

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Ausgabe 5/6 – 2019

DER WEIN- GENIESSER TIPP

Champagner von
Leclerc Briant

GESUNDE GEMÜSEKÜCHE

von Armin Roßmeier

DEUTSCHLAND

Sofitel Munich Bayerpost
Essbares Fichtelgebirge

MALLORCA

Luxusresort Park Hyatt
Cap Vermell

TÜRKEI

ELA-Resort in Belek

NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

Robin Pietsch

im Restaurant Zeitwerk in
Wernigerode



5/6 – 2019
38. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Liebe Gour-med - Leser,

Wer, wie wir Journalisten, häufig über und aus der Gourmetszene berichtet, reibt sich verwundert die Augen. Es gibt Köche und Hotelmanager die sich in der Zusammenarbeit mit Medien nicht sehr kooperativ verhalten. Dieses Verhalten ist, zumal es immer häufiger vorkommt, unverständlich und nicht nachvollziehbar. Sind es doch gerade die Küchenchefs die sonst bei jeder Gelegenheit um Medienpräsenz buhlen. So beschwert sich ein Hoteldirektor aus der Pfalz, in dessen Haus ein Gourmetrestaurant beheimatet ist, darüber, dass in einer durchaus wohlwollenden Reportage über die Küche des Restaurants, für den Hinweis, dass der Maitre, der zum Zeitpunkt der Recherche dort tätig war, ausgeschieden ist. Diese Tatsache zu verschweigen kann nicht Chronistenpflicht sein.

Ein Restaurantleiter eines Berliner Starkochs verweigert einem Gast, der einen Menu-Gutschein für 3 Gänge einlösen möchte, das Menu, mit dem Hinweis: „Unsere Preise haben sich geändert, für den Gutschein bekommen Sie nur 2 Gänge“. Der Gutschein war zeitlich nicht befristet.

Ein anderer Koch, dem ein Journalist im Herbst letzten Jahres prognostizierte, dass der 1. Stern fällig sei, was dann auch so passierte, reagiert auf keine Mail des Mediums.

Ist das ein Zeichen von Arroganz, Überheblichkeit oder sind es nur unbedeutende Nachlässigkeiten? Im Sinne der Betroffenen bleibt zu wünschen, das Letzteres zutrifft. Gern erinnern wir an ein Zitat unserer Altvorderen:

Hochmut kommt vor dem Fall!!



Robin Pietsch, Sternekoch im Wernigeröder „zeitwerk“, wird von seinen Gästen verehrt. Die innovative Küche, mit frischen Produkten aus dem Harz, begeistert nicht nur junge Gäste. Auch Anhänger der klassischen Gourmet-Menüs schätzen seine Kreativität.

Produktfrische ist in dieser Zeit geboten, wächst und gedeiht doch alles prächtig, üppig. Da bleibt unser TV Chef Armin Roßmeier nicht untätig. Die Rezepte für eine gesunde, grüne Gemüseküche schmecken nicht nur Vegetariern.



Chef-Sommelier Marcel Tekaats, noch ganz unter dem Eindruck der zuletzt vorgestellten Aperiti- Es-sige, hat sich auf die Präsentation eines berühmten Champagner-Hauses und seine Weine gefreut. Lassen Sie sich überraschen wie er den Champagner beurteilt.

Heiner Sieger war bei den begeisterten Bergsteiger und Sternekoch im Kempinski Berchtesgaden. Höhengenuß war angesagt, nicht Höhenangst.



Nach vielen Jahren waren wir mal wieder in der Türkei und stellen Ihnen die schöne Seite des Landes vor.

Nicht nur dort gibt es schöne Seiten, das Fichtelgebirge in Nordbayern muss unbedingt dazugerechnet werden. Welche Delikatessen man hier aus Kräutern und Waldpflanzen auf den Teller zaubert ist erstaunlich. Fahren Sie mal in die Gegend, es ist wunderschön dort.

Vieles mehr, Kulinarisches, Gesundes, Überraschendes und Neues finden Sie in dieser Ausgabe.

Natürlich, wie immer, interessante Informationen der Medizin- und Pharmaindustrie.

Freuen Sie sich auf den Sommer, die Ferienzeit und die vielen Köstlichkeiten die der Sommer für uns bereithält.

Eine schöne genussvolle Zeit wünscht Ihnen

Anne Wantia

Anne Wantia

und natürlich das gesamte Gour-med-Team
Nicht vergessen: Alles wird gar!!!

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



04 Restaurant Zeitwerk

10 DER WEIN-GENIESSER TIPP Champagnerhaus Leclerc Briant

12 DER GESUNDE GENIESSER-TIPP von Armin Roßmeier Gesunde Gemüseküche

14 GENUSS- UND REISETIPPS

- 14 Berlin kulinarisch – BAR TAUSEND und CANTINA
- 15 Berlin kulinarisch – Carl & Sophie
- 16 Sofitel Munich Bayerpost
- 18 Essbares Fichtelgebirge – Kräuter genießen
- 22 Kempinski Berchtesgaden – Gaumenfreuden beim Gipfelstürmer
- 26 Verdun
- 30 Champagner-Haus Leclerc Briant
- 32 Mallorca – Park Hyatt Cap Vermell
- 34 Die schöne Seite der Türkei

38 NEUES AUS DER GENUSSWELT

- 38 Alexandra Ziörjen – Sterneköchin aus heiterem Himmel
- 39 Hotel Goldener Berg in Oberlech
- 40 Koch des Jahres 2019

42 KURZ NOTIERT

- 42 The Landmark Mandarin Oriental, Hong Kong – Wiedereröffnung des Amber Restaurants



26 Verdun



32 Mallorca



34 Türkei

- 43 Royal – Villas im Kempinski Hotel Ishtar
- 44 Felix Mielke bringt Fine Dining in die Schüssel
- 45 Carte Blanche für die Ostschweiz
- 46 The Biltmore Miami in Coral Gables
- 47 WomenFairTravel lädt reiselustige Frauen zu kulinarischen Entdeckungsreisen ein

48 NEUES AUS KUR- UND HEILBÄDERN

52 BUCH-TIPPS

54 WEIN UND GESUNDHEIT

55 MEDIZIN NEWS

60 PHARMA NEWS

- 02 EDITORIAL
- 63 IMPRESSUM



Restaurant Zeitwerk in Wernigerode

„Essen wie im Wohnzimmer“

Wernigerode, die „Bunte Stadt am Harz“, war schon zu vergangenen DDR-Zeiten privilegierter Vorzeigort. Die gut erhaltene Stadtbefestigungsanlage, das Krummel'sche Haus mit seiner komplett aus Holz geschnitzten Fassade oder das kleinste Haus sind nur einige der Sehenswürdigkeiten. Im Miniaturpark kann man den Harz im Kleinformat bewundern. Der Hasseröder Ferienpark mit vielen Attraktionen für Groß und Klein ist ein besonderes Erlebnis.

Wissenswertes über die Stadt und den Harz vermitteln unter anderem ein Feuerwehrmuseum, ein Luftfahrtmuseum, die Krellsche Schmiede von 1678 oder das Harzplanetarium. Das neu eröffnete Hotel zur Post, schon im 16. Jahrhundert als Gasthaus erwähnt und heute Lehrhotel für gastronomische Berufe, ist ebenso ein Teil der Stadtgeschichte wie das Gothische Haus. Wanderfreudige starten in Wernigerode um den Brocken - höchsten Berg im Harz - oder die Harzlandschaft

zu erkunden. Auf keinen Fall fehlen darf bei einem Besuch eine Fahrt mit der Harzer Schmalspurbahn mit historischer Dampflokomotive.

Wernigerode hat auch kulinarisch, fast möchte man sagen endlich, den 1. Platz in Sachsen-Anhalt erreicht. Seit November 2017 strahlt der 1. Michelin-Stern über dem Bundesland. Robin Pietsch, Küchenchef und Inhaber des Restaurant Zeitwerk und sein Team haben hart dafür

Besonders empfehlenswert

gearbeitet und doch war es eine riesen-große Überraschung als die Ehrung vom Michelin kam. Der innovative, aber auch extrem ehrgeizige Küchenchef hat sein Ziel erreicht. Auch 2019 konnte er den Stern verteidigen. Der Perfektionist weiß, dass dieses Ziel nur mit seinem Team zu erreichen war. Seine Mitarbeiter, egal wo sie eingesetzt sind, genießen das erforderliche Vertrauen um selbstständig zu arbeiten.

Die Atmosphäre in der Küche und im Restaurant ist sehr familiär. „Anders würde es auch gar nicht funktionieren“, so der Küchenchef. „Wir sind Freunde, die wissen was sie können und haben das Selbstvertrauen ihr Können jeden Tag zu beweisen“. Gerichte werden zusammen entwickelt, getestet und zu einer Komposition, deren Kunst die Textur der Aromen ist, bis zur Perfektion zusammen gefügt. Möglich sei das alles nur mit flachen Hierarchien. Alle müssen den Erfolg wollen und auch mögen, davon ist Robin Pietsch überzeugt.

Der 30-jährige Robin Pietsch gehört mit zu den jüngsten Sterneköchen in Deutschland. Nach seiner erfolgreichen Ausbildung zum Konditor, die er im le-



Sous-Chef Monty beim Anrichten der Vorspeise

gendären Café Wiecker in Wernigerode absolviert, hat er gleich noch eine Ausbildung zum Koch drangehängt. Die nächste Station ist Blankenburg, wo er mit dem ersten Sternekoch Sachsen-Anhalts, René Bobzin, zusammenarbeitet.



Bries vom Zicklein

Mit gerade mal 23 Jahren eröffnet er dann sein eigenes Restaurant in Wernigerode, das Zeitwerk. Die Küche ist fein und äußerst kreativ, das Menu bezahlbar. Die Produkte kommen frisch aus der Region, wenn möglich Bio zertifiziert.

Auch das Restaurantkonzept ist ein anderes. Alle Gäste werden um 19.00Uhr erwartet. Der Start des Menus ist auf 19.15Uhr festgelegt. Der 1. Gang wird für alle Gäste gleichzeitig serviert. Das klappt wunderbar und ist bei 26 Plätzen in 2 Minuten erledigt. Küchen- und Restaurantteam servieren gemeinsam die Speisen, die bis auf die zwei Hauptgänge vorbereitet sind.



Innovativ, kreativ und immer ganz locker, Sternechef Robin Pietsch

Besonders empfehlenswert

Serviert wird nur ein Menu. Über die Zusammensetzung kann sich der Gast im Internet oder auf der Menukarte informieren.

Eine Überraschung ist, für Gäste die zum ersten Mal das Zeitwerk besuchen, dass einige Gänge ohne Besteck, als Finger Food, serviert werden. Diesen Trend konnten wir schon vor drei Jahren in Bangkok bei dem asiatischen Spitzenkoch Gaggan beobachten. Er scheint sich auch in Europa zu etablieren, unklar ist welche (Genuss-) Philosophie damit beabsichtigt ist. Wem die Übung - cremige oder fast flüssige Speisen - ohne Besteck zu essen fehlt, sollte sehr achtsam sein, schnell landen auf der Kleidung Bestandteile von Saucen oder anderen Speisen und hinterlassen oft schlecht zu entfer-

nende Flecken. Restaurants die sich für diesen Menu-Service entscheiden empfehlen wir auf die gute und bewährte Serviette, mit einer Befestigungsmöglichkeit am Oberhemdenknopf oder mit einer modischen kleinen Klammer, zurückzugreifen.

Für Weinberatung und Getränkewünsche steht Maître Florian Raake fachkundig zur Verfügung. Neben der Weinkarte werden verschiedene gehaltvolle aromatische Craft Biere angeboten, die bei den Gästen, wegen ihres besonderen Geschmacks, großen Eindruck hinterlassen.

Das Restaurant, ehemals ein Jugendtreff, ist unter Einbeziehung der vorhandenen Holzbalken zu einem „Wohnzimmer“ mit gemütlichem Ambiente und stylem

Flair umgestaltet worden. Locker, ungezwungen und leger is(s)t man hier, gemütlich halt.

Während der Menu-Pausen kann man dem Team beim Vorbereiten des nächsten Gangs über die Schulter schauen und sich über Zutaten und Zubereitung informieren. Die Mitarbeiter geben gerne bei dieser Gelegenheit auch kleine Tipps für zu Hause.

Das eingespielte Team kennt jeden Handgriff und drapiert ansehnliche, finessenreiche Teller die das Auge mit erfreuen.

Zum Auftakt des Abends gibt es Gepickeltes, Wurst, ein noch warmes Roggenbrot mit aufgeschlagener Rahmbutter und ein Teller voller Kräuter, köstlich!



Stylisches Flair – essen wie im Wohnzimmer

Besonders empfehlenswert



Warmes Roggenbrot und ein Teller voller Kräuter

einer Samtsuppe sowie einer Mini-Tarte gefüllt mit geräucherter Lachsforelle und einer Dilleemulsion auf den Tisch. Eine sehr harmonische Komposition. Die geschmorte Haxe vom Zicklein auf einem Velouté-Schaum und das Bries zergehen auf der Zunge.

Mit einem Brioche und selbstgemachter Zwiebelmarmelade wird Käse aus Westerhausen gereicht. Zum Abschluß gibt es



Buchweizenrisotto

Der 1. Gang des insgesamt 10gängigen Menus heißt Hackus & Knieste, eine kleine Kartoffel gefüllt mit Schweinehackfleisch und einer Frischkäsecreme. Dann wird die „Tote Oma“, Blutwurst mit Apfel und Zwiebel umhüllt von einem Kartoffelschaum serviert. Die Bezeichnung ist irritierend, denn die Speise wirkt sehr belebend.

Weitere kleine Köstlichkeiten, wie Spargel und Bärlauch, ein Onsen Ei mit Liebstockelscham und ein Buchweizenrisotto mit Haselnussöl, bestätigen nicht nur

Hackus & Knieste



Mini-Tarte mit geräucherter Lachsforelle

die Kreativität von Robin Pietsch, sie sind ein Nachweis seiner filigranen Aromenkenntnisse.

Zur Erfrischung wird ein Sorbet aus Apfel, Rote Bete und Sauerklee serviert, diese Kombination ist einfach lecker.

Die Lachsforelle, von einem Züchter aus dem Nachbarort Veckenstedt, kommt mit

„Heuschnupfen“, Heueis und ein Fichtenmascarponeschaum – raffiniert und kreativ. Die vielen kleinen Gänge sind sehr harmonisch mit den Zutaten aus der Region zusammengestellt. Einzelne Menu Gänge werden im 4 – 6 Wochenrhythmus gegen saisonale Produkte ausgewechselt. Nur zufriedene Gäste um uns herum, denn, wie steht es in der Karte: „Essen soll raffiniert aussehen, schmecken und ein-

Besonders empfehlenswert

fach glücklich machen“. Das Ziel wird an diesem Abend erreicht. Nicht zu vergessen die phantasievollen Namen der Gerichte, jeder für sich betrachtet ist genial ausgewählt.

Die Weinkarte ist bewusst minimalistisch gehalten und die Preise moderat. Man möchte häufiger neue Weine und damit wechselnde Regionen und Sorten für den Gast bereithalten. Wem das Wein-Angebot nicht reicht - dem ist es erlaubt auch Wein aus dem eigenen Keller mitzubringen. Die Frage des Korkgeldes wurde sehr diplomatisch, ja geradezu piffig gelöst, je mehr Maitre und Sommelier Florian Raake von Geschmack und Qualität des mitgebrachten Weines überzeugt wird, je geringer ist das Korkgeld.

Das erfolgreiche Konzept im Zeitwerk ermutigt den jungen Küchenchef und Unternehmer Mitte Juni d. J., zusammen mit dem Kollegen Jürgen Kettner, ein zwei-



Hat immer eine gute Weinempfehlung: Maitre und Sommelier Florian Raake



Historisches Rathaus am Markt

tes Restaurant in Wernigerode, das „Pieket“ (Pietsch/Kettner) zu eröffnen. Mit bodenständiger Küche, die, verfeinert mit asiatischen Aromen und ausgefallenen Produkten, zu einem neuen Treffpunkt für Harz-Genießer werden soll. Dass die Küche des Pieket eine große Anhängerschaft finden wird ist jetzt schon gewiss!

Die Öffnungstage sind wie im Zeitwerk, Mittwoch – Samstag. Reservieren kann man entweder um 19 oder um 20 Uhr. Reservierungen im Zeitwerk gibt es nur für 19 Uhr!

Wenn Sie das Zeitwerk besuchen möchten empfehlen wir dringend frühzeitig zu reservieren, da die 24 Plätze sehr oft im Voraus ausgebucht sind.

Fotos: Anne Wantia



Info:

Zeitwerk

Große Bergstraße 2 a

38855 Wernigerode

Tel.: +49 (0)3943 / 6947884

E-Mail: info@dein-Zeitwerk.com

www.dein-Zeitwerk.com

Übernachtungsmöglichkeit

Hotel zur Post

Marktstraße 17

38855 Wernigerode

Telefon: +49 3943 / 6 300 464

www.hotelzurpost-wr.de

Tourist-Information Wernigerode

Marktplatz 10

38855 Wernigerode

www.wernigerode-tourismus.de

SCHWARZWURZEL & EGERLING

Rezept für 4 Personen

Zubereiten

Schwarzwurzel gebläht,
Schwarzwurzelcreme, Pilzcreme, Pilzerde,
Schafgarbenast

Schwarzwurzel gebläht

1 kg	Schwarzwurzel
250 ml	Milch
250 ml	Sahne
	Muskat, Salz und Zucker

Schwarzwurzel schälen und direkt in gesäuertes Wasser legen. Milch und Sahne mit Muskat, Salz und einer Prise Zucker abschmecken. Schwarzwurzel portionieren und mit Milch/ Sahne in Vakuumbbeutel vakuumieren. 1,5 h bei 90 Grad dämpfen. Aus Vakuumbbeutel nehmen und auf Blech verteilen. Nochmals bei 200 Grad für 5 Minuten bräunen. Danach abblähen.

Schwarzwurzelcreme

Abschnitte von Schwarzwurzel Milch/Sahne - Gemisch & Salz Abschnitte in Milch/ Sahne-Gemisch weich kochen und pürieren. Mit etwas Salz abschmecken.

Pilzcreme

200 g	Braune Champignons
50 ml	Sahne
50 ml	Weißwein
	Muskat, Salz, Pfeffer und etwas Zucker

Champignons in etwas Öl scharf anbraten mit Weißwein ablöschen einreduzieren lassen und Sahne dazu. Abschmecken und im Thermomix fein pürieren.

Pilzerde

Pilzcreme auf Silpatmatte fein ausstreichen und 24 h bei 60 Grad im Dörrofen dehydrieren. Und aufmischen.

Schafgarbenast

	Schafgarbe
75 g	Puderzucker
25 g	Eiweiß
50 g	Kakaopulver
50 g	Malzzucker

Eiweiß mit Puderzucker verschlagen. Gepufte Schafgarbe aus Eiswasser nehmen und von Wasser befreien. Durch Eiweiß/ Puderzucker ziehen. Danach mit Kakao/ Malzzuckergemisch ziehen und 1 h bei Raumtemperatur ruhen lassen. Danach für 24 h im Dörrautomaten bei 60 Grad dehydrieren.





