

gegründet  
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

# Gour-med®

Das Magazin für Ärzte

+THERME EUROPA

Sonderdruck aus [www.gour-med.de](http://www.gour-med.de) Ausgabe 3/4 – 2017

## DER WEIN- GENIESSER TIPP

Pfalz, Wein, Zeter

## NEPTUN BITTET ZU TISCH!

Von Armin Roßmeier

## ISCHGL

20 jähriges Jubiläum  
beim Sterne-Cup

## IMMER WAS LOS IN BAD MOOS

## SCHOTTLAND

Die Königin und ihr Diener

## PALÄSTINA

Mövenpick Hotel  
Ramallah

## CHOCOLASZIV

Handgemachtes  
Pralinen-Vergnügen

## SEVILLA- ANDALUSIEN

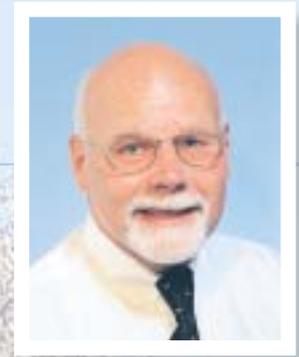
Brücke zwischen Orient  
und Okzident



# Jens Rittmeyer

## Restaurant N°4

3/4 – 2017  
36. Jahrgang  
ISSN 0177-3941  
H 54575



Liebe Gour-med - Leser,

Endlich Frühling, die Tage werden länger, Sonnenstrahlen locken uns nach draußen, der erste 2016er Wein wird auf Flaschen gezogen und alles wird bunt und grün.

Der Frühling weckt neue Lebensgeister und setzt Energien frei die in der tristen, kalten Jahreszeit einfach verschwunden waren.



Unser TV Koch Armin Roßmeier bringt den ersten Spargel ins Haus, seine Frühlingsrezepte wie - Saibling auf Spargel – lassen uns voller Vorfreude auf die ersten Stangen des königlichen Gemüses warten.

Nicht mehr warten wollte Sternekoch Jens Rittmeyer, einer der Besten seiner Zunft in Deutschland. Er wagt einen großen Schritt in eine neue Zukunft und wechselte von der Insel Sylt aus dem Restaurant KAI3 im Luxushotel Budersand – sprichwörtlich auf's Land – in das Hotel Navigare nach Buxtehude.



Seine neue Herausforderung ist es das Restaurant N°4 im Hotel zu einem Treffpunkt für Gourmets und Connaissure zu entwickeln. Gemeinsam mit dem Hoteldirektor Andreas Möcker, sie kennen sich aus dem Budersand, wollen sie ihren kulinarischen Traum verwirklichen. Wir waren dort und bestätigen gerne, dass sie auf dem richtigen Weg sind.

Neue Wege geht auch der Holländer Remko Bordens mit seiner Frau Desiree an der Mosel in Neumagen Dhron. Im letzten Sommer eröffnete der Koch sein neues Hotel und Restaurant „Lekker“. Mit großzügigen Apartments und einer erstklassige Küche empfehlen die zwei sich für einen genussvollen Aufenthalt an der Mosel.



Eine Empfehlung für Sie hat unser Kollege Gunther Schnatmann, er war in Palästina in Ramallah. Bei seinem Aufenthalt im Mövenpick Hotel erwarteten ihn einige positive Überraschungen. Vielleicht wird Palästina ja ein neues Ziel für deutsche Urlauber, Kollege Schnatmann ist begeistert.

Dr. Ralf Schneider, häufiger Gast-Autor in Gour-med und begeisterte Skifahrer, war bei dem diesjährigen SKI Sterne Cup der Köche in Ischgl. Gerne berichtet er über seine genussvollen und sportlichen Erfahrungen.

Stefanie Bisping war in Schottland auf den Spuren der Queen Victoria unterwegs. Im Inverlochy Castle – einst Urlaubsquartier von Queen Victoria in den Highlands – wurde eindeutig widerlegt, dass Schotten nicht so geizig sind wie es gemeinhin unterstellt wird und sehr wohl genießen können.



Das und vieles mehr lesen Sie in dieser Gour-med Ausgabe, lassen Sie sich inspirieren zu Genuss und Lebensfreude, das wünscht Ihnen

Ihr

Nicht vergessen: Alles wird gar!!!

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



04 Restaurant N°4  
Jens Rittmeyer im Navigare NSB Hotel Buxtehude



22 Bad Moos



24 Schottland

10 DER WEIN-GENIESSER TIPP  
Pfalz, Wein, Zeter – Ein Dreiklang von  
Tradition und Leidenschaft im Weinbau

12 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP  
von Armin Roßmeier  
Fischiges Vergnügen – Neptun bittet zu Tisch!

14 GENUSS UND REISETIPPS  
14 Restaurant und Hotel Lekker  
16 Brasilianischer Genuss – „VIB GRILL & LOUNGE“ in Schwabing  
18 Maximilian Munich Apartments & Hotel  
19 Hamburg – Elbphilharmonie und „Seemannsheim“-Hotel  
20 Ischgl – 20 jähriges Jubiläum beim Sterne-Cup der Köche  
22 Immer was los in Bad Moos  
24 Schottland – Die Königin und ihr Diener  
28 Schweizer Oase in Palästina – Mövenpick Hotel Ramallah

32 NEUES AUS DER GENUSSWELT  
32 Chocolasziv – handgemachtes Pralinen-Vergnügen  
33 Schwerin – Best Western Seehotel Frankenhorst  
34 Sevilla-Andalusien – Brücke zwischen Orient und Okzident  
36 Chicago – NRA verleiht Kitchen Innovations® (KI) Awards  
38 Peter Reithmayr – Weinkulinarier, Kochkurse, Themenmenüs  
39 UENO GOURMET „7 Samurai“



28 Palästina

40 KURZ NOTIERT  
40 The Fontenay Hamburg greift nach Sternen  
41 Sommer-Highlights im Ketschauer Hof Deidesheim  
42 Bangkok – Restaurant Sühring in den Elitelisten  
43 Südafrika – Walbeobachtung zu Lande  
44 AIDAvita neu gestaltet  
45 Traumstart zu Pfingsten mit der AIDAPERLA

48 BUCH-TIPPS

48 GETESTET UND EMPFOHLEN

50 WEIN UND GESUNDHEIT

51 MEDIZIN NEWS

56 PHARMA NEWS

02 EDITORIAL  
59 IMPRESSUM

# Besonders empfehlenswert



## Jens Rittmeyer

Nach Sylt die neue Herausforderung auf dem Festland

*Klaus Lenser*

**D**er vielfach ausgezeichnete Sternekoch Jens Rittmeyer wechselt von der Insel Sylt in die kulinarische Diaspora, nahe Hamburg, in das Restaurant N° 4 im Navigare Hotel in Buxtehude.

Seine filigranen, aromatischen Kochkünste im KAI3 des Hotel Budersand haben Gourmets, Connaissure und Kollegen begeistert. Eine Teilnahme an den schon fast legendären Food-Festivals im KAI3 war eine Herausforderung für Europas Sterneköche. Als Gastkoch nicht dabei zu sein kam einer Ignoranz der kollegialen Leistung gleich.

Jens Rittmeyer setzte kulinarische Zeichen die seinen Kochstil individuell unverwechselbar auf höchstem Niveau kennzeichneten.



Hoteldirektor Andreas Möcker

Jetzt steht der Sternekoch vor einer neuen, nicht einfachen, aber sehr interessanten Herausforderung. Gemeinsam mit dem Hoteldirektor Andreas Möcker stehen beide in den Startlöchern das Restaurant N°4 im Hotel Navigare zum kulinarischen Zentrum im „Alten Land“ an der Elbe zu etablieren. Unterstützt werden sie von den Privatbesitzern des Hotels.

Das Restaurant, mit gerade mal 16 Plätzen, verfügt über ein großes, fast bodentiefe Fenster mit freiem Blick in die Küche. „Ich mag es wenn die Gäste sehen wie wir arbeiten, das schafft Vertrauen“ so Jens Rittmeyer.

Alle Gastronomie-Einrichtungen befinden sich im Souterrain des ehemaligen Gymnasiums und sind bequem von den

# Besonders empfehlenswert

Etagen mit dem Lift zu erreichen. Beide Restaurants, das Seabreeze und das N°4 liegen nebeneinander, aber ohne Blickkontakt.

Die Lighthouse-Bar befindet sich auf der gegenüberliegenden Flurseite, stört aber nicht die Ruhe und Behaglichkeit in den Restaurants. Die Gewölbe mit den sehr alten friesischen Backsteinen strahlen eine gediegene Gemütlichkeit aus. Man fühlt sich wie in einer gut bürgerlichen Gaststube mit familiärer Atmosphäre. Verkrampfte Servier-Höflichkeit, wie sie häufig in Gourmettempeln vorkommt, hat hier keinen Platz.

Der Service ist freundlich, flink, mit sehr guter Übersicht und gibt dem Gast das Gefühl geschätzt und willkommen zu sein. Die Wertschätzung der Gäste unterstreicht Jens Rittmeyer mit seinem persönlichen Service. Im N°4 wird jeder Gang vom Küchenchef persönlich an den Tisch gebracht und erklärt.

Jens Rittmeyers Kochstil hat sich im Laufe der Jahre geändert, ja verbessert. Konsequenter verarbeitet er norddeutsche Produkte, mit Vorliebe Wurzelgemüse, das er zu raffinierten Speisen verarbeitet die vergessen lassen, dass sie einmal zur „sogenannten arme Leute Küche“ gehörten.

Seine Kreation von verschiedenen Bete-



Restaurant N°4, stylisch friesisch

Sorten im Ölrauke Sud und gebeizter Makrele mit Schinkenaromen sind ein Geschmackserlebnis, dass man von diesen Produkten bisher nicht erwartet hat.

Die Zwiebel auf Meersalz gebacken mit Rapskernöl-Hollandaise und Apfeleider-

sauce lässt selbst erfahrene Gourmets erstaunen was man aus einer Zwiebel mit diesen Zutaten zaubern kann. Die Exkursion durch Omas Gemüsegarten steckt voller aromatisch-filigranem Genuss. Erstaunlich wie ideenreich und fein abgestimmt Textur und Geschmack auf den



Färöer Lachs, geräucherte Buttermilch, Dill



Verschiedene Beten, Ölraukesud, gebeizte Makrele

# Besonders empfehlenswert



Vom Gymnasium zur exklusiven Herberge – das Navigare NSB Hotel

Punkt verarbeitet worden sind und auf den Teller kommen. Auch hier beweist der Sternekoch einmal mehr seine kreativen künstlerischen Ambitionen. Jeder Gang wird auf einem, auf die Farben der Zutaten abgestimmten, Teller serviert. Wie heißt es doch: Das Auge isst mit!

Ohne Sauce kein Essvergnügen. Nach diesem Motto kocht und bewirbt der Küchenchef seine Gäste. Seine Saucen bietet er auch den Gästen für zu Hause an. Bestellen kann man die feinen Leckereien auch online.

Die neue Herausforderung im Hotel Navigare in Buxtehude ist vielversprechend, ist doch das N°4 zwischen Cuxhaven und Hamburg das einzige Restaurant mit einem Sternekoch, der sich mit seinen



Snack: Wachtelei geräuchert auf Heu mit Spinatblatt

# Besonders empfehlenswert



Modern und farbenfroh, die Zimmer im Navigare

Für unsere Leser, die mit einem Besuch bei dem Sternechef noch etwas warten müssen, haben wir wie immer Rezepte eines 3 Gang- Menus von Jens Rittmeyer zum Nachkochen bekommen. Viel Spaß dabei und gutes Gelingen.

Fotos: Navigare NSB Hotel, Klaus Lenser

Info  
Navigare NSB Hotel  
Hamburger Str. 4  
21614 Buxtehude  
Tel: 04161 74 900  
info@hotel-navigare.com  
www.hotelnavigare.com

Menüs bewusst von der Hamburger Gourmetszene unterscheiden will.

Regionale, frischere Produkte, einfallsreicher und etwas preiswerter als in der nachbarschaftlichen Metropole, so ist der Erfolg in der ländlichen Umgebung von Buxtehude sicher. Das Restaurant wird ein neuer Fixstern für die Stadt Buxtehude, die sich bisher eher über den „mit dem Schwanze bellenden Hund“, und der Geschichte „Vom Hase und Igel“ definiert hat.

Das Hotel Navigare verfügt über 32 Zimmer. Die Etagen werden, sehr maritim, als Deck bezeichnet.

Die Räume sind modern, ruhig, gemütlich und hell, die Lobby ist mit üppigen Club-Ledergarnituren ausgestattet. Ein Platz zum Ausruhen und Relaxen.

Dabei gibt es durchaus Sehenswertes, wie das Heimatmuseum, die Altstadt und natürlich das „Alte Land“, bekannt als das Apfel- und Obstparadies in Norddeutschland.

Wer Golfen will wird herzlich im Buxtehuder Golf-Club aufgenommen. 18 Löcher bieten reichlich Abwechslung auf dem Fairway.

Das „Alte Land“ bietet mit Jens Rittmeyer im Restaurant N°4 einen Grund mehr für einen Besuch, Gourmets und nicht nur die, wissen das zu schätzen.

## Heimatmuseum Buxtehude



# Besonders empfehlenswert

## Handgetauchte Jakobsmuschel mit Selleriesaft und brauner Butter



### Zutaten

- 4 Jakobsmuscheln in der Schale
- ca. 80 ml Weißwein
- 300 ml Selleriesaft (aus Knollensellerie)
- 150 g Butter
- Salzwiesenkräuter
- Sonnenblumenöl
- Feines Salz
- Fleur de Sel

### Zubereitung

Die Jakobsmuscheln vorsichtig aus der Schale lösen, dabei den Bart aufbewahren und unter fließendem kalten Wasser wässern.

Die Butter in einem Topf fast schwarz werden lassen, dann den Muschelbart zugeben, nun den Wein zugeben und etwas reduzieren.

Nun den möglichst frisch gepressten Knollenselleriesaft dazugeben und sehr sanft am Herdbrand sieden.

Nach ca. einer Stunde die Sauce durch ein sehr feines Tuch passieren und langsam bis zur gewünschten Konsistenz und Geschmackstiefe einkochen, gegebenenfalls noch leicht mit feinem Salz abschmecken.

Den Jakobsmuschelkern in einer vorgeheizten Pfanne in etwas Sonnenblumenöl braten und mit Fleur de Sel würzen.

Diese dann in Muschelschalen mit einigen Salzwiesenkräutern setzen und mit der Sauce vollenden; evt. vor dem Anrichten die Sauce aufschäumen.



## Färöer Lachs mit geräucherter Buttermilch und Dill

### Zutaten

- Färöer Lachsfilet-Medaillons (ohne Haut) a 60 g
- Geräucherte Buttermilch
- Etwas feines Salz, evtl dänisches Rauchsatz
- Dillöl
- Rettich, Radieschen, Kapuzinerkresseblätter, Dill
- Butter

### Zubereitung

Den Lachs auf leicht gebutterte tiefe Teller setzen, diese mit Folie straff abdecken und im vorgeheizten Ofen bei 50 °C Dampf für ca 9 min im Ofen garen.

Die Buttermilch in einem Räucherofen kalt räuchern, d.h. erst die Rauchspäne entzünden und dann die Buttermilch hinein stellen; alternativ könnte man die Buttermilch mit Räucheröl und Rauchsatz abschmecken.

Das Dillöl aus 1 Bd Dill und ca 200 ml Traubenkernöl herstellen; dabei das Öl auf 70 °C erhitzen und dann mit dem abgezapften Dill für ca 10 min mixen. Danach sofort durch ein feines Sieb passieren und kühl stellen.

Rettich schälen und mit den Radieschen dünn aufschneiden.

Den Lachs dann auf tiefe Teller setzen und mit der Buttermilch umgießen, Rettich, Radieschen, Kresseblätter und Dill auf den Lachs setzen und mit dem Dillöl den Teller vollenden.

## Zwiebel auf Meersalz gebacken

### Zutaten

- 4 Zwiebeln
- 1 kg grobes Meersalz
- Etwas feines Salz

### Zubereitung

Das grobe Salz auf einem etwas tieferen Blech ausbreiten und dann die Zwiebeln mit der Wurzelseite nach unten auf das Salz setzen.

In einem vorgeheizten Ofen bei 130 °C für 90 Minuten backen.

Nach dem Garvorgang aus dem Ofen holen und für ca. 30 Minuten auf dem Salz abkühlen lassen. Danach die Zwiebeln im oberen Viertel köpfen und das Zwiebelherz mittels eines Löffels vorsichtig herauslösen (dabei sollten die 3 äussersten Zwiebelschichten unberührt bleiben, da diese nicht benötigt werden).

Das Zwiebelherz leicht mit feinem Salz würzen und wieder in den Zwiebelkörper setzen, den Zwiebelkopf wieder obenauf setzen.

Die Zwiebel nun wieder auf dem Salz-Bett für ca. 20 min bei 130 °C backen.

Zum Anrichten nur das Zwiebelherz entnehmen.





## Sommelier-Tipp

**Anna Rupprecht /Sommelière**  
im Fine Dining Restaurant  
„Fritz's Frau Franzi“  
Hotel Fritz Düsseldorf

**I**ch habe es manchmal bedauert nicht auf einem Weingut groß geworden zu sein. Doch endlich kann ich meiner Passion folgen und selbst Weine machen.“ sagt Oliver Zeter der hinter den Weinen mit dem Bärenetikett steht.

Gemeinsam mit seinem Vater und Bruder macht sich Oliver Zeter als Inhaber des Weingutes in Neustadt-Diesesfeld

# Pfalz, Wein, Zeter – Ein Dreiklang von Tradition und Leidenschaft im Weinbau

zunächst einen Namen als Importeur feiner Weine. Zeter selbst bringt jedoch von Anfang an beste Voraussetzung mit, um im Weinberg und Keller Hand anzulegen. Nach seiner Winzerlehre im renommierten Pfälzer Weingut Dr. Deinhard in Deidesheim jetzt als von Winning bekannt, geht er als gelernter Weinbautechniker für jeweils ein Jahr nach Italien und Südafrika.

Wieder zurück in Deutschland arbeitet Oliver Zeter in der familieneigenen Weinagentur, bevor er seinen ersten Jahrgang abfüllt. Da weiß er schon ganz genau

was er will und kann: Sauvignon Blanc im Spannungsfeld von Alter und Neuer Welt.

Jetzt widmet er sich mit Begeisterung dem ganzen Spektrum der klassischen Rebsorten, jene von der Rhône und der Loire haben es ihm besonders angetan. Mittlerweile vinifiziert er das Lesegut von rund 20ha Weinbergen. Auf 6ha verantwortet das Weingut die Bewirtschaftung in Eigenregie, der übrige Teil wird von langjährigen Vertragspartnern übernommen, die sich über das ganze Anbaugbiet verteilen.

## 2016 Sauvignon Blanc

Insgesamt acht Weinberge in der Südpfalz und in Mittelhardt sind mit sieben verschiedenen Sauvignon Blanc-Klonen bepflanzt. Die verschiedenen Terroirs, die Lese zu unterschiedlichen Reifezeitpunkten und der Ausbau teils im Edelstahltank, teils spontanvergoren, und ein kleiner Anteil in Barriques, führt zu einem facettenreichen Sauvignon Blanc Cuvée.

Mit großer Begeisterung öffne ich den Sauvignon Blanc und wurde mit einem tollen Bukett aus frischer Stachelbeere, Banane, grasigen Noten und Minze begrüßt. Toll!

Am Gaumen sehr frisch, die Fruchtaromen werden von einer feinrassigen Säure unterstützt.

Im Nachhall sehr langanhaltend und mineralisch.

Ein toller Wein, der viel Spaß macht.



## 2015 Sauvignon Blanc Fumé

Der „Fumé“ stammt aus den ältesten und besten Weinbergen Zeters, dort werden nur die feinsten und reifsten Trauben von Hand ausgewählt.

Nach dem Pressen der Trauben wird der daraus entstandene Traubenmost in neue Barrique-Fässer aus französischer Eiche abgefüllt und spontan vergoren.

In der Nase präsentiert sich der Sauvignon Blanc Fumé mit einem ausdrucksstarken Bukett.

Intensive Frucht von Aprikose und Mango, begleitet von nussigen und buttrigen Noten die an ein Hefegebäck erinnern. Am Gaumen sehr vollmundig, mit Fruchtaromen, die im Zusammenspiel mit der feinen frischen Säure sehr gut miteinander harmonieren.

Ein eindrucksvoller Wein mit langem Nachhall und angenehmer Schmelzigkeit.



Olivers Weine werden in verschiedene „Bäregruppen“ eingeteilt. Es gibt zum einen die Einstiegslinie „kleine Bären“ in weiß, rosé und rot. Eine Rebsortenlinie „Weinbären“ mit Weißburgunder, Grauburgunder, Muskateller, Sauvignon Blanc und Spätburgunder.

Die „großen Bären“ das sind die Prachtexemplare – alles Weine die spontan vergoren und im Holz ausgebaut wurden, darunter auch ein Viognier und der „Z“ ein Rotwein aus den Trauben von Cabernet Franc, Cabernet Sauvignon und Syrah. Abgerundet wird das Angebot durch drei Süßweine. Aushängeschild ist nach wie vor der Sauvignon Blanc. Entweder klassisch im Stahltank, spontanvergoren im Holzfass oder auch mit Restsüße.

Aber wie kommt jetzt der Bär zum Wein?? Oliver Zeters Familie ist schon seit Generationen in der Pfalz verwurzelt. Der trinkfreudige Bär, den man auf den Etiketten seiner Weinflaschen findet und somit sein Markenzeichen ist, stammt aus der Feder des bekannten Pfälzer Malers Otto Dill. Der Künstler, der mit Olivers Urgroßvater Richard Baer am Stammtisch saß, schickte den Bären mit menschlichen Gesichtszügen als Postkarte an seinen Freund.

Die Pfalz ist mit ca. 23.500ha Anbaufläche das zweitgrößte Weinanbaugebiet in Deutschland. Es verläuft südlich von Worms bis an die französische Grenze und von den Hängen des Pfälzerwaldes bis in die Rheinebene.

Eingeteilt wird das Anbaugebiet in drei Bereiche: Deutsche Weinstraße, Mittelhardt und südliche Weinstraße.

Wie in jedem Weinanbaugebiet spielt das Terroir eine sehr große Rolle. Damit sind alle von der Natur aus gegebenen Faktoren gemeint, die auf den Charakter eines Weines Einfluss nehmen können. Die große Bodenvielfalt in der Pfalz von Kalkstein, Ton, Basalt und Lehm bis hin zu Bundsteinverwitterung und das als allgemein südländisch geltende Klima und vor allem die Mikroklimata der einzelnen Weinlagen prägen die Weine maßgebend.



## 2014 Zahir

45% Cabernet Franc, 30% Merlot, 25% Cabernet Sauvignon

Der „Zahir“ steht für den brasilianischen Schriftsteller Paulo Coelho, der in seinem gleichnamigen Roman über etwas wenig Greifbares schreibt, das er mit Sehnsucht und Belesenheit erklärt. Dies reflektiert Oliver Zeters Wunsch nach der Schaffung eines großen deutschen Rotweins aus den typischen Rebsorten des Bordeaux.

Die Reben für die Cuvée Zahir stehen auf sehr skelettreichem Bundsandsteinboden in der heißesten Lage von Hambach, die auch für den Namen „Feuer“ bekannt ist.

Die Trauben wurden sehr spät in vollreifem Zustand gelesen und ohne Verwendung von Reinzuchthefen in Holzbottichen auf der Maische vergoren. Danach wurde der Wein nochmal 14 Monate in meist neuen 500 Liter Fässern ausgebaut.

Der Wein öffnet sich mit etwas Luft, deswegen den Wein in großen Gläsern oder einer Karaffe servieren.

Der Zahir hat eine komplexe Nase von dunklen reifen Früchten wie Kirsche, Brombeere und schwarze Johannisbeere, unterstützt von würzigen Noten, die mich an Muskat erinnern.

Die Frucht spiegelt sich am Gaumen wieder. Eine leichte Süße kommt hervor, die mit leichter Säure gut eingebunden ist. Erstaunt war ich beim ersten Schluck von dem hohen Tanningehalt, der aber nicht störend wirkt. Im Nachhall langanhaltend und schokoladig.

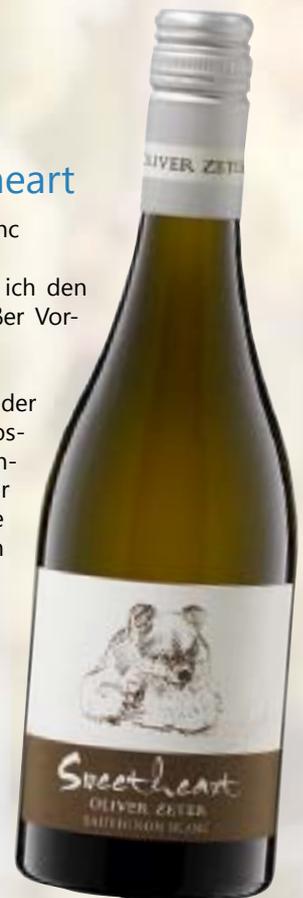
Ein sehr spannender Wein mit hoher Lagerfähigkeit.

## 2015 Sweetheart

100% Sauvignon Blanc

Gut gekühlt öffnete ich den Sweetheart mit großer Vorfreude.

Am Anfang war er in der Nase sehr verschlossen, doch mit zunehmender Temperatur entfalten sich tolle exotische Noten von Mango und Zitrusfrucht, die am Gaumen mit der frischen Säure wunderbar harmonieren.



Alle Weine zu beziehen über:



**Oliver Zeter GbR**  
**Lauterstraße 9**  
**67434 Neustadt**  
**Mobil +49 152-22797895**  
**robin@oliver-zeter.de**  
**www.oliver-zeter.de**



## Fischiges Vergnügen - Neptun bittet zu Tisch!

**F**isch ist nach wie vor immer eine Delikatesse, egal ob Süß- oder Salzwasserfisch. Auf dem wöchentlichen Speiseplan sollte er keinesfalls fehlen. Dieses wertvolle Nahrungsmittel ist reich an hochwertigem Eiweiß, Zink, Kalium, Fluor, Jod, den Vitaminen A, D und B-Vitamine. Das Fischfett enthält die wertvollen mehrfach ungesättigten Fettsäuren, wie Omega-3-Fettsäuren.

Neben der fachgerecht gekühlten Aufbewahrung, ist natürlich die Technologie bei der Zubereitung äußerste Voraussetzung für den absoluten Gaumenkitzel. Die 3-S-Methode gilt auch heute noch, trotz der großen Turbulenzen die die Küche in den letzten Jahren durchgemacht hat. Was ja durchaus, zumindest aus ernährungsphysiologischer Sicht, als sehr gut zu bewerten ist, mal kleine Abstriche abgesehen. Also, säubern, säuern, salzen – na gut: säuern – da bleiben wir mal schön bei Zitronen und Limetten, Ausnahme nur bei Karpfen, Forelle und Renke, dann aber

nur, wenn diese blau gekocht bzw. gegart werden. Salz, das versteht sich von selbst: Meersalz ist oberstes Gebot.

Der eiweißreiche Fisch brät schnell trocken, da die Eiweißgerinnung schon bei etwas über 70° C einsetzt. Deshalb nur rasch anbraten, hochwertiges Rapsöl steht hier zu diensten, was mit den Fettsäuren des Fisches zu einem Feuerwerk aufflammt, dann den Fisch nur noch durchziehen lassen, sofort servieren und mit Genuss verzehren.

Auch dünsten, dämpfen und pochieren unterliegen dem Gerinnungsfaktor des Eiweiß, also bei hohem Siedepunkt einlegen, nicht weiter erhitzen sondern nur noch ziehen lassen.

Der sehr feine Eigengeschmack von Fisch gibt schon vor, ihm nicht mit tausend Gewürzen oder Ingredienzien seine Identität zu nehmen – hier gilt: weniger ist mehr.

