

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Sonderdruck aus www.gour-med.de Ausgabe 9/10 – 2016

PASTA - BASTA!

Von Armin Roßmeier

FRÄNKISCHES WEINLAND

Weine und regionaler
Genuss

SCHWÄBISCHE ALB

Landgasthof Widmann's
Löwen

BAD KLEINKIRCHHEIM

Vier-Sterne-Haus
Trattlerhof

ESTLAND TEIL 2

Natur, Kultur, lokale Spe-
zialitäten auf den Inseln
Muhu und Saaremaa

FINNLANDS SÜDWESTEN

Ein Besuch mit der
Finnlines Fähre

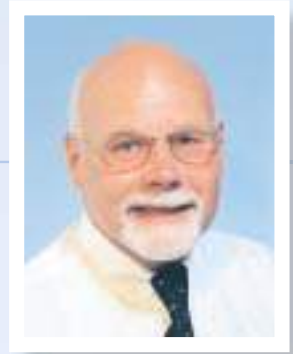
BANGKOK

Asiens Genussmetropole

Hotel Hohenhaus



9/10 – 2016
34. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Liebe **Gour-med** - Leser,

Der goldene Herbst, von Gourmets auch Genusszeit genannt, beschert uns in diesem Jahr, auf Grund der vorausgegangenen sommerlichen Wochen, wohlschmeckende Früchte aus Feld, Wald und Weinberg. Die deutschen Winzer erwarten einen herausragenden Wein. Warten wir es ab und genießen die Vorfreude.



Waldfrüchte und Wild, zwei Dinge, die im Herbst mit großer Liebe und Sorgfalt im Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus von dem dortigen Chefkoch Ingo Bockler zu aromatischen Menus verarbeitet werden.

Das ehemalige Rittergut seit Jahren ein luxuriöses Refugium, bietet mit seiner einmaligen Lage, mitten im Wald, Natur und Genuss, Ruhe und Entspannung. Der richtige Ort den Herbst zu erleben.

Wein ist das Lebenselixier im Fränkischen Weinland, Kenner schwören, die besten deutschen Weißweine kommen von hier. Wir haben einige Winzer kennengelernt und ihre Produkte probiert und bestätigen gerne, dass nicht nur vorzügliche Weine angebaut werden sondern die kulinarischen Angebote der Restaurants ebenso in die Spitzenklasse gehören.



Zwei Hotels mit ihren Restaurants möchten wir Ihnen gerne weiter empfehlen, weil dort erstklassige regionale Küche in uriger Atmosphäre angeboten wird und sich ein Besuch lohnt.

Auf der östlichen Schwabischen Alb, ca. 8 KM von Heidenheim entfernt, ist der Landgasthof Widmann's Löwen schon lange kein Geheimtipp mehr. Vater Frank und Sohn Andreas, tatkräftig unterstützt von ihren Ehefrauen, sind nicht nur perfekte Gastgeber, sie bieten auch lokale Spezialitäten in erstklassiger Qualität.

Das zweite Haus liegt in der nördlichen Heide unweit von Hamburg. Dieses gediegen Haus, das Ringhotel Sellhorn, ist schon seit 1873 eine beliebte Anlaufstelle für Wanderer, Naturliebhaber,

Radler, Reiter und Genießer der regionalen Produkte. Also, warum nicht mal in die herrliche Heidelandschaft fahren.

Unsere Reisedakteurin Anne Wantia hat es nach Finnland gezogen, dieses Mal mit einem Fährschiff der Finnlines. Lesen Sie was es Berichtenswertes von dieser Reise gibt.



TV Koch Armin Roßmeier empfiehlt leichte, gesunde Rezepte, diesmal speziell mit der auch bei uns allseits beliebten Pasta.

In unserer Auslands Reportage stellen wir die TOP Restaurants in Bangkok vor, ein Himmelreich für Gourmets und Freunde asiatischer Kochkunst.



Das Neueste aus der kulinarischen Szene mit viele Tipps und Empfehlungen lesen Sie in der Rubrik „Kurz Notiert“.

Last but not least finden Sie auch Interessantes und Aktuelles in den Rubriken Pharma-News und Medizin-News.

Genießen Sie den Herbst mit seinen facettenreichen, kulinarischen Angeboten, den neuen Wein und natürlich das Leben.

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**



04 Hotel Hohenhaus Vom Rittergut zum Landhotel

10 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP von Armin Roßmeier Pasta - Basta!

12 GENUSS UND REISETIPPS

- 12 Fränkisches Weinland – Weine und regionaler Genuss
- 18 Schwäbische Alb – Landgasthof Widmann's Löwen
- 22 Neu entdeckt – Die Heide zwischen Hamburg und Lüneburg
- 26 8. Bayer 04-Charity-Golf-Turnier
- 27 Das Vier-Sterne-Haus Trattlerhof in Bad Kleinkirchheim
- 30 Estlands Nord-Westen Teil 2
- 32 Finnlands Südwesten – Ein Besuch mit der Finnlines Fähre
- 36 Bangkok
- 40 Japan Teil 2

42 NEUES AUS DER GENUSSWELT

- 42 Von Langusten, Lobstern und Langoustine

44 KURZ NOTIERT

- 44 Hapag-Lloyd Cruises – zwei neue Expeditionsschiffe
- 45 MSC präsentiert den Mittelmeer-Sommer 2017
- 46 Renovierte Lobby im Hotel Adlon Kempinski
- 47 Gipfelgenüsse im Hotel Post Lermoos
- 48 AIDA Cruises – Die größte Urlaubsvielfalt



22 Fränkisches Weinland



25 Finnland



36 Bangkok – Asiens Genussmetropole

49 Internationale Partnerschaft zwischen Relais & Châteaux und Slow Food

50 BUCH-TIPPS

52 DR. MONEY

54 WEIN UND GESUNDHEIT

55 MEDIZIN NEWS

60 PHARMA NEWS

02 EDITORIAL 63 IMPRESSUM

*B*esonders empfehlenswert

Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus

Vom Rittergut zum Landhotel



Anne Wantia
Klaus Lenser

Mitten in Deutschland, in der kleinen Ortschaft Holzhausen im märchenhaften Waldhessen, liegt ein ganz besonderes Hotel. Ruhe und Erholung heißt das Angebot mit Komfort der Luxusklasse. Das exklusive Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus.

Die Historie des Hauses reicht bis ins Mittelalter zurück. Anfang des 20. Jahrhunderts wird aus dem einstigen Rittergut eine Schlossanlage im englischen Landhausstil. Die historische Fassade ist sehr

gut erhalten und strahlt eine „old british way of Counts“-Atmosphäre aus. Das bisher von den Eigentümern privat genutzte Hauptgebäude wird gerade mit weiteren luxuriösen Suiten ausgestattet. Die großzügig gestalteten Zimmer in der ehemaligen Schlossremise sind das ursprüngliche Hotel, die Zimmer werden nach und nach renoviert wobei der Charme der früheren Zeit erhalten wird. Das Hotel liegt malerisch inmitten eines mehr als eintausend Hektar großen Waldgebietes. Sanfte Hügel, Felder und Streuobstwiesen soweit das Auge reicht. Ein Refugium, ja eine Oase, inmitten einer gewachsenen Natur. Ein idealer Ort für Menschen die

Erholung in abgeschiedener Stille suchen. Die nächstgrößere Stadt - Eisenach - liegt ca. 30 km entfernt. Aber wer nach Hohenhaus kommt der sucht die Beschaulichkeit eines vornehmen Landhotels ohne auf eine moderne zeigemäße technische Ausstattung verzichten zu müssen.

Die zur Zeit 26 individuell mit Antiquitäten eingerichteten Zimmer mit großzügigen Marmorbädern garantieren Wohlfühl-Ambiente. Herrliche Aussichten in das Rotbuchental oder den Lindenhof wirken besänftigend und entspannend. Die Weitläufigkeit der Anlage lädt zu Spaziergängen durch Feld, Wald und Wiesen

Besonders empfehlenswert



Blick vom Park auf das Schloss

ein. Die Luft ist klar und sauber, sie duftet nach Moos, Blättern und Gesundheit. Wer es lieber am oder im Haus sportlich möchte nutzt das beheizte Hallenbad mit Gegenstromanlage oder den Tennisplatz. Relaxen kann man im Solarium oder der finnischen Sauna.

Im Sommer findet jeder Gast seine Ruhezone im weitläufigen Park, wer will unter Bäumen in bequemen Liegestühlen. Im Winter – falls es schneit – gibt es herrliche Skiwanderstrecken. Mountainbiker und Radfahrer finden anspruchsvolle Touren und last but not least Golfer haben auf drei nahegelegenen Golfplätzen optima-

le Bedingungen um den kleinen Ball ins Ziel zu schlagen.

In den neugestalteten Beauty- und Massageräumen werden verschiedene Behandlungen von ausgebildeten Fachkräften angeboten, einfach mal die Seele baumeln lassen, hier gelingt es.

Das Restaurant im Hotel Hohenhaus unter der Leitung von Küchenchef Ingo Bockler, dem Koch aus Leidenschaft, ist seit Jahren begehrtes Ziel für Gourmets. Berufliche Stationen von Oberbayern bis Sylt haben ihn zu einem Produktexperten werden lassen der sein vielfältiges Wissen

kenntnisreich einsetzt und bei Gourmets sowie Restaurantkritikern hohe Anerkennung genießt.

Seit 2004 ist Ingo Bockler der Hohenhauser Küchenchef. Er verwöhnt seine Gäste mit regionalen Produkten. Heimisches Wild, insbesondere Reh oder Fisch aus Wildfang werden von ihm bevorzugt verarbeitet. Einen Michelinsterne hat er für das Restaurant Merlin (mittlerweile geschlossen) in Großburgwedel erkocht. An seinem jetzigen Arbeitsplatz schätzt er die abgeschiedene, beschauliche Ruhe, wenn es ihm mal allzu ruhig wird dann



Grüne Ruhezone zum Relaxen

besucht er ein Gourmetfestival irgendwo in Deutschland, Europa oder weltweit. HR1-Hörer kennen ihn aus der Sendung „Dolce Vita“, bei der er, im Wechsel mit anderen Köchen, alle vier Wochen Rezepte und Produkttipps vorschlägt.

Einfache Gerichte, wie Königsberger



Stilvoll und elegant = gemütliche Atmosphäre



Ingo Bockler bei der Begutachtung seiner Produkte

Besonders empfehlenswert



Ein perfektes Team,
Hans-Peter Kellermann, Maitre und
Gero Lohf, Sommelier

Klopse oder deftige Eintöpfe gehören neben Spargel zu seinen persönlichen Lieblingsgerichten. Ideen und Kreationen aus der Spitzenküche vermittelt Ingo Bockler bei ein- und zweitägigen Kochkursen, die regelmäßig in Hohenhaus angeboten werden. Ab vier Personen sind auch Kurstermine zu Themen die von den Teilnehmern vorgeschlagen werden können, möglich

Mit Souschef Malte Gunzert und dem erfahrenen Küchenteam kreiert Ingo Bockler immer wieder kulinarische Highlights. Leichte mediterrane Menus unter Verwendung heimischer Produkte locken



Perfekte Vorspeisen und ...

Genießer aus ganz Deutschland nach Hohenhaus.

Maitre Hans-Peter Kellermann und Sommelier Gero Lohf sind Urgesteine im Hotel Hohenhaus und gehören quasi zum

Inventar. Beide betreuen ihre Gäste seit mehr als zwei Jahrzehnten. Auf den Service des Maitre und die Weinempfehlungen von Gero Lohf legen die Gäste großen Wert, sie lassen den Abend zu einem gegliederten kulinarischen Erlebnis werden.

Ein jährlicher Höhepunkt in Hohenhaus ist im Herbst, rund um Martini, das beliebte Gänse-Essen, in diesem Jahr am 18. November und der Weihnachtsmarkt mit Kunst, Kultur und feinen Gourmetangeboten.



GM Marcel Heid und Jannine Zieger, ein gutes Team mit neuen Ideen

Das Hotel wird seit einigen Monaten von dem jungen General Manager Marcel Heid geführt, an seiner Seite steht seine Lebensgefährtin Jannine Zieger. Mit neuen Visionen, zum Beispiel mit dem Bau



... Wild aus eigener Jagd, mehr Bio geht nicht

einer neuen, natürlich exklusiven, Eventhalle setzt der junge GM seine ersten Ideen um.

Marcel Heid sprüht vor kreativen Plänen und neuen Möglichkeiten, die das Hotel

noch attraktiver werden lassen. Wir sind mal gespannt was sich in der nächsten Zeit dort alles positiv ändert. Marcel Heid ist bestens geeignet den Standard des Hauses nicht nur zu halten sondern weiter auszubauen um den Platz unter den schönsten deutschen Luxushotels in waldreicher Umgebung mit zu sichern.

Das Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus ist eine Oase für Genießer, Naturfreunde und Ruhesuchende.

Wer noch nicht dort war sollte sich alsbald von dem einfallsreichen Küchenchef in Verbindung mit dem Luxus des Hotels verwöhnen lassen. Einen kleinen Vorschmack – wie Ingo Bockler seine Menus zubereitet – haben wir für Sie als Rezepte zum Nachkochen mitgebracht.

Viel Spaß dabei und guten Appetit.

Fotos: Anne Wantia, Hotel Hohenhaus



Relais & Châteaux
Hotel Hohenhaus
37293 Holzhausen
Tel: + 49 (0) 56 54 – 987-0
Fax: +49 (0) 5654 – 1303
Mail: Hohenhaus@relais.com
www.hohenhaus.de



Avocado Tatar mit Rauchlachs und Yuzu-Joghurt

4 Portionen

Zutaten

Avocadotatar

- 1 reife Avocado
- ¼ Granny Smith, geschält
- 1 Spritzer Zitronen- oder Limettensaft
- Oliven- oder Traubenkernöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 Stck Chilischote, frisch fein gehackt
- 1 TL Ingwer, fein gerieben

Rauchlachs

- 100 g Rauchlachs
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Schnittlauch in Röllchen geschnitten
- Oliven- oder Traubenkernöl
- 1 Stück Chilischote, frisch fein gehackt
- 1 Spritzer Chilisauce
- 1 TL Ingwer, fein gerieben

Yuzu-Joghurt

- 4 El Schafsjoghurt mit Yuzusaft und etwas Zucker abschmecken

Garnitur

Micro leaf Salat, mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Olivenöl gewürzt

Chilisauce
Zitrusgel
Wachtelei
Apfelgelee
Saiblingskaviar

Zubereitung

Die Avocado und den Apfel schälen, entkernen und fein würfeln. Mit Zitronensaft, Öl, Salz, Pfeffer, Chili und Ingwer würzen und abschmecken. Den Avocadokern ins Tatar geben und abgedeckt kühlen.

Den Rauchlachs fein würfeln und wie das Tatar zubereiten und abschmecken. Kühlen.

Den Joghurt anrühren und kühlen.

Anrichten

Die Ringe zu 2/3 mit dem Avocadotatar füllen, mit Rauchlachstartar glatt streichen und auf den Teller geben.

Yuzujoghurt, Chilisauce und Zitrusgel als unterschiedlich große Punkte aufspritzen, das Apfelgelee fein gewürfelt daran setzen und den Kaviar auf das Tatar setzen. Micro leaf gleichmäßig verteilen und das Wachtelei ansetzen. Mit Meerretticheis garnieren.

Filet vom Holsteiner Weideochsen mit Mark und Kräutern

Zutaten

4	Medaillons vom Ochsenfilet zu je 160 g
Öl	zum Braten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
50 g	Rindermark
40 g	Brotbrösel
1 El	Kräuterpüree
150 ml	Rotwein
150 ml	Kalbsjus
	etwas Butter
	Gemüse nach Saison, Brotchips, Speckchip und Kräuter zum Garnieren

Zubereitung

Die Ochsenmedaillons anbraten und im Ofen etwa 12 Minuten rosa braten. Herausnehmen und ruhen lassen.

Das Mark schmelzen und durch ein Sieb auf die Brösel laufen lassen. Das Kräuterpüree einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf die Ochsenfilets geben und bei starker Oberhitze gratinieren. Inzwischen den Rotwein in einer Kasserolle sirupartig reduzieren und den Kalbsjus zugeben. Mit Butter binden und abschmecken.

Das Fleisch in die Mitte des Tellers setzen und die Sauce angießen. Mit Gemüse, Brotchip, Speckchip und frischen Kräutern garnieren.





Nordhessische Schmandtarte mit Früchten

6 Portionen

Zutaten

Crème

- 230 g fester Sauerrahm
- 2 El Tannenhonig
- Vanilleschote
- 1 Msp Abrieb von Biozitronen
- 3 Blatt Gelatine
- 150 g geschlagene Sahne

etwas Aniskresse und Mangosorbet zum Garnieren

Gewürzorange

- 4 Orangen, kernlos
- 2 El Zucker
- 1 Stück Zimtrinde
- 2 Sternanis
- 1 Msp Vanillemark
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Spritzer Orangenlikör
- 1 Tl Grenadine
- etwas angerührte Speisestärke

zum Garnieren: einige Mango- und Melonenkugeln, Beeren

Zubereitung

Crème: Den Sauerrahm mit Honig, Vanille und Zitronenabrieb glatt rühren, die eingeweichte Gelatine darin auflösen und die geschlagene Sahne unterheben. Die Masse in einen Spritzbeutel geben und bereithalten.

Die Orangen filieren und den Saft dabei auffangen. Zucker in einer Kasserolle schmelzen und mit dem Orangensaft auffüllen. Die Gewürze zufügen und aufkochen. Den Zitronensaft, den Orangenlikör und den Grenadine zufügen und mit etwas Speisestärke leicht abbinden. Die Orangenfilets zufügen und gut durchziehen lassen.

Die Crème separiert von Orangen portionieren und kühlen.

Mit Aniskresse und einer Boule Mangosorbet garniert servieren.



Pasta - Basta!

Wer die Nudel erfunden hat, das wird sich nie klären. Eines ist sicher – das größte Pasta-Land, was Vielfalt und Verzehr angeht, ist Italien.

Man unterscheidet Pasta all'uovo, das sind Eiernudeln – 400 g Mehl, 3 Eier (L), ½ TL Salz, 2 EL Olivenöl, Wasser.

Pasta secca (Grießnudeln), werden aus feinem italienischen Hartweizengrieß – 400 g Hartweizengrieß, ½ TL Salz und ca. 100 ml Wasser, hergestellt, aber auch eine Mischung von 300 g Weizenmehl (Typ 405), 100 g Hartweizengrieß, ½ TL Salz und Wasser ist möglich.

Für ein Hauptgericht rechnet man 100 – 120 g rohe Nudeln (Fertigprodukt). Für rohe Nudeln benötigt man 1 l Wasser, damit sie beim Kochen gut quellen können. Nur Salz ins Kochwasser, Öl muss nicht sein. Lieber nach dem Abschütten und

Abtropfen etwas Öl untermengen, kurz warm stellen und sofort verzehren.

Nudeln nach dem Abschütten abschrecken bzw. abbrausen mit kaltem Wasser, ist eigentlich – zumindest für den Italiener nicht akzeptabel. Ebenfalls Nudeln weich kochen. Al dente (auf den Biss kochen) ist ein „muss“ – die Voraussetzung für ein leckeres Pastagericht.

Wie färbt man selbstgemachte Nudeln ein:

- kräftiges gelb: Safran oder Kurkuma
- kräftiges rot: Möhrensaft, fein geriebener Hokkaido-Kürbis
- kräftiges grün: fein pürierter Spinat, Basilikum, Kräuter
- kräftiges schwarz: Tinte vom Tintenfisch (erhältlich im Fischgeschäft)
- kräftiges braun: schwach entölter Kakao

Die Teigherstellung sollte immer an einem warmen Ort über 20° C erfolgen, alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten, zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie einschlagen und 1 – 2 Stunden ruhen, entspannen lassen. Erst dann hauchdünn ausrollen und weiterverarbeiten.

Nudeln machen glücklich – aber nur die Eiernudeln. Der Stoff Serotonin ist dafür verantwortlich, der wiederum kann durch die Kombination Kohlenhydrate und Tryptophan im Ei, gebildet werden.

Ihr Armin Roßmeier

Hausgemachte Ingwernudeln mit Rauchlachs



Zutaten für 4 Personen

Nudelteig

- 200 g Weizenmehl (Typ 405)
- 100 g Hartweizengrieß
- 1 Ei
- 2 Eigelbe

- 1 EL Olivenöl
- etwas Wasser
- ½ TL gem. Ingwer
- Salz
- 200 g Kaiserschoten
- 2 EL Kapern
- 250 g Räucherlachs
- 3 EL Olivenöl
- Abrieb von 2 unbehandelten Limetten
- 4 Zweige Zitronenthymian
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Weizenmehl auf eine Arbeitsfläche leeren, eine Mulde eindrücken, Hartweizengrieß, Ingwer, etwas Salz auf dem Mehlsrand verteilen, mittig etwas Olivenöl, ganzes Ei, Eigelbe etwas Wasser zufügen, Alles zu einem glatten Teig verkneten, Teig zu einer Kugel schleifen, in eine Klarsichtfolie wickeln, im Kühlschrank 3-4 Stunden oder am besten

über Nacht im Kühlschrank abruhen lassen.

Teig auf mehlierter Arbeitsfläche dünn ausrollen, mehlieren, einrollen, feine Nudeln schneiden, gut mehlieren, auseinander machen, in sprudelndem leichtem Salzwasser auf den Biss kochen, abschütten, gut abtropfen lassen. Lachs in grobe Streifen schneiden, Kaiserschoten in leichtem Salzwasser ganz kurz blanchieren, abtropfen lassen, in Streifen schneiden, in heißem Olivenöl kurz anschwelen, Kapern, Nudeln, Räucherlachs zufügen, mit weißem Pfeffer würzen, Limettenabrieb, etwas gerebelten Zitronenthymian zugeben, in tiefem Teller anrichten, mit Zitronenthymian garnieren.

Dieses Gericht ist pisco-vegetarisch und lactosefrei.

Zubereitungszeit ca. 35 Minuten.

Nährwert pro Portion

396 kcal – 16 g Fett – 21 g Eiweiß – 42 g Kohlenhydrate – 3,5 BE

Hausgemachte Safrannudeln mit Sommergemüse auf Käsesauce

Zutaten für 4 Personen

Nudelteig

200 g Mehl (Typ 405)
100 g Hartweizengrieß
2 Eigelbe
1 Ei
1 Messerspitze gemahlenen Safran
1 EL Olivenöl
etwas Wasser
Salz, Pfeffer, Muskat

160 g Kaiserschoten
80 g Frühlingszwiebeln
90 g rote Zwiebeln
160 g Paprikaschoten (rot und gelb)
120 g Champignons
1 EL geröstete Pinienkerne
1 EL Olivenöl
Käsesauce
60 g Zwiebelwürfel
1 EL Öl
2 EL Mehl
220 ml Milch
220 ml Gemüsebrühe
100 g Blauschimmelkäse
1 Schälchen Kresse
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Mehl auf eine Arbeitsfläche leeren, eine Mulde eindrücken, Hartweizengrieß, Safran, Muskat, Salz auf den Mehrlrand streuen, Eigelbe, Ei, etwas Wasser, Olivenöl mittig zufügen, zu einem glatten Teig verkneten, zu einer Kugel schleifen, in Klarsichtfolie wickeln, ca. 2 – 3 Stunden oder über Nacht, im Kühlschrank abruhen lassen.

Teig auf mehlierter Arbeitsfläche dünn rechteckig ausrollen, mehlieren, einrollen, Nudeln schneiden, mit Mehl bestäuben, damit sie nicht zusammenkleben, in sprudelndem Salzwasser auf den Biss kochen, kalt ablaufen, abtropfen lassen, mit etwas Öl beträufeln.

Zwiebeln in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, mit Mehl bestäuben, einrühren, mit kalter Milch angießen, glatt rühren, mit Brühe aufgießen, aufkochen, köcheln lassen, zerkrümelten Blauschimmelkäse zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.



Gesäuberte, blanchierte Kaiserschoten, Röllchen von Frühlingszwiebeln, Spalten von geschälter, roter Zwiebel und gesäuberten Champignons, gesäuberte, in Streifen geschnittene Paprikaschoten, in heißem Olivenöl angehen lassen, mit ganz wenig Brühe ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, auf den Biss dünsten, Nudeln zufügen, mit unterheben, Pinienkerne zugeben. Käsesauce als Spiegel auf tiefem Teller angießen, Gemüse, Safrannudeln darauf anhäufeln, mit abgeschnittener Kresse bestreuen.

Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Nährwert pro Portion

441 kcal – 25 g Fett – 16 g Eiweiß – 39 g Kohlenhydrate – 3 BE



Hausgemachte Thymiannudeln mit Pfifferlingen

Zutaten für 4 Personen

Nudelteig:

200 g Mehl (Typ 405)
100 g Hartweizengrieß
1 Ei
2 Eigelbe
1 EL Olivenöl
etwas lauwarmes Wasser
2 EL gerebelter Zitronenthymian

Zubereitung

Mehl auf eine Arbeitsfläche geben, eine Mulde eindrücken, Hartweizengrieß, Salz, weißen Pfeffer, Muskat auf den Mehrlrand streuen, mittig Ei, Eigelbe, Olivenöl, lauwarmes Wasser zufügen, alles zu einem glatten Teig verkneten, eine Kugel schleifen, in Klarsichtfolie wickeln und 2 – 3 Stunden oder am besten über Nacht, im Kühlschrank abruhen lassen.