Marcel Tekaat Sommelier (IHK)

Leiter des Hofhotels

Grothues-Potthoff Senden/Westf.
(www.hof-grothues-potthoff.de)

wurde auf der diesjährigen ProWein
mit dem Titel „Ausgezeichnete
Weingastronomie“ prämiert

Liebe Weinfreunde,

in der letzten Ausgabe der **Gour-med** haben wir die wunderbaren Essige des Doktorenhofs verkosten dürfen. Eine spannende Aufgabe und Erfahrung. Heute jedoch kommen wir wieder auf eines meiner absoluten Lieblingsthemen in der Welt des Weines zurück: CHAMPAGNER!! Wie Sie vielleicht schon in der Ausgabe 11/12 - 2018 gelesen haben bzw. herausgelesen haben sind Champagner und Schaumweine eines der spannendsten und aufregendsten Getränke der Weinwelt. Weltweit verbindet man Champagner, Cava, Franciacorta und Winzersekt mit Luxus, Genuss und Freude und dies macht ihn zu einem der beliebtesten Getränke!

Heute möchte ich mit Ihnen die Schaumweine eines in Deutschland „relativ“ unbekannten Champagnerhauses verkosten: Leclerc Briant!

Das Champagnerhaus Leclerc Briant mit Sitz in Epernay besitzt und bewirtschaftet 13ha in fast ausschließlich Grand Cru Lagen der Champagne. Sowohl im Weinberg und im Keller wird biodynamisch gearbeitet und dem Champagner die nötige Zeit gegeben, sich zu entwickeln und zu reifen. Wir Verkosten heute vier Champagner dieses Hauses: Brut Reserve, Rosé Brut, Extra brut Millésime 2010 und Extra brut 1er Cru.

Brut Réserve

Beim Öffnen mit leisem Zischen offenbaren sich diese Aromen von dezentem Brioche und Nüssen. Laut Weingut ist dieser Champagner das neue Herzstück des Hauses Leclerc Briant und soll den hohen Standard definieren. Im Glas schön moussierend mit feiner Perlage! Kandierte Nüsse und ein wenig Grapefruit in der Nase. Ein ausgezeichnetes Aroma. Am Gaumen Schmelz und feines Mousseux mit Trinkfluss und Druck. Ja, so muss Champagner sein und sich ein Haus definieren. Die Cuvée wird von den drei Hauptrebsorten der Champagne in liebevoller Arbeit hergestellt und teilweise im Barrique ausgebaut. Die wunderbar eingebundene Säure steht ihm hervorragend und macht ihn zu einem alltäglichen Begleiter (natürlich in sehr positivem Sinne gemeint). Ein toller Champagner, der mich auch aufgrund seiner Biodynamität sehr überzeugt.



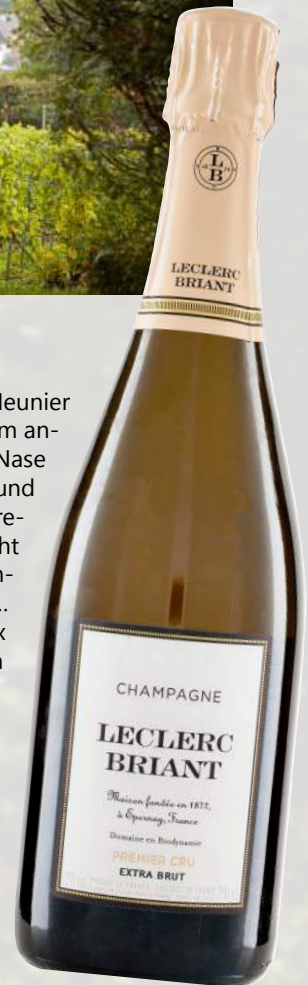
Rosé Brut

Ein ebenfalls wunderbares Aroma beim Öffnen. Brioche, Nüsse und dieses typisch „hefige“, aber auch noch etwas anderes mischt sich ein. Johannisbeere (rot) und Kirschnoten drängen sich auf. Typisch Pinot Noir ... In meinen Sinn kommen schon herrliche Speisen, denn dieser Champagner eignet sich als Begleiter für gute Küche! Er offenbart Finesse und Rückgrat durch eine wunderbar eingebundene Säure und Schmelz dank des Chardonnay Anteils. Aber was mich beeindruckt ist der herrlich elegante Pinot Noir. Perfekt integriert spielt er seine Stärken aus und kommt kein wenig als launische Diva daher, sondern agiert perfekt mit dem Chardonnay. Leichte Tannine vom Pinot Noir machen ihn sogar zum Begleiter von gebratenem Fleisch, obwohl seine Stärken für mich als Begleiter von gebratenem Gemüse und Krustentieren liegen. Ich befürchte, dass die Flasche nicht lange überlebt ...



Premier Cru

Die klassische Cuvée aus Pinot Noir, Meunier und Chardonnay leuchtet im Glas in einem ansprechenden „strohigem“ Gelb. In der Nase offenbaren sich Brioche-Noten, Nüsse und etwas leicht Florales. Mit angenehmer Cremigkeit und einem Touch Grapefruit, geht es am Gaumen weiter. Spannend und unaufdringlich, aber das Verlangen steigt ... Dieser Champagner wirkt sehr komplex und frisch. Er ist schon fast unheimlich lang. Dieser Champagner ist der Geheimtipp für mich. Toller Begleiter zu Meeresfrüchten, zu gegrilltem Fisch oder aber auch Käse kann ich mir sehr gut vorstellen. Eine Entdeckung ...



Extra Brut Millésime

Ein frischer Champagner, trotz seines „Alters“. Klassische Noten von Brioche und Hefen. In der Nase ein Traum. Ausdrucksstark, lang und angenehm. Einfach toll! Die Eleganz offenbart sich schon in der feinen Perlage, die langsam aber stetig im Glas aufsteigt. Hier zeigt sich, wie wichtig doch ein gutes Glas ist. Ein eleganter Speisenbegleiter zu gebratenem Fleisch, zu Meeresfrüchten und Krustentieren. Perfekt eingebundene Säure und ein mundfüllendes angenehmes Mousseux. Ausdrucksstark, voller Finesse und laaaang. Ein Champagner, welcher sicherlich zu der starken Fraktion gehört, mit unglaublichem Potenzial. So macht Champagner Spaß und mit solch exzellenten Qualitäten wird sich dieses Haus in der Topliga der Champagne etablieren!



Danke! Ich durfte ein für mich unbekanntes Champagnerhaus testen und bin wirklich überrascht und ein wenig geflasht. Immer etwas Neues zu entdecken und probieren zu dürfen macht unseren Beruf, unsere Profession, so schön.

Ich hoffe, dass auch Sie in den Genuss dieser ausgezeichneten Champagner (und das ist wirklich jeder auf seine eigene Art) kommen können und meine Ansicht vielleicht teilen.

Ich wünsche Ihnen allzeit einen guten Tropfen im Glas und stoße auf Ihr Wohl an!

Ihr Marcel Tekaart

Fotos: vinoc.de

Champagner zu beziehen über:
Peter Riegel Weinimport GmbH
Steinäcker 12
D-78359 Orsingen
Telefon: +49 7774 9313-0
E-Mail: info@riegel.de
www.riegel.de



Gesunde Gemüseküche

Ein Hoch auf frisches Gemüse! Gemüse ist lecker, knackig und gesund. Längst ist es in den Vordergrund gerückt und wird nicht mehr nur als Beilage einer Mahlzeit gereicht, sondern wird zunehmend als leckeres, raffiniert zubereitetes Hauptgericht kredenzt.

Mit dem Verzehr von Gemüse tun wir nicht nur unserer Figur etwas Gutes, sondern vor allem auch dem ganzen Körper. Gemüse spielt eine wichtige Rolle in der Prävention von vielen Krankheiten. Es hat einen sehr hohen Anteil an Vitaminen, fast alle Vitamine sind im Gemüse enthal-

ten. Und in Kombination mit Obst, wäre der gesunde Ernährungsplan perfekt.

In frischem Bärlauch findet sich viel Vitamin C, ätherische Öle, Magnesium und Eisen. Wenig Kalorien, aber dafür einen großen Anteil an Ballaststoffen kann der Spargel aufweisen, außerdem enthält er auch die lebenswichtige Folsäure, die zur Vorbeugung von Arteriosklerose unentbehrlich ist. Romanesco enthält außer viel Vitamin C auch Mineralstoffe wie Zink, Kalium, Phosphor und Schwefel. Hülsenfrüchte wie z.B. Linsen und weiße Bohnen bieten nicht nur Vitamine und

Mineralstoffe, sondern auch einen hohen Eiweißanteil sowie Zink, welcher für den Stoffwechsel wichtig ist.

Ich habe Ihnen schmackhafte und gesunde Gemüsegerichte ausgesucht und hoffe sehr, dass Ihnen die Rezepte gefallen und bald auf Ihrem Speiseplan stehen.

Guten Appetit!

Ihr Armin Roßmeier



Marinierte Lachspralinen auf weißem Bohnen-Paprikaragout

Zutaten für 4 Personen

550 g	Würfel von Zuchtlachs
2 EL	Olivöl
	Saft von einer Zitrone
	Abrieb einer unbehandelten Zitrone
2 EL	fein geschnittener Bärlauch
1 TL	Chiliflocken
150 g	gekochte weiße Bohnen
1	Frühlingszwiebel
je 70 g	feine Würfel von Paprika, Auberginen, Zucchini, Tomaten und Zwiebeln
2 EL	Olivöl
8	Kirschtomaten
80 g	Rucola
150 ml	Gemüsebrühe
	Salz, Pfeffer

- Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, feine Würfel von Paprika, Auberginen, Zucchini zugeben, bissfest angehen lassen, gekochte weiße Bohnenkerne zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, Röllchen von Frühlingszwiebel mit unterheben, Tomatenwürfel zugeben, mit etwas Gemü-

sebrühe angießen, leicht köcheln lassen.

- Lachswürfel in mäßiger Hitze mit Olivenöl angehen lassen, auf den Punkt ziehen lassen, fein geschnittenen Bärlauch zugeben, mit etwas Zitronensaft ablöschen, etwas Zitronenabrieb, etwas Olivenöl und Chiliflocken zugeben, halbierte Kirschtomaten kurz in Olivenöl anbraten, anwürzen. Bohnen-Paprikaragout in tiefem Teller anrichten, marinierte Lachswürfel darauf verteilen, mittig mit etwas Rucola garnieren, Tomaten rundum mit ansetzen.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Dieses Gericht ist pescetarisch, glutenfrei und eifrei.

Nährwert pro Portion

449 kcal – 29 g Fett – 34 g Eiweiß – 18 g Kohlenhydrate – 1,5 BE

Romanesco-Linsencurry mit Süßkartoffeln

Zutaten für 4 Personen

300 g	Romanescoröschen
200 g	Süßkartoffel
150 g	gekochte Linsen
1	Frühlingszwiebel
80 g	Zwiebelwürfel
2 EL	Oliveöl
160 ml	Kokosmilch
200 ml	Gemüsebrühe
1	Chilischote
1 TL	fein gehackter Ingwer
1 TL	fein gehackter Knoblauch
1 TL	fein gehackter Kurkuma
	Salz, Pfeffer

Garnitur

2 EL	Chilifäden
6	angebratene Kirschtomaten

- Romanescoröschen vom Strunk ablösen, nochmals durchschneiden, kalt abbrausen, Süßkartoffeln schälen, in Stücke schneiden, beides kurz in sprudelndem Salzwasser blanchieren, gut abtropfen lassen, in heißem Oliveöl angehen lassen, Röllchen von Frühlingszwiebel zugeben, mit anziehen lassen. Nun Zwiebelwürfel, fein gehackten Knoblauch, fein gehackten Ingwer und Kurkuma zufügen, unterheben, mit Gemüsebrühe angießen, Röllchen von Chilischote zugeben, mit Kokosmilch auffüllen, abgekochte, abgeschüttete Linsen mit unterarbeiten, mit Salz würzen, cremig einkochen lassen.

- Tomaten halbieren, kurz in heißem Oliveöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Linsencurry in tiefem Teller anrichten,



Tomaten mit ansetzen, mit Chilifäden garnieren.

Zubereitungszeit ca. 35 Minuten

Dieses Gericht ist vegan.

Nährwert pro Portion

242 kcal – 11 g Fett – 8 g Eiweiß – 34 g Kohlenhydrate – 3 BE

Spargelragout mit Bärlauchgnocchi

Zutaten für vier Personen

800 g	weißer Spargel
1 TL	Zucker
1 EL	Butter oder Öl
80 g	Schalottenwürfel
1 EL	Öl
1 ½ EL	Maismehl
500 ml	Spargelfond
100 ml	Kochsahne
1	Frühlingszwiebel
2	Tomaten in Würfel

Gnocchi

400 g	mehlig kochende Kartoffeln
1	Ei
2	Eigelb
1 EL	Kartoffelmehl

1 ½ EL	Maismehl
2 EL	fein geschnittener Bärlauch
1 Prise	Muskat
4	Wacholderbeeren
2	Lorbeerblätter
1 EL	Oliveöl
	Salz, Pfeffer

- Spargel vom Kopf nach unten schälen, Enden etwas abschneiden, in sprudelndem Salzwasser mit einer Prise Zucker, Öl oder Butter auf den Biss kochen, mit Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen, in Stücke schneiden.

- Kartoffeln säubern, kochen, abschütten, gut ausdämpfen lassen, schälen, durch die Kartoffelpresse drücken, Eigelbe und gan-

zes Ei zugeben, Kartoffelmehl, Maismehl, fein geschnittenen Bärlauch zufügen, alles gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

- Auf mehlierter Arbeitsfläche von der Masse Stangen rollen, Gnocchi davon schneiden, nochmals mehlieren, in sprudelndem Salzwasser mit gedrückten Wacholderbeeren, Lorbeerblätter, die Gnocchi einlegen, garen, bis sie obenauf schwimmen, leicht ziehen lassen.

- Schalottenwürfel in heißem Öl glasig angehen lassen, mit Maismehl bestäuben, mit Spargelfond angießen, glattrühren, mit Kochsahne auffüllen, Röllchen von Frühlingszwiebeln, Tomatenwürfel zufügen, mit Salz, Pfeffer würzen, Spargelstücke unterheben, gut abgetropfte Gnocchi in heißem Oliveöl kurz anschwemmen, mit dem Spargelragout vermengen, in tiefem Teller anrichten.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch und glutenfrei.

Nährwert pro Portion

495 kcal – 29 g Fett – 15 g Eiweiß – 49 g Kohlenhydrate – 4 BE

Fotos: Armin Roßmeier



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

Berlin kulinarisch

BAR TAUSEND und CANTINA

Neue Ideengeber hinterm Tresen und in der Küche
Octavio Osés Bravo ist neuer Küchen- und Karim Fadl neuer Barchef

Es gibt nur wenige coole Orte in Berlin, die noch als Geheimtipp durchgehen, obwohl sie in Reiseführern als Must-See gelistet sind.

Die BAR TAUSEND kann sich seit mehr als 12 Jahren als eine der legendärsten Locations im quirligen Nachtleben der Hauptstadt behaupten, ohne von Touristen überrannt oder vom Hipster-Publikum eingenommen zu werden.

Gefunden wird die BAR TAUSEND und CANTINA in Berlin-Mitte nur von Menschen, die wissen, wo sie suchen müssen.

Versteckt unter der S-Bahnbrücke hinter einer unauffälligen Eisentür eröffnet sich dem findigen Nachtschwärmer ein dunkler Raum mit einem unverwechselbaren Look, der durch die Spiegel an Decke und Wänden, aber vor allem durch imposante Lichtinstallation geprägt wird. Das Interieur ist entsprechend puristisch: ein langer, dunkler Tresen mit Bar-Personal, das sein Handwerk versteht, einige schlichte Polstersitzcken und ein ungewöhnliches Restaurant im Hinterzimmer: die CANTINA.

Seine besondere Atmosphäre erlangt der mit wenigen Spots erhellte Gastraum jedoch durch den Licht-Zellen-Zyklus „Flying Cells“ von dem Künstlerduo Arotin & Sergei und die offene Küche gleicht einer Bühne für ihre kulinarischen Artisten.



Küchenchef Octavio Osés Bravo

Mit dem neuen Küchenchef Octavio Osés Bravo geht die CANTINA kulinarisch ab sofort in eine neue Richtung. Der Argentinier, der sich mit seiner handfesten Culture-Clash-Küche im MANI eine große Fangemeinde erkocht hat, wird seine aromareichen Speisen nun hier unter die Gäste bringen. Seinem Stil mit Einflüssen aus dem levantinischen, arabischen und mediterranen Raum bleibt er treu, spielt aber auch mit der langen asiatischen Tradition der CANTINA. Auf der Karte finden sich Pulpo an schwarzem Reis mit Harissa und Mangold, Crudo vom Lachs mit Tomate, Edamame und Chilis oder Schweinebauch mit Chinakohl und Togarashi.

Auch die neue Cocktailkarte gestaltet sich weltoffen und kreativ. Die Cocktails sind nach Trendbezirken in internationalen Metropolen benannt: Ein Lifestyle Trip mit spannenden Drinks. Hinter dem Tresen gibt Karim Fadl als neuer Barchef frische Ideen. Der gebürtige Berliner hat schon in der Shochu Bar, der Amano Bar

und zuletzt in der Fifty Cocktails Heroes Bar seine mixologischen Künste erfolgreich unter Beweis gestellt und als Berater hochwertige Marken und Barbetreiber zusammengebracht.

Musikalisch bleibt die BAR TAUSEND ein Ort für erwachsene Grooves mit Jazz, Disco, Soul und Funk, aber auch Electronica und House. Mitch Alive, der als Booker für die Bar tätig ist, setzt auf lokale DJ-Größen und Gäste aus aller Welt, um zuverlässig den einzigartigen Mix zu liefern. Dabei ist jeder Abend in der BAR TAUSEND anders: Der Dienstag ist eine klassische Bar-Nacht ohne Musikprogramm, jeden Mittwoch finden Live Konzerte statt, der Donnerstag ist als Electronica Thursdays klar definiert, freitags legen Berliner DJs House, Soul, Disco, Funk und Boogie auf und samstags übernehmen internationale DJs die Turntables.

Wie zeitlos die BAR TAUSEND ist, kann man in der Erfolgsserie „Babylon Berlin“ betrachten. Ohne große Veränderungen passt sie zum Stil der 20er-Jahre Szenerie und überzeugt als verruchter Nachtclub „Der Holländer“. In Duncan Jones Film „Mute“ wurde die Bar zum Motiv eines Science-Fiction Films. Fans in anderen Ländern lassen die BAR TAUSEND sogar einfliegen: Im Herbst 2017 folgte das Team dem Ruf des Ritz Carlton nach Hong Kong, um die berühmte Ozone Bar auf dem Dach des Luxushotels in 500m Höhe eine Woche als BAR TAUSEND Pop-Up zu übernehmen.

Fotos: TAUSEND CANTINA

TAUSEND CANTINA
Schiffbauerdamm 11
10117 Berlin

E-Mail: cantina@tausendberlin.com
www.tausendberlin.com



Maico Orso präsentiert regionale Spezialitäten und kreative Gemüseküche im neuen Carl & Sophie am Spreeufer

Auf Bolles altem Meierei-Gelände von 1890 in Moabit tut sich was: Direkt an der Spree eröffnet das Restaurant Carl & Sophie. Schon die Lage ist einzigartig: Das historische Areal ist zum größten Teil Fußgängerzone. Damit ist es der perfekte Ort für erholsame Mittagspausen, Verabredungen zum Lunch, kleine Familienessen, gesellige Runden mit Freunden, gute Weine und abwechslungsreiche Menüs, aber auch genussreiche Dinner-Dates und wichtige Geschäftsessen. Das Restaurant bekennt sich durch Details und das Interior zur Geschichte der Meierei: Alte Industrie-Lampen, Holztsche und Korbessel verleihen Carl & Sophie Gemütlichkeit und einen unverwechselbaren Charakter. Auf der großzügigen Terrasse mit Blick auf die Spree genießen die Gäste den Charme von Bolles denkmalgeschützten Klinkerbauten.