Die Süßwasserfisch-Zubereitung unterliegt sehr der Tradition und der Regionalität; so braucht der fettreiche Karpfen z.B. schon mal so kleine Verdauungshilfen wie Meerrettich.

Bei den Beilagen muss man sich keinen Zwang antun - Gemüse in allen Variationen bietet sich an und vom Stangenweißbrot bis aufgebackenem Ciabatta und den verrücktesten Kartoffelbeilagen, kann man aus einem vollen Netz, nein sorry, das war der Fisch - ich meinte Beilagenrepertoire, schöpfen.

Übrigens: Knoblauch unterstützt den Eigengeschmack von Fisch und nimmt ihm nichts weg.

In diesem Sinne und fischigen Genuss,

Ihr Armin Roßmeier



Zutaten für 4 Personen

- 4 Thunfischsteaks (à 160 g)
- 1 Saft einer Limette
- 2 EL Erdnussöl

### Auflauf:

- 120 g blanchierter Blattspinat
- 100 g bissfest gegarte Karottenwürfel
- 100 g Zucchiniwürfel

## Zart gebratener Thunfisch mit Queller und Gemüseauflauf

- 100 g abgezogene Tomatenwürfel
- 80 g Ciabattawürfel
- 4 Eier
- 80 ml Sahne
- Salz, Pfeffer
- 60 g geriebenen Chester-Käse
- 120 g Queller (Meeresgemüse)

### Zubereitung

- Spinat grob hacken, mit den Karotten-, Zucchini- und Tomatenwürfel gut vermengen. Eier mit Sahne verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, über das Gemüse geben, vermengen und die Ciabattawürfel unterheben.
- Die Masse in eine ausgefettete Auflaufform geben, mit dem Käse bestreuen und bei 160° C im vorgeheizten Backofen sto-

cken lassen (Fingerprobe), goldgelb ausbacken.

- Thunfischsteaks dezent mit Salz und Pfeffer würzen, mit Limettensaft beträufeln. In heißem Erdnussöl auf jeder Seite ca. 50 Sekunden bis max. 1 Minute braten, damit der Kern noch leicht roh bleibt und sofort mit dem Auflauf servieren. Auf Wunsch mit Vulkansalz bestreuen. Queller in etwas heißem Olivenöl in der Pfanne ansautieren, fertigen Thunfisch damit bestreuen.

**Zubereitungszeit ca. 30 Minuten**

Dieses Gericht ist pescetarisch.

### Nährwert pro Portion

750 kcal – 53 g Fett – 56 g Eiweiß – 13 g Kohlenhydrate – 1 BE

## Saiblingfilet auf Spargel-Pilzsalat

### Zutaten für 4 Personen

8	Saiblingfilets (à 100 g)
2 EL	Zitronensaft
2	Messerspitzen Chiliflocken
	Maismehl zum Mehlieren
1 EL	Olivenöl
2	Zweige Rosmarin
je 400 g	weißer und grüner Spargel
60 g	Zwiebelwürfel
150 g	Egerlinge
1 EL	Olivenöl
1 TL	brauner Zucker
2 cl	Essig
4	Dillzweige
1 EL	Blattpetersilie
	Salz, Pfeffer

### Zubereitung

- Weißen Spargel vom Kopf nach unten schälen, unten etwas abschneiden, grünen

Spargel von der Mitte nach unten schälen, beide Sorten in Stücke schneiden, mit den Schalen und Abschnitte in ca. 1 ¼ l Wasser einen Fond kochen. Egerlinge säubern, in Scheiben zerteilen, mit Zwiebeln in heißem Olivenöl angehen lassen, Spargelstücke zugeben, mit anschwanken, mit ca. 200 – 250 ml Spargelfond angießen, auf den Biss garen, Olivenöl, braunen Zucker, Essig zugeben, in Streifen geschnittene Blattpetersilie zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

- Saiblingfilet mit Zitronensaft beträufeln, mit Chiliflocken bestreuen, in Maismehl wenden, mit der Hautseite in heißem Olivenöl einlegen, gut anbraten, wenden, Fleischseite goldgelb braten, Rosmarin-zweige zum Aromatisieren zugeben, zur Seite stellen, auf den Punkt durchziehen lassen. Spargel-Pilzsalat auf Teller anrichten, Saiblingfilet darauf setzen, mit Dillsträu-chen garnieren.



### Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Dieses Gericht ist pescetarisch und glutenfrei.

### Nährwert pro Portion

550 kcal – 30 g Fett – 43 g Eiweiß – 27 g Kohlenhydrate – 0,5 BE



## Forelle im Tempurateig auf Sellerie-Kartoffelpüree und Speckbohnen

### Zutaten für 4 Personen

8	Forellenfilets ohne Haut (à 80 g)
4 EL	Mehl
200 ml	Mineralwasser
2	Eier
¼ Bund	Zitronenthymian
3 EL	Mehl
2 EL	Olivenöl
200 g	Kartoffeln (mehlig kochend)
200 g	Sellerie
125 ml	Milch

400 g	Buschbohnen
1 EL	Bohnenkraut
8	magere Bauchspeckscheiben
200 ml	brauner Kalbsfond oder Gemüsebrühe
	Muskat
	Salz, Pfeffer

### Zubereitung

- Eiweiß vom Eigelb trennen, Eiweiß steif schlagen. Mehl mit Eigelb, Mineralwasser,

fein geschnittenem Zitronenthymian gut verrühren, mit Salz, Pfeffer würzen, geschlagenes Eiweiß langsam unterheben.

- Bohnen an beiden Enden etwas abschneiden, in sprudelndem leichten Salzwasser mit etwas Bohnenkraut auf den Biss blanchieren, kalt ablaufen, abtropfen lassen. Bündel richten und mit Speckscheiben umwickeln, in ein Pfännchen setzen, mit etwas Brühe oder Kalbsfond angießen, im vorgeheizten Backofen bei 100° C heiß ziehen.

- Kartoffeln und Sellerie schälen, würfeln, in etwas Brühe weich kochen, abschütten, mit lauwarmer Milch zum glatten Püree verarbeiten, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

- Forellenfilet mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch den Tempurateig ziehen, in heißem Olivenöl beidseitig goldgelb ausbacken, auf Teller anrichten, Bohnenbündel mit anlegen, Sellerie-Kartoffelpüree daneben mit anhäufeln, mit Zitronenthymian garnieren.

### Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

### Nährwert pro Portion

630 kcal – 28 g Fett – 54 g Eiweiß – 40 g Kohlenhydrate – 3 BE

Fotos: Armin Roßmeier

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

## Restaurant und Hotel Lekker

Klaus Lenser  
Anne Wantia

Die Region rund um die Mosel ist für Weinliebhaber und Genießer immer eine Reise wert. Dass die Weine in den letzten Jahren, mit neuen jungen Winzern - die jungen Wilden - und modernen Anbauverfahren immer höheres Ansehen - auch international - gewonnen haben ist kein Geheimnis mehr, kein Geheimnis sind auch die Vielzahl an kleinen, familiengeführten Hotels und Restaurants, deren Inhaber sich liebevoll und mit hohem Engagement um den Gast kümmern.



Desiree und Remko Bordens

So auch Desiree und Remko Bordens, ein holländisches Ehepaar aus Amsterdam, das nun schon seit über acht Jahren im „ältesten Weinort“ Deutschlands, in Neu-

magen-Dhron an der Mosel, für besondere kulinarische Küche bekannt ist.

Die erste Station der beiden, das Restaurant im „Hotel zur Post“ in Neumagen-Dhron ist für die Bordens eine Zwischenstation auf dem Weg in die Selbstständigkeit. Als der Vertrag mit den Besitzern der Post nicht verlängert wird, begeben sich die Bordens auf die Suche nach einer Alternative. Ihr Wunsch ist es in Neumagen-Dhron zu bleiben. Mehr zufällig erfahren sie, dass das alte Amtshaus zum Verkauf steht. Ein historischer Bau aus dem 18.Jhd. Aus den ehemaligen Amtsstuben werden 11 Suiten, jede mit einer Größe von mindestens 50m<sup>2</sup>, mit separatem Schlafzimmer- und Wohnbereich sowie einem modernen Bad. Die Einrichtung ist stylisch mit Designmöbeln und Stoffen in warmen Farben. Alles passt sich gut dem alten Gebäude und den knarrenden Holzdielen an. Ankommen, Entspannen, Wohlfühlen und Genießen... so das Motto der Gastgeber.

Das Hotel gehört zu der französischen Gruppe der Logis Hotels die sich zum Ziel gesetzt haben feine Küche und bezahlbare Übernachtungen in einem Konzept zu kombinieren.

Das Restaurant, im alten Gewölbekeller des ehemaligen Amtshauses, mit Blick in den Biergarten und auf die Mosel ist ein beschauliches Plätzchen zum Genießen. Der 45jährige Chefkoch hat sich nach Stationen im Ausland, wie z.B. in der Schweiz, England oder Florida seinen Wunsch, ein eigenes Restaurant zu leiten, mit diesem Haus erfüllt. Das Hotel und Restaurant Lekker ist weit über Neumagen-Dhron hinaus bekannt und beliebt. Auch viele Niederländer legen gerne einen Stopp bei den Bordens ein um sich von Remko verwöhnen zu lassen. Seinen Kochstil kann man als italienisch-französisch mit asiatischen Einflüssen bezeichnen. Nomen est Omen!



Modernes Ambiente im alten Gewölbe

Selbstverständlich sind alle Produkte stets frisch und wenn möglich aus der Region.

Unser Abend im Restaurant beginnt mit einem Bitterballen und einem „lekkeren“ Thai-Curry-Süppchen. Ein angenehmer Auftakt. Es folgen Jacobsmuscheln, Avocado-creme im Apfel-Gurkensüppchen mit einem Hauch Wasabi. Eine ausgewogene Kombination. Als Hauptgericht wird ein zarter Rehrücken und Rehulasch gereicht. Perfekt gegart. Zum Abschluss entscheiden wir uns für das warme Schokotörtchen mit einem Zimtparfait. Ein gelungenes Dessert.

Nach einer entspannten Nacht, in einer ruhigen Umgebung, genießen wir am anderen Morgen ein umfangreiches Frühstück vom Buffet. Da erfahren wir noch so ganz nebenbei, dass Remko Bordens erst einmal das Bäckerhandwerk gelernt hat bevor er sich entschied eine weitere Ausbildung zum Koch zu machen. Das selbstgebackene Brot begeistert uns ebenso wie die Küchenleistung vom Abend vorher. Das Hotel und Restaurant Lekker können wir Ihnen liebe Gour-med Leser nur empfehlen. Probieren Sie es selbst aus.

Fotos: Anne Wantia



Info:  
Hotel Restaurant Lekker  
Grafenweg 1  
54347 Neumagen-Dhron  
0049 (0) 6507- 939 771  
hotellekker@gmail.com  
www.hotel-lekker.com

# Riesengarnelen in Tempurateig

Rezept vom Hotel Restaurant Lekker  
für 4 Personen



## Zutaten

### Riesengarnelen oder Soft Shell Crab

24 Garnelen 16/20 Große  
Tempuramehl (Asia-Shop)  
Friteuse Öl, Salz

### Tempurateig

150 g Tempuramehl  
25 g Bier  
150 g Wasser

### Thai Marinade Süß-Sauer

6 dl Weißwein-Essig  
250 g Zucker  
55 cl. Wasser  
5 g Salz  
1 EL Pfefferkörner  
1 EL Kardamom  
3 Stangen Zitronengrass  
2 Zimtstange  
50 g Ingwer  
Saft von 1 Zitrone und 1 Limette

### Avocado Creme

2 Avocado  
3 EL Sauerrahm  
1 Limette

### Gemüse

4 Mini Mais  
4 Mini Fenchel  
4 kleine Karotten  
4 Perlzwiebeln  
4 Cherry Tomaten Rot/Gelb  
Gurken, Rettich, 2 Granny Smith Äpfel,  
Bulgur 1 Päckchen, Curry, Limettensaft,  
Olivenöl und Zuckererbsen

### Mayonnaise

1 TL gutes Curry  
2 sehr frische Eigelb  
1 TL mittelscharfer Senf  
Salz + Pfeffer  
ca. ¼ L Sonnenblumenöl  
2 EL Weißwein-Essig

Nehmen Sie für die Thai-Marinade einen von der Größe passenden Kochtopf. Schneiden Sie den geschälten Ingwer und das Zitronengras in etwa 1 cm große Stücke, geben Sie nun diese und alle weiteren Zutaten zusammen in den Topf und lassen Sie alles für eine Minute kochen.

Um das Gemüse zu blanchieren nehmen Sie einen zweiten Kochtopf und füllen diesen mit etwa 2 Litern Wasser. Geben Sie die einzelnen Gemüsesorten einzeln in das kochende Wasser für etwa 1 Minute, bis das Gemüse knackig ist. Schrecken Sie das Gemüse anschließend unter kaltem Wasser ab. (Mini-Mais, Karotten, Perlzwiebeln, Mini-Fenchel)

Kreuzen Sie Tomaten ein und geben Sie diese in kochendes Wasser für ca. 10 Sekunden bis sich die Haut löst, direkt im Anschluss mit kaltem Wasser abschrecken.

Das blanchierte Gemüse in der Thai-Marinade einlegen und bis zu einem Tag kalt stellen.

Zuckererbsen blanchieren, jedoch nicht in der Marinade einlegen. Die Gurke und den Rettich mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden, diese beim Anrichten kurz marinieren.

Schneiden Sie die beiden Avocados in der Hälfte durch, entfernen Sie den Kern und entnehmen das Fruchtfleisch mit einem Löffel. Mischen Sie nun das Fruchtfleisch mit 3EL Sauerrahm und dem Saft einer Limette.

Bulgur nach Packunganweisung in der Brühe kochen mit Raz el Han-out-Gewürz, Salz, Petersilie, Limettensaft und Olivenöl verrühren und abschmecken.

Den Darm der Garnelen entfernen und leicht mit Salz und Pfeffer und ein wenig Cayennepfeffer würzen. Das Tempuramehl mit Wasser und einem Schuss Bier fertigstellen. Die Garnelen bei 180 Grad in der Friteuse ca. 2 Minuten, bis sie goldbraun, gebacken sind. Alternativ: die Garnelen würzen und scharf in der Pfannen anbraten.

2 Gurken und 2 Granny-Smith Äpfel in akkurate Würfel von 0,5mm schneiden. Abschmecken mit Limettensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer.

Eigelb, Essig und Senf für die Mayonnaise in einen Rührbecher geben und mit dem Schneebesen des Handrührgeräts kurz verrühren. Tropfenweise das Öl einrühren, bis alles zu einer glatten Creme verbunden ist. Zum Schluss Curry, Salz und Pfeffer unter die Mayonnaise rühren und abschmecken.

Teller anrichten und genießen!

## Brasilianischer Genuss

### „VIB GRILL & LOUNGE“ in Schwabing

Das stylische, brasilianische Restaurant VIB Grill & Lounge eröffnete am 18. Januar 2017 seinen neuen Standort in der Leopoldstraße 42 in München. Mit dem Umzug von Haidhausen, offeriert die Brasilianerin Simone Weissmann den beliebten „Taste of Brazil“ jetzt noch besser und schöner in Schwabing: VIB



Grill & Lounge ist das einzige Rodizio Restaurant in München und Sieger der beliebten Kabel 1 Sendung „Mein Restaurant – Dein Restaurant“. VIB steht für „Very Important Brazilians“.

Das neue brasilianische Erlebnisrestaurant steht für Lebensfreude, Kultur und Lifestyle – all das, was das moderne Brasilien ausmacht: Weltoffenheit und Tradition, kulturelle, künstlerische und gastronomische Vielfalt, Traumstrände, Berge und Naturreservate, Megastädte, Design und vieles mehr. Entsprechend schuf die angesagte brasilianische Innenarchitektin Renata Mendonca das moderne, zeitgenössische, brasilianische Design des neuen Restaurants mit avantgardistischen Ethno-Elementen, Holz, Samt und den typischen kühnen, geschwungenen Formen der brasilianischen Moderne.

Sinnlich, traditionell, ethnisch und gepaart mit einer zeitgenössischen Interpretation und höchster Handwerkskunst hat das Ambiente eine unverwechselbare Formensprache zwischen gestern, heute und morgen. Entspannte Eleganz vermittelt die São Paulo Lounge – klassisch modern in Schwarz-, Weiss- und Goldakzenten gehalten. Der rustikale Raum Bahia mit seiner offenen Bar, Elementen wie Vintage-Kacheln, speziell angefertigten Hängelampen, Holz und farbenfrohen türkisen Designers-Guild-Tapeten ist mit seiner Leichtigkeit und seinem Material-Mix der Inbegriff brasilianischer Sinnlichkeit. Eine überdimensionale Copacabana-Ansicht dominiert den minimalistisch-modern in Gelb- und Grautönen gestalteten Raum Rio de Janeiro. Die Sonnenterrasse (ab Mai) besticht mit der floralen Üppigkeit der Amazonas-Region und die Sanitärräume verströmen Beach-Feeling. Viele der Deko-Elemente wie Skulpturen und Tischsets wurden extra in Brasilien angefertigt.

Die brasilianische Küche ist ein Mix aus süß, scharf, aromatisch, würzig, bunt ... der brasilianische Starkoch Arthur Coelho

steht dem Küchenteam beratend zur Seite und wird zwei Mal jährlich nach München kommen. Die Küche lädt zu einer Entdeckungsreise durch die kulinarischen Variationen Brasiliens ein. Die afrikanischen Einflüsse vermischten sich mit den portugiesischen Traditionen und nutzten, was die Tropen und die indianische Ernährung hergaben: Fleisch und Fisch in allen Variationen, Früchte und Wurzeln sowie Maniok und Bohnen.

Das Highlight im VIB Grill & Lounge ist das abendliche authentische „Rodizio“ (übersetzt „das sich Drehende“). Diese alte Art des Grillens kommt aus der südlichen brasilianischen Hochebene. Gauchos grillten Fleisch auf langen Spießen über den glühenden Kohlen des Lagerfeuers für ein einzigartiges Aroma. Genauso grillen im VIB Grill & Lounge die speziellen brasilianischen Rindfleisch-Cuts aber auch Lamm, Schwein und Geflügel gewürzt nach altem Gaucho-Rezept über offenem Feuer auf großen, sich drehenden Spießen. Ist das Fleisch außen knusprig und innen zart und saftig, drehen die „Cortadores“ – die modernen Gauchos – die Runde und schneiden den Gästen direkt vom Spieß das Fleisch auf den Teller – und dies solange der Gast möchte. Alternativ werden Fischvariationen serviert. Das Rodizio-Erlebnis inkludiert ein reichhaltiges Buffet mit feinen Vorspeisen, Salaten, Gemüse, Beilagen und einer Auswahl warmer Gerichte, die auch Vegetarier begeistert.

Mittags lockt ein „A Quilo“ Buffet mit Salaten, Gemüse, wechselnden Fisch- und Fleischvariationen und Desserts.

Zusätzlich werden ganztags Snacks der kleinen aber feinen Loungekarte serviert.

Foto: Klaus Lenser

VIB Grill & Lounge  
Leopoldstraße 42  
80802 München  
Tel.: 089 89 866 801  
E-Mail: [info@vib-muenchen.de](mailto:info@vib-muenchen.de)  
[www.vib-muenchen.de](http://www.vib-muenchen.de)

Öffnungszeiten:  
Di. - Sa.: 11:00 Uhr - 23:00 Uhr (Küche)  
So.: 12:00 Uhr - 23:00 Uhr (Küche)  
Mo.: Ruhetag



# Spa & Golf Resort Weimarer Land

Golf und  
Genuss.



## Maximilian Munich Apartments & Hotel mit neuem kulinarischen Konzept



Küchenchef Rosario Monachello

Das Restaurant „Kleines Max“ des zentral in der Münchner Altstadt gelegenen Maximilian Munich Apartments & Hotel steht unter neuer Führung: Rosario Monachello, mehrfach im Restaurant „Beccofino“ ausgezeichnet, ist neuer Küchenchef. Der gebürtige Sizilianer freut sich über die Herausforderung und überzeugt die Gäste schon nach kurzer Zeit mit kreativen und aromatischen Gerichten.

Rosario Monachello kam mit 16 Jahren nach Deutschland und sammelte seither Erfahrung in unterschiedlichen Restaurants, darunter „Villa Romana“, „Schloss Hotel“ (beide in Grünwald) sowie in den Szenelokalitäten „Interview“ und „San Michele“. Bereits im „San Michele“ zum



Typisch italienisch: Caprese à la Rosario Monachello



Terrasse: Restaurant „Kleines Max“

Chefkoch berufen, verfeinerte Rosario Monachello seinen Stil immer weiter und überzeugte bis dato im „Beccofino“ mit einer gehobenen und unkonventionellen italienischen Küche. Ein bekanntes Genussmagazin zeichnete das Restaurant als das fünftbeste Restaurant in München aus; in der nationalen Wertung erreichte Rosario Monachello mit dem Beccofino Platz 27 der besten italienischen Restaurants in Deutschland.

Die Gastgeberin des Maximilians, Eva Kubon, über die Neuverpflichtung: „Das kulinarische Konzept des „Kleines Max“ verfolgte bisher bereits eine mediterrane Ausrichtung, die gekonnt mit regionalen Spezialitäten akzentuiert wurde. Wir freuen uns sehr, dass wir Rosario Monachello für unser Haus gewinnen konnten und möchten mit ihm unser Konzept noch stärker in Richtung Süditalien verfeinern.“

Das zentral gelegene Maximilian Munich

Apartments & Hotel verfügt über 54 extra große Zimmer, Studios und Suiten, die mit ihrem Wohnkomfort auch für Langzeitgäste geeignet sind. Zur Ausstattung

gehören Küchenzeile, LCD-Fernseher, DVD-Player und W-LAN. Nur wenige Gehminuten von Maximilianstraße und Oper entfernt, ist das Maximilian nicht

nur ein Hotel, sondern zugleich ein liebevoll gepflegtes Baudenkmal mitten in der Altstadt.

Das historische Gebäudeensemble umschließt einen Innenhof mit einem Rosengarten als idyllisches Refugium inmitten der Großstadt. Die gesamte Einrichtung des Maximilian wurde mit großer Sorgfalt und Liebe zum Detail gestaltet.

Stilvolle Parkettböden und originelle kostbare Holzarten bilden die Basis für das individuell abgestimmte Interieur jedes einzelnen Zimmers. Ein kleines Wellness-Center bietet alles für Entspannung und Wohlbehagen inklusive vitalisierender Massage und Beauty-Anwendungen (auf vorherige Anfrage).

Fotos: Maximilian Munich Apartments & Hotel

Maximilian Munich Apartments & Hotel  
Hochbrückenstraße 18  
80331 München  
Tel.: +49 (0)89 – 24 25 8 0  
E-Mail: [mail@maximilian-munich.com](mailto:mail@maximilian-munich.com)



Wohnen wie zu Hause, im Maximilian

## Hamburg: Elbphilharmonie und „Seemannsheim“-Hotel

Mit der Elbphilharmonie ist Hamburg um eine Sehenswürdigkeit reicher. Auch das Miniaturwunderland wurde kürzlich zur beliebtesten Touristenattraktion gewählt. Gute Gründe für einen Hamburg-Besuch in einem passenden Hotel in fußläufiger Nähe. Im quirligen Portugiesenviertel am Hafen befindet sich das Hotel Stella Maris, das dazu einlädt das einzigartige Flair der Hansestadt zu entdecken.

Im Jahr 1954 als „Seemannsheim“ von der Katholischen Kirche gegründet, ist das Stella Maris heute ein modernes, persönlich geführtes 3 Sterne-Hotel mit herzlichem Service und vielen charmanten Details. Die 49 hellen und freundlichen Nichtraucherzimmer verteilen sich auf vier Etagen und sind jeweils nach einem anderen maritimen Motto dekoriert. Im modernen Restaurant „Messe“ können sich die Gäste beim leckeren Frühstücksbuffet stärken oder im ruhigen Garten im Innenhof die Sonne genießen. Der gemütliche „Salon“ mit Kamin und Bibliothek lädt zum Entspannen oder Arbeiten ein.



Restaurant Messe

Im Hotel Stella Maris kann sich der Gast auf hanseatische Art wohlfühlen und die Nähe zur Seefahrt erleben. Durch seine Lage im Hafenviertel nahe der U-/S-Bahnstation „Landungsbrücken“ sind alle Highlights wie Musicals, Hafenrundfahrt, Speicherstadt, Fischmarkt, Michel, Reeperbahn oder Jungfernstieg in Kürze erreichbar.



Rezeption im Hotel Stella Maris

Foto: Hotel Stella Maris

Hotelkontakt:  
Hotel Stella Maris  
Reimarusstr. 12  
20459 Hamburg  
Tel.: 040/3192023  
E-Mail: [info@stellamaris-hamburg.de](mailto:info@stellamaris-hamburg.de)  
[www.hotel-stellamaris.de](http://www.hotel-stellamaris.de)



diversen Hüttenabenden und Festakten ganz zu schweigen.

Zur Einstimmung auf die Jubiläumsveranstaltung hatten sich die Macher etwas Besonderes ausgedacht. Kolja Kleeberg lud, gemeinsam mit den Young Chefs von S. Pellegrino, zum exklusiven Kochkurs auf die Showbühne für 20 ausgewählte Hobbyköche. Zwischen den Gängen sorgte das Allroundtalent mit seinen rockigen Gesangseinlagen für eine super Stimmung. Am Abend fand die obligatorische Hüttengaudi im Restaurant Pardorama auf 2624m statt. Hier konnten Golfbegeisterte Köche den weltweit höchsten Longest Drive abschlagen. 60 Teilnehmer versuchten ihr Glück und der Sieger erreichte eine Weite von mehr als 300 Metern.

Am Tag danach bot sich in Ischgl's Silvretta Arena dann ein ungewöhnliches Bild. An der Idjoch-Piste tummelten sich Köche in Kochjacken und auf Skiern. Gemeinsames Ziel: Als schnellster den Jubiläums-Riesenslalom bezwingen.

Seit 20 Jahren gibt es diesen Event schon und die „Erfinder“ Hans Haas vom Tantris in München und Thomas Schreiner von Champagner Laurent-Perrier gelingt es immer wieder die nettesten und besten Köchinnen und Köche zusammen zu holen. Diesmal auch wieder dabei Heinz Winkler aus Aschau, Hotelier Heiner Finkbeiner und TV-Koch Johann Lafer. Spaßeshalber machte das Gerücht die Runde, dass speziell die österreichischen und Südtiroler Kollegen das ganze Jahr

# 20 jähriges Jubiläum beim legendären Sterne-Cup der Köche in Ischgl

Ralf Schneider

**W**enn sich alljährlich im Spätwinter die besten Köche und Köchinnen Zentraleuropas zum Sterne-Cup der Köche in Ischgl treffen ist schnell von legendär die Rede. Und das zu Recht. Selten, dass eine Veranstaltung den Glamour ihrer Stars genauso widerspiegelt wie das Bodenständige und den Gedanken einfach Spaß zu haben.

Selbst der „normale“ Feinschmecker kann ein besonderes Erlebnis bei diesem Branchentreff haben. Bisher hat man „seinen“ Sternekoch vielleicht einmal gesehen, wenn er nach getaner Arbeit mit einem gewissen Siegerlächeln durch sein Restaurant schlendert, jetzt sieht man die Stars der Zunft mit genau diesem Siegerlächeln bei der Zieldurchfahrt mit Helm und Startnummer.

64 Kochgrößen mit mehr als 50 Mische-

lin-Sternen und über 600 Gault-Millau Punkten ließen sich das Kultevent von Champagne Laurent-Perrier nicht entgehen und maßen sich im Riesenslalom und einer kulinarischen Prüfung, von den



Im Glanz der Sterne, die Experten bei der Arbeit

trainieren und nebenher auch etwas kochen. Wenn man sieht, wie schnell und professionell gefahren wurde, könnte man es fast glauben. Sieger in der Klasse Koch Masters wurde erneut Rudi Obauer aus Werfen, in der allgemeinen Herrenklasse siegte Martin Sieberer, bei den Damen landete Jacqueline Pfeiffer aus Wien ganz oben auf dem Siebertreppchen. Getoppt wurde das durch Hans Haas selbst, der pünktlich zu seinem 60. Geburtstag beim Riesenslalom den 3. Rang herausfuhr.