Teig auf mehlierter Arbeitsfläche dünn ausrollen, Eiweiß mit etwas Wasser verrühren, damit den Teig einpinseln, gerebelten Zitronenthymian darüber streuen, einmal umklappen, mit Rollholz den Thymian gut einrollen, Teig

platte gut mehliert einrollen, Nudeln davon schneiden, in sprudelndem Salzwasser mit etwas Öl auf den Biss kochen, abschütten.

Von den Bohnen beide Enden etwas abschneiden, in Salzwasser auf den Biss blanchieren, Pfifferlinge gut kalt abbrausen, große Pilze halbieren, gut abtropfen, Zwiebeln in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, Pfifferlinge zugeben, mit ansautieren, Bohnen zufügen, Tomatenfilets und Nudeln zugeben, mit Kurkuma, Salz, Pfeffer würzen, in tiefem Teller anrichten und mit Thymian garnieren.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Dieses Gericht ist lactosefrei.

Nährwert pro Portion

432 kcal – 18 g Fett – 20 g Eiweiß – 43 g Kohlenhydrate – 3,5 BE

Fotos: Armin Roßmeier

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

Fränkische Weine und regionaler Genuss inspirieren die Seele



Anne Wantia
Klaus Lenser

Vor nicht allzu langer Zeit waren fränkische Weine, nicht nur bei Weinkennern, sehr geschätzt und beliebt aber leider außerhalb der Region selten zu kaufen und wenn dann waren es meist die weniger guten Jahrgänge. Auf die Frage – an einen einheimischen Winzer gerichtet – warum das so ist, lautet die Antwort: Den Besten trinken wir selbst.

Den Winzern sei es gedankt, die Zeiten haben sich geändert. Das hat sicher auch mit den größeren Anbauflächen zu tun.

Volkach, die mittelalterliche Kleinstadt mit einem herrlich gepflegten historischen Stadtkern, ist ein Magnet für Touristen und Weintrinker. Wer einmal in Volkach war wird, wenn er es bis dahin nicht war, garantiert zum Weintrinker

oder gar zum Weinexperten. Die Atmosphäre dieses Städtchens strahlt eine gemütliche Behaglichkeit aus, da schmeckt



„Schwanen-Genuss“

einfach kein anderes Getränk als Wein. In den vielen kleinen Restaurants werden

regionale Köstlichkeiten angeboten die noch besser mit den Weinen des Frankenlandes schmecken.

Das familiengeführte 4 Sterne Romantik Hotel „Zur Schwane“ ist erstmalig 1404 urkundlich erwähnt. Heute ist es eines der führenden Häuser in Volkach, die ausgezeichnete Küche unter der Leitung von Küchenchef Achim Büschel genießt einen exzellenten Ruf.

Kulinarische Besonderheiten in der Menu Karte, neben fränkischen Spezialitäten und hauseigenen Weinen, begeistern auch verwöhnte Kenner. Das Hotel liegt im Zentrum von Volkach, verfügt aber auch über sehr ruhige Zimmer zum Innenhof. Bei einer Zimmerbuchung sollte man darauf achten, dass man nicht eines der älteren Zimmer bekommt, die entsprechen noch nicht einem 4 Sterne Standard.

www.schwane.de



Prämierte Weine von Max Müller



Tiramisu von Pfifferlingen à la Vogelsburg von Chefkoch Carsten Meck

Das in Volkach ansässige Weingut Max Müller beliefert Kunden in der ganzen Welt. Die Philosophie der jetzigen Generation, um Junior Christian Müller ist: Das Neue probieren ohne das Alte zu vergessen! Das Ergebnis kann sich sehen, bzw. schmecken lassen. Viele der Weine sind mit den höchstmöglichen Auszeichnun-

gen dekoriert.
www.max-mueller.de

Wer sich von Volkach auf den Weg nach Escherndorf macht, kommt an der gerade renovierten Vogelsburg vorbei. Sie liegt direkt über dem Weinberg auf dem der berühmte „Eschendorfer Lump“ ange-

baut wird. Bitte nicht vorbeifahren, Einkehren, Besinnen, Genießen sollte man hier. Der Besuch verspricht nicht nur eine reizvolle Aussicht auf die Volkacher Mainschleife. Hier werden Schmankerl serviert wie man sie selten erlebt.

Die modernen, neugestalteten Zimmer



Aussicht auf die Volkacher Mainschleife von der Terrasse der Vogelsburg



Kreativ, dynamisch wie eh und je: Winzer Horst Sauer und Tochter Sandra Sauer

mit beeindruckendem Panoramablick auf den Main und über die Weinberge lassen den Aufenthalt auf der Vogelsburg zu einem ganz besonderen Erlebnis werden. 1000 Jahre Tradition in Symbiose mit moderner kreativer Gastronomie und einem Hotel mit individuell designten Zimmern garantieren eine gemütliche Atmosphäre. Das romantische Flair der Vogelsburg bietet die ideale Hochzeitskulisse, hier zu heiraten ist der Traum vieler Brautpaare.
www.vogelsburg-volkach.de

Versäumen Sie nicht in Escherndorf ei-

nen der berühmtesten Winzer im Frankenland, wenn nicht in Deutschland, zu besuchen. Der querköpfige Winzer Horst Sauer, unterstützt von seiner Tochter Sandra, ist ständig auf der Suche, wie er seine vielfach ausgezeichneten Weine immer weiter optimieren kann. Seine Leidenschaft treibt ihn immer wieder an, mit dem Ziel, den perfekten Wein zu finden. Einer seiner Kernsätze ist: Wein wächst im Weinberg und nicht im Keller. Er weiß um die vielfältigen Möglichkeiten Weine ins rechte Licht zu rücken. Seine Ideen für den nächsten Wein konzipiert

er immer im Frühjahr, sein Ehrgeiz, den perfekten neuen Wein für erdachte Genussmomente zu schaffen. Sein Credo ist „Freude am Genuss ist Freude am Leben“. Diese Lebensfreude strahlen alle seine Weine aus.

www.weingut-horst-sauer.de

Weiter geht es mit der Fähre über den Main nach Nordheim. Hier lebt die aktuelle Fränkische Weinkönigin Christina Schneider. Die junge, sympathische Weinkönigin ist eine exzellente Botschafterin um den internationalen guten Ruf deut-



Thomas Biermann, der Weinexperte im Weinreich Sommerach

Dass die Weine höchsten Ansprüchen genügen ist im „Weinreich“ eine Selbstverständlichkeit und bedarf keiner Diskussion. Wer sich vor dem Kauf davon überzeugen will kann dieses in der „Kostbar“ direkt gegenüber der Vinothek, zur Genüge tun. Die Auswahl ist groß. Kochkurse und Sensorikschulungen finden mehrmals im Jahr statt. Beliebt ist auch die einmal monatlich angebotene Weinschule in der das „Weinmaleins“ gelehrt wird.

www.winzer-sommerach.de

Im Sommeracher Gasthof „Zum weißen Lamm“ bestimmt fränkische Hausmannskost die Speisekarte. Die Küchenchefin bevorzugt saisonale Produkte und wenn möglich solche aus der Region. Im November, wenn der Touristenandrang nachgelassen hat, stehen Gänse und Enten aus dem Rohr auf der Karte, ein Genuss wie aus früheren Zeiten, aber bitte unbedingt vorher reservieren. Zum Gasthof gehört ein gemütliches kleines Hotel, so dass man guten Gewissens den vorzüglichen Wein aus dem Strobelschen Weingut verkosten kann.

www.strobel-lamm.de

schere Weine zu bestätigen und im verdienten Glanz erstrahlen zu lassen. Dass sie dabei die Weine ihres Heimatortes nicht vergisst erfreut die Winzer und die hiesige Winzer-Genossenschaft „DIVINO“.

DIVINO ist seit mehr als zwei Jahrzehnten Mitglied der Qualitätsgemeinschaft VDP, die nur Mitglieder aufnimmt die sich den Qualitätsstandards des VDP verpflichten. DIVINO verkauft nicht nur Spitzenweine, hier werden auch Kochseminare angeboten, speziell zu dem Thema: Kochen zum Wein und welcher Wein passt zum Essen. Auch hier gilt der Leitsatz: Qualität vor Quantität.

www.divino-wein.de

Unsere nächste Station ist der Weinort Sommerach. Der Name ist Programm, Nomen est Omen. Fachwerkhäuser säumen die Straßen, präsentieren sich in neuem Putz. Sie sind für Besucher beliebte Fotomotive. In der schon 1901 – aus der damaligen Not gegründeten – Winzergenossenschaft ist eine Welt der Weine, das Weinreich, geworden. Einigkeit macht stark, das war die Motivation von 35 Winzern die Genossenschaft zu gründen. Noch heute lebt die Idee des Miteinanders statt Gegeneinander. Der gut erhaltene markante Gewölbekeller, heute

Rotweinkeller und Schatzkammer ist beeindruckender Zeitzeuge.



Altes Holz für neue Weine in der Winzergenossenschaft DIVINO

Ein Besuch des Fränkischen Weinlands ohne die Stadt Iphofen zu erkunden ist undenkbar. Sehenswert ist das Knauf Museum mit seinen wechselnden Ausstellungen und der Dauerausstellung, einer Relief-Sammlung historischer Kulturepochen. Skulpturen aus aller Welt - zum Teil dreidimensional - kann man hier bestaunen. Kein Foto kann einen solchen Eindruck vermitteln wie das mit diesen Repliken möglich ist. Es ist eine Reise zu den schönsten Kulturgütern vieler Jahrhunderte. Das Museum stellt in den Repliken Epochen der Vergangenheit vor. Es ist als stände man in einer Zeitmaschine.
www.knauf-museum.de

Wer nach dem Museumsbesuch eine Stärkung braucht der ist in der Vinothek gut aufgehoben, dieses kleine Bistro zaubert feine Köstlichkeiten auf den Teller, dazu ein Glas vom guten Frankenwein und schon kann es weitergehen.
www.vinothekiphofen.de

Wer sich für Weinanbau, Ausbau, neue



Innenhof des Knauf Museums



Relief-Repliken im Knauf Museum in Iphofen

Entwicklungen und Trends interessiert sollte unbedingt den Geschichtsweinberg besuchen. Zu dem Wissen, das hier vermittelt wird, gibt es noch einen herrlichen Ausblick auf den Steigerwald dazu.

www.iphofen.de

Ein Besuch Iphofens ohne eine Weinverkostung im Weingut Hans Wirsching wäre ein Tag ohne rechten Weingenuss, ja ein verlorener Tag!! Das Weingut baut nicht nur viele Große Gewächse an und aus, sie produzieren auch einen erstklassigen Sekt.

Wer den Gästeempfang des Weingutes Wirschings betritt, spürt, dass hier zu den Qualitätsansprüchen bei der Weinherstellung noch etwas wichtig ist, man fühlt eine besondere Atmosphäre, ohne genau sagen zu können was man spürt. Die Begrüßung durch ein Familienmitglied erklärt das Gefühl. Hier wird man nicht als Kunde empfangen, hier ist man Gast und Freund des Hauses.

Der Seniorchef, Dr. Heinrich Wirsching, gelernter Banker, eher ungewollt - durch einen tragischen Unfall seines Bruders - zum Winzer erkoren, hat seine fünf Kinder, die alle im Weingut mit arbeiten zu

perfekten Gastgebern und natürlich auch Winzern ausgebildet. Die natürliche, offene Freundlichkeit, die herzliche Aufnahme, mit der man empfangen wird, weit entfernt von professioneller Verkaufsrhetorik, vermittelt einem das Gefühl man sei endlich zu Hause angekommen. Lassen Sie sich unbedingt die Geschichte vom „Papst-Wein“ erzählen, sie sagt mehr über die Weine des Weingutes aus als jede Auszeichnung. Nach dem Genuss der Weine dieser Winzer Familie versteht man warum es heißt: Von der Sonne verwöhnt.

www.wirsching.de

Die kulinarische Hoheit hat in Iphofen seit sehr langer Zeit der „Zehntkeller“. Die Menu-Karte prahlt geradezu mit einer Vielzahl fränkischer Genussangebote, dazu ein riesiges Aufgebot regionaler Weine. Bei schönem Wetter lässt sich auf der Weinterrasse gut verweilen, hier darf der Gast sich ganz der Sinnlichkeit des Essens und Trinkens hingeben.

Frei nach Goethe: das Leben ist zu kurz um schlechte Weine zu trinken.



Die Kreation der Schwestern Andrea und Lena Wirsching



Andrea Wirsching, eine exzellente Winzerin, charmanter kann Wein nicht präsentiert werden

Der Zehntkeller betreibt nicht nur eines der besten Restaurants, mit seinen romantischen Hotelzimmern gehört er auch zu den schönsten Hotels in der Region.

Das Weinland Franken mit seiner Hauptstadt Würzburg, die als Touristenhochburg Besucher aus aller Welt anzieht, hat mehr zu bieten als erstklassige Weine und kulinarische Spezialitäten. Histori-

sche Kulturdenkmäler, wie die Residenz oder der Altar von Tilman Riemenschneider im Würzburger Dom, sind nur zwei Gründe von vielen Würzburg zu besuchen. Getreu dem Motto: Warum denn in die Ferne schweifen wo das Frankenland so nah!

Fotos: Anne Wantia, Weingut Horst Sauer

Info:
Fränkisches Weinland Tourismus
Turmgasse 11
97070 Würzburg
Tourismus@fränkisches-weinland.de
www.fraenkisches-weinland.de

Romantik Hotel zur Schwane
Hauptstraße 12
97332 Volkach
Telefon +49 93 81 80660
E-Mail : schwane@romantikhoteles.com

Zehntkeller Iphofen
Bahnhofstraße 12
97346 Iphofen
Tel. 09323-844-0
Fax 09323-844-123
E-Mail: zehntkeller@romantikhoteles.com
Internet: www.zehntkeller.de

Ein Besuch auf der Schwäbischen Alb

Landgasthof Widmann's Löwen
traditionell, modern, individuell

Anne Wantia
Klaus Lenser

Schwäbische Gastlichkeit gehört zu den herausragenden Eigenschaften der oft etwas verschlossenen Alb-Bewohner, eines aber haben sie alle, die Liebe zum guten Essen. Die Landschaft, leicht hügelig, beeindruckt durch ihre Vielfalt von Flora und Fauna.

Die Region die vor wenigen Jahren als provinzielle Diaspora belächelt wurde ist heute ein beliebtes Ausflugsziel und für Wanderer sowie Radler eine attraktive Urlaubsregion. Ein weiterer wichtiger Grund die Alb zu besuchen ist die regionale Küche. Hier haben sich in den letzten Jahren einige erstklassige Restaurants zu wahren Genusstempeln entwickelt. Immer im Bezug zu lokalen Produkten und



Mit viel Ambitionen, Junior Andreas Widmann mit Frau Anna



Widmann's Ruheoasen: Die Chalets

Erzeugern aus der Umgebung. Vergangenes neu entdecken, modernisieren, ohne zu verfälschen ist das Motto der gastronomischen Entwicklung

Diese Tradition wird gepflegt und gelebt im Hotel und Restaurant Widmann's Löwen. Das Haus liegt romantisch eingebettet in der Natur der Schwäbischen Ostalb, ca. 8 KM nördlich von Heidenheim, in dem kleinen Örtchen Königsbronn-Zang. Bereits seit acht Generationen führen die Widmann's den Löwen.

Wie bis vor vielen Jahren auf der Alb üblich betreibt man Landwirtschaft und Gastronomie gleichzeitig. Ein trauriger Umstand zwingt den jetzigen Senior Frank Widmann vor vielen Jahren den Betrieb weiterzuführen.

Frank Widmann wird Koch, findet Freude am Beruf und perfektioniert seine neue Leidenschaft. Er erkennt aber auch, dass der Tourismus die Zukunft der Region ist. Folgerichtig entsteht ein Hotel und ein neues zeitgemäßes Restaurant. Die



Ein Bauwagen als „Liebeslaube“, Frank Widmanns neueste Idee

Landwirtschaft wird eingestellt und die Weiterentwicklung des Restaurants forciert. Nichtsdestotrotz werden viele traditionelle Dinge wiederbelebt, so wird eigenes Geflügel und Ziegen gehalten. Auf einer ungenutzten Wiese stehen 50 Jahre alte Obstbaumsorten und mittlerweile werden Kräuter, Salat und Tomaten angebaut, die in der Küche verarbeitet werden.

Die gute Küche wird schnell über die Grenzen der Region bekannt und gehört heute zu den führenden der Region. Die Besucher des Heidenheimer Opernfestivals lassen sich gerne von den Widmanns verwöhnen.

Das Hotel verfügt über helle moderne Zimmer im schwäbischen Landhausstil. Sehr beliebt bei den Gästen sind die neu

errichteten zwei Chalets. Die Idee dazu entsteht bei Frank Widmann als ein altes Bauernhaus abgerissen wird. Aus dem Abbruchmaterial baut er zwei wunderschöne romantische Chalets in die Landschaft. In totaler Ruhe lässt es sich hier wunderbar entspannen. Die rustikale Einrichtung verbreitet eine behagliche, kuschelige Atmosphäre. Bei loderndem Herdfeuer, mit gutem Essen und Wein, fühlt man sich in eine vergangene Welt versetzt.



Seniorchef Frank Widmann

Urig, gemütlich, das Albwiesen Chalet



Ab und zu schaut auf der Nachbarwiese eines der dort grasenden Pferde vorbei, begutachtet die Gäste, lässt sich streicheln und geht seines (Pferde) Weges.

Die neueste Idee der Widmanns ist der Ausbau zweier Bauwagen zu Doppelzimmern inkl. Duschbad und kleiner Kochnische. Die Wagen stehen auf einem Platz unweit des Hotels mit Blick in die Natur. Auf Grund des doch beschränkten Platzangebotes sind sie eher für frisch Verliebte geeignet aber, idyllischer geht es nicht!!

Der Junior, Andreas Widmann, ist nach seiner Ausbildung und einigen Jahren in der Spitzengastronomie in den elterlichen Betrieb zurückgekehrt. Mit seinen Aroma-Kreationen und der Verarbeitung heimischer Produkte ist er auf dem Weg in die Koch-Bundesliga.

Sein Weg ist vorgegeben, bereits 2010 hat Andreas Widmann den Titel „Jungkoch



Schwäbisch köstlich, neue kreative Menus von Andreas Widmann



des Jahres 2010“ bei einem Kochwettbewerb errungen, beste Voraussetzungen um in der gehobenen Gourmetszene mit zu spielen.

hungsweise, schmecken lassen. Andreas Widmann plant ein zweites Restaurant im Haus zu eröffnen um seinen eigenen Küchenstil zu etablieren.

mit dem Rad oder auch mit dem Auto.

Genuss und viel Natur finden Sie überall. Unsere Empfehlung ist Widmann's Hotel und Restaurant und ganz besonders die Chalets.

Fotos: Anne Wantia



Dem Hotel und Restaurant gegenüber liegt die Kochschule, hier bieten Vater und Sohn zu diversen Terminen Kochkurse an.

Widmann's Waldhütte, in ruhiger Waldrandlage, ca. 1 KM vom Hotel entfernt, ist ein Platz für individuelle Feiern und erinnert an Lagerfeuer-Romantik. In rustikalem Ambiente, in der Hüttenmitte steht eine runde Feuerstelle und sorgt im Winter für Gemütlichkeit.

Mit Ehrgeiz und Liebe zum Kochen hat er sich das erarbeitet. Seine letzte Station, bevor er in das elterliche Restaurant zurückkehrt, ist der Bayerische Hof in München, dort kocht er im Restaurant Atelier bei dem 2 Sternekoch Jürgen Hartwig.

Andreas Widmann steht für eine junge aber traditionelle Küche. Mit Vorliebe verarbeitet er regionale Produkte, das schwäbisch hällische Schwein bringt er am liebsten auf den Teller, von dem Fleisch ist er geradezu begeistert. Wichtig ist die Nachhaltigkeit und der biologische Anbau von den Produkten die er auf den Teller bringt. Die Lieferanten und Erzeuger sehen sich selber in dieser Pflicht. Das Ergebnis kann sich sehen, bezie-

Schwabische Spezialitäten und Wein sorgen für die richtige Stimmung und das Angenehmste ist, es gibt keine Nachbarn die man stören könnte. Wo findet man so etwas noch??

Erkunden Sie die Schönheiten der Schwäbischen Ostalb, zu Fuß,



Die passende Location für private Feiern, die Waldhütte

Info:

Widmann's Löwen
Hotel-Landgasthof
Struhtstr. 17
89551 Königsbrunn-Zang
Tel: 07328 – 96 27 0
www.loewen-zang.de



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 Grundschulkinder 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.

Genuss und Natur nicht nur für Nostalgiker

Neu entdeckt: Die Heide zwischen Hamburg und Lüneburg

Anne Wantia
Klaus Lenser

Die Heidelandschaft, deren Image geprägt vom Volksdichter und Jäger Herman Löns und den Nachkriegsfilmen, wie Heiderölein, Grün ist die Heide u.a. mit Rudolf Prack und Ruth Leuwerik, war fast in Vergessenheit geraten. Das romantische Flair passt nicht mehr in die moderne Reisezeit, Urlaub in Spanien, Italien der Türkei ist angesagt, Wochenendtouren gehen in die europäischen Hauptstädte und nicht in die Heide vor den Toren Hamburgs.

Das hat sich, den Marketing- und Tourismusexperten der Region sei's gedankt, geändert. Heute erfreut sich die Heide wegen ihrer herrlichen unverwechselbaren Natur und nicht zuletzt wegen einer gastronomischen Entwicklung, die Genießerherzen höher schlagen lässt, großer Beliebtheit.

Die Region südlich von Hamburg ist ein begehrtes Ziel für Wanderer, Radler, Reiter und Naturliebhaber. Jeder Schritt durch die Heidelandschaft führt zu neuen Entdeckungen. Geführte Touren ver-

gibt, bringen Mensch und Natur eng zusammen und begeistern die Besucher. Zum Wochenende sind die Hotels und Gasthäuser ausgebucht, ruhesuchende Städter fallen in die Dörfer ein und lassen sich verwöhnen.



Der ehemalige Dorfkrug in Hanstedt

Das kleine Städtchen Hanstedt ca. 20 KM südöstlich von Buchholz steht nicht nur symbolisch für die Attraktionen der Heide. Hanstedt strahlt eine besondere Gemütlichkeit aus. Schöne renovierte Fachwerkbauten, elegante Häuser die ahnen lassen, dass ihre Besitzer die Beschaulichkeit des Ortes zu schätzen wissen. Abseits der Hauptstraße findet man eine Ruhe, die vom Lärm gestresste Städter, weil ungewohnt, fremd vorkommt. Die Gärten vor den gepflegten Häusern

mitteln Wissen über Flora und Fauna, das schon fast verloren gegangen ist.

bieten bis in den Herbst hinein eine farbenprächige Blumenvielfalt.

Radtouren, die immer wieder zum Verweilen animieren weil es Neues zu sehen

Per Rad, mit der Kutsche oder zu Fuß lohnt es die Umgebung zu erkunden. Wie



Entspannung pur im großzügigen Garten des Hotels Sellhorn

wär's mit den Wassermühlen in Neugraben, dem Wildpark Schwarze Berge, dem jährlichen Oldtimertreffen in Winsen (a.d. Luhe) oder ganz relaxt einem Genuss-Aufenthalt im Ringhotel Sellhorn mitten in der Hanstedter Idylle?

1873 wurde das Gasthaus (Hotel) von Peter Ch. F. Sellhorn unter dem Namen „Zu den Linden“ eröffnet. Jetzt wird das Haus in 6. Generation von den Geschwistern Nele und Sven Dierksen gemeinsam mit

den Eltern Axel und Maria Dierksen geführt.

Die Gründer des Hotels haben offensichtlich schon damals das touristische Potenzial der Region erkannt, kontinuierlicher Ausbau, Modernisierungen und technische Verbesserungen sorgen dafür, dass immer mehr Gäste die Annehmlichkeiten des „Sellhorn“ zu schätzen wissen.

Das Hotel ist das erste Haus am Platz das

Zimmer mit fließend Wasser und Toilettenspülung anbietet, damals geradezu eine Revolution, ist doch so ein moderner „Kram“ den Luxushäusern im nahen Hamburg vorbehalten. Später kommt dann noch die erste Zentralheizung Hanstedt's dazu. Diesen Komfort wissen die Gäste zu schätzen.

Genießer sind kulinarisch im Ringhotel Sellhorn sehr gut aufgehoben, hier kommt das Authentische der Region



Sven, Maria, Nele und Axel Dierksen



Außenansicht Hotel Sellhorn



Chefkoch im Sellhorn: Jörn Sommer

auf den Teller. Küchenchef Jörn Sommer steht in der Tradition des Hauses und verarbeitet, wo immer es möglich ist, nur regionale Produkte natürlich aus biologischem Anbau.