Maico Orso

Das namensgebende Ehepaar Bolle inspiriert auch die moderne Küche des Restaurants, die Küchenchef Maico Orso abwechslungsreich und kreativ gestaltet.

Orso, der in Berlin aufgewachsen ist, liebt die Natur und alles, was sie zu bieten hat. Genau deshalb lässt sich seine Küche in kein gängiges Raster fassen. Dass Orso sich durch nichts aufhalten lässt und mit Beharrlichkeit sogar Unmögliches erreicht, verdeutlicht auch ein markantes Tattoo auf seinem Unterarm: „Der Koi versucht ungefähr 1.000 Mal, den Wasserfall hinaufzuspringen, und wenn er es endlich geschafft hat, wird er zum Drachen“, erklärt der 40-Jährige, der die Küche im Carl & Sophie neu interpretieren und Gemüse zum großen Auftritt verhelfen möchte. Sein Handwerk hat Orso bei keinem Geringerem als Michael Hoffmann verfeinert, dem Gärtner unter den Sterneköchen. Maico Orso, der auch im Bieberbau, im Duke und zuletzt in der Gärtnerei am Herd stand, stellt verschiedene Länderküchen in den Mittelpunkt, deren Besonderheiten er mit frischen Ideen und ungewöhnlicher Zubereitung in zeitgemäße Klassiker verwandelt. Mit Kompositionen wie Heilbutt mit Navetten, Lauchzwiebel und Ingwer, Blumenkohl „Polnische Art“ oder geschmorter Kalbsbrust mit Petersilie und gesalzener Zitrone setzt Orso überraschende Akzente. Auf eine Region lässt er sich nicht festlegen. Bei allem, was er kocht, geht es ihm ausschließlich um gutes und gesundes Essen. Die Schwerpunkte der Weinkarte liegen in Deutschland und Spanien, mit fair kalkulierten großen Gewächsen und einigen Neuentdeckungen.

Abgerundet wird das Menü im Carl & Sophie durch selbstgebackenes, knuspriges Brot, mit Meersalz veredelter Nussbutter und selbstgemachte Karamell – als Andenken an den Meierei-Gründer Carl Bolle. Und weil die Liebe hier im Restaurant bis ins Detail geht, erinnern sogar die Accessoires wie Milchkännchen, Butterpapier und kleine Töpfe an die alte Meierei. Beim Lunch setzt das Team von Carl & Sophie auf Abwechslung und Komfort. Die Mittagskarte wechselt täglich und die



Menüs werden vollständig als ein Gang serviert. Dank diesem lockeren Service kann der Gast Reihenfolge und Dauer frei gestalten und den Lunch genau so genießen, wie er es wünscht – egal ob er seine Zeit effektiv einteilen will oder lang verweilen mag, ob er zurück an den Schreibtisch muss oder die Umgebung noch für einen Spaziergang nutzt.

Das Konzept von Gastgeberin Nicola Feist ist so einfach wie überzeugend: „Ich wollte immer dort arbeiten, wo ich mich als Gast auch wohlfühlen kann“, erklärt die 30-Jährige, die schon seit mehr als 13 Jahren erfolgreich in der Berliner Gastro-Szene tätig ist. Mit ihrem nachhaltigen Führungsstil, ihrem enormen Gespür für Menschen und jede Menge Power möchte sie das neue Restaurant im besten Sinne prägen und gemeinsam mit Küchenchef Maico Orso als kulinarischen Hotspot im Herzen Berlins etablieren.

Das Restaurant Carl & Sophie hat innen 60 und außen 50 Plätze und ist täglich von 12:00 bis 1:00 Uhr geöffnet.

Fotos: Marvin Pelný

CARL & SOPHIE Spree Restaurant
Alt-Moabit 99
10559 Berlin
Tel.: +49 (0) 30 39920798
E-Mail: eat@carlundsophie.de
www.carlundsophie.de



Sofitel Munich Bayerpost

C'est la vie

Vegane Küche ergänzt und bereichert das klassische französische Angebot

Französische Lebensart, locker, leger, aber immer stilvoll, so präsentierte das Restaurant DÉLICE La Brasserie bisher französische Küche, mit dem Flair einer typischen Brasserie verwöhnte es kulinarisch die Gäste. Ab sofort wird das Menu-Angebot erweitert.

Die bisher nur auf Wunsch der Gäste angebotenen vegetarischen oder gar veganen Gerichte sind jetzt auch auf der Standardkarte zu finden.

Auf Grund der vermehrten Nachfrage entwickelt Executive Sous Chef Steve Uhlig neben der weiterhin gültigen Speisekarte ein kreatives Konzept veganer Gerichte. Bis hin zu einem mehrgängigen Menu, das komplett vegan zubereitet ist.

„Selbstverständlich werden wir in der DÉLICE La Brasserie unsere leichte französische Küche auch zukünftig anbieten“, versichert der Koch. „Unser neues Angebot ist eine Referenz an das veränderte Essverhalten, insbesondere, aber nicht nur, bei jüngeren Gästen“.

Executive Sous Chef Steve Uhlig ernährt sich seit fast einem Jahr selber begeistert vegan. Kochen ohne tierische Zutaten ist eine neue Herausforderung, die nicht nur konsequentes Umdenken erfordert. Produktkenntnisse und Mut neue Aromen zusammenzufügen sind genauso wichtig wie Aromen-Spezifikationen. Letztendlich

sollen die Gäste begeistert von den Gerichten sein.

Furore macht gerade ein Spargelgericht mit Schwarzwald Miso, das sehr geschmackvoll abgestimmt ist und große Akzeptanz auch bei „Mischköstlern“ oder Nichtveganern findet.

Executive Sous Chef Steve Uhlig macht deutlich, dass Kochen nur mit Pflanzen oder Kräutern sehr viel mehr Phantasie und innovatives Denken erfordert als

klassische Küche. Ein Steak oder Huhn zu verarbeiten ist relativ einfach. Die Herausforderung für jeden Koch der auch vegan kocht ist aber seine Gerichte so zu verfeinern, dass ein Unterschied zwischen dem ursprünglich nicht veganen Gericht kaum festzustellen ist.

Ein sehr gutes Beispiel ist Tatar von Steve Uhlig. Aromen, Aussehen und Geschmack lassen keinen Unterschied – zu dem klassischen Rinder Tatar – erkennen oder herauschmecken.

Pflanzliches Tatar

für 4 Personen

7	Scheiben Reiswaffeln
700 ml	Gemüsebrühe
4 EL	Tomatensugo dick
3	Schalotten
2 EL	Rapskernöl
1 EL	spanisches Paprikapulver mild
½ EL	geräuchertes Paprikapulver
1 Prise	Piment d'espelette
	Salz
2 St.	Cornichons



Die Reiswaffeln in lauwarmen Gemüsebrühe 20 Sekunden Einweichen und Ausdrücken. Die Schalotten fein würfeln und mit den restlichen Zutaten und der eingeweichten Waffel vermengen. Mit Cornichon Scheiben garnieren.



Steve Uhlig

Spa den Genuss verschiedener Behandlungen zum Relaxen, Erholen oder Kraft tanken.

Exklusiv ist die Lage des Sofitel Hotels, direkt neben dem Hauptbahnhof. Bahnreisende sind in zwei Minuten im Hotel.



Restaurant DÉLICE La Brasserie

Fotos: Sofitel Munich Bayerpost

Hier finden regelmäßig Ausstellungen namhafter Künstler aus aller Welt statt.

Renovierte Themen-Zimmer wie „La Bohème“ oder „Salon Littérature“ charakterisieren eine Symbiose aus Retro und Poesie.

Der anspruchsvolle Wellnessbereich inkl. einer Kosmetikabteilung verknüpft im SO

Info
Sofitel Munich Bayerpost
Bayerstrasse 12
80335 München
Tel.: (+49) 89 599480
E-Mail: h5413@sofitel.com



Vegan ist im Trend

Die hohe Akzeptanz des neuen veganen Angebotes im Münchner Sofitel bestätigt die Idee.

Sofitel Häuser sind in vielen Metropolen der Welt zu Hause und die Flaggschiffe der Luxus-Hotellerie. Eine herausragende Stellung nimmt das Sofitel in der ehemaligen Königlich-Bayerischen Post in München ein.

Hinter historischer Fassade entstand ein modernes, mit schickem Design und exklusiver Kunst ausgestattetes 5 Sterne Hotel, geprägt durch eine avantgardistische Architektur. In der Lobby erinnert der Baustil an die royale prunkvolle Epoche der Vergangenheit.



Ehemals Königlich-Bayerische Post – jetzt Luxushotel

Essbares Fichtelgebirge die Natur (wieder)entdecken

Kräuter genießen ganz ohne „Beigeschmack“



fast möchte man hinzufügen, wieder, Hausfrauen, Hobby- und Profiköche das unverwechselbare Aroma der frei wachsenden Pflanzen und Kräuter, um daraus köstliche Speisen zuzubereiten.

Zertifizierter Kräuterkoch ist eine Auszeichnung die man erst nach einer, ca. sechs Monate dauernden Ausbildung und einer Abschlussprüfung tragen darf. Zu Recht und mit Stolz sind die Kräuterköche die kulinarischen Leuchttürme Nordbayerns.

Der Name „essbares Fichtelgebirge“ wurde von den Kräuterköchen, einem Bäcker und einem Destillateur, als ein Zeichen der Achtung vor den Wildkräutern, zum Qualitätssiegel ihrer Produkte geprägt. Mit großer Leidenschaft stehen sie für den „Geschmack der Heimat“. In den heimischen Wiesen und Wäldern sind über

Wir reisen rund um die Welt, bewundern andere Kulturen, deren Eigenarten und insbesondere die fremdländischen Essgewohnheiten mit facettenreichen und uns, oft nicht bekannten Produkten. Manches haben wir übernommen und es bereichert heute unseren Speiseplan.

Die deutsche Küche und ihre Kochrezepte waren nicht „in“ und als langweilig verpönt. Fast völlig in Vergessenheit geraten sind, die noch vor gar nicht langer Zeit wie selbstverständlich genutzten Feld-, Wald- und Wiesenkräuter, die in ihrer Vielfalt und ihrem Geschmack einen gesundheitsverbessernden Einfluss auf unseren Körper haben.

Im Fichtelgebirge, eines der schönsten deutschen Mittelgebirge im nordöstlichen Bayern, lässt es sich nicht nur auf herrlichen Wegen wandern, dort nutzen,



Weißer Spargel, „Brennesselflädle“ gefüllt mit Lachsforellenfilet



Kräuterexpertin Frieda Frosch

1000 verschiedene Arten Wildpflanzen und Kräuter zu finden, deren hoher Mineralstoffgehalt sich ideal auf den Körper auswirkt.

Die Ortschaft Nagel, auch staatlich anerkannter Luftkurort, trägt den offiziellen Zusatz „Kräuterdorf“. Das Haus der Kräuter und ein Kräutergarten sind Grundlage dafür. Hier dreht sich alles, im wahrsten Sinne des Wortes, um Wald- und Wiesenkräuter.

Im Kräuterhaus werden von der Expertin Erika Bauer, Seminare über den Einsatz von Kräutern in der Küche angeboten. Die Seminare sind sehr nachgefragt, rechtzeitige Anmeldung wird empfohlen.

Seien Sie unbesorgt, die wiederentdeckten Pflanzen und Kräuter sind nicht auf mythische Sagen oder Legenden zurückzuführen. Nein, es sind die Menschen der Region, die es sich zur Aufgabe machen die Natur in den Lebensalltag einzubeziehen.

Die Natur, die üppigen Wiesen und Wälder, das wechselnde Panorama der Landschaft mit den bestens erschlossenen Wanderwegen und attraktiven Wanderzielen sind einzigartig.

Erfreulich ist die vorherrschende Ruhe in der Region. Erhalten was die Natur

erschaffen hat, nutzen was sie den Menschen anbietet ohne ihr zu schaden, lautet die Philosophie der Einheimischen.

Es ist nicht ausgeschlossen, dass man bei einer mehrstündigen Wanderung keinem Menschen begegnet, langweilig wird es aber nie. Das reichhaltige Angebot für Auge, Nase, Ohren und natürlich Sinne, schärft und sensibilisiert Eindrücke, die für die meisten von uns längst in Vergessenheit geraten sind.



Erlebnispark im „Kräuterdorf“ Nagel



Luchs im Wildpark Mehlmeisel

Den Wildpark Mehlmeisel zu besuchen ist eine gute Gelegenheit die heimische Tierwelt in natürlicher Umgebung zu beobachten. Das Luchsgehege ist nur eine der interessanten Begegnungen zwischen Mensch und Wildtier.



Alles essbar, die Vielfalt der Natur

In Goldkronach sind es mindestens zwei herausragende Plätze die man besuchen sollte. Den Alexander von Humboldt Museumspark, von Humboldt lebte und wirkte hier von 1792 – 1796 als Berg-Beamter und das Goldbergbau-Museum, das an die wirtschaftliche Geschichte des Ortes erinnert. Der Goldabbau war bis ins frühe 20. Jahrhundert ein wichtiger Wirtschaftszweig im Fichtelgebirge.

Für interessierte Gäste besteht die Möglichkeit an einer geführten Kräutersammlung, zum Beispiel in Birnstengel mit Karin Holleis oder dem Gastronomen und Kräuterkoch Bernhard Raab, Besitzer des Restaurants Zum Loisl, teilzunehmen. Bitte unbedingt vorher anmelden.



Reh aus eigener Jagd mit Kartoffel-Bärwurz-Krapfen

Bernhard Raab jr., Kräuterbotschafter und Küchenchef im Restaurant Zum Loisl ist konsequenter Verfechter seiner Kräuterküche. Ein exzellenter Koch, der seine Gerichte zu ungewohnten, fast nicht mehr bekannten Aromen-Kompositionen und wahren Geschmacksmeisterwerken verbindet.

Filigran und präzise sind die Nuancen der einzelnen Zutaten herausgearbeitet. Auf der Zunge und am Gaumen schmeckt man jedes Detail. Kein Aroma dominiert, alles ist so miteinander verknüpft als gehöre es wie selbstverständlich zusammen.

Sein in Brennesselflädle gegartes Lachsforellenfilet ist ein bisher unbekannter Genuss der sich wie ein Glücksgefühl auf die Zunge legt.

Vater und Sohn Raab, beides passionierte Jäger, sind in der unverfälschten Natur



Kräuterköche Senior und Junior Bernhard Raab

des Fichtelgebirges aufgewachsen. Ihre enge Verbundenheit und die Liebe zu den natürlichen Produkten sind die Grundlage für ihre Kräuter- und Wildküche.

Der Rehrücken, gebraten in Quendelbutter (Quendel = wilder Thymian) ist wie eine Liebeserklärung an den Gast. Nirgendwo sonst wird man so ein Gericht finden.

Bleibt zu bedauern, dass Restaurants wie Zum Loisl von den maßgeblichen Restauranttestern und -kritikern entweder nicht gefunden oder was sehr schade wäre, gar nicht erst gesucht werden.

Die Gerichte im Restaurant von Bernhard Raab jr. in Mehlmeisel sind wahrer Genuss mit unverfälschten Aromen, dem Geschmack der Natur und natürlich ohne chemische Zusätze. Eine kulinarische Würdigung sind sie auf jeden Fall wert.

Genießen, Wandern, Erholen und Natur erleben – das Fichtelgebirge bietet all dieses. Worauf warten Sie? Die Kräuterköche freuen sich darauf ihren Gästen zu zeigen was sie als Gastgeber und am Herd, perfekt beherrschen.

Sie werden es nicht bereuen!!!

Fotos: Klaus Lenser,
TZ Fichtelgebirge F. Trykowski

Infos.
Tourismuszentrale Fichtelgebirge e.V.
95686 Fichtelberg
Tel: +49 (0) 92 72 96 903-0
E-Mail: info@tz-fichtelgebirge.de
www.fichtelgebirge.bayern

Restaurant / Hotel
„Zum Loisl“
Neugrün 5
95694 Mehlmeisel
www.zum-loisl.de

Hotel Schönblick
95686 Fichtelberg
www.hotel-schoenblick.de

Gasthof Pension Waldfrieden
95682 Brand
www.gasthof-pension-waldfrieden.de



Kräuterköchin Edda Pöllath im Gasthof Waldfrieden

SÜDSUDAN © Isabel Corthier



Liebe Kollegin, Lieber Kollege:
Wir brauchen
Ihre Solidarität!

Unterstützen Sie unsere medizinische Nothilfe
weltweit - als Mitarbeiterin oder Mitarbeiter
im Projekt oder als Dauerspender.

Vielen Dank,
Volker Herzog

Ihr Dr. Volker Herzog
seit 15 Jahren im Einsatz für
Ärzte ohne Grenzen

JETZT PARTNERARZT WERDEN!

GEMEINSAM KÖNNEN WIR MEHR BEWIRKEN. Erfahren Sie bei uns, wie Sie Ihre Kollegen und Kolleginnen im Projekteinsatz unterstützen können: www.aerzte-ohne-grenzen.de/partnerarzt



SPENDENKONTO:
BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT
IBAN: DE 72 3702 0500 0009 7097 00
BIC: BFSWDE33XXX



**MEDECINS SANS FRONTIERES
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**

Träger des Friedensnobelpreises

Gaumenfreuden beim Gipfelstürmer

Heiner Sieger

Französische Küche voller Finesse, liebevoll zubereitet mit zahlreichen regionalen Produkten – das erwartet Feinschmecker im Le Ciel, dem seit 13 Jahren durchgehend mit einem Michelin-Stern ausgezeichneten Edel-Restaurant im Fünf-Sterne-Superior-Hotel Kempinski auf dem Obersalzberg in Berchtesgaden. Sternekoch Ulrich Heimann erreicht aber nicht nur kulinarische Höhen am Herd, sondern findet auch Ruhe und Inspiration bei seinen anspruchsvollen Klettertouren auf die Gipfel der Berchtesgadener Berge.

Watzmann, Untersberg, Hochkalter, Hoher Göll, das Stadelhorn, das Große Teufelshorn, der Kammerschneid – von den zahlreichen Gipfeln rund um Berchtesgaden gibt es kaum einen, den Ulrich Heimann noch nicht bestiegen hat. Die teils durchaus gewagten Klettertouren sind für ihn nicht nur eine Quelle seiner Kreativität in der Küche. Der im Kinzigtal aufgewachsene Schwarzwälder sieht darin auch eine gewisse Analogie: „Wenn man weiß, wie herausfordernd Klettern ist, lässt sich das gut mit dem Anspruch an die Spitzenküche vergleichen: Berge verzeihen auch keinen Fehler“, sagt er und wiegt den Kopf. „Es nutzt mir auch nichts, einen Gipfel zu erklimmen und dann den nächsten nicht mehr zu erreichen. Man darf am Berg wie in der Küche nicht ein einziges Mal schwächeln. Gut kochen, das können viele andere auch. Aber Leidenschaft und Niveau jeden Tag hoch zu halten, das ist die wahre Kunst.“

Mit dieser Lebenseinstellung bewegt sich Ulrich Heimann stets auf höchstem Niveau: Seit 2006 hat er sich seinen Michelin-Stern ununterbrochen neu erkocht – mit seiner eigenen Mischung aus Leidenschaft und Liebe fürs Handwerkliche. „In 13 Jahren Stermezeit hat sich zwar die Art des Anrichtens geändert, aber



Der Watzmann ruft: Für Spitzkoch Ulrich Heimann ist es das Höchste, hin und wieder dessen Gipfel zu erklettern.

nie meine innere Haltung“, resümiert er. „Produkte aus der Region, gepaart mit Topware für die internationale Küche und der eigenen Handschrift: Ein ehrliches Produkt auf dem Teller, gepaart mit Raffinesse – und immer wieder mal sich hinterfragen und neugierig bleiben.“

Genau diese Kunst hat ihm auch der Guide Michelin erneut bestätigt: „Produkte von ausgesuchter Qualität, unverkennbare Finesse auf dem Teller, auf den Punkt gebrachter Geschmack, ein konstant hohes Niveau bei der Zubereitung“, so das

Urteil der Michelin-Tester. Dazu passt der Name seines Restaurants: „Le Ciel“ bedeutet übersetzt aus dem Französischen „Der Himmel“. Und in einen kulinarischen Himmel entführt auch Ulrich Heimann mit seinen exquisiten Gerichten, bei denen seine Gäste zu höchsten Genüssen aufsteigen. Derweil können sie zwischen den Gängen durch das große Panoramafenster – oder an warmen Abenden von der grandiosen Terrasse aus – das Naturschauspiel aus Berggipfeln, Wolken, wechselndem Licht und Sonnenuntergang verfolgen.



