wird das Ibérico-Fleisch von einer feinen, fast unsichtbaren Fettmaserung durchzogen, bleibt beim Garen und Braten saftiger und erhält ein unvergleichbares Eigenaroma. Wie besonders diese Fettmarmorierung ist, zeigt die Antwort von OTTO GOURMET-Geschäftsführer Wolfgang Otto: „Ibérico ist für mich das Kobe Beef der Schweine.“

Die wandelnde Olive

Fett ist im Falle der Ibérico-Schweine nicht nur ein exzellenter Geschmacks-träger, sondern gesundheitlich gesehen

auch besonders wertvoll. Die feinen Fettadern im Ibérico-Fleisch sind derart reich an ungesättigten Fettsäuren, dass sie eher an hochwertiges Olivenöl heranreichen, als an anderes herkömmliches tierisches Fett. Kein Wunder, dass echte Ibérico-Fans die robusten Pata Negra-Schweine als „Oliven auf vier Beinen“ bezeichnen.

Ein Tier mit vielen Qualitäten

Bei dem mit so viel Hingabe aufgezogenen Ibérico-Schwein ist von den Hufen bis zu den Borsten so gut wie alles verwertbar und exportierbar. Allerdings gibt es verschiedene Qualitäten, die sich letztendlich durch die Haltung und Fütterung der Ibérico-Schweine ergeben. Als Jamón Ibérico de Bellota (bellota = span. Eichel) darf nur das Fleisch derjenigen iberischen Schweine bezeichnet werden, die freilebend in den letzten Monaten ihres Lebens neben einigen Kräutern hauptsächlich Eicheln gefressen haben, idealerweise sechs bis sieben Kilogramm pro Tag. Ein Schinken der Qualität Ibérico de Recebo stammt wiederum von einem Ibérico-Schwein, das ebenfalls in Freiheit aufgewachsen ist, aber wenig bis kaum

Eichelmast in den letzten Monaten vor der Schlachtung erhalten hat. Auf die wahrheitsgemäße Einteilung der Ibérico-Qualitäten wird im Schinkenland Spanien großen Wert gelegt. Offizielle Kontrollen bewerten jedes einzelne Tier kurz nach der Schlachtung anhand von bestimmten Parametern und vergeben Qualitätssiegel, bevor die Schinken für rund drei Jahre zum Reifen in die Bodegas gehangen werden. Ibérico-Schinken werden nie geräuchert, sondern nur sorgfältig eingesalzen und über Jahre langsam luftgetrocknet. Ist der Ibérico-Schinken endlich reif, erleben Feinschmecker einen einzigartigen Schinkengenuss, der Tradition, Nationalstolz und höchste Qualität in einem widerspiegelt. Auch Wolfgang Otto, unterstreicht diese Qualität: „Ibérico ist mit Abstand das beste Schweinefleisch, was ich je gegessen habe.“

Fotos: www.otto-gourmet.de, Bodega Cinco Jotas

OTTO GOURMET
Tel.: +49 (0)24 52 - 9 76 26 - 0
www.otto-gourmet.de



Artgerechte Tierhaltung



100 % Ibérico



30 - 70 % Eichelfütterung



**GUTES
FLEISCH**
ONLINE KAUFEN SEIT 2005

IBÉRICO PROBIERPAKET Garimori Ibérico Bellota

Art.: 7618

ca. 200 - 550 g Secreto

ca. 250 - 450 g Pluma

ca. 400 - 700 g Presa

ca. 200 - 400 g Solomillo

79,- €/Paket



Was sind die neuesten Food-Trends in den USA?

Diese Frage beantwortet die NRA-Show vom 21.-24. Mai 2016 in Chicago

Die National Restaurant Association (NRA) untersucht jedes Jahr die Top Menü-Trends für die nächsten kommenden Jahre. Für die diesjährige „Was ist Hot“ kulinarische Vorhersage befragte die NRA fast 1.600 Profiköche- Mitglieder der American Culinary Federation (ACF) - um jene Lebensmittel- und Getränke- sowie kulinarische Themen für 2016 zu finden, welche die neuesten Trends auf Speisekarten repräsentieren und alle Anbieter und Hersteller, die diese Restaurant-Industrie Trends kreieren und bei der NRA Show 2016 präsentieren, welche im McCormick Place in Chicago vom 21-24 Mai 2016 stattfinden wird.

Die Top Food-Trends für das Jahr 2016 beinhalten: Vom Koch kreierte Fast-Casual-Konzepte (schnelle und einfache Konzepte), lokale Beschaffung (produzieren und Fleisch), gesunde Kindermenüs neue Fleischstücke, alte Korn-Produkte, frische / hausgemachte Wurst, Abfallreduzierung beim Essen / Management und mobile Food Trucks (Straßenverkauf).

Um die vollständigen Ergebnisse der Umfrage, sowie Information über zusätzliche Trends zu erhalten und um sich Video- und Bildmaterial anzusehen, besuchen Sie bitte <http://www.restaurant.org/food-trends>.

„Wahre Trends entwickeln sich im Laufe der Zeit, vor allem dann, wenn es sich um Lifestyle-basierte Entscheidungen handelt, die in alle Bereiche des täglichen Lebens reichen“, meint Hudson Riehle, Senior Vize-Präsident der Forschung

für die National Restaurant Association. „Wenn es um Menüplanung geht, dann befinden sich Köche und Gastronomen im Einklang mit den übergreifenden Verbrauchertrends, aber jeder will natürlich zusätzlich seinen eigenen Anteil an kulinarischer Kreativität hinzufügen, um diese Trends in neue Richtungen zu weisen.“ Während die Umfrage der National Restaurant Association „Was ist Hot 2016 Chef“ die neuesten Trends in Bezug auf Speisemenüs aufzeigt, wird eine zusätzliche Analyse der Umfrageergebnisse und die Antworten der Befragten auf die offene Frage „Was wird der nächste heiße



Trend-Menü sein“ ein paar Ideen präsentiert, auf welche Lebensmittel man im nächsten Jahr ein Auge werfen sollte. Einige unserer Ergebnisse waren:

Vegetarische Ausrichtung: Man verweist hier auf die sogenannten „Middle-of-the-Plate“ Produkte, dies bedeutet in der Regel Proteine. Selbst wenn die Speisen tierische Proteine enthalten, bleibt das Gemüse immer noch die Hauptattraktion. Im Grunde das genaue Gegenteil der Auffassung der TV Persönlichkeit Ron Swanson, der Gemüse als „die Nahrung, die meine Nahrung aufisst“ bezeichnet.

Sriracha = das neue Ketchup?: Die rote

Sauce in der Flasche mit der grünen Spitze ist allgegenwärtig, aber bis vor wenigen Jahren waren nur Thai-Food-Fans mit diesem Gewürz vertraut. Es gibt eine Reihe von anderen Zutaten und Gewürzen aus der globalen Küche, die ebenfalls in der Popularität gestiegen sind, wo alles und jedes angewendet werden kann um neue Geschmackskombinationen zu erstellen. Chimichurri als Hamburger topping. Periperi Grillrippen. Za'atar verteilt auf Crostini. Raita mit Hot Wings. Dabei handelt es sich um nur einige Ideen.

Einfachheit als der Schlüssel zurück zu den Grundlagen des Kochens und der klassischen Gerichte. Dies sind Worte, welche die Trends im kommenden Jahr nach der Ansicht von vielen professionellen Köchen kennzeichnen. Während sich die Molekularküche als neue Richtung entwickelte gibt es jetzt den Trend sich auf Rezepte die mit wenigen aromatischen Zutaten auskommen und die den Gaumen erfreuen. Hingegen die Molekularküche in Europa immer weniger Akzeptanz findet.

Wir nähern uns den Ende des Trends von Grünkohlsalat und glutenfreier Küche. Diese ehemals heißen Trends haben merklich an Dampf in der letzten Zeit verloren. Glutenfreie Produkte werden immer feste Menübestandteile in vielen Gastronomiebetrieben bleiben.

Weniger Akzeptanz im Schmelztigel der Nationen findet die afrikanische Küche. Aber vielleicht nicht mehr lange. Berbere, Harissa, Dukkah, Ras el hanout,



rants (man denke dabei an Produkte wie Steaks, Shrimps, Brot und Nudeln von der gleichen Qualität wie sie im Restaurant serviert werden). Hybrid-Konzepte wie Essen und Markthallen-Restaurants weisen den Weg.

Fotos: Gour-med, Restaurant.org

www.show.restaurant.org/Attend/Registration



Tsire andere Gewürzmischungen und Geschmacksrichtungen sind ein schnell wachsender Trend wie auch andere afrikanische Aromen. Für diese Geschmacksrichtung finden sich immer häufiger Geniesser die sich neugierig auf neue kulinarische Entdeckungen einlassen.

Lebensmittelgeschäfte „Grocerants“ gibt es schon seit ein paar Jahren und ebenso Lebensmittelgeschäfte, die sich verstärkt auf Foodservice ausrichten. Wir sehen nun, wie Restaurants diese Idee adaptieren, indem sie im Einzelhandel frische Lebensmittel anbieten. Wenn die Verbraucher dort essen wollen, wo sie die Lebensmittel einkaufen, dann ist es vernünftig anzunehmen, sie wollen auch Lebensmittel einkaufen wo sie essen. In der Tat, die Hälfte der Verbraucher meinen, sie hätten Interesse am Kauf frischer, ungekochter Lebensmittel von Restau-





Der Glanz und Luxus der Belle Epoque soll wieder einziehen.

Der Ruhm eilt dem Schlosshotel voraus. Die renommierte New York Times erklärte zu Beginn dieses Jahres die Moselregion und das Schlosshotel Lieser als „place to go“ unter den 52 schönsten Plätzen weltweit die man besucht haben sollte. Das ist eine ganz besondere Ehre: Herzlichen Glückwunsch!

Das Schlosshotel wird im Sommer d.J. – geplant ist der 1. Juni – „in Dienst“ gestellt. Einen Betreiber gibt es nach Auskunft des Besitzers auch schon, leider hat er uns nicht verraten wer das sein wird. Wenn wir raten müssten würden wir auf die Althoff Gruppe tippen, die bereits mit Schloss Bensberg und dem Schlosshotel Fürstenhof in Celle und dem Hotel am Schloss Park in Stuttgart täglich zeigt, dass sie in diesem Level zu Hause ist.

Hotelsterne über der Mosel

Schloss Lieser erstrahlt in neuem Glanz

Architektonische Baukunst des 19ten Jahrhunderts wird zu einem 5 Sterne-Hotel

Das kleine Weindörfchen Lieser, unweit von Bernkastel-Kues, wird zum Drehpunkt internationaler High Society. Das ist das Minimum an Erwartung, dass die Einwohner von dem neuen Schlosshotel erwarten. Das Ende des 19ten Jahrhunderts erbaute Schloss Lieser war schon immer eins der herausragenden Gebäude an der Mosel. Der Großindustrielle Eduard Puricelli erfüllte sich seinen Lebens Traum und baute auf dem Gelände eines ehemaligen Klosters seinen standesgemäßen Wohnsitz. In der Zeit der Frühindustrialisierung erwartete die damalige „Gesellschaft“, von den Wirtschaftskapitänen solche Prachtbauten. Hier waren der Deutsche Kaiser, der Adel ebenso wie der Geldadel

zu Gast. So soll es jetzt wieder sein! Na ja, der deutsche Kaiser kann nicht mehr kommen.

Dieses prächtige Bauwerk wird zu einem Glanzpunkt der Hotellerie an der Mosel, wenn nicht sogar in ganz Deutschland. Ein Liebhaber historischer Häuser, aus den Niederlanden, der bereits Erfahrung mit Renovierungen erhaltenswerter Häuser hat, hat sich zum Ziel gesetzt Schloss Lieser zu einem der schönsten Schlosshotels Deutschlands werden zu lassen.

Bei der Neugestaltung wird allergrößten Wert auf Authentizität unter Verwendung originaler Materialien sowie der Renovierung vorhandener Ressourcen gelegt.



Gut erhaltener Luxus der Vergangenheit

Fotos: Klaus Lenser

z. Zt. steht Schloss Lieser Besuchern für Besichtigungen – nach Anmeldung – zur Verfügung.

Info:
Schloss Lieser
Moselstraße 33
54470 Lieser

Mosellandtouristik GmbH
Kordelweg 1
54470 Bernkastel-Kues/Andel
Telefon: 06531/9733-44



Nur selbstbewusste Kinder können sich wehren.

Gewaltverbrechen an Kindern sind eine erschreckende Realität. So wird z.B. jedes zweite Sexualverbrechen an einem Kind begangen. Das Sicher-Stark-Team besteht aus Pädagogen, Psychologen, Kinder-Therapeuten und ehemaligen Polizisten. Es schützt seit vielen Jahren durch prophylaktische Maßnahmen Grundschul Kinder erfolgreich vor Gewaltverbrechen und Missbrauch. Um unsere enge Zusammenarbeit mit den Grundschulen fortführen zu können, sind diese auf Spenden angewiesen, mit denen sie die Sicher-Stark-Veranstaltungen finanzieren. Weitere Informationen im Internet unter: www.sicher-stark-team.de

Helfen Sie mit Ihrer Spende, die wir an die Grundschulen weiterleiten, Kinder sicher und stark zu machen!*

**Spendenkonto: Sparda-Bank West
Konto 100 426 18 79, BLZ 370 605 90**

Sicher-Stark-Stiftung e.V. | Hofpfad 11 | 53879 Euskirchen | www.sicher-stark-team.de

Sicher-Stark-Team

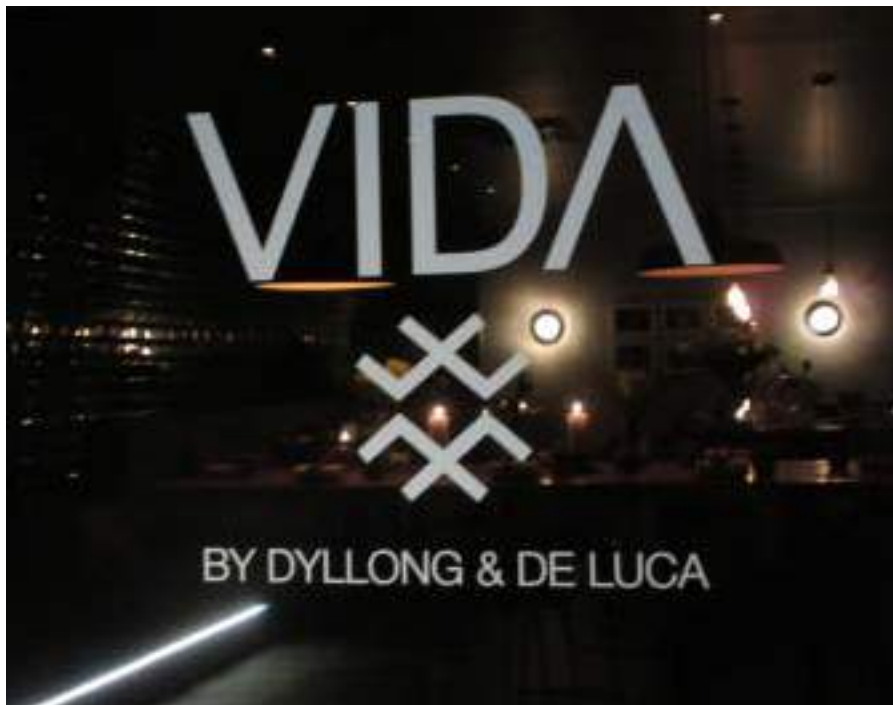


sicher-stark-team.de

* Wir bitten um Verständnis, dass aus verwaltungstechnischen Gründen Spendenquittungen erst ab einer Spende von 100,- Euro erstellt werden können. Spenden aus Rheinland-Pfalz nehmen wir nicht entgegen.