Lamm von der Heidschnucke, frische Forellen aus den Fließgewässern der Umgebung, Rinderbraten vom Züchter aus der Nachbarschaft, Schweinebraten vom freilaufenden Schwein des nahen Zuchtbetriebes, Honig vom Heide Imker, usw. usw. Diese Liste lässt sich beliebig verlängern, denn sie ist die Konsequenz der Besitzerphilosophie: „HeimatGenuss“ lautet das Motto und trifft genau den Zeitgeist der Gäste. Sie kommen ins „Sellhorn“ weil sie die Heimat „schmecken“ wollen, den typischen Buchweizen-Pfannkuchen zum Beispiel oder den Braten vom Heidelamm. Genuss-Stationen gibt es mehrere im Sellhorn.

Im Sommer bietet sich der Aussen-Grillplatz an oder der herrliche, von alten Bäumen beschattete Biergarten, Romantik pur! Einmal im Jahr findet hier ein Jazz Frühschoppen statt, mit einem regionalen kulinarischem Brunch-Bufferet. Wer dabei sein möchte sollte frühzeitig reservieren. Das Jazz-Konzert erfreut sich großer Beliebtheit. Viele der Gäste sind Stammkunden, sie genießen nicht nur die erstklassigen Gerichte von Jörn Sommer, sie lassen sich auch gerne vom freundlichen

und hilfsbereiten Service verwöhnen.

Viele der Servicemitarbeiter sind länger als zwei Jahrzehnte im Haus, kennen die Vorlieben und Gewohnheiten ihrer Gäste, ein freundschaftlicher Ton zwischen Gast und Service ist hier obligatorisch.

Moderne, mit allen erforderlichen Errungenschaften der gehobenen Hotellerie ausgestatteten Zimmer sorgen für einen unbeschwerten Aufenthalt. WLAN, TV, getrennte Bäder und WC, bequeme Sitz-ecke mit Sessel und Couch gehören zum Standard. Der Gast spürt die familiäre Atmosphäre im Haus, man wird als Freund behandelt, so ist es nicht ungewöhnlich, dass sich ein Mitglied der Familie Dierksen – auch im dicksten Trubel – mal zu den Gästen setzt um ein kleines Pläuschchen zu halten.

Genuss gehört zur Erholung. Wellness findet drinnen und draussen statt. Neben Biosauna und Duftgrotte erwartet den Gast eine Blockhaussauna im Freien. Zu den weiteren Annehmlichkeiten gehört der große SPA- und Wellness-Bereich. Im beheizten Pool dreht man seine Runden oder trainiert an verschiedenen Geräten im Fitnessraum.

tieren dem Gast einen angenehmen und erholsamen Aufenthalt.

Kurzum im „Sellhorn“ ist Genuss und Entspannung garantiert. Das alles, neben der herrlichen Heidelandschaft lässt einen Besuch in Hanstedt zu einem vernünftigen Kurzurlaub werden.

Ringhotels sind überwiegend familiengeführte Unternehmen die gemeinsame Ideen entwickeln. Das neueste Motto lautet: „Echt HeimatGenuss erleben“. Eine Verpflichtung regionale Kulinarik in bester Qualität auf den Teller zu bringen. Hier sei auch der Hinweis erlaubt, Axel Dierksen ist Mitbegründer der Ringhotel-Gruppe und anerkannter Spiritus Rector aller Ringhotel Betriebe. Seine neuen Konzepte und kulinarischen Ideen begeistern immer wieder.

Fotos: Anne Wantia

Mehr Infos:
Ringhotel Sellhorn
Fam. Dierksen
Winsener Straße 23
21271 Hanstedt /Nordheide
Tel: 04184 8010
Info@hotel-sellhorn.de
www.hotel-sellhorn.de



Immer ausgebucht, der Jazzfrühschoppen

Das Behandlungsangebot des SPA ist umfangreich. Verschiedene Massagen, Beauty-Behandlungen, Pediküre, Maniküre oder auch ein Friseurbesuch garan-

Touristik Verein Hanstedt
Tel: 04184 525
Info@hanstedt-nordheide.de
www.hanstedt-norheide.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

Salzburg meets Leverkusen

8. Bayer 04–Charity-Golf-Turnier

Zu Golf und Mozartknödeln hat der Fußballclub gemeinsam mit dem Salzburger Land Tourismus und deren Partnern in den Golfclub Leverkusen zu dem 8. Charity-Turnier zu Gunsten der Sportförderung und einer Kita in Leverkusen eingeladen

Der Platz des Golfclubs Leverkusen liegt zur Überraschung des Besuchers auf Kölner Gebiet. Aber der Fußballverein Bayer 04 Leverkusen, der hier am 08. August 2016 zu einem besonderen Turnier eingeladen hatte, residiert nicht weit davon. Gerade noch mit passender Leverkusener Adresse.

Es sollte ein besonderer Tag werden mit Musik und kulinarischen Höhepunkten,

stimmungsvoll aus Österreich importiert. Der Hintergrund ist schnell erklärt. Die Werkself ist nun schon im 4. Jahr in das Trainingslager in das Salzburger Land gefahren. In Zell am See-Kaprun fühlen sich die Kicker offenbar sehr wohl und rundum verwöhnt. Dafür sorgt tatkräftig das Salzburger Land, dass jährlich fast 1,8 Millionen Touristen allein aus NRW beherbergt.

Für Bayer 04 Leverkusen wurde in diesem Sommer sogar die Bahn 10 der Golfanlage am Kitzsteinhorn auf den Namen „Werkself-Bahn“ getauft. Wer hier ein Hole-in-One während der laufenden Spielzeit schafft erhält zwei VIP-Karten für ein Spitzenspiel in Leverkusen einschließlich Flug und Übernachtung. Eine gelungene Werbung für beide Seiten.

Zwei fröhliche Köche und eine launige Gruppe von fünf Musikern – darunter sogar eine Harfenistin – gaben ihr Bestes um die Golfer auf dem schwierigen und mit teuflisch schnellen Grüns versehenen Kurs in bester Laune zu halten. Eine zünftige Brotzeit auf der Runde mit feinstem Lachs aus den Seen des Salz-

burger Landes spendete die nötige Kraft für den richtigen Abschlag. Für süße Leckermäulchen waren die Mozartknödel mit Streuseln, Puderzucker und Früchten der Renner.

Bekannte Fußballer gab es leider nicht als Turnierbeigabe. Diese mussten angeblich tüchtig trainieren. Darunter auch die beiden Neuzugänge aus Österreich Julian Baumgartlinger und Ramazan Özcan, die das Team in dieser Saison verstärken, konnten nicht bewundert werden. Schade!

Kleine Anregung, des wohlgenegten Berichterstatters, ein Fußballverein, der so persönlich und nett einlädt, sollte sich auch personifiziert präsentieren. Auch Golfer lernen gerne einmal den ein oder anderen berühmten Spieler persönlich kennen.

Fotos: Buno Gerding, KSmediaNET

Info:

Eliane Zientarra

Tel: +49 (0) 214 8660 394

Mobil: +49 (0) 151 580 400 80

Eliane.zientarra@bayer04.de



Konzentration vor dem Abschlag



Fröhliche Köche aus dem Salzburger Land

Hotel der vier Jahreszeiten

Das Vier-Sterne-Haus Trattlerhof in Bad Kleinkirchheim ist idealer Ausgangspunkt für Wanderungen und Pferdetouren auf der sonnigen Alpen-Südseite, für Badespaß am Millstätter See und Ski-Ausflüge mit Abfahrts-Legende Franz Klammer



Mitten im satten Grün: Vom Trattlerhof aus geht es zu Fuß, per Rad oder Pferd hoch in den Bergwald

Gunther Schnatmann

Wenn die Tage kürzer werden und auf den abgerundeten Gipfeln der Kärntner Nockberge der erste Schnee liegen bleibt, können Wanderer die einsame Natur richtig genießen. Die Sonne hat bis in den November tagsüber nämlich noch genügend Kraft auf der Südseite der Alpen. So bieten sich grandiose

Ausblicke hinunter in die oft schon vom Nebel gefüllten Täler. Hier, oberhalb von Bad Kleinkirchheim, können einem aber auch schon mal mitten in den Almwiesen auf 2000 Metern Höhe fröhlich lachende Menschen mit Wein-gläsern in der Hand entgegenkommen. Dann hat der Trattlerhof im Tal mal wieder seine Gäste zu „Wein & Wandern“ auf den Berg geschickt, dann gibt es

unter freiem Himmel Weinproben mit feinen Tropfen ausgewählter Winzer aus Österreich, Italien oder Slowenien (man ist hier nahe des Dreiländer-Ecks).

Hotelier Jakob Forstnig hat nämlich mit Erfolg sein Vier-Sterne-Haus Trattlerhof im eher traditionellen Wintersportort Bad Kleinkirchheim als ein Hotel der vier Jahreszeiten etabliert. In der schneelosen



Hotelier Jakob Forstnig mit Festnahme-Szene



Gedämpftes Forellenfilet Kärntner Art - aus dem eigenen Weiher

Zeit haben Wanderer und Mountainbiker dort am Waldrand einen idealen Ausgangspunkt, das Hotel organisiert auch Kräuterwanderungen und die Weinverkostungen am Berg. Die Gastgebertra-

geben sich oft atemberaubende Begegnungen mit Hirsch oder Gams.

Wer lieber mit den Beinen auf dem Boden bleibt und gerne die Arme schwingen lässt, für den bietet der Trattlerhof auf dem höchstgelegenen Golfplatz Kärntens, dem Golfclub Bad Kleinkirchheim, Abschlagmöglichkeiten an. Inklusive Golfkursen und Golfarrangements. Außerdem besitzt das Haus eigene Tennisplätze und einen eigenen Fischteich zum Angeln für Groß und Klein. Beide rund 500 Meter vom Hotel oberhalb der Ortsmitte gelegen. Denn dort ist die „Außenstelle“ des Trattlerhofs, das Restaurant „Einkehr“. Hier können die gefangenen

Forellen frisch gegrillt oder gebraten und bei schönem Wetter auf einer mit Tischen und Bänken ausgestatteten Holzinsel im Teich verspeist werden.

Mit der Einkehr besitzt Trattlerhof-Chef Forstnig ein uriges Hütten-Restaurant mit gemütlichen Ecken für romantische Abende – und auch mit genug übriger Fläche für Erlebnisgastronomie der positiven Art. Üblicherweise eher gestresste Eltern können hier ihre Kids, die den Tag auf dem Ponyhof verbracht haben, beim Kinder-Pizza-Backkurs kurz wiedersehen, bevor diese zu Fackelwanderung und Lagerfeuer wieder abdampfen. Im Winter heißt das Motto in der direkt neben dem



Die „gute Stube“ im Trattlerhof

dition des Trattlerhofes reicht viele Jahrhunderte zurück. Seit 131 Jahren liegt sie in den Händen der Familie Forstnig, die das Hotel in fünfter Generation betreibt. Legendar ist Vorgänger-Wirt Caspar Geyer, der 1737 im damaligen Gasthaus den gesuchten „Winkeladvokaten“ Paul Zopf dingfest machen konnte, der den Millstätter Mönchen 3000 Gulden geraubt hatte. Von dieser Geschichte zeugt heute noch ein Gemälde mit der Verhaftungsszene in der Zopfstube des Trattlerhofes.

Wie in alten Zeiten besitzt der Trattlerhof auch heute noch einen Stall, natürlich einen modernen. Anfänger und erfahrene Reiter können von hier aus zu Ausritten entlang des gemütlichen Bergbach-Wegs oder höher hinaus aufbrechen. Dann er-



Herbstlicher Blick ins Tal: Viel Ruhe und grandiose Landschaft



Millstatt am See: Im Sommer ein Traum zum Baden und Promenieren

Ende der Skipiste gelegenen Einkehr „Relax-Après-Ski“, dann kann in der Hüttenlounge am offenen Feuer „gechillt“ oder an der Bar vor der Hütte gefeiert werden.

Kulinarisch feiert die Küche der Einkehr die bodenständige Kärntner Küche mit Verfeinerungen aus dem angrenzenden Italien. Etwa gebratenes Saiblingsfilet mit sautiertem Blattspinat auf Pastinakenpüree, getrockneten Tomaten und Pinienkernen. Ohne Italien geht's auch beim Kärntner Tafelspitz oder beim Zwiebelrostbraten. Dafür kann sich die Küche mit 81 Falstaff-Punkten schmücken. Das Hüttenrestaurant gehört auch der regionalen „Genusswirt-Initiative“ an, die frische Produkte aus der nächsten Umgebung garantiert.

Beim Restaurant im Trattlerhof selbst stehen unter Chefkoch Laurent Rachensberger auch die lokalen Produkte im Mittelpunkt, speziell das Dry-Aged-Beef vom österreichischem Almrind bzw. Kalb. In den Variationen T-Bone, Chateaubriand, Beiried und Surf&Turf – sowie als Fondue. Und nicht nur damit hat Jakob Forstnig den Trend der Zeit erkannt. Beim 5-Gang-Menü am Abend können auch spezielle Vegetarier- und Kindermenüs, glutenfreie Speisen und Rohkost ausgewählt werden. Im hauseigenen Weinmagazin lagern vor allem gute Tropfen aus Österreich. Dazu für experimentierfreudige Gäste auch maischegegärte Weißweine, die „Orange Wines“.

Um den Gästen immer neue Weinerlebnisse bieten zu können lädt Jakob Forstnig das ganze Jahr über immer wieder

Winzer mit ihren Weinen zu Proben mit den Gästen ein. Dann gibt es am Freitag Abend im Hotel schon einmal eine Einführung. Und am Samstag dann ein Degustationsmenü in der „Einkehr“. In diesem Sommer gab der junge Kärntner Winzer Nikolaus Trippel aus Feldkirchen dort mit seinen Weissburgundern, Gelben Muskatellern und Zweigelt eine hervorragende Visitenkarte ab. Ende Oktober 2016 (28.–29. 10.) gibt es auch noch „Champagner am Berg“ mit dem Hause Perrier Jouet.



Skidorado im Winter: Die Nockberge

Was es sonst noch gibt: Viel Schnee im Winter mit 26 Liften und Gondelbahnen, die nächste 150 Meter vom Trattlerhof entfernt. Als Schmankerl kann man am 10. und 31. Januar sowie am 21. Februar 2017 auch einen Vormittag mit der Bad Kleinkirchheimer Abfahrtslegende Franz Klammer über die Pisten fegen. Danach geht es dann in die hauseigene Saunalandschaft mit Indoor-Pool und Massagangebot. Oder in die riesige Römertherme mitten im Ort.

Und im Sommer lockt der nur 13 Kilometer entfernte Millstätter See. Hier hat der Trattlerhof im Strandbad „Parkbad“ eigene Liegen. Von dort fährt auch der Ausflugsdampfer nach Millstatt, wo es sich am See trefflich flanieren lässt und wo zahlreiche Cafés mit Ausblick über See und Berge einladen.

Ein Haus der vier Jahreszeiten also. Bald auch mit zusätzlichen Häuschen – denn der Trattlerhof baut direkt neben der Einkehr und der Maibrunn-Skiabfahrt ein exklusives Chalet-Dorf mit 14 hochwertig ausgestatteten Gebäuden – jeweils mit Holzofen und Sauna – im Nockalmstil.



Jakob Forstnig bei der Weinprobe

Fertigstellung ist im Sommer 2017, noch können private Investoren beim Buy-to-let-Modell mit Eigennutzungsanteil einsteigen (www.trattlers-hof-chalets.at).

Fotos: Schnatmann, Tourismusverband Bad Kleinkirchheim (2), Trattlerhof (2)

Infos:

Hotel Trattlerhof
Gegendtalerweg 1
A-9546 Bad Kleinkirchheim
Telefon +43 4240 81 72
E-Mail hotel@trattlerhof.at
www.trattlerhof.at

Weingut TRIPPEL
Hubertusweg 4
Briefelsdorf am Maltschacher See
A-9560 Feldkirchen in Kärnten
www.trippelgut.at
info@trippelgut.at

Estlands Nord-Westen

Natur, Kultur, lokale Spezialitäten auf den Inseln Muhu und Saaremaa

Teil 2

Anne Wantia
Klaus Lenser

Was wäre eine Reise nach Estland ohne eine der vielen Inseln zu besuchen. Angeblich soll es über 1000 Inseln oder Inselchen geben. Wir haben uns auf Muhu und Saaremaa umgesehen und nicht nur kulinarische Tipps entdeckt. Die Fahrt von Tallinn nach Virtsu, ab hier geht es mit der Fähre weiter nach Kuivastu auf Muhu, dauert ca. 90 Min. Auf Muhu, einem kleinen Inselchen mit weniger als 2000 Einwohnern, fühlt man sich wie in einer anderen Zeit angekommen. Vereinzelt trifft man auf kleine Ansiedlungen mit Holzhäusern, Häuschen wie sie vor 100 Jahren oder früher gebaut wurden, von viel unverfälschter Natur umgeben. Idyllische Ruhe empfängt den Besucher. Muhu ist ein perfekter Ort zum Wandern oder

Radfahren. Autos oder Menschen begegnen uns selten bei unserer Insel-Erforschung. Vor einigen Häusern stehen Schilder auf denen Agrarprodukte wie Honig, Kartoffeln, Eier und mehr angeboten werden, alles BIO was sonst!!

Auf Muhu empfiehlt sich ein Besuch der Straußenfarm Jaanalind. Neben den imposanten Straußen gibt es Zebras und verschiedene Känguruhs, in einer für die Tiere ungewohnten Umgebung, zu bestaunen.

Besitzerin Helena Erik erklärt mit viel Besitzerstolz alles Wissenswerte über die Tierhaltung.

Einmal hier, lohnen sich weitere Stopps im Dorf Koguva um das Muhu Museum anzusehen, hier wird die Geschichte Muhus, die sehr eng mit der deutschen verknüpft

ist, erklärt. Sehenswert in Angla ist der Mühlenberg mit den vielen Windmühlen, von denen eine noch in Betrieb ist und das Mehl zum Brotbacken benutzt wird. Die Mühlen sind beeindruckende Zeugen der Vergangenheit.

Die Insel ist ein idealer Ort für Agrar-Tourismus, Reiterurlaub, mit Fischern auf die Ostsee rausfahren oder einfach in einer der wenigen privaten Pensionen die Seele baumeln zu lassen.

Von Muhu geht es über einen Damm nach Kuressaare auf Saaremaa, der größten Insel Estlands. Die aus dem 13. Jhd. stammende Bischofsburg in Kuressaare, erbaut als Festung, ist heute Kultur- und Veranstaltungszentrum und schon von Weitem zu sehen. Die Trutzburg einer bewegten, meist leidvollen, Vergangenheit der Esten.

Saaremaa ist das Synonym für den estnischen Way of Life, hier ergänzen sich Luxus und „normaler“ Lebensstil. Die Insel gilt als das Gesundheitszentrum Estlands, schon vor mehr als 150 Jahren kamen Kurgäste aus ganz Nordeuropa um im heilenden Schlamm der Insel zu baden.

Gesundheitsurlaub auf Saaremaa, heute sagt man auch SPA-Urlaub, hat eine 170jährige Tradition. Das berühmte Moor und das Mineralwasser von Saaremaa sind weit über die Grenzen Estlands bekannt. Fast alle Hotels bieten Gesundheits-, Wasser-, Massage- und Schönheitsanwendungen an.

Aktivurlauber finden ein großes Freizeitangebot. Bootstouren, Wandern, Radfahren, Reiten, Tauchen, Schnorcheln und natürlich Angeln, die Möglichkeiten sind vielfältig und attraktiv.



Immer neugierig, die Strauße von Jaanalind



Achtung Elch

Die fünf Naturparks sind ein Mekka für Botaniker, Birdwatcher und Naturbeobachter. Mit etwas Glück begegnet man einem Fuchs oder Wildschwein, Elche gibt es, aber sie sind eher selten zu beobachten.

Kulinarisch verwöhnen lässt man sich im Restaurant Kuuu, ehemals der Kuursaal von Kuressaare, wo köstlicher, tagesfrischer Fisch zubereitet wird oder im Restaurant GO SPA bei innovativen Gerichten des jungen Küchenchefs.

Das wichtigste alkoholische Getränk für die Esten ist Bier, nichts trinkt der Este lieber. Geradezu ein Paradies für Biergenuss ist auf Saaremaa entstanden, Grund dafür ist die junge Kauffrau Kristel Oinberg-Kelder. Kurz entschlossen hat sie mit ihrem Mann den gut bezahlten Job in der Großstadt Tallinn aufgegeben um auf Saaremaa die Põide Brauerei zu eröffnen.

Das Bier ist so beliebt bei Bierkennern in Estland, dass die beiden inzwischen eine

zweite Brauerei in Kuressaare eröffnet haben und verschiedene Craft Biersorten herstellen, die sich wachsender Beliebtheit erfreuen.

Leider deckt die Herstellung die Nachfrage noch nicht, nicht in allen Restaurants auf Saaremaa ist das begehrte Bier zu bekommen. Zum Leidwesen der Esten, aber auch der Touristen.



Immer fangfrisch: Fisch auf Saaremaa

Herrlich und gediegen schlafen kann man im geschichtsträchtigen Ekesparre Boutique Hotel, direkt im Schatten der Bischofsburg.

Das Hotel erinnert an ein kleines verträumtes Märchenhaus mit verwunschenen Erkern, Ecken und Winkeln. Die Zimmer gleichen Puppenstuben, alles ist zierlich, klein, wirkt zerbrechlich und doch ist es gemütlich-romantisch.

Der Aufenthaltsraum wird morgens zum exklusiven Frühstückszimmer. An einem kleinen Buffet gibt es Cerealien und Saft und natürlich für den der es schon mag, Champagner. Das Frühstück wird nach individuellen Wünschen serviert, à la Minute – frischer und schmackhafter geht es nicht!

Die Esten lieben ihre Insel Saaremaa, so



sagt man: Wer in seinem Jahresurlaub nicht mindestens ein Mal auf der Insel war, hat keinen Urlaub gemacht. Machen Sie es wie die Esten!!

Fotos: Anne Wantia

Infos
Estonia Tourist Board
www.visitestonia.com



Kristel Oinberg-Kelder
von der Brauerei Põide



Idyllisch gelegen, das Ekesparre Boutique Hotel

Finnlands Südwesten

**Tausende Inseln, historische Städte
und Museumsdörfer die Finnlands
Geschichte erklären**

Ein Finnlandbesuch mit der Finnlines Fähre
von Travemünde nach Helsinki



Anne Wantia

Finnland, Land der 1.000 Seen genannt, fasziniert durch unberührte Natur und Landschaften die seit Jahrhunderten sich selber überlassen wurden. Die meisten der Nationalparks lassen sich bei einer Wanderung, mit dem Fahrrad oder per Kanu erleben.

Helsinki und Turku, die zwei größten Städte des Landes, bieten urbane Kultur, weltberühmtes Design, aufregendes Nachtleben, aber auch skandinavische Beschaulichkeit.

Finnlands Hauptstadt Helsinki ist bekannt für Kulturhighlights und beeindruckende Architektur aus verschiedenen Epochen. Weltberühmt ist die Felsenkirche die jeder Helsinki Besucher besichtigt. In den vielen Parks, Museen, Galerien und Shoppingzentren tummeln sich nicht nur Touristen, auch Finnen genießen die zahlreichen Möglichkeiten. Besonders im Sommer herrscht hier fast ein mediterranes Flair. Helsinki kann man gut zu Fuß erkunden, alle Sehenswürdigkeiten liegen recht zentral.

Au schnellsten findet man sich zurecht



Große Fischauswahl in Turku Markthalle

wenn man auf dem Marktplatz startet, dem Herz der Stadt. Wer sich gleich mit finnischen Spezialitäten vertraut machen möchte, besucht die 1888 erbaute und älteste Markthalle der Stadt. Die Halle ist ein verlockendes Genussparadies, hier gibt es nicht nur Fisch und Meeresfrüchte, Cafés bieten ihre Kuchen und Torten an, Pâtisseries verführen mit den feinsten Pralinen und finnische Handwerkskunst begeistert die Besucher.

Nicht weit von der Markthalle liegt das historische Stadtzentrum mit dem Senatsplatz, den die weiße Kathedrale dominiert. Von hier erreicht man auch in ein paar Minuten die russische Kathedrale Uspenski.

Turku, die älteste Stadt Finnlands, liegt ca. eineinhalb Autostunden westlich von Helsinki. Bis 1812 war sie Hauptstadt des Landes. Heute ist Turku größte Universitätsstadt Finnlands, fast ein Drittel der Bevölkerung sind Studenten. Der Anteil der schwedisch sprechenden Bevölkerung – ehemals gehörte Finnland ja zu Schweden – ist hier noch hoch. Aus Turku wird dann „Åbo“. Noch heute sind alle Straßennamen in Finnland in finnisch und schwedisch beschriftet.

Der finnische Architekt und Baumeister Carl Ludvig Engel hat in Turku beim Bau der orthodoxen Kirche deutlich seinen architektonischen Einfluss herausgestellt. Viele seiner herausragenden Bauten findet man aber auch Helsinki.



Wahrzeichen von Helsinki: der weiße Dom

Sehenswürdigkeiten, vor allem Geschichtsdenkmäler, sind vor allem die älteste, mittelalterliche Burg Finnlands, die Domkirche, das bedeutendste Musikmuseum des Landes, das nach dem finnischen Komponisten Jean Sibelius benannt wurde und das Kunstmuseum, um nur einige der vielen Möglichkeiten aufzuzählen, die den Besucher in Turku erwarten.