Kabeljaufilet an Spargel, Morcheln und Rhabarber

Überraschend kess: Tonnato vom Thunfisch

Heimanns Naturverbundenheit zieht sich durch alle Gerichte. Er bringt nicht nur frisches Bergthymian oder Bergbohnenkraut von seinen Klettertouren mit in die Küche. Mit seiner Brigade rückt er von Frühjahr bis Herbst auch regelmäßig in die das Hotel umgebenden Wiesen und Wälder aus, um Kräuter, Blüten und Früchte für seine Küche zu sammeln. „Bayerische Alpen“, „Kraut & Rüben“, „Welt“ – so lauten die Namen der Menüs. Wer sich nicht für eines entscheiden kann, darf die Gänge austauschen. Bei der Komposition „Kraut & Rüben“ etwa verbindet Heimann das Beste aus vegetarischen Produkten zu einer harmonischen Abfolge kulinarischer Genüsse.

Überraschend kess ist dann die Vorspeise „Heimanns Vitello vom Thunfisch“ – das bekannte Vitello tonnato eigenwillig interpretiert: Statt Kalbfleisch bildet ein Thunfisch Carpaccio die Grundlage auf dem Teller, leicht mariniert mit einem Limonen-Olivenöl. Das Fleisch vom Kalbsrücken ist als feines Röllchen mit Thunfischtartar gefüllt, napiert mit Thunfischcreme, Kapern, Limonen und einem Kern von einer Fleischtomate, die ebenfalls leicht mariniert ist. Das Ganze noch drapiert mit „Olivensteinen“ – einer Olivenpaste, die quasi als Berganalogie zu einem kleinen Stein geformt ist.

Der Ora King Lachs kommt nicht minder delikats daher. „Der Lachs wird mit einer asiatischen Marinade aus Soja, Oystersauce, Limone, Orange, Ingwer und Honig während des Bratens leicht eingestrichen und anschließend leicht ziehen

gelassen“, beschreibt der Maestro diesen Gang. Auf den Teller kommt er dann verfeinert mit einem Crumble aus gerösteten Pinienkernen, Cashews, Macadamia, verschiedenen Pfeffersorten, Meersalz und feingeschnittenen Korianderstielen.



Ora King Lachs auf Apfel-Nage

Nicht nur der Gaumen, sondern auch das Auge wird hier verwöhnt: Gebettet ist das Lachsfilet auf einer grünen Apfel-Nage, garniert mit dreierlei Art von Staudensellerie, Apfelkompott sowie einem Gel aus geröstetem Apfel und Sellerie. „Weil der King-Lachs sehr fett und ausgeprägt im Geschmack ist, passt der Kontrast von Apfel, Sellerie und Ingwer gut dazu. Der leicht asiatische Touch betont zudem die Frische“, erläutert Heimann. „Ich versuche immer, die Gerichte rund zu machen, entweder ein Gleichgewicht oder ein Gegengewicht zu erzielen, je nachdem womit ich gerade koche.“

se: Das Muschelfleisch wird hauchdünn aufgeschnitten, leicht in Olivenöl, Pfeffer und Meersalz mariniert, abgeflammt und mit einem Bunsenbrenner gegart, was ihm einen leicht rauchigen, grillartigen Touch verleiht. Anschließend wird sie beträufelt mit einer Vinaigrette aus Zitrone, Limone, Erdnussöl, Olivenöl, Schnittlauch und einigen Tropfen aus dem Inneren der Tomate. Serviert wird das exquisite Gericht mit einem Crunch aus Reiscräckern – komponiert aus dem Rogen der Jakobsmuschel als eine mit Olivenöl hochgezogene Creme, aus garniert mit Kressen und Kräutern.

„Das was auf dem Teller ist, prägt sich im besten Fall im Gehirn ein und bleibt in Erinnerung.“

Ulrich Heimann

Nicht erst in der Kreation, sondern schon in der Produktauswahl entscheidet sich für Ulrich Heimann das Ergebnis, dem der Gast anschließend zu Füßen liegt: „Das muss eine Topqualität sein aus Schottland oder Norwegen, getauchte Muscheln und aus sehr kaltem Wasser. Denn je kälter das Wasser ist, desto langsamer

Meer trifft Wald: Jakobsmuschel, garniert mit feinen Buchenpilzen und Morcheln



Die Jakobsmuschel und der Bunsenbrenner

Dieser Philosophie verdankt auch das Jakobsmuschel-Carpaccio seine Fines-

ist das Wachstum der Muschel und desto ausdrucksstärker der Geschmack.“

Hinter Heimanns kulinarischen Kunstwerken verbirgt sich oft eine besondere Idee,



Panoramalage mit Rundum-Bergblick: Das Fünf-Sterne-Superior-Hotel Kempinski Berchtesgaden hat sich voll und ganz dem „Pure Alpine Lifestyle“ verschrieben

erkennbar etwa beim Bisonfilet aus dem „Welt“-Menü: Das Fleisch wird scharf angebraten und bei 140-160 Grad im Ofen mit Aromaten wie Rosmarin und Thymian gegart, dann bei 60 Grad zehn Minuten ruhen gelassen. Anschließend wird es eingelegt in eine Glasage aus Ahornsirup und verschiedenen Gewürzen, dann in einer Pfanne mit leichter Nussbutter nachgebraten und zusätzlich mit dem Ahornsirup bestrichen. Begleitend dazu kommt eine geschmorte Biokarotte vom Hausgärtner des Hotels. Die ist in der Mitte aufgeschlitzt und gefüllt mit einer Creme aus Buchenpilzen, Mais, in Gewürzsud eingelegten Cranberries sowie ein wenig Popcorn und wilden Kräutern. „Für mich ist das eine schöne Anlehnung an die Herkunft des Bisons, das ja in der Prärie aufwächst, wo es auch diese Kräuter frisst“, lächelt Heimann.

Himmlich ist dann auch das Mangodesert: Den Boden bildet eine Panna Cot-

ta aus Kaffee, darüber liegt ein Gelee von der Mango sowie eine Nocke Mangosorbet. Abgerundet wird das Ganze durch ein Crunch von Kaffeeschokolade sowie mit Mangocreme gefüllten Röllchen von der Mango, einem kleinen Ragout von der Mango, Baisertupfern und Perlen vom Mango-Kaviar. „Mir ist von Jugend auf, schon immer wichtig, dass das Produkt die Ehrlichkeit und das handwerkliche ausstrahlt. Das was auf dem Teller ist, prägt sich im besten Fall im Gehirn ein und bleibt in Erinnerung“,

T-Bone-Steak mit Maronen und Rosmarinduft



sagt Ulrich Heimann. Wie recht er hat!

Jeden Tag Vollgas geben

Tag für Tag den Gipfel zu erreichen, dazu gehört allerdings nicht nur Kreativität. „Ich muss mein Wissen auch der nachfolgenden Generation vermitteln“, so der Küchenmeister. Deshalb werden in seiner Küche hin und wieder Tiere auch noch selber ausgebeint. „In einer Zeit, in der fast alles abgepackt in die Küche kommt, müssen auch die Lehrlinge wissen, welches Fleisch woher stammt.“ Und auch eine gewisse Demut zählt dazu: „Ohne mein Küchenteam von acht Mitarbeitern wäre ich nur die Hälfte wert“, ist sich Heimann bewusst. Und hat keine Scheu, mit Talenten zu arbeiten, die ihm mindestens das Wasser reichen können, wie sein Sous-Chef Robert Paar, der schon Chef de Partie im Zwei-Sterne-Restaurant „The Square“ in London war oder seine Pâtissière Ramona Becker, die vom benach-



An warmen Abenden können die Gäste des Le Ciel von der grandiosen Terrasse aus das Naturschauspiel aus Berggipfeln, Wolken, wechselndem Licht und Sonnenuntergang verfolgen

barten Salzburger „Hangar7“, ebenfalls ein Zwei-Sterne-Restaurant, ins Le Ciel wechselte: „Mir ist es wichtig, mich mit solchen Leuten zu umgeben, die jeden Tag Vollgas geben, um das Niveau zu halten und noch zu steigern.“

Das Le Ciel fügt sich mit seinem gehobenen Anspruch nahtlos in das Konzept des 5-Sterne-Superior-Hotels Kempinski ein, das sich voll und ganz dem „Pure Alpine Lifestyle“ verschrieben hat. Der hufeisenförmige, mehrstöckige Baukörper ist architektonisch geprägt von Holz und Naturstein (Stanzner Gneis) sowie großen Glasfassaden, die rundum den Blick auf die Bergwelt freigeben. Ohnehin eine geschichtsträchtige Lage: Am heutigen Hotelstandort, dem Eckerbichl, befand sich in der Zeit des Nationalsozialismus das Haus Görings. Über diese Zeit informiert auch eingehend die wenige hundert Meter vom Hotel entfernte „Dokumentation Obersalzberg“.

Raus in die Natur

Bevor die Region zum Führersperrgebiet umgewandelt wurde, war der Obersalzberg eine Wiege des Tourismus in Berchtesgaden. „Was hier geballt an Attraktionen vor der Haustüre liegt, das ist schier endlos. Von Ausflügen auf Kinderwagenwegen bis zur Watzmann-Ostwand-Besteigung ist alles möglich. Und wir wollen, dass die Gäste raus gehen und die Natur genießen“, beschreibt Hoteldirektor Werner Müller die Vorzüge seiner Lage. Wer die Umgebung nicht auf eigene Faust erkunden möchte, kann sich

Activity-Guide Manuel anschließen. Das Programm des Skilehrers und Grenzgängers reicht vom morgendlichen Jogging über den Carl-von-Linde-Weg über anspruchsvolle Bergwanderungen bis zur Sundowner-Tour mit dem E-Bike auf den Kehlstein.

Unterhalb des Hotels befindet sich der Golfclub Berchtesgaden mit einem 9-Loch Platz sowie ein kleines Skigebiet.

Gegenüber lohnt der Besuch des Murmeltier- und Adlergeheges, in dem die Murmeltiere sogar die Kekse, die Gäste mitbringen, aus der Hand fressen. Und mit einem gemütlichen Spaziergang von etwa einer Stunde erreicht man das Gasthaus-Cafe Grafelhöhe, besser bekannt als „Windbeutelbaron“. Ein Dutzend Windbeutel – ob gefüllt mit Sahne, Erdbeeren und Vanilleeis oder mit Kräuterquark und Schinken – hat der personifizierte Windbeutelbaron Hans Ebner auf der Karte, 180 bereitet er während der Saison täglich zu. Die Rezepte stammen noch von seinem Großvater, der sie wiederum 1930 von einem Berliner Konditormeister übernommen hatte. Die Größe der Windbeutel ist ebenso beeindruckend wie die originalen, holzgetäfelten Stuben des Gasthauses und der einzigartige Blick auf den zum Greifen nahen Gipfel des Watzmanns. Ein kleines Fleckchen Erde, das auch Ulrich Heimann himmlisch findet.

Fotos: Heiner Sieger, Kempinski

www.kempinski.com/de/berchtesgaden/kempinski-hotel-berchtesgaden/

www.windbeutelbaron.de



Himmlischer Genuss, unbezahlbares Panorama: Der „Windbeutelbaron“ am Carl-von-Linde-Weg ist allemal einen Abstecher wert



Verdun

Wer Verdun besucht und die Stadt beschreiben will kann nicht die Kriegereignisse der Vergangenheit ignorieren. Die kleine Stadt im Nordosten Frankreichs, an der Maas, ist geprägt von ihrer Geschichte.

Wohin man schaut Museen, Gedenkstätten, Mahnmale, sie alle erinnern an das schreckliche Geschehen 1916, an die schreckliche Schlacht von Verdun im 1. Weltkrieg.

Die damalige Garnisonsstadt Verdun war ein strategisch wichtiges Ziel der Deutschen, die mit großem Widerstand erfolgreich von den Franzosen verteidigt wurde und zu einem Massengrab von

mehr als zweihunderttausend Soldaten beider Länder wurde.

Zum Gedenken und Erinnerung an die Opfer wurde das Mémorial de Verdun und das Beinhaus von Douaumont (Museen) in einen Teil der umkämpften Schlachtfelder gebaut, als Zeuge und Mahnmal dieses schrecklichen Geschehens. Die Dokumentation der Schlacht, mit Original-Aufzeichnungen in Wort und Bild, militärischen Ausrüstungsgeräten und den Gebeinen von mehr als 150 000 gefallenen Soldaten, beider Nationen, macht deutlich wie sinnlos Kriege sind.

Besucher der Gedenkstätte, oft Angehörige der Gefallenen, aber auch Schulklassen aus ganz Europa, sind bei dem Anblick erschüttert, entsetzt und weinen in tiefer Trauer. Niemand verlässt diesen Ort ohne die Erkenntnis, wie wichtig der seit mehr als 70 Jahren andauernde Friede

den in Europa ist. Heute ist Verdun Welthauptstadt des Friedens.

Verdun hat aber auch eine andere Seite, eine friedliche, genussvolle und landschaftlich attraktive Region erwartet



Mahnmal Douaumont

die Besucher. Die Maas (Meuse), heute immer noch Lebensader der Stadt, bietet eine Fülle von Freizeitmöglichkeiten. Wassersport, Fahrrad-Touren am Ufer der Maas und Wandern in den Hügeln rund um die Stadt.

Ein besonders beliebter Wanderweg ist der „Kulturpfad“. Auf einer Länge von ca. 18 KM, mit Skulpturen aus natürlichen Materialien von bekannten Künstlern ausgestattet. Naturliebhaber können in einem „Nest“, ein 1-Zimmerhaus im Wald, übernachten. Die Skulpturen werden von Wanderern und Kulturinteressierten aus ganz Europa bestaunt.



Schon fast makaber: Die berühmten Schokogranaten von Braquier

Kaum bekannt in Deutschland, aber nicht minder berühmt, sind die bei Franzosen sehr beliebten „Dragées“ aus der Stadt. Schon im 13. Jahrhundert erfand ein ortsansässiger Drogist eine neue Süßigkeit, die er „epice“ nannte.

Feinste Avola-Mandeln aus Syracus, umhüllt mit einem Mix aus Honig und Zucker, die berühmten Dragées waren geboren. Noch bis Ende des 19. Jahrhunderts war Verdun die Metropole für die Herstellung der beliebten Süßigkeit. Heute gibt es nur noch die Firma Braquier, die mit viel Handarbeit die traditionellen Dragées produziert und weltweit verkauft. Wir können bestätigen, dass die Dragées, in ca. 30 Variationen, eine, wenn auch nicht ganz preiswerte, Köstlichkeit sind. Besucher sind nach vorheriger Anmeldung herzlich willkommen. Ein Highlight sind



Weltfriedenszentrum im ehemaligen Bischofspalast von Verdun

die aus Bitterschokolade hergestellten „Granaten“, sehr beliebt bei Hochzeits- und Geburtstagsfeiern.

Eine Spezialität aus der Region um Verdun ist eine uns unbekannte Methode, aus Johannisbeeren, Marmelade herzustellen. Um die störenden Kerne aus der Johannisbeere zu entfernen benutzt man

eine bestimmte Gänsefeder. Damit stehen sie, natürlich in Handarbeit, ohne die Beere zu zerdrücken, den Kern heraus und bereiten aus den noch ganzen Beeren eine köstliche Johannisbeer-Marmelade. Der Genuss dieser wunderbar schmeckenden Konfitüre ist nicht jedermann vergönnt, die sehr aufwändige Herstellung verlangt ihren Preis.



Patron der süßen Tradition: Monsieur Braquier inmitten seiner Dragées

Genießer finden in und um Verdun viele Restaurants, Bistros und Gaststätten mit bürgerlicher bis feiner Küche.

Etwas außerhalb, ca. 20 Km entfernt, in Les Monthairons, liegt in einem herrlichen alten Park das Chateau des Monthairons. Das Schlosshotel mit Restaurant und kleinem Spa ist ein Refugium der Ruhe. Bei schönem Wetter genießt man guten Wein und exzellente Küche auf der großen Terrasse mit Blick in den 14 ha großen Park.



Köstliches vom Küchenchef ...

Der Küchenchef, Benoit Thouvenin, hat in berühmten Häusern Frankreichs gearbeitet und schon für Präsident Macron gekocht.

Die wenigen Zimmer des Hotels sind in gediegenem Ambiente, mit sehr vielen



Von einer herrlichen Parklandschaft umgeben, das Chateau des Monthairons

wertvollen Antiquitäten ausgestattet. Wer Ruhe, Genuss und Vive la France sucht, erlebt es hier authentisch.

Etwas moderner, aber nicht weniger komfortabel, ist das Hotel Les Jardins du Mess in Verdun mit direkter Lage am Quai de Londres. Von hier starten Ausflugsboote über die Maas. Das 2016 umgebaute Hotel wurde früher als Militärkasino genutzt. Der Küchenchef, mit dem Namen Marc Spitz, hat sein Handwerk bei keinem geringeren als Paul Bocuse perfektionieren können. Seine Küche ist konservativ, klassisch-französisch. Gradlinig, aromatisch gehaltvoll mit harmonische Raffinessen.

erkunden bleibt jedem Besucher in bester Erinnerung. Überzeugen Sie sich selbst.



Bibliothek im Chateau des Monthairons

Verdun, die Centre Mondial de la Paix, ist mehr als das. Die Stadt und die Region zu

Fotos: Anne Wantia,
Jan Vetter/www.fotoworx.de



... aus der Hostellerie du Chateau des Monthairons

Infos:

Meuse Tourisme
F 55012 BAR LE DUC CEDEX
www.tourisme-meuse.com

Mémorial de Verdun
www.memorial-verdun.fr

Beinhaus Douaumont
www.verdun-douaumont.com

Etablissements Braquier
www.dragees-braquier.fr

Hostellerie du Chateau des Monthairons
F55320 Les Monthairons
www.chateaudesmonthairons.fr

Hotel Restaurant Le Jardins du Mess
F 55100 Verdun
www.lesjardinsdumess.fr



DRF Luftrettung

...eine Frage der Zeit

Rettungsflieger kennen keine Staus.

Unterstützen Sie die DRF Luftrettung.
Werden Sie Fördermitglied.

Info-Telefon 0711 7007-2211

www.drf-luftrettung.de

Epernay

Die Stadt mit dem Duft des Champagners und der besonderen Note von Leclerc Briant

Epernay liegt inmitten von Weinbergen. Die berühmte Avenue de Champagne wird von beeindruckenden Stadtpalais' und Bürgerhäusern gesäumt, die zum Teil große Namen des Champagner-Handels beherbergen. Eleganter, eher stilvoller Wohlstand zeigt sich und lässt erkennen: Das Thema Champagner ist allgegenwärtig.