Dortmund

Ein erfolgreiches Team Michael Dyllong und Ciro de Luca im neueröffneten Vida



Dortmund, die östlichste Stadt des Ruhrgebietes oder die westlichste Stadt des Münsterlandes, ist als kulinarische Hochburg in der Vergangenheit nicht groß aufgefallen. Mit den beiden Sterneköchen Michael Dyllong und David Kikillus ändert sich das gerade, zur Freude einheimischer Gourmets.

Zu einem neuen Treffpunkt für Genießer kocht sich gerade das Küchenteam, mit Chef Roman Neumann, des Restaurants Vida in die Herzen beziehungsweise Gaumen der Dortmunder.

Innerhalb weniger Wochen ist das Vida zum Hot Spot für Fine Dining geworden. Die Idee entsteht, als die Schulfreunde, Michael Dyllong und Ciro de Luca, kurz entschlossen den Sprung in eine neue kulinarische Epoche wagen. Beide gastronomisch vorbelastet, Ciro sammelt im elterlichen italienischen Restaurant seine ersten Erfahrungen, da wird Michael bereits mit einem Stern ausgezeichnet.



v. l. Roman Neumann, Tülay Tsakiridis und Ciro de Luca ...



... die Erfinder des neuen Hot Spots



Teils elegantes Restaurant, teils Bistrostil: Das Vida



Mitinhaber Sternekoch Michael Dyllong

Idee, Konzept und Stilrichtung haben die zwei Freunde gemeinsam entwickelt und mit dem Küchenchef Roman Neumann umgesetzt. Das Restaurant, vorher ein italienisches, wird komplett neu konzipiert und mit edlen Materialien ausgestattet. Verantwortlich für Planung und Gestaltung ist Architektin Julia Dyllong, die hier ihre große Leidenschaft für Architektur ausleben und verwirklichen darf. Formen und Farben, Beleuchtung und Möblierung sind geschmackvoll aufeinander abgestimmt. Das Outfit für die Küchen- und Servicemannschaft wird von der Fashion Designerin Nicole Pyne hergestellt und in den Nasszellen ist durch Gesine Marwedel, deutsche Bodypainting-Künstlerin, eine atemberaubende Unterwasserwelt entstanden. Im Vida gibt es viel zu entdecken – nicht nur kulinarisch!

Die Menükarte ist nicht überlastet. Angeboten wird im monatlichen Wechsel, ein 5-Gang Menu und à la Carte-Gerichte, ebenso drei bis vier Vorspeisen. Bei den Hauptgängen wird Fisch und Fleisch von ausgesuchten Lieferanten angeboten.

Zusätzlich gibt es noch eine kleine Karte für den Barbereich.

Der Küchenchef, ein selbstbewusster Westfale, weiß genau was er will, folgt keiner Stilrichtung, das was regional und saisonal frisch zu kaufen ist, kommt auf die Karte. Er überrascht seine Gäste immer wieder mit den verschiedensten Aromen und Geschmackskompositionen. Kult ist jetzt schon der „Signature Dish-Rote Garnele“ und deshalb ein Muss auf der Menu Karte.

Ganz sicher werden wir noch sehr viel Gutes von und über das Vida hören und natürlich darüber berichten!

Fotos: Anne Wantia, RestaurantVida

Restaurant Vida
Hagener Strasse 231
44229 Dortmund
Tel.: +49 (0)231 95009940
+49 (0)231 95009941
contact@vida-dortmund.com
www.vida-dortmund.com

Genuss aus der Karibik Langusten aus den Bahamas

Die köstlichsten Meeresfrüchte der Welt kommen aus den Gewässern der wohl schönsten Inseln der Welt.

Langusten aus den Bahamas gehören zu den delikatesten Meeresfrüchten der Welt. Aus nachhaltigem Wildfang und von Hand verarbeitet. Die außergewöhnliche Qualität dieser Langusten – auf den Bahamas Spiny Lobster genannt – ist auch auf die hohe Wasserqualität der Bahamas und die strenge Regulierung der Fischerei durch die lokalen Behörden zurückzuführen.

Ein paar Worte zur Nachhaltigkeit: Im aktuellen „Einkaufsratgeber Fisch“ der Tierschutzorganisation WWF erhalten Langusten aus Wildfang aus den Gewässern der Bahamas „grünes Licht“ und gelten damit als „gute Wahl“. Vom Kauf der Langusten aus vielen anderen Fanggebieten – etwa dem Mittelmeer und dem Nordost-Atlantik – wird aus ökologischen Gründen dagegen abgeraten.



Die Bahamas. Heimat der wohl köstlichsten Meeresfrüchte der Welt



Lokale Fischer sorgen durch reinen Wildfang der Langusten für Nachhaltigkeit

Fangen. Sortieren.
Verarbeiten.
Fast alles wird von
Hand gemacht.

Es beginnt schon im Meer. Dort werden die Langusten einzeln von Hand gefangen. Die an Bord sofort eingefrorenen fleischreichen Schwänze der Langusten werden in Freeport von Hand sortiert, gewogen, verpackt und per Container über den Atlantik transportiert. Der Versand der tiefgefrorenen Ware aus dem Lager in Hamburg erfolgt in speziellen Kühlkartons mit Trockeneis. Das garantiert Frische bis in Ihre Küche.

So einfach wie delikat: Langusten in Kräuteröl



Über Spiny Lobster

Die Spiny Lobster GmbH ist heute der einzige Direktimporteur von Langusten aus den Bahamas nach Europa. Das Unternehmen wurde 2010 gegründet und beliefert seine Kunden aus Gastronomie, Catering und anspruchsvollen Privathaushalten mit ganzen Langustenschwänzen, Langusten-Burgerpatties und – je nach Saison – Florida Stone Crabs.



Mehr zu Spiny Lobster und den Online-Shop finden Sie unter:
www.spinylobster.de

Bei Spiny Lobster erhalten Sie Langustenschwänze in drei verschiedenen Größen und in Kartons von 1 kg, 2,5 kg oder 5 kg. Die Langustenschwänze sind einzeln verpackt und entnehmbar. Je nach gewählter Größe der Langusten variiert die Anzahl pro Karton.

Die Leser von Gour-med erhalten im Spiny Lobster Online-Shop unter:
www.spinylobster.de/shop exklusiv einen Rabatt von 10 % auf ihre erste Bestellung.

Geben Sie einfach bei Ihrer Bestellung den **Gutscheincode: start16**

Fotos: Spiny Lobster GmbH

**SPINY
LOBSTER**

GOURMET SEAFOOD
PRODUCTS

Spiny Lobster GmbH
Bestellungen unter
Telefon: +49 (0)40 360 916-34
E-Mail: info@spinylobster.de
www.spinylobster.de

Karibische Langusten lassen sich zu köstlichen Speisen zubereiten, hier ein Rezeptvorschlag: Langusten in Kräuteröl gebraten

Langusten sind leicht, lecker und schnell zubereitet. Ein hoher Eiweißanteil und wenig Fett machen sie zum idealen Essen für gesundheitsbewusste Gourmets. Die edlen Krustentiere unterscheiden sich vom Hummer nicht nur durch die fehlenden Scheren, sondern vor allem durch ihren höheren Fleischanteil pro Kilogramm und einen süßeren Geschmack.

Zutaten für 4 Personen

1 kg rohe Langusten
ca. 100 ml Olivenöl
Kräuter nach Geschmack, zum Beispiel Rosmarin, Thymian und Koriander
Knoblauch
Salz

Zubereitung

Die Kräuter zu gleichen Mengen in einem hohen Gefäß mit ausreichend Olivenöl vermengen, und mit einem Mixer fein pürieren; zusätzlich mit Salz abschmecken. Die Langusten halbieren und das Kräuteröl zwischen Panzer und Fleisch verteilen. Die präparierten Langusten auf der Fleischseite mit Öl in einer heißen Pfanne scharf anbraten.

Sobald diese goldbraun ist, wenden und auf der Panzerseite etwa drei Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen. (Je nach gewünschtem Gargrad und Größe der Languste kann diese Zeit variieren.)



Fröhlich im Gewimmel

Horst-Dieter Ebert ließ sich auf der „Costa Diadema“ überraschen

Meine Kabine, so entdecke ich einigermaßen erschreckt im Katalog, ist die allervorderste auf meinem Deck. Und mir graut ein wenig davor, wieviel ich da auf einem über 300 Meter langen Schiff werde zu laufen haben, um zu

reise ich denn mit nicht weniger als etwa 3.300 Mitpassagieren? Von wegen: An Bord macht mir die nette deutsche Gästebetreuerin Viktoria eine verblüffend andere Rechnung auf: „Nein, nein, wie haben deutlich über 4.000 Gäste an Bord!“

halb so groß. Doch wie die fröhlichen Costa-Leute gern sagen: „Auf ein paar Tausend mehr oder weniger kommt es da nicht mehr an!“

Die „Diadema“ ist das 15. Schiff der italienischen Cruise Line Costa und ihr neues Flaggschiff. Es ist um ein Viertel größer als das größte „Mein Schiff“, und noch sechs Meter länger als die größte „Aida“ (die im Sommer kommt). Und natürlich beherbergt es mehr Passagiere als Deutschlands größte Kreuzfahrer ...

Und dann erlebe ich tatsächlich die Überraschung meines Lebens: Ich suche die Viertausend „Fellow Passengers“, es ist ein Tag auf See, sie sind alle an Bord, doch wo sind sie? Ich stehe allein zwischen den sieben Lifts im vorderen Treppenhaus, warte auf einen Fahrstuhl, die ja alle nach einem rätselhaften System unterwegs sind. Ich warte immer noch, bin immer noch allein, bin dann auf dem fünften Deck, auf dem man das Schiff außenbords umkreisen (joggen) kann. Ich treffe dort zwei oder drei gemütliche Spaziergänger, hinten auf der schönen achterlichen Teodora-Bar finde ich ein halbes Dutzend Passagiere, die den am



Costa-Flaggschiff: Viele Nischen

all den Events zu gelangen, die ja eher in den Restaurants, Bars und Lounges mittschiffs stattfinden. Ich frage also nach einem eventuellen Umzug in be-

Denn, so lerne ich, bei Costa sind stets viele Kabinen mit drei, vier oder fünf Gästen belegt: „Sie wissen doch, die Italiener sind Familienmenschen!“ Und die Schiffe

Die „Diadema“ ist das neue Flaggschiff der italienischen Reederei Costa (sie gehört wie die „Aida“-Flotte zum US-Konzern Carnival). Es ist preisgünstig und ohne „All inclusive“, doch mit gesetztem Essen und Gala-Dinner. Die vornehmlich italienischen Passagiere sorgen für beste Stimmung.

quemere Gefilde, und werde sehr höflich, doch bestimmt informiert: „Sorry, aber das Schiff ist voll besetzt, wir haben keine freie Kabine mehr!“

Ich rechne kurz nach: 1.862 Kabinen, doppelbelegt, ergibt 3.724, abzüglich der üblichen etwa 10 Prozent Singles, so

der Reederei Costa seien doch gerade als die familienfreundlichsten ausgezeichnet worden.

Mein Schreck hält sich in Grenzen, zwar habe ich auf Aidas und Meinen Schiffen schon mit mittleren Völkerwanderungen zu tun gehabt, doch die waren ja noch

frühen Abend aufgehenden Sternen zuprosten (und in der hinter uns liegenden Lounge werden nur zwei Plätze von zweihundert belegt, von herumlummelnden Smart-Phone-Fummelnern).

Also, erste verblüffende Erkenntnis: Selbst auf einem Schiff mit sovielen Passagieren

finden sich allerorts Ecken und Winkel, in denen man von der Überfüllung nichts spürt. „Da wundere ich mich auch immer wieder“, sagt der Hoteldirektor Luca Zuccolo, ein Mann mit deutschen Erfahrungen (unter anderem im „Adlon“), „dass es auf diesem Schiff so viele private Nischen gibt.“

Dann wieder ist das fröhliche Gewimmel eine besondere Qualität, die der sonst nicht an derlei große Zahlen gewohnte Kreuzfahrer aufs höchste genießt. Mich packt dieses Gefühl am dritten Abend, als der Dress-Code (ja, das gibt es noch!) „grün, weiß & rot“ empfiehlt, also die der italienischen Flagge. Wir sitzen im Restaurant „Adularia“, da gibt es 740 Plätze und jeder Gast hat, wie in alten „Europa“-Tagen, seinen Platz. So kommen hier allabendlich die eher älteren Passagiere zusammen, die den Stammpplatz und den Stamm-Ober lieben.

Und nach dem Hauptgang schallert es plötzlich los mit „O sole mio“, und dann durch alle die weltberühmten italienischen Ohrwürmer bis „Azurro“ und „Volare“. Erst mimt da eine Art Enrico Caruso, dann fordern die Kellner die Damen zum Tanz, und dementsprechend die Kellnerinnen die Herren. Servietten werden über dem Kopf geschwungen, und zu knallenden Rhythmen machen sich auch die Ältesten auf eine vergnügte Polonäse Blankenese. Schließlich formiert sich die junge Service-Brigade zu einem ausgelassenen Kellner-Ballett, hinreißend und mit brausendem Beifall bedacht.

„Ja, diese Italiener!“ seufzt meine Tischnachbarin schwärmerisch mit feuchter Pupille. Naja, die da tanzen und singen, mit Hingabe und bester Laune, sind allesamt keine Italiener, sondern die philippinischen und sonstigen fernöstlichen Kellner. Ein paar italienische Kollegen stehen bewundernd, doch tatenlos daneben.

Und doch, „die Italiener“, mit etwa 60 Prozent natürlich die vorherrschende Nation an Bord, bestimmen das gesellschaftliche Klima, und das ist erkennbar fröhlicher als auf den deutschen Schiffen: Hier sind Tanzkurse und Tanzflächen stets gut gefüllt, Miss (und Mister)-Wah-

len werden zu kreischend fidelen Events. Costa beschäftigt ja auch immer noch, anders als die deutsche Konkurrenz, eine Brigade von Animatoren, die für ständige Bewegung sorgen. Wann immer es im Tagesprogramm heißt: „Tänze mit dem Animationsteam“, dann geht es da auch stets gutbesucht hoch her.

Neben dem Adularia und dem zweiten Hauptrestaurant Fiorentino mit 1256 Plätzen auf zwei Ebenen gibt es auf den oberen Decks gewaltige Buffets, so beliebt, dass sich an denen täglich über 3000 Passagiere bedienen. Und dazu hat der Passagier die Wahl zwischen fünf Spezialitätenrestaurants, für die wie üblich Zuzahlungen berechnet werden.

Das Samsara-Restaurant hat im Laufe eines Jahres bereits allerhand erlebt: Erst

Das japanische Restaurant „Teppanyaki“ (hat mit dem gleichnamigen Küchenstil in Tokio nur ganz entfernte Ähnlichkeit) gilt (für 25 bis 30 Euro) als erfolgreichstes Zuzahlrestaurant und bietet eine köstliche Show von jonglierenden, fröhlich grimassierenden und vergnüglich witzelnden Japanern, die auf ihren riesigen Kochplatten vier bis fünf hochklassige Gänge, Lachs, Ente, Wagyu, zaubern. Die Stimmung ist wie bei Mario Barth.

Die nette kleine Pizzeria hat als einzige auch ein paar Plätze auf dem Außen-deck. Das braucht das Spitzenrestaurant natürlich nicht: Die „Vinothek“, gleich neben dem Casino und mit einem nicht ganz unähnlichen (US-amerikanischen) Design, hat nur 30 Plätze, und das schier endlose Menu aus acht hübschen Degustationsgängen wird mit einem Weinpaar begleitet. Es sind nicht die teuersten, doch höchst respektable Weine, das Gourmet-Niveau ist das höchste an Bord.

Andere Überraschungen, auf die ich nicht gefasst war: Dieses ultramoderne Schiff, mit 6000 Quadratmetern Spa und allen elektronischen Spielzeugen gerüstet, pflegt durchaus traditionelle Werte und Überlieferungen. Damit ist nicht gemeint, dass hier an Bord ein Glas Champagner doppelt soviel kostet wie auf der alten „MS Europa“, sondern dass es hier auch noch eine Gala mit Captains Dinner gibt, was viele ältere Schiffe inzwischen abgeschafft haben.