Wo sonst wenn nicht hier:  
Köstliches Essen

Vor traumhafter Bergkulisse und bei strahlendem Sonnenschein zeigten ihr Können auf Skiern und an den Herdplatten unter anderem TV Koch Kolja Kleeburg, Sven Elverfeld vom Aqua in Wolfsburg, Klaus Erfort vom GästeHaus Klaus Erfort in Saarbrücken, Gerhard Wieser von der Trenkerstube in Südtirol, Bob-

## Exklusiv-Interview mit dem Chef von Laurent-Perrier Deutschland Thomas Schreiner

**Gour-med:** Wie entstand der Sterne-Cup der Köche?

**Thomas Schreiner:** Die Idee entstand vor 21 Jahren mit Hans Haas im Tantris in München, weil wir überlegt hatten, es gibt viele Skifahrer unter den Spitzenköchen und dann machen wir einen Event, bei dem die Köche Spaß haben – das ist das Ergebnis: 7 mal fand es in Kitzbühel statt und dann 13 mal in Ischgl.

**Gour-med:** Was ist das Besondere?

**Thomas Schreiner:** Das besondere ist die Mischung aus Skifahren, also Sport, Kulinarik und guten Getränken.

**Gour-med:** Spitzenköche sind ja Konkurrenten, beim Rennen sieht man es deutlich, oder fühlt man sich eher als große Familie?

**Thomas Schreiner:** Diese Veranstaltung hat schon viele Leute zusammengeführt. Natürlich ist jeder Koch ein Einzelkämpfer, wie ein Skirennläufer muss er gucken, dass sein Laden läuft; aber hier werden viele Freundschaften geschlossen.

**Gour-med:** Was haben die Sponsoren davon?

**Thomas Schreiner:** Die Sponsoren haben den direkten Kontakt zu den besten Köchen Europas. Du bekommst hier auf 2.300 Metern einen ganz anderen Zugang; besser als zum Beispiel beim Golfspielen, das ich zwar gerne mache, aber dann fährst Du wieder nach Hause, hier entstehen bleibende Erinnerungen.

by Bräuer vom Münchner Esszimmer in der BMW-Welt und Rudi und Karl Obauer aus Werfen, Österreich. Nach dem Skirennen mussten die Küchenchefs vor den Augen der Fachjury rund um Kult-Moderator Marcel Reif, Ex-Weltcupsieger Marc Girardelli aus einem Warenkorb mit 20 Zutaten in nur 15 Minuten eine kulinarische Köstlichkeit in der Showküche auf über 2.300 Metern Höhe zaubern. Selbst Kochlegende Harald Wohlfahrt (Schwarzwaldstube im Hotel Traube Tonbach) seit 25 Jahren mit 3 Sternen dekoriert, hat es sich nicht nehmen lassen zum ersten Mal nach Ischgl zu kommen.

In der Gesamtwertung bestehend aus Skifahren und kulinarischer Prüfung zu der auch das Schälen eines Apfels in Skihandschuhen zählte (und die längste Schale gewann), siegte das Team Haas / Erfort und wurde somit das Siegerteam des Sterne-Cups 2017.

Zum 20. Jubiläum wurden die Teilnehmer und Sieger des Sterne-Cups bei der Nacht der Köche im Hotel Trofana Royal gebührend gefeiert und verwöhnt. Die kulinarische Jubiläums-Kür oblag Harald Wohlfahrt, Klaus Erfort, Martin Sieberer, Benjamin Parth und weiteren Ischgl-Haubenköchen. Angestoßen wurde natürlich mit Champagne Laurent-Perrier. Thomas Schreiner von Laurent-Perrier zog zum Jubiläum ein überaus positives Fazit und lobte zu recht den Tourismusverband Paznaun-Ischgl für die Organisation dieses „legendären“ Events. Möglich gemacht wurde dieses Highlight der Gourmet-Welt von S. Pellegrino, Nespresso, Palux, Backhaus Grimminger, Deutsche See, Coty Deutschland, Silvretaseilbahn AG, Spiegelau und Atomic.

Fotos: Ralf Schneider



Jury v. l. nach rechts: Heinz Winkler, Harald Wohlfahrt, Madeleine Jakits vom Feinschmecker, Ex-Weltcupsieger Marc Girardelli, Johann Lafer und Kenny Machaczek vom Feinschmecker

Weitere Informationen gibt es unter  
[www.sterne-cup-der-koeche.de](http://www.sterne-cup-der-koeche.de)  
[www.laurent-perrier.de](http://www.laurent-perrier.de)

## Immer was los in Bad Moos

### Kuren, erholen und beste Südtiroler Küche im 4-Sterne-Superior-Hotel genießen

Gunther Schnatmann

**S**üdtirol hat viele schöne Ecken. Eine geografische Ecke – nicht so sehr bekannt – ist rechts oben an den Grenzen zu Osttirol und Venetien: Bad Moos bei Sexten, im Schatten der Drei Zinnen. 1650 wurden die heilsamen Quellen von Bad Moos erstmals erwähnt. Der Badebetrieb ist ab 1765 nachgewiesen, um 1800 wurde ein Badehaus gebaut. Dort wurden Bade- und Trinkkuren aus drei verschiedenen Quellen angeboten, von denen heute noch die Schwefelquelle genutzt wird. Denn 2005 belebte Tourismus-Pionier Dr. Erwin Lanzinger im Hotel Bad Moos wieder das alte „Bauernbadl“. Er baute das Dolomiten Spa Resort Bad Moos zu einem modernen Wellnes-, Romantik- und Sporthotel der Kategorie Vier Sterne Superior um und aus. Das Quellwasser wird nun im Wellness- und Gesundheitszentrum des Hotels angewendet. Das Haus besitzt als eines von nur fünf Hotels in Südtirol eine Kurkonzession. Vor allem aber besitzt es viel Flair, eine unschlagbare Lage am Rande der Berge – und eine durchaus beachtliche Küche!

Der Reihe nach. Das Resort Bad Moos liegt auf 1370 Metern Höhe im Fischleintal im Naturpark Sextener Dolomiten. 30 Meter neben dem Haus führt die Gondelbahn hoch zur Rotwandwiese. Von dort oben erstreckt sich eines der schönsten Wander- und Mountainbikegebiete der Dolomiten. Seit letztem Jahr gibt es einen Mountainbike-Parcours zwischen Rotwand und dem Berg „Helm“. Und zudem den Stoneman-Trail sowie einige alte Militärwege. Apropos: In der Region tobten vor 100 Jahren schwere Kämpfe. Erst vor einem Monat wurden wieder Stellen in Höhlen freigelegt. Für historisch Interessierte organisiert das Hotel Wandertouren zu den steinernen Zeugen des Ersten Weltkriegs inklusive

Besuch des Freilichtmuseum auf der Anderter Alpe.

Im Winter ist es für die Gäste besonders angenehm, aus dem Skikeller direkt in die Bahn einzusteigen und damit in ein moderat besuchtes Skigebiet mit allen Schwierigkeitsgraden (32 Lifte und Bahnen, 93 Pistenkilometer, davon 92 Prozent auch künstlich beschneit). Auch

Haus endet eine fünf Kilometer lange sehr schön ausgebaute Rodelstrecke, die weder zu flach, noch zu steil ist. Für Langläufer startet vor dem Sport & Kurhotel Bad Moos die Fischleintallope mit Anschluss an über 200 Kilometer Loipen im Pustertal.

Der Medical SPA wendet das Quellwasser zur reinen Entspannung – etwa bei Milch-



Wälder, Wiesen, Berge: Viel Natur rund um das Dolomiten Spa Ressort

praktisch: Nach dem Skifahren an der Freiluft-Bar des Hotels eine Stärkung nehmen und danach gleich zur völligen Entspannung in den Wellnessbereich hinüberwechseln. Familien und Nicht-Skifahrer haben es ebenso nah. Vor dem

Honig- und bei Heu-Bädern – ebenso wie bei Kuren an. Das Wasser wird als sehr mineralreich, fluorid-, sulfat-, calcium- und magnesiumhaltig klassifiziert. Inzwischen ist laut Hotelleitung wissenschaftlich bewiesen, dass es bei Indikationen



Kräuterfan: Küchenchef Leo Peintner



Süße Versuchung: Das Nachspeisenbuffet



Thun- und Schwertfischmedaillons auf Quinoa

wie Verschleißerscheinungen des Herzkreislaufsystems, Rheumatismus, chronischen Nervenentzündungen (Ischias), Migräne, Allergien, Erschöpfungszuständen und dermatologischen Krankheiten (Akne, Schuppenflechte, Ekzemen) Hilfe verspricht. Hotelier Erwin Lanzinger, der 2015 starb und dessen Lebensgefährtin Eva Oberhauser nun den Betrieb mit viel Hingabe führt, hatte die letzten Jahre die SPA- und Wellness-Landschaft mit allen erdenklichen Sauna- und Entspannungsmöglichkeiten auf 2350 Quadratmeter inklusive 14 mal 10 Meter Pool erweitert. Etwas ganz Besonderes ist einer der Ruheräume: eine gotische Stube aus dem 13. Jahrhundert mit 800 Jahre altem Zirbenholz, das von einem alten Bauernhof stammt. Vor allem stimmt hier die Relation. Der Wellnessbereich ist nicht von hunderten Gästen überlaufen. Denn das Hotel besitzt „nur“ 32 Zimmer und 30 Suiten (12 Suiten mit offenen Kaminen, 14 Zimmer/Suiten mit Holzböden für Allergiker). Für Familien gibt es noch die benachbarte hoteleigene 4-Sterne Residence mit 25 Appartements.

Gastgeberin Eva Oberhauser möchte das Erlebnis in diesem ganz besonderen Hotel noch stärker auf den kulinarischen Bereich ausdehnen. Zur Seite steht ihr Küchenchef Leo Peintner. Der 40jährige mit lockigem Haar und Dreitage-Bart im Stile eines Bergführers hat auf der MS Deutschland Erfahrungen gesammelt und ging eineinhalb Jahre beim heutigen Drei-Sterne-Koch Christian Jürgens auf Burg Wernberg in die hohe Schule der Spitzengastronomie. „Ich greife auf die traditionelle Südtiroler Küche zurück und verbinde sie mit dem mediterranen Flair der Italiener,“ sagt Peintner. Er kocht mit Wildkräutern, die er oft selbst erntet.

Verwendet aromatischen Käse aus der Sextner Käserei.

Das fünfgängige Wahlmenü am Abend beginnt dann mal mit Culatello-Schinken mit Gemüsekekchen, gefolgt von deftigen Kartoffelhalbmonden mit Speck gefüllt auf Schnittlauchsauce oder mit Bavette Vongole mit Garnelen. Hauptgang zum Beispiel Rehrücken mit Polenta oder Steinbuttstreifen auf Gemüseis. Wenn es zum Abschluss nicht „Hineinleger“ wie Topfenougatknödel mit Beeren gibt, dann kann der Gast am wöchentlichen Nachspeisenbuffet aus der ganzen Italo-Bandbreite vom Strudel bis zum Tiramisu wählen. Für Vegetarier und „pfundige“ Gäste kocht Peintner das leichte „Feel Good Menü“. Dazu gibt es sehr ausgewählte Weine fast ausschließlich aus Südtirol und dem restlichen Italien. Etwa den Terlaner Sauvignon Quartz mit Aprikosen- und Holunderaromen sowie leichten Brennesselnuancen als idealen Fisch-Begleiter. Oder den Chardonnay

Rossj Bass von Angelo Gaja mit feinen Birnenaromen. Tipp: Paare, die einen ganz besonderen Abend erleben möchte, können sich in den holzgetäfelten historischen Stuben beim Candle-Light-Diner verwöhnen lassen.

Feine Küche, Wellness, Sport, Historie, Natur und Romantik – im Hotel Bad Moos ist immer etwas los. Oder man kann dort einfach nur „abhängen“. Eine schöne Auswahl.

Fotos: Gunther Schnatmann, Hotel Bad Moos

Infos:  
Bad Moos Dolomiten Spa Resort  
Fischleintalstraße 27  
I - 39030 Sexten Moos (BZ)  
Tel. 0039 0474 713 100  
Fax: 0039 0474 713 333  
E-Mail: info@badmoos.it  
www.badmoos.it

Heilkraft: Wo die Schwefelquelle in Bad Moos entspringt, wurde eine Kapelle erbaut



# Die Königin und ihr Diener



Herrschaftlich: Inverlochy Castle, heute ein feudales Hotel

*Stefanie Bisping*

**Q**ueen Victoria adelte die englische Liebe zu den Highlands. Am Fuß des Ben Nevis malte sie Aquarelle und schwärmte von der Schönheit der Landschaft. Heute ist ihr Quartier eines der feudalsten Hotels in Schottland – nicht nur für Bergsteiger, sondern auch für Gourmets.

„Auf allen Hügeln liegt Nebel, es regnet unaufhörlich“, notierte Königin Victoria in ihrem Tagebuch, als sie am Morgen

des 10. September 1873 auf Inverlochy Castle erwachte. Schon bei ihrer Ankunft am Vorabend hatte das Wetter zu wünschen übrig gelassen. „Es begann wieder heftig zu regnen. Es wurde dunkel und wir konnten die Berge gerade noch erkennen“, beschreibt sie den Moment, da sie mit ihrer Entourage aus Tochter Beatrice, einer Hofdame, Privatsekretär General Henry Ponsonby, dem Arzt Dr. Fox sowie neun Dienstboten, darunter ihr Lieblingsdiener John Brown, die Vorfahrt erreichte. Doch schon immer sind die Menschen eher trotz als wegen des

Wetters nach Schottland gereist, auch wenn die Einheimischen mit ganzjährig lodernden Kaminfeuern und der generellen Verfügbarkeit von Single Malt Whisky wirkungsvolle Strategien im Umgang mit dem Klima entwickelt haben.

Victoria, die die Gegend bereits 26 Jahre zuvor in Begleitung ihres Gatten Albert besucht hatte, war weit davon entfernt, ihre Begeisterung durch das Wetter trüben zu lassen. Zum einen schaffte die Sonne es gelegentlich doch durch die Wolken, so dass sie Zeichnungen anfer-

tigen und nach Lunch und Klavierspiel mit der Tochter ausfahren konnte. Zum anderen war die Aussicht vom Haus auch bei verhangenem Himmel „wunderschön, besonders von meinem Wohnzimmer aus, das auf den Ben Nevis weist und außerdem eine entzückende Aussicht auf Fort Williams bietet.“

Die Aussicht auf das Städtchen verbergen längst die alten Bäume des Parks. Der Ben Nevis, mit 1344 Metern der höchste Gipfel der britischen Inseln, ist noch immer von Victorias Drawing Room aus zu sehen – zumindest, solange sich kein Nebel über die West Highlands senkt. Mit goldenen Rokoko-Spiegeln, einem funkelnden Kronleuchter und einer Farbpalette aus freundlichen Gelbtönen und der Aussicht auf den Garten, das Loch, Moorlandschaft und Berge zur einen, auf Ben Nevis zur anderen Seite hat der Raum noch immer das Flair eines schottischen Adlssitzes.

Hier sinken heute die Hotelgäste in tiefe Sessel, um einen Cocktail zu nehmen, bevor sie ihr Menü wählen und in einen der drei Dining Rooms hinübergehen. Dort nehmen sie auf handgeschnitzten Eichenstühlen Platz, einem Geschenk des norwegischen Königs. Nun demonstrieren die Küchenchefs Albert und Michel



Frühstück mit Aussicht

verwandeln, an die man gerne zurückdenkt. Jakobsmuscheln mit dem gebratenen vom Gelben Wachtelei, Sommertrüffel, Buttersoße und einem Hauch Koriander lassen sie etwa ein schottisches Steak auf Blattspinat mit Pfifferlingen und Sauce Bordelaise folgen, wobei das Fleisch so zart gerät, dass man für den



Schottisches Steak auf Blattspinat mit Pfifferlingen

Jakobsmuscheln mit dem gebratenen vom Gelben Wachtelei



Roux Junior, übrigens Vater und Sohn, wie sich schottische Klassiker auf Basis ausgezeichneter Zutaten in raffinierte, französisch inspirierte Geschmackserlebnisse

Verzehr nicht einmal Zähne bräuchte. In der Großen Halle, wo ein offenes Feuer im Kamin flackert und dralle Putten von der Decke lächeln, hat eine Harfenspie-

lerin Platz genommen. Sie schafft eine Geräuschkulisse, die das Klirren des französischen Tafelsilbers diskret überdeckt.

Seit 1969 ist das Schloss ein Hotel; 1996 kaufte es ein malaysischer Geschäftsmann und steckte nochmal eine Menge Geld hinein. Mit nur siebzehn Zimmern hat es die Atmosphäre eines viktorianischen Familiensitzes bewahrt. Die Zugeständnisse an das 21. Jahrhundert sind fast unmerklich in die mit Antiquitäten und viktorianischen Tapeten gestalteten Zimmer gefügt; Flachbildfernseher sehen aus wie gerahmte Spiegel, Laptops sind

in zierlichen antiken Schreibtischen versenkt. Einige Details sind ganz authentisch: ein kleiner Sprung in einer Fensterscheibe, der Spitzenüberwurf über der Box für Taschentücher, der unschöne körperliche Realitäten wie eine laufende Nase gnädig verhüllt. Dass Menschen, deren Namen in keinem Adelsverzeichnis stehen, hier den Lebensstil englischer oder schottischer Aristokraten pflegen können, ist die eigentliche Attraktion des Hauses.

Einzig die kulinarischen Höhenflüge heutiger Gäste dürften Königin Victoria bei ihrem Besuch versagt geblieben sein. Gut hatte sie es trotzdem in dem erst 1863 errichteten Neubau. Die Gastgeber Lord und Lady Abinger hatten den Anstand, ihre Monarchin nicht mit ihrer Anwesenheit zu behelligen – Begrüßung und Verabschiedung ausgenommen. Zum Dank für die erwiesene Gastfreundschaft erhielten sie ein kostbares Armband für Lady Abinger sowie signierte Ausgaben

ihres schottischen Tagebuchs, das unter dem Titel „Leaves from the Journal of our Life in the Highlands“ nach der ersten Schottland-Reise Victorias mit Ehemann Albert entstanden war. Schließlich gehört es seit jeher zu den vornehmsten Pflichten des Adels, den Souverän bei seinen Reisen durchs Land im eigenen Heim aufzunehmen – ein Brauch, der manchen Aristokraten schon an den Rand des Ruins trieb.

Doch William, der dritte Lord Abinger, und seine Frau Helen, die Nichte eines amerikanischen Generals, konnten sich ein gastfreies Haus leisten. Ein Brief des ehemaligen konföderierten amerikanischen Präsidenten Jefferson Davis an seine Frau Varina, der im Billardzimmer hinter Glas hängt, erinnert an seinen Besuch auf Inverlochy Castle im Jahr 1869. Seine Begeisterung über die Farbschattierungen der schottischen Berge kennt kein Maß: „Die Landschaft hier ist die großartigste von all den erhabenen Naturschauspielen, die ich in Schottland gesehen habe“, schwärmt er. Es ist womöglich kein Zufall, dass der einzige Präsident des feudalen amerikanischen Südens sich auch im Schloss sehr wohl fühlte.

Die Erinnerung an Victorias Besuch ist bis heute gegenwärtig; nicht nur auf Inverlochy Castle, wo ihr Schlafzimmer als „Queen Victoria Suite“ königliche Träume garantieren soll. Ein Foto zeigt die 54jährige Monarchin zu Pferd im Park, die Zügel hält ein Schotte im Kilt: John Brown. Im West Highland Museum in Fort William ist ein kleiner Raum der Königin, ihrem Zeitalter und ihrem Lieblingsdiener gewidmet. John Brown (1826-1883) war in den Ställen Balmorals tätig, als Victoria und Albert 1847 das Schloss erwarben, und wechselte, als wäre er Teil des Inventars, mit dem Kauf in den Dienst der Königin. Die Natur der Beziehung zwischen der Monarchin und diesem Bediensteten war bald Gegenstand vernehmlichen Getuschels. So widmete sie ihm das Reisetagebuch, das von ihrem Besuch auf Inverlochy Castle berichtet. Zwar bewies Victoria durch Jahrzehnte öffentlich gelebter Trauer um den 1861 verstorbenen Gatten Albert die Dauerhaftigkeit ihrer ehelichen Verbundenheit. Doch ihrer Familie blieb der Schotte, der offiziell als Victorias persönlicher Diener und Leibwächter fungierte,

Blick in den Salon von Inverlochy Castle



suspekt. Ihre Kinder vermuteten, seine Herkunft habe keinen unwesentlichen Anteil an der königlichen Leidenschaft für Schottland. Immer wieder baten sie Victo-

So spannend wie das Buch musste auch eine Reise in die Highlands sein.

Im Mittelpunkt stand stets der Ben, wie

Straßen, mehr Freizeit und einen regelrechten Besucher-Boom. Als Henry Alexander aus Edinburgh im Mai 1911 seinen Ford Model T den Berg hinauflenkte und auch den Rückweg auf intakten Reifen schaffte, bewies er weniger viktorianischen Entdeckerwillen – Victoria war schon zehn Jahre zuvor gestorben – als eine beträchtliche Belastbarkeit seines Fahrzeugs. Heute erklimmen jedes Jahr 100.000 Menschen den Ben Nevis. Die meisten von ihnen brauchen mindestens vier Stunden für den Auf- und drei für den Abstieg. Die Teilnehmer des „Ben Race“, das jedes Jahr Anfang September stattfindet, sind indessen deutlich schneller: Sie nehmen die beschwerliche Luftlinie zum Gipfel. Der Rekord liegt bei knapp unter 90 Minuten für Hin- und Rückweg.



Treppe in die Highlands: Gleich hinter Inverloch Castle – hier die Rückfront – geht es in die Natur

ria, ihn zu entlassen, doch die Monarchin wollte davon nichts wissen. Nach ihrem Tod im Jahr 1901 ließ ihr Sohn Bertie, nun König Edward VII., Browns Statue in Balmoral eiligst abreißen.

In einer Vitrine im ersten Stock des Museums ist das Highland-Outfit ausgestellt, das Victoria John anlässlich der Hochzeit ihrer vierten Tochter Louise schenkte. Die verspielten Details der traditionellen Tracht und ihrer Accessoires verraten die Einflüsse eines Zeitalters, das sich für Folklore begeisterte und die Wildnis Schottlands als eine von zivilisatorischen Einflüssen wenig berührte Welt romanisierte. Erst die Liebesgeschichte Victorias und später aller Viktorianer mit den Highlands sorgte für einen touristischen Boom. Stillecht in Tweed-Anzüge gekleidet erklimmen die Besucher den höchsten schottischen Berg und gingen auf die Jagd. Landbesitzer ließen sie gegen Gebühr auf Rotwild schießen, das sie eigens für diesen Zweck ausgesetzt hatten. Als Robert Louis Stevenson seinen auf einer wahren Begebenheit beruhenden, in der Gegend spielenden Roman „Kidnapped“ veröffentlichte, gab es kein Halten mehr:

ihn Einheimische den Berg liebevoll nennen. Als der Botaniker James Robertson 1771 den Ben Nevis hinaufstapfte, um für das College Museum of Edinburgh Pflanzen zu sammeln, ging diese Tour als erster aufgezeichneter Aufstieg in die Geschichte ein. Der Dichter John Keats stieg im August 1818 hinauf und sah nichts als dichten Dunst: „Upon the top of Nevis blind in Mist!“ rief er in der schriftlichen Verarbeitung seiner Enttäuschung aus. Clement Wragge bestieg den Gipfel an jedem Sommertag der Jahre 1881 und 1882, um Wetterdaten zu sammeln. Sein Beispiel inspirierte die Schottische Meteorologische Gesellschaft und die königlichen Gesellschaften Londons und Edinburghs zum Bau einer Wetterstation. Mit Pferden wurde das Baumaterial über einen neu angelegten Weg nach oben gebracht, am 17. Oktober 1883 die Eröffnung gefeiert. Bis 1904, als die Station aus Geldmangel geschlossen wurde, sammelten drei Männer hier jede Stunde die Wetterdaten – bei Sturm, Schnee und eisiger Kälte. An klaren Tagen genossen sie eine Aussicht bis zur Isle of Skye.

Die Jahrhundertwende brachte bessere

Auch sonst hat sich seit den Tagen Victorias in den Highlands einiges geändert. Aber nicht so viel wie anderswo. Noch immer sehen viele Landschaften so aus, wie Königin Victoria sie einst in Wasserfarben malte. So ist Zeitlosigkeit womöglich das Kostbarste, das Inverloch Castle seinen Gästen bietet. Nach einem mit Wandern oder Angeln im Loch verbrachten Tag kehren sie zurück ins Schloss. Wolken verschlucken den Gipfel des Ben. Auf baumlose Bergrücken senkt sich Dunst. Im Park schreien Fasane. Innen knistert wohligh der Kamin. Ein fabelhaftes Menü wird auch diesen Tag krönen.

## Tipps für die Western Highlands

**Anreise:** Z.B. mit Lufthansa ab Frankfurt nach Edinburgh. Am Flughafen sind diverse Mietwagenfirmen vertreten. Von dort ist man mit dem Auto in knapp drei Stunden in Fort Williams.

**Unterkunft:** Feudal ist das einstige Urlaubsquartier der Königin, das Inverloch Castle Hotel (Torlundy, Fort William PH33 6SN, Telefon +44 (0) 1397 702177, [www.luxuryscotland.co.uk](http://www.luxuryscotland.co.uk)). Das DZ mit schotischem Frühstück kostet ab 335 Pfund, Junior Suite ab 550 Pfund. Das viergängige Dinner-Menü kostet 67 Pfund. In Fort Williams, dem Basislager für den Ben Nevis, gibt es ein breites Spektrum von Pensionen und Hotels.

**Allgemeine Auskünfte:** Visit Britain, Alexanderplatz 1, 10178 Berlin, [www.visitbritain.de](http://www.visitbritain.de).

Fotos: Stefanie Bisping



lich“ (ähnlich wie in der Türkei bis vor einem Jahr). Palästina ist zudem reich an spektakulären Naturschönheiten und kulturellen Höhepunkten. Am bekanntesten ist natürlich Bethlehem mit der Geburtskirche. Hierhin fahren insbesondere viele Touristen auf organisierten Reisen, die eigentlich Israel und vor allem Jerusalem besuchen. Doch Palästina hat mehr zu bieten, als nur einen Hot-Spot und einen kurzen Abstecher vom ebenso schönen Israel aus.

Es lohnt sich, statt der Grenz-Pendelei eine Basis in Ramallah zu haben. Die „Kleinstadt“ mit rund 35.000 Einwohnern hat durch die Autonomiebehörde und die vielen diplomatischen Vertretungen ein offenes und weltläufiges Flair. Es gibt Restaurants und Bars, Eisdielen, einen orientalischen Markt mit Obst, Gemüse, Gewürzen und Nüssen. Und sogar einen autorisierten Apple-Store. Viele überraschende Geheimtipps sind nah und die warme Gastfreundschaft der Palästinenser – gerade gegenüber Deutschen – kann man hier besonders gut erleben.



Einkaufsstraße in Ramallah

Solch ein „exotischer“ Aufenthalt ist auch ganz individuell möglich und viel intensiver als eine Gruppenreise. Nein: Es ist nicht gefährlich. Palästinenser freuen sich aufrichtig über Touristen. Es gibt in der Westbank (wir klammern hier den Gaza-Streifen aus) normalerweise keine grimmig schauenden Posten, keine Militär-Kontrollpunkte der Israelis etc.. Den Konflikt inklusive der Siedlungspolitik tragen die beiden Völker grob gesagt unter sich aus. Palästina braucht aber auf jeden Fall den Tourismus und strengt sich dafür an.