Turkus Markthalle lockt mit vielen kleinen Ständen an denen man leckeren Fisch, Käsespezialitäten oder Backwaren verkosten und natürlich auch kaufen kann.

Die vielen Studenten prägen das Stadtbild von Turku, eine Caféhaus-Szene, kleine Kneipen und Bars sind Treffpunkt der jungen Leute und beleben die Stadt.

Der Fluss Aura, fließt mitten durch das Zentrum. Ist Herz und Seele Turkus, an seinen Ufern genießen die Menschen den Alltag. Viele der Sehenswürdigkeiten, Restaurants und Cafés konzentrieren sich entlang des Flusses.

15 Kilometer nordwestlich von Turku liegt Naantali. Hier befindet sich die Sommerresidenz des finnischen Staatspräsidenten – Kultaranta. In einer herrlichen Parkanlage gelegen und an den meisten Tagen im Jahr für alle Bürger geöffnet. Neben vielen Skulpturen, Brunnen und riesigen Beeten mit Sommerblumen sollen hier über 3000 Rosensorten wachsen, nachgezählt habe ich das nicht, mein Ver-

trauen in den Guide ist so groß, dass ich ihm die Zahl abnehme.

Finnen lieben es unkompliziert, man duzt sich, da gibt es keinen Unterschied ob Staatsoberhaupt, Freund, Bekannte oder auch Fremde. Es ist auch nicht ungewöhnlich mit dem finnischen Präsidenten

irgendwo in einer Schlange zu warten.

Naantali genießt bei Urlaubern seit vielen Jahren wegen seiner historischen Bäderkultur, die heute noch Erholungssuchende anzieht, einen exzellenten Ruf. Das exklusive Naantali-Spa Hotel gehört zu den führenden Kurhäusern in Finnland. Die große Wellness- und Spa-Abteilung wird unter ärztlicher Aufsicht geführt, Gesundheit und Regeneration stehen im Vordergrund. Zahlreiche Auszeichnungen, wie z.B. „100 Best Spas in the World“ bestätigen den hohen Standard.

Bei einem Bummel durch die kleine Altstadt von Naantali fühlt man sich ins 18. und 19. Jahrhundert zurückversetzt. Kopfsteinpflaster, bunte farbenfrohe Holzhäuschen und liebevoll dekorierte Gärten vermitteln einen Eindruck vergangener Zeiten.

Empfehlen können wir einen Besuch im historischen Restaurant Merisali, das für seine üppigen Büfets bekannt ist und direkt am Yachthafen liegt.

Bekannt, vor allem bei Kindern, ist Naantali auch durch die Mumins.



Im Park der Sommerresidenz „Kultaranta“ des finnischen Präsidenten



Der Yachthafen von Naantali



... und immer wieder neue
Seenlandschaften

Muminwelt oder ‚Muumimaailma‘ ist ein Themenpark auf der Kailo-Insel in der Nähe von Naantali. Thema des Parks sind die von der finnischschwedischen Schriftstellerin Tove Jansson erfundenen Muminen. Die beliebteste Attraktion des Parks ist das Muminhaus, ein blaues fünfstöckiges Gebäude wo die Muminfamilie wohnt.

Urlaub an der Südwestküste Finnlands heißt Urlaub in der größten Schärenlandschaft der Welt. Mehr als 100 000 kleine und kleinste Inselchen, die genaue Anzahl ist nicht bekannt, lassen das Meer aussehen als hätte ein Maulwurf sich emsig betätigt.

Auf vielen Inseln stehen winzige Häuser von Privatleuten, oft auch nur eine Sauna, aber für die Einheimischen eine Oase der Ruhe und Glückseligkeit. Hier lässt sich die finnische Natur auf wunderbare Art erleben, ob beim Inselhüpfen, Segeln, Angeln oder Radfahren.

Eisenhütten waren einst ein großer Erwerbszweig für den Südwesten Finnlands. Die ehemaligen Eisenhütten-Dörfer, wie

z.B. Fiskars oder Matildedal, sind heute wieder Anziehungspunkt für Touristen. Künstler und Kunsthandwerker sind ansässig geworden und erfüllen die alten Eisenhütten mit neuem Leben, in dem sie traditionelle Handwerkskünste neu aufleben lassen.

Museen, hübsche Cafés und Restaurants runden das Bild ab. In Matildedal ist ein Hafen gebaut worden, es gibt nette, kleine Hotels und Bed and Breakfast-Unterkünfte, eine Bierbrauerei und eine Bäckerei haben sich angesiedelt. Ein weiteres Projekt ist eine Lama Zucht und die Herstellung sowie Verarbeitung der Wolle bis zum fertigen Produkt.

Der Besuch einer Rauchsaua sollte bei keinem Finnlandbesuch fehlen. Ein authentisches Erlebnis!

Finnlands Südwestküste hat sich zu einer touristischen Attraktion gemausert, nicht nur kulturell oder wegen der typischen Landschaft auch kulinarisch lohnt sich ein Besuch, wo, wenn nicht hier könnte man frischeren Fisch essen. Planen Sie doch mal um, besuchen Sie die Region, so weit weg ist es gar nicht.

Bequem, sicher und entspannt erreicht man Helsinki von Deutschland aus mit den Fährschiffen von Finnlines, die mehrmals wöchentlich mit drei Schiffen die Verbindung sicherstellen. In knapp 30 Stunden erreicht man komfortabel die finnische Hauptstadt. Vom Ruhesessel bis zur exklusiven Suite gibt es für jeden Gast und Geldbeutel ein maßgeschneidertes Angebot um an Bord die Reise zu genießen. Die Kabinen sind gut ausgestattet mit eigener Dusche und WC. Ein kleiner

Kühlschrank ist vorhanden um Mitgebrachtes frisch zu halten. Ein TV-Gerät mit deutschen, finnischen und englischen Sendern gehört ebenfalls zur Kabinenausstattung. Im Bord-Restaurant gibt es je nach Route mehrmals täglich ein Selbstbedienungsbüfett. Im Barbereich ist kostenlose WiFi-Nutzung möglich. Ein kleiner Wellnessbereich mit Sauna (Männer und Frauen getrennt, wie in Finnland üblich) und Whirlpool sowie Massagen und ein Fitnessraum runden das Angebot ab. Der Bordshop hält eine reichhaltige Spirituosenauswahl, Kosmetika, T-Shirts und Kleinigkeiten des täglichen Bedarfs bereit. Deck 11 und 12 laden zum Sonnen ein. Eine Überfahrt mit den Finnlines Fähren auf der Route Travemünde – Helsinki und retour ist für Urlauber eine tolle Möglichkeit ausgeruht und stressfrei Finnland zu erreichen, wie bei einer kleinen Kreuzfahrt.



Suite auf der Finnlines Fähre

Info:
Finnlines
www.finnlines.com

Finnland Tourismus
www.visitfinland.com
Turku und Naantali
www.visitturku.fi

Bangkok, Asiens Genussmetropole

Teil 1



Klaus Lenser

Wer länger nicht in der thailändischen Capitale Bangkok war reibt sich erstaunt die Augen. Die Stadt hat sich zu einer prosperierenden Weltstadt entwickelt, und das, obwohl seit Jahren politische Unruhen das Land in Atem halten. Wohin man schaut neue, moderne Stadtviertel, riesige Luxus-Malls, die ihre Produkte, zum Teil wesentlich teurer als wir sie in Europa kaufen, anbieten.

Hotelkomplexe der bekanntesten internationalen 5 Sterne-Hotelketten schießen förmlich aus dem Boden. Mit erstaunlicher Geschwindigkeit hat sich auch die Gourmetgastronomie entwickelt. Wovon man noch vor wenigen Jahren träumte ist heute Realität. Restaurants mit den berühmtesten Köchen der Welt sind ein fester Bestandteil der kulinarischen Szene, aber auch thailändische Spitzenköche spielen in der ersten Liga mit.

Zu den ersten Hotels der Luxuskategorie gehört das Mandarin Oriental am Ufer des Chao Phraya. Das Haus wird 1876 als Unterkunft für Seefahrer gebaut und später als Hotel Oriental ein Haus in dem berühmte Schriftsteller wie Graham Greene oder John le Carré während ihrer Asien-tripps wohnen.

1967 übernimmt der legendäre österreichische Hotelier Kurt Wachtveitl das Haus und führt es als Mandarin Oriental in die Spitzenposition der weltbesten Luxushotels. Kurt Wachtveitl lenkt fast 50 Jahre die Geschicke des Hauses. Heute wird er durch den deutsch-französischen Direktor Franck Droin würdig vertreten.



Doorman im Mandarin
Oriental in traditiner Tracht



Mandarin Oriental Hotel



Executive Chef Aurélien Poirot

Zu dem Hotel gehören neun Restaurants und eine Bar mit dem Flair des British Way of Life, was nicht zuletzt an den vielen Engländern liegt die im Mandarin Oriental zu Gast sind.

Im französischen Fine Dining-Restaurant „Le Normandie“ steht der Franzose Arnaud Dunand Sauthier am Herd und kreiert moderne Gerichte. Arnaud Dunand Sauthier hat seine Kenntnisse bei Kollegen in der ersten europäischen und asiatischen Liga gesammelt.

Wir haben, schließlich sind wir in Thailand, für Sie das thailändische Restaurant Rim Naam des Hotels besucht. Schon dort hinein zu kommen ist ein Erlebnis. Das Rim Naam liegt auf der anderen Seite des Chao Phraya. Mit dem hauseigenen Shuttle-Boot kreuzt man den Fluss und steigt direkt an der Terrasse des Rim Naam aus. Mit asiatischer Höflichkeit und in farbenfroher Landestracht empfangen die Servicemitarbeiter die Gäste. Der Gast kann wählen ob er lieber im Restaurant oder auf der Terrasse sitzen möchte.

Das vorgeschlagene Thai-Menu besteht aus zehn Gängen mit Produkten aus der Region, wer lieber à la Carte essen möchte kann dies natürlich auch. Alle Speisen

sind geschmackvoll mit sehr angenehmen Aromen und feinen Texturen zubereitet.

Die Spicy Prawns-Suppe mit Zitronengras und Pilzen ist sehr delikat und nicht wie erwartet, zu scharf. Das gebratene Rindfleisch mit scharfen Basilikumblättern und der dazu gereichte duftende Jasminreis sind eine Gewürzkomposition die sich sehr gut ergänzt und die variantenreiche Thai Küche bestätigt.

Eine Folkloretanzgruppe unterhält während des Menus die Gäste. In prunkvollen, historischen Kostümen erzählen sie tänzerisch, mit Musik begleitet, Märchen und Geschichten der Vergangenheit. Zur Erläuterung liegen die bebilderten Texte auf den Tischen, so dass auch Nicht-einheimische mit der Kultur des Landes vertraut werden. Das Restaurant bietet Kultur und Genuss eingebunden in den traditionellen Luxus des Mandarin Oriental Hotels. Großer Beliebtheit erfreuen sich die Kochkurse des Rim Naam.



Wok-Beef mit Jasmin- und rotem Thaireis

In Bangkok kommt es vor, dass mehrere Luxushotels nebeneinander stehen und der Gast die Qual der Wahl hat, obwohl, eigentlich ist es egal, der hehre Wunsch aller dieser Hotels ist, der Gast soll sich wie zu Hause fühlen. Ein Besuch im gerade frisch restaurierten SPA Bereich, eine Oase für Wellness, Relaxing und Beauty sollte zur Pflicht jeden Gastes werden, hier findet jeder totale Entspannung.

„Königin der Nacht“, die im Tanztheater (dieses Mal im Restaurant Rim Naam) thailändische Märchen- und Sagen erzählt





In unmittelbarer Nachbarschaft des Mandarin Oriental befindet sich ein weiteres Haus der asiatischen Tophotels, das Shangri La. Die dem Fluss zugewandten Suiten und Zimmer ermöglichen einen traumhaften Blick auf den Chao Phraya.

Das geschäftige Treiben auf dem Fluss, einem Chaos ähnlich, zieht jeden Besucher in seinen Bann. Besonders nachts übt der Fluss eine betörende Faszination aus, flimmernde Lichter - wie tausende Glühwürmchen - erstrahlen in einer ungewohnten Farbenpracht.

Das Shangri La bietet mit neun Restaurants für jeden Genießer kulinarische Höchstleistungen. Für den deutsche Küchendirektor Marc Cibrowius ist es eine riesige Herausforderung in den verschiedenen Restaurants, von Thai, China, Seafood bis hin zur italienischen Küche, immer wieder beste Qualität auf den Teller zu bringen. Seine Küchenchefs gehören zur Kochelite Bangkoks.

Wir besuchen, schon um vergleichen zu können, das Thai Restaurant Salathip. Das Ambiente des Salathip ist eher britisch geprägt, gemütliche Nischen und bequeme Sitzmöbel strahlen eine dezente Ele-

eine andere Textur hat und immer wieder ganz besondere Geschmackserlebnisse ermöglicht. Die marinierte Hühnerbrust mit Erdnuss-Sauce ist ein genussvoller Klassiker.



Nächtlicher Blick auf den Chao Phraya

ganz aus. Freundlicher, diskreter Service unterstreicht die Klasse des Hauses.

Die Menu-Karte liest sich vielversprechend, angeboten werden typische Thai-Produkte. Die individuelle Aromatisierung sorgt dafür, dass jedes Gericht



Empfang vor dem Shangri La

Geröstete Entenbrust mit roter Curry Sauce, eine der Spezialitäten im Menu, begeistert mit seiner Aromenvielfalt die, wie uns Marc Cibrowius erklärt durch das Marinieren entsteht. Welche Zutaten in die Marinade hinein kommen will er uns aber nicht verraten.



Blumen und exotische Früchte, Symbol für thailändische Gastfreundlichkeit



Gaggan, Top 1 in Asien, nicht nur ein exzellenter Küchenchef und Entertainer

Kenner und Liebhaber asiatischer Küche sind schon lange überzeugt davon, dass die besten Gerichte aus dem Thai Wok kommen, nirgendwo kocht man so aromatisch, die Vielfalt der Gewürze, der Gemüsesorten und der Ideenreichtum der Köche ist Garant für immer wechselnde Geschmacksrichtungen unter Beibehaltung der Produkte und Zutaten

vollen Tänzen darbieten, unterhalten.

Das Rim Naam im Mandarin Oriental und das Salathip im Shangri La werden zu Recht als die besten Thai Restaurants in Bangkok bezeichnet.

Das riesige SPA „CHI“ im Shangri La erfüllt alle therapeutischen Wünsche – von der klassischen Thai-Massage bis zur Aromaöl-Massage und einer Vielzahl kosmetischer Behandlungen – bleibt kein Wunsch offen.

Phillip Couvaras der General Manager des Hotels, Grieche und wie alle Griechen sehr kulturinteressiert, lädt regelmäßig zu kulturellen Events ein. Während unseres Besuches ist der amerikanische Künstler/ Maler Brad Wilkinson im Haus und porträtiert, in der Lobby, unter den neugierigen Blicken der Gäste, die persönlich anwesenden thailändischen Schönheitsköniginnen der Jahre 2006 - 2016. Die Bilder sind sehr abstrakt, was nicht nur der Manager bedauert, weil sie der wahren Schönheit der jungen „Königinnen“ nicht gerecht werden, leider.

Magier am Herd und ein hervorragender Entertainer. Das Gaggan ist seit einigen Jahren unangefochten die Nummer 1 in Asien. Restaurantkritiker aus vielen Ländern bestätigen die Einzigartigkeit der Küche des indischen Küchenchefs. Gaggan Anan wirkt in seiner kleinen Showküche eher wie ein zu groß geratener Bodyguard.

Seine mächtige Statur lässt nicht erahnen wie filigran, geradezu feinsinnig, er kocht. Das Restaurant liegt etwas abseits der City, ist très chick eingerichtet und wird von Gourmets aus aller Welt besucht.

Der erste Satz auf der Menu-Karte lautet: „Please eat it with your hands“, ein Hinweis dem nicht jeder Gast gleich folgen will. Spätestens nach dem zweiten Amuse Gueule stellt man aber fest, dass es einfacher ist dieser Aufforderung zu folgen. Jedes Gericht ist in Form und Design so gestaltet, dass Messer und Gabel mehr stören als helfen. Man soll sich an die Ursprünge der Nahrungsaufnahme erinnern, so die Philosophie des Kochs. Alles was von dem Produkt ablenkt soll weggelassen werden. Essen mit den Fingern ist nun mal sinnlicher.

Allein die zehn verschiedenen „Grüße



GM Phillip Couvaras mit der Schönheitskönigin 2016 neben ihrem sehr abstrakten Portrait des Künstlers Brad Wilkinson

Auch im Salathip werden wir auf das Angenehmste von thailändischen Tänzerinnen, die alte Geschichten in ausdrucks-

Ein absolutes „Must“ ist ein Besuch im Restaurant GAGGAN. Der Inhaber und Küchenchef ist ein wahrer Künstler und



Köstliche Amuse Gueule, Apfelschaum in Passionsfrucht ...



... gewürzte Maskapone im Kohlebett

aus der Küche“ sind in Geschmack, Textur und Gewürz-Zusammensetzung eine Geschmacksexplosion von unbeschreiblichem Genuss. Die filigrane Komposition indischer, thailändischer und weiterer asiatischer Gewürze zaubert der Koch zu kulinarischen Meisterwerken. Die „Grüße aus der Küche“ lassen ahnen welche Gaumenfreuden den Gast erwarten.

Hinweise auf der Menu-Karte, wie, Idly Sambhra (gewürztes Hühnerleber-Mousse) oder Aam Ka Panna (gewürztes Mascarpone Eis) sagen nicht viel aus über das was auf dem Teller liegt, umso größer ist die Überraschung beim Probieren der einzelnen Gänge. Der erste Gang „Charcoal“ wird so erklärt: „Be surprised! We won't tell you what it is“. Es bleibt ein kleines Geheimnis was auf dem Teller liegt, aber die Überraschung ist gelungen. Ein weiterer Gang, die Sinfonie aus Wagashi von Tomate und verschiedenen Früchten auf warmem Tomaten-Sorbet ist eine kaum vorstellbare Genusssteigerung der vorausgegangenen Gerichte. Zum krönenden Abschluss gibt es japanischen Sommer-Pfirsich mit Ginger-Schnee und einem Pfirsicheis-Chutney.

Die Perfektion mit der Chef Gaggan kocht wird ergänzt durch den professionellen

Service. Der serbische Sommelier Vladimir Kojic, bekennender Liebhaber französischer Weine, hat für jeden Gang den passenden Wein parat.



Sommelier im Gaggan, Vladimir Kojic

So stellt man sich ein kulinarisches Paradies vor.

Die Fortsetzung unserer kulinarischen Bangkok Reise lesen Sie in der Dezember-Ausgabe von Gour-med (ET 12.Dez.)

Fotos: Klaus Lenser, Bruno Gerding, Mandarin Oriental Hotel Group

Mandarin Oriental Hotel
48 Oriental Avenue
Bangkok 10500 Thailand
Fon: + 66 2 659 9000
Mobkk-reservation@mohg.com
www.mandarinoriental.com

Shangri La Hotel
89 Soi Wat Suan Plu
New Road Bangrak
Bangkok 15000 Thailand
Fon: +66 2236 777
slbk@shangri-la.com
www.shangri-la.com/bangkok

Restaurant GAGGAN
68 / Soi Langsuan Ploenchit Road
Lumpini Phatumwan
Bangkok 10330
Fon: + 662 652 1700
info@eatatgaggan.com
www.eatatgaggan.com



Japan Teil 2

Bruno Gerding

In der Weltmetropole Tokio, die mit ca. 120 Millionen Einwohnern fast beängstigend wirkt, bestaunen wir das Chaos auf den Straßen, ob Autos, Fußgänger oder in den U-Bahnstationen, überall quirliges, hektisches Leben, chaotisch und doch irgendwie geordnet. Für einen Besuch in Tokio sollte man 1-2 Tage einplanen um die wichtigsten Sehenswürdigkeiten zu besuchen. Ein Muss ist der Kaisergarten und die Ginza.

Wir konzentrieren uns ganz auf den Genuss selbsthergestellter Sushi. Bei einem Besuch eines Sushi Meisters sollen wir die Herstellung von Sushi lernen.

Ein junger Mann beginnt damit, dass er

einen großen Fisch liebevoll in die Hand nimmt und dann mit wenigen schnellen Schnitten so zerlegt, dass er alles fertig vor sich liegen hat, so wie er es für seine Lehrstunde benötigt.

Im ersten Schritt zeigt er wie man den Klebreis in der gewünschten Menge mit Hand und Fingern richtig formt, wie man Sushiröllchen in die richtige Form bringt und mit Fisch, Ei oder Gemüse füllt. Anschließend zeigt er wie man die fertigen Röllchen kunstvoll für das Auge auf den Teller bringt.

Jedem Kursteilnehmer verleiht er dann das obligatorische Zeugnis über die erfolgreiche Teilnahme an seinem Kurs. Acht Jahre hat er gebraucht, um sich Sushi-Meister nennen zu dürfen.

Ein weiteres besonderes Erlebnis ist die Teilnahme beim morgendlichen Training eines Vereins von Sumo-Ringern. Nur die wenigsten Sportler sind heute tatsächlich Japaner. Mehrheitlich treten Mongolen in Aktion. Mindestgröße, Mindestalter und Mindestgewicht sind vorgeschrieben. Einige sind relativ klein, andere wieder für japanische Verhältnisse sehr groß. Bis zu 250 Kilogramm bringen sie auf die Waage.

Die Rufe und das regelmäßige Klatschen der Hände auf die Oberschenkel sind schon draußen gut zu hören.



Sushi – kunstvoll angerichtet





Geschick gegen Schweiß, Schwerkraftwinkel und Gewicht.

Der Trainer sitzt zunächst fast teilnahmslos auf der Bühne, liest seine Zeitung und lässt seine Mannen schwitzen.

Sumo Kampfsport genießt in Japan ein sehr hohes gesellschaftliches Ansehen. Die Ringer werden geradezu vergöttert!

Das etwas andere Asien eben!!

Sayonara Japan, auf ein baldiges Wiedersehen.

Fotos: Bruno Gerding

Japanisches Fremdenverkehrszentrale
JNTO
Kaiserstraße 11
60301 Frankfurt
Tel.: 069-20354
www.jnto.de

Der Kampfsport mit religiösem Hintergrund ist mehr als 1000 Jahre alt. Der eigentliche Kampf reduziert sich in der Regel auf wenige Sekunden, selten mehr als 1 bis 2 Minuten. Gekämpft wird auf einer Matte, die mit Salz (nicht mit Reis!) bestreut wird. Es gewinnt, wer den Gegner aus dem Ring drängt oder erreicht, dass dieser den Boden nicht mehr mit beiden Füßen berührt oder den Boden mit einem anderen Körperteil berührt. Der Zuschauer muss still zurückhaltend sein, darf nicht mit dem Rücken zum Ring sitzen, seine Beine nicht zum Ring ausstrecken, soll nicht Kaugummi kauen und vor allem nicht mit Blitz fotografieren.

Schon die Gymnastik zum Aufwärmen lässt die Ringer stark schwitzen. Zunächst wird im Stil vom Kasernendrilla alles geübt, was an Bewegungen denkbar ist. Das Beugen, Laufen, Hand- und Fußbewegungen werden exerziert. Kurze Worte und Verse gesungen. Für meine Ohren klingt es wie „Jetzt geht's los“.

Dann beginnen die Trainingskämpfe. Es geht in die Hocke. Die Hände klatschen auf die Oberschenkel. Dann schnellen die Kämpfer wie auf Kommando gleichzeitig hoch. Die Schultern klatschen schweißnass aneinander. Alles ist ein kurzes Greifen der Hände an Schultern, Armen und Oberkörper. Dann hat einer mit dem richtigen Griff und dem richtigen Angriffswinkel schon alles entschieden. Die

Wucht seines Körpers hebt den Gegner aus dem Kreis. Nur selten dauert das etwas länger. Alles geht hier mit Kraft und



Von Langusten, Lobstern und Langoustine

Was Langusten von anderen Krustentieren unterscheidet

Langusten gehören zu den delikates-
ten Meeresfrüchten der Welt. Um
Verwechslungen zu vermeiden haben
wir Ihnen eine kleine Warenkunde zu-
sammengestellt.



Langusten oder Spiny Lobster

Zu erkennen sind Langusten an den mehr
als körperlangen dünnen Antennen. Ihr
Körper misst in der Regel gut 20 cm, sie
können aber auch über 50 cm groß wer-
den. Im englischen Sprachraum werden
Langusten je nach Region auch als „Spiny
Lobster“, „Rock Lobster“ oder „Freshwa-
ter Lobster“ bezeichnet. Gegessen wird
das feste und leicht süßlich schmeckende
Fleisch aus dem Schwanz. Der Fleischan-
teil pro Kilogramm ist deutlich höher als

beim Hummer. In den Handel kommen
in der Regel die tiefgefrorenen Schwän-
ze. Im „Einkaufsratgeber Fisch“ der Tier-
schutzorganisation WWF gelten Langus-
ten aus Wildfang aus den Gewässern der
Bahamas als „gute Wahl“. Vom Kauf der
Langusten aus vielen anderen Fangge-
bieten – etwa dem Mittelmeer und dem
Nordost-Atlantik – wird dagegen aus
ökologischen Gründen abgeraten.