Auf der Diadema treffen am Tag nach meiner Einschiffung überraschend viele Abendkleid- und Smokingträger zum Dinner ein und lassen sich mit dem Kapitän zusammen fotografieren. Ich konnte nicht dabei sein: Niemand hatte mich vorgewarnt, so war ich ohne Abendanzug an Bord ...

Fotos: Costa



Theater im „Teppanyaki“: Wie bei Mario Barth

war es eine Art Wellness-Restaurant, benannt nach dem Samsara-Spa, dann ein East-meets-West-Fusion-Restaurant. Davon sind die japanische Tapete und die fernöstliche Musik geblieben. Doch auf der Karte sind nur ein paar italienische Klassiker geblieben: „Ja, da überlegt sich die Company gerade was Neues“, sagt der F&B-Manager Miguel.

Das größte Spezialitätenrestaurant „Club Diadema“ mit rund hundert Plätzen ist auf meiner Kreuzfahrt kaum jemals auch nur halbvoll: „Viele Familien an Bord“, mutmasst Viktoria, „haben eben doch ein begrenztes Budget.“ Sie lassen sich ein famoses italienisches Menü entgehen in kultiviertem First-Class-Ambiente und exquisitem Service.

Costa Kreuzfahrten
Am Sandrorkei 39
20457 Hamburg
Tel. +49 40 30239502
www.costakreuzfahrten.de

St. Regis Hotels & Resorts eröffnet erstes Hotel in Dubai

Das St. Regis Dubai in Al Habtoor City präsentiert die erste Bentley Suite im Nahen Osten sowie den legendären St. Regis Butlerservice, Dachgärten und luxuriöse Erholungseinrichtungen

Debüt in Dubai: Mit dem St. Regis Dubai eröffnet Starwood Hotels & Resorts das erste Hotel der geschichtsträchtigen Marke in dem Emirat. In Besitz der Al Habtoor Group, präsentiert das Hotel kompromisslosen Luxus und maßgeschneiderte Gastfreundschaft, acht herausragende Restaurants, Bars und Lounges, das erste Iridium Spa in Dubai, einen Bentley Fuhrpark und die erste Bentley Suite im Nahen Osten, die Anfang 2016 eröffnet werden wird.

Das St. Regis Dubai ist Teil der Al Habtoor City, einem neuen Mischnutzungsprojekt an der beliebten Sheikh Zayed Road. An dieser exklusiven Adresse werden demnächst noch zwei weitere Starwood Hotels der Marken W Hotels sowie Westin eröffnen. Zum Komplex gehören zudem drei Wohntürme und ein Theater, das am zukünftigen Dubai Water Canal eine spektakuläre Wasser-Show präsentieren wird. Diese wird konzipiert von Dragone, der weltweit führenden Showproduktions-Gesellschaft, auf die unter anderem die Cirque-du-Soleil-Produktionen zurückgehen. Al Habtoor City ist nur wenige Minuten entfernt von bekannten Attraktionen wie dem Burj Khalifa und der Dubai Mall; der internationale Flughafen Dubai ist in 20 Autominuten und der internationale Flughafen Al Maktoum in 40 Autominuten zu erreichen.

Die legendäre Adresse aus der Neuen Welt nun im Herzen von Dubai

Die französische Beaux-Arts-Architektur und die neo-klassizistische Inneneinrichtung des St. Regis Dubai sind eine Hommage an das 1904 eröffnete St. Regis



St. Regis Dubai in Al Habtoor City

New York, dem Ursprung der Marke, exklusiv gelegen an der Ecke 55. Straße und Fifth Avenue.

Beim Betreten des Hotels werden die Gäste von dem überwältigenden Anblick eines Kronleuchters begrüßt, der aus 1.200, per Hand geschliffenen Kristallen besteht und die majestätische Prunktreppe beleuchtet. Beachtenswerte Kunstwerke im ganzen Hotel bringen das Bekenntnis von St. Regis zu Kunst und Design zum Ausdruck, darunter zum Beispiel ein von Bentley inspiriertes Wandgemälde in der St. Regis Bar.

Das St. Regis Dubai verfügt über 234 Zimmer, davon 52 Suiten, alle mit einem hellen, luftigen Ambiente und ausgesuchten Details wie Kronleuchter, Marmor-Badezimmer und den typischen St. Regis Betten.

Unverwechselbare Kulinarik

Im St. Regis Dubai können sich Gäste in acht Restaurants, Cafés und Bars kulinarisch verwöhnen lassen. Das Brasserie Quartier ist die moderne Interpretation einer französischen Brasserie; hier werden beliebte französische Gerichte neu definiert. Das J&G Steakhouse serviert eine raffinierte Auswahl an Steakhouse-Klassikern, neu interpretiert vom Ster-

nekoch Jean-Georges Vongerichten. Inmitten üppiger, grüner Bepflanzung genießen Gäste in den stilvollen Cabanas auf dem Dachgarten private Atmosphäre unter freiem Himmel. Das Café Fleuri ist eine Reminiszenz an die Pariser Cafés der 1930er Jahre, während das Café Le Patio in einem rustikalen, von Olivenbäumen umgebenen Innenhof für idyllische Momente sorgt.

Foto: Starwood Hotels & Resorts

Weitere Informationen unter:
www.starwoodhotels.com



Asiatische Patisserie vom Profi Christian Hümb

Der Spezialist für's Süße im Hamburger Hotel „Vier Jahreszeiten“ im Restaurant Haerlin

Macarons sind seit jeher die Königsdisziplin der Patisserie und zurzeit ein absolutes Trendgebäck. Sie haben aber auch den Ruf, besonders schwierig und kompliziert in der Herstellung zu sein. Gerade Hobbybäcker trauen sich häufig nicht an die Zubereitung heran. Dabei gibt es ein paar simple Regeln und Tricks, mit deren Hilfe das kleine, runde Backwerk sicher gelingt. Im Interview verrät Profipâtissier Christian Hümb seine Tipps rund um das Thema Macarons und wohin dieser Trend 2016 geht.

„Das Gelingen von Macarons steht und fällt im Prinzip mit der Basis, der Eiweißmasse für die beiden Halbschalen. Hier ist es extrem wichtig, schon beim Anrühren des Teiges präzise und gradgenau zu arbeiten. Zucker und Wasser sollten dazu auf exakt 115 Grad Celsius erhitzt und zusammen mit geschlagenem Eiweiß, Puderzucker und Mandelmehl vermischt werden. Die richtige Temperatur ist hierbei das entscheidende Kriterium, da der Wassergehalt in den ausgebackenen Schalen weder zu hoch noch zu niedrig sein darf.“

Das Rezept zu den asiatischen Matcha-Macarons gibt es unter <http://bit.ly/1KTCFuv>

Weitere Tipps und Tricks zur Herstellung von Macarons gibt Christian Hümb im Video unter <https://youtu.be/UMKTCAkZgjg>

Kempinski Budapest ist BEST HOTEL of the Year in Ungarn

Kempinski Hotel Corvinus Budapest ist als bestes Fünf - Sterne-Hotel des Jahres 2015 ausgezeichnet worden. Verliehen von der ungarischer Hotel und Restaurant Vereinigung, dem offiziellen Verband für gastronomie Bewertungen. (Magyar Szállodák és Éttermek Szövetsége).



Lobby Corvinus Kempinski

Die Jury bewertet, Gast-Zufriedenheit, Hotelausstattung, Wellness und SPA Angebote, das Gastronomische Konzept, Lage, Service und Ambiente so wie soziale Unternehmensverantwortung. 21 Luxushotels haben sich für die Auszeichnung beworben wobei besonderes Augenmerk der Jury auf das Engagement aller Mitarbeiter, vom Management bis zu dem Auszubildenden lag.

Diese Auszeichnung ist ein große Ehre für uns und gleichzeitig ein Verpflichtung nicht aufzuhören in dem Bemühen dem Gast immer nur das Beste anzubieten, so der General Manager Stefan Interthal.

Foto: Kempinski Hotel

Kempinski Hotel Corvinus Budapest
Erzsébet tér 7-8
1051 Budapest
Tel. +36 1 429 3777
www.kempinski.com/de/budapest/hotel-corvinus/welcome/

Moselsteig ist für den Titel „Deutschlands Schönster Wanderweg“, nominiert

Bereits zwei Jahre nach seiner Eröffnung, ist der Moselsteig von der Zeitschrift Wandermagazin für die Wahl „Deutschlands Schönster Wanderweg 2016“ nominiert.

Die Fachzeitschrift Wandermagazin kürt jährlich „Deutschlands Schönste Wanderwege“ in den Kategorien Touren und Routen. Für 2016 hat eine unabhängige Jury aus Wanderexperten unterschiedliche Weitwanderwege unter die Lupe genommen und fünf deutsche Weitwanderwege nominiert. Der Moselsteig ist in der Kategorie Routen (Weitwanderwege) nominiert und stellt sich bis Juni 2016 dem Publikumsentscheid. Wanderer, Leser und Internetnutzer des Wandermagazins können ab sofort ihre Stimme für den Moselsteig als schönsten Weitwanderweg abgeben.

„Wir freuen uns sehr über die Nominierung. Seit der Eröffnung im April 2014 erfreut sich der Moselsteig einer riesigen Beliebtheit und die Nominierung ist nach den Auszeichnungen als „Qualitätsweg Deutschland“ und „Leading Quality Trail - Best of Europe“ eine weitere Bestätigung für die besondere Qualität des Wanderweges und die landschaftliche und kulturelle Vielfalt der Moselregion“, sagt Sabine Winkhaus-Robert, Geschäftsführerin der Mosellandtouristik. Laut Nominierungsjury überzeugt der Moselsteig mit abwechslungsreicher Streckenführung, unterschiedlichsten Etappen, zahlreichen kulturellen und kulinarischen Höhepunkten, kühnen Burgen und moseltypischen Steillagen. Das Publikum kann vom 15. Januar bis 30. Juni 2016 auf www.wandermagazin.de/wahlbuero für den Moselsteig als „Deutschlands Schönster Wanderweg“ abstimmen. Die Sieger werden auf Europas größter Wander- und Trekkingmesse „TourNatur“ am ersten Septemberwochenende in Düsseldorf ausgezeichnet.

Mosellandtouristik GmbH
Tel. 06531-9733-0
info@mosellandtouristik.de
www.mosellandtouristik.de
www.moselsteig.de

Wandern und kochen im Schwarzwald

Hotel Bareiss bietet auch 2016 genuss- und erlebnisreiche Erholung in einem der schönsten Privathotels Deutschlands

Das Frühjahr erwandern macht nicht nur Spaß, es ist auch eine spannende Entdeckung zu erleben wie die Natur ihre ganz Pracht und Schönheit entfaltet.

Vom 6. März – 13. März 2016 oder vom 24. April – 2. Mai 2016 beginnen jeweils Sonntagabend die Wandertage mit einem Begrüßungscocktail im Hotel Bareiss.



Hohe Auszeichnung für die Bareiss Familie. In Paris erhielt sie den Preis für: Bester Empfang und Bester Service in Europa

Montag bis Freitag begleiten die Teilnehmer naturkundige Wanderführer auf den Wegen des „Baiersbronner Wanderhimmels“, der Schwarzwaldhochstraße und je nach Jahreszeit auch im „Badischen“. Am Freitagnachmittag ist dann der gemütliche Abschluss in geselliger Runde in den Dorfstuben des Hotels Bareiss.

Bitte nicht vergessen: Jahreszeitlich angepasste sportliche Wanderkleidung, leichte Wander- und Bergschuhe sowie Regenschutz und Rucksack mitbringen!

Hobbyköche aber auch Profis und Genießer können ihre Kochkenntnisse mit

Küchenchef Oliver Steffensky perfektionieren vom 10. April – 14. April 2016 weiht er in die kleinen Geheimnisse der großen Kochkunst ein.

Der Kursus startet am Sonntagabend mit einem gemeinsames Abendessen in den Dorfstuben. Montag und Dienstag wird dann in der Küche gearbeitet, jeweils vormittags und nachmittags gekocht. Der kulinarische Höhepunkt findet am Mittwoch – nach einer Weinprobe mit Chefsommelier Jürgen Fendt – seinen festlichen Abschluss mit dem Mittagessen im Restaurant „Bareiss“. Da wird Genuss pur versprochen.

Das Bareiss entdecken und genießen und sich selbst Gutes an Leib und Seele tun.

Jeden Tag erwartet den Gast etwas anderes aus der breiten Vielfalt der „Gourmandise“. Vom regionalen Menu in den Dorfstuben über das Menu unseres Küchendirektors Oliver Ruthardt, dem großen warm-kalten Dessert-

buffet bis hin zu den Klassiker-Rezepten der europäischen Küche in der Kaminstube.

Entspannung und Erholung garantieren das „Bareiss Beauty & Spa“. Worauf warten Sie noch? Die Familie Bareiss und das gesamte Team stehen bereit um Sie zu verwöhnen.

Foto: Prix Villégiature, Paris

Info:
Hotel Bareiss
72270 Baiersbrunn – Mitteltal
Tel: +49 (0) 7442 470
Mail: info@Bareiss.com

Gourmet & Wein Festival im Ahrtal

Einzelveranstaltungen 2016

Seit rund zwanzig Jahren schließen sich Top-Winzer und Spitzen-Gastronomen aus der Region zusammen, um Gourmets das Maximum an Genuss zu bieten.

Jedes Jahr finden unter dem Motto „Gourmet & Wein“ außergewöhnliche Einzelveranstaltungen statt, die alle Sinne ansprechen. Gaumenfreuden aus Keller und Küche lassen den Abend zu einem kulturellen Ereignis der Extraklasse werden.

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen im Jahr 2016 erhalten Sie direkt bei den Gastronomen und Winzern.

4. März 2016, 18:30 Uhr

Exklusives 5-Gänge Wildmenue
Weingut Sonnenberg & Jagdhaus Rech
Infos unter: 02641 - 6713

5. März 2016, 14:00 Uhr Weinlandschaft & Brennkunst für die Sinne

Winzergenossenschaft Mayschoß-
Altenahr & Restaurant Vieux Sinzig
Infos unter: 02643 - 93600

5. März 2016, 17:30 Uhr

Tradition verpflichtet
Weingut H.J. Kreuzberg & Restaurant
Prümer Gang
Infos unter: 02643 - 1691

14. Mai 2016, 14:30 Uhr

Traubenblüte an der Ahr
Dagernova Weinmanufaktur & Restaurant Vieux Sinzig
Infos unter: 02641 - 94720

17. Juni 2016, 19:00 Uhr

Sommerabend im Weingut
Weingut Sermann-Kreuzberg & Gasthaus
Assenmacher
Infos unter: 02643 - 7105

Weitere Informationen:

Ahrwein e.V.
Hauptstraße 80
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel: 02641 - 91 71 26
E-Mail: info@ahrwein.de



Vom 14. bis 18. September 2016 findet die dritte Ausgabe des Gourmetfestivals statt. Unter der Leitung von Heiko Nieder werden Gäste diesmal einen Tag länger von international namhaften Spitzenköchen verwöhnt. An dem fünftägigen Gourmetevent werden u. a. folgende Gastköche wie z. B. Harald Wohlfahrt, Pascal Barbot, Frédéric Bau und Sang-Hoon Degeimbre teilnehmen.

Die Fortsetzung einer erfolgreichen Premiere

Heiko Nieder, Einlader, der dritten Ausgabe von THE EPICURE – Days of Culinary Masterpieces erklärt: Aufgrund des grossen Erfolgs verlängern wir das Gourmetfestival um einen Tag. Neu wird THE EPICURE fünf Tage lang Genuss auf höchstem Niveau bieten.



Heiko Nieder

Das Dolder Grand ist der Rahmen für Genuss, Exklusivität und Erholung. Hier werden persönliche Momente der Freude bereitet. Fernab des Alltags. Die angenehm erhöhte Lage des Hotels – inmitten belebender Natur – lässt den Blick und die Gedanken schweifen. Über das pulsierende Zürich, den See, bis in die Alpen.