Als Basis in Ramallah ist das Mövenpick Hotel allererste Wahl. Gerade, wer das erste Mal in Palästina ist, erlebt hier eine „Schweizer Oase“, von der aus die ersten

## Das Mövenpick Hotel Ramallah:

# Schweizer Oase in Palästina

Idealer Ausgangspunkt für kulturelle und kulinarische Exkursionen in ein faszinierendes und freundliches Land. Das ganz anders ist, als viele denken

*Gunther Schnatmann*

**U**rlaub in Palästina? In Ramallah??? Mit Entspannung am Pool, mit Bierprobe und Oktoberfest in einer Brauerei, mit lauen Nächten bei Cocktails und avantgardistischer Live-Musik in Freiluft-Bars inmitten von weltoffenen Studenten und Intellektuellen? Und dazu kulinarische Genüsse im Fünf-Sterne-Hotel? Diese Vorstellungen und Bilder

wollen so gar nicht in das Raster passen, das wir von „den Palästinensern“ haben. Deshalb tut ein Besuch in diesem Land gut und zeigt eine völlig andere Alltags-Wirklichkeit, als dies die Schlaglichter der Nahost-Nachrichten tun.

Vorweg: Nicht nur das öffentliche Leben ist überraschend normal und fast „west-

zaghaften Exkursionen gestartet werden können. Bevor man merkt, wie einfach und „normal“ dort alles ist. Die hilfreichen Geister des Fünf-Sterne-Hauses bieten dabei jede Unterstützung. Von der Abholung am Flughafen Ben Gurion bei Tel Aviv, der gerade mal 50 Kilometer entfernt ist. Bis zur Organisation von individuellen Ausflügen, die man am besten mit dem Taxi unternimmt – wobei der Fahrer dann entweder vor Ort wartet oder zur vereinbarten Zeit wiederkommt.

Der wohl beeindruckendste Trip ist der zum rund 40 Kilometer entfernten Nordende des Toten Meers. Auf der Fahrt sollte man unbedingt einen Stopp beim Kloster St. Georg im Flusstal Wadi Qelt in der Wüste Juda einplanen. Der Blick vom Aussichtspunkt nahe des Parkplatzes hinunter auf das in eine senkrechte Felswand hineingehauene Kloster ist atemberaubend. Wer rund drei Stunden Zeit hat, kann in das Tal hinunter und wieder herauf wandern und dabei den Komplex besichtigen. Einheimische bieten die Tour auch auf Eselsrücken an. Das heute von orthodoxen Mönchen bewohnte und vor über 100 Jahren erneuerte Kloster wurde in der ersten Hälfte des fünften Jahrhunderts von syrischen Mönchen gegründet.

Ab hier geht es dann steil bergab (Ramallah ist ja auf knapp 900 Metern gelegen und im Sommer angenehm luftig). Das nicht weit entfernte Ziel Totes Meer

liegt 428 Meter unter dem Meeresspiegel auf dem tiefsten trockenen Punkt der Erde. Macht insgesamt über 1300 Meter spektakuläre Talfahrt durch karge Berglandschaften und Schluchten. Das Tote Meer selbst erscheint nach einigen Kurven zusammen mit der am jordanischen Ufer aufragenden Bergkette. Außer im Winter hat es hier meist über 30 Grad, im Sommer auch über 40. Erschreckend ist bei näherer Betrachtung der Rückgang des Meeresspiegels durch die hohe Wasserentnahme beim Zufluss Jordan.

Man muss sich das wie bei einem Baggersee vorstellen, der langsam trockengelegt wird: Das Ufer besteht aus Geröll und Schlamm, weit über dem Wasser ragen alte Stege in die Luft. Ein „freies“ Baden ist nicht möglich. Man muss schon ein „Seebad“ mit Eintritt, Kabinen, Restaurants, Liegen und Treppen hinab zum Wasser besuchen. Diese werden auch im palästinensischen Teil ausschließlich von Israelis betrieben. Ganz im Norden ist es die Kalia Beach, danach kommt Richtung Süden erst einmal nur Steilufer, Geröll und Wüste. 40 Kilometer südlich auf israelischem Gebiet steht dann ein großer weniger einladender Hotelkomplex.

Kalia ist daher eine nahe und rustikale Alternative, denn das Baden in diesem extrem salzhaltigen Wasser steht ja im Mittelpunkt. Und es ist noch überraschender, als man denkt. Man fühlt sich wirklich wie

ein Korke. Ein Untergehen ist in keiner Position möglich, „normales“ Schwimmen auch nicht. Genauso könnte man versuchen, auf dem Boden seines Wohnzimmers schwimmend voranzukommen. Nur leichtes Paddeln auf dem Rücken gelingt. Das Wasser tut besonders im Nachhinein sehr gut, viele Hautirritationen verschwinden. Zu den Mineralien kommt hier aber auch der hohe Luftdruck – das Tote-Meer-Salz aus dem Drogeriemarkt kann da in der heimischen Badewanne nicht mithalten.

Rustikal: Kalia Beach am Toten Meer



Im Strandbad Kalia Beach gibt es übrigens auch die „tiefste Bar der Welt“. Vor allem ein schattiger Platz, um die Aussicht nach Jordanien zu genießen und dabei zur Abkühlung ein israelisches Gold-Star-Bier aus der Dose zu öffnen. Wer mit Nicolas Pezout, dem General Manager des Mövenpick Ramallah spricht (und er spricht gerne mal nicht über Politik, die in Ramallah immer das erste Gesprächsthema seiner meisten Gäste aus Wirtschaft und Diplomatie ist), der erfährt auch: Auf der jordanischen Seite des Toten Meers – die von Palästina/Israel aus nur nach Grenzkontrollen inkl. Visum erreichbar ist – bietet das dortige Mövenpick Hotel allen Komfort, den die Badestellen in Palästina und die Hotelburgen in Israel vermissen lassen. Das Mövenpick Resort & Spa Dead Sea liegt direkt am Toten Meer, hat Pools mit dessen Wasser und mit Süßwasser, mehrere Restaurants, Gartenanlagen und natürlich Spa-Behandlungen.

Nicolas Pezout weiß, was er empfiehlt, denn er war vor der Aufgabe in Ramallah bis Ende 2013 Manager in diesem jordanischen Mövenpick-Hotel und zuvor in den Hotels der Gruppe in Dubai und



Spektakulär: Das Felsen-Kloster St. Georg in der Wüste Juda



Willkommen in der Taybeh-Brauerei: Madees Khoury und ihr Bruder Cnaan

Genf. Ein Vollprofi, der die Herausforderung Ramallah inklusive Umzug der Familie dorthin angenommen hat und sich auch für Projekte in der Region einsetzt. Etwa mit der Bereitstellung von Praktikumsplätzen für 20 palästinensische Tourismus-Studenten in seinem Hotel oder mit der Unterstützung der Huda Al Masri Initiative für krebskranke Kinder in Palästina ([www.pcrf.net](http://www.pcrf.net)). Das Luxushotel ist somit kein Fremdkörper in einem sehr speziellen Land, sondern will laut Pezout ein Teil der Gesellschaft sein.

In Ramallah ist das Tote Meer also nur eines der vielen Ausflugsziele. Zum Pflichtprogramm gehört das 10 Kilometer entfernte faszinierende Jerusalem (siehe Reisebericht Gour-med 02/2017) ebenso wie Bethlehem (20 Kilometer) und Jericho (25 Kilometer). Ein wirklicher Geheimtipp ist dagegen der kleine Ort Taybeh, gleich neben Ramallah. Das Bergdorf überrascht bei der Anfahrt mit dem Ausblick auf drei Kirchtürme – und mit dem Fehlen der sonst üblichen Minarette. Palästina (Westjordanland) ist in religiösen Fragen generell liberal und besitzt eine christliche Minderheit – schließlich ist hier die Entstehungs-Region des Christentums.

Taybeh, das als Aphram in der Bibel erwähnt wird, ist also mehrheitlich christlich und deshalb ist es auch kein Problem, dass hier Bier gebraut und Wein gekellert wird. Beides durch eine Familie. Ganz be-

sonders interessant ist die Brauerei, weil diese nach dem Bayerischen Reinheitsgebot und teilweise mit Hopfen aus Bayern braut – und jederzeit für Führungen inklusive Verkostungen offen ist. Der bayerische Autor dieser Zeilen war von den Produkten positiv überrascht, ob vom Hellen, Dunklen oder Märzen, teilweise süffig unfiltriert. Die Betreiber Cnaan Khoury (25) und seine Schwester Madees Khoury (31), Nachfolger des Vaters, der die Brauerei 1994 mit der Erlaubnis von Jassir Arafat gründete, verstehen sich auf Marketing und verkaufen dieses schmackhafte Bier nicht nur nach Japan, Schweden, Italien und in die Schweiz.

Sondern auch nach Israel, wo inzwischen viele „coolen“ Lokale „Taybeh“ anbieten. Also immerhin eine kleine Völkerverständigung. Und Ende September wird in Taybeh sogar ein „Oktoberfest“ gefeiert. Mit Bierbänken vor der Brauerei am Ortsrand, Blasmusik, Schuhplattlern, Israelis und Palästinensern zusammen am Biertisch.

Die Weinkellerei der Familie Khoury ist in der Ortsmitte im Taybeh Golden Hotel untergebracht. Weinproben sind nach Anmeldung möglich. Nachdem Cnaan Khoury erst 2013 mit dem Weinbau begonnen hat, sind noch keine Wunder zu erwarten. Doch Merlot, Syrah oder Cabernet Sauvignon aus dem Holzfass schmecken schon ganz ordentlich und werden die nächsten Jahre sicher noch mehr Tiefe entfalten. Eine Besonderheit ist der Weißwein der lokalen „Zeini“-Reben, die auf 1000 Metern Höhe wachsen. „Die schmeckt ganz einzigartig, irgendwie nach Apfel und Pfirsich“, verspricht Cnaan Khoury.

Wer sich nach Bier- und Weinproben wieder eine feste Grundlage verschaffen will, der sollte in Taybeh unbedingt das Restaurant „Peter’s Place“ besuchen. Ein wunderschönes Altstadt-Haus über drei Stockwerke, mit großer Terrasse und großartigem Ausblick. Dazu gibt es die ganze Bandbreite der typischen palästinensischen Gerichte von den Mezze-Vorspeisen über Falafel bis zu Lammfleisch-Spießen. Wenn Wirt Mark Abu Shannab Zeit hat, sperrt er den Gästen auch noch die benachbarte orthodoxe St.-Georgs-

Altstadt, Aussicht und Kirchturm: Restaurant Peter’s Place in Taybeh



## Rezept Kunafah

Von Chefkoch Ammar Ahmad,  
Mövenpick Hotel Ramallah

Kunafah (oft auch als Kanafa bezeichnet) ist eine typische palästinensische Dessert-Spezialität. Der dafür verwendete Kataifi-Teig wird auch Engelshaar genannt, da er aus ganz feinen Teigfäden besteht. Er wird aus Mehl, Wasser und Salz hergestellt und enthält kein Fett.

Kataifi-Teig (unter dem Namen „Kadayif“) gibt es als Fertigprodukt in gut sortierten türkischen bzw. arabischen Lebensmittelgeschäften. In Palästina wird für die Füllung Nabulsi- oder Akkawai-Käse (Kuhmilch mit Salz) verwendet, aber Ricotta oder Mozzarella (oder beides gemischt) ist eine passende Alternative, wenn diese Spezial-Käsesorten nicht zu bekommen sind.

### Zutaten für 4 Personen:

500 g	Katafi-Teig/Engelshaar
250 g	Butter
1 Tasse	gehackte Mandeln oder Pistazien
1 Tasse	Rosinen
250 g	Mozzarella oder Ricotta
1 Tasse	Zucker
1 EL	Zitronensaft oder noch besser einige Tropfen Rosen- oder Orangenblütenwasser



### Zubereitung:

Für den Zuckersirup je eine Tasse Wasser und Zucker in einen Topf geben, verrühren und zum Kochen bringen (Zucker soll sich auflösen). Hitze reduzieren und den Zucker ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis er goldbraun ist. Gelegentlich umrühren. Zitronensaft (oder Rosen- bzw. Orangenblütenwasser) zugießen und noch 15 - 20 Minuten köcheln, bis der Sirup auf etwa die Hälfte eingedickt ist. Nicht zu dick und braun werden lassen.

Dann auskühlen lassen. Den Backofen auf ca. 180 Grad vorheizen. Butter zerlassen. Jetzt die Engelshaar-Teigfäden auseinander zupfen und in eine große Schale geben. Die

zerlassene Butter darüber gießen und alles so lange mit der Hand vorsichtig mischen, bis das Engelhaar mit Butter durchzogen ist. Die Hälfte des Engelhaares in einer runden Backform von ca. 25 cm Durchmesser verteilen und fest andrücken. Mit Mandeln (oder Pistazien) und Rosinen bestreuen und fest andrücken. Den Käse in dünne Scheiben schneiden und drauf legen. Die restlichen Teigfäden darüber verteilen und erneut fest andrücken.

Im Ofen ca. 30 Minuten backen, bis die Fäden sich goldbraun färben. Dann heraus nehmen, damit sie nicht zu trocken werden. Gleichmäßig mit dem Zuckersirup beträufeln und mit übrigen Pistazien oder Granatapfel-Kernen dekorieren.

Kirche auf, die innen prunkvoll gestaltet ist. „Peter’s Place“ besitzt übrigens mangels Straßennamen keine Adresse, ist aber mit einer großen Aufschrift unter dem Dach in der kleinen Altstadt gut zu finden.

Natürlich gibt es in „Peter’s Place“ auch Taybeh Bier, ebenso wie in der sehr entspannten Freiluft-Bar „Radio“ in Ramallah, zwischen Mövenpick Hotel und Yafa Street. Im Garten einer alten Villa spielen regelmäßig Bands Jazz und Folk. Das Publikum ist altersmäßig gemischt, besteht aus weltoffenen Einheimischen, Studenten und Mitarbeitern der zahlreichen diplomatischen Vertretungen und NGOs. Ein sehr angenehmer Platz mit einer großen Auswahl an Bier, Wein und Cocktails.

Bei den für viele überraschenden Möglichkeiten, die Palästina allgemein und insbesondere Ramallah bieten, darf natürlich nicht die „Schweizer Oase“ vergessen werden. Nach einem eindrucksvollen Ausflugs-Tag bietet das 2010 von

Palästinenser-Präsident Abbas eröffnete Mövenpick Hotel Entspannung am eindrucksvoll großen Pool, im Fitnessraum und in der sehr entspannten Lobby-Bar. Gekrönt wird der Abend dann im hotel-eigenen A-la-Carte-Restaurant Allegro, wo Chef Ahmad Ammar sich auf Kombinationen von arabischer und italienischer Küche versteht. So passt nach einem Antipasti-Teller das klassische jordanische Lamm-Reis-Gericht Mansaf. Und umgekehrt nach der arabischen Mezze-Vorspeise der mediterran auf frischem Gemüse angerichtete Fisch vom Grill. Koch Ahmed Ammar und Hotelmanager Nicolas Pezout sehen ihre in der Region schon recht bekannte Küche nur als Anfang. „Wir sind dabei, uns einen bekannten Sterne-Koch als Berater zu holen, um die Küche auf ein noch höheres Niveau zu heben“, verrät Pezout. Ramallah wird also bald ein noch attraktiveres Reiseziel für Genießer und Entdecker werden.

Fotos: Gunther Schnatmann,  
Mövenpick Hotels

### Infos

Mövenpick Hotel Ramallah  
10 Emile Habibi Street  
Ramallah, West Bank - Palestine  
Tel. 00970 22985888  
Email: [Hotel.ramallah@moevenpick.com](mailto:Hotel.ramallah@moevenpick.com)  
[www.moevenpick-ramallah.com](http://www.moevenpick-ramallah.com)

Taybeh Winery  
101 Taybeh Main Road  
Taybeh, Ramallah - Palestine  
Tel. 00970 289 9440  
Email: [info@taybehwinery.com](mailto:info@taybehwinery.com)  
[www.taybehwinery.com](http://www.taybehwinery.com)

Taybeh Brewing Company  
Taybeh, Ramallah - Palestine  
Tel./Fax 00972-2-289 8868  
Email: [taybeh@palnet.com](mailto:taybeh@palnet.com)  
[www.taybehbeer.com](http://www.taybehbeer.com)

„Peter’s Place“  
Old City, Taybeh  
Tel. 00972-2-289 8054  
Email: [markshanab@hotmail.com](mailto:markshanab@hotmail.com)

# Chocolasziv

das handgemachte Pralinen-Vergnügen



**D**er feine, kleine Unterschied macht's. Wer hat nicht schon in der Süßwarenabteilung vor den riesigen Angeboten von Pralinen und anderen Schokoladespezialitäten gestanden und konnte sich beim Anblick des riesigen Angebotes nicht entscheiden.

Für Connaissseure feiner Pâtissier-Angebote sind Pralinés und feine Desserts längst nicht mehr Abschluss eines mehrgängigen Menus, exklusive Pralinés rangieren auf dem gleichen Level wie, hochwertige Krustentiere oder Wagyu-Fleisch. Der Wettbewerb unter den Pâtissiers in der Sternegastronomie steht dem der Sterneköche in nichts nach. Wettbewerbe wie „Pâtissier des Jahres“ tragen ein Übriges zur Sensibilisierung und Akzeptanz süßer Spezialitäten bei.

Ähnlich wie bei der Auswahl eines guten Weines wird bei der Auswahl von Pralinés Wert darauf gelegt, dass die zusammengesetzten Aromen ein filigraner, einzigartiger Genuss sind. So wundert es nicht das Confiseries mit ihren meist handgefertigten Produkten schnell einen Markt für feine Pralinen entdeckt haben.

Die Confiserie Chocolasziv im Breisgau ist mit ihren bisher zwei Sorten handgefertigter Pralinen, wie der Name schon sagt, eine laszive Verführung mit sinnlichem Genuss.

CHOCOLASZIV ist zur Zeit in zwei Sorten erhältlich: Chamapasita ist die geheimnisvolle, helle Praline, unter deren Schokoladenmantel zwei exklusive Marc-de-Champagne-Sorten schlummern. Erst ein

zarter Biss führt die beiden zusammen und sorgt für den echten Champagner-Prickeleffekt.

Bei Pressokirsch, der dunklen Pralinenvariante, sind es italienischer Espresso und über Goldplatten destilliertes Kirschwasser, die im „Double Liquid Heart“ auf einen fruchtig-temperamentvollen Auftritt warten.

Diese einzigartigen Pralinenkreationen sind nicht im Einzelhandel erhältlich – und das aus gutem Grund, denn flüssige Füllungen müssen frisch verarbeitet werden und vertragen keine langen Lagerzeiten. Im Gegensatz zur Massenware aus der Süßwarenabteilung werden CHOCOLASZIV-Pralinen erst auf Bestellung frisch produziert und dann direkt nach Hause



geliefert. Nur so kann die hohe Qualität verlässlich gewährleistet werden. In den Sommermonaten pausiert die Herstellung.

Für das außerordentliche Konzept der sinnlichen Pralinenerfahrung sind zwei erfahrene Kenner der Schokoladenkunst und des Süßwarenmarktes verantwortlich: Wolfgang Ahlschwede, der aus dem kulinarischen Dreieck Markgräflerland stammt. An seiner Seite steht der Schweizer Guillaume Dorel, dessen 25 jährige Expertise im Bereich von Marktforschung und Consumer-Insights liegt. Mit CHOCOLASZIV-Pralinen füllen die beiden also eine Marktlücke der ganz besonders köstlichen Art. Unterstützt werden sie von einem Verfahrens- und Lebensmitteltechniker, einem Confiseur und fleißigen Helfern.

Fotos: CHOCOLASZIV

CHOCOLASZIV GmbH  
service@chocolasziv.com  
chocolasziv.com



## Kultur Highlights in Schwerin rund ums Schloss

Schwerin lockt diesen Sommer mit vielen kulturellen Highlights: Im Mai finden zum Beispiel das Hafenfest und im Juni die Schlossfestspiele Schwerin mit der West Side Story statt. Aber auch die malerisch verwinkelte Altstadt, das märchenhaft-prächtige Schloss und die traumhafte Seenlandschaft sind eine Reise wert. Als erholsame Unterkunft bietet sich das Seehotel Frankenhorst an. Eingebettet in eine ruhige Parkanlage direkt am Ziegelaußensee genießen die Gäste hier Natur und Entspannung pur. Das Element Wasser ist hier immer gegenwärtig: an der eigenen Badestelle mit Bootsverleih, im Wellnessbereich, beim herrlichen Blick über den See vom Restaurant mit Wintergarten und aus den Zimmern heraus. Traumhaft ist die schwimmende See-Sauna beim Sonnenuntergang ...

Die 59 modernen und gemütlichen Zimmer und Studios im Landhausstil verteilen sich auf mehrere Gästehäuser. Im „Lago Spa“ laden das Schwimmbad, Whirlpool, Ruheraum, drei Saunen und Massagen zum Entspannen ein. Alternativ kann mit Leih-Fahrrädern die herrliche Seenlandschaft erkundet werden.

Im maritimen Restaurant „Bootshaus“, das mit einem lichtdurchfluteten Wintergarten, Sommerterrasse und Bar ausgestattet ist, genießen die Gäste bei herrlichen Seeblick das umfangreiche Frühstücksbuffet und abends eine regionale Küche á la Carte.



Best Western Seehotel Frankenhorst

Fotos: Best Western Seehotel  
Frankenhorst

Hotellkontakt  
Best Western Seehotel Frankenhorst  
Frankenhorst 5  
19055 Schwerin  
Tel.: 0385/592220  
E-Mail: info@seehotel.bestwestern.de  
www.seehotel frankenhorst-schwerin.de

# Sevilla-Andalusien

## Brücke zwischen Orient und Okzident

Bruno Gerding

**S**evilla zu besuchen heißt ein Stück europäische Geschichte erleben die lange Zeit im Süden Europas unter maurischem Einfluss stand. Dieses beeindruckende Flair und die spannende Atmosphäre dieser Metropole erlebt der Besucher am authentischsten in einem Altstadthotel.

Fußläufig ist man schnell im quirligen Bereich der Altstadt und schlendert durch die engen Gassen des Barrio de Santa Cruz. Alte Häuser, dicht und winkelig, meist leuchtend weiß, aber auch mit bunten, teils maurischen Fassaden sind eine pittoreske Kulisse für das bunte Treiben.

Egal wie man geht, es scheint, dass man immer irgendwie wieder bei der Kathedrale – Santa Maria de la Sede – herauskommt. Erbaut wurde die Kirche von 1401 bis 1519, sie ist die größte Kirche Spaniens und Unesco Weltkulturerbe. Im Jahr 1902 wurde das Grabmal von Christoph Kolumbus hierher verlegt.

Beeindruckend ist der separate Turm. 96 Meter hoch und benannt nach der oben auf der Spitze stehenden 3,50 Meter hohen Windfigur La Giralda. Bis zum Jahre 1248 war dies ein wuchtig gebautes Minarett der Moschee der damals herrschenden Mauren.

Sevilla ist Symbol für maurische Baukunst und Kulinarik. Orientalische und spanische Aromen und Produkte ergänzen einander und werden zu köstlichen Gerichten. Sowie die architektonischen Meisterwerke maurischer und spanischer Baukunst zu einmaligen Gebäuden der Vergangenheit geworden sind.

Direkt neben der Residenz des Erzbischofs befindet sich das GIRALDILLO.



Schiffsanleger am Goldturm

Wer das Glück hat, einen der wenigen Plätze draußen zu bekommen, zahlt auf alles 2 € mehr, sitzt dann aber an feingedeckten Tischen und genießt die besten Grüße aus der Küche.

Für die Zubereitung einer Paella, die in Spanien im touristischem Zentrum lan-

ge verschmäht hatten, bittet man um 30 bis 45 Minuten Geduld. Sie wird für jede Bestellung à la Minute zubereitet. Einfach Genuss pur!

Schräg gegenüber und vorbei an der mit auf Touristen wartenden Pferdekarren, steht das Hotel/Restaurant EMA. Wer

nicht genau hinschaut übersieht es leicht. Aber da muss man hin!

Wir haben es auch erst in der Nacht entdeckt, als das blaue Licht der beiden Rooftop-Bars uns angelockt hat. Wer dort nicht wenigstens einmal in lauer romantischer Nacht mit einem guten Getränk essen und den Blick auf die üppig beleuchtete Kathedrale genossen hat ... das ist einfach sensationell.

Von oben kann man in einen Innenhof bis tief in das Erdgeschoss sehen, wo das pfiffig gestaltete kleine Restaurant GIRALDILLO seine Spezialitäten anbietet (bitte vorher reservieren).

Das Beste zuletzt: ABADES TRIANA. Wer zuvor die unverzichtbare „Stadtführung“ mit dem Ausflugsschiff (Abfahrt am Goldturm) mitgemacht hat, ist auf dem einer riesigen Stahlskulptur ähnelnden eleganten Baukörper schon aufmerksam geworden. Hinter der vollflächigen Panorama-



Genuss – Auswahl à la Sevilla

verglasung schimmern die weißen Tische. Man muss nur über die St.Telmo-Brücke auf die andere Seite vom Guadalquivir schauen und schon taucht man ein in die besondere Atmosphäre dieses Hauses.

Ein Tisch in der ersten Reihe ist der „Place to be“. Das kostet zwar 15 € zusätzlich pro Person, lohnt sich aber. Wer den Betrag nicht scheut wird mit einem Aperitif und Kaffee zusätzlich belohnt.



Ein grandioser Wein

Wir haben einen perfekt gemischten Wodka/Martini getrunken.

Das Gourmet-Menü war vielseitig, spanisch üppig mit feinen Aromen aufeinander abgestimmt, filigrane Texturen zeichneten die exzellente Qualität der einzelnen Gänge aus.

Die Weinempfehlung war mit einem Belondrade y Lurton grandios und perfekt. Rechtzeitiges Reservieren wird empfohlen.

Im Februar kommt auch in diesem Teil der Erde die Nacht schon früh. Das ermöglicht den Besuchern, die Stadt im nächtlichen Lichterglanz zu erleben. Die wunderbare Aussicht auf die andere Seite des Guadalquivir und die hell erleuchtete Altstadt erscheinen dem Betrachter wie Balsam für die Seele.

Fotos: Bruno Gerding

Consorcio Turismo de Sevilla  
Plaza de San Francisco, 19.  
Edif. Laredo. 41004 Sevilla  
Tel.: +34 955 471 232  
E-Mail: [visitasevilla@visitasevilla.es](mailto:visitasevilla@visitasevilla.es)  
[www.visitasevilla.es](http://www.visitasevilla.es)



# Chicago: National Restaurant Association® verleiht Kitchen Innovations® (KI) Awards



**D**iese bedeutende Auszeichnung der Foodservice-Branche würdigt neue kreative Küchengeräte sowie Technologieprodukte, die die Arbeits- und Energieeffizienz steigern, die Lebensmittelsicherheit verbessern und viele andere Vorteile bieten.

Der Fachverband National Restaurant Association® gibt heute die Empfänger der 2017 Kitchen Innovations (KI) Awards bekannt und würdigt somit zukunftsorientierte Großküchengeräte sowie Technologielösungen, die die Effizienz und Produktivität in Back of the house-Bereichen steigen und Restaurantbetreibern somit große Vorteile bieten. Die Empfänger und Produkte werden im interaktiven "Kitchen Innovations Pavilion" auf der 2017 National Restaurant Association Restaurant, Hotel-Motel Show vorgestellt,

die vom 20.-23. Mai 2017 in den McCormick Place Messehallen in Chicago stattfindet.