Hummer oder Lobster

Hummer sind leicht an den massiven
Scheren zu erkennen. Aufgrund der grö-
ßeren Bekanntheit und ihrer englischen
Bezeichnung „Lobster“ werden sie aber
häufig mit Langusten verwechselt. Beide
Arten imponieren durch ihre Größe und
gelten als absolute Delikatesse unter den
Krustentieren. Die auf dem deutschen
Markt angebotenen Hummer stammen
in der Regel von der nordamerikanischen
und kanadischen Atlantikküste. Gegessen
wird beim Hummer das Fleisch aus dem
Hinterleib und aus den Scheren. Hummer
werden üblicherweise lebend angeboten.
Bei der Zubereitung werden Hummer
dann lebendig in kochendes Wasser ge-
geben.

Kaisergranat oder Langoustine

Kaisergranat ist ein weiteres Krusten-
tier, das gerne mit der sehr viel teureren
Languste verwechselt wird. Kaisergra-
nate kommen als „Langustenschwänze“,
„Hummerschwänze“ oder „Langoustine“
auf Speisekarten und in den Handel. Sie
sind aber deutlich kleiner und schma-
ler als Langusten und kommen auch
geschmacklich bei weitem nicht an die
Spiny Lobster heran. Tatsächlich ist Kai-
sergranat mit der Languste nur
entfernt verwandt. Dem
Italienurlauber sind Kai-
sergranate auch als
„Scampi“ bekannt.
Was allerdings in
Deutschland als
„Scampi“ auf
den Restaurant-
tisch kommt, sind
fast immer Garnelen.
Aber das ist eine andere
Geschichte.



Edel und Exotisch: Langusten mit Curry und Süßkartoffelpüree

Zutaten für vier Personen

4	kleine Langustenschwänze
1	rote Zwiebel
1	Apfel
1	Banane
2 TL	Currypulver
250 ml	süße Sahne
100 ml	Weißwein
300 g	Süßkartoffeln
1	Orange
1	Blutorange
20 kleine	Kapernäpfel
10 g	Speisestärke
	etwas Öl
	Salz
	Pfeffer



Zubereitung

Die Süßkartoffeln mit einem Messer ringsum einstechen und bei 140 °C Umluft ca. 45 Minuten im vorgeheizten Ofen garen bis sie weich sind. Anschließend schälen, pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwiebel, Banane und den Apfel in Würfel schneiden und mit etwas Öl in einem Topf anbraten. Das Curry zu der angebratenen Masse geben, mit Weißwein ablöschen und die Sahne dazugeben. Die Masse weichkochen, pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Vor dem Servieren abschmecken und mit dem Mixer aufschäumen.

Orangen filetieren. Den aufgefangenen Saft (dazu auch die inneren Zwischenhäute mit der Hand auspressen) mit den Kapern und der in etwas Wasser angerührten Speisestärke in einem Topf zum Kochen

bringen, bis die Masse sämig wird. Topf vom Feuer nehmen und die Orangenfilets hinzufügen.

Die Langusten halbieren, etwas Öl und Salz zwischen Panzer und Fleisch verteilen. Die präparierten Langusten auf der Fleischseite mit Öl in einer heißen Pfanne kurz scharf anbraten. Sobald das Fleisch goldbraun ist, wenden und auf der Panzerseite ca. zwei bis drei Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen. Je nach gewünschtem Gargrad und Größe der Languste kann diese Zeit variieren.

Die gebratenen Langustenschwänze auf Tellern neben das Süßkartoffelpüree setzen, mit Orangenfilets und dem Curryschaum anrichten.

Über Spiny Lobster

**SPINY
LOBSTER**

GOURMET SEAFOOD
PRODUCTS

Die Spiny Lobster GmbH ist der einzige Direktimporteur von Langusten aus den Bahamas nach Europa. Das Unternehmen beliefert seine Kunden aus Gastronomie, Catering und anspruchsvollen Privathaushalten mit ganzen Langustenschwänze und – je nach Saison – Florida Stone Crabs. Mehr zu Spiny Lobster und dem Online-Shop finden Sie unter www.spinylobster.de

Fotos: Spiny Lobster GmbH

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

Hapag-Lloyd Cruises: zwei neue Expeditionsschiffe



pag-Direktor Albert Ballin hat vor 125 Jahren die moderne Kreuzfahrt erfunden. Wir sind mit unseren Schiffen „EUROPA“ und „EUROPA 2“ im Luxusmarkt bestens positioniert. Im Jubiläumsjahr stellen wir die Weichen für die Zukunft. Unser Expeditionssegment ist bereits heute erfolgreich und verspricht im 5-Sterne Bereich ein Wachstumspotenzial. Die Neubauten werden eine Weiterentwicklung und moderne Interpretation im Expeditionsbereich und sollen unsere führende Position in diesem Markt auch international verstärken.“

Die beiden Schiffe werden in der norwegischen Vard Werft der Vard Holdings Limited gebaut, einem Beteiligungsunternehmen der italienischen Fincantieri-Werft. Die Schiffe sind darüber hinaus mit modernster Technik und Umwelttechnik ausgestattet. Mit der höchsten Eisklasse für Passagierschiffe PC6 werden sie in den polaren Regionen Arktis, Antarktis, aber auch in Warmwasser-Destinationen wie dem Amazonas eingesetzt. Die bord-eigenen Zodiacs machen Anlandungen in Expeditionsgebieten ohne Häfen möglich, für wassersportliche Aktivitäten gibt es eine Marina.

- TUI Group setzt bei Hamburger Konzerntochter auf Wachstum
- Zwei Neubauten im 5-Sterne Expeditionssegment
- Indienstellung für Frühjahr und Herbst 2019 geplant
- Schiffe erhalten höchste Eisklasse für Passagierschiffe PC6

Die Flotte der Hapag-Lloyd Cruises erhält zwei neue Schiffe. Die TUI Group, der weltweit führende Touristikonzern, investiert in zwei Neubauten für ihre Hamburger Tochtergesellschaft Hapag-Lloyd Cruises. Die beiden neuen 5-Sterne Expeditionsschiffe sollen nach 20-monatiger Bauzeit im Frühjahr und Herbst 2019 in Dienst gestellt werden. Über finanzielle Details wurde Stillschweigen vereinbart.

Sebastian Ebel, Mitglied des Vorstands der TUI Group und verantwortlich für Kreuzfahrten: „Das Kreuzfahrtgeschäft bildet einen Schwerpunkt der TUI-Wachstumsstrategie. Die Investition in die beiden neuen Schiffe der Hapag-Lloyd Cruises unterstreicht unsere Ambitionen. Das Luxus- und Expeditionssegment von



Hapag-Lloyd Cruises setzt weltweit Standards.“

Fotos: Hapag-Lloyd Cruises

Karl J. Pojer, Vorsitzender der Geschäftsführung von Hapag-Lloyd Cruises: „Ha-

www.hl-cruises.de

MSC präsentiert den Mittelmeer-Sommer 2017 für Frühbucher mit attraktiven Inklusivleistungen

Frühbucher sichern sich jetzt das Vorteilspaket „Premium Alles Inklusive“ und sparen bis zu 375 Euro pro Person. Das Rundum-sorglos-Paket ist für ausgewählte MSC Mittelmeerkreuzfahrten im Sommer 2017 verfügbar und bis zum 31.10.2016 buchbar.

Im Rahmen des Vorteilspakets „Premium Alles Inklusive“ genießen Gäste rund um die Uhr eine große Auswahl an alkoholfreien und alkoholischen Markengetränken, Eis zum Mitnehmen und Heißgetränke. Diese sind rund um die Uhr in allen Bars und Restaurants erhältlich. Außerdem ist bereits das Internet Paket „Surfer“ enthalten, mit dem Passagiere entspannt im Internet surfen und mit Familie und Freunden in Kontakt bleiben.

Begleitet wird die Kommunikation der gesamten Frühbucherangebote von einer umfassenden Kampagne über verschiedene Kanäle wie OOH, TV, Print und Onlinemedien. Zentrale Botschaften sind die besonders attraktiven Frühbucherkonditionen sowie das MSC „Premium Alles Inklusive Paket“ für die Sommersaison 2017.

Preisbeispiele:

Mit der MSC Meraviglia den Zauber des westlichen Mittelmeers entdecken ab 739 Euro

Ab Genua bricht die MSC Meraviglia nach Neapel auf, wo die beeindruckenden Ruinen von Pompeji warten. In Neapel können Reisende diese Eindrücke im Archäologischen Nationalmuseum vertiefen: Dort sind zahlreiche Funde aus Pompeji und Herculaneum ausgestellt. Über Messina geht es nach La Valletta. In der maltesischen Hauptstadt tauchen Besucher in die bewegte Geschichte des Malteserordens ein. Im nächsten Hafen Barcelona gibt es den Modernisme, Barcelonas spezielle Spielart des Jugendstil, zu entdecken – und dessen bekanntestes Beispiel, Gaudís Sagrada Família, die zugleich zum

UNESCO-Weltkulturerbe zählt. Vor der Rückkehr nach Genua legt die MSC Meraviglia noch in der lebendigen französischen Hafenstadt Marseille an.

Auf der MSC Meraviglia erleben MSC Gäste außerdem ein exklusives Entertainment-Highlight auf See: Im Rahmen einer Partnerschaft mit Cirque du Soleil zeigt MSC an Bord eigens kreierte Programme der weltweit für ihre einzigartigen Artistik- und Akrobatik-Shows berühmten Künstler.

7 Nächte am 5. November 2017 ab/bis Genua ab 739 Euro p.P. in der Kategorie Innen, Bella, inkl. Premium Alles Inklusive Paket.

Mit der MSC Poesia das östliche Mittelmeer entdecken ab 739 Euro

Von Venedig aus geht es über Bari nach Katakolon: Dort erleben die Gäste die Ruinen Olympias, der archäologischen Stätte, an der über tausend Jahre lang die panhellenischen Spiele stattfanden. Auf der Insel Mykonos erholen sich Gäste an den malerischen Stränden, bevor sie vom nächsten Hafen der Reise, Piräus, aus die antiken Schätze Athens, wie den Parthenon-Tempel, entdecken. Anschließend bringt die MSC Poesia ihre Passagiere ins albanische Saranda und in die kroatische Hafenstadt Dubrovnik, deren Architektur eine spannende Mischung aus mittelalterlichen und barocken Elementen aufweist. Von den Stadtmauern aus eröffnet sich ein großartiger Ausblick über die Altstadt, die Insel Lokum und die Adria-Küste. Danach kehrt das Schiff nach Venedig zurück.

7 Nächte am 22. April 2017 ab/bis Venedig ab 739 Euro p.P. in der Kategorie Innen, Bella, inkl. Premium Alles Inklusive Paket.

Neue Wikinger-Programme für Lateinamerika-Fans

Costa Rica, Bolivien, Peru: Höhepunkte kompakt, Foto-Trip, zu Fuß, per Rad, Trekking

Bunte Röcke und schräge Hüte, Vulkane, tropischer Regenwald, Lamas, Inkakultur, Salzhotel ... Lateinamerika ist pure Vielfalt. Fünf neue Angebote kündigt Wikinger Reisen an: in Costa Rica die zweiwöchige Reise „Höhepunkte“, eine Fotoreise und Rad-Urlaub. In Bolivien die Linie „zu Fuß“ und in Peru ein Trekking. Immer dabei, wie bei jeder geführten Wikinger-Reise: ein vom Veranstalter ausgebildeter deutschsprachiger Wander- bzw. Radreiseleiter oder Trekkingguide. Ab sofort sind die Ferntrips 2017 buchbar.

Die kompakte Linie „Höhepunkte“ reiht in 16 Tagen ein Highlight ans nächste: Dazu gehören u. a. in Costa Rica die gigantischen Vulkane Poás und Arenal, das Nebelwaldreservat von Santa Elena und die Flusslandschaft am Río Frío.

Für alle, die nicht knipsen, sondern fotografieren wollen, kommt eine Extratour mit maximal 12 Teilnehmern.

Lockere Touren entlang von Kaffeeplantagen, Karibik und Pazifik, zwischendurch relaxte Stopps an Puderzuckerstränden. Eine traumhafte Vorstellung für Radfans. Die neue Reise „Pura Vida“ zwischen Pazifik- und Atlantikküste macht es möglich.

Die erfolgreiche Linie „zu Fuß“ startet jetzt auch in Bolivien. Höchstens 12-köpfige Wikinger-Gruppen starten eine „Zeitreise durchs Unbekannte“: zu traditionell gekleideten Marktfrauen, Kokablätter kauenden Männern und einem Straßenbild, das um Jahrzehnte zurück versetzt.

Noch sportlichere Südamerika-Fans trekken in Peru. Maximal 14 erobern gemeinsam den Santa Cruz-Trek in der Cordillera Blanca - inklusive Alpamayo-Base Camp.

Weitere Infos:
www.wikinger-reisen.de

www.msc-kreuzfahrten.de

Elefantenbrunnen erstrahlt in neuem Licht

Lobby des Hotel Adlon Kempinski nach Sechs-Millionen-Euro-Renovierung wiedereröffnet

„Wir haben uns insbesondere vom berühmten Elefantenbrunnen inspirieren lassen, einem Geschenk des Maharadscha von Patiala um 1930. Er liebte die feinen Dinge des Lebens und war vor allem für seinen aufwendigen Lebensstil bekannt“, erklärt die Innendesignerin, die für die gesamte Neugestaltung der öffentlichen Bereiche des Hotel Adlon Kempinski Berlin verantwortlich zeichnete, anlässlich der heutigen Wiedereröffnung der Lobby. Nach dreimonatiger



Umbau- und Renovierungsphase bei laufendem Betrieb und einer Investitionssumme von sechs Millionen Euro erstrahlt das Herzstück des Hauses jetzt in neuem Glanz: architektonisch optimiert und ausgestattet mit neuem Interieur und modernem Lichtkonzept.

„Zeitloser, eleganter Luxus im klassischen Grandhotelambiente - so haben wir den Stil des Maharadschas mit Leben gefüllt“. Ausgesuchte Antiquitäten und elegante Möbel aus Italien, prunkvolle Kronleuchter aus Murano-Glas und wertvolle Materialien wie Kalkstein, Leder, Messing und Onyx sind die charakteristischen Merkmale des neuen Designs. Die Farben sind reich und glänzend in Anlehnung an den

indischen Stil des Maharadschas gewählt: warmes Gold, Türkis, Blaugrau und Silber. „Das Hotel Adlon zählte bereits im frühen 20. Jahrhundert zu den besten Grandhotels der Welt.“

Neues Schmuckstück des Hauses

Star der neuen Lobby - zwischen Haupttreppe und Gästeaufzügen - ist der 750 Kilogramm schwere, 3,5 Meter lange und mit 390 Glasprismen bestückte Lüster mit einem Durchmesser von 1,5 Metern. Gefertigt wurde dieses edle Einzelstück aus feinstem Murano-Glas vom venezianischen Traditionsunternehmen Venini. Des Weiteren taucht ein aufwendiges Lichtsystem, das beispielsweise jede einzelne der mit Blattgold verzierten Deckenkassetten aus vier Positionen beleuchtet, die neue Lobby in weiches, goldenes Licht. Im Mittelpunkt nach wie vor: der berühmte Elefantenbrunnen, der mit modernen Lichteffekten neu in Szene gesetzt wird und die Blicke auf sich zieht. Direkt darüber die klassizistische Glaskuppel mit ihren über 180 einzelnen Glassternen, die durch eine neue Innen- und Außenbeleuchtung die warme Atmosphäre im Lobbybereich unterstreicht.

Foto: Hotel Adlon Kempinski Berlin

Hotel Adlon Kempinski Berlin
Unter den Linden 77
10117 Berlin
Tel.: +49 30 2261 0
www.kempinski.com
www.globalhotelalliance.com



So schön ist der Herbst: Kastanienzauber an der Südlichen Weinstraße

Von Genussstouren durch die Weinberge und den kulinarischen Seiten der goldenen Jahreszeit

Die Herbstzeit steht an der Südlichen Weinstraße nicht nur für erlesene Weine und farbenfrohe Wälder, sondern auch für ganz besondere kulinarische Genüsse. Einzigartig in Deutschland wird in der Südpfalz alljährlich im Herbst ausgiebig die Zeit der Esskastanie, die sogenannte „Keschdezeit“, zelebriert. Die Esskastanie kommt überwiegend in mediterranen Ländern und Gegenden vor und ist für deutsche Verhältnisse sehr ungewöhnlich. Und das ist ein Grund ihren einmaligen Geschmack zu würdigen. So wird sie zu herrlich köstlichen Gerichten, wie Keschdesuppe, -saumagen, -rollbraten oder -parfait verarbeitet. Vom 1. Oktober bis 15. November 2016 können Urlauber während der „Kastanientage in der Südpfalz“ diese kleinen Delikatessen in all ihren Variationen kennen lernen – am besten mit einem Glas neuen Wein.

„Die Kastanie ist des südlichen Klimas bester Zeuge ...“. Schon die Römer brachten das mediterrane Gewächs zusammen mit dem Wein in die Pfalz.

Die Kastanienbäume prägen die Vegetation zwischen Pfälzerwald und der Südlichen Weinstraße. Diese alte Kulturlandschaft durchquert der rund 64 Kilometer lange „Pälzer Keschdeweg“. Der Wanderweg führt durch das Biosphärenreservat Naturpark Pfälzerwald hinaus ins sonnige Weinland.

Foto: Südliche Weinstrasse e.V.

www.keschdeweg.de
www.suedlicheweinstrasse.de

Kulinarische Frische

Thomas Strasser bittet als neuer Chefkoch im Hotel Post Lermoos zu Tisch

Wahre Gipfelgenüsse verspricht das familiengeführte Vier-Sterne-Superior-Hotel Post Lermoos, dessen kulinarische Kreationen sich ganz nach dem Motto des Hauses, „genussvoll genial“, durch Stilsicherheit, Kreativität und Heimatverbundenheit auszeichnen. Im Mittelpunkt steht dabei die Kunst, tradierte Genüsse zu erhalten und diese mit neuen Ideen zu kombinieren, um den Gästen so exzellente Gourmeterlebnisse zu garantieren. Verantwortlich zeichnet dafür seit kurzem der sterneprämierte Chefkoch Thomas Strasser, der bereits in verschiedenen renommierten österreichischen Häusern tätig war. Seine Frau Maria hat die Leitung des Spas übernommen.

Gourmetbühne frei für Thomas Strasser: Der gelernte Koch aus Kärnten schwingt seit kurzem den Meisterkochlöffel im eleganten Vier-Sterne-S-Hotel Post Lermoos und bringt kulinarische Frische in die alpine Wellnessküche aus Tirol und aller Welt.

Der Sternekoch, der schon als Kind große Freude am Kochen hatte, bringt Erfahrungen aus bekannten Fünf-Sterne-Häusern mit, etwa dem „Grand Spa Resort A-Rosa“ in Kitzbühel oder dem Relais & Chateaux SPA Hotel Jagdhof in Neustift, in dem er für seine Leidenschaft zur Gourmetküche mit drei Hauben geehrt wurde. Weitere Auszeichnungen folgten unter anderem von Gault Millau, Relax Guide und Falstaff.

Vor allem Regionalität und Saisonalität werden bei Strasser groß geschrieben. Neben Klassikern der Tiroler Küche präsentiert er gerne auch einmal gewagtere Kreationen. Mit viel Liebe zum Detail und geprägt von internationalen Einflüssen, die er beispielsweise von seinen Reisen nach Australien und Südostasien mitgebracht hat, entwirft der leidenschaftliche Koch seine kulinarischen Kreationen.

Verstärkung erhält das Hotel Post Lermoos zudem von Strassers Frau Maria: Die gelernte Kosmetikerin und Masseurin übernimmt ab sofort die Leitung des Spa-Bereichs. Das Vier-Sterne-Superior-Hotel



Der neue Küchenchef in der Post Lermoos: Thomas Strasser

ist nicht nur bekannt für seine ausgezeichnete Gourmetküche, sondern bietet auch ausgiebig Raum zum Entspannen. Das Post Alpin Spa gehört zu den renommierten Best Wellness Hotels Österreichs und ist Mitglied der Health & Spa-Premium Hotels. Auf 2.000 Quadratmetern verwöhnt der Alpin Spa mit Signature Treatments von Vinoble, Pflegeprodukten von !QMS Medicosmetics und hochwertigen Treatments auf der Basis von Alpenblumen und wertvollen Bergkräutern von alpienne und Balance Alpine 1000+. Die Vitalwelt präsentiert sich mit einem frisch renovierten Innen- und Außenpool mit insgesamt 180 Quadratmetern Wasserfläche, einem Laconium, Sole-, Kräuter- und Aromadampfbädern, einer Tiroler Schwitzstube sowie einer Biosauna.

Um ihr kulinarisches Niveau zu unterstreichen, ist die Post Lermoos seit Juli 2016 Mitglied der Kooperation „Genießerhotels“. Die Vereinigung feinsten Hoteladressen in Österreich, Deutschland, Südtirol und der Schweiz setzt neben persönlicher Atmosphäre auf außergewöhnliche Kulinarik und exquisite Weinkultur. Wichtig ist den Betreibern daneben die Unterschiedlichkeit der einzelnen Häuser.

Foto: Post Lermoos/Mario Rabensteiner

Weitere Informationen unter
www.geniesserhotels.com

Weitere Informationen und Buchungen
online unter www.post-lermoos.at

10 Jahre Thomas Bühner im la vie und kein Stern zu wenig!!

Zum Schluss das Beste

Kulinarischer lässt sich ein Jubiläum nicht begehen. Als letzter in der Reihe der Jubelköche die bei Thomas Bühner ihre Aufwartung gemacht haben kommt Björn Frantzén 2 Sternechef im Stockholmer Restaurant „Frantzén“.



Björn Frantzén, Jubiläums-Gastronom aus Stockholm

Am 31. Oktober verwöhnt der Schwede die Gäste im la vie. Er zählt zu den besten Vertretern der nordischen Küche.

Rauchige, schwere Aromen wechseln sich mit fruchtigen und frischen Elementen ab. Durch dieses Wechselspiel verschiedener Geschmacksnoten entsteht ein raffiniertes Gesamtkunstwerk.

Er und sein Team um Küchenchef Marcus Jenmark sprühen vor Kreativität und schaffen so geschmackliche wie visuelle Kunstwerke. Außer dem FRANTZÉN bedient Björn noch ganz unterschiedliche Konzepte für unterschiedliche Anlässe, wie z. B. The Flying Elk, Catering Frantzén, Salle de Banquet und das Gaston mit großem Erfolg. Verpassen Sie diesen Abend auf keinen Fall.

Foto: Fredrik Skogkvist

la vie
Kranstr. 1-2

49074 Osnabrück

Tel: +49 (0) 541 33 11 50
info@restaurant-lavie.de

Vorweihnachtliche Stimmung im Schlosshotel Kronberg

Der romantische Weihnachtsmarkt findet im Schlosshotel Kronberg vom 01. bis zum 22. Dezember 2016 auf der winterlichen Schlossterrasse von 16:30 Uhr bis 22:00 Uhr statt und ist gleichermaßen für Agenturen, Firmen sowie Privatpersonen buchbar.

Mit einem Pauschalbetrag von € 80,- pro Person* stehen winterliche Weihnachtsbuden mit allerlei weihnachtlichen Köstlichkeiten und Getränken uneingeschränkt zur Verfügung. *Preis inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer

Lassen Sie sich von dem Zauber der Vorweihnachtszeit einfangen und genießen Sie einige Stunden in einem besonderen Ambiente! Passend zu einer Atmosphäre, wie sie sich auf einem Weihnachtsmarkt gehört, werden unter anderem Spezialitäten wie Glühwein, heiße Caipirinha, Maronen und verschiedene Sorten Weih-



Schlosshotel Kronberg: Lobby

nachtsgebäck sowie allerlei herzhaftes und süße Speisen gereicht. Fernab vom dichten Gedränge auf den öffentlichen Weihnachtsmärkten, bietet das Schlosshotel eine einzigartige Veranstaltung.

Foto: Schlosshotel Kronberg

Anfrage telefonisch unter den
Rufnummern 06173/701-566 oder
06173/701-564
www.schlosshotel-kronberg.de



Die größte Urlaubsvielfalt

AIDA Cruises präsentiert Katalog 2017/2018

Unter dem Titel: „ERLEBEN SIE URLAUB NEU!“ erscheint im Oktober 2016 der neue AIDA Katalog für den Reisezeitraum März 2017 bis April 2018. 2017/2018 führen AIDA Reisen in 70 Länder auf sechs Kontinenten. Zwölf Schiffe der AIDA Flotte nehmen auf 130 verschiedenen Routen Kurs auf über 215 Häfen weltweit.

Erste Highlights aus dem neuen Katalog hat das Kreuzfahrtunternehmen im September 2016 der Öffentlichkeit vorgestellt.