Foto: Fabian Häfeli

The Dolder Grand
Kurhausstrasse 65
8032 Zürich
Schweiz
Tel+41 44 456 60 00
Fax+41 44 456 60 01

theepicure@thedoldergrand.com
www.thedoldergrand.com

Taj Hotels eröffnet das neue Luxushotel Taj Santacruz in Mumbai

Taj Hotels Resorts und Palaces feiert die Eröffnung des Luxushotels Taj Santacruz in Mumbai. Das mittlerweile vierte Hotel der Unternehmensgruppe in der Finanzmetropole ist eine Hommage an das historische Mumbai und sein pulsierendes kosmopolitisches Flair.

„Wir freuen uns, die legendäre Gastfreundschaft von Taj Hotels jetzt auch im neuen Taj Santacruz in Mumbai anbieten zu können“, erklärt Pankaj Sampat, General Manager des Taj Santacruz Mumbai.

Mumbai besticht durch einen bunten Mix aus kulinarischen Einflüssen, Sprachen, Kunstrichtungen, Kinos und Festivals. Die Architektur des Taj Santacruz fängt diese einmalige sinnliche Mischung mit seiner Farbgestaltung und seinem Ambiente ein. Die dezenten Art-déco-Referenzen sind der historischen Architektur des südlichen Mumbai nachempfunden, wahren aber die Eleganz, die für die Taj Hotels so charakteristisch ist. Muster, Ornamente und Farben im typischen Jali-Stil – integrale Bestandteile indischer Architektur – verleihen dem modernen Ambiente jedoch eine indische Anmutung. Gemälde und traditionelle Skulpturen indischer Künstler setzen außerdem lokale Akzente in den Empfangsräumen des Hotels.

Farhat Jamal, Senior Vice President, Operations (West-India) & Africa, Taj Hotel Resorts and Palaces kommentiert: „Mit dem beispiellosen Service, den eleganten Hotelzimmern und seinen modernen Restaurants setzt das Taj Santacruz im Norden Mumbais neue Maßstäbe in puncto Luxus. Es ist das neue Juwel unter den Taj Hotels.“

Mit seiner Nähe zu nationalen und internationalen Flughäfen ist das Taj Santacruz der perfekte Ort für Reisende, die eine Unterkunft in zentraler Lage für ihren Aufenthalt in Mumbai suchen.

Für entspannte Momente sorgen der Beauty Salon, ein Outdoor-Swimmingpool auf dem Dach und ein modernes Fitnesscenter.

www.tajhotels.com

AIDA Cruises zieht positive Nachhaltigkeitsbilanz für 2015

Weitere Meilensteine im Engagement zur Senkung der Emissionen erreicht

AIDA Cruises, Vorreiter der Deutschen Kreuzfahrtindustrie im Umweltschutz, setzte sein Engagement zur Senkung der Emissionen auch in 2015 erfolgreich fort.

„Wir haben erneut wichtige Meilensteine in Sachen Umweltschutz erreicht. Seit 2015 wird AIDASol als weltweit erstes und einziges Kreuzfahrtschiff über die LNG Hybrid Barge im Hamburger Hafen mit Strom aus emissionsarmem Flüssigerdgas versorgt. Weitere Schiffe der AIDA Flotte erhielten erste Einbauten des umfassenden Filtersystems zur Abgasreduzierung. Gemeinsam mit atmosfair haben wir ein Klimaschutzprogramm zur Senkung der CO2 Emissionen auf den Weg gebracht und als neues Mitglied der Stiftung 2° setzten wir unter anderem auf der Weltklimakonferenz in Paris ein klares Signal für den Klimaschutz“, so die Bilanz von Dr. Monika Griefahn, Direktorin für Umwelt und Gesellschaft bei AIDA Cruises.

AIDA Cruises steuert seinen Kurs auf Nachhaltigkeit konsequent weiter. 2015 gab das Unternehmen den Auftrag für zwei Neubauten der nächsten AIDA Generation bei der Meyer Werft in Papenburg bekannt. Die beiden Schiffe, die 2019 und 2020 in Dienst gestellt werden sollen, werden unter dem Konzept Green Cruising als erste Kreuzfahrtschiffe weltweit zu 100 Prozent mit LNG betrieben.

Seit Oktober 2015 unterstützt AIDA Cruises zudem die Stiftung 2° in ihrer Arbeit, im Dialog mit der Politik und Wissenschaft auf effektive marktwirtschaftliche Rahmenbedingungen für den Klimaschutz hinzuwirken und die Lösungskompetenz deutscher Unternehmer in diesem Bereich zu aktivieren.

Mehr Informationen zum Engagement von AIDA Cruises für Umwelt und Gesellschaft auf www.aida.de/aidacares

„Deutscher Meister der Hobbyköche 2016“

Der Kochwettbewerb von BORA, TEUBNER und Johann Lafer geht 2016 in die 2. Runde

Der TEUBNER Verlag gibt zusammen mit BORA Lüftungstechnik GmbH, dem Hersteller innovativer Kochfeldabzüge, den Startschuss zur zweiten Ausschreibung des Wettbewerbs: „Deutscher Meister der Hobbyköche 2016“. Partner im Bunde der Kulinarik-Profis ist Starkoch Johann Lafer.

Bis zum 30. Juni 2016 können ambitionierte Talente ihre eigens kreierten Lieblingsrezepte vom heimischen Herd unter www.bora-deutschermeister.de einreichen. Der Fantasie sind dabei fast keine Grenzen gesetzt. Vorgegeben ist lediglich ein Drei-Gänge-Menü mit sechs Zutaten eines vordefinierten Warenkorbes. Die Jury, bestehend aus BORA Gründer Willi Bruckbauer, Johann Lafer und GRÄFE UND UNZER Kochbuchexperte Bernhard Kellner, wählt die drei Besten aus, die dann beim großen Finale in der BORA-Küche in Raubling im Oktober ihre Kochkünste unter Beweis stellen können. Dem Sieger winkt neben der Auszeichnung „Deutscher Meister der Hobbyköche 2016“ das spektakuläre Event „BORA in the air“: Ein Dinner für ihn und ausgewählte Freunde im „BORA Cooking Truck“. Die Zweit- und Drittplatzierten dürfen sich über einen Abend mit einem BORA Privat-Koch im Kreise von bis zu sechs Personen freuen.



Lafer beim Finale mit Team Torsten Kluske 2015

Die Plätze vier bis dreißig erhalten attraktive Gewinne von BORA und wertvolle Kochbücher von TEUBNER.

BORA, TEUBNER und Johann Lafer hatten den Wettbewerb 2015 ins Leben gerufen. Zahlreiche, äußerst anspruchsvolle Rezeptenreichungen bestätigten das überdurchschnittlich hohe Niveau und führten zu der Entscheidung, den „Deutschen Meister der Hobbyköche“ als langfristi-

gen Contest zu etablieren. Begleitet wird der Wettbewerb auch in diesem Jahr von zahlreichen Aktivitäten rund um die Seite www.bora-deutschermeister.de.

Fotos: Bora_Deutscher Meister der Hobbyköche

Weitere Informationen unter:
www.bora.com



Kandidat Horst Moser mit Jury



Lafer beim Finale mit Team Aimee Klein

Michelin übernimmt Reservierungsanbieter Bookatable

MICHELIN Restaurants wird europäische Nummer 1 für Online-Tischreservierungen

Michelin übernimmt den Online-Reservierungsanbieter Bookatable und wird damit zum europäischen Marktführer im Bereich Online-Reservierung für Restaurants. MICHELIN Restaurants kooperiert bereits seit März 2013 mit dem in London ansässigen Spezialisten für Internet-Reservierungen. Europaweit nutzen über 15.000 Restaurants die Services von Bookatable. 2015 verzeichnete der Anbieter mehr als 34 Millionen Tischreservierungen über sein Webportal und die mobilen Anwendungen.

Die bereits über MICHELIN Restaurants verfügbaren Funktionen von Bookatable erlauben den schnellen und nutzerfreundlichen Zugriff auf ein großes Restaurantangebot per Internet und mobilen Endgeräten. Zukünftig wird Michelin den Service weiter ausbauen und den Usern noch mehr Qualität bei ihrer Online-Restaurantbuchung bieten. Darüber hinaus wird MICHELIN Restaurants sein Angebot auf weitere Länder ausdehnen, vor allem in Skandinavien.

Über MICHELIN Restaurants finden Nutzer dank der intuitiven Menüführung schnell und unkompliziert ein Restaurant nach ihrem persönlichen Geschmack. Dabei lassen sich bereits im Vorfeld die gewünschte Küche und die Preisklasse auswählen. Bei mehr als 1.400 Adressen in Deutschland ist schon heute die komfortable Online-Reservierung eines Tisches möglich.

Michelin AG & Co. KGaA
Michelinstraße 4
76185 Karlsruhe

www.michelin.de

Kufstein im Glück

Neues glück.tage-Festival
vom 25.-29. Mai 2016

Die Region Kufstein konnte in den letzten Jahren mit vielen attraktiven Veranstaltungs-Reihen punkten – man denke nur an die grandiosen Tiroler Festspiele in Erl, die Operetten auf der Festung oder das kunterbunte Rock & Pop-Festival „Kufstein unlimited“. Nun möchte Kufstein ein Kultur-Publikum ansprechen, das sich über die Musik hinaus für Literatur, Philosophie und Natur-Wissenschaften interessiert.

Aus diesem Grund wird in diesem Frühjahr der Grundstein für eine außergewöhnliche neue Kultur-Veranstaltungsreihe gelegt, die einerseits besonders schöne Orte in der Region bespielt und andererseits innovative und inspirierende Denkpulse nach außen gibt und Chancen zur persönlichen Weiterentwicklung bietet.

So veranstaltet das Ferienland Kufstein vom 25. bis 29. Mai die glück.tage 2016 und versucht in dieser disziplinübergreifenden Kulturveranstaltungsreihe Antworten auf topaktuelle und zeitlos gültige Fragen zu finden.

Autoren aus den Bereichen Literatur, Philosophie und Natur-Wissenschaft wurden verpflichtet, die innerhalb ihrer jeweiligen Fachgebiete spannend, kritisch und motivierend über verschiedenste Facetten von „Glück“ referieren.

Es ist zu erwarten, dass ein neues Kultur-Festival, das derart stark und authentisch in der Region und der umgebenden Natur verwurzelt ist und Verknüpfungen zwischen geistigen und sinnlich wahrnehmbaren Glücksmomenten schafft, auch besonders lebendige und offene Begegnungen ermöglicht und eine kulturelle Bereicherung für Einheimische wie für Gäste darstellt.

www.glueck-tage.com



Etihad Airways erhält zum siebten Mal in Folge den World Travel Award in der Kategorie „World's Leading Airline“

Krönender Abschluss für das Jahr 2015: Etihad Airways ist im Rahmen der World Travel Awards (WTA) Grand Final Gala Ceremony zum siebten Mal in Folge als „World's Leading Airline“ ausgezeichnet worden. An den Feierlichkeiten im exklusiven Mazagan Beach & Golf Resort in der marokkanischen Hafenstadt El Jadida nahmen internationale Persönlichkeiten aus Wirtschaft und Medien teil.

Etihad Airways konnte ihre Gewinnserie der vergangenen Jahre fortsetzen und überzeugte außerdem in den Kategorien „World's Leading Airline – First Class“, „World's Leading Inflight Entertainment“ und „World's Leading Cabin Crew“. Die vier Awards markieren den Abschluss eines bemerkenswerten Jahres, das sich durch viele Erfolge auszeichnet. So nahm die Airline den Betrieb mit dem Airbus A380 und der Boeing B787 Dreamliner auf, die sich mit den innovativsten Flugzeugkabinen der Welt präsentieren. Darüber hinaus stellte Etihad Airways neu entworfene Produkte und Bord-Services sowie neue Uniformen vor.

„Wir werden auch weiterhin die Flugreisebranche prägen, indem wir in die besten Arbeitskräfte, Produkte und Technologien investieren. So können wir aus einer hoch gelobten Marke einen unangefochtenen Spitzenanbieter von Flugenerlebnissen auf höchstem Niveau in allen Reiseklassen machen.“

Foto: Etihad

www.etihad.com



Unterhaltsamer Krimi

Endlich mein: Commissario Brunetti's vierundzwanzigster Fall

Donna Leon
Diogenes
320 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-257-06943-3

Flavia Petrelli ist zurück in Venedig! In der Titelrolle von ›Tosca‹ tritt die Sopranistin im venezianischen Opernhaus La Fenice auf. Als eine junge Sängerin aus dem Kollegenkreis die Treppe einer Brücke hinuntergestoßen wird, beginnt Flavia um ihr eigenes Leben zu fürchten. Brunetti ermittelt in den Kulissen der Oper. Tod in Venedig, und das auf der Bühne: ein Buch, das Sehnsucht nach Venedig macht.



In den Fängen einer internationalen Verschwörung

TAKEOVER Und sie dankte den Göttern ...

Jussi Adler-Olsen
dtv Verlagsgesellschaft
592 Seiten, 19,90 Euro, ISBN: 978-3-423-28070-9

Ein Mann, der professionell Unternehmen vernichtet. Eine Frau, die sich von ihrer Vergangenheit befreit. Eine Liebe in den Zeiten des Terrors. Der niederländische Geschäftsmann Peter de Boer leitet ein Unternehmen, das darauf spezialisiert ist, große Firmen zu zerschlagen. Er wirbt die Halbindonesierin Nicky Landsaat als Trainee an und macht die junge Frau rasch zu seiner Vertrauten. Als der irakische Geheimdienst de Boer mit der Zerschlagung eines westeuropäischen Konzerns beauftragt, steht er mit dem Rücken zur Wand. Er verweigert den Auftrag – doch es gibt ein Geheimnis in seiner Vergangenheit, das seinem Auftraggeber durchaus bekannt ist. Und plötzlich finden de Boer und Landsaat sich einer furchtbaren Verschwörung ausgesetzt, in der Geld, internationale Politik, Kriminalität und Terrorismus ihr Schicksal zu besiegeln scheinen. Ein rasanter Thriller und ein packender Gesellschaftsroman, in dem die Schreckensszenarien der Gegenwart thematisiert werden: Terrorismus, Nahostkonflikt und Finanzkrisen.



Im Land der böartigen Käufer

Möbelhaus: Ein Tatsachenroman

Robert Kisch
Droemer
320 Seiten, 12,99 Euro
ISBN: 978-3-426-30404-4

Ein renommierter Journalist verliert durch die Wirtschaftskrise seinen Job. Er hat einen kleinen Sohn. Er muss Geld verdienen. Und strandet als Möbelverkäufer in einem Industriegebiet in der Provinz. In einem der größten Möbelhäuser der Republik. Er trifft auf ehemalige Maurer, Musiker, Hoteldirektoren, Architekturstudenten – alles dabei im Kreis seiner Kollegen. Robert Kisch berichtet mit spitzer Feder von seinem neuen Leben: absurd, beklemmend, entlarvend.



Zauberhafter Roman über große Gefühle

Der japanische Liebhaber

Isabel Allende
Suhrkamp Verlag
336 Seiten, 21,95 Euro
ISBN: 978-3-518-42496-4

Für Irina ist der neue Job ein Glücksfall. Die junge Frau soll für die Millionärin Alma Belasco als Assistentin arbeiten. Mit einem Schlag ist sie nicht nur ihre Geldsorgen los, sondern gewinnt auch eine Freundin, wie sie noch keine hatte: extravagant, überbordend, mitreißend und an die achtzig. Doch bald spürt sie, dass Alma verwundet ist. Eine Wunde, die nur vergessen scheint, wenn eines der edlen Kuverts im Postfach liegt. Aber wer schreibt Woche um Woche diese Liebesbriefe? Und von wem stammen all die Blumen? Auch um sich von den eigenen Lebenssorgen abzulenken, folgt Irina den Spuren, und es beginnt eine abenteuerliche Reise bis weit in die Vergangenheit.