Entlang der Avenue de Champagne stehen sie alle nebeneinander, die Steinpaläste der Champagner-Häuser, Monumente einer vergangenen Zeit und doch einer recht gegenwärtigen Größe in dieser schmalen, viel befahrenen Straße, die vom Zentrum hinausführt, einen Hügel hinauf und mitten in die Weinberge hinein. Es hat etwas von guten Nachbarn, wie sie hier residieren und repräsentieren, die großen Firmen und Familien in dieser charmanten kleinen Stadt. Champagner ist hier erste Bürgerpflicht.



Der kreative „Unruhestifter“ im Haus Leclerc Briant: Frédéric Zeimett



Besonders edel, die Vinothek mit Übernachtungsmöglichkeit: LE BIS25

Die großen Namen des royalen Weines haben hier ihren Stammsitz und Handelsbüros.

Die zum Teil mehrere hundert Jahre alten labyrinthischen Keller der Stadt Épernay sorgen für eine, der Qualität dienenden Lagerung. Mindestens zweihundert Millionen Flaschen liegen hier und mindestens ebenso viele Geschichten, Mythen und Legenden geistern durch diese irreale unterirdische Stadt, die zu gleich das Sparbuch und „Innovationslabor“ der Winzer ist. Den Anspruch Epernays, sie sei die eigentliche Hauptstadt der Champagne, ist nachvollziehbar.

Eines der älteren und bekannten Häuser, das Weingut Leclerc Briant, wurde fünf Generationen familiengeführt, bevor es 2012 von einem kanadischen Kaufmann zu neuem Leben erweckt wurde und nun gemeinsam mit dem Champagnerliebhaber Frédéric Zeimett weitergeführt wird. Frédéric Zeimett, Geschäftsführer und innovativer Experte, ist ständig auf der



Champagnerherstellung anzuwenden.

Als bescheidener Wegbereiter im Dienst der Trauben erinnert er gerne daran, dass wir „vernünftigen Wesen gegenüberstehen“. Ein hochempfindlicher Ansatz, den er zusammen mit dem Team der Domaine umsetzt.

Die Weine werden teilweise in Fässern ausgebaut und bestehen immer aus verschiedenen Trauben. Die Form der Eichenfässer, die etwas oxidierenden Noten und die Stabilität aus Holz und Weinstein wirken wie eine Matrix. Eine exklusive neue Champagnersorte wird 2020 auf den Markt kommen. Ein Wein der zuerst in einer Amphore reift, danach in einem



Nach 12 Monaten aus dem Atlantik wieder aufgetaucht, die fantasievolle Kreation „Abyss“

sonderen Lagerung, diese findet nämlich in 60m Meerestiefe im Atlantik, vor der bretonischen Küste statt, dadurch entwickelt sich ein ganz besonderes Aroma.

Das Motto des Hauses: Energie für die Herstellung, Emotionen beim Trinken.

In der zum Weingut gehörenden Vinothek LE BIS 25 auf der Avenue de Champagne kann man nicht nur alle Sorten des Hauses Leclerc Briant mit fachlicher Beratung stilvoll genießen, das zur Vinothek gehörende luxuriöse B&B ist für alle die sich nicht von den edlen Tropfen trennen können eine gute Gelegenheit für eine Erholungspause.

Fotos: Anne Wantia

Info
LE BIS25
by Leclerc Briant
25 bis avenue de Champagne
F – 51200 Epernay
Tel.: +33 3 26 56 4070
www.le25bis.com



Vorgereift in einer Tonamphore: Der goldene Tropfen

Suche nach dem perfekten Geschmack in Kombination mit Farbe, Perlage, Säure und Rebsorten-Auswahl. Das Haus Leclerc Briant praktiziert eine sanfte, natürliche Bio- Weinherstellung, diese unterliegt der fachkundigen Aufsicht von Hervé Jestin. Der, dem Haus treu gebliebene Önologe hat es mit seiner Arbeit ermöglicht, die großen Prinzipien der Biodynamik zu definieren und nicht nur auf den Weinbau, sondern auch für die

Eichenfass gelagert wird, bevor er dann in einem mit Gold ausgekleidetem Stahlfass ausreift. Mit Spannung und etwas aufgeregt wird dieser Champagner, nicht nur von Fachleuten, erwartet.

Die Kreationen von Champagne Leclerc Briant gehören in die Top Liga der ganz großen Champagner. Einer aus dem Sortiment ist besonders herausragend, Der Champagner „Abyss“. Auf Grund der be-

Mallorca ...

immer eine Empfehlung



Wunsch gebucht werden, ist ein Ort der Stille. Das Motto der Therapeuten: Wellness in bester Qualität wird perfekt erfüllt.

Golfer haben die Wahl, je nach Handicap, können sie zwischen mehreren 18 Loch-Plätzen in der näheren Umgebung den für sie passenden aussuchen.

Die Zimmer und Suiten sind luxuriös, stilvoll und elegant eingerichtet. Sie entsprechen modernen Standards mit neuester, praktischer Technik. Die großzügige

Gemütliche Zimmer, alle mit Terrasse oder Balkon



Etwa eine Autostunde nordöstlich von Palma liegt Cap Vermell, ein bisher verträumter Landstrich der touristisch eher unbedeutend war. Die einzigartige Landschaft ist bekannt für ihre ökologische Bedeutung und abwechslungsreiche, seltene Flora und Fauna.

Von den Hügeln der Region hat man einen wunderbaren Blick über das Canyamel Tal auf die typisch mallorquinesischen Hügel und strahlt eine gelassene Beschaulichkeit aus, die sich beruhigend auf das Gemüt der Menschen auswirkt. Wer hierherkommt erwartet Ruhe, Ruhe und ... Ruhe.

Mitten in diesem unentdeckten Bereich fügt sich, so als hätte es schon immer dort gestanden, das Luxusresort Park Hyatt Hotel ein. Die Gebäude des Hotels sind farblieh und dem Licht der landschaftlichen Umgebung angepasst, sie wirken ergänzend, nicht störend.

Das Resort, mit herrlichem Blick bis aufs Meer, ist ein luxuriöses Refugium für Gäste mit höchsten Ansprüchen an Natur, Nachhaltigkeit, Ökologie in Verbindung



Sonnige Poollandschaft

mit dem Wunsch hier zu entspannen, aufzuladen und neue Energien zu tanken. In dieser kultivierten Eleganz bietet sich eine Fülle von anspruchsvollen Möglichkeiten eine ganz individuelle „Auszeit“ zu gestalten.

Der angeschlossenen Country Club mit einem Wellness- und SPA-Bereich, der alles was Körper, Geist und Seele beflügelt bietet, ein Personal-Trainer kann auf

Raumaufteilung ermöglicht auch bei schlechtem Wetter einen ganzen Tag im Zimmer zu verbringen.

Das Thema Kulinarik ist für das Park Hyatt eine besondere Verpflichtung. Nicht weniger als fünf Restaurants bieten exklusive Gourmetküche an. Das Spektrum ist breit. Lokale Spezialitäten wie im Balearic, in dem typisch regionale Speisen serviert werden, gehört ebenso dazu wie eine



Elegantes Ambiente im Gourmet-Restaurant VORO



Sternekoch Ávaro Salazar

Tapas Bar mit elegantem Ambiente oder das Restaurant Asia, das sich auf einen harmonischen Austausch spanisch-asiatischer Aromen konzentriert. Hier werden exotische Genüsse komponiert.

aller Zutaten soll ein perfekter Genuss für Gaumen und Zunge sein.

Was gibt es Schöneres als auf einer der sehenswürdigsten Inseln Europas, in



Cremiger Stockfisch mit Pilzen

Ávaro Salazar ist es wichtig, dass seine Gäste ihm bei der Zubereitung der Speisen zuschauen können. Gern dürfen die Gäste in die offene Küche kommen und Fragen zu den Speisen stellen.

Das VORO serviert zwei unterschiedliche Menüs. Je nach Saison werden einzelne Gerichte ausgetauscht. Kein Gast soll bei einem erneuten Besuch das gleiche essen müssen. Auf Wunsch wird auch ein vegetarisches 6-7 Gang-Menü serviert. Für den süßen Abschluss trägt die junge Pâtissière Sela die Verantwortung. Ihre Desserts sind so unwiderstehlich, dass selbst Kalorienzähler schwach werden.



Maître und exzellenter Weinkenner Mario Wolgast

Flaggschiff ist aber unbestritten, das im März dieses Jahres eröffnete Gourmet-Restaurant VORO, mit 26 Plätzen. Bei schönem Wetter sitzt man auf der Terrasse, die 36 Gästen Platz bietet.

Restaurantleiter Mario Wolgast, ein ehemals bekannter Düsseldorfer Gastronom, ist Experte für die zum Menü passenden Weine. Wer sich auf seine Empfehlung verlässt, kann sicher sein, dass auch der Weingenuß garantiert ist.

einer, noch von der Natur belassenen Landschaft, den Alltag zu vergessen und sich zu erholen? Wir sind sicher, das gibt es, versuchen Sie es, lassen Sie sich im Park Hyatt Resort im Cap Vermell Estate verwöhnen. Es lohnt sich, insbesondere kulinarisch.

Ávaro Salazar, spanischer Koch der Jahres 2018, ist einer der kreativsten Küchenchefs des Landes. Seine ausdrucksstarken Menüs betonen wie wichtig dem Koch seine Leidenschaft zu erstklassigen Produkten ist. Seine hervorragende Leistung hat er schon in einem Restaurant in Polencia beweisen können.

Er konzentriert sich ganz auf Regionalität. Mit authentischen Aromen will er seine Gäste glücklich machen. Die Harmonie



„Torrija de Sela“

Fotos: Klaus Lenser, Park Hyatt Mallorca

Info:
Park Hyatt
E 07589 Canyamell
Capdepera
Tel: +34 871 811 234
E-Mail: mallorca.park@hyatt.com
www.mallorca.park.hyatt.com

Die schöne Seite der Türkei



Es gibt sie, die bessere, sonnige, fröhliche und liebenswerte Seite der Türkei, man muss sie nicht einmal suchen, sie ist überall. Viele Menschen die im Urlaub, Ruhe, Erholung, Sonne, nette Menschen und kulinarische Besonderheiten zu schätzen wissen, finden all diese Vorzüge immer noch in der heutigen Türkei. Zu den attraktivsten Regionen zählt die Türkische „Riviera“ zwischen Alanya und Antalya.

Hier stehen die meisten exklusiven Hotels und Resorts. Jedes für sich eine Verwöhn-Oase deren oberstes Gebot ist, den Gästen auf höchstem Niveau eine entspannte erholsame Zeit zu ermöglichen.

Eines davon, das ELA Quality Resort in Belek, wird seinem Namen mehr als gerecht. Qualität ist ein gelebtes Angebot und kein leeres Versprechen. Das Resort erstreckt sich über eine riesige Fläche von



Für mehr Privatatmosphäre:
Strandsuiten mit direktem Meerzugang



Viel Platz in der großzügigen Poollandschaft

10 ha. Großzügige Zimmer, Suiten und Villen, bieten individuelle Urlaubsmöglichkeiten, ganz nach Wunsch der Gäste. Das ELA Resort ist quasi Synonym für höchste Ansprüche. Mehrere Außenpools mit ca. 6000m² Wasserfläche und diverse Wasserrutschen locken nicht nur die jüngsten Gäste. Die zahlreichen Sportmöglichkeiten wie Yoga, Aerobic, Zumba, Pilates oder Wassergymnastik, um nur einige zu nennen, sorgen für aktive Abwechslung. Man muss nichts, kann aber fast alles ausprobieren.

Der private Strandabschnitt mit der Pier-Bar ist für Sonnenhungrige reserviert, wer ganz privat bleiben möchte, mietet sich eine Strandsuite mit persönlichem Butler.

Das familienfreundliche Angebot für Kinder und Jugendliche von 1-17 Jahren



Wie im richtigen Leben: Kinderhospital ...

überzeugt mit pädagogisch durchdachten Attraktionen für alle Altersgruppen. Großer Beliebtheit erfreut sich der Interaktivbereich, Q City im Everland Q. Hier können Kinder praktische Erfahrungen aus dem Alltag der beliebtesten Berufe sammeln. Durch das sogenannte Edutainment-System – Lernen beim Spielen. Da gibt es eine komplett eingerichtete Krankenstation, wie im richtigen Leben. „Doktorspiele“ bekommen eine reale Bedeutung. Fast alle medizinischen Gerätschaften wie Stethoskop, Reflexhammer, Stirnlampe, Blutdruckmesser etc. etc. stehen für eine spielerische Arztbehandlung

zur Verfügung. Selbstverständlich steht auch ein Rettungswagen bereit.

Eine Station weiter werden die Kinder zu Feuerwehrmännern, eine Löschdemonstration – zur Freude der Kinder – mit viel Wasser, gehört ebenso dazu wie ein gut ausgestattetes Feuerwehrauto.

Eine Zahnarztpraxis mit Bohrer, Stuhl, Spültisch, alles was heute in einer Dentalpraxis dazu gehört, finden die Kinder vor. Lediglich die Zahnschmerzen muss man simulieren.

In diesem Bereich ist auch manch Erwachsener zu finden, um den in der Kindheit nicht ausgelebten Spieltrieb zu befriedigen.

Außerdem gibt es einen Mini Club für Kleinkinder ab einem Lebensjahr, auch mit deutschsprachiger Betreuung.



... und die Feuerwache

Das Resort verfügt über 583 luxuriöse Zimmer, Suiten und Villen. Es gehört damit zu den größeren in der Region. Allerdings ist die Anlage so weitläufig, dass man eher der Eindruck einer individuellen, gediegenen, unauffälligen Hotelanlage von mittlerer Größe hat. Alle Gebäude sind architektonisch sehr gut in die Land-



Bei Gästen beliebt, die Seehäuser mit eigenen Poolzugang



Der Hammam im Ab-I-Zen SPA

schaft integriert, Platz ist genug, so dass die Gäste sich nicht eingeeengt fühlen.

Ein besonderes Erlebnis ist der 4500m² große Ab-I-Zen SPA & Wellness-Bereich. Mit seinen 150 vielfältigen Angeboten von Treatments, Beauty-, Massage- und Bäder-Behandlungen und einem sehr stylischen Ambiente hat sich das ELA

Quality Resort den stolzen Ruf erworben eines der schönsten, wenn nicht das schönste SPA- und Wellness-Resort der Türkei zu sein. Selbst Kenner und Liebhaber von Relaxzonen sind erstaunt was hier alles im therapeutischen Programm steht. Die Weitläufigkeit des SPA-Areals garantiert erholsame Ruhe in allen Bereichen. Direkt neben dem SPA-Bereich be-

findet sich ein Hallenbad mit separatem Kinderbecken.

Damit am Abend keine Langeweile aufkommt können Gäste des ELA Quality Resort im eigenen römischen Freiluft-Theater wechselnde kulturelle Events besuchen. Berühmte Artisten, Show-Experten, Künstler und Musiker stehen hier auf der Bühne und begeistern das Publikum. Im Mai dieses Jahres war der bekannte russische Sänger Leonid Agutin hier und zeichnete für seine Sendung, die musikalische junge Talente fördert, eine Show auf.

Kulinarisch verwöhnt das Resort in sieben exzellenten Restaurants die für jeden Geschmack viele genussvolle Speisen bereithalten. Im Hauptrestaurant ENDERUN wird täglich ein Buffet mit einer Vielzahl von verlockenden Speisen aufgetischt. Eine sehr abwechslungsreiche Küche mit regionalen Spezialitäten und verschiedenen Fisch- und Fleischgerichten. Allein die verschiedenen Salat- und Dessert-Variationen sind verführerisch. Es fällt schwer sich zurückzuhalten. Im Hauptrestaurant wird ein abgetrennter Bereich nur für Erwachsene bereitgestellt.

Das à la Carte-Restaurant „Passion Gourmet“, nur für Erwachsene, ist ein idealer Platz für lauschige Zweisamkeit und Genuss in ungestörter Atmosphäre. Die französisch ausgerichtete Menu-Karte ist nicht sehr umfangreich, was aber mehr ein Zeichen der sorgfältigen Speisenauswahl ist.



Frischer Fisch direkt am Meer: Restaurant Alarga



Sehr delikat, die Vorspeisen im Fischrestaurant

Unbedingt empfehlenswert, bei den Gästen die Nr. 1 unter den Restaurants, ist das japanische Restaurant „Teppanyaki Hida“. Nicht nur die typisch japanischen Speisen sind ein Genuss, schon die Zubereitung der Gerichte von den zwei japanischen Köchen ist ein Erlebnis mit exklusivem Unterhaltungswert.

Fischliebhaber werden im Strandrestaurant „Alarga“ kulinarisch verwöhnt, frangfrischer Fisch in Freiluft-Atmosphäre und dazu ein türkischer Sauvignon Blanc, das alles bei romantischem Sonnenuntergang, was kann man sich mehr wünschen? Mit solchem Ambiente wird der Name des ELA Quality Resort zum Programm.

Die Restaurantauswahl wird den Gästen nicht gerade leicht gemacht. Da gibt es noch das italienische Restaurant „La Perla“, das türkische „AB-I-LAL“, das Barbecue-Restaurant „Kalamata“, das mexikanische „La Salsa“ und ein Restaurant mit Namen „SOFA“. Die AB-I-HAYAT Bar in der Lobby und diverse kleine Snack-Plätze laden dazu ein, sich den ganzen Tag dem Essen zu widmen. In fast allen Restaurants sind Getränke inklusive.



Feuerzauber: Schaukochen im Teppanyaki Hida



Frisch zubereitet, Sushi vom japanischen Koch

man spaziert – es ist fast wie Ironie – durch den Garten der Toleranz.

Geschichtsinteressierte können in den Ruinen von Aspendos auf den kulturellen Spuren der römischen Vergangenheit wandeln, hier steht das besterhaltene römische Theater der Welt.

Nicht zu vergessen, für alle die nicht sattgeworden sind, die vielen kleinen Restaurants mit köstlichen Spezialitäten in der Umgebung.

Das sind Erlebnisse die in der schönen, lebenswerten Türkei möglich sind. Probieren Sie es selbst einmal aus.

Fotos: Anne Wantia,
Ela Quality Resort Belek

Beliebt bei Klein und Groß ist die „E-Patisserie“ mit einer riesigen Kuchenauswahl und natürlich Eis in den verschiedensten Geschmacksrichtungen.

Golfspieler sind bestens in Belek aufgehoben, die „Golfhauptstadt“ der Türkei

genießt einen hervorragenden Ruf bei Golfern. Der nächste Platz ist vom Ela Resort ca. 10 min. entfernt.

Belek selbst ist eine kleine Stadt, mit Barsaren wo man sein Verhandlungsgeschick ausprobieren oder trainieren kann. Oder

Info:
Ela Quality Resort Belek
İskele Mevkii, Belek
Antalya, Türkei
Tel.: +90 444 1 352
www.elaresort.com

Sterneköchin aus heiterem Himmel

Alexandra Ziörjen rettet Restaurant und bekommt Michelin-Stern

Die Deutsche Alexandra Ziörjen betreibt ein Landhotel in Charmey in der Schweiz. Im Sommer 2018 kam der alleinerziehenden Mutter das komplette Küchenteam abhanden. 14 Jahre nicht am Herd und nie als Küchenchefin gearbeitet, musste die 38-Jährige plötzlich die Leitung der Küche übernehmen. Dann geschah ein kleines „Küchenwunder“: Der Guide Michelin zeichnete das Restaurant Nova im Romantik Hotel l'Etoile im Februar 2019 ein halbes Jahr darauf mit einem Stern aus.