AIDA Selection

Für weltoffene Entdecker hat AIDA ein neues Urlaubsangebot entwickelt: AIDA Selection. Mit diesem neuen Programm folgt das Kreuzfahrtunternehmen den Wünschen vieler Gäste, per Schiff Land und Leute auf einzigartige Weise zu erleben.

AIDA Selection steht für außergewöhnliche Reisen auf faszinierenden Routen zu neuen Regionen oder exklusiven Häfen mit den Schiffen der ersten AIDA Generation: AIDAaura, AIDAcara und AIDAvita.

Auf ausgedehnten Landausflügen haben die Gäste die Möglichkeit, beeindruckende Landschaften und Kulturen von einer ganz anderen Seite kennenzulernen.

An Bord genießt der Gast die persönliche und entspannte Atmosphäre dieser AIDA Schiffsklasse. Das individuell gestaltete Entertainmentprogramm nimmt Bezug auf die landestypische Kultur der angesteuerten Destinationen. In den Restaurants erwartet die Gäste ein exklusives kulinarisches Angebot an regionalen Spezialitäten, die auf die Destinationen abgestimmt sind.

Alle Reisen aus dem neuen AIDA Selection Programm sind ab sofort buchbar. Auf www.aidaselection.de werden nicht nur alle Reisen und das neue Bordprogramm vorgestellt. In inspirierenden Videos und Interviews werden auch die einzelnen Destinationen und ihre Bewohner näher gebracht.

Fotos: AIDA Cruises

**Die Reisen sind in jedem guten
Reisebüro buchbar, oder unter:
www.aida.de**



Internationale Partnerschaft zwischen Relais & Châteaux und Slow Food

Mit ihrem Manifest setzt sich die exklusive Hotel- und Restaurantvereinigung Relais & Châteaux für den Erhalt des kulinarischen Erbes der Welt ein. Die Organisation Slow Food identifiziert und listet bedrohte Lebensmittel, um sie zu bewahren. Daraus entsteht die neue internationale Partnerschaft zwischen Relais & Châteaux und dem Projekt „Arche des Geschmacks“ von Slow Food.

Die zunehmende Industrialisierung der Landwirtschaft und der Lebensmittelerzeugung führt zum Schwund von frischen Produkten. Wie der Name besagt, geht es Slow Food bei der Arche des Geschmacks um die Rettung einer von der Vernichtung bedrohten Vielfalt und dem kulinarischen Erbe von Pflanzen, Tieren sowie dem Knowhow für bestimmte Zubereitungsarten. Diese Arche ist ein Verzeichnis, in das seit 1996 mehr als 3.656 gefährdete Produkte aus der ganzen Welt aufgenommen wurden. Weitere 1.638 Nominierungen werden überprüft. In Deutschland reicht das Spektrum der Arche des Geschmacks von der Alblinse über Berliner Weiße, vom Rhönschaf bis hin zum Würchwtitzer Milbenkäse.

Das Netzwerk von Relais & Châteaux trägt zur Arche des Geschmacks bei, indem es seine Hoteliers und Köche dazu anhält, auf bedrohte Lebensmittel ihrer Region aufmerksam zu machen. Slow Food steht bei dieser Sensibilisierung- und Mobilisierungskampagne beratend zur Seite.

Michel Bras, Chefkoch und Botschafter der Bewegung: „Ich stamme aus dem Aubrac, einer Gegend fernab der großen

Städte, die in den 60er Jahren während der Grünen Revolution beinahe ihre Identität verloren hätte. Heute ist sie ein gutes Beispiel dafür, dass nicht nur Lachse gegen den Strom schwimmen müssen, um die Zukunft nachfolgender Generationen zu sichern. Ich bewundere den Kampf, den Carlo Petrini mit Slow Food führt. Ein Kampf für eine umweltbewusste Ernährung. Ich habe Respekt vor unseren Landwirten, die den Kampf begannen, als alle, bis auf ein paar Verrückte wie die Bewohner des Aubrac, glaubten, die Zukunft läge woanders.“



Michel Bras

Carlo Petrini, Gründer und internationaler Präsident von Slow Food: „Alle Küchen der Welt sollten mit dem gleichen Respekt behandelt werden. Es ist nötig, regionale Produkte und ihre Zubereitungsweisen zu rehabilitieren und bekannt zu machen. Dieses Können droht ebenso wie die biologische Vielfalt von Pflanzen



Carlo Petrini

und Tieren, die sie einst hervorbrachten, verloren zu gehen. Sonst treten die Nahrungsmittelindustrie und eine intensive Landwirtschaft in den Fängen der Chemie und des Weltmarkts an ihre Stelle. Ich spreche von der Befreiung der Gastronomie. Daher begrüße ich das Engagement von Relais & Châteaux, sich im Sinne ihres schönen Manifests täglich für den Erhalt der Biodiversität von Nahrungsmitteln und der kulturellen Vielfalt einzusetzen, indem sie überall auf der Welt die regionale Küche zu Ehren bringen. Es ist mir ein Vergnügen, Relais & Châteaux auf unserem gemeinsamen Weg zu guter, sauberer und fairer Ernährung an unserer Seite zu haben.“

Foto: Bras, C. Bousquet, Alberto Peroli

www.relaischateaux.com

Glutenfrei genießen auf Mallorca

Sheraton Mallorca Arabella Golf Hotel –
Sicheres Reisen für Zöliakie-Betroffene

Zöliakie-Betroffene können im Sheraton Mallorca jetzt glutenfrei schlemmen und aus einer Menükarte mit 40 Gerichten wählen. Das Golf-, Familien-, Sport- und Wellnesshotel kommt mit dem neuen Angebot der steigenden Nachfrage nach glutenfreien Gerichten nach – sei es aufgrund einer ärztlich diagnostizierten Gluten-Unverträglichkeit, einer Weizensensitivität oder weil Gäste aufgrund einer bewussten, gesunden Ernährung kein Klebereiweiß zu sich nehmen möchten.



Mandelkuchen

Glutenfrei und Genuss schließen sich nicht aus – das zeigt die neue Menükarte des Sheraton Mallorca mit 40 frischen Gerichten, die kalte und heiße Vorspeisen, Tapas, Snacks, Nudel-, Reis-, Fisch- und Fleischgerichte sowie Desserts umfasst. Ein warmer Wrap mit Gemüse und Feta, das klassische Club-Sandwich oder gratinierte Hummercannelloni mit Beurre Blanc und Trüffelöl sind ebenso Teil der Karte wie die Kartoffelcremesuppe mit glutenfreiem Knoblauchbrot, der Rindfleisch-Burger mit Cheddar oder der mallorquinische Mandelkuchen mit Eis. Die glutenfreien Gerichte sind ab sofort verfügbar und können auch auf das Zimmer bestellt werden.

Foto: Sheraton Mallorca Arabella Golf Hotel

www.sheraton.com/mallorca



Ein verlässlicher Begleiter zu den besten
Hotels und Restaurants in Deutschland

Der Varta-Führer 2017

Hotels und Restaurants in Deutschland

MAIRDUMONT
1500 Seiten, 29,99 Euro
ISBN: 978-3-829-73539-1

Der Varta-Führer gehört zu den wenigen unabhängigen Hotel- und Restaurantführern im Land. Alle Hotels und Restaurants des Varta-Führers sind auch über die täglich aktualisierte Website online abrufbar. Auf www.varta-guide.de können Hotelverfügbarkeiten abgefragt, Übernachtungen gebucht und Tischreservierungen vorgenommen werden. Der Varta-Führer beschäftigt sich nicht ausschließlich mit der Spitzengastronomie und -hotellerie. Er dient allen, die gerne reisen und Wert auf gutes Schlafen und Essen legen als nützliches Nachschlagewerk.



Ein Muss für alle Backfeen!

Sweet & Easy - Enie backt

Meine neuen Backrezepte

Enie van de Meiklokjes
Tre Torri Verlag
160 Seiten, 19,90 Euro
ISBN: 978-3-960-33000-4

Die beliebte TV-Moderatorin Enie van de Meiklokjes präsentiert die schönsten und kreativsten Rezepte aus ihrer Sendung „Sweet & easy - Enie backt“. Und weil das Auge mitisst, gibt's bunte Deko- und Verpackungsideen gleich mit dazu. Auf 160 Seiten präsentiert Enie die schönsten und kreativsten Rezepte aus ihrer gleichnamigen Sendung: Klassiker, Evergreens und Enies persönliche Favoriten wie Käse-Spinat-Muffins oder Lagkake - ein dänischer Schichtkuchen. Insgesamt 80 Rezepte und zahlreiche Farbfotos bringen dem Leser die große Welt des Backens näher.



Köstlicher Orient!

Das orientalische Kochbuch

Ulrike Plessow und Annegret Ritter (Illustratorin)
Verlagshaus Jacoby & Stuart GmbH
160 Seiten, 19,95 Euro
ISBN: 978-3-946-53914-3

Ulrike Plessow hat ihre Schwiegermutter Kahire überreden können, die 60 besten Rezepte und schönsten Geschichten ihrer Familie mit uns zu teilen: Neben den sündhaft köstlichen Süßspeisen, die der Familie Tatlıci ihren Namen gaben (Tatlıci bedeutet nämlich der »Süßigkeitenmacher«), gibt es natürlich auch zahlreiche Meze in Form von herrlichen Pasten und Salaten, herzhaft Suppen und Eintöpfe, Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichte sowie zahlreiche Teigspeisen, für die die Küche des Orient so berühmt ist. Annegret Ritter hat für ihre Illustrationen traditionelle orientalische Dekors aufgegriffen und die Speisen appetitlich und ansprechend porträtiert.



Lese- und Bilderbuch
über Helmut Kohl

Helmut Kohl und der Mantel
der Geschichte

Gernot Sittner
Süddeutsche Zeitung Edition
432 Seiten, 24,90 Euro
ISBN: 978-3-864-97346-8

Dieses Buch lässt noch einmal eine Ära gegenwärtig werden, die Helmut Kohls Namen trägt, der anfangs unterschätzt und belächelt wurde, viel Stoff für Satire und Kabarett abgab, der dann in der Wende 1989/90, seine Prüfung zum Staatsmann ablegte und zur denkmalreifen Figur aufstieg, aber am Ende das Opfer seiner Selbstüberschätzung wurde. Entstanden ist ein Lese- und Bilderbuch über Helmut Kohl, mit Texten aus den Tiefen des SZ-Archivs, vielen Bildstrecken, Anekdoten, persönlichen journalistischen Eindrücken und zahlreichen O-Tönen vom Kanzler der Einheit.



Spannende Frauenschicksale

Bühlerhöhe

Brigitte Glaser
List Hardcover
448 Seiten, 20,00 Euro
ISBN: 978-3-471-35126-0

Rosa Silbermann wird 1952 mit einem geheimen Auftrag in das Nobelhotel Bühlerhöhe geschickt. Die in den 1930ern aus Köln nach Palästina emigrierte Jüdin arbeitet für den israelischen Geheimdienst. Ihre Gegenspielerin ist die misstrauische Hausdame Sophie Reisacher. Die musste 1945 das Elsass verlassen und sucht ihre Chance zum gesellschaftlichen Aufstieg. Beide haben erlebt, was es heißt, wenn ein ganzes Land neu beginnen will. Keine von ihnen vertraut der beschaulichen Landschaft des Schwarzwalds. Und beide wissen von einem geplanten Attentat auf Bundeskanzler Adenauer, wobei jede ihre eigenen Pläne verfolgt. Zwei Frauen in einer Männerwelt, in der es um Macht, Geschäfte und alte Seilschaften geht – und irgendwann um Leben und Tod.



Was im Alter wirklich
guttut (oder nicht) ...

Not Too Old to Rock, n' Roll

Die 77 größten Irrtümer über das Älterwerden

Michael Prang
C.H.Beck, 189 Seiten, 11,95 Euro
ISBN: 978-3-406-68843-0

Die Rolling Stones mit ihren im Schnitt 72 Jahren füllen immer noch die Konzertarenen. Und die Unternehmerin Heidi Hetzer fährt auch mit 78 Jahren in ihrem Oldtimer weiter um die Welt. An Vorbildern für ein tatkräftiges Alter fehlt es nicht, aber dennoch halten sich hartnäckig alte Vorurteile. Dabei kann jeder selbst eine Menge tun, um auch im Alter fit und zufrieden zu sein. Weder werden im Alter alle Haare grau, noch schrumpft ab 60 der Körper. Und wussten Sie, dass wir nicht nur immer älter werden, sondern meist in der zweiten Lebenshälfte auch glücklicher sind? Dieses Buch räumt auf mit den größten Irrtümern über das Älterwerden und sagt, wie es wirklich ist. Es sorgt dafür, dass sich Menschen künftig ohne Vorurteile mit dem Älterwerden auseinandersetzen, die Herausforderungen des Alterns annehmen und die wirklichen Grenzen leichter meistern.



Über verdrängte Sehnsucht und die zerstörerische Macht des Ungesagten

Was ich euch nicht erzählte

Celeste Ng
dtv Verlagsgesellschaft
288 Seiten, 19,90 Euro
ISBN: 978-3-423-28075-4

„Lydia ist tot.“ Der erste Satz, ein Schlag, eine Katastrophe. Am Morgen des 3. Mai 1977 erscheint sie nicht zum Frühstück. Am folgenden Tag findet die Polizei Lydias Leiche. Mord oder Selbstmord? Die Lieblingstochter von James und Marilyn Leewar ein ruhiges, strebsames und intelligentes Mädchen. Für den älteren Bruder Nathan steht fest, dass der gutaussehende Jack an Lydias Tod Schuld hat. Marilyn, die ehrgeizige Mutter, geht manisch auf Spurensuche. James, Sohn chinesischer Einwanderer, bricht vor Trauer um die Tochter das Herz. Allein die stille Hannah ahnt etwas von den Problemen der großen Schwester. Was bedeutet es, sein Leben in die Hand zu nehmen? Welche Kraft hat all das Ungesagte, das Menschen oft in einem privaten Abgrund gefangen hält? Nur der Leser erfährt am Ende, was sich in jener Nacht wirklich ereignet hat.

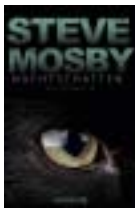


Wunderbar leicht und klug geschriebener Roman

Emilienne oder die Suche nach der perfekten Frau

Anne Berest
Knaus, 240 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-8135-0732-4

Für Emilienne ist ihre Nachbarin Julie das leuchtende Vorbild – all das, was sie, der nette Kumpeltyp, niemals sein wird: die perfekte Mutter, die perfekte Karrierefrau, die perfekte Ehefrau, die perfekte Gastgeberin ... bis zum perfekten Zusammenbruch. An dem Tag beschließt Emilienne, dass es ihr mit all den an die Frauen herangetragenen Ansprüchen reicht. Gibt es das überhaupt, von dem alle sprechen und nach dem alle trachten: die perfekte Frau? Sie beschließt, sich auf die Suche zu machen.



Spannung, die einem die Armhaare hochstellt

Nachtschatten

Steve Mosby
Droemer
432 Seiten, 14,99 Euro
ISBN: 978-3-426-30468-6

Detective Inspector Zoe Dolan und ihr Team sehen sich einem Alptraum gegenüber. Ein Stalker, der nachts lautlos in die Wohnungen von jungen Frauen eindringt, um sie zu misshandeln und zu vergewaltigen, sorgt für Panik und Misstrauen. Es hat den Anschein, als würden seine Attacken immer brutaler. Um sich eine trügerische Intimität vorzugaukeln, liebt es der Creeper, bereits im Schlafzimmer unter dem Bett zu liegen, wenn die jungen Frauen von der Arbeit zurückkehren. Zoe Dolan ist überzeugt, dass es nur noch eine Frage der Zeit ist, bis der Unbekannte zum Killer wird.



Aus dem Brennglas aktueller Probleme

Geronimo

Leon de Winter
Diogenes
448 Seiten, 24,0 Euro
ISBN: 978-3-257-06971-6

„Geronimo“ lautete das Codewort, das die Männer vom Seals Team 6 durchgeben sollten, wenn sie Osama bin Laden gefunden hatten. Doch ist die spektakuläre Jagd nach dem meistgesuchten Mann der Welt wirklich so verlaufen, wie man uns glauben macht? „Kill or capture“ – so lautete der Auftrag der Männer vom Seals Team 6, wenn sie Osama bin Laden gefunden hatten. Nach ihrer spektakulären Aktion im Mai 2011 hielt die Welt den Atem an. Doch ist die Operation damals wirklich so verlaufen, wie man uns offiziell glauben macht? Leon de Winter hat eine geheime Hintergrundgeschichte dazu erfunden, die verblüffend real klingt.



Gefühlsvolles Familiendrama

Die Spuren meiner Mutter

Jodi Picoult
C. Bertelsmann
512 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-570-10236-7

Die dreizehnjährige Jenna sucht ihre Mutter. Alice Metcalf verschwand zehn Jahre zuvor spurlos nach einem tragischen Vorfall im Elefantenreservat von New Hampshire, bei dem eine Tierpflegerin ums Leben kam. Nachdem Jenna schon alle Vermisstenportale im Internet durchsucht hat, wendet sie sich in ihrer Verzweiflung an die Wahrsagerin Serenity. Diese hat als Medium der Polizei beim Aufspüren von vermissten Personen geholfen, bis sie glaubte, ihre Gabe verloren zu haben. Zusammen machen sie den abgehalfterten Privatdetektiv Virgil ausfindig, der damals als Ermittler mit dem Fall der verschwundenen Elefantenforscherin Alice befasst war. Mit Hilfe von Alices Tagebuch, den damaligen Polizeiakten und Serenities übersinnlichen Fähigkeiten begibt sich das kuriose Trio auf eine spannende und tief bewegende Spurensuche – mit verblüffender Auflösung.



Tiefgreifend, emotional und einleuchtend

Bevor ich jetzt gehe:

Was am Ende wirklich zählt –
Das Vermächtnis eines jungen Arztes

Paul Kalanithi
Knaus, 208 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-813-50725-6

Was macht das eigene Leben lebenswert? Was tun, wenn die Lebensleiter keine weiteren Stufen in eine vielversprechende Zukunft bereithält? Was bedeutet es, ein Kind zu bekommen, neues Leben entstehen zu sehen, während das eigene zu Ende geht? Bewegend und mit feiner Beobachtungsgabe schildert der junge Arzt und Neurochirurg Paul Kalanithi seine Gedanken über die ganz großen Fragen.

Millionen Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen unwirksam?

Nach aufsehenerregendem Beschluss des Bundesgerichtshofs sollten alte Dokumente geprüft werden

In seinem Beschluss vom 06.07.2016 hat sich der Bundesgerichtshof (BGH) mit den Anforderungen beschäftigt, die Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung im Zusammenhang mit dem Abbruch von lebenserhaltenden Maßnahmen erfüllen müssen.

Im dem Beschluss zugrundeliegenden Prozess stritten drei Töchter über den richtigen Umgang mit ihrer pflegebedürftigen Mutter. Die 1941 geborene Betroffene erlitt 2011 einen Hirnschlag. Im Krankenhaus wurde ihr eine Magensonde gelegt, über die sie seitdem versorgt wird. Im Januar 2012 wurde sie in ein Pflegeheim aufgenommen. Die zu diesem Zeitpunkt noch vorhandene Fähigkeit zur verbalen Kommunikation verlor sie im Frühjahr 2013; nur wenig später dann das gesamte Bewusstsein.

In zwei als „Patientenverfügung“ betitelten Schriftstücken hatte sie sich für den Fall eines Gehirnschadens gegen „lebensverlängernde Maßnahmen“ ausgesprochen. An eine dieser „Patientenverfügungen“ angehängt war die einer ihrer Töchter erteilte Vorsorgevollmacht, an ihrer Stelle mit der behandelnden Ärztin alle erforderlichen Entscheidungen abzusprechen, ihren Willen im Sinne der Patientenverfügung einzubringen und in ihrem Namen Einwendungen vorzutragen, die die Ärztin berücksichtigen solle. Außerdem hatte die Betroffene 2003 in einer notariellen Vollmacht jener Tochter Generalvollmacht erteilt. Diese berechnete zur Vertretung auch in Fragen der medizinischen Versorgung und Behandlung. Die Bevollmächtigte könne „in eine Untersuchung des Gesundheitszustands, in eine Heilbehandlung oder in die Durchführung eines ärztlichen Eingriffs einwilligen, die Einwilligung hierzu verweigern oder

zurücknehmen“. Die Vollmacht enthielt zudem die Befugnis, über den Abbruch lebensverlängernder Maßnahmen zu entscheiden mit dem Zusatz, dass die Betroffene im Falle einer zum Tode führenden Erkrankung keinen Wert auf solche Maßnahmen lege, wenn feststehe, das eine Besserung des Zustands nicht erwartet werden könne.



Rechtsanwältin Katharina Kroll

Die bevollmächtigte Tochter und die behandelnde Hausärztin sind der Auffassung, dass der Abbruch der künstlichen Ernährung gegenwärtig nicht dem Willen der Betroffenen entspricht. Demgegenüber vertreten die beiden anderen Töchter die gegenteilige Meinung.

Nach Auffassung der BGH-Richter sind die Verfügungen der Betroffenen nicht konkret genug. Weder die privatschriftlichen Schriftstücke noch die notarielle Vollmacht enthalten bindende, auf den Abbruch der künstlichen Ernährung gerichtete Anordnungen oder Befugnisse.

Die Äußerung, „keine lebenserhaltenden Maßnahmen“ zu wünschen, sei jedenfalls für sich genommen keine hinreichend konkrete Behandlungsentscheidung.

Die Anforderungen an die Bestimmtheit einer Patientenverfügung dürfen nach dem Beschluss des BGH aber auch nicht überspannt werden. Vorausgesetzt werden könne nur, dass der Betroffene umschreibend festlegt, was er in einer bestimmten Lebens- und Behandlungssituation will und was nicht.

Diejenigen, die in der Vergangenheit bereits Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen errichtet haben, sollten diese Dokumente nunmehr auf den Prüfstand stellen.

Insbesondere bei der Formulierung von Patientenverfügungen sind die strengen Anforderungen des BGH zu berücksichtigen. Wichtig ist unter anderem, dass die Verfügung zunächst die Situationen beschreibt, in der die Willenserklärung gelten soll. Sodann müssen die lebenserhaltenden Maßnahmen beschrieben werden, die in einer dieser Situationen unterlassen oder ergriffen werden sollen. Man sollte sichergehen, dass die Formulierungen spezifisch genug sind, um den Anforderungen des BGH zu genügen.

Foto: Katharina Kroll

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

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



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

Neues aus der Wissenschaft

Langzeit-Interventionsstudie zum moderaten Konsum ist sinnvoll und möglich

Ist der moderate Konsum alkoholischer Getränke wirklich gut für Herz und Hirn? Schützt er tatsächlich vor Diabetes? Gibt es bei moderaten Trinkmengen auch negative gesundheitliche Auswirkungen oder existiert doch eine „sichere“ Verzehrmenge? Zu diesen und weiteren Fragen liegt inzwischen eine große Fülle an wissenschaftlichen Daten vor. Sie zeigen über Jahrzehnte sehr konsistent und biologisch plausibel, dass ein moderater Genuss mit verminderten Risiken für Herzinfarkt, Herzversagen, ischämischen Schlaganfall, Diabetes, Osteoporose, Oberschenkelbrüche, Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse sowie Demenz einhergeht. Trotz der großen Datenmenge mit konsistenten Ergebnissen bemängeln Kritiker gelegentlich das Fehlen langfristig angelegter Interventionsstudien, um letzte Zweifel auszuräumen.

Der Goldstandard fehlt – noch!

Randomisiert-kontrollierte Interventionsstudien gelten als Goldstandard: Zwar sind auch diese Studien nicht ohne methodische Probleme, doch erlauben sie – anders als Beobachtungsstudien, die nur statistische Korrelationen aufzeigen können – eine Aussage über Ursache und Wirkung. Dazu ist es notwendig, genügend geeignete Studienteilnehmer nach dem Zufallsprinzip (randomisiert) in eine Kontroll- und eine oder mehrere Interventionsgruppen zu unterteilen. Sie sollten sich möglichst nur durch die jeweilige Intervention, z. B. den regelmäßigen Weingenuss, unterscheiden. Nach ausreichend langer Zeit, die bei chronischen Erkrankungen mehrere Jahre umfasst, kann dann ausgewertet werden, ob die Intervention das Auftreten der untersuchten

Krankheit beeinflusst hat, in welcher Weise und in welchem Ausmaß.

Was einleuchtend klingt, ist in der Praxis allerdings aufwändig und kaum vorstellbar: Finden sich genug geeignete Teilnehmer? Sind sie bereit, sich über mehrere Jahre an die Vorgaben zu halten,

Gesundheitliche Effekte des moderaten Alkoholkonsums sollten und können in einer Langzeit-Interventionsstudie überprüft werden

- moderater Konsum: bis zu 2 Drinks (à 14 g Alkohol) pro Tag für Männer und bis zu 1 Drink täglich für Frauen
- ist weltweit üblich und weiter verbreitet als Missbrauch
- sehr viele epidemiologische Studien
- Dutzende kleiner Crossover- und Interventionsstudien
- ergaben über Jahrzehnte konsistente Assoziationen zu diversen chronischen Erkrankungen bzw. Risikofaktoren
- biologisch plausible Mechanismen beschrieben
- meist positive, aber auch negative Assoziationen

Mukamal, KJ et al.: Moderate alcohol consumption and chronic disease: The case for a long-term trial. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research* 2016, doi: 10.1111/acer.1323

beispielsweise nur Wein oder Wasser zu trinken? Aufgrund der vielen Unwägbarkeiten, die das tägliche Essen und Trinken der Menschen begleiten, hielten viele große Interventionsstudien für nicht praktikabel bis utopisch.