Großartige Kulturgeschichte

Das letzte Jahrhundert der Pferde

Ulrich Raulff
C.H.Beck
461 Seiten, 29,95 Euro
ISBN: 978-3-406-68244-5

Seit Urzeiten war das Pferd der engste Partner des Menschen. Es war unverzichtbar in der Landwirtschaft, verband Städte und Länder, entschied die Kriege. Doch dann zerbrach der kentaurische Pakt, und in nur einem Jahrhundert fiel das Pferd aus der Geschichte heraus, aus der es jahrtausendlang nicht wegzudenken war. Furios erzählt Ulrich Raulff die Geschichte eines Abschieds – die Trennung von Mensch und Pferd. Er zieht in seinem neuen Buch alle Register der Kultur- und Literaturgeschichte und beschreibt mit beeindruckender Erzählkunst eine untergehende Welt – ein Kapitel vom Auszug des Menschen aus der analogen Welt.

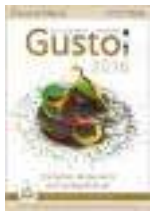


Aktuell und zeitlos zugleich, zutiefst menschlich und authentisch

Die Ungehörigkeit des Glücks

Jenny Downham
C. Bertelsmann
480 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-570-10292-3

Das Leben der 17-jährigen Katie nimmt eine dramatische Wendung, als ein Anruf ankündigt, dass ihre Großmutter Mary bei ihr zu Hause einziehen wird. Ihre Mutter Caroline hat dem widerwillig zugestimmt, denn sie hatte seit vielen Jahren keinen Kontakt zu Mary und ist nicht gut auf sie zu sprechen. Katie muss mit der ihr fremden Großmutter das Zimmer teilen. Und sie fängt an, sich für Marys Geschichte zu interessieren. Katie will dem Familiengeheimnis auf die Spur kommen. Das ist nicht einfach, weil Mary an Alzheimer leidet. Doch Katie erkennt verblüffende Ähnlichkeiten zwischen sich und Mary: beide haben eine ungehörige Vorstellung vom Glück ...



Der kulinarische Reiseführer

GUSTO Deutschland 2016

Markus J. Oberhäuser
gusto media
550 Seiten, 24,90 Euro
ISBN: 978-3-938662-35-9

Vor über zehn Jahren als regionaler Restaurantführer in Bayern konzipiert, hat sich Gusto zwischenzeitlich in der gesamtdeutschen Restaurant- und Feinschmeckerszene einen sehr guten Namen gemacht und ist zum bundesweit vielbeachteten Gourmetführer avanciert. Dabei hat der jüngste unter den einschlägigen Guides bereits einige der sogenannten etablierten, alteingesessenen „Größen“ dieses Genres hinter sich gelassen, denn Gusto brachte viel frischen Wind in das seit Jahrzehnten recht statisch von einer Hand voll Publikationen beherrschte Feld der Gourmetkritik – nicht zuletzt durch offene Worte und Transparenz. Diesen Trend bekräftigt auch die aktuelle Kompetenz-Umfrage der Fachzeitschrift „Sternklasse“, für die jedes Jahr über 5000 Gastronomen und Köche der Spitzen-gastronomie gefragt sind, ihr Urteil zu den einschlägigen Restaurantführern abzugeben.



Der große Gesellschaftsroman von Juli Zeh

Unterleuten

Juli Zeh
Luchterhand Literaturverlag
640 Seiten, 24,99 Euro
ISBN: 978-3-630-87487-6

Manchmal kann die Idylle auch die Hölle sein. Wie das Dorf „Unterleuten“ irgendwo in Brandenburg. Wer nur einen flüchtigen Blick auf das Dorf wirft, ist bezaubert von den altertümlichen Namen der Nachbargemeinden, von den schrulligen Originalen, die den Ort nach der Wende prägen, von der unberührten Natur mit den seltenen Vogelarten, von den kleinen Häusern, die sich Stadtlütlinge aus Berlin gerne kaufen. Doch als eine Investmentfirma einen Windpark in unmittelbarer Nähe der Ortschaft errichten will, brechen Streitigkeiten wieder auf. Denn da ist nicht nur der Gegensatz zwischen den neu zugezogenen Berliner Aussteigern, die mit großstädtischer Selbstgerechtigkeit und Arroganz und wenig Sensibilität in sämtliche Fettnäpfchen. Da ist auch der nach wie vor untergründig schwelende Konflikt zwischen Wendegewinnern und Wendeverlierern. Kein Wunder, dass im Dorf schon bald die Hölle los ist ...



Bewundernswert verrückter und verwilderter Liebesroman

Ein sterbender Mann

Martin Walsers
Rowohlt
288 Seiten, 19,95 Euro
ISBN: 978-3-498-07388-6

Theo Schadt, 72, Firmenchef und auch als „Nebenherschreiber“ erfolgreich, wird verraten. Verraten ausgerechnet von dem Menschen, der ihn nie hätte verraten dürfen: Carlos Kroll, seinem engsten und einzigen Freund, einem Dichter. Beruflich ruiniert, sitzt Theo Schadt jetzt an der Kasse des Tangeladens seiner Ehefrau, in der Schellingstraße in München. Und weil er glaubt, er könne nicht mehr leben, wenn das, was ihm passiert ist, menschenmöglich ist, hat er sich in einem Online-Suizid-Forum angemeldet. Da schreibt man hin, was einem geschehen ist, und kriegt von Menschen Antwort, die Ähnliches erfahren haben. Das gemeinsame Thema: der Freitod.



Kurzgeschichten aus dem Liebesleben

Love Me Tinder

Anne Bax
konkursbuch
180 Seiten, 9,99 Euro
ISBN: 978-3-887-69656-6

Die erfolgreiche Kurzgeschichten-Queen Anne Bax erzählt vom lesbischen Liebesleben im Zeitalter von apps, Tinder, facebook & Co. Es bieten sich viele neue Möglichkeiten an Romantik und Erotik. Auch die klassischen Dramen und Liebes-Höhepunkte kommen nicht aus der Mode, zum Beispiel, wie sich die Welt nach einer Trennung anfühlt, was ältere Tanten von Sex halten und wie der erste Liebesfunke zündet. 22 Texte von Sex mit 49 bis Schnittpunkt. Bodenlos amüsant, schreiend komisch werden auch die unsäglichsten Situationen in Anne Bax' schneller Schreibe zu einem atemberaubenden Lesevergnügen.



Feinfühler Roman

Ein guter Tag zum Leben

Lisa Genova
Bastei Lübbe
412 Seiten, 16,99 Euro
ISBN: 978-3-7857-2547-4

Als Joe erfährt, dass er an der seltenen Krankheit Chorea-Huntington leidet, ist er 44 Jahre alt. Wenn es gut läuft, bleiben ihm noch zehn Jahre. Jahre, in denen er die Kontrolle über seinen Körper mehr und mehr verlieren wird. Wie jedes seiner vier Kinder muss auch Katie befürchten, die Krankheit ihres Vaters geerbt zu haben. Gewissheit könnte ein Gentest bringen. Doch kann sie tatsächlich mit dem Wissen leben, das der Test ans Licht bringt?



Wundervolle Liebesgeschichte in der Weite Australiens

Heller Mond, weite Träume

Elizabeth Haran
Bastei Lübbe
528 Seiten, 16,99 Euro
ISBN: 978-3-431-03935-1

Perth, Westaustralien, 1913: Emily kehrt dem Stadtleben und ihrer äußerst konservativen Familie den Rücken. Kurzeentschlossen nimmt sie eine Stelle als Schneiderin bei einer großen, wohlhabenden Farmersfamilie an. Die Kimberley-Region ist atemberaubend schön und die Familie McBride überaus herzlich. Emily genießt das Leben dort, und zunächst scheint es, als hätte sie ihr Glück und ihre Liebe gefunden. Doch dann kommt alles ganz anders, als gedacht ...

Gute Gründe, ein Testament zu errichten

Wir arbeiten hart und wirtschaften bedacht mit Einkommen und Vermögen. Doch über den Verbleib von Hab und Gut nach dem Tode machen sich die Wenigsten Gedanken.

„In unserer Familie gibt es keinen Streit um Geld!“ und „Ich bin noch viel zu jung.“ Gern genannte Gründe auf die Frage, warum kein Testament existiert.

Zahlreiche Erbstreitigkeiten sowie plötzliche Krankheiten und andere Schicksalsschläge sind jedoch Argumente, die durchaus dafür sprechen, sich frühzeitig Gedanken über die eigene Nachfolge zu machen. Denn ohne letztwillige Verfügung von Todes wegen tritt die gesetzliche Erbfolge des Bürgerlichen Gesetzbuches mit häufig unerwünschten Folgen ein.

Gesetzliche Erbfolge

Nach der gesetzlichen Erbfolge erben grundsätzlich die Verwandten; vorrangig die Kinder des Erblassers. Sind Kinder nicht vorhanden, erben dessen Eltern. Sind die Eltern bereits verstorben, dann treten deren Kinder, also die Geschwister des Erblassers, an deren Stelle.

Neben den Verwandten räumt das Bürgerliche Gesetzbuch dem Ehegatten oder eingetragenen Lebenspartner des Erblassers ein Erbrecht ein, nicht jedoch dem nichtehelichen Lebensgefährten.

An folgenden Beispielsfällen wird klar, warum die gesetzliche Erbfolge vom Erblasser oft nicht gewollt ist und nach seinem Tod häufig zu Streit führt:

(1) Beispielsfall 1

Ein Ehepaar ist kinderlos. Stirbt der Ehemann, wird die überlebende Ehefrau ohne Testament Erbin zu $\frac{3}{4}$. Die Eltern des Ehemannes erben das übrige Viertel. Es entsteht eine Erbengemeinschaft aus der Ehefrau des Erblassers und ihren Schwiegereltern. $\frac{1}{4}$ des von dem Erblasser hinterlassenen Vermögens steht dessen Eltern zu, d.h. sie partizipieren an Bankvermögen, Wertgegenständen und der Eigentumswohnung.

(2) Beispielsfall 2

Der Erblasser hinterlässt seinen Sohn aus erster Ehe und seine Lebensgefährtin. Ohne Testament ist der Sohn des Erblassers Alleinerbe. Er erhält das gesamte Vermögen des Erblassers, so zum Beispiel die Eigentumswohnung des Erblassers, in der die Lebensgefährtin noch wohnt. Seine Lebensgefährtin erhält nichts.

(3) Beispielsfall 3

Die Eheleute haben zwei minderjährige Kinder. Die Familie hat ein Haus gekauft, welches den Eheleuten zu je $\frac{1}{2}$ gehört. Stirbt nun der Ehemann, werden ohne



Rechtsanwältin Katharina Kroll

Testament seine Ehefrau zu $\frac{1}{2}$ und seine Kinder zu je $\frac{1}{4}$ dessen Erben. Der hälftige Anteil an dem Haus ist gemäß den Erbquoten aufzuteilen. Die minderjährigen Kinder werden folglich Miteigentümer an der Immobilie. Damit ist die überlebende Ehefrau in ihrer Verfügungsbefugnis beschränkt. Sie kann nur gemeinsam mit ihren Kindern den Grundbesitz verkaufen oder belasten. Dazu benötigt sie allerdings die Genehmigung eines gerichtlich bestellten Ergänzungspflegers – ein mühseliges und zeitaufwendiges Verfahren.

Vermögensnachfolge individuell gestaltet

Die voranstehenden Probleme können vermieden, eigene Wünsche im Hinblick auf die Nachfolge, die Absicherung des

Ehepartners, der Ausschluss bestimmter Personen von der Erbfolge, gesellschaftsvertragliche Regelungen und vieles mehr in einer letztwilligen Verfügung berücksichtigt werden.

Hat der Erblasser nämlich ein Testament hinterlassen, so geht dieses den gesetzlichen Regelungen vor. Weitreichende Möglichkeiten lassen Spielraum für die Umsetzung der individuellen Nachfolgegestaltung.

Darüber hinaus gilt es, einige Vorschriften zu beachten. So kann ein Testament nur höchstpersönlich errichtet werden. Das privatschriftliche Testament unterliegt außerdem zwingenden Formvorschriften, deren Nichtbeachtung zur Unwirksamkeit führen.

Ehegatten können ein gemeinschaftliches Testament errichten. Diese Möglichkeit steht nichtehelichen Lebensgefährten nicht zur Verfügung. Ihnen bleibt nur die Möglichkeit der Errichtung eines Erbvertrags, wenn eine Bindung gewünscht ist.

Neben dem privatschriftlichen Testament existiert die öffentliche Form, d.h. die Errichtung eines Testaments vor dem Notar, der das Testament nach der Beurkundung in die amtliche Verwahrung des Amtsgerichts gibt. Insoweit ist darauf hinzuweisen, dass auch privatschriftliche Testamente in die amtliche Verwahrung gegeben werden können.

Zu Lebzeiten können Sie in der Regel frei über Ihr Vermögen verfügen und ein einmal errichtetes Testament – von Ausnahmen abgesehen – jederzeit widerrufen, indem Sie es vernichten oder neu testieren.

Foto: Katharina Kroll

Rechtsanwältin
Katharina Kroll
Coerdeplatz 12
48147 Münster
Fon: 0251 932053-60
kroll@juslink.de

WESTERMANN • LÖER • KREUELS • KROLL
www.juslink.de

Spenden *für* Deutschland

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

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



**Bundesverband
Selbsthilfe
Körperbehinderter e.V.**

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

Neues aus der Wissenschaft

Leichter bis moderater Konsum: Geringeres Risiko für Typ-2-Diabetes

Die früher eher seltene „Alterskrankheit“ Diabetes mellitus Typ 2 ist inzwischen zu einem weltweiten Problem geworden: Immer mehr und immer jüngere Menschen erkranken daran. In Deutschland gibt es bereits über sechs Millionen Betroffene, die an dieser chronischen Erkrankung leiden. Ein Diabetes tut zunächst nicht weh, er ist aber mit schwerwiegenden Folgeschäden für Herz, Hirn, Nerven- und Blutgefäßsystem verbunden. Die gute Nachricht lautet, dass sich der Typ-2-Diabetes durch Änderungen des Lebensstils sowohl verhindern als auch zurückdrängen lässt. Dazu gehören eine gesunde kohlenhydratverminderte Ernährung, regelmäßige körperliche Aktivität, ausreichend Schlaf und Sonnenlicht. In etlichen Beobachtungsstudien konnte zudem gezeigt werden, dass auch ein leichter bis moderater Konsum alkoholischer Getränke das Diabetesrisiko senkt.

Chinesische Wissenschaftler haben nun erstmals eine systematische und zusammenfassende Auswertung der insgesamt 26 bis 2015 publizierten internationalen Beobachtungsstudien zu diesem Thema vorgenommen. Dabei stellten sie sich die Frage, ob der Konsum alkoholischer Getränke das Typ-2-Diabetesrisiko in verschiedenen Altersgruppen unterschiedlich beeinflusst oder ob sich Faktoren, wie Geschlecht, Rauchverhalten, Körpermasseindex (BMI), sportliche Aktivität oder familiärer Vorbelastung verschiedenartig auswirken. Neben dieser sogenannten Untergruppenanalyse unter allen gut 700.000 Teilnehmern (40 % Männer), von denen im Lauf der Studienzeit knapp 32.000 an einem Typ-2-Diabetes erkrankten, forschten die Autoren dieser Studie auch nach einer Dosis-Wirkungs-Beziehung. Dies ist wichtig für die Aussagekraft der gefundenen statisti-

Alkoholische Getränke und Typ-2-Diabetes: Dosis-Wirkungs- und Meta-Analyse

- zusammenfassende Auswertung von 26 prospektiven Kohortenstudien aus USA, Europa, Australien und Asien
- insgesamt 706.716 Teilnehmer: 275.711 Männer und 431.005 Frauen
- 31.621 Fälle von Typ-2-Diabetes
- Follow-up: zwischen 3 und 19,8 Jahre
- Konsum alkoholischer Getränke mit verschiedenen Methoden erhoben
- Untergruppenanalyse und Berechnung der Dosis-Wirkungs-Beziehung im Rahmen der Meta-Analyse
- geringer Konsum: 0 bis 12 g/Tag
- moderater Konsum: > 12 bis 24 g/Tag
- hoher Konsum = ab 24 g/Tag

Li, X-H et al.: Association between alcohol consumption and the risk of incident type 2 diabetes: a systematic review and dose-response meta-analysis. American Journal of Clinical Nutrition, online am 3.2.2016, doi: 10.3945/ajcn.115.114389

schen Beziehungen: Liegt eine (reproduzierbare) Dosis-Wirkungs-Beziehung vor, spricht dies gegen ein zufälliges Ergebnis und eher für einen ursächlichen Zusammenhang.