„Die Ingenieure und Erfinder, die diese Preisträger der KI Awards entwickelt haben, arbeiten zum großen Nutzen der Restaurantbetreiber unermüdlich daran, die Herausforderungen in der Gastronomie zu lösen“, sagt Atour Eyvazian, Vorsitzender der Fachmesse NRA Show 2017 und Inhaber von 107 Jack in the Box Restaurants in Houston und San Antonio. „Die KI-Auszeichnung unterstreicht die Bedeutung der Beiträge, die die Empfänger für die Foodservice-Branche geleistet haben.“

## Kitchen Innovations® Awards 2017:

### Alto-Shaam von Appliance Innovation Vector™ Multi-Cook Oven

Für die ultimative Flexibilität beim Zubereiten von vollständigen Menüs bietet der Vector™ Multi-Cook Oven ohne Abzug bis zu vier unabhängig voneinander kontrollierbare Garkammern.



### Antunes Dual Zone Egg Station

Hervorragend für Flexibilität bei Ganztagsfrühstücksangeboten geeignet: Die einzigartige in zwei Bereiche geteilte Herdplatte der Dual Egg Station verfügt über zwei unabhängig voneinander nutzbare Kochzonen, die die rasche und individuelle Zubereitung von unterschiedlichen Speisen ermöglicht.



### Blendtec Nitro Blending System

Wäre es nicht praktisch, wenn Ihre Gäste ein Getränk aus demselben Behälter trinken könnten, in dem es gemixt wurde?



### Ecolab STEALTH™ LED Fly Light

Eine neue Generation der Lichtfalle: Die STEALTH™ LED Fliegenfalle verwendet LED-Technologie und bietet branchenweit führende Effizienz.



### Garland Xpress Grill

Der Garland Xpress Grill bringt Energie- und Temperaturmanagement auf ein neues Niveau, da der Regler automatisch auf 208V oder 240V umschaltet.



### Hobart CLeN Conveyor Spülanlage mit Energierückgewinnung aus Schmutzwasser

Hobart ist davon überzeugt, dass die Energierückgewinnung in Spülanlagen von hoher Wichtigkeit ist, und hat herausgefunden, dass die Energierückgewinnung aus dem Schmutzwasser mehrere Probleme gleichzeitig lösen kann.



**MEIKO**  
**M-iClean UM mit GiO Module**

Endlich ist sie da: Eine Einbau-Gläser-spülmaschine mit integriertem Umkehrosmose-Filter-system, die Gläser mit heißem Wasser hygienisch reinigt.



**Merco**  
**MercoMax Visual Warmhalteschrank**

Der MercoMax liefert neue Lösungen für die Herausforderungen unserer Zeit in Bezug auf visuelle QSR-Warmhalte-technik mittels Strahlungswärme unter den Regalen und Umluft über den einzelnen Warmhalte-zonen.



**Middleby CTX**  
**WOW 2 Grillsystem**

Bei dem neuen Wow 2 Grillsystem handelt es sich um einen Middleby-CTX Infrarot-Durchlauf-Ofen, der Speisen bei einer Temperatur von 537 °C grillt.



**Panasonic**  
**Met-ALL Induktionssystem**

Bisher konnten Induktionskochfelder in Nordamerika nur dort eingesetzt werden, wo mit Pfannen und Töpfen mit eisenhaltigem Boden gekocht wurde. Ab sofort ist dies nicht mehr der Fall. Der Panasonic Met-ALL ermöglicht das Kochen mit allen Topfmaterialien.



**QuiQsilver**  
**Roll-O-Matic™ Besteckwickelmaschine**

Die einmalige Roll-O-Matic™ Besteck- und Serviettenwickelmaschine ermöglicht das automatische Einwickeln von Besteck in Fast-Casual-Dining-Restaurants, auf Kreuzschiffen, in Hotels und in vielen anderen Gaststätten und Restaurants.



**RATIONAL USA**  
**SelfCookingCenter® XS Modell 6 2/3**

Das neue RATIONAL Modell XS 6 2/3 findet Platz in jeder Küche und bietet die gleichen erweiterten Funktionen des SelfCooking-Center® Kombigeräts.



**Royal Range of California**  
**RHEF-45 Hochleistungs-fritteuse**

Die meisten Hochleistungs-fritteusen sind aufgrund der eingebauten Extras sehr teuer. Royal ändert das nun mit dem neuen Modell RHEF-45.



**Southbend**  
**TruVapor**

Sind Sie auf der Suche nach einem vielseitigen unkomplizierten Kombigerät mit Konvektions- und Dampfgarmodus, das in den vorderen Bereich der Küche passt? Das praktische Format des leistungsfähigen TruVapor ist besonders platzsparend und kann als Unterteil für Herdplatten oder andere Kochfelder dienen.



**Standex Refrigerated Solutions Group**  
**(Nor-Lake und Master-Bilt) Keg Management System**

Bei dem KMX von Standex handelt es sich um einen Kühlraum für Fässer, der das Verletzungsrisiko beim Heben von bis zu 70 Kilo schweren Fässern senkt.



**Turbo Coil®**  
**Dual Zone Mega Top Vorbereitungs-tisch**

Turbo Coil® ist mit zwei patentierten Verdampferschlangen ausgestattet: eine für den Bereich der Behälter und die andere für die Ablagefläche.



**TurboChef**  
**DoubleBatch**

Der energie- und platzsparende Double Batch Backofen ohne Abzug verfügt über zwei unabhängig voneinander kontrollierte Garräume.



**Vulcan**  
**VC5G Gas Konvektionsofen**

Niemand mag schmutzige, schwer zu reinigende Backofensichtfenster. Der neue VC5G Gaskonvektionsofen von Vulcan verfügt über vollständig abnehmbare spülmaschinenfeste Fenster.



Fotos: Restaurant.org

www.restaurant.org

## Natur.Küche im Kufsteinerland

Secret-Dinner mit Produkten  
regionaler Produzenten von Mai bis  
Dezember 2017

Von Mai bis Dezember 2017 geht das Kufsteiner Kulinarik-Projekt Natur.Küche in die zweite Runde. Insgesamt achtmal bittet ein Gastronomiebetrieb aus dem Kufsteinerland zu Tisch. Der Clou: Sowohl die Gerichte als auch der Veranstaltungsort bleiben bis zur letzten Sekunde geheim! Lediglich die Titel wie Garten.Küche, Wald.Küche oder Kaiser.Küche geben kleine Hinweise, was die Gäste erwartet.

Als Kulisse dienen handverlesene Orte in und um die Festungsstadt Kufstein; ungewöhnliche Plätze und Räume, die den einzigartigen Charme der Region repräsentieren. So viel sei gesagt: „Normale Restaurants“ stehen nicht auf der Liste. Den besonderen Charme der Natur.Küche machen auch die kleinen Gruppen aus, denn maximal 20 Personen können pro Dinner teilnehmen. Der Fokus der Veranstaltung liegt auf den regionalen Produkten und heimischen Produzenten: So werden ausschließlich traditionelle Speisen mit modernem Twist und Getränke aus der Region serviert und in gesellig-gemütlicher Atmosphäre genossen. Gezielt wird so die wundervolle Naturlandschaft des Kufsteinerlandes mit den regionalen Gaumenfreuden verbunden.

### Termine 2017

- 5. Mai: Mai.Küche (Ebbs)
- 9. Juni: See.Küche (Thiersee)
- 7. Juli: Garten.Küche (Kufstein)
- 4. August: Kaiser.Küche (Niederndorf)
- 14. August: Felsen.Küche (Kufstein)
- 1. September: Wald.Küche (Erl)
- 6. Oktober: Xund.Küche (Bad Häring)
- Dezember: Advent.Küche (Kufstein)

Die Teilnehmer erwartet ein köstliches 4-Gang-Menü inklusive Weinbegleitung. Der genaue Treffpunkt wird bei der Reservierung bekannt gegeben.

Reservierungen direkt über  
Gästeinformation des TVB Kufsteinerland:  
E-Mail [info@kufstein.com](mailto:info@kufstein.com)

## Weinkulinarier, Kochkurse und Themenmenüs mit Haubenkoch Peter Reithmayr in den Geinberg<sup>5</sup> Private Spa Villas



Geinberg5 Küchenchef Peter Reithmayr beim Anrichten seiner Gerichte

Von Themenmenüs für Ostern und Muttertag bis hin zu Weinkulinarier und Kochkursen reicht die kulinarische Palette der Geinberg<sup>5</sup> Private Spa Villas in den kommenden Monaten. Auch ein kulinarisches Aufeinandertreffen von Peter Reithmayr, Küchenchef des hoteleigenen Restaurants AQARIUM, mit dem „Koch des Jahres“ Richard Rauch ist geplant.

Bei zwei Weinkulinarier, am 6. April und 22. Juni, kombiniert Peter Reithmayr ein 6-Gang-Menü mit den Weinen bekannter Winzer: Der italienische Winzer Angelo Gaja, ein geradezu mythischer Name im italienischen Weinbau, besucht das Restaurant AQARIUM am 6. April. Seine Rotweine, die nicht nur italienische Weingeschichte geschrieben, garantieren einen Abend für Feinschmecker auf höchstem Niveau. Österreichischen Weingenuss verspricht das Weinkulinarium mit Karl Fritsch am 22. Juni. Der Winzer aus Wagram präsentiert sechs verschiedene Weine in einer Kombination aus Tradition und Moderne.

Zwei Haubenköche treffen am 7. Juni im Restaurant AQARIUM aufeinander: Peter Reithmayr kocht gemeinsam mit seinem

steirischen Kollegen, dem „Koch des Jahres“ Richard Rauch ein 6-Gang-Menü mit Weinbegleitung. Die Zusammenarbeit mit anderen Haubenköchen sieht der Geinberger Küchenchef als Chance: „Ich bin keinem neidisch, der besser ist oder eine Haube mehr hat – man kann immer voneinander lernen und Wissen austauschen“, so Peter Reithmayr.

Nach dem Erfolg im Vorjahr finden unter der Leitung von Peter Reithmayr weitere Kochkurse im Restaurant AQARIUM statt: Dabei verrät der Haubenkoch seine Küchen-Geheimnisse und praktische Tipps. Das Menü für Sonntag, den 18. Juni wird noch bekannt gegeben. Anschließend genießen die Gäste „ihr“ Menü in gemütlicher Runde und lassen den Abend entspannt ausklingen.

Foto: Geinberg<sup>5</sup> Private Spa Villas

Geinberg<sup>5</sup> Private SPA Villas  
Thermenstraße 13  
4943 Geinberg  
Österreich  
Tel.: +43-7723-8501-5555  
Fax: +43-7723-8501-999  
E-Mail: [office@Geinberg5.com](mailto:office@Geinberg5.com)  
Web: [www.Geinberg5.com](http://www.Geinberg5.com)

# UENO GOURMET: „7 SAMURAI“

7 Spitzen-Sommeliers  
und Sake



Christian Wilhelm, Berliner Sommelier des Jahres 2010

Preis: 280 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

**Geisels Werneckhof\*\*, München**

Datum: 22. Juni 2017, 19:00 Uhr

Julia Pleintinger, Maitre-Sommelière

Preis: 295 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

**Döllerers Genießerrestaurant, Golling**

Datum: 29. Juni 2017, 19:00 Uhr

Alexander Koblinger, Master Sommelier

Preis: 195 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee



Alles Sake

**Geigers Posthotel, Serfaus**

Datum: 2. September 2017, 19:00 Uhr

Suvad Zlatic, Bester Sommelier Österreichs 2014

Preis: 125 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

**Restaurant STUCKI\*\*, Basel**

Datum: 7. September 2017, 19:00 Uhr

Christian Juppe

Preis: 290 CHF für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

**Restaurant YOSHI by NAGAYA\*,  
Düsseldorf**

Datum: 19. September 2017, 19:00 Uhr

Markus Del Monego, Sommelier Weltmeister und Master of Wine

Preis: 240 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

Fotos: Markus Bassler, Markus Kirgessner

Mehr Informationen zu UENO GOURMET  
finden Sie unter:  
[www.japan-gourmet.com](http://www.japan-gourmet.com)

Die Sake-Pairing-Genussreihe eröffnet eine neue Dimension der Kulinarik von Mai bis September 2017 in Deutschland, Österreich und der Schweiz.



Yoshiko Ueno-Müller: Sie ist auch Autorin des Buches „SAKE - Elixier der japanischen Seele“

aus dem UENO GOURMET Angebot von über 100 Premium-Sake aus 29 Brauereien die jeweilige Pairing-Auswahl. Die Gäste erwartet ein kulinarischer Dialog zwischen Ost und West, der mit Überzeugung und Einfühlungsvermögen von den Sommeliers geleitet wird.

Die „SAMURAI-Sommeliers“ wurden ausgewählt von Deutschlands TOP50 Sommelière, Yoshiko Ueno-Müller, einzige weibliche Master of Sake-Tasting außerhalb Japans, „Sake-Samurai“- Botschafterin der Sake-Kultur und WSET Educator, sowie Jörg Müller, Weinberater und Sake-Sommelier.

Das Konzept „7 SAMURAI“ stammt von Yoshiko Ueno-Müller und ihrem Mann Jörg Müller und repräsentiert die neue Harmonie zwischen europäischer Sternegastronomie und japanischer Handwerkskunst in Premium-Sake.

„7 SAMURAI-Sommeliers & SAKE“: Termine und Spitzen-Sommeliers für Sake-Pairing:

**Restaurant Tim Raue\*\*, Berlin**

Datum: 18. Mai 2017, 19:00 Uhr

André Macionga, Gastgeber des Jahres 2017

Preis: 338 Euro für 7 Gänge inklusive Sakebegleitung, Wasser und Kaffee

**Gourmet Restaurant FALCO\*\*, Leipzig**

Datum: 17. Juni 2017, 19:00 Uhr

Die Spitzen-Sommeliers André Macionga, Christian Wilhelm, Julia Pleintinger, Alexander Koblinger (Master Sommelier), Suvad Zlatic, Christian Juppe und Markus Del Monego (Master of Wine) kreieren von Mai bis September außergewöhnliche Food-Pairings mit Premium-Sake in Deutschland, Österreich und in der Schweiz.

Die TOP-Sommeliers treffen im Vorfeld



Cornelius Speinle

**C**ornelius Speinle wird für das Gourmet-Restaurant im neuen Luxushotel „The Fontenay“ verantwortlich zeichnen. Seine Einarbeitungszeit beginnt am 1. Juli 2017.

Mit seinem eigenen Restaurant „dreizehn sinne im huuswurz“ in Schlattingen, Schweiz, erkochte Cornelius Speinle in kürzester Zeit einen Michelin Stern und wurde vom Gault Millau mit 16 Punkten und als „Entdeckung des Jahres in der Deutschschweiz 2015“ ausgezeichnet

Sein Restaurant zu schließen und nach Hamburg zu gehen war für Cornelius Speinle keine leichte Entscheidung: „Im dreizehn sinne konnte ich meine Kreativität ausleben und meinen eigenen, unverwechselbaren Stil entwickeln. Die Möglichkeit, in einem Haus wie dem The Fontenay als Küchenchef des Gourmet-Restaurants von Anfang an dabei zu sein, ist eine große Chance.“

Eigentümer Klaus-Michael Kühne freut sich: „Unser Ziel ist es, gemeinsam mit

## The Fontenay Hamburg greift nach den Sternen

### Der schweizer Cornelius Speinle wird Küchenchef des Gourmet-Restaurants

Herrn Speinle ein weiteres, kulinarisches Aushängeschild des gastronomischen Hamburg zu werden und uns auch überregional unter den Spitzenrestaurants zu etablieren. Persönlich wünsche ich mir, dass seine Freude an der Kochkunst mit dem „The Fontenay“ noch wächst und sich weiterentwickelt und wir eine Vielzahl von zufriedenen, aber auch anspruchsvollen, Stammgästen gewinnen können.“

Cornelius Speinle wollte nie etwas anderes werden als Koch. Nach seiner Kochlehre im Theaterrestaurant in Schaffhausen unter Roger Werlé, arbeitete Speinle von 2006-2008 in dem mit einem Michelin Stern dekorierten Les Quatre Saisons in Basel. Danach folgte bis 2009 das Gästehaus Erfordt in Saarbrücken, ausgezeichnet mit drei Michelin Sternen. Anschließend zog es Speinle ins Ausland, wo er zunächst in Singapur im Restaurant Jaan par Andre im The Stamford als Souschef unter Andre Chiang weitere Erfahrungen sammelte. Von 2011-12 setzte er seine Karriere in Heston Blumenthal's drei Michelin Restaurant The Fat Duck in Bray in England fort.

„Cornelius Speinle gehört für mich aufgrund seiner Vita mit Stationen in diversen internationalen Spitzenrestaurants aber insbesondere wegen seiner jüngsten Erfolge als selbstständiger Küchenchef zu den Top-Talenten in der europäischen Küchenszene. Sein Küchenstil ist weltoffen und modern, ohne die klassischen Wurzeln zu vernachlässigen und reflektiert damit genau das The Fontenay. Seine Küche ist kreativ, innovativ und leicht, ausdrucksstark und kontrastreich.“ sagt geschäftsführender Direktor Thies Sponholz.

Das Gourmet-Restaurant im siebten Stock des The Fontenay mit spektakulärem Blick über die Alster verfügt über 40

Sitzplätze und einen Private Dining Room für 10 Personen sowie eine großzügige Rund-Um-Terrasse mit 40 Plätzen im Sommer. In den kommenden Monaten werden das Konzept und die Speisekarte erarbeitet, dabei werden einige von Cornelius Speinle kreierten Signature Gerichten berücksichtigt. Ein Name für das Restaurant ist noch nicht gefunden.

The Fontenay ist ein Abbild des modernen Hamburg – eine Hommage an die Hansestadt. Unmittelbar an der Außenalster gelegen, vereinen sich in diesem „Modern Classic“ auf besondere Weise urbane Natur und kosmopolitischer Lebensstil. Die faszinierende, skulpturale Architektur beherbergt 131 luxuriöse Zimmer und Suiten, viele mit Alsterblick. Das Herzstück bilden ein verglastes und mit Bäumen begrünter Innenhof sowie das imposante 27m hohe, geschlossene Atrium. Im Garten-Restaurant genießt man eine facettenreiche Küche mit nordischem Einschlag. Lässige Barkultur findet sich mit Traumblick auf die Alster, in der Fontenay Bar. Darüber, in der siebten Etage, liegt das Gourmet Restaurant. Für Tagungen und Events stehen vier Veranstaltungsräume mit 65qm - 220qm und Tageslicht zur Verfügung. Über den Dächern Hamburgs erlebt man auf 1.000qm eine exklusive Wellnesswelt mit Innen-/ Außenpool. Das Hotel ist Mitglied von The Leading Hotels of the World.

Foto: Wöhrstein

Weitere Informationen:  
The Fontenay Hamburg  
Fontenay 10  
20354 Hamburg  
Tel.: +49 (0)40 605 6 605-0  
Fax: +49 (0)40 605 6 605-888  
E-Mail: [info@thefontenay.de](mailto:info@thefontenay.de)  
[www.facebook.com/  
TheFontenayHamburg](http://www.facebook.com/TheFontenayHamburg)  
[www.thefontenay.de](http://www.thefontenay.de)

## Highlights im Sommer 2017 Ketschauer Hof Deidesheim

**I**m Sommer ist einiges geplant – hier ein paar Highlights für Sie!

### BLUE MONDAY

Jeden Montag vom **1. Mai - 28. August** Start der „Blue-Monday“-Reihe mit Sundowner Lounge im Garten. Nur bei schönem Wetter.

### PFINGSTEN - EINTRITT FREI

#### 4. Juni & 5. Juni 2017

12-22 Uhr | Tagsüber mit DJ - Abends Live Musik Stefan Kahne & C3ntral Hausband. EINTRITT FREI

Hoffest mit dem Weingut Markus Schneider und Weingut Hensel im Ketschauer Hof. Zwei Tage ist das legendäre Duo „Schneider & Hensel“ zu Gast im Ketschauer Hof. Erleben Sie die Weine der beiden Weingüter und genießen Sie Essen von zahlreichen Foodstationen – ganz entspannt mit Selbstbedienung. Das L.A. Jordan eröffnet an diesen beiden Tagen exklusiv als Terrassenrestaurant seine Pforten und serviert á la carte Gerichte aus dem Foodtruck „Genusswagen“ von Robbe & Berking | Caviar House | Pommery Champagner.

Das besondere Highlight: Chef's Table mit Daniel Schimkowitsch! 14 Plätze pures Glück - Exklusiv aus dem „Genusswagen“ kocht Daniel Schimkowitsch ein 4-Gänge Menü der Extraklasse. Nur mit Vorab- Reservierung - buchbare Zeiten jeweils am **04. & 05. Juni** um 12.30 Uhr | 15.00 Uhr | 18.00 Uhr | 20.30 Uhr

### SOMMERFEST Ketschauer Hof

#### 25. Juni 2017 | Sonntag

Das sollten Sie nicht verpassen! Sommerfest im Ketschauer Hof mit befreundeten Winzern aus der Pfalz und von der Mosel, bei leckerem Essen und guter Live-Musik der Central Hausband mit Stargast HELMUT ZERLETT, Bandleader aus der Harald Schmitt Show.

Entdecken Sie in lockerer sommerlicher Atmosphäre die Weine der Güter von Winning, Geheimer Rat Dr. von Basser-

mann-Jordan, Reichsrat von Buhl, Dr. Loosen, Nik Weiß St.Urbanshof, Weingut van Volxem und Bischöfliche Weingüter Trier. Mit dabei sind auch Aqua Monaco, Laute Limo, Jordan Olivenöl, Original Beans und die REISETBAUER GIN Bar.

Neben den Restaurants L.A. Jordan, BISTRO 1718, RIVA und LEOPOLD begrüßen Gastköche wie Harald Rüssel vom Landhaus Rüssel, die Küchencrew vom Staytion Hotel in Mannheim sowie Boris Geigenmüller & Lukas Rüger vom Living Room / Five aus Bochum die Gäste.

### Deluxe BBQ im Weinberg

#### 1. Juli 2017 & 26. August 2017 | jeweils Samstag

Start mit einem Aperitif im Weingut Reichsrat von Buhl und wandern im Anschluss durch die Weinberge zu einer der schönsten Lagen der Pfalz. Dort werden absolute Steak-Klassiker gegrillt, gepaart mit den besten Weinen aus dem Keller von Mathieu Kauffmann. Begrenzte Plätze - findet nur bei gutem Wetter statt.

Ketschauer Hof  
Hotel & Restaurant GmbH  
Ketschauerhofstraße 1  
D-67146 Deidesheim  
Tel.: +49 (0) 63 26-70 000  
Fax: +49 (0) 63 26-70 00 99  
[www.ketschauer-hof.com](http://www.ketschauer-hof.com)

## Frühlingserwachen mit Vorfreude auf den Sommer lässt „kulinarisch“ Gutes erhoffen – in Tillmann Hahns Gasthaus und Feinkost-Bistro

**K**unst, Kultur und Kulinarisches steht im Kalender.

Am 4. Mai 2017 spielt Wolfgang Rieck „Der singende Mann“: Rieck, im mecklenburgischen Rostock geboren und auf-

gewachsen, bevorzugt in seinem abendfüllenden Programm Lieder, die aus poetischen Texten entstanden sind. Der Titel des Programms weist auf ein Lied, das durch eine Figur des Bildhauers Ernst Barlach angeregt wurde.

Am 7. Mai 2017 startet das Ostsee Plein Air Kunstfestival 2016 [www.ostsee-pleinair.de](http://www.ostsee-pleinair.de). Die Ausstellungseröffnung ist am 11. Mai 2017, mit den Künstlern Dietmar Kampf, Kristina Schürmann und Klaus Plotzki. Der „Foto-Grafiker“ Dietmar Kampf, gebürtiger Wuppertaler lebt seit vielen Jahren in Kühlungsborn und bewegt sich zwischen mehreren künstlerischen Disziplinen von Fotografie über Grafik bis zur Malerei und organisiert regelmäßig Ausstellungen befreundeter Künstler und eigener Werke in der Region. Er hat auch Klaus Plotzki, der als gebürtiger Mecklenburger heute in der Lüneburger Heide lebt, zur Ausstellung gebracht.



Tillmann Hahn

Für kulinarische Kunst ist Tillmann Hahn zuständig.

Der Kühlungsborner Start in den Sommer mit Tillmann Hahns Genussprogramm ist garantiert ein Vergnügen!

Foto: Gour-med

Tillmann Hahn's Gasthaus  
und Feinkost-Bistro in der Villa Astoria  
Ostseeallee 2  
18225 Kühlungsborn  
Tel.: +49 (0)38293 410214  
Fax: +49 (0)38293 410215  
E-Mail: [gastronomie@villa-astoria.de](mailto:gastronomie@villa-astoria.de)



Thomas und Matthias Sühring

## Bangkok

### Restaurant SUHRING in den Elitelisten Asiens ganz oben

**I**n unserer großen Reportage „Bangkok kulinarisch“ (Gour-med Ausgabe 9 / 10 und 11 / 12 – 2016) haben wir schon über die großartige Küche der Zwillinge Matthias und Thomas Sühring berichtet.

Der „Siegessäuger“ ist nicht aufzuhalten, die beiden deutschen Köche in Bangkok sind auf Platz 6 in der Liste „Asiens Top 50“ aufgestiegen. Diese Auszeichnung wenige Monate nach der Eröffnung zu erhalten ist mehr als etwas besonderes. Damit nicht genug, Ende März wurden die zwei erneut mit ihrem einzigartigen deutsch/thailändischen Kochstil in die Reihe der 1. Riege asiatischer Restaurants gewählt.

Das Bangkok Magazin (BK) zeichnete das SUHRING gleich mit zwei Auszeichnungen für 2017 aus. Zum einen als bestes Restaurant in Bangkok und als beste Neugründung (Best Debut Restaurant) in Bangkok.

Das Restaurant in einer wunderschönen Villa, nicht weit von der Yen Akat Road ist ein Genussstempel der sich höchsten Ansprüchen verpflichtet fühlt, und diese erfüllt. Die Basis sind alte deutsche Familienrezepte, aromatisiert und filigran verfeinert mit der Vielfalt einheimischer Aromen“ lobt BK Magazin die Brüder

Thomas und Matthias. Der Thailand Tattler sieht das Suhring unter den 10 besten Asiens.



In Asiens Top-Liste mit deutsch-thailändischer Küche ganz oben

Die Sühring Brüder haben sich in die Herzen, nicht nur thailändischer Gourmets gekocht, in ganz Süd Ost Asien werden sie geehrt und ausgezeichnet wie es europäische Spitzenköche selten erleben.

Darauf darf man stolz sein!

Fotos: Gour-med

Restaurant Sühring  
Nr. 10 Yen Akat Soi 3  
Chongnonsi Yannawa  
10120 Bangkok  
Fon: + 66 (0) 2287 1799  
[www.restaurantsuhring.com](http://www.restaurantsuhring.com)

### Aus „Netts“ wird „Moro“

**D**ie Zwocckelsbrücker Gastronomie-Experten Sven Niederbremer und Pierre Hartung haben das Gimmendinger Restaurant „Netts“ übernommen und werden das Restaurant unter dem Namen „Moro“ zu einem neuen kulinarischen Hotspot entwickeln.



Sven Niederbremer

Das kulinarische Angebot wird verfeinert und ausgebaut. Die neuen Mitarbeiter stammen aus dem Team von Niederbremer und Hartung, die beide aber im Stammhaus „Zwocckelsbrück“ bleiben.

Mit dem neuen Konzept der Weinstube „Zwocckelsbrück“ in Neustadt sind die beiden auf der Erfolgsspur, bleibt zu wünschen, dass es auf das „Moro“ übertragbar ist!

Wir sind gespannt wie sich das „Moro“ entwickelt und werden Sie über die Gästeakzeptanz und Genuss-Angebote informieren.