Cleveres Design macht's möglich

Ein Team renommierter amerikanischer Wissenschaftler hat sich jetzt die Mühe gemacht und zusammengetragen, was nötig wäre, um eine solche Studie aufzulegen. Da es mittlerweile kleinere Interventionsstudien gibt, die komplexe Veränderungen im Essverhalten über bis zu zwei

Jahre untersucht haben, sind die Autoren zuversichtlich, dass dies auch zum Thema moderater Weinkonsum und chronische Krankheiten möglich ist. Damit ein solches Unterfangen gelingt, müsse jedoch Folgendes bedacht werden:

- Um allgemeingültige Ergebnisse zu liefern, muss die Studie groß genug und international angelegt sein.
- Um schnellstmöglich belastbare Ergebnisse zu erhalten, muss sie Menschen mit einem erhöhten Risiko für chronische Krankheiten umfassen.
- Um die Abbrecherquote möglichst gering zu halten, muss die Intervention einfach (z. B. 1 Drink täglich vs. Abstinenz) und die Studie muss für alle Teilnehmer, auch jene in der Kontrollgruppe, attraktiv sein.
- Neben dem Auftreten chronischer Erkrankungen sollte die Gesamtsterblichkeit untersucht werden.

Definitive Antworten erwartet

Von einer solchen Langzeit-Interventionsstudie erwarten die Autoren definitive Antworten, die den Kontroversen zum moderaten Konsum ein Ende bereiten können. Dies wäre auch für die Gesundheitspolitik wichtig, die sich damit unangreifbarer zum moderaten Konsum positionieren könnte.

Etwa zeitgleich wurde bekannt, dass die amerikanische Gesundheitsbehörde NIH (National Institutes of Health) Mittel für eine Interventionsstudie mit 7.800 über 50jährigen Teilnehmern zur Verfügung stellt, die ein erhöhtes Risiko für Herz- und Gefäßleiden aufweisen. Sie sollen sechs Jahre lang entweder keine alkoholischen Getränke konsumieren oder einen Drink täglich (entsprechend 14 g Alkohol), bei freier Wahl der Getränke, um das Durchhaltevermögen zu stärken.

Grafik: Deutsche Weinakademie GmbH

Deutsche Weinakademie GmbH
Platz des Weines 2
55294 Bodenheim
Telefon: +49 6135 9323-0
Fax: +49 6135 9323-110
info@deutscheweinakademie.de
www.deutscheweinakademie.de

Urologen begrüßen EBM- Änderungen in Kapitel 37 und 38

Bürokratie und Vergütung der EVAs sind Kritikpunkte

Im Juli hat die KBV mit Änderungen der Kapitel 37 und 38 des EBM eine Verbesserung der Versorgung von Heimpatienten und chronisch kranken Patienten in häuslicher Pflege angekündigt. Versorgungsverbesserungen betreffen demnach nicht mehr nur die Hausärzte, sondern auch andere Leistungserbringer wie die Urologen. Die niedergelassenen Urologen des Netzwerks Uro-GmbH Nordrhein begrüßen die Neueinführung dieser Kapitel. Kapitel 37 ist speziell auf die Patienten in stationären Pflegeeinrichtungen zugeschnitten, Kapitel 38 für die Darstellung der delegierbaren Leistungen für nichtärztliche Mitarbeiterinnen gedacht. Einzig die hohen bürokratischen Hürden zur Leistungserbringung und die mangelnde Honorierung von Leistungen der Entlastenden Versorgungsassistenten (EVA) mahnt das Netzwerk an.

Leistungen aus Kapitel 37 können nur solche Urologen erbringen, die nachweislich einen Vertrag nach §119b SGB V zur Versorgung von Heimpatienten mit der jeweiligen Pflegeeinrichtung abgeschlossen haben. Dieser verpflichtet den Urologen regelmäßige Visiten abzuhalten, in Notfällen auch außerhalb der Praxiszeiten bereit zu stehen und zur Kooperation mit Kollegen und Pflegepersonal regelmäßige Fallkonferenzen abzuhalten. „Ein solcher Vertrag bedeutet einen hohen Aufwand“, meint der ärztlichen Geschäftsführer der Uro-GmbH Dr. Michael Stephan-Odenthal. Von den Änderungen profitieren seiner Meinung nach vor allem Urologen mit vielen Patienten in stationären Pflegeeinrichtungen, da die Leistungen des Kapitel 37 relativ gut honoriert werden und neben den üblichen RLV-Ziffern bzw. Leistungen des Onkologievertrages abgerechnet werden können. Für Urologen mit wenigen Patienten bedeutet der 119b-Vertrag jedoch einen deutlichen Mehraufwand ohne adäquate Vergütung.

Positiv sehen die Urologen auch die Entwicklungen durch die Änderung des Kapitels 38 des EBM, der delegierbare Leistungen abbildet. Bisher blieb es lediglich Hausärzten vorbehalten, Leistungen an speziell ausgebildete medizinische Mitarbeiterinnen abzutreten. Nun sind auch die Urologen dazu berechtigt, so dass der Arzt für schwerere Erkrankungsfälle entlastet werden kann. Fachärztliche Leistungen konnten bisher nur unter unmittelbarer Aufsicht delegiert werden. Nach Bundesmantelvertrag können definierte Leistungen wie z.B. Wechsel von Kathetern auch von Fachärzten delegiert werden. Mit dem Kapitel 38 sollen solche delegierten Leistungen nun auch finanziell abgebildet werden. Jedoch sind auch hier die Voraussetzungen hoch: „Alle Mitarbeiterinnen müssen eine besondere Qualifikation vorweisen, mindestens 20 Stunden/Woche in der Praxis angestellt sein und der Facharzt muss die Teilnahme an mindestens 20 Hausbesuchen sowie eine fachliche Qualifikation zur Durchführung der delegierten Leistung bescheinigen“, erklärt Stephan-Odenthal. Zusätzlich sollte die Mitarbeiterin eine Ausbildung zur EVA über verschiedene Module durchlaufen, die kostenpflichtig von der KV angeboten werden. „Eine hohe bürokratische Hürde, wenn man bedenkt, dass die Honorierung hinter allen betriebswirtschaftlich vernünftigen Kalkulationen zurückbleibt.“ Das Aufsuchen eines Patienten durch die nichtärztliche Mitarbeiterin mit bescheinigter Qualifikation wird gerade mal mit 7,93 € vergütet, inklusive Fahrkosten. Besonders qualifizierte EVAs erhalten 9,35 €. Für die Urologen ist dies noch völlig inakzeptabel.

Uro-GmbH Nordrhein
Hohenstaufenring 48-54
50674 Köln

Tel.: 0221/139 836 - 55
Fax: 0221/139 836 - 65

E-Mail: info@uro-nordrhein.de
www.uro-gmbh.de

Frauenarzt-suche.de jetzt online

Ärzteorganisation GenoGyn startet
neues Serviceportal für Patientinnen

Das Internet ist um ein nützliches Serviceportal reicher: Im Mittelpunkt dieses Angebots der ärztlichen Genossenschaft GenoGyn Rheinland steht eine Online-Frauenarztsuche. Unter der Adresse www.frauenarzt-suche.de finden Patientinnen außerdem Informationen zu verschiedenen Themen aus den Bereichen Gynäkologie, Geburtshilfe und Präventionsmedizin.

Nach verschiedenen Suchkriterien - Name des Arztes, Tätigkeitsschwerpunkte sowie Stadtname oder Postleitzahl - können auf www.frauenarzt-suche.de passende Praxen herausgefiltert werden. In der Datenbank werden nur Praxen der gut 600 Mitglieder starken Ärzteorganisation erfasst. Viele von ihnen haben ihr Leistungsspektrum auf die Präventionsmedizin ausgeweitet. „Als GenoGyn haben wir uns die Förderung der Primärprävention in der Frauenheilkunde zur Aufgabe gemacht und seit 2008 in eigenen zertifizierten Fortbildungen in interdisziplinärer Präventionsmedizin mehr als 350 Ärztinnen und Ärzte für diese neuen Aufgaben qualifiziert. Auch diese Praxen können von den Besucherinnen unseres neuen Serviceportals mittels der implementierten Filterfunktion nun gefunden werden“, betont Frauenarzt Dr. Klinghammer. Auf der Internetseite werden außerdem etliche Basisinformationen angeboten und häufig gestellte Fragen beantwortet. Was passiert bei der Krebsfrüherkennungsuntersuchung? Was bedeutet Präventionsmedizin? Was sollte ich vor dem Kinderwunsch beachten? Muss ich nach den Wechseljahren noch zum Frauenarzt? Welche Änderungen bei der Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs stehen bevor? www.frauenarzt-suche.de gibt Antworten.

Die Registrierung von Mitglieder-Praxen auf der Frauenarztsuche erfolgt über die GenoGyn-Geschäftsstelle (Tel. 0221 / 94 05 05 390). Die Aufnahme in die Datenbank ist kostenlos.

Routine-Ultraschall in der Schwangerschaft unzureichend

DEGUM fordert Aufnahme der „Feindiagnostik“ in die Mutterschaftsrichtlinien

Um sicher festzustellen, dass beim Baby anatomisch alles in Ordnung ist, sollte eine Ultraschalluntersuchung zur „Feindiagnostik“ in der 22ten bis 24ten Schwangerschaftswoche als Regelleistung in die Mutterschaftsrichtlinien aufgenommen werden, fordert die Deutsche Gesellschaft für Ultraschall in der Medizin (DEGUM). Die Fachgesellschaft reagiert damit auf eine Bewertung des „IGeL-Monitors“ des Medizinischen Dienstes des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V. (MDS). Dieser hatte ergänzende Ultraschalluntersuchungen in der Schwangerschaft, die werdende Mütter derzeit selbst zahlen müssen, als weder schädlich noch nützlich eingestuft. Die Bewertung lasse sinnvolle Untersuchungen wie die „Feindiagnostik“ außer Acht, bemängelt die DEGUM.

Bei der Feindiagnostik untersuchen zertifizierte Ultraschall-Experten (DEGUM-Stufen II oder III) nach höchsten Qualitätsstandards die Organe des Kindes auf Fehlbildungen. „Damit können wir bis zu 95 Prozent aller organischen Anomalien ausschließen“, betont DEGUM-Vorstand Privatdozent Dr. med. Kai-Sven Heling aus Berlin. Die Neufassung der Mutterschaftsrichtlinien von 2013 beschreibt diese Untersuchung explizit als eine mögliche „Individuelle Gesundheitsleistung“, kurz: IGeL. Für die Standardversorgung sehen sie zu diesem Schwangerschaftszeitpunkt den „erweiterten Basisultraschall“ auf Wunsch vor. „Der erweiterte Basisultraschall beinhaltet aber weder eine vollständige Untersuchung des Herzens, noch die Beurteilung der Arme und Beine oder des Gesichts des Feten“, bemängelt Heling. Zudem seien die angesetzten Qualitätskriterien vergleichsweise niedrig. „Dadurch bleiben wir unter dem

aktuellen Stand der Möglichkeiten – und versäumen möglicherweise wertvolle Zeit bei der Therapie von Fehlbildungen“, erklärt der Experte. Beim Ultraschall komme es ganz besonders auf die Erfahrung des Untersuchers und auch auf die Qualität der eingesetzten Geräte an. „Die DEGUM definiert hier klare Qualitätsstandards“, betont der Experte.

Wie wichtig die Qualitätsstandards für die vorgeburtliche Diagnostik sind, zeigen die Ergebnisse der PAN-Studie zur Häufigkeit von angeborenen Herzfehlern in Deutschland. Demnach blieb bei 60 Prozent der Kinder, die zwischen Juli 2006 und Juni 2007 mit einem schweren angeborenen Herzfehler zur Welt kamen, die Erkrankung vor der Geburt unentdeckt. „Und das obwohl fast alle Kinder pränatal untersucht wurden“, so Heling. Das Nicht-Erkennen eines schweren Herzfehlers sei für die Kinder oftmals lebensbedrohlich. Ist der Herzfehler bekannt, können sich die Eltern eine Entbindungsklinik suchen, in der das Baby nach der Geburt von Spezialisten versorgt und nötigenfalls sofort operiert werden kann.

„Die Einführung des erweiterten Basisultraschalls vor drei Jahren mag die Entdeckungsrate angeborener Herzfehler und anderer Fehlbildungen etwas erhöhen. Für uns war diese Änderung der Mutterschaftsrichtlinien allerdings nur ein Kompromiss“, erklärt der Leipziger Pränatalmediziner Professor Dr. med. Renaldo Faber, Leiter der DEGUM-Sektion Gynäkologie und Geburtshilfe. „Eine qualitativ hochwertige Schwangerschaftsvorsorge wie die Feindiagnostik, sollte für Versicherte in Deutschland keine kostenpflichtige Wahlleistung, sondern die Regel sein.“

Der MDS hatte für seine Bewertung zwei

Übersichtsarbeiten sowie eine Einzelstudie ausgewertet. Dabei ging es um den Nutzen eines speziellen Doppler-Ultraschall-Verfahrens sowie einer 4D-Ultraschall-Untersuchung in der Schwangerschaftsvorsorge. „Auch wir sind der Meinung, dass „Babyfernsehen“ oder auch weitere Untersuchungen, die nur gemacht werden, weil Eltern ihre Kinder nochmal sehen wollen, klassische IGeL-Leistungen sind und es auch bleiben sollten“, kommentiert Faber.

Literatur:

Allgemeine Geburtshilfe – Ultraschall in der Schwangerschaft: Mutterschaftsrichtlinien sind Minimum an guter Vorsorge
P. Kozłowski; Geburtshilfe und Frauenheilkunde 2016; 76(07): 755-759, Georg Thieme Verlag, Stuttgart

Die Diagnose wird häufig zu spät gestellt
Abdul-Khaliq H, Berger F.
Deutsches Ärzteblatt; 108(31-32): A1683-1684.

Frequency and spectrum of congenital heart defects among live births in Germany: A study of the competence network for congenital heart defects
Schwedler G, Lindinger A, Lange PE, Sax U, Olchvary J, Peters B, Bauer U, Hense HW.
Clin Res Cardiol 2011; 100(12):1111-7.

Weitere Informationen:

IGeL-Monitor – Bewertung ergänzender Ultraschalluntersuchungen in der Schwangerschaft: www.igel-monitor.de/IGeL_A_Z.php?action=view&id=92

Mutterschaftsrichtlinien:

www.g-ba.de/informationen/richtlinien/19/

DEGUM E.V.
Schiffbauerdamm 40
10117 Berlin

Tel.: +49 (0)30 2060 8888-0

Fax: +49 (0)30 2060 8888-9

E-Mail: geschaeftsstelle@degum.de
www.degum.de

Ärztetagung in Bad Gastein: Qualitätsdialog Radontherapie

Nachhaltigkeit in der Rehabilitation stand im Fokus

Am 24. und 25. Juni fand im Gasteiner Tal auf Einladung des Gasteiner Heilstollens und des Gesundheitszentrums Bärenhof zum dritten Mal eine Ärztetagung zur Radontherapie statt. Etwa 50 Ärzte aus Deutschland und Österreich kamen zusammen, um sich über den aktuellen wissenschaftlichen Stand der Radontherapie zu informieren.

Seit mehr als einem Jahrhundert ist die im europäischen Raum eingesetzte Kur- und Balneotherapie mit niedrig dosierter radioaktiver Strahlung eine akzeptierte therapeutische Methode. Vor allem bei schmerzhaften inflammatorischen und degenerativen Erkrankungen des Bewegungsapparates gilt sie als bewährte Therapieform. Im Gasteiner Tal gibt es 17 verschiedene Radon-Quellen sowie den therapeutisch äußerst wirksamen Gasteiner Thermalstollen. Bereits am Freitag eröffnete Dr. med. Simon Gütl, ärztlicher Leiter des Gasteiner Heilstollens, die Ärztetagung mit einem Vortrag zu den Anwendungsmöglichkeiten der Radonwärmetherapie, die jährlich etwa 14.000 Patienten in Anspruch nehmen. Neben den wichtigen Indikationsgebieten Bewegungsapparat, Haut und Atemwege, ging er auch auf die Wirkungsweise der Therapie ein. So verdeutlichte er, dass Radon das Immunsystem durch die Aktivierung des Botenstoffes TGF- β positiv beeinflusst, die Produktion von Radikalfängern erhöht und die Hormonproduktion wie beispielsweise von Endorphinen anregt. Darüber hinaus würde auch die Reparaturkapazität der Zellen für Schäden im Erbgut verbessert und die Downregulation der Substanz P angeregt. Gütl stellte zudem die Ergebnisse einer Patientenumfrage des Gasteiner Heilstollens vor und ging auf das multimodale Behandlungskonzept ein. Eine aktuelle Studienübersicht zur Radontherapie gab Mag. Dr. scient. med. Martin Gaisberger

von der Paracelsus Medizinische Privatuniversität. Sie belegt die positive Wirksamkeit von Radon-Behandlungsserien auf die Schmerzsituation bei chronischen Schmerzen und die reduzierte Einnahme von Analgetika während des Nachbeobachtungszeitraums von neun Monaten. Auch Einblicke in erste Ergebnisse eines Anfang des Jahres gestarteten Radon-Indikations-Registers gewährte er den anwesenden Kollegen. Erste Auswertun-

und die geplante, moderne medizinische Trainingstherapie, das aktive Sensomotoriktraining und die Kooperation des Gesundheitszentrums Bärenhof mit dem Fit2Work-Netzwerk vor. In seinem Vortrag unterstrich er die Bedeutung einer frühen Intervention bei erkennbaren Problemlagen in Bezug auf die Erwerbsfähigkeit der Patienten. Dazu verglich er das Anforderungsprofil zur Durchführung der medizinisch-beruflich-orientierten

v.l.n.r. Dr. med. Sebastian Edtinger (Chefarzt Gesundheitszentrum Bärenhof), Monika Zainzinger, DSA (Pensionsversicherungsanstalt), Mag. Christina Mülneritsch (fit2work), DI Christoph Köstinger (GF Gasteiner Heilstollen und Gesundheitszentrum Bärenhof), Dir. Mag. Hubert Amhof (Pensionsversicherungsanstalt)



gen der Fragebögen würden zeigen, dass sich die Parameter „Lebensqualität“ und „Schmerz“ bei allen Indikationen deutlich verbessern.

Dr. med. Sebastian Edtinger, Chefarzt des Gesundheitszentrums Bärenhof, einem Anbieter für stationäre Kur- und Rehaheilverfahren, widmete sich der Frage, wie sich Rehabilitation und Heilverfahren zur Partizipation der Patienten in Beruf und Alltag besser nutzen lassen. Dazu stellte er zunächst den Bärenhof

Rehabilitation (MBOR) aus Deutschland mit dem Modell des Fit2Work-Netzwerks aus Österreich. Beide würden Möglichkeiten bieten, stationäre Heilverfahren als einen Ansatzpunkt für diese Intervention zu entwickeln. So ließen sich gezielt auf die Lebensbereiche Arbeit und Beschäftigung zugeschnittene Reha-Leistungen implementieren.

Foto: Gasteiner Heilstollen

www.gasteiner-heilstollen.com

Neu: Betriebliche Gesundheitsförderung in Bad Füssing steuerfrei

Der Gesundheitsreisen-Veranstalter Dr. Holiday und Europas führender Kurort Bad Füssing haben ein neues Konzept für hochwirksames betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) entwickelt - mit 500 Euro Steuerfreibetrag für Unternehmen und Mitarbeiter. Das Steuerspar-Modell wird von der REWE Group mit ihren 200.000 Mitarbeitern bereits in der Praxis eingesetzt. Bad Füssing mit seinem umfassenden medizinischen Angebot zur betrieblichen Gesundheitsförderung ist dabei eines der Haupttreiber.

Betriebliches Gesundheitsmanagement gilt heute als Schlüssel zur Reduzierung der Krankheitsrisiken und der krankheitsbedingten Fehlzeiten am Arbeitsplatz. Seit Änderung der Steuergesetze können Arbeitgeber BGM-Maßnahmen mit bis zu 500 EUR steuerfrei bezuschussen.

Kur(z) und Gut

Nach aktuellen Studien unter anderem der AOK bringen qualifizierte Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) bis zu fünf Prozent Verringerung des Krankenstands, 30 Prozent weniger Arbeitsunfähigkeitstage und bis zu 700 Euro oder auch mehr an Einsparungen pro Mitarbeiter und Jahr für Lohnfortzahlung. „Kurorte sind für solche wohnortfernen Vorsorgemaßnahmen ideal“, sagt Bad Füssings Kurdirektor Rudolf Weinberger. Nach einer in diesen Tagen veröffentlichten Studie, durchgeführt unter anderem von der Universität Würzburg, zeigte sich: Stressbelastung, chronische Schmerzen und auch Burn-out-Symptome werden bereits nach nur einer Woche Aufenthalt in einem Kurort signifikant reduziert.

Bad Füssing im Herzen des Bayerischen Thermenlands gilt seit Jahren als Vorreiter für wohnortfernes betriebliches Gesundheitsmanagement. „Die Audi Betriebskrankenkasse setzt seit Jahren auf den Nutzen solcher Kursangebote in Bad Füssing“, sagt Rudolf Weinberger, Kurdirektor in Europas besucherstärkstem Heilbad. Zwischen Bad Füssings Thermen

sen verschiedener Arbeitsplätze angepasst: Kassenpersonal aus dem Handel erhält also zum Beispiel ein ganz anderes Gesundheitscoaching als etwa der Facharbeiter im metallverarbeitenden Betrieb. Das Modell ist von verschiedenen Finanzämtern als steuerfreie Maßnahme zur betrieblichen Gesundheitsförderung bereits anerkannt.



Gesundheitstraining im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) reduziert laut einer Studie der AOK die krankheitsbedingten Ausfallzeiten am Arbeitsplatz. Die Ausgaben für die in Bad Füssing angebotenen BGM-Kurse sind für Arbeitgeber wie Arbeitnehmer bis zu 500 EUR steuerfrei

werden derzeit für BGM-Maßnahmen zertifizierte Programme im Bereich der Progressiven Relaxation, im Bereich Bewegungstherapie und in der Ernährungsschulung angeboten.

Anerkannt von Finanzämtern

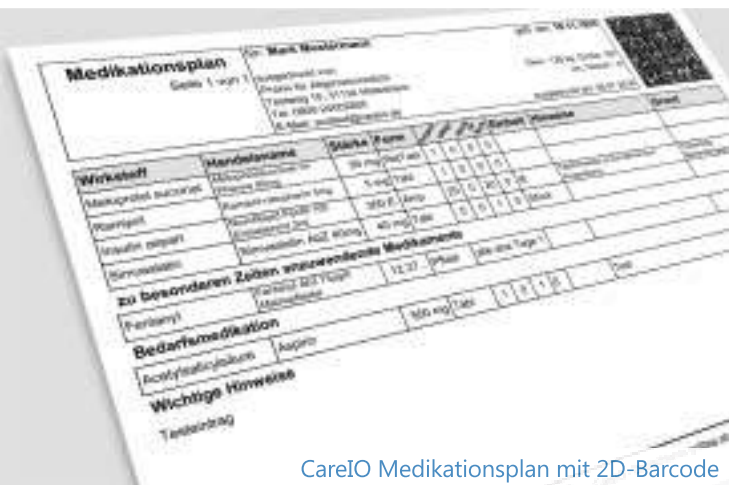
Kern der jetzt von Dr. Holiday weiterentwickelten BGM-Maßnahmen sind motivierende und qualifizierte Kompakt-Gesundheitsseminare für Beschäftigte aller Branchen weg vom Stress und der Hektik des Alltags. Die Schulungsprogramme sind dabei den individuellen Bedürfnis-

Der steuerliche Vorteil des Programms ist für Arbeitgeber wie Arbeitnehmer beachtlich: 500 EUR, als Mehrleistung an einen Mitarbeiter über den Gehaltszettel ausbezahlt, kosten einem Unternehmen im Durchschnitt knapp 600 EUR, auf dem Gehaltszettel des Arbeitnehmers landen - abhängig von der Steuerklasse - davon jedoch im Durchschnitt nur rund 300 EUR. Nach den neuen steuerlichen Richtlinien profitieren sowohl Unternehmen wie Arbeitnehmer voll von den finanziellen Leistungen im Rahmen des BGM. Sie sind steuerlich voll absetzbar und der Mitarbeiter muss nichts versteuern. „Rechnet man da noch die von der AOK errechneten Einsparungen durch Reduzierung der Krankheitstage hinzu, kosten solche wohnortfernen Präventionsmaßnahmen dem Unternehmen praktisch keinen Cent“, sagt Dr. Holiday-Vorstand Claudia Staedele.