Als leichter Konsum galt in dieser Analyse ein täglicher Verzehr alkoholischer Getränke entsprechend 0 bis 12 g Alkohol, als moderat zwischen 12 und 24 g und als hoch ab 24 g pro Tag. Die Auswertung der zusammengefassten (gepoolten) Daten aller Studien ergab Folgendes: Im Vergleich zum geringsten Verzehr ging ein leichter Konsum alkoholischer Getränke mit einem um 17 % verminderten relativen Risiko für Typ-2-Diabetes einher. Bei moderatem Konsum war das Diabetesrisiko um 26 % reduziert.

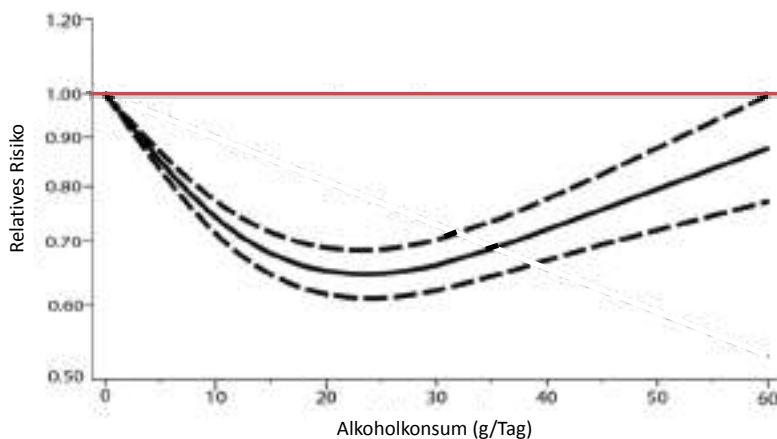
Die Analyse der Untergruppen zeigte, dass es kaum Unterschiede gibt: So profitierten alle Untergruppen von einem leichten bis moderaten Konsum alkoholischer Getränke, wenn auch nicht immer signifikant (siehe Tabelle). Was die Dosis angeht, so zeigte sich wie erwartet ein nichtlinearer Zusammenhang: Das Risiko sank also nicht mit steigendem Konsum immer weiter, sondern es verringerte sich bis zu einer Dosis von durchschnittlich 30 g Alkohol täglich. Wertete man geschlechtsspezifisch aus, lag dieser Bereich bei Frauen bei 20 g, bei Männern bei 40 g Alkohol. Danach stieg das Risiko wieder an.

WEIN & GESUNDHEIT AKTUELL

Alkoholische Getränke und Typ-2-Diabetes: Untergruppen-Analyse

Untergruppen	leicht 0-12 g Alkohol/Tag		moderat 12-24 g Alkohol/Tag		stark ab 24 g Alkohol/Tag	
	RR	95 % CI	RR	95 % CI	RR	95 % CI
Geschlecht						
- Männer	0,92	0,80 – 1,05	0,80	0,72 – 0,89	0,94	0,77 – 1,16
- Frauen	0,81	0,69 – 0,95	0,57	0,48 – 0,67	0,91	0,77 – 1,06
Alter						
- bis 60 Jahre	0,88	0,71 – 1,10	0,44	0,30 – 0,65	-	-
- ab 60 Jahre	0,81	0,69 – 0,94	0,67	0,50 – 0,89		
BMI, i.D.						
- geringer	0,90	0,79 – 1,02	0,68	0,56 – 0,83	0,90	0,66 – 1,22
- höher	0,75	0,59 – 0,96	0,85	0,51 – 1,40	2,01	1,52 – 2,67
Raucher						
- derzeit ja	0,67	0,57 – 0,78	0,49	0,36 – 0,66	-	-
- nie	0,68	0,67 – 1,10	0,62	0,43 – 0,89		
körperliche Aktivität						
- aktiv	0,83	0,74 – 0,93	0,56	0,42 – 0,75	-	-
- inaktiv	0,75	0,63 – 0,88	0,52	0,29 – 0,92		
T2DM in der Familie						
- ja	0,84	0,74 – 0,96	0,50	0,16 – 1,59	-	-
- nein	0,80	0,59 – 1,08	0,62	0,44 – 0,88		

Konsum alkoholischer Getränke und Typ-2-Diabetes: Dosis-Wirkungs-Zusammenhang, alle Kohorten



Li, X-H et al.: Association between alcohol consumption and the risk of incident type 2 diabetes: a systematic review and dose-response meta-analysis. American Journal of Clinical Nutrition, online am 3.2.2016, doi: 10.3945/ajcn.115.114389

Referenzgruppe: geringster Konsum in der jeweiligen Studie, RR = relatives Risiko, 95 % CI = Konfidenzintervall BMI-Grenze: je nach Studie 22 bis 30, aktiv = mehr als 1 Mal / Woche, **Fettdruck = signifikant**

Li, X-H et al.: Association between alcohol consumption and the risk of incident type 2 diabetes: a systematic review and dose-response meta-analysis. American Journal of Clinical Nutrition, online am 3.2.2016, doi: 10.3945/ajcn.115.114389

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

Uro-GmbH Nordrhein ruft zur Kooperation der Sektoren auf

Erfolgreiche Zukunftsgestaltung der Urologie nur gemeinsam möglich. Die niedergelassenen Urologen des Netzwerks Uro-GmbH Nordrhein sehen in Kooperationen zwischen den Sektoren die Strategie für die Zukunft der Urologie. Ohne Kooperation würde laut Sicht des Netzwerks ein großer Teil des heutigen urologischen Könnens verschwinden und urologische Erkrankungen würden in Zukunft von Hausärzten, Onkologen und anderen behandelt werden.

Dr. Stephan-Odenthal, ärztlicher Geschäftsführer der Uro-GmbH Nordrhein, beobachtet bereits seit Einführung des Vertragsarztänderungsgesetzes eine erhebliche Zunahme von Kooperationen in den urologischen Praxen. Doch auch bei Klinikern sieht er einen Wandel: „Während vor einigen Jahren zu diesem Thema noch heftig über den ‚verkauften‘ Patienten gestritten wurde, setzen sich heute auch Kollegen in den Kliniken für Kooperationen ein.“ Als Grund sieht Stephan-Odenthal einen steigenden wirtschaftlichen Druck im stationären Bereich sowie die zunehmende „Ambulantisierung“ von Behandlungen. Mittlerweile hätte die kürzere Verweildauer der Patienten im Krankenhaus dazu geführt, das Kliniken über das Jahr höhere Fallzahlen benötigen, um wirtschaftlich die Anzahl an Betten und die daran gekoppelten Ressourcen und Stellenpläne halten zu können. Hier sei ein deutlicher Wettbewerb der Kliniken um Fallzahlen entstanden. Laut Stephan-Odenthal sei dies ein wichtiger Grund für Klinikärzte, Kooperationen voranzutreiben. Jedoch seien auch zunehmend fehlende Ausbildungsgenehmigungen für medikamentöse Tumorthérapien, urologische Röntgendiagnostik, urologische Labordiagnostik, Andrologie und Palliativmedizin weitere Aspekte.

www.uro-gmbh.de

Geschlecht beeinflusst Diabetes-Spätfolgen

Frauen mit Diabetes erleiden häufiger Herzinfarkte und Schlaganfälle

Ein Typ-2-Diabetes ist für Frauen mit dem Verlust ihres geschlechtsbedingten Schutzes vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen verbunden. Sie erleiden nach neuen Erkenntnissen häufiger als zuckerkrankte Männer einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Frauen können den Nachteil jedoch durch eine intensivere medizinische Betreuung und eine Änderung des Lebensstils wieder ausgleichen, stellt die Deutsche Diabetes-Gesellschaft (DDG) anlässlich eines wissenschaftlichen Statements der American Heart Association fest.

„Seit langem ist bekannt, dass Frauen vor den Wechseljahren deutlich seltener einen Herzinfarkt erleiden als gleichaltrige Männer“, berichtet Professor Dr. med. Dirk Müller-Wieland, Vizepräsident und Mediensprecher der DDG. „Dass eine Diabeteserkrankung dieses Verhältnis umkehrt, ist der Öffentlichkeit dagegen nicht bewusst“, fügt der Experte hinzu.

Die Datenlage, die US-Kardiologen jetzt in einer ausführlichen Übersicht dargelegt haben, ist jedoch eindeutig: Frauen mit Typ-2-Diabetes erkranken früher an einem Herzinfarkt oder Schlaganfall, und sie sterben häufiger daran. Auch ein chronisches Herzversagen, eine Spätfolge eines überlebten Herzinfarktes, ist bei Frauen mit Typ-2-Diabetes häufiger. „Ein Grund könnte sein, dass die Folgen des Typ-2-Diabetes für Frauen von Ärzten und Betroffenen unterschätzt werden“, vermutet der Experte.

Hormonelle Störungen könnten ebenfalls eine Rolle bei dem Geschlechterunterschied spielen. Zwischen sechs und acht Prozent aller Frauen im gebärfähigen Alter haben ein polyzystisches Ovarsyndrom (PCOS). Es ist neben Zyklusstörungen und einem Anstieg männlicher Geschlechtshormone auch mit einem Wirkungsver-

lust von Insulin verbunden. „Frauen mit PCOS sind häufig übergewichtig mit einer ungünstigen Ansammlung von Fettgewebe im Bauchbereich, die das Risikoprofil weiter verschlechtert“ berichtet DDG-Präsident Professor Dr. med. Baptist Gallwitz vom Universitätsklinikum Tübingen.

Die Deutsche Diabetes-Gesellschaft appelliert deshalb an die Ärzte, das besondere Risiko von Frauen mit Diabetes bei der Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu beachten. „Aber auch die Frauen selbst können etwas tun“, meint DDG-Präsident Gallwitz. „Studien zeigen, dass Frauen mit Typ-2-Diabetes stärker als Männer von einer Änderung des Lebensstils profitieren.“ Dazu gehört neben einer gesunden Ernährung auch körperliche Aktivität. Frauen müssen laut Studienlage zwar mehr Engagement zeigen als Männer, die Hürden sind jedoch nicht unüberwindbar. „In der Nurses Health Study, einer Langzeitstudie an amerikanischen Krankenschwestern, konnten Frauen mit Diabetes ihr Herz-Kreislauf-Risiko bereits mit zwei Stunden Sport in der Woche senken“, berichtet Gallwitz.

Quelle:

Regensteiner JG et al. Sex Differences in the Cardiovascular Consequences of Diabetes Mellitus: A Scientific Statement >From the American Heart Association. *Circulation* 2015; doi: 10.1161/CIR.0000000000000343
<http://circ.ahajournals.org/content/early/2015/12/06/CIR.0000000000000343.full.pdf+html>

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)
Reinhardtstr. 31
10117 Berlin
Tel.: 030 3116937-0
Fax: 030 3116937-20
info@ddg.info
www.ddg.info

9. bis 12. April 2016 – 122. Internistenkongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e.V.

Ist unbekannt = unerkannt?

122. Internistenkongress setzt den Schwerpunkt Migrationsmedizin

Kommen Migranten krank in Deutschland an, leiden sie zwar meist unter den gleichen Erkrankungen wie die einheimische Bevölkerung: Dazu zählen in den Wintermonaten verstärkt Grippe und Erkältungskrankheiten. Die Deutsche Gesellschaft für Innere Medizin e.V. rechnet allerdings auch mit Tropenerkrankungen und hier kaum bekannten Infektionen oder seltenen Erbkrankheiten wie der Sichelzellerkrankheit. Niedergelassene Ärzte und Allgemeinmediziner sind oft die erste Anlaufstelle für Flüchtlinge. Damit sie die Patienten angemessen versorgen können, ist Migrationsmedizin beim 122. Internistenkongress vom 9. bis 12. April 2016 in Mannheim ein Schwerpunkt im Kongressprogramm.

Trotz der sehr beschwerlichen Reise nach Deutschland kommen viele Flüchtlinge bei relativ guter körperlicher Gesundheit hier an. „Dennoch ist es wichtig, dass die Ärzte hier vor Ort diese Menschen sofort individuell und fachlich bestmöglich versorgen können“, sagt Professor Dr. med. Gerd Hasenfuß, Vorsitzender der DGIM und Kongresspräsident des 122. Internistenkongresses. Es zeichne sich bereits jetzt ab, dass den Ärzten hierzulande künftig wieder Krankheiten begegnen, die in Deutschland selten oder gar nicht mehr vorkommen.

Falsch wäre es jedoch, mit solchen Beispielen Ängste in der Bevölkerung zu schüren oder sich allein auf Infektionskrankheiten zu konzentrieren, so Hasenfuß: „Die meisten dieser Krankheiten sind gut behandelbar. Wichtig ist, dass der behandelnde Arzt sie rechtzeitig erkennt“. Und oft besteht zwar gar keine Ansteckungsgefahr, aber die Patienten brauchen dennoch schnell spezialisierte Hilfe. Etwa bei einer seltenen angeborenen

Bluterkrankung, der Sichelzellerkrankheit. Diese tritt verstärkt auf dem afrikanischen Kontinent auf und kann bei Säuglingen und Kindern, sofern sie nicht erkannt wird, bereits in jungen Jahren zum Tode führen.

Häufig sind es Internisten, Allgemeinmediziner und Niedergelassene, die kranke Migranten zuerst behandeln. Damit sie die Symptome dieser Patienten richtig diagnostizieren können, befasst sich die DGIM bei ihrer Jahrestagung in Mannheim in einer Hauptsitzung mit dem Thema Migrationsmedizin. Daran orientiert, werden DGIM und BDI ein bedarfsgerechtes Fortbildungs-Curriculum anbieten. Auf der Pressekonferenz der DGIM am Dienstag, den 12. April 2016 anlässlich des 122. Internistenkongresses werden Experten der DGIM das Thema Migrationsmedizin ebenfalls diskutieren.

Terminhinweise:

122. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin e.V.

Termin: 09. bis 12. April 2016

Ort: Congress Center Rosengarten Mannheim

Anschrift: Rosengartenplatz 2, 68161 Mannheim

Kongress-Pressekonferenzen auf dem 122. Internistenkongress

Termine: Samstag, 09. April 2016

Montag, 11. April 2016 und

Dienstag, 12. April 2016

jeweils von 12.30 bis 13.30 Uhr

Ort: Congress Center Rosengarten Mannheim

Weitere Informationen zum Kongress finden Interessierte hier:
www.dgim2016.de

Technologieunternehmen für Atemwegserkrankungen Indiso meldet vorläufige positive klinische Ergebnisse bei COPD-Patienten

Indiso Ltd, ein Medizintechnikunternehmen, das sich auf den ungedeckten medizinischen Bedarf bei Lungen- und Atemwegserkrankungen konzentriert, gab heute positive Ergebnisse seines klinischen Forschungsprogramms bekannt. Das Programm, das sich mit COPD- und Asthma-Patienten beschäftigt, ergab Verbesserungen ihrer respiratorischen Funktionen und anderer klinischer Parameter.

Erkrankungen der oberen und unteren Atemwege und Allergien stellen erhebliche Probleme für das Gesundheitswesen in der entwickelten Welt dar und haben ein epidemisches Ausmaß erreicht. Mehr und mehr Studien zeigen jedoch, dass es in der heutigen medizinischen Praxis ergänzende natürliche Behandlungsmöglichkeiten zur modernen medikamentösen Therapie gibt, mit denen diese Symptome behandelt werden können.