Foto: Sven Niederbremer

Moro Restaurant  
Meerspinstraße 46  
67435 Neustadt an der Weinstraße -  
Gimmeldingen  
Tel.: +4963216790841  
E-Mail: [info@moro-restaurant.de](mailto:info@moro-restaurant.de)  
[www.moro-restaurant.de](http://www.moro-restaurant.de)



## Walbeobachtung zu Lande in Südafrika

Seit Jahrhunderten üben Wale auf Menschen weltweit eine ungebrochene Faszination aus. Schon Urvölker wie die Maori in Neuseeland haben sie entweder als Nahrungsquelle gejagt oder gar als magische Wesen verehrt – kein Wunder, zählen sie zu den größten Meeresbewohnern der Erde. Von Juli bis Mitte Oktober bietet das Morukuru Ocean House im De Hoop Naturreservat eine ganz besondere Art der Walbeobachtung: hier kann man von exponiert gelegenen Aussichtspunkten zu Lande in zugleich absoluter Privatsphäre die Faszination der Giganten genießen.

Morukuru Ocean House – Dining Room



Die reichlich vertretene Walart der Südkaper hat das De Hoop Naturreservat weltberühmt gemacht für die seltene Gelegenheit der landbasierten Walbeobachtung. Das Meeresschutzgebiet zählt zum Weltnaturerbe und bietet diesen bedrohten Meeressäugern eine Art Kindergarten.

Mitten im De Hoop Naturreservat nahe der Küste liegt das Morukuru Ocean House an einem 51 km langen Sandstrand. Eine Fünf-Sterne-Strandvilla, die alles bietet, was das Herz einer ganzen Familie, von jung bis alt begehrt und die lediglich exklusiv vermietet wird. Ein Aufenthalt im Morukuru Ocean House ist inklusive aller Speisen, Getränke, Unternehmungen, Fahrzeuge und acht Angestellten, die sich um das Wohl der Gäste kümmern. Eine Übernachtung beginnt bei 1.233 € für vier Personen. Außerhalb der Hauptsaison 2017 profitieren Gäste des Hauses zudem von Spezialangeboten wie etwa dem Kids Stay Free (ab vier Erwachsenen Vollzahlern sind Kinder unter 16 Jahren kostenfrei) oder dem Stay Longer (bei mehr als drei Nächten wird auf jede weitere Übernachtung 50% Rabatt gewährt).

Fotos: Morukuru Ocean House

Weitere Informationen zum Haus unter:  
De Hoop Nature Reserve  
Tel.: 0027 11 6154303  
E-Mail: [reservations@morukuru.com](mailto:reservations@morukuru.com)  
[www.morukuru.com](http://www.morukuru.com)

## Neuer Kreuzfahrt Atlas von Oceania Cruises

Erstmals mit umfassendem deutschsprachigen Katalog gültig bis Herbst 2018

Die Kreuzfahrtreederei Oceania Cruises – bekannt für die Feinste Küche auf See – hat erstmals einen umfassenden Katalog in deutscher Sprache veröffentlicht, der das Programm von 1,5 Jahren beinhaltet. Dazu gehören Kreuzfahrten von sieben bis 180 Tagen, die der „Kreuzfahrt Atlas April 2017 bis November 2018“ mit vielen Bildern anschaulich untermalt. Die sechs Boutiqueschiffe von Oceania Cruises – Regatta, Insignia, Nautica, Marina, Riviera, Sirena – steuern 365 Häfen an: im Mittelmeer, dem Baltikum und Nord-europa, Alaska, Kanada und Neuengland, in der Karibik, Südamerika, Australien, im Südpazifik sowie entlang der Küsten Afrikas und Asiens.

Oceania Cruises - R-Klasse, Insignia



„Unser neuer Kreuzfahrt Atlas zeigt den Gästen nicht nur die spannenden Ziele in aller Welt, die wir ansteuern, sondern auch, wie sich das Leben an Bord gestaltet“, sagt Bernard Carter, Senior Vice President und Managing Director für Europa, Nahen Osten und Afrika von Oceania Cruises. „Wir sind stolz auf die breite Vielfalt an Routen und sorgfältig ausgewählten Landprogrammen. Bei der Neugestaltung unseres Angebots haben wir immer die Vorlieben unserer Gäste im Blick.“

Foto: Oceania Cruises

Weitere Informationen online unter  
[www.OceaniaCruises.com](http://www.OceaniaCruises.com)  
sowie unter der Telefonnummer  
+49 (0)69 2222 33 00 und im Reisebüro

## Spa & GolfResort Weimarer Land

Direktor Mark A. Kühnelt wird  
Thüringer Hotelier des Jahres 2016

Seit nunmehr über drei Jahren ist das Spa & GolfResort Weimarer Land fester Bestandteil des Thüringer Gastgewerbes und hat sich in dieser Zeit zu einem Hideaway entwickelt, welches in Mitteldeutschland seines gleichen sucht. Direktor Mark A. Kühnelt wurde mit dem Preis „Thüringer Hotelier des Jahres 2016“ vom Thüringer Ministerium für Wirtschaft, Wissenschaft und digitale Gesellschaft und dem DEHOGA Thüringen e.V. in Erfurt geehrt.

Olympiasiegerin Kati Wilhelm



Das Hotel hat sich unter Golfern als ein wahrer Hotspot entwickelt. Eine nicht nur für Sportler sehr attraktive Veranstaltung ist der Golf-Biathlon 2017.

Für den 2. Golf-Biathlon sponsored by BOGNER mit Olympiasiegerin Kati Wilhelm am 13. Mai 2017, gibt es ein ganz besonderes Angebot. Ein einzigartiges 18-Loch Spaß-Turnier auf Feininger Course mit Laser-Biathlon-Schießen und exklusiver Abendveranstaltung – und Champions Dinner in der GolfHütte!

Foto: © Guido Werner für das Spa & GolfResort Weimarer Land

Reservierung unter:  
Reisezeitraum vom 12. Mai  
bis 14. Mai 2017  
Tel: +49 36459 6164 4410  
Fax: +49 36459 6164 4419  
E-Mail: [reservierung@spahotel-weimar.de](mailto:reservierung@spahotel-weimar.de)



## AIDAvita neu gestaltet

Von März bis Anfang April werden in der Lloyd Werft zahlreiche Bereiche des Schiffes neu- bzw. umgestaltet.

Auf Deck 10 wird die Teens Lounge Waiki ki zur chilligen Beach Lounge umgestaltet. Hier können die Gäste von AIDAvita zukünftig die Seele baumeln lassen. Damit man auch bei nordisch kühlen Temperaturen einen sensationellen Seeblick und seinen Sundowner genießen kann, erhalten die Seaside Lounges am Heck des Schiffes Windbreaker und Heizstrahler.

Komplett modernisiert und mit neuem Look bietet der Poolbereich zukünftig noch mehr Platz zur Entspannung und lädt dazu ein, auch in nördlichen Breiten sonnige Tage am Pool zu verbringen. Damit die Gäste von AIDAvita ihre schönsten Urlaubserlebnisse gleich mit nach Hause nehmen können, wird der Fotoshop vergrößert und das Angebot erweitert.

Das ehemalige Gourmetrestaurant Rossini wird zum neuen Selection Restaurant umgestaltet. Hier erwarten die Gäste regionale Spezialitäten und Köstlichkeiten aus der ganzen Welt.

Dies sind nur einige der wichtigsten Neuerungen, auf die sich die Gäste von AIDAvita freuen können.

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 exquisites kulinarisches Angebot an regionalen Spezialitäten, die auf die Destinationen abgestimmt sind.

Auf [www.aidaselection.de](http://www.aidaselection.de) stellt das Kreuzfahrtunternehmen nicht nur alle Reisen und das aktuelle Bordprogramm vor. In inspirierenden Videos und Interviews werden auch die einzelnen Destinationen und ihre Bewohner nähergebracht.

Foto: AIDA Cruises

Weitere Informationen sowie Buchung  
im Reisebüro, oder auf [www.aida.de](http://www.aida.de)

## AIDAperla: Traumstart auf Mallorca zu Pfingsten - Zusätzliche Sommerreisen starten ab 1. Juni 2017

**A**IDAperla läuft bereits am 1. Juni 2017 zum ersten Mal den neuen Heimathafen Palma de Mallorca an. Da der Neubau der Rostocker Reederei AIDA Cruises früher ausgeliefert wird als erwartet, werden bereits ab 1. Juni 2017 erste Kreuzfahrten auf dem neuen Flaggschiff angeboten.

Auf zwei zusätzlichen Sommerreisen über die Pfingstfeiertage können Gäste AIDAperla schon vor der Taufe kennenlernen. Am 1. Juni 2017 startet AIDAperla zum ersten Mal von seinem neuen Heimathafen Palma de Mallorca zu einer 5-tägigen „Welcome Cruise 1“. Die Reise über Pfingsten führt nach Barcelona, Marseille und Valencia, bevor es wieder zurück nach Mallorca geht. Am 6. Juni 2017 bricht AIDAperla zu einer zusätzlichen 4-tägigen „Welcome Cruise 2“ ab Mallorca auf. Auf dieser Kreuzfahrt erleben die Gäste die spanische Metropole Barcelona und das Nachtleben von Mallorca bei einer Übernachtung im Hafen von Palma.

Am 30. Juni 2017 tauft Model Lena Gercke AIDAperla, das zwölfte Mitglied der AIDA Flotte, in Palma de Mallorca. Zu den vielen Highlights an Bord gehören der Beach Club unter einem wetterunabhän-

gigen und UV-durchlässigen Foliendom und das Four Elements mit Wasserrutschen und Klettergarten. Der prämierte Body & Soul Organic Spa begeistert mit verschiedenen Saunen, mehreren Indoor- und Outdoor-Pools, einem Tepidarium und einem Kaminzimmer, die zur vollkommenen Entspannung einladen. Das Lanaideck mit Infinity Pools, gläserne Fahrstühle, zwei Skywalks, modernste LED-Technik und Flugwerke für außergewöhnliche Artistenshows und eine interaktive schwebende Kugel für das Entertainmentprogramm ergänzen das vielseitige Angebot. Neben dem Kids- und Teens Club gibt es an Bord auch einen Mini Club für die Betreuung von Kleinkindern ab 6 Monaten. Auch das Gastronomieangebot lässt keine Wünsche offen: 12 Restaurants, 3 Snack Bars und 14 Bars laden zu einer kulinarischen Weltreise ein.

Buchungen für die zusätzlichen Reisen vom 1. bis 6. Juni und vom 6. bis 10. Juni 2017 sind ab sofort im Reisebüro, oder über [www.aida.de](http://www.aida.de) möglich.

Foto: AIDA Cruises

[www.aida.de](http://www.aida.de)



## Die besten Köche bei Thomas Bühner im la Vie

Thomas Bühner gelingt es immer wieder die Besten seiner Zunft als Gastkoch ins la Vie zu holen



**Am 23. Mai** kocht der belgische Sternekoch Sang Hoon Degeimbre vom Restaurant L'air du temps, Belgien. Sang Hoon ist seit Jahren ein sehr guter Freund und Kollege von Thomas Bühner. Er ist bester Botschafter zweier kulinarischer Welten. Mit seinen koreanischen Wurzeln hat er ein immenses Produktverständnis und kombiniert das mit der französisch inspirierten belgischen Küche. Aus beiden kreiert er einen ganz eigenen Stil und verwendet dabei beste Zutaten aus dem Garten direkt neben seinem Restaurant L'air du temps. Seien Sie gespannt auf seine wunderbaren Kreationen.

**Am Dienstag, 20. Juni** kocht Alexandre Gauthier vom Restaurant La Grenouillere, Frankreich im la vie. Mit Alexandre Gauthier steht der im Augenblick extravaganteste Koch Frankreichs im la Vie am Herd. Hoch im Norden in der Nähe von Calais liegt einsam zwischen Seen und Wald sein Restaurant La Grenouillere. Die Speisekarte auf zerknittertem Papier, das Frühstück auf dem Blechteller und die Zimmer sind Hütten, die Wege dorthin mit Stroh „gepflastert“. Aber alles perfekt gemacht! Ach so, erwarten Sie keine französische Küche wie Sie es kennen, ich würde eher sagen nordisch inspiriert. Lassen Sie sich überraschen! Sie merken, es wird spannend.

Foto: la vie

la vie  
Krahnstraße 1-2  
49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 331150  
Fax: 0541 3311525  
E-Mail: [info@restaurant-lavie.de](mailto:info@restaurant-lavie.de)  
[www.restaurant-lavie.de](http://www.restaurant-lavie.de)



## Erschreckend realistische Zukunftsversion

### Social Rating

Thriller über selbstfahrende Autos und gechippte Menschen

Christiane Landgraf  
Verlag 3.0 Zsolt Majsai  
230 Seiten, 13,50 Euro  
ISBN: 978-3-95667-293-4

Der ehrgeizige, junge Informatiker und Autofreak Jeff Rodgers ist in seiner Königsdisziplin klüger, als ihm und seiner Familie auf lange Sicht guttut. Durch sein überragendes Talent zieht er die Aufmerksamkeit der CIA auf sich und arbeitet bald für den amerikanischen Geheimdienst. Die Inszenierung seines Privatlebens ist weitgehend gesteuert, ohne dass er und seine Familie und Freunde sich dessen auch nur im Ansatz bewusst sind. Als ihm die Folgen bewusst werden, hat er bereits einen sehr hohen Preis gezahlt und es ist schon fast zu spät, aus dem schmutzigen Spiel rund um das Social Rating auszusteigen. Wird Jeff tun, was der CIA verlangt?

Die junge Autorin setzt in Ihrem ersten Roman Prioritäten die in nicht allzuferner Zukunft ein Stück Lebensrealität sein werden. Die Frage nach der Sinnhaftigkeit künstlicher Intelligenz und die Auswirkungen auf den Einfluss unseres Alltagslebens zieht sich wie ein roter Faden durch den Thriller. Der Spannungsbogen über unser Leben als gläserne Marionetten unbekannter, aber geahnter Mächte, baut sich immer höher auf und erreicht seinen Höhepunkt in der Feststellung das wir uns nicht mehr gegen diese Entwicklung wehren können. Dieser Blick in Zukunft technischer Möglichkeiten und ihrer Auswirkung lässt auch den coolsten Leser schreckliches ahnen. Das Buch wurde im Dez. 2016 von Evangelischen Bildungswerk München als Buch des Monats ausgezeichnet, in Schweinfurt wird das Buch als Schullektüre für wirtschaftsethische Fragen im Unterricht eingesetzt. Zu wünschen ist das die Autorin mit dem Thema weiter am Ball bleibt, oder besser gesagt mit dem Thema weiterhin spannende Unterhaltung liefert.



## Tiefgründiger Roman

### Das Buch der Spiegel

E.O. Chirovici  
Goldmann Verlag  
384 Seiten, 20,00 Euro  
ISBN: 978-3-44231-449-2

Als der Literaturagent Peter Katz ein Manuskript des Autors Richard Flynn erhält, ist er sofort fasziniert. Flynn schreibt über die Ermordung des Professors Joseph Wieder in Princeton. Der Fall wurde nie aufgeklärt, und Katz vermutet, dass der unheilbar kranke Flynn den Mord gestehen oder den Täter enthüllen wird. Doch Flynn's Text endet abrupt. Als Katz den Autor kontaktieren will, ist dieser bereits verstorben. Besessen davon, das Ende der Geschichte zu erfahren, versucht Katz, Laura Baines ausfindig zu machen, die als Studentin auf undurchsichtige Weise mit Wieder verbunden war. Doch je tiefer Katz in den Fall eindringt, desto mehr scheint er sich von der Lösung zu entfernen ...



## Faszination für den Lebensraum Meer

### Lebenswelt Meer

Reportagen aus der Meeresbiologie und Vorstellungen über die Entstehung des Lebens

Werner Müller  
Springer Verlag  
268 Seiten, 24,99 Euro  
ISBN: 978-3-66252-851-8

Mit diesem Buch werden Sie in Ihrem Urlaub am Meer, auf Ihrer Strand- und Wattwanderung, auf dem Krabbenkutter und im Meeres-Aquarium von Kundigen geführt und erhalten Antworten auf Fragen wie: Warum schwimmen Delfine im Schmetterlingsstil, wie kann ein Pottwal 3000m tief und über 1 Stunde tauchen, ohne Luft zu holen, wie orientieren sich Tiere in den Weiten der Ozeane und der stockfinsternen Tiefsee? Warum sehen so viele tierische Meeresorganismen pflanzenhaft aus? Wie sind so manche bizarren Gestalten zu verstehen? Warum leuchten so viele und in Farben von blau bis rot? Wie entstehen Riffe? Wir erfahren von Mond-abhängigen Lebensrhythmen, von seltsamen Ehepaaren und durch natürliches Klonen entstandenen Superorganismen. Wir besuchen Vulkane und Geysire der Tiefsee und fragen mit der gegenwärtigen Forschung: Ist das Meer Ursprung des Lebens?



## Ein Teller Heimat, ein Teller Erinnerungen

### Heimatküche

Die besten Rezepte vom Lande

Ralf Frenzel  
Tre Torri Verlag  
208 Seiten, 25,00 Euro  
ISBN: 978-3-96033-006-6

Nach dem Motto „Das Beste vom Lande“ werden etwa 100 herzhafteste Gerichte, mit dabei süße und pikante Backwerke, geschmacklich zeitgemäß präsentiert. Da gibt es „Gutes vom Acker“, wie etwa Krautfleckerl und Kartoffelbrot, aber auch „Leckerer aus dem Stall“ oder „Aus dem Wasser“, wie Rinderrouladen mit Brezelknödeln oder Forelle im Heu, und natürlich „Süßes zum Schluss“, leckere Nachspeisen, wie Rote Grütze mit Vanillesauce, und köstliche Kuchen sowie verführerische Torten.



## Ein faszinierendes Frauenleben

### Die Spionin

Paulo Coelho  
Diogenes  
192 Seiten, 19,90 Euro  
ISBN: 978-3-25706-977-8

Wer ist die Frau hinter dem schillernden Mythos? Paulo Coelho schlüpft in ihre Haut und lässt sie in einem fiktiven, allerletzten Brief aus dem Gefängnis ihr außergewöhnliches Leben selbst erzählen: vom Mädchen Margaretha Zelle aus der holländischen Provinz zur exotischen Tänzerin Mata Hari, die nach ihren eigenen Vorstellungen lebte und liebte und so auf ihre Art zu einer der ersten Feministinnen wurde. Doch als der Erste Weltkrieg ausbricht, lässt sie sich auf ein gefährliches Doppelspiel ein.



## Jahrhundertlang betriebene Zerstörung eines gigantischen Ökosystems

### Aus hartem Holz

Annie Proulx  
Luchterhand Literaturverlag  
896 Seiten, 26,00 Euro  
ISBN: 978-3-630-87249-0

Annie Proulx' erster Roman seit über zehn Jahren, das lang erwartete Meisterwerk der Pulitzerpreisträgerin: ein monumentales Epos, das lebensprall, sprachgewaltig und intensiv dreihundert Jahre nordamerikanischer Geschichte einfängt und von der Abholzung der scheinbar endlosen Wälder erzählt, vom ewigen Kampf zwischen Mensch und Natur.



## Brillantes Stück Zeitgeschichte

### Kraft

Jonas Lüscher  
C.H.Beck  
237 Seiten, 19,95 Euro  
ISBN: 978-3-40670-531-1

Richard Kraft, Rhetorikprofessor in Tübingen, unglücklich verheiratet und finanziell gebeutelt, hat womöglich einen Ausweg aus seiner Misere gefunden. Sein alter Weggefährte István, Professor an der Stanford University, lädt ihn zur Teilnahme an einer wissenschaftlichen Preisfrage ins Silicon Valley ein. In Anlehnung an Leibniz' Antwort auf die Theodizeefrage soll Kraft in einem 18-minütigen Vortrag begründen, weshalb alles, was ist, gut ist und wir es dennoch verbessern können. Für die beste Antwort ist eine Million Dollar ausgelobt. Damit könnte Kraft sich von seiner anspruchsvollen Frau endlich freikaufen ...



## Wissenschaft und Glauben

### Konklave

Die Geheimnisse der Papstwahl

Hubert Wolf  
C.H.Beck  
224 Seiten, 19,95 Euro  
ISBN: 978-3-40670-717-9

Stellvertreter Christi: Die Besetzung dieses einzigartigen Postens ist geheimnisumwittert. Hubert Wolf erzählt, was hinter den verschlossenen Toren des Vatikans geschieht. Er erläutert, wie die Regeln und Rituale entstanden sind, und macht deutlich, welche Traditionsbrüche, gerade auch in jüngster Zeit, sich hinter der Fassade der uralten heiligen Handlung verbergen. Keine andere Wahl wird weltweit von so großer Anteilnahme begleitet wie die Wahl des Papstes. Doch die Zuschauer sehen immer nur die Außenseite: den Einzug der Kardinäle ins Konklave, den Schornstein der Sixtinischen Kapelle, aus dem schwarzer oder endlich weißer Rauch aufsteigt, die Präsentation des Gewählten mit den Worten „Habemus papam“. Dieses Buch erklärt, was wirklich passiert: wie die Wahl im Detail abläuft, von welchem Moment an der Gewählte Papst ist, warum das Konklave erfunden wurde und wie die Kardinäle zu den einzigen Wählern und schließlich auch zu den einzig Wählbaren wurden.



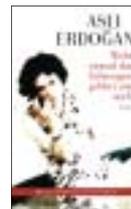
## Deutsche Geschichte wird lebendig

### Vierzig Herbst

Eine Familiengeschichte im Kalten Krieg

Nina Willner  
Propyläen Verlag  
432 Seiten, 12,99 Euro  
ISBN: 978-3-549-07477-0

Berlin 1984: Nina Willner, Tochter der aus Ostdeutschland in die USA geflohenen Hanna, wird als Agentin des US-Geheimdienstes in Ostberlin eingeschleust. Dort ist sie den militärischen Geheimnissen der Sowjets auf der Spur, aber die Geschichte ihrer Mutter lässt sie nicht los. Denn hinter der Mauer leben ihre Großmutter, ihre Tante und auch ihre Cousine. Werden sie jemals als Familie vereint sein? Vierzig Herbst erzählt auf berührende Weise das Schicksal von fünf Frauen im Kalten Krieg, die sich nicht unterkriegen lassen, sondern für das kämpfen, was ihnen am meisten bedeutet: ihre Familie.

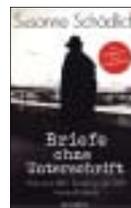


## Politische Essays

### Nicht einmal das Schweigen gehört uns noch

Aslı Erdoğan  
Knaus Verlag  
192 Seiten, 17,99 Euro  
ISBN: 978-3-8135-0780-5

„Wir müssen den Mördern die Stirn bieten und die Opfer zu Wort kommen lassen.“ Aslı Erdoğan, die große türkische Romanautorin und Oppositionelle, ist zur Symbolfigur für die Meinungsfreiheit und das Ausmaß der türkischen Willkürherrschaft geworden. Für ihre Publikationen wurde sie viereinhalb Monate inhaftiert und ist momentan unter Auflagen für die Dauer des Gerichtsprozesses frei. Erstmals liegt nun eine Auswahl ihrer politischen Essays, die derzeit nicht in der Türkei erscheinen können, auf Deutsch vor. „Ihr Buch macht deutlich, wie unverzichtbar die Stimme und das Engagement einer Frau in jedweden Freiheitskampf ist [...] Seite für Seite wird man aufgerüttelt und Zeuge ihres unermüdlichen Widerstands.“



## Eine sensationelle, wahre Geschichte - Als Briefeschreiben noch gefährlich war

### Briefe ohne Unterschrift

Wie eine BBC-Sendung die DDR herausforderte

E.O. Chirovici  
Knaus Verlag  
288 Seiten, 19,99 Euro  
ISBN: 978-3-8135-0749-2

Sie schreiben Briefe und gehen ein hohes Risiko ein. Adressat: BBC London. 1949 startet die britische Rundfunksendung „Briefe ohne Unterschrift“. Anonyme Zuschriften von DDR-Bürgern werden darin verlesen, immer am Freitagabend, über 25 Jahre lang. Susanne Schädlich entdeckte diese einzigartigen Zeitdokumente und erzählt nun von den britischen Journalisten, die so lange der DDR die Stirn boten. Vor allem aber setzt sie den mutigen Absendern ein Denkmal, die der gnadenlosen Nachverfolgung durch die Stasi zum Opfer fielen – unter ihnen ein Junge aus Greifswald ...

# Perfekte Bratergebnisse auf Profi-Niveau

## Neue Premium-Pfannenserie von Tefal und Jamie Oliver aus Aluguss

Seit mehr als zehn Jahren arbeiten Tefal und Jamie Oliver zusammen, wenn es darum geht, Premium-Kochgeschirr für all diejenigen zu entwickeln, die am Herd gern kreativ werden. Der Anspruch des Jamie Oliver Sortiments von Tefal: Kochen wie die Profis. Jetzt hat der Weltmarktführer für Töpfe und Pfannen dieses Sortiment um eine vierteilige Induktions-Pfannenserie erweitert: die Jamie Oliver Tefal Premium Aluguss Pfannen mit Bratpfanne (24 cm und 28 cm), Wokpfanne und Grillpfanne.

Hochwertiger Aluguss, Thermo-Spot®, Titanium Pro Antihaft-Versiegelung und ein Induktionskapselboden: Alle Pfannen der neuen Serie überzeugen mit bewährten Eigenschaften, die ein perfektes Bratergebnis garantieren. Schon das Material Aluguss, aus dem die Pfannen gefertigt sind, vereint gleich mehrere Vorteile in sich: Es ist robust, ein exzellenter Wärmeleiter und speichert hervorragend die zugeführte Wärme. Mit dem Tefal Thermo-Spot® verfügen die Pfannen über einen weltweit einzigartigen Temperaturanzeiger, der in den

Pfannenboden integriert ist und den Nutzer wissen lässt, wann die optimale Brattemperatur erreicht ist, um das Bratgut in die Pfanne zu geben – für eine perfekte Röstung und intensiven Geschmack. Die Titanium Pro Antihaft-Versiegelung ist durch den Zusatz von Titan besonders robust, kratzfest und auch für metallische Küchenhelfer geeignet. Der starke, langlebige Induktionskapselboden verteilt die zugeführte Hitze gleichmäßig und bietet optimale Planstabilität. Alle Produkte der Serie sind backofengeeignet bis 210°C.

„Fantastisch zum Braten und scharfen Anbraten geeignet“, urteilt Jamie Oliver über die Bratpfanne der neuen Serie. Brutzelnde Steaks, zart marinierte Hühnchen oder köstliche Fischfilets kommen ihm dabei in den Sinn. Die Pfanne hat eine extra tiefe Form für kreative Pfannengerichte mit vielen Zutaten sowie zwei praktische Ausgießhilfen für tropffreies Ausgießen. Der elegante, genietete, ergonomische Griff der Pfanne ist aus Profi-Edelstahl und mit einer Silikon-Antirutsch-Einlage versehen.

Die Premium Aluguss Wokpfanne eignet sich hervorragend für asiatische Gerichte. „Mit diesem Wok zu kochen ist ein einziger Spaß“, sagt Jamie Oliver. „Da sie aus Aluminium ist, ist es unglaub-



lich leicht, die Zutaten problemlos darin zu schwenken.“ Zusätzlich zum Profi-Edelstahlgriff hat die Wokpfanne einen Gegengriff und lässt sich so besonders leicht handhaben. Der Schüttrand ermöglicht auch hier tropffreies Ausgießen.

Wer schnell und mit wenig Öl scharf anbraten möchte, kommt um die Grillpfanne dieser Serie nicht herum. Für den Starkoch ist die Pfanne ein unverzichtbarer Bestandteil der Küchenausstattung. Dank der gerillten Bratfläche bleibt das Bratgut besonders saftig und erhält zudem feine Röststreifen. So empfiehlt Jamie Oliver die Grillpfanne unter anderem für zarte Hühnchenbrüste, saftige Garnelenspieße oder Gemüsestreifen wie vom Holzkohलगрилл.