„Das ist wirklich sensationell und eine unglaubliche Geschichte“, sagt Alexandra Ziörjen, über ihr eigenes Gastro-Märchen. „Nach dem Abgang unseres Küchenteams musste ich im letzten Sommer entscheiden, das Gourmet-Restaurant entweder dicht zu machen oder mich selbst in die Küche zu stellen, neben dem Job als Geschäftsführerin des eigenen Hotels und der Verantwortung als Mutter von zwei kleinen Jungs. Aber es ging um die wirtschaftliche Existenz unseres Gasthauses und die der Mitarbeiter.“

Womit Alexandra Ziörjen nie gerechnet hätte und was auch nicht ihr Ziel war: Der Guide Michelin zeichnet das Restaurant

Nova im Romantik Hotel l'Etoile im Februar 2019 mit einem Stern aus. Nicht im Traum hätte Ziörjens daran zu denken gewagt, einen Michelin-Stern zu erkochen.

Als Ziörjen die Nachricht vom Guide Michelin ereilte, konnte sie es zunächst gar nicht glauben. „Ich dachte erst, das sei ein Scherz. Natürlich träumt jede ambitionierte Köchin von einem Stern. Ich habe allerdings in erster Linie aus der Not heraus versucht, den kulinarischen Ruf unseres Restaurants zu sichern und so gut gekocht, wie ich eben konnte“, sagt Ziörjen.

„Dass Alexandra Ziörjen eine tolle Gastgeberin ist, war uns allen bewusst, dass sie auch noch sensationell kochen kann, hat sie nun eindrucksvoll unter Beweis gestellt.“

Anders als die meisten Sterneköche hat Ziörjen ihr Kochhandwerk nicht in einer Gourmet-Küche gelernt. Im Gegenteil: Nach der Schule startete die gebürtige Frankfurterin eine Ausbildung zur Köchin in einer der größten Küchen der Welt, bei den LSG Sky Chefs von der Lufthansa. Dass die Ausbildung hier zu einer der besten des Landes zählte, stellte die junge Köchin unter anderem mit dem Gewinn der Hessischen Azubi-Meisterschaft und der Teilnahme an dem Bundesfinale des Deutschen Hotel- und Gaststättenverbandes im Jahr 2000 unter Beweis. Für die beste Ausbildungsnote in ganz Deutschland erhielt die Köchin im gleichen Jahr ein Stipendium der Bundesregierung.

Alexandra Ziörjen kochte auf verschiedenen Positionen in namhaften Küchen, wie dem „Dorchester“ in London, der Ente (ein Michelin-Stern) in Wiesbaden, dem Palace Hotel in Gstaad und der Auberge de la Charrue (16-Gault-Millau-Punkte) bei Lausanne. Ab 2005 wechselte die Kö-



Alexandra Ziörjen

chin dann vom Herd hinter die Rezeption und wurde Empfangschefin im Grand Hotel Park in Gstaad. 2011 folgte dann mit dem Romantik Hotel l'Etoile in Charmey, im Herzen des Greizerlandes, im Kanton Freiburg, der Schritt in die Selbstständigkeit.

Privat schlemmt Ziörjen nicht den ganzen Tag auf Sternenniveau. Zu ihren Lieblingsgerichten zählen Quellkartoffeln mit Quark und Wurst vom deutschen Lieblingsmetzger. Ansonsten sollte bei der Köchin zu Hause im Kühlschrank Milch und Schokolade nie fehlen.



Angesprochen darauf, wie denn ihre unverhoffte Sternekarriere nun weitergehe, antwortet Ziörjen: „Jetzt bleibe ich der Küche treu und mache weiter. Der Stern ist eine große Auszeichnung und Verpflichtung für die Zukunft.“

Fotos: Romantik Hotels & Restaurants AG

Romantik Hotel Etoile
21 rue du Centre
1637 Charmey
Tel.: +41 269 27 50 50
E-Mail: info@etoile.ch
www.etoile.ch

Hotel Goldener Berg in Oberlech

Der Arlberg ruft

Wer absolute Ruhe sucht ist über den Dächern von Lech im Hotel Goldener Berg auf 1700m Höhe bestens aufgehoben. Im Winter steigen Skiläufer direkt vor der Tür in die Lifte ein und im Sommer können Spaziergänger und Wanderer auf gut präparierten Wegen die Natur erleben. Besonders eindrucksvoll wenn die Almwiesen blühen.

Das traditionsreiche Haus wurde nach vollständiger Renovierung und vielen Umbaumaßnahmen zur Wintersaison 2018/2019 wieder eröffnet. Luxuriöse Suiten und großzügige Doppelzimmer mit allem Komfort stehen dem Gast zur Verfügung. Die Ausstattung der Zimmer ist modern, aber mit traditionellen Elementen ergänzt. Die großen Balkone laden zum Sonnenbaden ein.

Im Servicebereich, mit fast ausschließlich neuen Mitarbeitern, war festzustellen, dass ein noch nicht eingespieltes Team sehr bemüht, aber noch nicht den eigenen Ansprüchen des Hotels genügend, beschäftigt ist.

Lounge und Barbereich sind Treffpunkt der Gäste zum Aperitif, im Winter locken hier der große Kamin und die kuscheligen Sessel zum Relaxen.



Felsenbad mit Blick auf die Bergwelt

Der Alpin Spa mit dem quellwassergefüllten Felsenbad und direkten Blick auf den Hausberg „Omeshorn“ ist nach einer Wanderung eine besondere Erfrischung. Die verschiedenen Saunen und der Außenwhirlpool lockern Muskeln und Gelenke. Zusätzlich werden verschiedene Massagen und Beautybehandlungen durchgeführt.

In den vier Restaurants wird unterschied-

liche Küche serviert. Besonderen Wert legt Besitzerin Daniela Pfefferkorn auf gesunde Küche. Mit der Ernährungsexpertin und Buchautorin Marion Grillparzer, die verschiedene Gesundheitsratgeber verfasst hat, wird die Glyx Diät im Hauptrestaurant angeboten. Ziel ist es durch eine bestimmte Ernährungsweise körperliches Wohlbefinden zu erreichen, mehr Leistungsfähigkeit und eine Reduzierung des Gewichts.

Wie genau die Ernährung mit Glyx-Gerichten funktioniert, konnte uns leider niemand von den Köchen erklären.

Nachhaltig dem Gast etwas mitgeben, der im Winter oder zur „Sommerfrische“ in die Berge kommt, das ist Verpflichtung des gesamten Teams vom Goldenen Berg.

Fotos: Hotel Goldener Berg, Christos Drazos



Im Winter besonders kuschelig, der Loungebereich

Info:
Hotel Goldener Berg
Oberlech 117
A-6764 Oberlech
Tel.: +43 5583 / 220 50
E-Mail: happy@goldenerberg.at
www.goldenerberg.at



„Koch des Jahres“

Alexander Gläsel und Dominik Holl kochten sich in Essen ins Finale

Der Kampf um die letzten Tickets für das Finale am 7. Okt. in Köln war spannend, außergewöhnlich und unglaublich lecker. Sechs Teilnehmer mit hohem Talent und hervorragendem Können traten an. Zwei setzten sich durch: Alexander Gläsel und Dominik Holl. Sie belegen die letzten freien Plätze im Finale auf der Anuga im Oktober 2019.

Vier Finalisten werden dort auf sie warten und mit ihnen in den Kochkampf gehen, um den renommierten Titel „Koch des Jahres“ (KDJ) und 10.000 Euro Preisgeld zu gewinnen.

Der Live-Wettbewerb war wie immer gespickt von Herausforderungen und war die Fahrt auf der Adrenalin-Achterbahn definitiv wert. Die Sponsoren vergaben weitere Preise für außerordentliche Leistungen um Abfall, Dessert und SJØ.



Die Gewinner: Dominik Holl und Alexander Gläsel

149 Bewerbungen gingen ein – sechs überzeugten ohne Zweifel

Die Challenges um gemüseorientierte Küche motivierte zahlreiche Köche sich für das dritte und letzte Vorfinale dieser Auflage des Live-Wettbewerbes „Koch des Jahres“ zu bewerben. Sechs setzten sich mit ihren Kreationen durch. Bunt

gemischt aus Österreich, Deutschland und Südtirol. Wiederholungstäter und Wettbewerb-Neulinge. Facettenreich traten die Teilnehmer auf. Eine Gemeinsamkeit hatten sie alle: Die Hingabe zu einer nachhaltigen Küche – genau richtig für die #terraedition vom „Koch des Jahres“.

Alle sechs Teilnehmer hatten eines der zwei letzten Tickets an diesem Maitag in Essen verdient. Denn sie alle kreierten unter schwierigen Wettbewerbsbedingungen hervorragende Leistungen für die zwölf Sterne- und Spitzenköche. Mit den gewissen Prisen extra setzten sich Alexander Gläsel aus dem Restaurant Brückenbar/ Baronesse aus Bolzhausen (DE) mit dem Assistenten Marcel Meinung durch. Das zweite Ticket sicherte sich Dominik Holl aus dem Restaurant Meier's ZweiSinn/ Bistro/ Fine Dining*, Nürnberg (DE) neben Assistent David Gombert. Für ihre Leistung erhielten die Spitzenköche den „Goldenen Schlüssel“ zum Finale, ein vergoldetes Messer der Firma Friedr. Dick. Die Reise mit der „Koch des Jahres“-Familia geht also offiziell weiter auf die „Road to Anuga“ und zum Finale im Oktober 2019 in Köln. Dort kämpfen sie um den prestigeträchtigen Titel „Koch des Jahres“ (KDJ), sowie 10.000 Euro Preisgeld.

Gemüse als Hauptdarsteller

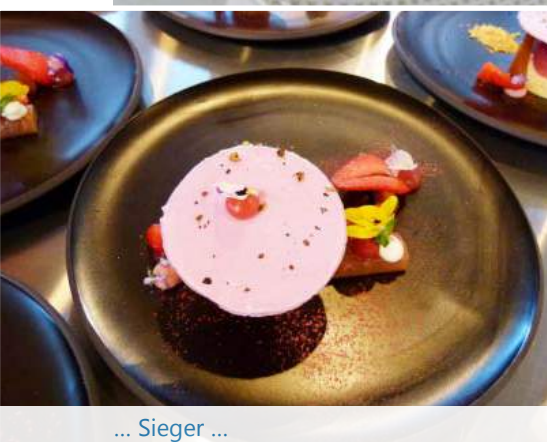
Das Niveau der Bewerber stieg in den letzten Jahren erfreulicherweise immer weiter, weshalb seit der derzeitigen 5. Auflage den Bewerbern Challenges gestellt werden, um die Menüs überhaupt miteinander vergleichen zu können. Die Challenges der #terraedition bedeuten für die Teilnehmer folgende Herausforderungen: Die Vorspeise kommt ganz und gar ohne tierische Produkte klar und ist somit vegan. Der Hauptgang folgt dem 80:20 Prinzip – 80% pflanzlich zu 20% tierisch. Das Dessert folgt vollkommen den Trends, welche die „Koch des Jahres“-Community setzt, so heißt es darin Timut Pfeffer, Rhabarber und Inspiration Erdbeere zu verarbeiten. Die Begrenzung des Warenwertes durfte wie immer 16 Euro pro Menü nicht überschreiten.

Sonderpreise für Dessertkunst, Nachhaltigkeit und Kreativität

Die Tickets für die Anuga waren nicht die einzigen Trophäen, die die Teilnehmer für



3 Gänge von den ...



... Sieger ...

sich gewinnen konnten. Die Sponsoren von „Koch des Jahres“ vergaben weitere Preise für besondere Leistungen. Carte D’Or by Langnese vergab den „Legendary Dessert“-Preis: Dieser ging diesmal an Dominik Holl. Unilever Food Solutions ehrte wieder mit dem „Sustainability Award“. Dem KDJ-Wettbewerbspartner ist der respektvolle Umgang mit Lebensmitteln ein wichtiges Anliegen, folglich geht der Preis an den Teilnehmer mit dem wenigsten Lebensmittelmüll – was durch unkompliziertes Abwiegen der Reste ermittelt wird. Michael Wankerl aus der Gerüchküche, Graz (AT) mit Assistent Christopher Beyer-Desimon, zeigte besonders viel Respekt dem Produkt gegenüber.

Die SJØ-Challenge von Friesenkrone wurde wieder am Sonntag bei der exklusiven Vorpremiere ausgetragen. Die Teilnehmer und der Wildcard-Gewinner, Koch Dennis Trommer aus Essen, kreierte für die ausgewählte achtköpfige Jury Kreationen um den besonderen SJØ. Diese Ehrung inklusive eines 500- Euro-Restaurantgutscheines ging bei der offiziellen Preisverleihung an diesem Montagabend an Dominik Holl.

Shows und Workshops für jeden Geschmack

Mit dem Rahmenprogramm des Tages um Talks, Shows und außergewöhnliche Präsentationen machte „Koch des Jahres“ den Besuchern ein Angebot, welches sie nicht ablehnen konnten. Partner von „Koch des Jahres“, wie Pacojet, Unilever



... Menüs

Food Solutions, Carte D’Or, Ron Zacapa und Valrhona begeisterten die Zuschauer wieder mit ihren Workshops, um Zubereitung, Verwendung, Cocktails und Schokoladenverarbeitung. Der 200kg schwere Thunfisch von Balfegó war wie bei jedem Event, in der KAITAI-Show, der absolute Hingucker.

„Koch des Jahres“ lud auch wieder besondere Köche ein, die auf der Bühne ihr Können und ihren Umgang mit Ressourcen zur Schau trugen. So durfte beim Thema Nachhaltigkeit Sternekoch Ricky Saward auf keinen Fall fehlen und auch Kochlegende und fünffach Michelinstern-

ausgezeichnet Paco Pérez zeigte auf der Bühne, wie man mit wenigen Handgriffen hochwertige und ausdrucksstarke Kreationen zaubern kann.

Best-of Event und Finale auf der Anuga

Bevor es auf die Zielgerade geht, gibt es für die Finalisten noch einen exklusiven Stopp beim Best-of Event. Dann schon steht nichts mehr zwischen den Talenten und dem Finale auf der Anuga in Köln – wo es wieder heißt: „Koch des Jahres“ 2019 ist...“.

Die Siegermenüs

Wettbewerbs-Menü von Alexander Gläsel aus dem Restaurant Brückenbar/Baronesse in Bolzhausen (DE)

Vorspeise:

Spargel | Oxalis | Hafer | Birke

Hauptgang: Saibling | Brokkoli | Holunderblüte

Dessert: Inspiration Erdbeere | Rhabarber | Dulcey Schokolade | Timut Pfeffer



Wettbewerbs-Menü von Dominik Holl aus dem Meier’s ZweiSinn/ Bistro/ Fine Dining*, Nürnberg in Nürnberg (DE)

Vorspeise:

„Frühlingserwachen“ – Tofu | Erbse | Kichererbse | Apfel |

Sellerie | „Buttermilch“

Hauptgang: „Marrakesch trifft Perlhuhn“ – Aubergine | Vadouvan | Paprika | Quinoa | Koriander | Cashew

Dessert: „Red Temptation“ – Inspiration Erdbeere | Timut Pfeffer | Rhabarber

Fotos: Anne Wantia,
Melanie Bauer Photodesign

Alle Informationen für Bewerber und zum Finale finden Sie unter www.kochdesjahres.de



Christian Jürgens

3-Sterne-Koch mit U31-Menu für junge Leute

Christian Jürgens: 3-Sterne-Koch aus dem Seehotel Überfahrt in Rottach-Egern will jungen Menschen die Spitzenküche schmackhaft machen. Der mit 19,5 Punkten im Gault Millau bewertete Küchenchef bietet dafür jetzt ein U31-Menu an, das ungefähr die Hälfte der üblichen Angebote in dem Restaurant kostet.

Der dreifach Michelin-prämierte Küchenchef des Althoff Seehotel Überfahrt hat sich dafür die "True Food Lover Experience" einfallen lassen, ein Schnupper-Menü für alle unter 31 Jahren, die Lust auf gutes Essen haben und die Welt der Spitzenküche kennenlernen möchten.

Christian Jürgens und sein Team möchten der Generation U31, die in der „Rushhour des Lebens“ steht, den Luxus der 3-Sterne-Michelin Welt öffnen. Ohne Verzicht auf die einzigartigen Geschmackserlebnisse, für die das vielfach ausgezeichnete Restaurant Überfahrt steht – aber zu einem bezahlbaren Preis. „Jedes Wochenende, von Freitag bis Sonntagmittag, stellt Christian Jürgens für dieses besondere Angebot ein 5-Gänge-Menü zusammen. „Sommelière des Jahres 2019“, Marietta Stegbuchner kreiert dazu das passende Wine-pairing. Auch der Dresscode ist sorglos: casual chic.

Foto: Althoff Hotels

Althoff Seehotel Überfahrt
Überfahrtstraße 10
83700 Rottach-Egern
Tel.: +49 (0) 8022 6690
E-Mail: info@seehotel-ueberfahrt.com
www.althoffcollection.com

The Landmark Mandarin Oriental, Hongkong feiert Wiedereröffnung des renommierten Amber Restaurants

Das neue Luxus-Arrangement Great Gourmet Escape, welches von The Landmark Mandarin Oriental, Hongkong lanciert wurde, bietet den Gästen ein besonderes kulinarisches Erlebnis, um die Wiedereröffnung des berühmten Hotel-Restaurants Amber sowie drei neue kulinarische Konzepte zu feiern.

Das außergewöhnliche Hotel liegt im Herzen von Central, dem berühmten Geschäfts- und Einkaufsviertel von Hongkong, nur wenige Gehminuten von den wichtigsten Galerien und Luxus-Shoppingzentren der Stadt entfernt. Seit der Eröffnung des The Landmark Mandarin Oriental, Hongkong im Jahr 2005 ist das mit zwei Michelin-Sternen ausgezeichnete Luxusrestaurant Amber der große Favorit der internationalen Gourmets und bekannt für seinen innovativen Stil, seine frischen Zutaten und eine spektakuläre Präsentation.



Küchenchef Richard Ekkebus

Unter der Leitung des kulinarischen Pioniers und Küchenchefs Richard Ekkebus gilt das Amber als eines der besten Restaurants der Welt.

Neben dem Amber öffneten am 15. Mai noch drei weitere Restaurants:

- SOMM – ein zwangloses Ganztagsrestaurant, das über 100 Weine und Sakes serviert, die von erfahrenen Sommeliers präsentiert werden.



Restaurant Amber

- Sushi Shikon – ein einzigartiges Ginza-Sushi-Erlebnis von Meisterkoch Masahiro Yoshitake, dem ersten mit drei Michelin-Sternen ausgezeichneten japanischen Küchenchef in Hongkong, limitiert auf acht Plätze.
- Kappo Rin – ein anspruchsvolles, aber zwangloses Barerlebnis mit moderner japanischer Küche, ebenfalls vom Meisterkoch Masahiro und limitiert auf acht Sitzplätze.

Ab HKD 9.888 für zwei Gäste beinhaltet das Great Gourmet Escape-Erlebnis:

- Unterbringung in einer L900 Landmark Suite
- Tägliches Champagnerfrühstück bei SOMM
- Sieben-Gänge-Menü für zwei Personen im Amber
- Late-Checkout bis 16.00 Uhr
- Priorisierte Reservierungen bei Sushi Shikon und Kappo Rin

Das Great Gourmet Escape-Arrangement gilt bis 31. Dezember 2019 ab einem Mindestaufenthalt von zwei Nächten. Die Preise gelten pro Zimmer und Nacht, basierend auf einer Doppelbelegung und zuzüglich 10% Servicegebühr. Das siebengängige Amber-Menü beinhaltet keine Getränke. Reservierungen nach Verfügbarkeit.