Dr. Katalin Vardi, Projektleiter der Studie und Leiter der Rehabilitationsabteilung an der Klinik für Pneumologie in Torokbalint, sagte: „Wir haben unter Anwendung wissenschaftlich erprobter Standards die Wirkung der Speleo-Therapie von Indiso bei 100 COPD- und Asthma-Patienten untersucht. Diese Therapie zeigt sehr ermutigende Ergebnisse, insbesondere bei Patienten mit ersten Erkrankungen der unteren Atemwege. Die Patienten zeigten ermutigende Verbesserungen bei der sechsminütigen Gehstrecke und der apnealen Zeit. Auch andere Parameter ihrer Atemwege haben sich deutlich verbessert.“

Diese Ergebnisse können auch erhebliche wirtschaftliche Auswirkungen auf die Gesundheitssysteme haben.“

www.indiso.eu/english/deutsch/564

Hochdosis-Vitamin D bei Stressfrakturen empfohlen

J.R. Miller et al. untersuchten retrospektiv die Vitamin D-Konzentrationen im Blut von 53 Patienten in einem Zeitfenster bis zu 3 Monaten nach erlittener Stressfraktur und fanden bei 44 von ihnen (83%) Werte unter 40 ng/ml. Sie empfehlen, Patienten mit Stressfrakturen und einem Vitamin D-Spiegel <35 ng/ml während der 1 bis 2-monatigen Knochenheilungsphase wöchentlich 50 000 IE Vitamin D zu geben (1). Jason R. Miller, Gelenk- und Fußchirurg am Orthopädischen Zentrum von Pennsylvania, USA, rät darüber hinaus zur Vorbeugung von Ermüdungsbrüchen, dass speziell bei körperlich aktiven Menschen, etwa (Ausdauer-)Sportlern, oder auch Älteren mit lediglich Alltagsbelastungen eine Vitamin D-Konzentration im Blut von >40 ng/ml, gegebenenfalls durch Supplemente erreicht werden soll.

Kommentar

Andreas Kurth, Orthopäde und Vorsitzender der Dachverbandes Osteologie (DVO), kritisiert diesen Grenzwert von 40 ng/ml und bezeichnet ihn als völlig willkürlich. Er stellt die Richtgröße des „Vitamin D Council“ dar, einer gemeinnützigen Initiative in Amerika, welche Spiegel zwischen 40 und 80 ng/ml als normal ansieht, im Unterschied zu den tieferen Grenzwerten etwa der Endocrine Society oder des Institute of Medicine (IOM): Werte von 30 ng/ml werden zumeist als untere Grenze des Referenzbereichs eingestuft und zwischen 20 und 30 ng/ml als ausreichend angesehen, wenn keine besonderen Risikofaktoren vorliegen.

Helmut Schatz

Literatur

- (1) J.R. Miller et al.: J. Foot Ankle Surg. 2016. 55:117-120
- (2) J. Rommelfanger: Weniger Vitamin D – mehr Stressfrakturen? US-Forscher empfehlen vor allem Sportlern die Supplementierung.

Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie

SGLT2-Hemmer: in den Beipackzetteln muss auf FDA-Beschluss vom 4. Dezember 2015 vor Ketoazidosen und ernsten Urogenitalinfekten gewarnt werden

Die amerikanische Arzneibehörde FDA hat entschieden, dass in den Beipackzetteln der SGLT2-Hemmer (Dapagliflozin, Forxiga®, Canagliflozin, Invokana® und Empagliflozin, Jardiance®) vor Ketoazidosen und schweren Harnwegsinfektionen gewarnt werden muss (1). Auch eine Postmarketing / Pharmakovigilanzstudie wird vorgeschrieben. Die Europäische Arzneibehörde EMA wird wohl im Februar 2016 in ähnlicher Weise entscheiden. Im Blog der DGE wurde über diese Problematik mehrfach berichtet (2,3).

Kommentar

Der FDA wurden von März 2013 bis Mai 2015 insgesamt 73 Fälle von Ketoazidosen berichtet, sowohl bei Typ-1 als auch Typ-2 Diabetespatienten. Diese traten auch bei nicht oder kaum erhöhtem Blutzucker auf, weshalb die Diagnose oft erst spät gestellt wurde. Die FDA berichtet des weiteren über 19 Fälle von lebensbedrohlichen Urosepsis-Fällen und Pyelonephritiden, welche mit einem Harnwegsinfekt begonnen hatten. Alle diese Patienten mussten hospitalisiert werden, einige auf Intensivstationen mit der Notwendigkeit einer Dialyse (1). Diese Nebenwirkungen waren zwar bekannt, aber insbesondere in ihrer Schwere im Bewusstsein der Ärzte nicht sehr ausgeprägt verankert, zumal man in vielen Publikationen lesen konnte: „SGLT2 inhibitors are safe and well tolerated“. Immerhin berichtet die EMPA-REG-Studie (4), vielumjubelt wegen ihrer eindrucksvollen früh einsetzenden kardiovaskulären Vorteile und der Mortalitätsenkung, dass mit 10 und 25 mg Empagliflozin bei Frauen in 9.2% und 10.8% Urogenitalinfekte aufgetreten sind, im Vergleich zu 2.6% unter Placebo. Die FDA empfiehlt, vor Verschreibung von SGLT2-Hemmern immer anamnestisch zu überprüfen, ob der Patient Ketoazidose-gefährdet ist: Infektionen? kalorienarme Kost? Alkoholabusus? Re-

duktion der Insulindosis oder zuwenig körpereigene Insulinproduktion?

Helmut Schatz

Literatur

- (1) FDA Drug Safety Communication, 4 December 2015: FDA revises labels of SGLT2 inhibitors for diabetes to include warnings about too much acid in the blood and serious urinary tract infections. <http://www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm475463.htm>
- (2) Helmut Schatz: Diabetische Ketoazidose unter Gliflozinen (SGLT2-Hemmern) – sogar bei Blutzuckerwerten unter 200 mg/dl / 11,2 mmol/l. DGE-Blogbeitrag vom 23. Mai 2015
- (3) Helmut Schatz: Diabetespatienten unter SGLT2-Hemmern auch ohne Blutzuckererhöhung mit typischen Komasympptomen: auf Ketonkörper achten! DGE-Blogbeitrag vom 22. Juni 2015
- (4) Helmut Schatz: Empagliflozin (Jardiance®), ein SGLT2-Hemmer, verringert signifikant kardiovaskuläre Ereignisse bei Hochrisiko-Diabetes-Patienten. DGE-Blogbeitrag vom 18. September 2015

Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie
c/o EndoScience
Endokrinologie Service GmbH
Hopfengartenweg 19
90518 Altdorf
Tel.: 09187 / 97 424 11
Fax: 09187 / 97 424 71
E-Mail: dge@endokrinologie.net
www.endokrinologie.net

Beloranib führt zu Gewichtsabnahme über verminder- te Fett-Biosynthese und Stimulierung der Lipolyse und Fett-Oxidation bei unverändertem Essverhalten

Bereits am 28. August 2013 erschien im Blog der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie ein Beitrag über Beloranib zur Gewichtsreduktion (1). Jetzt berichteten am 5. November 2015 Ashley Shoemaker et al. (2) auf der „Obesity Week 2015“, in Los Angeles über eindrucksvolle Resultate mit Beloranib, einen Methionin-Aminopeptidase-2-Inhibitor der Firma Zafgen (ZGN-440) bei Patienten mit Übergewicht und hypothalamischer Schädigung. Es kam in kurzer Zeit zu einer Gewichtsabnahme und Verbesserungen im kardio-metabolischen Profil. Die „Obesity Week“, ist der gemeinsame Jahreskongress der American Society for Metabolic & Bariatric Surgery und der Obesity Society.

Shoemaker et al. aus Nashville, Tennessee randomisierten für eine Phase II-Studie adipöse Erwachsene nach hypothalamischem Hirnschaden für eine Therapie mit 2x wöchentlich 1.8 mg Beloranib i.v. oder Placebo über 4 Wochen, gefolgt von weiteren 4 Wochen als open-label extension, in der alle Patienten 1.8 mg Beloranib erhielten. Nach 4 Wochen zeigte die Beloranib-Gruppe gegenüber Placebo eine signifikant stärkere Reduktion des hochsensitiven C-reaktiven Proteins (-13.7 vs. -4.7 mg/l) und signifikant unterschiedliche Veränderungen im Adiponektin (+1.5 vs. +0.3 /ug/ml) und Leptin (-21.2 vs. -1.3 ng/ml). Gewichtsverhalten: -3.4 vs. -0.25 kg. Nach weiteren vier Wochen (open-label extension) blieben die Unterschiede bestehen: Hochsensitives C-reaktives Protein: -9.6 mg/l, Adiponektin +1.8 /ug/ml und Leptin -25.4 ng/ml. Es traten keine ernstesten unerwünschten Nebenwirkungen auf.

Kommentar

Beim 72. Kongress der American Diabetes Association in Philadelphia 2012 war bereits über eine randomisierte, doppelblinde Phase I – Studie mit Beloranib und über die Ergebnisse zur Sicherheit

und Verträglichkeit der Substanz berichtet worden. 25 schwer adipöse Frauen hatten in 25 Tagen ~4 kg verloren, obwohl sie weiter so essen konnten wie sie wollten. Auch hatten die Triglyceride, der diastolische Blutdruck und das C-reaktive Protein abgenommen. Die häufigsten Nebenwirkungen waren Nausea, Reaktionen an den Infusionsstellen und Kopfschmerzen, meist mild bis mäßig und selbstlimitierend (3). Im März 2015 wurde von der Firma Zafgen mitgeteilt, dass eine multizentrische Phase-III-Studie über 6 Monate bei übergewichtig bis adipösen Patienten ab dem 12. Lebensjahr mit Prader-Willi-Syndrom anläuft (4).

Im Unterschied zu den Anti-Adipositas-Medikamenten Qsymia und Belvic wurden die günstigen Effekte mit Beloranib unter Beibehaltung der bisherigen Essensgewohnheiten, offenbar durch erhöhte Fettverbrennung erzielt. Eine verstärkte Thermogenese rückt heute beim Gewichtsproblem zunehmend in den Fokus (5). Unter Qsymia und Belvic, beides zentralnervös wirkende Medikamente, wurden schwere bis gefährliche Nebenwirkungen beobachtet. Für Beloranib muß erst langfristig getestet werden, wie sicher dieses Medikament in breiterer Anwendung ist. Sollten Sicherheit, Verträglichkeit und Effektivität über längere Zeiträume gegeben sein, so könnte Beloranib ein „Blockbuster“, werden. Es ist freilich zu bedenken, dass eine Hemmung der Methionin-Aminopeptidase-2 in den Organismus vielfältig eingreift: So wurde etwa ein derartiger Hemmer bereits 2004 zur Behandlung der Rheumatoiden Arthritis getestet (6), ebenso zur Therapie von Non-Hodgkin Lymphomen.

Helmut Schatz

Literatur

(1) Helmut Schatz: Beloranib, ein Ansatz zur Therapie der Fettsucht: Beeinflussung des Fettstoffwechsels in der Körperperi-

pherie, nicht von Gehirnzentren.

DGE-Blogbeitrag vom 28. August 2013

(2) Ashley Shoemaker et al.: Phase 2 trial of Beloranib, a methionine aminopeptidase 2 (Metab2) inhibitor, demonstrated improved cardio-metabolic profile with weight loss in patients with hypothalamic injury-associated obesity. Obesity Week 2015, Los Angeles, November 5, Abstract T-OR-2068

(3) Dr. Sharma's Obesity Notes: Obesity Drugs at the ADA. <http://www.drsharma.ca/obesity-drugs-at-the-ada>

(4) Foundation for Prader-Willi Research: Phase 3 of ZGN-440 (Beloranib) in overweight or obese subjects with Prader-Willi Syndrome (bestPWS). <http://www.fpwr.org/phase-3-trial-of-zgn-440-beloranib-in-obese-subjects-with-prader-willi-syndrome/>

(5) Helmut Schatz: Langsamer essen und vor jeder Mahlzeit einen halben Liter Wasser trinken: So könnten Sie abnehmen! DGE-Blogbeitrag vom 16. Januar 2015

(6) Sylvie G. Bernier et al.: A methionine aminopeptidase-2 inhibitor, PPI-2458, for treatment of rheumatoid arthritis. Proc Natl Acad Sci USA. 2004 Jul 20; 101(29): 10768-10773

Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie
c/o EndoScience
Endokrinologie Service GmbH
Hopfengartenweg 19
90518 Altdorf
Tel.: 09187 / 97 424 11
Fax: 09187 / 97 424 71
E-Mail: dge@endokrinologie.net
www.endokrinologie.net

Apotheker begrüßen Gesetzesinitiative zu ärztlich verordnetem Cannabis

Apotheker fordern seit langem, dass medizinisch notwendiges Cannabis wie andere Arzneimittel behandelt wird. Dieses Anliegen hat der Gesetzgeber jetzt aufgegriffen. Im Januar 2016 wurde ein Referentenentwurf des ‚Gesetzes zur Änderung betäubungsmittelrechtlicher und anderer Vorschriften‘ bekannt. „Es ist wichtig, dass Patienten Cannabis in kontrollierter pharmazeutischer Qualität aus der Apotheke bekommen können, wenn sie es aus medizinischen Gründen brauchen. Es ist konsequent, wenn die Krankenkassen diese Medikamente auch erstatten“, sagt Dr. Andreas Kiefer, Präsident der Bundesapothekerkammer.

Die ABDA - Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände weist in ihrer Stellungnahme zum Gesetzentwurf darauf hin, dass es verschiedene Cannabis-Sorten gibt, die sich hinsichtlich ihres Gehalts der verschiedenen Inhaltsstoffe und damit auch in ihrer Wirkung unterscheiden. Ärzte sollten daher bei Verordnung von Cannabis-Blüten auf dem Rezept aus Gründen der Arzneimitteltherapiesicherheit die Dosierung und damit auch die Sorte angeben.

Kiefer ist gleichzeitig Vorsitzender der Kommission des DAC/NRF (Deutscher Arzneimittel-Codex/Neues Rezeptur-Formularium). Das DAC/NRF arbeitet derzeit intensiv an der Entwicklung einer Monographie für Cannabis. „Wir werden Qualitätsanforderungen definieren und auch Empfehlungen zu Darreichungsformen erarbeiten“, sagt Kiefer. „Cannabis als ‚Joint‘ zu rauchen - egal ob zusammen mit Tabak oder alleine - ist zur Krankheitsbehandlung aus Apothekersicht nicht akzeptabel. Das Rauchen von Tabak ist zudem immer gesundheitsschädlich.“

Weitere Informationen unter www.abda.de

Rabattarzneimittel: Kassen sollten Patienten entlasten und Ausschreibungen an mehrere Hersteller vergeben

Mehr als zwei Drittel (68 Prozent) aller Rabattarzneimittel in der gesetzlichen Krankenversicherung sind zum Stichtag 15. Februar zuzahlungspflichtig. Nur ein knappes Drittel (32 Prozent) aller rezeptpflichtigen Medikamente, die einem Rabattvertrag unterliegen, sind ganz oder teilweise zuzahlungsbefreit. Dies ergeben Berechnungen des Deutschen Apothekerverbandes (DAV). Demnach unterliegen 6.900 von 21.900 Arzneimitteln mit Rabattverträgen zwischen pharmazeutischen Herstellern und gesetzlichen Krankenkassen einer 50- oder 100-prozentigen Befreiung von der gesetzlichen Zuzahlung. Selbige liegt grundsätzlich zwischen 5 und 10 Euro pro rezeptpflichtigem Präparat und wird von der Apotheke direkt an die Krankenkasse weitergeleitet.