Fotos: Tefal

Erhältlich im guten Fachhandel und unter [www.tefal.de](http://www.tefal.de)



Grillpfanne, 27x23 cm

Jamie Oliver Tefal Premium Aluguss Serie



Pfanne, 24 cm  
Pfanne, 28 cm



Wokpfanne mit Gegengriff



Hochleistungs-  
standmixer  
High Speed  
Perfect Mix  
9000 (KB 7030)

für eigene Kreationen und bietet neun unterschiedliche Geschwindigkeitsstufen und eine Pulsefunktion. Das hochwertige Digitaldisplay an der Front des Gerätes bildet die aktuellen Arbeitsschritte gut lesbar und übersichtlich ab.

### Krups Standmixer Smoothie to go Perfect Mix 2000

Auf die Plätze, fertig, Smoothie! Der neue Krups Standmixer Smoothie to go Perfect Mix 2000 ist die ideale Wahl für alle, die unterwegs ihre eigenen Smoothies und frischen Getränke unkompliziert genießen wollen. Der hochwertige, ergonomisch geformte Mixbehälter aus bruchsicherem Kunststoff bietet ein Fassungsvermögen von 0,6 Litern und fungiert als praktische Trinkflasche: Einfach die Zutaten einfüllen, Messer einsetzen, zubereiten, Messer abnehmen, Deckel aufschrauben – fertig! Das Umfüllen der Zubereitung entfällt und spart somit zusätzlichen Reinigungsaufwand. Für einen einfachen Transport

# Vitamine mit Höchstgeschwindigkeit

## Der neue Krups Hochleistungsstandmixer High Speed Perfect Mix 9000

**D**urch publikumswirksame Themen wie gesunde Ernährung, Fitness und Abnehmen erfreut sich die Produktkategorie der Standmixer einer immer größer werdenden Beliebtheit. Nicht zuletzt dank der steigenden Popularität grüner Smoothies steht das einfache Kreieren gesunder und leckerer Mixgetränke und Speisen beim Verbraucher das ganze Jahr über hoch im Kurs.

Mit dem High Speed Perfect Mix 9000 liefert Krups jetzt einen Hochleistungsstandmixer auf absolutem Spitzenniveau. Der Motor verfügt über einen integrierten Überhitzungsschutz und arbeitet mit kraftvollen 1.500 Watt, was einer Leistung von zwei PS entspricht. Damit erreicht er Geschwindigkeiten von 5.000 – 30.000 Umdrehungen pro Minute. In Kombination mit seinem ultrascharfen Edelmessmer Tripl'Ax Pro, bricht der High Speed Perfect Mix 9000 mühelos die Zellstrukturen jeglicher Obst- und Gemüsesorten auf und begünstigt so die Aufnahme von Nähr- und Mineralstoffen während des unmittelbaren Verzehr sowie die schnellere Verdauung von Ballaststoffen. Sechs unterschiedlich angeordnete Flügelmesser zerkleinern die Zutaten nicht nur in feinste Partikel, die Erzeugung verschiedener Strudel gewährleistet auch, dass nichts an den Seitenwänden des Mixbehälters hängen bleibt – für ein perfektes, homogenes

Ergebnis mit bestem Geschmack und intensiven Farben. Mit seinem großzügigen Fassungsvermögen von zwei Litern bietet der bruchsichere Kunststoff-Mixbehälter aus Tritan ausreichend Raum auch für voluminösere Rezepturen. Für hohen Bedienkomfort sorgen sechs automatische Programme zur einfachen Zubereitung von Smoothies, Crushed Ice, heißer Suppe, Sorbet und Nüssen sowie ein eigenes Programm zur komfortablen Reinigung. Ein manuelles Bedienfeld ermöglicht umfangreiche, individuelle Einstellungen

und ein angenehmes Handling ist der Smoothie to go Perfect Mix 2000 mit einer praktischen Aufhäng-Öse ausgestattet. Das Gehäuse besteht aus hochwertigem Edelstahl und besticht durch seine kompakte Formgebung und attraktive Optik. Der Motor des Standmixers arbeitet mit einer Leistung von 300 Watt.

Fotos: Krups

Erhältlich im guten Fachhandel  
und unter [www.krups.de](http://www.krups.de)

## Neues aus der Wissenschaft

### Studie widerlegt Kritik an „echter“ Vergleichsgruppe

Sobald eine neue Studie bestätigt, dass ein moderater Genuss alkoholischer Getränke im Vergleich zu Abstinenz mit geringeren Risiken für Herz- und Gefäßkrankheiten einhergeht, melden sich Kritiker zu Wort. Ihr Hauptargument lautet, man habe in der Gruppe der Abstinenzler auch solche Personen, die den Konsum aus Krankheitsgründen aufgegeben hätten sowie ehemalige Abhängige. Eine neue Studie mit umfangreichen Patientendaten aus England widerlegt dieses Argument eindeutig. Zudem konnten in diesem großen Kollektiv auch die Risiken für seltenere Herz- und Gefäßkrankheiten bewertet werden.

#### Fundgrube Patientenakten

Das Forscherteam aus London und Cambridge hatte die Daten englischer Hausarztpraxen gesammelt, die in einem nationalen Register zusammengefasst wurden. Eingeschlossen wurden die Informationen von Patienten über 30, die zuvor noch keine Herz- oder Gefäßkrankheit erlitten hatten. Da es in England auch elektronische Register für Krankenhauseinweisungen und ein Sterberegister gibt, konnten die Patientendaten mit diesen Eintragungen verknüpft werden. Die Forscher untersuchten, ob es einen Zusammenhang zu einer ersten Diagnose oder einer Krankenhauseinweisung aufgrund von zwölf verschiedenen Herz-Kreislauf-Ereignissen\* und dem in den Praxen erfragten Angaben zum Konsum alkoholischer Getränke gibt.

Insgesamt kamen Daten von gut 1,9 Millionen Patienten zusammen, etwa zur Hälfte Männer und Frauen. Von 57 % der Patienten lagen Angaben zum Konsum alkoholischer Getränke vor, der grob in fünf Kategorien eingeteilt werden konnte: lebenslange Nichtkonsumenten, ehemalige Konsumenten, gelegentliche Konsumenten, moderate Kon-

sumenten (Mengen im Rahmen üblicher Empfehlungen, entsprechend ca. 24 bis 32 g Alkohol täglich), Konsumenten, die zu viel (hier: mehr als empfohlen) Alkoholisches zu sich nahmen.

#### Moderater Konsum punktet erneut bei der Herz- und Gefäßgesundheit

Im Lauf von durchschnittlich sechs Jahren kam es zu knapp 115.000 Erstdiagnosen bzw. Todesfällen. Lebenslange Abstinenzler erlitten im Vergleich zu moderaten Konsumenten signifikant häufiger

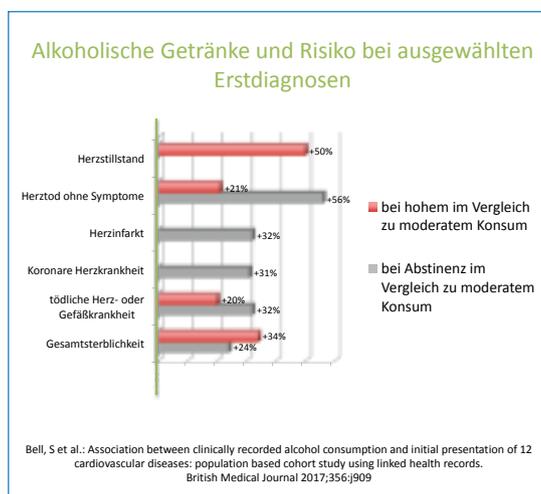
- Herztod ohne vorherige Symptome (+ 56 %),
- akute Herzinfarkte (+ 32 %),
- koronare Herzkrankheit (+ 31%)
- Engegefühle in der Brust (instabile Angina, + 33 %),
- Herzversagen (+ 24 %),
- ischämische Schlaganfälle (+12 %),
- Gefäßkrankungen der Extremitäten (+ 22 %) sowie
- Aussackungen der Bauchaorta (+ 32 %)

Auch Patienten mit einem hohen Konsum alkoholischer Getränke hatten im Vergleich zu jenen mit moderatem Konsum ein höheres Risiko für eine tödliche Herz- oder Gefäßkrankheit (+ 20 %) und eine erhöhte Gesamtsterblichkeit (+ 34 %). Sie erlitten häufiger

- einen Herztod ohne vorherige Symptome (+ 21 %),
- Herzversagen (+ 22 %),
- Herzstillstand (+ 50 %),
- vorübergehende Durchblutungsstörungen (+ 11 %),
- ischämischer Schlaganfall (+ 33 %),
- intrazerebraler Schlaganfall (+ 37 %) und
- periphere Verschlusskrankheit (+ 35 %).

Somit bestätigt auch diese große Studie die bisherigen Daten, wonach sich ein moderater Genuss alkoholischer Getränke günstig auf eine Vielzahl von Herz- und Gefäßkrankheiten und auf die Gesamtsterblichkeit auswirkt.

\* Folgende zwölf Diagnosen wurden erfasst: stabile und instabile Angina pectoris (Brustenge), akute Herzinfarkte, Herztode ohne vorherige Symptome, Herzversagen, plötzlicher Herzstillstand, vorübergehende Durchblutungsstörungen, drei Formen des Schlaganfalls (ischämisch, intrazerebral und subarachnoid) sowie Gefäßkrankheiten der Extremitäten (periphere arterielle Verschlusskrankheiten) und Aussackungen der großen Bauchgefäße (Aneurysmen der abdominalen Aorten)



Das Risiko für einen Herzstillstand unterschied sich dagegen nicht. Insgesamt war das Risiko der Abstinenzler für eine tödliche Herz- oder Gefäßkrankheit um 32 % erhöht, die Gesamtsterblichkeit um 24 %.

Grafik: Deutsche Weinakademie

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

## Gefahr für werdende Mutter und Kind minimieren

### Schwangerschaftsdiabetes: Erst Lebensstiländerung, dann Insulin

**D**iabetes ist eine der häufigsten Komplikationen in der Schwangerschaft, die für die werdende Mutter wie für das ungeborene Kind ein erhöhtes Gesundheitsrisiko darstellt. Daher ist es umso wichtiger, dass jede Schwangere an dem gesetzlichen Screening in der Schwangerschaftsvorsorge teilnimmt und mit der Behandlung nach der Diagnose so früh wie möglich beginnt, um die Gefahr für sich und ihr Kind zu minimieren. „Leider sind betroffene Frauen häufig verunsichert, wieviel Therapie beim Schwangerschaftsdiabetes tatsächlich erforderlich ist“, betont Professor Dr. med. Baptist Gallwitz, Präsident der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG). DDG und Bundesverband Niedergelassener Diabetologen e.V. (BVND) stellen klar, dass die erste Behandlungsmaßnahme in einer Änderung des Lebensstils besteht; diese Haltung teilen auch der Berufsverband der Frauenärzte (BVF) und die Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (DGGG). Ob zusätzlich Insulin gegeben werden muss, um die Risiken für Mutter und Kind in den Griff zu bekommen, müsse genau abgewogen werden.

Beim Schwangerschaftsdiabetes ist der Blutzucker der Mutter entweder ständig oder auch nur ungewöhnlich lange nach den Mahlzeiten erhöht. Die hohe Zuckermenge geht direkt auf das Baby über, das dadurch überernährt wird. Es wächst häufig zu schnell, und sein Stoffwechsel stellt sich schon vor der Geburt auf das ständige Kohlehydrat-Überangebot ein. Die Hormonsituation beim Kind verzögert außerdem die Reifung der Lungenbläschen, sodass vor allem frühgeborene Babys häufiger mit Atemnot zu kämpfen haben und beatmet werden müssen. Außerdem enthält die Fruchtblase oft zu viel Fruchtwasser. Die Gebärmutterwand wird durch das zu große Kind und die hohe Fruchtwassermenge überdehnt, sodass

die Geburt oft um Wochen zu früh beginnt.

Auch für die Mutter ist der Schwangerschaftsdiabetes ein Risiko, denn es entwickelt sich dann häufiger ein hoher bis sehr hoher Blutdruck mit Ödemen, Nierenproblemen und der Neigung zu Krampfanfällen, eine sogenannte Präeklampsie. Auch häufen sich Infektionen der Harnwege, die das Risiko für Frühgeburten zusätzlich erhöhen.

All diese Entwicklungen können von der Frau selbst verhindert werden, betont Dr. med. Christian Albring, Präsident des Berufsverbandes der Frauenärzte (BVF). An erster Stelle stehen eine ausgewogene und ballaststoffreiche Ernährung und der weitgehende Verzicht auf Süßigkeiten und Limonaden, um den Blutzuckerspiegel niedrig zu halten. Außerdem gehören reichliche, möglichst tägliche Bewegung dazu und eine regelmäßige Blutzuckerkontrolle. „Wenn eine Frau diese Maßnahmen entscheidet und konsequent umsetzt, kann sie meist die Gefahren für ihr Baby und für sich abwenden“, so Seelbach-Göbel. „Erst wenn diese Maßnahmen nicht greifen, ist eine Insulintherapie in Betracht zu ziehen, mit der dann auch nicht zu lange zugewartet werden darf, weil es ja gilt, das ständige Überangebot an Zucker von dem Baby so gut es geht fernzuhalten und die Entwicklung von Folgeschäden bei der Mutter zu verhindern“, sagt Dr. med. Nikolaus Scheper, Vorstandsvorsitzender des Bundesverbandes Niedergelassener Diabetologen e.V. (BVND).

Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)  
Geschäftsstelle  
Albrechtstraße 9  
10117 Berlin  
Tel.: 030 3116937-0  
Fax: 030 3116937-20  
E-Mail: [info@ddg.info](mailto:info@ddg.info)  
[www.ddg.info](http://www.ddg.info)

### Bei Basedow-Hyperthyreose vor Behandlung stets weisses Blutbild prüfen

Einer von sieben Patienten weist eine Neutropenie auf, die sich unter Thyreostatika normalisiert

**I**n einer prospektiven Studie wurden von August 2010 bis 2014 konsekutiv 206 Patienten mit frisch diagnostiziertem Morbus Basedow untersucht. Es fanden sich im Blutbild noch vor Beginn jeglicher Therapie in 1 von 7 Fällen (14.1%) eine Neutropenie ( $<2 \times 10^9/L$ ). Diese normalisierte sich in allen Fällen, wenn unter Thyreostatika eine Euthyreose erreicht wurde (1).

Eine initiale Neutropenie fand sich häufiger bei Nicht-Kaukasiern (Südasiaten, Chinesen und Arabern) sowie bei Patienten mit hohen Schilddrüsenhormonspiegeln.

#### Kommentar

Vereinzelt und in kleinen Serien wurde eine Neutropenie bei Morbus Basedow schon beschrieben (2,3), nicht jedoch in einer grösseren, prospektiven Studie wie dieser. Betont muss werden, dass es sich hier um milde Neutropenien gehandelt hat, nicht um Agranulozytosen oder schwere Neutropenien. Auf diese ist vor allem zu Beginn einer antithyreoidalen Therapie sorgfältig zu achten. Später können sich unter Thyreostatika mildere Neutropenien einstellen. Die Autoren diskutieren als Ursache ältere Befunde von antineutrophilen Antikörpern (4,5) oder eine reduzierte Granulopoese bei verminderter Granulozytenreserve des Knochenmarks (6).

Fazit: Immer sofort auch die weissen Blutkörperchen bestimmen; das dürften unsere Kolleginnen und Kollegen aber wohl ohne dies immer tun!

Literaturhinweise erhalten Sie bei:

Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie  
Hopfengartenweg 19  
90518 Altdorf  
Tel.: 09187 / 97 424 11  
Fax: 09187 / 97 424 71  
E-Mail: [dge@endokrinologie.net](mailto:dge@endokrinologie.net)  
[www.endokrinologie.net](http://www.endokrinologie.net)

Neues Konzept in Thailand

## Alzheimer – Demenz

Dem Vergessen vorbeugen  
– wirksame Vorsorge treffen

**G**esundheitstourismus, ein Begriff der sich erst in den letzten Jahren in der Schulmedizin seriös etabliert hat, wird in der Individualmedizin immer mehr zur präventiven aber auch zur therapeutischen Behandlung eingesetzt.

Ein Wachstumsmarkt der von Fachärzten mit hoher Kernkompetenz erkannt wurde und erfolgreich genutzt wird.

Oft sind günstigere Preise, vielfach aber auch renommierte Spezialisten und Kliniken oder einfach nur kürzere Wartezeiten – und all das in Kombination mit wunderbarem Erholungspotential in schönster Umgebung für die Zeit nach dem Eingriff – die treibende Kraft notwendige Behandlungen, ebenso wie ästhetische Eingriffe, im Ausland durchführen zu lassen.

In vielen Fällen bietet sich die Inanspruchnahme ausländischer Spezialisten an, gerade wenn es um persönliche Beratung des Patienten geht, die die bio-physio-soziale Einmaligkeit in den Vordergrund stellt.

Ein Beispiel dafür ist das Amatara Well-



Diverse Untersuchungen führen zu individualisierten Empfehlungen zur Verbesserung der Gehirngesundheit

ness Resort, das mit dem Bangkok Hospital's Brain Health Institute (BDMS) ein weltweit einzigartiges, innovatives Konzept zur Gesundheitsvorsorge entwickelt hat. Im Fokus des neuen Präventionsprogrammes steht unser wichtigstes Organ, das Gehirn. Die Zielsetzung ist die Vermeidung von Zivilisationskrankheiten wie Alzheimer und Demenz.

Wenn es um Gewichts-Management oder die Risikominimierung in Bezug auf Krankheiten wie Diabetes und Herzleiden geht, ist vielen schon bewusst, wie relevant eine gesunde Lebensweise ist. Das Brain Health Programm wurde für gesundheitsbewusste Menschen aller Altersklassen entwickelt, die mehr darüber erfahren möchten, wie die Optimierung von Lebensstil, Schlafhygiene und Ernährung zudem helfen kann, die Gehirngesundheit zu verbessern und bis ins hohe Alter zu erhalten. Wahrnehmung, Durchblutung, Gedächtnisleistung und viele weitere Parameter, die eine Steigerung der Leistungsfähigkeit des Zentralnervensystems bewirken können, sind - durch im Brain Health Verfahren ermittelte - individuelle Empfehlungen steuerbar. Analog zum übergeordneten Ziel, der Prävention von Alzheimer, ist das Brain Health Programm vor allem für all jene besonders empfehlenswert, in deren Familie bereits Alzheimer Erkrank-



Individualmedizinische Konzepte stellen die bio-physio-soziale Einmaligkeit des Patienten in den Vordergrund



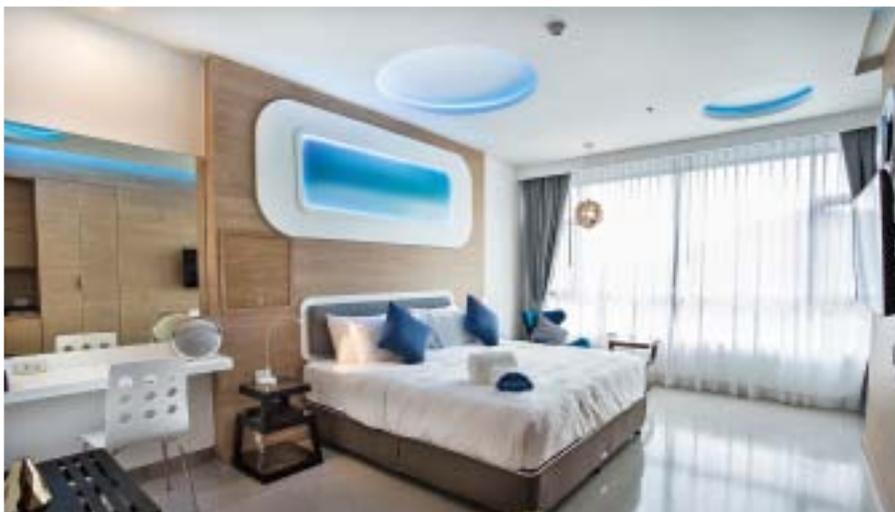
Bangkok Hospital's Brain Health Institute (BDMS)

kungen aufgetreten sind. Ebenso von höchster Relevanz ist eine auf die Förderung der Gehirngesundheit abgestimmte Lebensweise für Personen, deren Alltag ein hohes Stresslevel mit sich bringt.

Das Brain Health Program beginnt mit einem dreitägigen Aufenthalt im BDMS währenddessen die Teilnehmer von medizinischen Fachkräften durch eine Serie von Tests und Untersuchungen geleitet werden. Zwischen den Tests werden köstliche und gesunde, auf die individuelle Konstitution abgestimmte, Mahlzeiten serviert. Zudem ist die Übernachtungsmöglichkeit so gestaltet, dass ideale Schlafbedingungen herrschen und es steht ein persönlicher Assistent zur Verfügung, der die Patienten durch das Pro-



Strand des Amatara Wellness Resorts (Cape Panwa Region, Phuket, Thailand)



Ideale Schlafbedingungen unterstützen die Optimierung der persönlichen Schlafhygiene

gramm führt und Anleitung in Stress-Management und Meditation bietet.

Auf die Zeit im BDMS folgt ein Aufenthalt von fünf Nächten im Amatara Wellness Resort auf Phuket in der Cape Panwa Region mit atemberaubendem Ausblick auf das Andamanische Meer. Durch die Partnerschaft von Krankenhaus und Resort ist gewährleistet, dass die Lifestyle- und Ernährungsempfehlungen, die in den Tests auf die individuelle Konstitution jedes einzelnen Teilnehmers abgestimmt wurden, Eingang finden in den luxuriösen Wellness-Urlaub. Fixer Bestandteil des

Brain Health-Programms ist ein verjüngendes Wellness-Programm, zusammengesetzt aus Komponenten wie Bewegung, Spa-Behandlungen, gesunder Ernährung und einem Achtsamkeitstraining.

Mit Abschluss dieses ganzheitlichen, individualisierten, medizintouristischen Programms fühlen die Teilnehmer sich verjüngt und kehren zurück nach Hause voller Inspirationen zur Förderung und langfristigen Wahrung der Gehirngesundheit im Alltag.

Das Amatara Wellness Resort – Phukets

erstes und einziges Luxus-Destination Spa – bietet Urlaubern zudem einen perfekten Ausgangspunkt um in Verlängerungswochen Land, Leute und die Thailändische Religion, Kultur und Lebensweise kennenzulernen. Auf Wunsch sind auch weitere Wellness Packages wie etwa Weight Management oder Detox buchbar.

Tourismus und Gesundheitsprävention schließen sich nicht aus, sie ergänzen einander zum Wohle der Patienten.

Fotos: Amatara Wellness Resort & Bangkok Hospital's Brain Health Institute (BDMS)

Alle Informationen zum Programm und Buchungsmöglichkeiten sind unter folgendem Link abrufbar: [www.amataraphuket.com/wellness-programs/brain-health-enhancement.html](http://www.amataraphuket.com/wellness-programs/brain-health-enhancement.html)



Ein sportlicher Lifestyle fördert die Gehirngesundheit

## Beim Sterben helfen

### Was ist rechtens?

**D**ie moderne Apparatemedizin, künstliche Beatmung und Ernährung können Menschen am Leben halten. Das ist ein Segen, wenn die Maßnahmen vorübergehend durchgeführt werden und Hoffnung auf Genesung besteht. Aber für Menschen, die sterben wollen, ist es ein Fluch. Wenn Technik friedliches Sterben verhindert, stellt sich die Frage nach Möglichkeiten und Grenzen von Sterbehilfe.

Das Thema „Sterbehilfe“ steht dabei stets im Spannungsfeld zwischen dem verfassungsrechtlich garantierten Recht eines jeden Menschen, über sein Leben und dessen Ende selbst zu bestimmen und dem ebenso geschützten Recht auf Leben, welches eine gezielte Lebensverkürzung nicht zulässt.

#### Echte Sterbehilfe

Die von Ärzten und Pflegenden stets zu gewährleistende Basisbetreuung umfasst unter anderem menschenwürdige Unterbringung, Körperpflege, Linderung von Schmerzen sowie Stillen von Hunger und Durst. Verbleibt es bei der beschriebenen ärztlichen und pflegerischen Versorgung ohne jeden Eingriff in den Sterbeprozess, spricht man von „Hilfe beim Sterben“ oder „echter“ Sterbehilfe. Diese ist selbstverständlich erlaubt und straflos.

#### Indirekte Sterbehilfe

Die „indirekte Sterbehilfe“ betrifft Fälle, in denen der Arzt dem Patienten medizinisch indizierte Medikamente gibt, wie z.B. Morphium, um anders nicht zu bekämpfende starke Schmerzen zu stillen, obgleich er deren lebensverkürzende Wirkung als Nebenwirkung voraussieht und hinnimmt. Eine gesetzliche Regelung zur Zulässigkeit indirekter Sterbehilfe gibt es nicht. In der Rechtsprechung ist jedoch anerkannt, dass die Ermöglichung eines Todes in Würde und Schmerzfreiheit ein höherwertiges Rechtsgut ist als die Aus-

sicht, unter schwersten Schmerzen noch kurze Zeit länger leben zu müssen. Einem Kranken dürfen demnach in der letzten Phase seines Lebens schmerzstillende Medikamente in Übereinstimmung mit dem Patientenwillen selbst dann verabreicht werden, wenn diese als unbeabsichtigte, aber in Kauf genommene unvermeidbare Nebenfolge den Todesertritt beschleunigen.

#### Passive Sterbehilfe

Stellt die Lebensverkürzung hingegen das Ziel einer medizinischen Intervention dar, ohne dass der Tod früher als bei natürlichem Verlauf herbeigeführt wird, liegt ein Fall „passiver“ Sterbehilfe vor. Zum Zeitpunkt der Entscheidung über Fortführung oder Abbruch lebenserhaltender Maßnahmen befinden sich die Patienten in der Regel nicht in der (finalen) Sterbephase. Es ist gefestigte Rechtsprechung, dass auch in Fällen, in denen der Sterbevorgang noch nicht eingesetzt hat, der Behandlungsabbruch als Ausdruck der allgemeinen Entscheidungsfreiheit und des Rechts auf körperliche Unversehrtheit des Patienten grundsätzlich anzuerkennen ist.

#### Patientenverfügung

Die mittlerweile am häufigsten genutzte Möglichkeit, seinen Willen bereits vor Eintritt einer Entscheidungssituation ausdrücklich zu erklären, ist die Abfassung einer Patientenverfügung. Seit dem 1. September 2009 gilt die entsprechende gesetzliche Regelung der §§ 1901a ff. BGB. Danach können Volljährige in einer schriftlichen Patientenverfügung im Voraus festlegen, ob und wie sie ärztlich behandelt werden wollen, wenn sie ihren Willen nicht mehr selbst äußern können. Ärzte, vom Gericht bestellte Betreuer und per Vorsorgevollmacht eingesetzte Bevollmächtigte sind an die Patientenverfügung gebunden. Nach Prüfung, ob die Festlegungen in der Patientenverfügung

der aktuellen Lebens- und Behandlungssituation entsprechen, haben Betreuer oder Bevollmächtigte den Willen des Betroffenen gegenüber jedermann zur Geltung zu bringen.

#### Mutmaßlicher Patientenwille

Hat der Betroffene keine Patientenverfügung verfasst oder treffen die Festlegungen nicht die aktuelle Situation, muss der Betreuer oder Bevollmächtigte unter Beachtung des mutmaßlichen Patientenwillens entscheiden, ob er in den geplanten Behandlungsabbruch oder die Nichtaufnahme lebensverlängernder Maßnahmen einwilligt. Die Ermittlung des mutmaßlichen Willens erfolgt im Hinblick auf den Vorrang des Selbstbestimmungsrechts des Bewohners in erster Linie aus dessen persönlichen Umständen und individuellen Interessen. Die geprüfte mutmaßliche oder ausdrückliche Einwilligung des Betroffenen umfasst nicht nur den Behandlungsabbruch durch bloßes Unterlassen. Auch das aktive Beenden einer nicht mehr gewollten Behandlung bleibt straflos.