Fotos: Mandarin Oriental Hotel Group

Weitere Informationen unter:
www.mandarinoriental.com/landmark



Die Neueröffnung des InterContinental® Lyon – Hotel Dieu läutet eine neue Ära des Luxus ein

Die mit Spannung erwartete Neueröffnung ist das sechste InterContinental® Hotel in Frankreich

Die Eröffnung des InterContinental® Lyon – Hotel Dieu erfolgt nach vierjähriger Renovierung eines der ikonischsten Gebäude der Stadt, dem ehemaligen Krankenhaus („Hôtel Dieu“). Die Renovierungsarbeiten des Grand Hôtel Dieu Komplexes sind bis heute die größte private Transformation eines historischen Denkmals in Frankreich.

Das InterContinental Lyon – Hotel Dieu, das Teil des Grand Hôtel Dieu ist, wurde vom bekannten Innenarchitekten Jean-Philippe Nuel entworfen. Es war ihm besonders wichtig, die Schönheit und Architektur des Gebäudes zu erhalten, gleichzeitig jedoch ein zeitgemäßes, dezent-luxuriöses Design zu schaffen, das seinen Ursprung in der Geschichte Lyons und des Gebäudes selbst hat.



Die Stadt ist für ihre florale Kunst bekannt, die eine Inspirationsquelle für die lokale Seidenindustrie war – und sich auch im Design des Hotels finden lässt.

Foto: Eric Cuvillier

InterContinental Lyon – Hotel Dieu
20, Quai Jules Courmont
69002 Lyon

E-Mail: reservations.lyon@ihg.com et
Tel.: (+33) 04 26 99 23 23
www.intercontinental.com

Neuer Look für die luxuriösen Royal Villas im Kempinski Hotel Ishtar – Totes Meer, Jordanien

Die beiden Royal Villas im Kempinski Hotel Ishtar Dead Sea in Jordanien zeigen sich nach einer 1.5 Millionen Dollar teuren Renovierung im neuen Look: Die Villen bieten einen herrlichen Blick über das Tote Meer und sind der perfekte Rückzugsort für anspruchsvolle Reisende, die sich den ganz besonderen Luxus gönnen möchten. Das größte Naturheilbad der Welt befindet sich direkt hinter dem privaten Swimmingpool und dem Whirlpool der jeweiligen Villa.



in Dolby Surround, Sauna und Dampfbad ergänzen das großzügige Angebot. Eine kostenfreie Massage im Behandlungsraum der Villa ist mit inbegriffen.

Das preisgekrönte Luxushotel liegt anmutig am Ufer des ältesten Naturbades der Welt – dem Toten Meer – inmitten von Gärten mit Lagunen, Wasserfällen und privaten Pools. Eine wahre Oase der Ruhe voller alter Olivenbäume und Palmen. Das Kempinski Hotel Ishtar wurde in liebevoller Anlehnung an die Hängenden Gärten von Babylon entworfen und verfügt über 345 Zimmer und Suiten in einem stilvollen arabischen Denkmalgebäude, das klare und einfache Linien in ein arabisches Thema einfügt. Für einen luxuriöseren und exklusiven Aufenthalt bietet das Hotel zwei Ishtar-Villen, die mit einer geschmackvollen, modernen Einrichtung ausgestattet sind. Das Hotel verfügt auch über eines der größten Spas im Mittleren Osten auf 10'000 qm.

Fotos: Kempinski Hotels

www.kempinski.com

„Mit der Renovierung der Ishtar Royal Villas bieten wir ein einmaliges Luxuserlebnis inmitten natürlicher Schönheit in einer einzigartigen Destination“, so Marc Guenther, General Manager im Kempinski Hotel Ishtar.

Die Designer ließen sich vom Architekturkonzept des Hotels, das den Hängenden Gärten von Babylon nachempfunden wurde, inspirieren und paarten es mit einem schlanken, zeitgemäßen Ansatz für jeden Geschmack. Harmonische Farben und Materialien spiegeln den Boden und die Strandmuster des Toten Meeres wider und verbinden diesen einzigartigen Ort mit Eleganz und einem heimeligen Gefühl. Verzierte Wände aus Eichenholz unterstreichen das stilvolle Ambiente der Villen, die je über drei Schlafzimmer mit Marmorbädern verfügen und durch die großen Glasfronten zu den Terrassen den Blick auf das Tote Meer freigeben. Esszimmer für bis zu 12 Gäste, vollausgestattete Küchen und Audio-Systeme

Vom Fine Dining zum exzellenten Schüsseldienst: Felix Mielke bringt Genuss in die Schüssel

Im Le Faubourg hat Felix Mielke bewiesen, dass er die moderne Haute Cuisine beherrscht. Doch nach sieben erfolgreichen Jahren als Küchenchef dort sucht er eine neue Herausforderung. Und das recht radikal für einen Koch seiner Klasse: Felix Mielke eröffnet einen anspruchsvollen Imbiss. Was wie ein Paradoxon klingt, ist die zeitgemäße Art, Nachhaltigkeit und Hochgenuss ganz direkt auf den Tisch zu bringen. Der 34-jährige Berliner möchte unkomplizierter arbeiten und dabei auch vergessenen Produkten eine Chance geben. So wird er zum Beispiel die Schulter dem Rücken des Rindes vorziehen oder nach dem Nose to Tail Prinzip mit Produkten überzeugen, die doch noch selten auf den Tellern gehobener Gastronomie landen. Mit seinem Handwerk, das er im Savoy Hotel Berlin, im Ritz Carlton und im Le Provençal gelernt und im Le Faubourg als Küchenchef perfektioniert hat, wird er natürlich auch in der Einfachheit mit genussvollen Überraschungen aufwarten.

Auf der Karte im Schüsseldienst findet sich „Grüner Salat“, der mit Avocado, Superfood wie Quinoa, Grünkern, Wildreis, Gurke, Spinat, Pecannuss und Joghurt-Sesam-Dressing zum Geschmackserlebnis wird. Außerdem dabei sind Bohne und Pancetta, den Felix Mielke dem deutschen Speck vorzieht, Pulled Chicken mit Kichererbsen, Curry, Blumenkohl, Curry Cale, Mandeln, Schafskäse und Granatapfel oder Rinderrippchen, die mit Süßkartoffeln, Chili und Kräutern punkten. Das Zusammenspiel aus Gewohntem und völlig anderem zieht sich durch sämtliche Speisen bis zum Milchreis – als facettenreiches Dessert mit Salzkaramell und Mandelkrokant.

Die Gelegenheit, als Küchenchef aus gewohnten Bahnen auszubrechen, gab ihm Christian Mielke. Der 46-Jährige ist der Cousin von Felix Mielke. Aufgewachsen in Berlin kennen sich die beiden seit ihrer Kindheit und verstehen sich ohne große



Worte. Als Christian Mielke überlegte, was er aus dem kleinen Ladengeschäft im Schöneberger Akazienkiez machen sollte, zögerte Felix Mielke nicht lang, ihm von seiner Idee, etwas Neues in der Gastronomie anzufangen, zu erzählen. „Es ist eine Fügung, dass wir beide gerade jetzt zusammengefunden haben“, erklärt er das Glück, von dem die Gäste nun beim Lunch und beim Dinner profitieren dürfen. Dass der kleine Laden nur sechs Stehplätze bietet, ist konsequent: Schüsseldienst soll tatsächlich ein Imbiss sein. Und auch wenn es Spaß machen wird, Felix Mielke in der kleinen Küche hinter dem Tresen beobachten zu können: Es geht hier nur um richtiges gutes Essen, nicht um ewiges Verweilen, lange Dinner-Dates oder endlose Lunch-Besprechungen. Für solche Zwecke wird der Schüsseldienst künftig (Lunch-) Caterings anbieten bei Meetings oder Tagungen und sämtliche Speisen für alle Gäste auch zum Mitnehmen umweltfreundlich verpacken. Schüsseldienst ist montags bis samstags 12.00 – 21.00 h geöffnet.

Foto: Florian Kottlewski

Schüsseldienst
Akazienstraße 3a
10823 Berlin
Tel.: +49 (0) 1705862727
E-Mail: info@schusseldienst-berlin.de
www.schusseldienst-berlin.de

Sommerferien: Preise für Mietwagen steigen im Schnitt um bis zu 54 Prozent

- Preise in Griechenland und Portugal verdoppeln sich sogar, in den USA nur moderater Anstieg
- In Spanien kostet ein Leihwagen trotz Anstieg im Schnitt maximal 29 Euro pro Tag
- CHECK24-Mietwagenexperten beraten bei allen Fragen zur Mietwagenbuchung

Die Mietwagenpreise während der bevorstehenden Sommerferien steigen in beliebten Urlaubsländern an. In der teuersten Ferienwoche zahlen Urlauber für ihr Leihfahrzeug durchschnittlich 40 Euro pro Tag. Das sind 54 Prozent mehr als im Jahresmittel (26 Euro).*)

Am stärksten fällt der Preisanstieg in Griechenland und Portugal aus. In beiden Ländern wird in den Sommermonaten mehr als doppelt so viel Wagenmiete fällig als über das gesamte Jahr hinweg. Vergleichsweise wenig steigen die Mietwagenpreise in den USA – 24 Prozent verglichen mit dem Jahresschnitt. Dieser liegt mit durchschnittlich 46 Euro pro Tag aber deutlich über den europäischen Urlaubsländern.

In keinem anderen Land buchen CHECK24-Kunden so häufig einen Mietwagen wie in Spanien. Dort kosten Leihfahrzeuge im Sommer 61 Prozent mehr als im Jahresdurchschnitt. Trotzdem bewegen sich die Mietpreise auf einem vergleichsweise niedrigen Niveau: Selbst in der Hauptreisezeit zahlen Mietwagenkunden durchschnittlich maximal 29 Euro pro Tag.

Weitere Informationen zur Methodik
und Preisverläufe der betrachteten
Länder unter:
www.ots.de/JdRzDs

Mit Gästekarte Oskar sind Bahn, Bus und über 60 Freizeitziele inklusive Carte Blanche für die Ostschweiz

Sie ist Freifahrtschein und Eintrittskarte zugleich: Wer in seinem Hotel die Gästekarte Oskar zubucht, hat die Ostschweiz in der Tasche. Mit diesem Joker geht's kostenfrei per Bahn, Bus und Postauto durch sechs Kantone. Zusätzlich ist die Karte Ticket für über 60 Freizeitziele, darunter die Bodensee-Schiffahrt, Bergbahnen, Museen und Freibäder. Erhältlich ist sie in 26 Oskar-Partnerhotels schon ab zwei Übernachtungen für 10 Franken pro Tag für drei bis acht Tage.

Doch was gibt es in der Ostschweiz zu erleben? Jede Menge! Wir haben beispielhaft drei ereignisreiche Tage mit Sparpotenzial «vorgeplant».



Erlebnissrundfahrt im Appenzellerland per Zahnradbahn und Schiff

Wer weiss schon, dass das Appenzellerland fast am Bodensee liegt. Es ist nur ein paar Höhenmeter entfernt. Vom Bahnhof Rorschach Hafen nämlich geht's mit der Zahnradbahn erstmal 400 Meter nach oben – mit Glück sogar im offenen Ausblickswagen! www.sbb.ch

Toggenburg: Ein klangvoller Tag zwischen Churfürsten und Säntis

«Klingt gut» ist der Slogan der Ferienregion Toggenburg. Sie liegt im Kanton St.Gallen zwischen Säntismassiv und den sieben Churfürstengipfeln. Klang und Musik spielen hier traditionell eine Hauptrolle. Eigene und ganz sinnliche Erfahrungen dazu bietet Gästen ab 1. Juni wieder der Toggenburger Klangweg, zu

erreichen mit der Sesselbahn von Wildhaus aus. Auf 1.300 Meter Höhe laden 27 Klanginstallationen zum Experimentieren ein, darunter klingende Baumstämme, singende Felsenlöcher und Windspiele aus Kuhglocken.

Ein Museumstag zwischen St. Gallen und Bodensee

Museumsfans kommen in der Ostschweiz voll auf ihre Kosten. Für den Start in einen Oskar-Kulturtag bietet sich die Kantonshauptstadt St.Gallen an, und hier gleich das Herz der Weltkulturerbe-Stadt: die berühmte Rokoko-Stiftsbibliothek.

Die barocke Stiftsbibliothek gehört seit 1983 zum UNESCO-Welterbe



Der barocke Büchersaal hütet über 160.000 Bände, darunter kostbarste, von Hand geschriebene und illustrierte Bücher. In diesem Jahr erstmals ausgestellt ist das Original des St.Galler Klosterplans, der vor 1.200 Jahren auf der Bodensee-Insel Reichenau entstand. Er zeigt den idealen Grundriss eines perfekten Benediktinerklosters. Nur ein paar Straßenzüge entfernt entführt das Textilmuseum in die Welt der Stoffe. In diesem Jahr zeigt es Artisten- und Clownskostüme aus 100 Jahren Circus Knie.

Die Ostschweizer Gästekarte Oskar gibt es wahlweise für drei bis acht Tage. Kaufen kann sie, wer mindestens zwei Übernachtungen bei einem der Partnerhotels bucht.

Fotos: Schweizerische Bodensee Schiffahrt, Säntis-Schwebbahn

Weitere Informationen, ein Überblick über teilnehmende Gastbetriebe und alle Ausflugsziele: www.oskarferien.ch

Neuer, 12 Kilometer langer Wanderweg auf den Spuren Søren Kierkegaards in Nordseeland

Wanderroute, Kierkegaard-Zitate und Hintergrundinformationen auch als App für iPhone und Android

Nordseeland hat eine neue Attraktion für Naturliebhaber: Der Kierkegaard-Wanderweg führt über insgesamt 12 Kilometer rund um Gilleleje, einst Rückzugsort des großen Philosophen und heute einer der beliebtesten Urlaubsorte an der Küste der sogenannten „Dänischen Riviera“. Der im Mai offiziell eröffnete Rundgang folgt den Spuren Søren Kierkegaards und lädt zu Bewegung und Reflexion in der Natur ein. Tafeln mit Zitaten des Philosophen regen unterwegs zu Gedanken rund um die großen Fragen des Lebens an. Alle Texte sind auch in deutscher Übersetzung wiedergegeben. Die App „Kierkegaard by Nature“ bereitet die Inhalte der Route zudem digital für iPhone und Android auf. Die neue Wanderroute ist mit blau-weißen Schildern mit Kierkegaard-Silhouette markiert.

Kierkegaard Wanderweg an der Küste



Die App „Kierkegaard by Nature“ steht passend zum Kierkegaard-Wanderweg für iPhone und Android kostenlos zum Download bereit. Die App bietet neben weiterführender Information zu Leben und Werk des großen Dänen unter anderem auch eine GPS-Karte des Wanderwegs, mit der sich die gesamte Route oder Teile des neuen Kierkegaard-Wegs bequem zurücklegen lassen.

Foto: Kierkegaard by Nature

www.kierkegaardbynature.com
www.visitnordseeland.de

Kulinarische Reise durch das The Biltmore Miami in Coral Gables

Das „The Leading Hotels of the World“-Mitglied The Biltmore erstrahlt dieses Jahr nach einer fast 30 Millionen Dollar Renovierung der Zimmer und des Golfplatzes in neuem Glanz. Kulinarisch kann das Hotel seine Gäste ebenfalls überzeugen. Eine mehrfach ausgezeichnete Sterneküche mit Blick auf den berühmtesten Hotelpool der US-Ostküste sowie der legendäre Sunday Brunch laden die Besucher zum Genießen ein.

Das kulinarische Angebot des Hauses bietet eine gute Mischung aus lokaler und gehobener internationaler Küche. Das Team, das von Küchenchef David Hackett geleitet wird, bietet ein hohes Maß an Qualität und Kreativität mit außergewöhnlichen Präsentationen. Insgesamt verfügt das Hotel über vier Restaurants, zwei Bars und einen klassischen Tee-Service am Nachmittag, der von Live-Musik begleitet wird.

Palme d'Or

Das französische Restaurant steht für elegantes Speisen, ein Höchstmaß an Qualität und einen unübertroffenen erstklassigen Service. Das von dem Sternekoch Gregory Pugin geführte Palme d'Or ist eines der wenigen AAA Five Diamond Restaurants in Florida. Mit Blick auf den Pool des Hotels bietet das Restaurant traditionelle französische Speisen und neuinterpretierte Klassiker mit frischen, lokalen und nachhaltig angebauten saisonalen Zutaten.

Restaurant Palme d'Or



Fontana

Im Fontana können die Gäste eine italienisch inspirierte Küche, gepaart mit lokalen und saisonalen Zutaten und einer erlesenen Weinliste genießen. Die gemütliche Rustikalität des in Stein und Fliesen gehaltenen Interieurs, die Freiluft-



Restaurant Fontana

küche und der Holzofen verschmelzen mit der üppigen Landschaftsarchitektur des Innenhofs in dessen Mitte ein Brunnen steht. Für das kulinarische Konzept zeichnet der aus Ferrara stammende Chef Giuseppe Galazzi verantwortlich. Im Fontana wird eines der populärsten und aufwändigsten Sunday Brunches in Miami angeboten. Im gemütlichen Interieur des Innenhofes bietet der Brunch eine große Auswahl mit Stationen für Omelette, Sushi, tranchierten Braten, Pasta und Tapas sowie Desserts.

Cascade

Das Cascade befindet sich unter einem sieben Meter hohen Wasserfall und blickt auf den Pool des Biltmore, den Golfplatz und die dahintergelegenen Gärten. In eleganter Atmosphäre werden täglich wechselnde Gerichte aus der Wellness-Küche, mit Schwerpunkt auf lokalen, gesunden und biologisch angebauten Zutaten serviert. Die Cascade Bar ehrt Europas beliebtestes Wiesenspiel, das Petanque, das auf dem benachbarten Platz gespielt wird.

19th Hole Bar & Grill

Als klassisches Clubrestaurant und Bar bietet das 19th Hole einen Blick auf den Golfplatz des The Biltmore Hotels. Gäste können das Frühstück sowie ein leichtes Abendessen auf der Terrasse oder im Inneren genießen. Zum Lunch sind die legendären Club Sandwiches sehr begehrt. Sportbegeisterte Golfer können auf den aufgestellten Flachbildfernsehern alle Sportevents live verfolgen.

Fotos: The Biltmore Hotel

Weitere Informationen unter:
www.biltmorehotel.com

Kulinarischen Entdeckungsreisen nur für Frauen

WomenFairTravel lädt reiselustige Frauen zu kulinarischen Entdeckungsreisen auf der ganzen Welt ein

Regionale Küche und kulinarische Erlebnisse mit Einheimischen stehen seit einigen Jahren bei Reisenden hoch im Kurs und sind auch bei dem Berliner Reiseveranstalter fester Bestandteil der weltweiten Frauenreisen. Von Marokko bis Mongolei ist alles dabei.



Tungaa – Reiseleiterin und vegetarische Köchin in der Mongolei

Vegetarische Highlights und Frauen-Power in der Mongolei

Ein hervorragendes Beispiel für die Power des Networkings unter Frauen ist der vegetarische Kochkurs, der zwei Agenturen in der Mongolei zusammenbrachte. Reiseleiterin und Insiderin Tungaa tat sich mit Köchinnen einer Reittrekking-Agentur zusammen.



Die bezaubernde Küche Marokkos in der Einfachheit der Wüste erleben

Ein unerwartetes Highlight dürfen Frauen auf der Kameltrekking-Tour durch die

südmorokkanische Wüste erleben: Koch Malaga bereitet aus lokalen Zutaten und Mitgebrachtem wahre Gourmetmahlzeiten zu – und das mitten in der Wüste! Saftige Orangen und süße Datteln, knackiger Rucola, getrocknetes Fleisch, und frische Minze und Kurkuma werden aus den Kameltaschen gezaubert und draußen über offenem Feuer zu Poulet au Citron, Tajine Royal oder marokkanischem Salat mit Orangen verarbeitet.