Foto: Kur- & Gästeservice Bad Füssing

Kur- & Gästeservice Bad Füssing
Rathausstraße 8
D-94072 Bad Füssing
Tel.: +49 08531 975-580
Fax: +49 08531 21367
Email: tourismus@badfuessing.de
Internet: www.badfuessing.de

Bundeseinheitlicher Medikationsplan online verfügbar / Über 2-D-Barcode aktuellste Medikamenteneinnahme für alle Beteiligten einsehbar



CareIO Medikationsplan mit 2D-Barcode

Der erste elektronische Medikationsplan mit 2-D-Barcode ist ab sofort über die von der EU und dem Niedersächsischen Wirtschaftsministerium ausgezeichnete kostenfreie Pflegeplattform CareIO verfügbar. Der Medikationsplan mit lesbarem 2-D-Barcode kann unter www.careio.de von allen registrierten Nutzern angefordert und für alle Beteiligten freigegeben werden. Dazu zählen: Pflegebedürftige, Angehörige, qualifizierte Berater wie Ärzte, Apotheker, Pflegeberater und Pflegedienste. Über den Barcode können die Informationen eingelesen und aktualisiert werden. Die Patienten können über das CareIO-Portal auf ihre Daten zugreifen und den Plan pflegen oder pflegen lassen. Der Plan kann durch die Angabe des Medikaments oder der Pharmazentralnummer (PZN) ausgefüllt werden. Er enthält alle Medikamente eines Patienten, und zwar mit Handelsname, Dosis, Einnahmezeitpunkt, Darreichungsform sowie Indikation.

Auf Wunsch des Patienten kann ein Arzneimittelcheck durchgeführt werden. Um gefährliche Wechselwirkungen aufzeigen

zu können, sind Angaben zu Medikamentenwirkstoffen sowie die eingenommene tägliche Menge wichtig für die Beurteilung eines eventuell gefährlichen, im schlimmsten Fall sogar tödlichen Medikamentencocktails. Oft unterschätzt aber wichtig: auch nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel werden in die Bewertung mit einbezogen. Denn: durch Nebenwirkungen und Wechselwirkungen

sterben heute immer noch zu viele Menschen, mehr als im Straßenverkehr. Deshalb sollen Personen, die mindestens drei Medikamente gleichzeitig einnehmen, ab Oktober 2016 einen gesetzlichen Anspruch auf einen Medikationsplan haben. Mit dem E-Health-Gesetz wurde dafür die entscheidende Grundlage geschaffen. Digitale Vernetzung kann hier Leben retten und stärkt die Patienten. "Der leichte Zugang für viele betroffene Menschen zu unserem Medikationsplan legt die Basis für eine qualifizierte medizinische Versorgung älterer und pflegebedürftiger Menschen. Neben der Aufklärung, die CareIO in der Pflege leistet, spielt die Arzneimitteltherapiesicherheit eine maßgebliche Rolle", so CareIO-Gründer Maik Preußner.

Foto: CareIO GmbH

CareIO GmbH
Hainholzfeld 5
31171 Nordstemmen
Tel.: +49 5069 34 80 300
Fax: +49 5069 34 47 700
www.careio.de

Bekommt jemand, der schlecht Gerüche erkennt, eher Alzheimer?

Auf dem Internationalen Kongress der Alzheimer-Gesellschaft in Toronto wurde am 26. Juli 2016 vorgetragen, dass eine schlechte Geruchs-erkennung als einfacher, billiger und nicht-invasiver Vorhersagetest für eine spätere Alzheimer-Erkrankung geeignet sein könnte.

Es wurden 84 ältere Personen aus einer Studiengruppe mit fraglicher Demenz untersucht, die eingangs entweder milde kognitive Defizite oder eine normale Gedächtnisleistung aufgewiesen hatten. Sie hatten bereits einen Positronen-Emissionstomographie (PET) – Scan auf Gehirn-Amyloid oder eine Liquoranalyse nach Lumbalpunktion erhalten. Nach mindestens 6 Monaten wurde kontrolliert. Die Resultate wurden mit dem Pittsburgher Geruchstest (University of Pittsburgh Smell Identification Test, UPSIT) verglichen. Sowohl ein positiver Beta-Amyloid – Status als auch ein niedriger Score im Pittsburgher Geruchstest sagten eine Gedächtnisabnahme voraus. 67% der Teilnehmer entwickelten einen Gedächtnisverlust. Bei einem Geruchsscore von <35 war die Wahrscheinlichkeit dafür 3x höher als bei einem Score >35 (bei 40 möglichen Punkten, $p=0.019$).

Kommentar

Schon früher war festgestellt worden, dass Verstorbene, bei deren Autopsie im Gehirn Alzheimer-Veränderungen gesehen wurden, zu Lebzeiten ein verringertes Geruchsvermögen hatten. Es wäre wünschenswert, einen einfachen Test wie etwa die Blutdruckmessung in der Praxis verfügbar zu haben, um einem Patienten oder dessen Angehörigen die Furcht vor Gedächtnisverlust oder einer Alzheimer-Erkrankung nehmen zu können. Der Referent glaubt aber, dass man mit einem Geruchstest – der noch genau zu definieren und standardisieren wäre – in der Praxis mehr Schaden als Nutzen anrichten und Ängste schüren würde.

Helmut Schatz

www.endokrinologie.net

Fortgeschrittener Prostatakrebs

Symptome rechtzeitig erkennen – Aufklärungskampagne gestartet

- Männer mit fortgeschrittenem Prostatakarzinom reden zu spät über Symptome
- Zu langes Schweigen der Männer kann zur Verschlechterung der Prognose beitragen
- Bayer startet die Aufklärungskampagne 'Männer.Reden.Jetzt.'
- Interaktive Webseite maennerredenjetzt.de zur Unterstützung der betroffenen Männer
- Prominenter Botschafter der Kampagne ist der ehemalige Hochspringer Carlo Thränhardt



Carlo Thränhardt – Botschafter der Aufklärungskampagne Männer.Reden.Jetzt.

„Eine wichtige Lektion für mich war, auf die Signale meines Körpers zu achten. Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn man mit Schmerzen ins Stadion geht, da man denkt, als taffer Sportler würde man die Probleme alleine lösen können“, erklärt der ehemalige Hochspringer Carlo Thränhardt. Doch das sei fast immer ein Irrtum. Als Botschafter der von Bayer ins Le-

ben gerufenen Aufklärungskampagne 'Männer.Reden.Jetzt.' möchte Carlo Thränhardt Männer mit Prostatakrebs zum Reden über ihre Symptome bringen – vor allem, wenn der Krebs schon weiter fortgeschritten ist.

Welche Warnsignale des Körpers sind Zeichen dafür, dass der Prostatakrebs weiter fortschreitet? Wie kann ein konstruktives Gespräch mit dem Arzt ablaufen? Das sind Fragen, die auf der Website der Kampagne maennerredenjetzt.de beantwortet werden. Ein interaktives Modul ermöglicht ihnen, eigene Verhaltensweisen in Bezug auf die Erkrankung mit denjenigen anderer Patienten zu vergleichen.

Laut Professor Dr. med. Martin Schostak, Magdeburg, zeigten Ergebnisse der Umfrage, dass 45 Prozent der befragten Patienten oftmals Symptome wie Schmerzen ignorieren. 56 Prozent bringen auftretende Schmerzen nicht immer mit ihrem fortschreitenden Prostatakarzinom in Verbindung, und 34 Prozent meinten, mit dem Reden über Symptome Schwäche zu zeigen. (1) Mit Blick auf die Daten der Patientengruppe aus der Europäischen Union wartet hier mindestens jeder vierte Patient zunächst ab, bevor er mit dem Arzt oder Pflegepersonal über Beschwerden spricht. (2)

Frühzeitige Diagnose kann die Prognose verbessern. Reden über Symptome stellt ein wichtiges Bindeglied zwischen rechtzeitiger Diagnose und dem Einsatz bestimmter Wirkstoffe zum richtigen Zeitpunkt dar. Denn das Stadium, in dem

sich der Prostatakrebs befindet, ist einer der wichtigsten Faktoren für die Auswahl der Therapie. Erhalten Patienten mit fortgeschrittener Erkrankung zum richtigen Zeitpunkt die für sie passende Therapie, kann dies nicht nur dazu beitragen, das Voranschreiten des Prostatakrebses zu verlangsamen, sondern darüber hinaus auch die Lebensqualität der Patienten erhalten.

Quellen:

- (1) William K. Oh et al., J Clin Oncol 34, 2016 (suppl; abstr 10124).
- (2) Prostate Cancer Symptoms Survey: Global Results, 2015.
- (3) Patientenleitlinie Prostatakrebs II. Lokal fortgeschrittenes und metastasiertes Prostatakarzinom. Ein evidenzbasierter Patientenratgeber zur S3-Leitlinie Früherkennung, Diagnose und Therapie der verschiedenen Stadien des Prostatakarzinoms (Dritte Auflage, Juni 2015): <http://ots.de/hH3OO>.
- (4) American Cancer Society. „Prostate Cancer.“ (Last revised: March 12, 2012). <http://ots.de/JctTC>. Accessed on April 6, 2015.
- (5) Tannock IF et al. N Engl J Med 2004;351: 1502-1512.
- (6) Petrylak DP et al. N Engl J Med 2004;351: 1513-1520.
- (7) Goh P et al. Curr Onc 2007; 14: 9-12.
- (8) Nørgaard et al. J Urol. 2010; 184, 162-167.
- (9) Bardehle D, Stiehler M (2010) Erster Deutscher Männergesundheitsbericht
- (10) Robert Koch Institut (2014) Gesundheitliche Lage der Männer in Deutschland
- (11) Möller-Leimkühler AM (2016) Vom Dauerstress zur Depression, Fischer & Gann

Foto: Bayer AG

Mehr Informationen unter:
www.maennerredenjetzt.de

BIAL bringt ONGENTYS® (Opicapon) auf den Markt, eine neuartige Therapie für Parkinson-Patienten mit motorischen Fluktuationen in Deutschland

ONGENTYS® (Opicapon) wurde für die Behandlung von erwachsenen Parkinson-Patienten mit motorischen Fluktuationen in Deutschland auf den Markt gebracht.

ONGENTYS® (Opicapon), ein COMT-Hemmer der dritten Generation, wurde im Juni 2016 von der Europäischen Kommission als Zusatztherapie zu Levodopa/DOPA-Decarboxylase-Hemmern (DDCIs) bei erwachsenen Patienten mit der Parkinsonschen Krankheit und motorischen End-of-Dose-Wirkungsschwankungen zugelassen, die nicht mit dieser Kombination stabilisiert werden können [1].

Es existieren verschiedene therapeutische Strategien zur Verbesserung der Anzeichen und Symptome der Parkinson-Krankheit, vor allem dopaminerge Medikamente, welche den Abbau von Levodopa reduzieren oder die physiologische Wirkung von Dopamin nachahmen. Levodopa bleibt der Goldstandard in der Parkinson-Behandlung, obwohl die langfristige Verwendung motorische Komplikationen verursachen kann, wie etwa motorische End-of-dose-Komplikationen oder Wearing-Off-Symptome. Wearing-Off-Episoden können mit angemessenen Änderungen der Medikation verbessert werden, etwa durch eine zusätzliche Dosis von Levodopa oder mit einem COMT-Hemmer.

„In Deutschland sind mehr als 260 000 Patienten von der Parkinson-Krankheit betroffen und müssen mit ihr leben, und die angestrebte Reduktion der OFF-Zeit ist eine ständige Herausforderung für Ärzte. Opicapon ist eine wichtige, neue, einmal täglich zu verabreichende Be-

handlungsoption, die die Anforderungen an einen potenteren COMT-Hemmer erfüllt und Menschen mit der Parkinson-Krankheit Hoffnung gibt“, sagte Professor Dr. med. Heinz Reichmann, Direktor der Abteilung für Neurologie und Dekan der medizinischen Fakultät der TU Dresden. „Studien haben gezeigt, dass ONGENTYS® (Opicapon) eine effektive, einmal täglich zu verwendende Zusatztherapie sein kann, die jetzt in Deutschland zur Verfügung steht, dem Land, in dem BIAL vor kurzem eine Niederlassung eröffnet hat.

Die Zulassung von Opicapon durch die Europäische Kommission basiert auf einem klinischen Entwicklungsprogramm, in das 28 humanpharmakologische Studien mit mehr als 900 Patienten in 30 Ländern weltweit eingeflossen sind, die Opicapon eingenommen haben. Die zwei zentralen Phase-III-Studien BIPARK-I[2] und BIPARK-II[3] haben gezeigt, dass eine täglich einmalige Dosis von Opicapon eine absolute Verringerung der OFF-Zeit von 2 Stunden und einen statistisch signifikanten Anstieg der ON-Zeit ohne störende Dyskinesien im Vergleich zu Placebo ($p = 0,002$) erreicht.

BIPARK-I war eine aktiv-kontrollierte Studie und umfasste einen Entacapon-Arm: Eine Dosis von einmal täglich 50 mg Opicapon zeigte sich mindestens genauso wirksam wie Entacapon (statistisch nicht unterlegen), das mehrere Male pro Tag verabreicht wurde. Die Daten aus den Phase-III-Studien zeigten, dass Opicapon motorische Fluktuationen bei mit Levodopa behandelten Patienten verbesserte, unabhängig davon, ob Dopamin-Agonisten oder MAO-B-Hemmer begleitend

verabreicht wurden. Die Einnahme von Opicapon war auch mit signifikanten Verbesserungen der Beurteilung des klinischen Eindrucks sowohl durch den Patienten selbst als auch durch den Arzt assoziiert. Es wurde ferner nachgewiesen, dass es in der gesamten Studienpopulation und in der Subgruppe von Patienten über 70 Jahre gut toleriert wurde und nicht mit elektrokardiographischen oder hepatischen Nebenwirkungen verbunden war.

Beide Phase-III-Studien umfassten eine 1 Jahr laufende unverblindete Extensionsphase. Opicapon zeigte dabei eine Reduktion der OFF-Zeit gegenüber Baseline, die über die unverblindete Phase hinweg beibehalten wurde. Innerhalb des Follow-up-Zeitraums von BIPARK-I von einem Jahr erreichten Patienten, die von Entacapon zu Opicapon wechselten, eine weitere Reduzierung der OFF-Zeit (zusätzliche Verringerung um 39 min; $p = 0,0060$ gegenüber Baseline) und eine nochmalige Verlängerung der ON-Zeit (Anstieg um weitere 46 min; $p = 0,0148$ gegenüber Baseline).

BIAL erwartet im kommenden Jahr zusätzliche EU-weite Markteinführungen von Opicapon. Das Unternehmen eröffnete vor kurzem Niederlassungen bei Frankfurt und London, um seine Strategie in Bezug auf die Internationalisierung und Vermarktung seiner Arzneimittel in diesen Ländern weiter zu stärken.

ONGENTYS® kann in Deutschland über die Med-X-Press, Goslar bezogen werden.

www.bial.com/de

Seltene Erkrankungen – Der Vorteil von Orphan Drugs liegt vorrangig beim Patienten

Für Menschen mit seltenen Erkrankungen sind Neuentwicklungen häufig eine große Hoffnung. Dennoch gibt es Kritik an den Unternehmen, die diese produzieren. Dr. Andreas Reimann, Geschäftsführender Gesellschafter der medizinischen Beratungsfirma admedicum Business for Patients GmbH, erläutert im Interview wie wichtig die Entwicklung von Orphan Drugs ist.

Kritiker monieren, von Orphan Drugs profitiere nur eine Seite. Wie bewerten Sie das?

Dr. Andreas Reimann: Fragen Sie die Patienten, die dank eines der zugelassenen Orphan Drugs einen besseren Verlauf ihrer schweren Erkrankung erleben oder sogar ein einigermaßen normales Leben führen können. Es zeugt von einer großen Patientenferne zu behaupten, diese Patienten hätten keinen Nutzen von diesen Arzneimitteln. Ich selbst kann nichts daran finden, dass pharmazeutische Unternehmen, die sich auf eine risikoreiche und oft frustrierende Arzneimittelentwicklung einlassen, daran verdienen. In unserem Wirtschafts- und Gesundheitssystem bewegt sich nun einmal leider nichts für die Patienten, wenn die Versorgung nicht auch wirtschaftlich auskömmlich ist. Das ist übrigens auch bei Ärzten und Krankenhäusern so.

Ein weiterer Vorwurf lautet, dass Pharmaunternehmen immer mehr Orphan Drugs produzieren. Wer bestimmt denn, was wirklich ein Orphan Drug ist und was nicht?

Reimann: Hier gibt es klare gesetzliche Regelungen. In Europa gilt eine Erkrankung als selten wenn es nicht mehr als 5 von 10.000 Einwohner betrifft. Tatsächlich sind es meist deutlich weniger, z.B. wenige hundert in ganz Europa. Angesichts der Tatsache, dass es nur für ca. 60 nicht-onkologische Erkrankungen zugelassene Orphan Drugs in Europa gibt und wir von 7.000 bis 9.000 seltenen Erkrankungen

sprechen, finde ich das oft gebrauchte Wort von der „Orphanisierung“ zynisch. Auch hier empfehle ich den wohlfeilen Kritikern einfach mal zu Eltern zu gehen, die für ihre mit einer seltenen Erkrankung lebenden Kinder verzweifelt eine wirksame Therapie suchen.

Was hat die EU-Verordnung zu Orphan Drugs von 2000 bislang bewirkt? Sehen Sie Punkte, in denen die Verordnung verbessert werden könnte?

Reimann: Die EU-Verordnung hat immerhin bewirkt, dass wir für ca. 60 weitere seltene Erkrankungen zugelassene Arzneimittel haben. In der Tat aber sehe ich Verbesserungsbedarf. Wir brauchen eine Weiterentwicklung des Begriffs „significant benefit“. Die Vermengung mit Orphan Drugs ist nicht hilfreich. Schließlich bin ich sehr dafür, eine europaweit gültige Nutzenbewertung für alle neuen Arzneimittel durchzuführen. Denn die Evidenz ist immer die gleiche.

Das Interview wurde etwas gekürzt.

Dr. Andreas L.G. Reimann ist Geschäftsführender Gesellschafter der admedicum Business for Patients GmbH & Co KG. Er ist ehrenamtlich tätig als Vorsitzender der Allianz Chronischer Seltener Krankheiten (ACHSE).

www.pharma-fakten.de

PharmaMar gibt auf dem ESMO-Kongress 2016 positive Ergebnisse aus seiner Phase-II-Studie mit Lurbinectedin bei BRCA1/2-bedingtem metastasiertem Brustkrebs bekannt

- Die Studie erfüllt ihr vorrangiges Ziel, indem sie eine Rücklaufquote (ORR) bei 41 % der Patienten erhalten hat. Bei der Untergruppe BRCA2 lag die ORR bei 61 %, während sie bei Patienten mit BRCA1 bei 26 % lag.

PharmaMar (MCE: PHM) hat die positiven Ergebnisse der Phase II-Studie mit Lurbinectedin (PM1183) bei Patienten mit BRCA1/2-bedingtem metastasiertem Brustkrebs bekannt gegeben, die zuvor mindestens drei Chemotherapie-Behandlungen durchlaufen hatten.

Ungefähr 5-10 % der Mammakarzinome sind mit den erblichen Mutationen BRCA1 oder 2 verbunden. Zurzeit sieht die Behandlung dieser Patienten ähnlich aus wie die Behandlung jeder anderen Art von Brustkrebs, die hauptsächlich durch einen Hormonrezeptor und den HER2-Status bestimmt wird.

Der primäre Endpunkt der Studie ist die Analyse der antitumoralen Aktivität von Lurbinectedin in dieser Kohorte von Patienten im Hinblick auf die Rücklaufquote (overall response rate, ORR) gemäß den Bewertungskriterien für solide Tumoren (RECIST V1.1). Insgesamt wurden 54 Patienten behandelt und bei 22 von ihnen wurde ein erheblicher Rückgang der Tumorgroße beobachtet (ORR von 41 %).

Abgesehen von diesem Parameter wurden bei 61 % der Patienten auch andere Parameter beobachtet, wie zum Beispiel der durchschnittliche Ansprechzeitraum (6,7 Monate), das progressionsfreie Überleben (4,1 Monate), ein Jahr Gesamtüberleben (15,9 Monate) und der klinische Nutzen (Rückgang der Tumorerläsionen oder mindestens 3 Monate Stabilität).

Während der klinischen Studie wurde die anfängliche Dosis von 7 mg Lurbinectedin auf 3,5 mg/m² angepasst.

Das Forschungsteam unter der Leitung von Dr. Balmaña kam zu dem Schluss, dass Lurbinectedin (PM1183) als Wirkstoff bei BRCA-bedingtem metastasiertem Brustkrebs agiert, sogar unabhängig von einer Vorbehandlung mit Platin. Mit der Anpassung der Dosis auf 3,5 mg/m² verbesserte sich die Arzneimitteltoleranz deutlich, während die Wirksamkeit des Stoffes gleich blieb.

www.pharmamar.com

10. European Health Award geht an den „Europäischen Antibiotiktag“

Der „Europäische Antibiotiktag“ (EA), der vom Europäischen Zentrum für die Prävention und die Kontrolle von Krankheiten ins Leben gerufen (ECDC) wurde, gewinnt den renommierten European Health Award (EHA) beim diesjährigen European Health Forum Gastein (EHFG). Der EA setzt sich für einen umsichtigen Einsatz von Antibiotika ein und unterstützt Kommunikationskampagnen in ganz Europa.

Bereits zum zehnten Mal verleiht das Internationale Forum Gastein (IFG) den mit 10.000 € dotierten EHA und zeichnet damit Initiativen aus, die die öffentliche Gesundheit oder Gesundheitsversorgung verbessern. „Der Sinn dieser Auszeichnung ist es, nachhaltige und innovative Initiativen zu unterstützen und die Entwicklung von Projekten zu fördern, die zu einer effektiven transnationalen Zusammenarbeit beitragen“, sagte Prof. Helmut Brand, Präsident des IFG. Gefördert wird der EHA durch das Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (BMGF) sowie durch FOPI, das Forum der forschenden pharmazeutischen Industrie in Österreich.

Eine hochrangige Fachjury, bestehend aus europäischen GesundheitsexpertInnen, entschied sich aus einer großen Anzahl an Bewerbern für den EA und lobte dessen Wirksamkeit und Nachhaltigkeit. In der Begründung der Jury hieß es: „Das Projekt beschäftigt sich mit der wahrscheinlich größten Bedrohung für die öffentliche Gesundheit, es platziert dieses Problem ganz oben auf der politischen Agenda, national und international und erreicht dies durch relativ geringe Kosten“. Jurymitglied Dr. Peter Brosch: „Das österreichische Bundesministerium für Gesundheit und Frauen unterstützt die europaweiten Maßnahmen zum gezielten und maßvollen Einsatz von Antibiotika“. „Antimikrobiell wirksame Mittel sind unverzichtbare Therapeutika zur Behandlung von Infektionskrankheiten.

Es gilt jedoch auf eine sorgsame Anwendung dieser Wirkstoffe zu achten, um ein Ansteigen der Resistenzen zu verhindern. Eine gezielte Aufklärungsarbeit hinsichtlich rationalem Antibiotikaeinsatz sowie Krankenhaushygiene ist grundlegend. Den EA mit dem EHA auszuzeichnen, sehe ich als wichtiges Signal“, freut sich Dr. Pamela Rendi-Wagner, Sektionsleiterin für Öffentliche Gesundheit im BMGF.

FOPI Präsident Ingo Raimon erklärte: „Die Erforschung von Penicillin & Antibiotika war ein Meilenstein in der Entwicklung von Therapien. Heute sehen wir, dass Menschen manchmal zu schnell Antibiotika verabreicht bekommen. Steigende Antibiotikaresistenzen sind die Folge. Hier kann die Forschung der Schlüssel zur Lösung sein, indem neue selektive Wirkprinzipien entwickelt werden. Das Siegerprojekt setzt in der Prävention und Aufklärung an und kann damit einen wertvollen Beitrag zur Reduktion von Resistenzen leisten. Ganz nach dem Motto: So viel wie nötig – so wenig wie möglich“.

Dr. Andrea Ammon, stellvertretende Direktorin des EA: „Diese Auszeichnung ist eine Anerkennung, dass der EA einen wesentlichen Beitrag zu einem umsichtigeren Einsatz von Antibiotika leistet und gleichzeitig Bewusstsein bei europäischen Regierungen und Gesundheitsbehörden schafft, das Thema Antibiotikaresistenz als Priorität zu behandeln.“

Für mehr Informationen zum European Health Award kontaktieren Sie bitte:
International Forum Gastein
Tel.: +43 664 2444 998
josef@ehfg.org
www.ehfg.org/award.html

IMPRESSUM

Verlag und Herausgeber:
Media Agentur
Titelrechte by Anne Wantia
Hansestr. 51
48165 Münster
Tel.: +49 (0) 02501 / 971 09 97
Fax: +49 (0) 02501 / 971 83 58
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)
Bruno Gerding (Reise)

Layout:
Jenniffer Bahn
Tel.: +49 (0) 02501 / 971 09 54

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 eingesandte 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.



Die Notapotheke der Welt.

Jede Spende hilft:

Sparkasse Krefeld

IBAN: DE78 3205 0000 0000 0099 93

Volksbank Krefeld

IBAN: DE12 3206 0362 0555 5555 55

www.medeor.de