#### Aktive Sterbehilfe

Von den geschilderten straflosen Varianten der Sterbehilfe ist der Fall zu unterscheiden, dass eine aktive Lebensverkürzung stattfindet, der Tod also früher herbeigeführt wird als bei natürlichem Verlauf. Wer eine solche Handlung allein oder gemeinschaftlich mit anderen vornimmt, macht sich strafbar. Hat der Betroffene zuvor seine Tötung ausdrücklich und ernstlich verlangt, kommt Strafbarkeit wegen Tötung auf Verlangen gemäß § 216 StGB mit einem Strafrahmen bis zu fünf Jahre Freiheitsstrafe in Betracht.

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

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

## Deutsche Hochdruckliga schreibt Wissenschaftspreise aus

**D**ie Deutsche Hochdruckliga e. V. DHL® – Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention startet 2017 wieder eine neue Ausschreibungsrunde ihrer Wissenschaftspreise für hervorragende wissenschaftliche Original- und Promotionsarbeiten zum Thema Bluthochdruck. Bewerber können ihre Arbeiten bis 11. Juli beziehungsweise 15. August 2017 einreichen. Die Preisverleihung findet im Rahmen des 41. Wissenschaftlichen Jahreskongresses der Deutschen Hochdruckliga vom 10. bis 11. November 2017 in Mannheim im Rosengarten statt. Er wird in diesem Jahr gemeinsam mit der 11. Herbsttagung der Deutschen Diabetes Gesellschaft veranstaltet und steht unter dem Motto „Volkskrankheiten Diabetes und Bluthochdruck: vorbeugen, erkennen, behandeln“.

Durch die Verleihung von Wissenschaftspreisen, Forschungspreisen und Stiftungsprofessuren hat sich die DHL® als wichtigste Förderinstitution im Bereich der Hypertonieforschung in Deutschland etabliert. „Der Forschung zu neuen Therapiestrategien und Präventionsmaßnahmen misst die Hochdruckliga eine große Bedeutung im Kampf gegen die Volkskrankheit Bluthochdruck bei“, erklärt Professor Dr. med. Bernhard Krämer, DHL®-Vorstandsvorsitzender aus Mannheim. „Um die Prävention, Diagnose und Therapie bei der arteriellen Hypertonie weiter voranzutreiben, ist es uns daher ein Anliegen, den wissenschaftlichen Nachwuchs durch die Preise zu motivieren und hervorragende Leistungen anzuerkennen“, erläutert Professor Krämer.

Mit dem Dieter-Klaus-Förderpreis für die Hochdruckforschung zeichnet die Deutsche Hypertonie Stiftung DHS® Arbeiten auf dem Gebiet der experimentellen, der klinischen oder der epidemiologischen Hochdruckforschung aus. Bewerber können sich Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus Europa mit bislang

unveröffentlichten beziehungsweise nicht vor dem 10. November 2016 veröffentlichten (Gemeinschafts-) Arbeiten bis zum vollendeten 40. Lebensjahr.

Der Forschungspreis Dr. Adalbert Buding richtet sich an Ärztinnen und Ärzte aus dem deutschsprachigen Raum, die neue Erkenntnisse in der Bluthochdruckforschung gewonnen haben, die ebenfalls noch unveröffentlicht sind beziehungsweise nicht vor dem 10. November 2016 erschienen sind. Auch hier sollten die Forschenden nicht älter als 40 Jahre sein. Gemeinschaftsarbeiten sind zugelassen.

Der Förderpreis der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL® für Sport und nicht-medikamentöse Therapie bei Bluthochdruck zeichnet herausragende Forschungsprojekte im Themenfeld Sport, nicht-medikamentöse Therapie und Hypertonie aus. In Frage kommen zudem Initiativen oder Projekte aus der Öffentlichkeitsarbeit, Selbsthilfegruppen oder innovative Therapiekonzepte. Voraussetzung für eine Bewerbung ist, dass noch keine Auszeichnung erfolgt ist.

Erstmals vergibt der Vorstand der Deutschen Hochdruckliga in diesem Jahr einen Förderpreis für vorbildliche Projekte zur Verbesserung der Therapietreue von Hypertonikern. Ausgezeichnet werden herausragende Projekte, die dieses Ziel verfolgen, ebenso Initiativen, Aktivitäten in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Selbsthilfegruppen und innovative Therapiekonzepte. Die eingereichte Arbeit darf ebenfalls nicht schon anderweitig ausgezeichnet sein.

Mit den „Best of ...“ Preisen prämiert die DHL® die besten freien Vorträge sowie die besten Poster auf dem 41. Wissenschaftlichen Kongress. Teilnehmen kann, wer das 35. Lebensjahr noch nicht vollendet hat. Die Abstracts können bis zum 11. Juli 2017 online eingereicht werden unter [www.hypertonie2017.de](http://www.hypertonie2017.de) bzw. [www.herbsttagung-ddg.de/programm/abstracts.html](http://www.herbsttagung-ddg.de/programm/abstracts.html). Die Einreicher der besten Poster und freien Vorträge werden bis Mitte August 2017 ermittelt und zu einer „Best of...“ Session auf den Kongress eingeladen. Die Einladung ist mit einem Reisestipendium verbunden. Die drei besten Poster beziehungsweise Vorträge erhalten nach der Session einen „Best of...“ Preis. Alle angenommenen Abstracts werden, soweit gewünscht, zitierfähig in der Zeitschrift „Medizinische Welt“ vom Schattauer Verlag, Stuttgart, veröffentlicht, sofern sie bis zum 11. Juli 2017 eingereicht werden. Daneben werden weitere Posterpreise vergeben, die nicht finanziell dotiert sind.

Darüber hinaus vergibt die DHL® bereits zum fünfzehnten Mal Reisestipendien im Rahmen des Young Investigator Award an Abstract-Einreicher im Vorfeld des Jahreskongresses. Abstracts können von Wissenschaftlern bis zum vollendeten 35. Lebensjahr bis zum 21. September 2017 ebenfalls online unter [www.hypertonie2017.de](http://www.hypertonie2017.de) bzw. [www.herbsttagung-ddg.de/programm/abstracts.html](http://www.herbsttagung-ddg.de/programm/abstracts.html) eingereicht werden.

Zusätzlich zu den Preisen, für die Interessierte sich bewerben können, vergibt die Deutsche Hochdruckliga noch den Franz-Gross-Wissenschaftspreis. Dieser Ehrenpreis wird für besondere Verdienste auf dem Gebiet der Hochdruckforschung auf Beschluss des Vorstands verliehen. Eine Bewerbung dafür ist nicht möglich. Die Auswahlverfahren für die ausgeschriebenen Preise sind kompetitiv und die Begutachtung erfolgt durch ein unabhängiges Expertengremium. Die Unterlagen müssen bis zum 11. Juli beziehungsweise 15. August 2017 in der Geschäftsstelle der DHL®, Berliner Straße 46, 69120 Heidelberg, vorliegen beziehungsweise online eingereicht werden.

Zusätzlich zu den Preisen, für die Interessierte sich bewerben können, vergibt die Deutsche Hochdruckliga noch den Franz-Gross-Wissenschaftspreis. Dieser Ehrenpreis wird für besondere Verdienste auf dem Gebiet der Hochdruckforschung auf Beschluss des Vorstands verliehen. Eine Bewerbung dafür ist nicht möglich. Die Auswahlverfahren für die ausgeschriebenen Preise sind kompetitiv und die Begutachtung erfolgt durch ein unabhängiges Expertengremium. Die Unterlagen müssen bis zum 11. Juli beziehungsweise 15. August 2017 in der Geschäftsstelle der DHL®, Berliner Straße 46, 69120 Heidelberg, vorliegen beziehungsweise online eingereicht werden.

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®  
Deutsche Gesellschaft für  
Hypertonie und Prävention  
Berliner Str. 46  
69120 Heidelberg  
Telefon: 0 62 21 / 5 88 55-0  
Telefax: 0 62 21 / 5 88 55-25  
E-Mail: [info@hochdruckliga.de](mailto:info@hochdruckliga.de)  
[www.hochdruckliga.de](http://www.hochdruckliga.de)

## Funktionelle Herzbeschwerden und Insomnien

Physiologische Rhythmen und Schlafqualität sind eng miteinander gekoppelt

**E**rkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems wie auch Schlafstörungen gehören zu den häufigsten Beschwerden der heutigen Zeit. Sie treten in vielen Fällen gemeinsam auf oder bedingen sich gar gegenseitig. Oft klagen Patienten mit funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden nicht nur über Palpitationen, Tachykardie, vasovagale Synkopen, Schwindel und ein Engegefühl in der Brust, sondern auch über Ein- und Durchschlafstörungen. Andererseits stellen länger andauernde Schlafstörungen ein nicht unerhebliches Risiko für Folgeerkrankungen dar, die sich häufig im kardiologischen Bereich manifestieren.

Ursächlich spielen bei beiden Beschwerdebildern Stress und die dadurch bedingte innere Anspannung sowie eine unrythmische Lebensführung (z. B. Schichtarbeit) eine entscheidende Rolle.

### Neue Erkenntnisse zu Cardiodoron® – Rhythmusstärkende Medikation hilft bei Schichtarbeit in besonderem Maße

Der Zusammenhang zwischen Schlafmangel und physischer wie psychischer Gesundheit war und ist Gegenstand vieler Untersuchungen. Die wichtigsten Ergebnisse: Menschen mit einer verkürzten Schlafdauer von unter 6 Stunden weisen ein erhöhtes Risiko für das Auftreten eines metabolischen Syndroms und für kardiovaskuläre Erkrankungen auf. Insomnien sind Risikofaktoren vor allem für psychische Erkrankungen, insbesondere für Depressionen.

Dass funktionelle Herz-Kreislauf-Beschwerden zu Störungen des Schlafs füh-

ren können und dass deren Behandlung zu einer Verbesserung der Schlafqualität beiträgt, bestätigt eine prospektive, multizentrische Beobachtungsstudie mit Cardiodoron®. Diese Studie hatte unter anderem das interessante Ergebnis erbracht, dass 67 % der insgesamt 501 Patienten gleichzeitig unter funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und Schlafstörungen litten.

Die 380 Patienten mit Schlafstörungen aus diesem Gesamtkollektiv wurde in einer Subgruppenanalyse gesondert betrachtet. Sie nahmen nach einer Aufnahmeuntersuchung für 90 Tage Cardiodoron®-Tropfen ein, darauf erfolgte eine Abschlussuntersuchung. Sofern das Medikament weiter verordnet wurde, konnte nach nochmals 90 Tagen ein Follow-up dokumentiert werden. Neben 30 ärztlicherseits bewerteten Symptomen (Herz- und Kopfschmerzen, Palpitationen, Nervosität, Reizbarkeit, Depressivität, Stimmungsschwankungen, Antriebsschwäche etc.) beurteilten die Patienten ihr Befinden mittels Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) nach Buysse und der Beschwerden-Liste nach v. Zerssen. Unter der Cardiodoron®-Therapie gingen bei guter Verträglichkeit sowohl die Ausprägung der Schlafstörungen um 65 % als auch die erfassten 30 Symptome um 59 % deutlich zurück. Weiterhin reduzierten sich der PSQI und der Gesamtwert der Beschwerden-Liste signifikant um 60 % bzw. 56 %.

Besonders auffällig war, dass Patienten, deren Schlafstörungen auf außergewöhnliche Arbeitszeiten zurückzuführen waren, stärker von der Einnahme von Cardiodoron® profitierten als Patienten mit Schlafstörungen anderer Genese. „Die Unterstützung rhythmischer Prozesse

im menschlichen Organismus durch Cardiodoron® scheint dabei besonders hilfreich zu sein“, so Studienleiterin Dr. Claudia Rother. „Hervorzuheben – weil nicht selbstverständlich – ist auch die sehr gute Verträglichkeit des Arzneimittels, das sich in dieser Hinsicht von den meisten allopathischen Kardiaka und Schlafmitteln positiv abhebt.“

### Cardiodoron® – Basistherapie bei Herz-Kreislauf-Beschwerden

Alle Cardiodoron®-Rezepturen enthalten Zubereitungen aus Eselsdistel (*Onopordum acanthium*), Frühlingsprimel (*Primula veris*) und Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*). Sie werden gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis eingesetzt – bei Störungen vegetativer Rhythmen und ihrer Koordination und vor allem bei funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden, Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen, Dyskardien und orthostatischen Dysregulationen. Vielfältige Berichte aus der Praxis zeigen, dass stressbedingte, rein funktionelle Störungen ohne Organbefund gut und schonend damit therapiert werden können.

- Langjährig bewährtes pflanzliches Arzneimittel bestehend aus Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger* L.), Eselsdistel (*Onopordum acanthium* L.) und Frühlings Schlüsselblume (*Primula veris* L.).
- Zur Unterstützung der vegetativen Rhythmen und ihrer Koordination, vor allem bei Herzrhythmusstörungen, Schlafstörungen, Dyskardien und orthostatischen Dysregulationen sowie bei funktionellen Herz- und Kreislaufstörungen während und nach Infektionskrankheiten.
- Sehr gut verträglich.
- Verschreibungspflichtig.
- Darreichungsformen: Cardiodoron® Dilution (Tropfen), Cardiodoron® Rh Tabletten

[www.weleda.de](http://www.weleda.de)

## Orphan Drugs

# Wenn Patienten 200 Kilometer reisen müssen

**W**ieder hat die Europäische Arzneimittelagentur (EMA) drei Medikamente gegen seltene Erkrankungen zur Zulassung empfohlen. Eines ist für die Therapie einer seltenen Krebsart bestimmt, ein weiteres kommt bei Hämophilie B zum Einsatz und letzteres behandelt eine chronische Entzündung der Blasenwand, die interstitielle Zystitis. Im Pharma Fakten Interview erklärt Martina Ochel, wie groß die Herausforderungen bei der Entwicklung von Orphan Drugs weiterhin sind. Als Geschäftsführerin von Sanofi Genzyme verantwortet sie u.a. den Bereich der seltenen Erkrankungen.

### Was unterscheidet die Entwicklung von Medikamenten gegen „normale“ Erkrankungen von der Entwicklung gegen seltene Erkrankungen?

Martina Ochel: Anders als vielfach behauptet unterliegen Medikamente gegen seltene Erkrankungen, die „Orphan Drugs“, den gleichen Kriterien hinsichtlich Qualität, Sicherheit und Wirksamkeit wie alle anderen „normalen“ Arzneimittel. Orphan Drugs müssen neben diesen ohnehin hohen Ansprüchen vor der Zulassung aber noch weitere Hürden meistern. Meist fehlt es allerdings an Wissen über die Krankheit. Daraus ergibt sich im Hinblick auf die Durchführung von Studien die Schwierigkeit, die richtige Fragestellung und klinische Endpunkte festzulegen. Die Entwicklung eines Medikaments für die „Seltenen“ ist aufwendig und teuer.

Seltene Erkrankungen sind oft noch nicht vollständig erforscht. In vielen Fällen existiert daher noch kein oder nur ein geringes Verständnis für die Erkrankung. Hinzu kommt, dass die „Seltenen“ oft durch eine sehr heterogene Symptomatik charakterisiert sind. Das macht es auch nahezu unmöglich, einen therapeutischen Ansatz zur Entwicklung eines phar-

mazeutischen oder biotechnologischen Medikaments auszumachen.

Zudem steht zur Beantwortung der Fragestellung nur eine geringe Anzahl an Patienten zur Verfügung, da nur wenige betroffen und davon viele noch nicht diagnostiziert sind. Auch findet man vergleichsweise wenige Experten. Das bedeutet: Es gibt nur wenige Studienzentren und pro Studienzentrum nur wenige Studienteilnehmer. Daher müssen in nahezu allen Fällen mehrere Zentren in Europa – manchmal sogar darüber hinaus – in eine Studie eingebunden werden, um statistisch aussagekräftige und verwertbare Ergebnisse erzielen zu können. Es gilt deshalb, eine Studie gegen eine seltene Erkrankung besonders smart zu planen, um trotz der wenigen Patienten, die zudem geographisch weit verteilt sind, eine hohe Aussagekraft zu gewährleisten.

### Haben Sie ein Beispiel?

Ochel: In einem Fall einer seltenen Erkrankung, die auch Säuglinge und Kleinkinder betrifft, hatten wir vier Wirkstoffe parallel entwickelt und getestet. Ziel war es, aus den Ansätzen die vielversprechendste Therapie auszuwählen, mit der die Erkrankung nicht nur symptomatisch, sondern ursächlich behandelt werden kann. Schließlich konnten für einen der Wirkstoffe erste positive Wirksamkeits- und Verträglichkeitsdaten gezeigt und veröffentlicht werden – 150 Jahre nach Entdeckung der Erkrankung ein wichtiger Schritt. Schon bei Studienbeginn bestand die Herausforderung darin, genügend diagnostizierte und den Studienkriterien entsprechende Säuglinge innerhalb eines Zeitfensters von zwei Monaten zu finden. Hinzu kam ein hoher logistischer Aufwand, da es in Europa nur zwei Studienzentren gab. Weil die Kleinkinder nicht alleine verreisen konnten, mussten die Mütter und Geschwisterkinder, in einigen Fällen auch die gesamte Familie für die Dauer der Studie übersiedelt werden. Es

galt hier nicht nur Unterkünfte, sondern auch Kindertagesstätten und Schulen für die Geschwister zu finden. Auch später nach Zulassung war die Logistik erstmal herausfordernd, denn zu der Zeit gab es noch kaum Experten oder Zentren für diese seltene Erkrankung in Deutschland und die Familien mussten für Untersuchungen teilweise 200 km und mehr fahren.

### Woran liegt es, dass wir jetzt viel mehr Zulassungen von Orphan Drugs sehen?

Ochel: Ein Grund sind sicher die bahnbrechenden Erkenntnisse im Bereich der Grundlagen- und Genforschung der letzten Jahrzehnte. Sie haben ganz neue therapeutische Ansatzpunkte mit sich gebracht und somit auch die Arzneimittelentwicklung maßgeblich gefördert. Gerade im Bereich der seltenen Erkrankungen, wo Patienten und Experten häufig geographisch weit verstreut sind, hat die breite Verfügbarkeit von Internet und E-Mail eine wichtige Rolle gespielt. Schließlich bietet das die Möglichkeit, sich schnell und ohne großen Aufwand zu informieren, auszutauschen, Erfahrungen zu teilen, sich zu vernetzen, und so Wissen über seltene Erkrankungen zu sammeln und vermehren.

Ein wichtiger Schritt zur Förderung der Entwicklung von Orphan Drugs war zudem der Orphan Drug Act, der 1983 in den USA in Kraft trat. Die Europäische Union folgte siebzehn Jahre später, im Jahr 2000, mit der Verabschiedung der EU-Verordnung über Arzneimittel für seltene Leiden. Damit können Projekte zur Arzneimittelentwicklung gegen schwerwiegende Krankheiten, von denen maximal einer von 2.000 EU-Bürgern betroffen ist, unter bestimmten Bedingungen einen Orphan Drug-Status erhalten. Er beinhaltet z.B. eine punktuelle finanzielle Förderung sowie 10 Jahre Marktexklusivität und fördert so die Realisierung

der teuren und aufwendigen Arzneimittelentwicklung. Die Kosten, die von der Entwicklung bis zur Marktreife entstehen, kann das aber nicht auffangen. Dennoch gibt es inzwischen rund 15 Neuzulassungen im Bereich Orphan Drugs pro Jahr.

## Sind damit die Grundlagen geschaffen, um auch weiterhin Orphan Drugs zu entwickeln?

Ochel: Bislang sind ca. 8.000 seltene Erkrankungen bekannt – demgegenüber stehen circa 130 zugelassene Arzneimittel. Damit gibt es trotz der steigenden Zahl an Neuzulassungen erst für gut ein Prozent der Seltenen Erkrankungen zugelassene Therapien. Das zeigt: Es müssen weitere stabile und innovationsfreundliche Rahmenbedingungen geschaffen werden, um Menschen mit seltenen Erkrankungen helfen zu können.

Auch Diagnose und Versorgung von Menschen mit seltenen Erkrankungen

müssen verbessert werden und sich an den konkreten Bedürfnissen der Patienten ausrichten. Mit dem Nationalen Aktionsbündnis für Menschen mit seltenen Erkrankungen (NAMSE) hat die Politik ein wichtiges Projekt ins Leben gerufen. Als Koordinierungs- und Kommunikationsgremium bündelt es das Engagement aller Beteiligten für eine optimierte Patientenversorgung. Insgesamt passiert so schon einiges, aber weitere Anstrengungen sind dringend nötig. Aus unserer über 30-jährigen Erfahrung wissen wir: Nur in Zusammenarbeit aller Beteiligten können wir das Leben der Betroffenen verbessern und Patienten neue Hoffnung geben.

## Wer entscheidet eigentlich darüber, ob ein Medikament Orphan-Drug-Status erhält? Die Industrie? Die Behörden?

Ochel: Die Entscheidung über den Antrag auf Orphan Drug-Status trifft die Behör-

de. In Europa ist das das bei der europäischen Arzneimittelagentur EMA speziell eingesetzte Committee for Orphan Medicinal Products (COMP).

Ein Medikament erhält den Orphan-Status von der Europäischen Kommission nur dann, wenn die Krankheit selten ist und das Arzneimittel voraussichtlich einen signifikanten therapeutischen Nutzen für die betroffenen Patienten aufweist. Dies wird unmittelbar vor der Zulassung von der EMA durch das COMP erneut überprüft. Ist die Krankheit zu diesem Zeitpunkt nicht mehr selten oder besteht der Zusatznutzen für die betroffenen Patienten bei der Zulassung nicht mehr, so wird dem Arzneimittel noch vor der Zulassung der Orphan-Status aberkannt.

[www.pharma-fakten.de](http://www.pharma-fakten.de)

## App zur Zeckenvorsorge

### Mit ZeckTag der Zecke einen Schritt voraus sein

**W**as ist da schöner als ein Ausflug in die Natur, um die ersten Frühblüher zu sichten? Doch Vorsicht, auch Zecken lauern im Frühling auf Beute. Die kleinen Parasiten können gefährliche Krankheitserreger übertragen, zum Beispiel FSME-Viren oder Borrelien. Zwar hat man zum ersten Frühlingsspaziergang vielleicht nicht immer eine Zeckenkarte zur Zeckentfernung und Desinfektionsspray dabei, dafür aber mit Sicherheit das Smartphone. Und dafür gibt es jetzt eine Zeckenapp. Mit ZeckTag ist jeder gut auf Zecken vorbereitet. Der Zeckenwarner zeigt auf den ersten Blick, wie hoch am aktuellen Standort das Zeckenrisiko ist. Außerdem bietet ZeckTag Infos zu Vorsorgemaßnahmen, Tipps zur Soforthilfe bei einem Zeckenstich sowie ein Stichtagebuch.

Schon beim Öffnen der App ZeckTag lässt sich das Risiko eines Zeckenstichs ganz leicht abschätzen: Ist sie rot, sind Zecken aktiv. Ist sie grün, ist es nicht warm genug für die Jagdaktivitäten der Zecke. Denn erst, wenn draußen sieben Grad und mehr sind, wartet der blutsaugende Parasit auf ein Opfer. Die Außentemperatur und die Witterungsbedingungen kann man übrigens ebenfalls direkt im Zeckenbarometer ablesen. Doch ZeckTag kann noch mehr. Zum einen liefert die App kurz und knapp die wichtigsten Infos rund um Zecken sowie Irrtümer, die über das nur wenige Millimeter große Spinnentier kursieren. Aber es sind auch Tipps zu Vorsorge und Entfernung einer Zecke hinterlegt.

Wenn eine Zecke zugestochen hat, ist

es wichtig, sie schnellstmöglich zu entfernen und die Einstichstelle noch mehrere Wochen auf Veränderungen hin zu beobachten. Zeigen sich Rötungen oder Schwellungen oder treten womöglich Fieber und Gliederschmerzen auf? Hierfür hält ZeckTag das Stichtagebuch bereit, in dem einfach der Zeitpunkt des Zeckenstichs festgehalten wird. Zudem können im Stichtagebuch Notizen und Bilder hinterlegt werden. Denn oft denkt man bei Beschwerden gar nicht mehr an den kleinen Stich von vor ein paar Wochen, für den Arzt wäre diese Information aber essenziell: „Unser Fokus lag bei der Entwicklung der App ganz klar auf dem Aspekt der Vorsorge. Denn gerade Naturliebhaber sind viel unterwegs und haben nur minimale Ausrüstung dabei. Das Smartphone fehlt allerdings nur selten -

für Notrufe oder eben eine kleine Notiz im Stichtagebuch der Zeckenapp.



Das aus dem Englischen stammende Wörtchen „tag“ bedeutet so viel wie Zeichen, Etikett oder Auszeichnung. ZeckTag ermöglicht es herauszufinden, ob es aktuell wahrscheinlich ist, einer Zecke ausgesetzt zu sein. Denn wenn Zecken aktiv sind, besteht die Gefahr eines Stichs und damit der Übertragung von Krankheitserregern. Als Basis dafür nutzt ZeckTag Wetterdaten sowie die sogenannten FSME-Risikogebiete, die jedes Jahr vom Robert Koch-Institut definiert werden. FSME ist die Abkürzung für Frühsommer-Meningoenzephalitis. FSME-Viren sind nur ein Krankheitserreger unter 50, die von Zecken beim Stechen übertragen werden können. Eine FSME-Virusinfektion kann zu einer Entzündung der Hirnhaut und des zentralen Nervensystems führen und schwere Langzeitschäden wie Gehbehinderungen oder Sprachstörungen nach sich ziehen. In Deutschland zählen beispielsweise weite Teile Bayerns und Baden-Württembergs als FSME-Risiko-

gebiete, ebenso Regionen in Hessen und Thüringen.

Ein Zeckenstich lässt sich mit einigen wenigen Tricks ganz gut vermeiden: Lange Kleidung erschwert den Zugang zu freier Haut - Zecken stechen gern in dünne und gut durchblutete Hautstellen wie Kniekehle, Nacken oder Bauch. Möglichst helle Kleidung sorgt dafür, dass die braunschwarzen Klettermaxe sich besser abheben und so leichter abgesammelt werden können, bevor sie zustechen. Chemische Duftstoffe, sogenannte Repellents, werden auf die Haut aufgetragen und verringern die Stechlust der Zecken. Und außerdem empfiehlt es sich, den eigenen Körper gründlich nach Zecken abzusuchen, wenn man draußen war. Zusätzlich kann eine Impfung gegen FSME dazu beitragen, das Risiko einer Virusinfektion nach einem Zeckenstich zu verringern.

ZeckTag ist rund 161 MB groß, funktioniert auf allen mobilen Endgeräten und ist ab sofort kostenlos im App Store ([www.itunes.apple.com/de/app/zecktag/id1205467087?mt=8](http://www.itunes.apple.com/de/app/zecktag/id1205467087?mt=8)) und im Google Play Store ([www.play.google.com/store/search?q=zecktag&c=apps&hl=de](http://www.play.google.com/store/search?q=zecktag&c=apps&hl=de)) erhältlich.

Informationen rund um Zecken und die optimale Vorsorge: [www.zecken.de](http://www.zecken.de)

Eine Website zu Zecken speziell für Kinder und Eltern: [www.zeckenschule.de](http://www.zeckenschule.de)

Besuchen Sie uns auf facebook: [www.facebook.com/zecken.de](http://www.facebook.com/zecken.de)

Vorsorge für Naturbegeisterte – eine Selbstverständlichkeit: [www.leidenschaftnatur.de](http://www.leidenschaftnatur.de)

*obs/Quelle: Pfizer*

**Kontakt und weitere Informationen:**  
Pfizer Deutschland GmbH  
Unternehmenskommunikation  
E-Mail: [presse@pfizer.com](mailto:presse@pfizer.com)  
Internet: [www.pfizer.de](http://www.pfizer.de)

## 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](mailto:gour-med@gour-med.de)  
Internet: [www.gour-med.de](http://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:  
Jennifer 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 eingeschickte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen. Gezeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Der Verlag behält sich eine Kürzung der eingesandten Leserbriefe vor. Gerichtsstand und Erfüllungsort ist Münster.



**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](http://www.drf-luftrettung.de)