„Die Krankenkassen könnten ihre Versicherten von den Zuzahlungen zu Rabattarzneimitteln befreien, tun dies aber leider nicht sehr oft“, sagt DAV-Vorsitzender Fritz Becker. „Genauso schwer wiegt, dass manchen Kassen offenbar ein paar Cent zusätzliche Ersparnis wichtiger zu sein scheinen als die jederzeitige Verfügbarkeit von wichtigen Medikamenten. Die Erfahrungen der vergangenen Jahre zeigen, dass es bei einzelnen Herstellern immer wieder zu Lieferengpässen kommt. Deshalb sollten sich Krankenkassen bei ihren Ausschreibungen für Rabattverträge nicht nur an einen einzigen Hersteller binden, sondern zwei oder drei Anbieter auswählen.“ Manche Kassen hätten Konsequenzen aus der Erfahrung der vergan-



Die Erfahrungen der vergangenen Jahre zeigen, dass es bei einzelnen Herstellern immer wieder zu Lieferengpässen kommt. Deshalb sollten sich Krankenkassen bei ihren Ausschreibungen für Rabattverträge nicht nur an einen einzigen Hersteller binden, sondern zwei oder drei Anbieter auswählen

genen Jahre gezogen, andere dagegen nicht, sagt Becker.

Zum Hintergrund: Allein im Jahr 2014 haben die Krankenkassen durch Rabattverträge 3,2 Mrd. Euro gespart, durch Zuzahlungen der gesetzlich Versicherten noch einmal 2,0 Mrd. Euro.

Eine Liste mit allen zuzahlungsfreien Arzneimitteln findet sich auf www.aponet.de

Foto: obs/ABDA/Dietmar Gust

Weitere Informationen unter www.abda.de

Krebsbehandlung: „Eigentumsfrage bei medizinischen Daten klären“, fordert das Hasso-Plattner-Institut

Um Fortschritte in der Krebsbehandlung zu erzielen, muss dringend geklärt werden, wem die Patientendaten gehören und wie sie besser für die Forschung eingesetzt werden können. Das hat der Direktor des Hasso-Plattner-Instituts, Prof. Christoph Meinel, anlässlich des Weltkrebstages am 4. Februar gefordert. Die Zusammenführung und Analyse medizinischer Daten spiele für individualisierte Krebstherapien eine zentrale Rolle. Der Informatikwissenschaftler warnte davor, dass Deutschland den Anschluss an wichtige Entwicklungen in der Medizin verpassen könnte: „Der digitale Wissensaustausch, für den es bereits Technologien gibt, kommt wegen fehlender rechtlicher Sicherheit nur unzureichend voran“, sagte Meinel.

Da die Analyse genetischen Materials immer schneller und kostengünstiger werde, wachse die Herausforderung für Mediziner, verfügbare Daten sinnvoll zu verknüpfen und dadurch präzisere Einblicke zu gewinnen, erklärte Meinel. Am HPI arbeiten Wissenschaftler mit Gesundheitsexperten zusammen, um die Analyse und Kombination riesiger Mengen von medizinischer Daten in Echtzeit zu ermöglichen.

„Für einen Tumorkranken in Deutschland könnte das bedeuten, dass Ähnlichkeiten zwischen dem genetischen Fingerabdruck seines Tumors und weiteren Patienten weltweit identifiziert werden“, erläuterte Dr. Matthieu-P. Schapranow, Program Manager E-Health am HPI. So könnte präziser entschieden werden, welche individuelle Chemotherapie für jeden Patienten erfolgsversprechend ist. Das Problem: Die erforderlichen Daten müssen international über Einrichtungen hinweg ausgetauscht werden, da schwerwiegende Erkrankungen keine Grenzen kennen. Heute funktioniert das jedoch oft lediglich im Rahmen von einzelnen Forschungsprojekten.

Der HPI-Wissenschaftler plädierte dafür, Patienten mehr Transparenz und Kontrolle über ihre Daten zu gewähren. „Analog zu einem Organspendeausweis wäre ein Datenspendepass denkbar“, sagte Schapranow. So könnten Patienten den Zugriff auf ihre krankheitsrelevanten Daten, z.B. Tumor- und Labordaten, für ausgewählte Forschungszwecke selbst verwalten. In diesem Fall würden sie vorher nach ihrer Einwilligung gefragt - etwa per App auf dem Smartphone.

Die Anonymisierung der Daten spiele eine entscheidende Rolle für die Akzeptanz solcher Vorhaben. Hier sei es wichtig, dass eine Anfrage in einer Datenbank niemals Rückschlüsse auf eine bestimmte Einzelperson oder eine kleine Personengruppe zulasse. „Die Klärung dieser Fragen ist komplex, aber unumgänglich, um Patienten Zugang zur bestmöglichen Behandlung auf die individuellen Diagnose zu ermöglichen“, so Schapranow.

Die Medizin-Themen des HPI auf der CeBIT 2016

Die Online-Plattform Analyse Genomes können sich interessierte Besucher der CeBIT 2016 in Halle 6, Stand D18 live anschauen. Daneben wird das Forschungsprojekt SAHRA („Smart Analysis - Health Research Access“) präsentiert, wie große Mengen permanent anfallender Gesundheitsdaten aus der Patientenversorgung in Echtzeit ausgewertet werden können. Bislang ist es im deutschen Gesundheitswesen so, dass zwar sehr viele Informationen erfasst, aber bisher nur unzureichend genutzt werden.

Hasso-Plattner-Institut für
Softwaresystemtechnik GmbH
Prof.-Dr.-Helmert-Str. 2-3
D-14482 Potsdam
Tel.: +49-(0)331 5509-0
E-Mail: hpi-info@hpi.de
www.hpi.de

Deutschland stärkster Konsument von gezuckerten Getränken in Europa

Wer hätte das gedacht? Deutschland liegt im Konsum gezuckerter Getränke noch vor Spanien und Großbritannien.

Forscher der City University London und der University of North Carolina haben herausgefunden, dass die Ernährung in der Welt zunehmend süßer wird. Dies gilt insbesondere für den Konsum zuckerhaltiger Getränke.

Auf einer Liste mit 54 Ländern der ganzen Welt rangiert Deutschland auf Platz 6 der meisten pro Person pro Tag verkauften gezuckerten Getränke im Jahr 2014. Entsprechend konsumiert Deutschland die meisten mit Zucker gesüßten Getränke pro Person in Europa. Zum Vergleich: UK belegt den 29., Spanien den 32. und Italien den 37. Platz.

„Die Regierungen kommen nicht umhin, umfassende Maßnahmen zu ergreifen und Strategien zu entwickeln, um den Zuckerverbrauch zu reduzieren und somit eine gesündere Ernährung aller Schichten ihrer Bevölkerung sicherzustellen“, so Prof. Corinna Hawkes von der City University London.

Die Studie Sweetening of the global diet, particularly beverages: patterns, trends, and policy responses ist in der Februar-Ausgabe (Volume 4, No. 2, p174-186) des medizinischen Journals Lancet Diabetes & Endocrinology erschienen.

Weitere Informationen unter:
www.city.ac.uk

Amgen punktet mit innovativen Krebstherapien

Drei Arzneimittelzulassungen in einem Vierteljahr

Neue Hoffnung für Patienten bei aggressiven Tumorerkrankungen

Amgen (NASDAQ:AMGN), das weltweit größte unabhängige Biotechnologieunternehmen setzt genau dort an, wo die Hoffnung vieler Krebspatienten oftmals anfängt zu schwinden. Weltweit arbeiten knapp 18.000 Amgen Mitarbeiter an mehr als 75 Standorten tagtäglich an Lösungen, um Krebserkrankungen zukünftig besser behandeln, vielleicht irgendwann heilen zu können.



Krebs / Krebszellen / Die Blutkrebszellen sind durch eine Überproduktion von Immunglobulinen (hellblau) gekennzeichnet

Nach neuesten Erkenntnissen des Robert-Koch-Instituts (RKI) Berlin rechnen Experten allein in Deutschland mit rund 480.000 neuen Krebserkrankungen pro Jahr¹. Umso mehr sehnen sich Patienten nach Hoffnung im Kampf gegen die immer noch viel zu oft tödlich endende Erkrankung Krebs.

Pünktlich zum Weltkrebstag 2016 blickt Amgen auf ein beispielloses Vorjahr zurück. Innerhalb von wenigen Monaten wurden von der Europäischen Kommission gleich drei innovative Krebsthera-

prien zugelassen - gegen das rezidivierende multiple Myelom, gegen die akute lymphatische Leukämie und gegen das metastasierte Melanom. Diese neuen Therapieansätze werden damit 2016 Krebspatientinnen und -patienten in Deutschland und weltweit zur Verfügung stehen.

Amgen setzt bei der Entwicklung innovativer biotechnologischer Therapieansätze auf die Biologie des Menschen. Mithilfe modernster Humangenetik und einer eigenen, einzigartigen DNA-Datenbank (Amgen DeCode) versucht das Biotechnologieunternehmen die Ursachen von komplexen Erkrankungen zu entschlüsseln. Dabei verfügt Amgen über verschiedene technologische und molekulare Ansätze (www.amgenscience.com/), die es ermöglichen nach Erkennung des Erkrankungsmechanismus eine passende Therapie dafür zu finden. In naher Zukunft kann man möglicherweise Therapien auf eine ganze Reihe weiterer Krebserkrankungen anbieten.

Bereits jetzt ist man schon sehr innovativ: So können beispielsweise Krebszellen durch veränderte Viren infiziert und dazu gebracht werden, sich selbst zu zerstören. Das ist ein riesiger Fortschritt gegenüber der klassischen Chemo- und Strahlentherapie.

Literatur:

1. Krebs in Deutschland 2011/2012. 10. Ausgabe. Robert Koch-Institut (Hrsg) und die Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland e.V. (Hrsg). Berlin, 2015, Seite 8

Foto: Amgen GmbH

www.amgen.de

PharmaCielo stellt Lizenzantrag für den Anbau und die Verarbeitung von medizinischen Cannabisextrakten in Kolumbien

Die PharmaCielo Ltd. gab heute bekannt, dass ihre in Rionegro, Kolumbien ansässige 100-prozentige Tochtergesellschaft PharmaCielo Colombia Holdings S.A.S. beim Ministerio de Salud (Kolumbianisches Ministerium für Gesundheit) sowie beim Consejo Nacional de Estupefacientes (Nationaler Rat für Drogen) einen förmlichen Antrag eingereicht hat, um die Lizenz für die Erzeugung und die Verarbeitung von medizinischen Cannabisöl-Extrakten zu erhalten. Die Einreichung eines zusätzlichen Zulassungsantrags für den Export ist für die nahe Zukunft geplant.

„Unser Ziel ist es, der weltweit führende Anbieter von natürlich gewachsenen, hochwertigen medizinischen Cannabisöl-Extrakten zu werden, und es gibt keinen besseren Ort dafür als Kolumbien“, so Jon Ruiz, Director und CEO der PharmaCielo Ltd. „Die äquatoriale Lage des Landes und seine Fülle an idealen Mikroklimata lassen keinen Zweifel, dass Kolumbien eine tragende Rolle in dieser sich schnell entwickelnden Industrie spielen wird.“

„Die Maßnahmen der Regierung Kolumbiens spiegeln nicht nur deren starkes Engagement für die Entwicklung der kolumbianischen Wirtschaft wider, sondern auch für die Sicherheit und das Wohlergehen der Menschen in Kolumbien“, so Ruiz. „Wir streben danach, ein Teil dieses neuen Wirtschaftssektors zu werden und glauben, dass unser Geschäftsplan zu einer verantwortlichen Kooperation mit der Regierung beitragen wird.“

Die PharmaCielo Ltd. freut sich auf die nächsten Schritte und antizipiert weitere Bekanntgaben für die kommenden Monate.

www.pharmacielo.com

Diagnose und sexuelle Übertragung

Gesellschaft für Virologie gibt Tipps für Reiserückkehrer aus Zika-Gebieten

Aktuell zirkuliert das Zika-Virus in Brasilien und mehr als zwanzig Staaten, zwei bis vier Millionen Menschen sollen infiziert sein. Für Reiserückkehrer aus diesen Ländern stellt sich die Frage, wie sie eine Infektion mit Zika-Viren ausschließen können und ob das Virus sexuell übertragbar ist. In ihrer aktuellen Stellungnahme „Facts und Fiction zu Zika“, hat die Gesellschaft für Virologie (GfV) wesentliche Informationen und den aktuellen Kenntnisstand zu diesen Fragestellungen zusammengetragen.

Aufgrund des Zika-Virus-Ausbruchs in Süd- und Mittelamerika hat die WHO am 1. Februar 2016 den „globalen Gesundheitsnotstand“, ausgerufen. Im Allgemeinen verlaufen Infektionen mit dem Zika-Virus mild und zu 70 bis 80 Prozent asymptomatisch. Bei den übrigen Betroffenen treten drei bis zwölf Tage nach dem Mückenstich Fieber, Kopf-, Glieder- und Muskelschmerzen, eine Bindehautentzündung, Schwächegefühl oder auch ein juckender Hautausschlag auf.

Die Diagnose der frischen Infektion gelingt durch Nachweis der viralen RNA im Blut: „Nach unserem jetzigen Kenntnisstand ist dieser zuverlässige Nachweis allerdings nur in den ersten Erkrankungstagen regelmäßig möglich, etwas länger offenbar im Urin“, so Professor Dr. med. Thomas Mertens, Präsident der Gesellschaft für Virologie vom Universitätsklinikum Ulm. Dieser Nachweis des Virus-Erbguts könne derzeit nur in spezialisierten Laboratorien erfolgen. Zwar steht seit kurzem ein Testsystem zur Verfügung, um Zika-spezifische Antikörper aufzuspüren, die auch nach Beendigung der Infektion lange im Blut zirkulieren und zum Nachweis einer zuvor durchgemachten Infektion dienen könnten. „Dieses neue System ist aber noch nicht abschließend evaluiert und erlaubt noch keinen sichere Diagnose“, so Mertens.

Zika-Virus über die Samenflüssigkeit von akut infizierten Männern anhand der derzeitigen Studienlage nicht ausgeschlossen werden kann, rät Professor Dr. rer. nat. Susanne Modrow, GfV-Expertin von der Universität Regensburg: „Reiserückkehrer aus Endemiegebieten, bei denen eine akute Zika-Virusinfektion nicht ausgeschlossen werden kann, können sicherheitshalber für einen Zeitraum von drei bis vier Wochen Kondome verwenden – egal ob beim Partner eine Schwangerschaft vorliegt oder nicht.“ Studien dazu, wie lange das Virus im Blut und im Sperma verweilen kann, liegen jedoch bisher nicht vor.

Weitere Informationen zur Gefährdung von Schwangeren in Endemiegebieten und in Deutschland beschreibt die GfV in ihrer aktuellen Stellungnahme.

Quellen:

Stellungnahme der GfV: <http://www.g-f-v.org/node/158>

PAHO/WHO et al. „Provisional remarks on the Zika virus infection in pregnant women“, 25. Januar 2016

Musso D et al. „Detection of Zika virus in saliva“, J Clin Virol. 2015 Jul; 68:53-5. doi: 10.1016/j.jcv.2015.04.021.

Foy et al. „Probable non-vector-borne transmission of Zika virus, Colorado, USA“ Emerg Infect Dis. 2011 May;17(5):880-2. doi: 10.3201/eid1705.101939.

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:
Media Agentur Klaus Lenser
Titelrechte by Anne Wantia
Hansestr. 51
48165 Münster
Tel.: +49 (0) 02501 / 588 71 75
Fax: +49 (0) 02501 / 441 11 80
E-Mail: gour-med@gour-med.de
Internet: www.gour-med.de

Inhaber:
Anne Wantia

Chefredakteur:
Klaus Lenser

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

Layout:
Jennifer Bahn
Tel.: +49 (0) 02501 / 441 04 11

Erscheinungsort:
48165 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.

Da auch eine sexuelle Übertragung des

www.g-f-v.org



DRF Luftrettung

...eine Frage der Zeit

**Notfälle kommen
aus heiterem
Himmel.
Rettung auch.**

Unterstützen Sie die DRF Luftrettung.
Werden Sie Fördermitglied.

Info-Telefon 0711 7007-2211

www.drf-luftrettung.de