Buchautorin Marika



Kochbuchautorin und Gastgeberin Marika

Die in Deutschland aufgewachsene und New York lebende Estin Marika gibt in Kürze ihr zweites Kochbuch ("Cooking with Marika – Clean Cuisine from an Estonian Farm") heraus. Auf der 10-tägigen Estland-Reise können die Teilnehmerinnen Marikas Lebensphilosophie – Einfachheit, Lebensfreude und Gelassenheit – aus erster Hand in ihren Gerichten erleben.

Fotos: WomenFairTravel GmbH

WomenFairTravel GmbH
Crellestr. 19/20
10827 Berlin
Tel.: +49 30 2000 52030
E-Mail: info@womenfairtravel.com
www.womenfairtravel.com

Der „Wild- und Freizeitpark Klotten“ an der Mosel

Klotti's Dampfmaschine wird im Sommer eröffnet

Die Wildwasserbahn „Zum Rittersturz“, mehrere Riesenrutschen und der Wasser-Bob gehören zu den rund zwanzig Attraktionen des „Wild- und Freizeitparks Klotten“. Der „Klotti-Park“ liegt auf einem 30 Hektar großen Gelände hoch über der Mosel bei Cochem. Sein Angebot wächst Jahr für Jahr – immer stehen Attraktionen für Familien im Mittelpunkt. Viele Attraktionen sind speziell auch für kleine Kinder gedacht.

So begeistert seit Sommer 2018 „Klotti's Abenteuerbauernhof“ viele Kinder. Für sie kommt in der Saison 2019 auch „Klotti's Dampfmaschine“ hinzu. Sie lässt sich mit ihren Maschinenteilen und Werkzeugen von innen entdecken, indem man durch Tunnel klettert und eine Balancierstrecke überwindet.

Neben der Weiterentwicklung zum Freizeit- und Abenteuerpark spielt der Wildtierbereich immer noch eine große Rolle. Über 50 verschiedene Wildtierarten können in großzügigen Natur- und Streichelgehegen besucht werden. Entlang des zweieinhalb Kilometer langen Rundwegs begegnen den Gästen sowohl heimische Wildtiere als auch Exoten wie Nasenbären, Nandus oder Papageien. In der Falknerei werden täglich Flugvorführungen präsentiert.

Zum Veranstaltungsprogramm gehören zum Beispiel das Kinderoktoberfest vom 3. bis 6. Oktober 2019 und die Halloweenwoche vom 25. bis 31. Oktober 2019. Schulkinder, die 2019 in Rheinland-Pfalz eingeschult werden, haben in der Zeit vom 12. August bis 29. September 2019 freien Eintritt. Der Klotti-Park hat bis zum 3. November 2019 geöffnet.

Info:
Wild- & Freizeitpark Klotten/Cochem
Wildparkstraße 1
56818 Klotten
Tel.: +49 (0)2671/60544-0
E-Mail: [info\(at\)klotti.de](mailto:info(at)klotti.de)
www.klotti.de

Neues aus Kur- und Heilbädern *Wellness* Fitness/Health Gesundheit

Der Mittelrhein Boppard und Bad Salzig

Im Einklang mit Körper und Seele

Anne Wantia

Psychosomatische Erkrankungen – meist bedingt durch Stress-Situationen am Arbeitsplatz – Mobbing, Burn-out, Schlafstörungen und chron. Tinnitus gehören zu den am häufigsten diagnostizierten „Lebensbeeinträchtigungen“ vieler Menschen. Viele Betroffene wissen nicht wo sie abschalten und regenerieren können.

Der Hausarzt ist Therapeut und Ratgeber in Personalunion. Zu den anerkanntesten deutschen Fachkliniken und von vielen Patienten empfohlen gehört die Mittelrhein-Klinik Bad Salzig.

Dr. Matthias Rudolph, Facharzt für Psy-

chosomatische Medizin und Ärztlicher Direktor der Klinik, hat sich die Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit im Erwerbsleben der Rehabilitanden zum Ziel gesetzt. Das Haus mit 178 Betten, teilweise behindertengerecht ausgebaut, liegt mitten in einem herrlichen Kurpark in absolut ruhiger Lage. Verschiedene Aufenthaltsräume, der Speisesaal sowie eine gemütliche Lounge sind beste Voraussetzungen zum Wohlfühlen und Erholen. Im historischen Bäderhaus aus dem Jahre 1907 finden die Physikalischen Therapien statt. Der moderne Anbau mit Schwimmbad, Saunen und Ruheräumen lädt dazu ein, die Seele baumeln zu lassen.



Historisches Bäderhaus in Bad Salzig

Wellness



Waldbaden ...

Die vielfältigen diagnostischen Angebote und die verschiedenen, auf die jeweilige Erkrankung abgestimmten Therapiebausteine, bieten beste Voraussetzungen für eine nachhaltige Rehabilitation. Die Klinik teilt sich in zwei Bereiche auf – Psychosomatische Medizin und Psychoonkologie. Beide Abteilungen arbeiten übergreifend um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. Die Therapiepläne bestehen aus zahlreichen Modulen die jeweils individuell für den Patienten festgelegt werden. Das Küchenteam achtet auf ausgewogene Mahlzeiten nach den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Für die Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit ist eine gesundheitsorientierte und abwechslungsreiche Ernährung wichtig. Frühstück und Abendessen wird in Büfettform angeboten, mittags kann man unter verschiedenen Menüs auswählen.

Neben den medizinischen Therapien hat der Patient die Möglichkeit an Aktivtherapien teilzunehmen. Diese werden je nach Neigung und Krankheitsbild in das Behandlungsprogramm eingefügt. So gibt es eine Gartentherapie, die kreatives Arbeiten ermöglicht. Durch diese Projektarbeit ist auf dem Klinikgelände der „Garten der Sinne“ entstanden, mit Barfußpfad, Kräuterspirale und Ruheplatz. In der Kunsttherapie sollen durch schöp-

ferisches Gestalten neue Wege eröffnet werden.



... mit Dieter Monsieur

Für Tinnitus-Patienten ist „Waldbaden“ neue Therapieform, dadurch soll eine Verbesserung der Entspannungsfähigkeit und natürliche Regeneration und Ressourcenorientierung gefördert werden.



Neues aus Kur- und Heilbädern

Wellness

Fitness/Health

Gesundheit



Dieses neue Konzept wird in Zusammenarbeit mit dem zertifizierten Kursleiter Waldbaden, Dieter Monsieur, durchgeführt. Was passiert beim Waldbaden? „Staunen und Schlendern, den Wald riechen, fühlen und schmecken“, so Dieter Monsieur. Ca. 3 Stunden begleitet er die Kursteilnehmer durch den Wald und gibt immer wieder Impulse, wie z.B. mal die Baumrinde zu fühlen, an Laub zu riechen oder Käfer zu beobachten. Zum Abschluss gibt es noch eine Achtsamkeitsübung aus dem Quigong. Sich auf das Waldbaden einzulassen ist nicht ganz einfach, sind wir doch heute viel zu geprägt von der Hektik um uns herum. Aber ein Versuch lohnt auf jeden Fall. Waldbaden für alle: 14 täglich in Boppard mit Dieter Monsieur.

Für die Freizeitgestaltung bietet die Klinik eine Vielzahl an Sportmöglichkeiten. Regelmäßig finden Vorträge zu unterschiedlichen Themen statt, für die Kreativen gibt es Mal-, Näh- und Töpferkurse. Des Weiteren steht eine umfangreiche Bibliothek bereit und im Sommer werden regelmäßig Konzerte im Kurpark veranstaltet.



Immer wieder neue „Traum“-Aussichten

Außerhalb der Klinik ist für reichlich Abwechslung gesorgt. Boppard, Bad Salzgit ist ein Ortsteil, liegt 4 km entfernt. Das Städtchen wartet nur darauf entdeckt zu werden. Bei einer Führung erfährt man alles über die 2000 Jahre alte Stadtgeschichte, gehörte Boppard doch zu den bedeutendsten römischen Siedlungen am Mittelrhein. Mitte des 4. Jhd. entstand hier eine Festungslage mit dem Namen Bodobrica, woraus sich der Name der Stadt ableitet. Noch heute kann man sich davon überzeugen wie beeindruckend

das spätrömische Kastell war, denn die Reste der Festungsmauern umschließen den heutigen Ortskern. Sehenswert auch die gotische Karmeliter-Kirche, eine der reich ausgestatteten Kirchen im Rheintal, mit vielen Mariendarstellungen wie z.B. der Traubenmadonna (außen). Seit ca. 1 Jahr ist dort ein Kolumbarium eingerichtet in das man sich einkaufen kann. Die spätromantische St. Severus Kirche mit ihren dekorativen Malereien und dem Triumphkreuz gehört zu den bedeutendsten Bauwerken in Rheinland-Pfalz.

Blick auf die Christus Kirche durch die von den Römern gebaute Stadtmauer in Boppard



Viele der alten Fachwerkhäuser beherbergen heute Restaurants oder Cafés. Das Haus von Schnuggelelsje, Ecke Kronengasse, ist eines der ältesten Fachwerkhäuser, leider heute ohne das einst bei Kindern so beliebte Süßigkeiten-Lädchen



Rustikale Brotzeit mit Weinprobe im „Heilig Grab“

der Frau Heimbürger. Im ehemaligen Teehäusje ist das Café Zeitgeist zu Hause und verwöhnt die Gäste mit selbstgebackenen Kuchen und Torten. Bei schönem Wetter lädt die einzigartige Rheinpromenade zum Bummeln und Genießen ein. Direkt am Rheinufer betreibt der Karmeliterhof ein Restaurant mit dazugehörigem Aussenbereich. Mediterranes Flair

und eine leckere Küche – was will man mehr?

Radfahrer und Wanderer kommen rund um Boppard auf ihre Kosten, der 120 km lange Rheinradweg führt direkt durch den Ort und wunderbare Wanderwege erschließen das Rheintal. Die Bopparder Traumschleifen, Rundwanderwege zwischen 5 und 15 km Länge, bestätigen wie schön es in und um Boppard ist.

Last but not least darf der Wein nicht in Vergessenheit geraten. Das kleine, feine Anbaugebiet Bopparder Hamm liegt vor den Toren der Stadt. Die Südlage mit einem idealen Neigungswinkel ist beste Voraussetzung für den Anbau hochwertiger Weine. In der größten zusammenhängenden Rebfläche am Mittelrhein finden sich überwiegend Rieslingreben, die immer noch in mühevoller Handarbeit geerntet werden. Vom Ergebnis kann man sich bei einer Weinprobe in einer der Weinstuben, wie z.B. in der ältesten Weinstube Boppards, dem „Heilig Grab“ überzeugen.

Als Übernachtungsmöglichkeit empfiehlt sich das Park Hotel in Bad Salzig. Die farbenfrohen, sehr individuell gestalteten Zimmer und der tolle Wellnessbereich stehen für Erholung pur. Der Inhabersfamilie Joswig liegt das Wohl ihrer Gäste stets an erster Stelle.



Café „Zeitgeist“ im renoviertem Fachwerkhaus

Fotos: Anne Wantia

Info:
Mittelrhein-Klinik Bad Salzig
www.mittelrhein-klinik@drv-rip.de
Waldbaden
www.klangundnatur.de
weitere Info Boppard
www.tourist@boppard.de
www.karmeliterhof-boppard.de
www.heiliggrab.de
www.cafezeitgeist.jimdo.com
Park Hotel Bad Salzig
www.park-villa.de



Blick auf Boppard und den Rhein von der „Traumschleife“



Joswigs Park Hotel in Bad Salzig

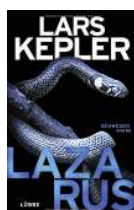


Eine eigene Art von Literatur!

Scharnow

Bela B Felsenheimer
Heyne Verlag
416 Seiten, 20,00 Euro
ISBN: 978-3-45327-136-4

In Scharnow, einem Dorf nördlich von Berlin, ist der Hund begraben. Scheinbar. Tatsächlich wird hier gerade die Welt gewendet: Schützen liegen auf der Lauer, um die Agenten einer Universalmacht zu vernichten.



Das Böse ist immer und überall

Lazarus

Lars Kepler
Bastei Lübbe
640 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-78572-650-1

Der gefährlichste Serienmörder Schwedens wurde vor Jahren für tot erklärt. Er war bei einem Polizeieinsatz von mehreren Kugeln getroffen in den Fluss gestürzt. Seine Leiche wurde nie gefunden. Als nun der Schädel von Joona Linnas toter Ehefrau in der Wohnung eines Grabschänders entdeckt wird, ahnt Joona Linna das Unvorstellbare.



Zwei Frauen im Rachefieber ...

Wie du mir - So ich dir

Amy Gentry
C. Bertelsmann
416 Seiten, 15,00 Euro
ISBN: 978-3-57010-371-5

Die junge Comedian Dana Diaz begegnet nach einem missglückten Auftritt der IT-Spezialistin Amanda. Als Frauen in typischen Männerberufen klagen sie sich ihr Leid, denn beide sahen sich in der Vergangenheit häufig mit sexuellen Belästigungen oder Übergriffen konfrontiert. Lange haben sie dies einfach erduldet, jetzt wollen sie selbst für Gerechtigkeit sorgen.



Steigende Berliner Innenstadt-Mieten im Visier

Schäffchen im Trockenen

Anke Stelling
Verbrecher Verlag
272 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-95732-338-5

Resi hätte wissen können, dass ein Untermietverhältnis unter Freunden nicht die sicherste Wohnform darstellt, denn: Was ist Freundschaft? Die hört bekanntlich beim Geld auf. Die ist im Fall von Resis alter Clique mit den Jahren so brüchig geworden. Resi hätte wissen können, dass spätestens mit der Familiengründung der erbfähige Teil der Clique abbiegt Richtung Eigenheim und Abschottung.



Ausgezeichnet mit dem Preis der Leipziger Buchmesse 2019

Wolfszeit

Deutschland und die Deutschen 1945 - 1955

Harald Jähner
Rowohlt
480 Seiten, 26,00 Euro
ISBN: 978-3-7371-0013-7

Harald Jähners Mentalitätsgeschichte der Nachkriegszeit zeigt die Deutschen in ihrer ganzen Vielfalt: etwa den „Umerzieher“ Alfred Döblin, der das Vertrauen seiner Landsleute zu gewinnen suchte, oder Beate Uhse, die mit ihrem „Versandgeschäft für Ehehygiene“ alle Vorstellungen von Sittlichkeit infrage stellte; aber auch die namenlosen Schwarzmarkthändler, in den Taschen die mythisch aufgeladenen Lucky Strikes, oder die stilsicheren Hausfrauen am nicht weniger symbolhaften Nierentisch der anbrechenden Fünfziger.



Ironisch und leicht geschriebener Roman

Dinner am Mittelpunkt der Erde

Nathan Englander
Luchterhand Literaturverlag
288 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-630-87407-4

Was braucht es, damit endlich Frieden herrscht zwischen Israelis und Palästinensern? Der gefeierte jüdisch-amerikanische Schriftsteller Nathan Englander erzählt drei unwahrscheinliche Liebesgeschichten, die auf raffinierte Weise ineinander verschlungen sind und um diese zentrale Frage kreisen.



PONS All inclusive: Der Sprachkurs für Anfänger mit Buch, Audio-Training, Vokabeltrainer-App und Reise-Sprachführer

PONS GmbH, 128 Seiten, 10,00 Euro

ISBN: 978-3-12-562181-7 (Engl.)
978-3-12-562183-1 (Spanisch)

978-3-12-562182-4 (Franz.)
978-3-12-562184-8 (Ital.)

Das Komplettpaket: Englisch, Französisch, Italienisch oder Spanisch, besser lesen, hören, üben, sprechen.

- Im Kursbuch lernen Sie Schritt für Schritt Englisch, Französisch, Italienisch oder Spanisch – mit vielen Erklärungen, Übungen und Tipps.
- In 120 – 180 Minuten Audio-Training lernen Sie die korrekte Aussprache und flüssiges Formulieren.
- Erweitern Sie spielerisch Ihren Wortschatz – mit der Vokabeltrainer-App.
- Jetzt sprechen Sie! Der handliche Sprachführer mit dem wichtigsten Reisewortschatz unterstützt Sie unterwegs.

kuk [cook]

Kochen wie Sebastian Frank, 2-Sternekoch im Restaurant Horvarth in Berlin

Innovative, ehrliche Rezepte und wirklich leicht nachzukochen

Sebastian Frank zeigt in seinem ersten Buch „kuk [cook]“ seine ganze Kochkunst. Diese ist geprägt durch ein unverkennbares modernes kulinarisches

Küche Österreichs, die bis in die Jetztzeit nachwirkt. Diese Wurzeln sind ihm sehr wichtig und so hat er den Geschmack seiner Kindheit nach Berlin mitgenommen.

In Franks Küche steht die Fokussierung von Produkten regionalen Ursprungs im Vordergrund, dies bedeutet auch den kompletten Verzicht auf exotische Zutaten. Der Koch aus Leidenschaft baut Kräuter und Pflanzen für sein Restaurant auf seiner Dachterrasse selbst an. Sich zum 100. Mal mit einer Sellerie auseinanderzusetzen und diese immer wieder in eine neue Kreation zu verwandeln stellt für ihn die größte Herausforderung dar. Er hat die sogenannte ‚Emanzipatorische Küche‘ entwickelt, in der sämtliche Produkte auf dem Teller gleichberechtigte Akteure sind – bei ihm nimmt Gemüse ganz selbstverständlich

Profil, das in ganz besonderem Maße authentisch ist, denn Sebastian Frank zeigt mit ganz alltäglichen Produkten, wie zum Beispiel Sellerie, welches Genusspotenzial darin steckt.

Bei Sebastian Frank kommt österreichische Tradition auf den Teller – allerdings ganz anders, als man sie erwartet. Der Spitzenkoch und Inhaber des 2-Sterne-Restaurants Horváth in Berlin interpretiert die Küche seiner Kindheit neu. Seine kulinarischen Wurzeln fußen folgerichtig auf der k.u.k.-Küche, der traditionellen

die gleiche Relevanz ein wie Fleisch und Fisch. So entsteht eine innovative Küche, bei der Frank mit Assoziationen seiner Kindheit spielt, diese dann in höchstem Maße meisterlich und modern interpretiert. Ein zukunftsweisender Ansatz, der noch viele Köche inspirieren wird.

Der gebürtige Österreicher Sebastian Frank lernte das Küchenhandwerk im Hotel Wende in Neusiedl am See. Als nächstes bewies er sein Talent in diversen Wiener Restaurants bevor er sich im Jahr 2008 als Newcomer des Jahres bei



Sternekoch und jetzt auch Buchautor: Sebastian Frank

Gault Millau bewarb und die Auszeichnung schließlich auch gewann. 2010 folgte er seiner Lebensgefährtin nach Berlin und übernahm die Stelle des Küchenchefs im Horváth am Paul-Lincke-Ufer in Kreuzberg. Bereits ein Jahr später erhielt die Küche unter seiner Leitung einen Michelin-Stern, mit 30 Jahren wurde er damit Berlins jüngster Küchenchef eines Sternerestaurants. 2016 folgte schließlich der zweite Stern für das Haus, das Frank inzwischen zusammen mit seiner Lebensgefährtin als Inhaber führt.

Sonnenterrasse des Restaurants Horvarth



Fotos: Anne Wantia

kuk[cook]
Sebastian Frank
Matthaes Verlag, Stuttgart 2019
ISBN 978-3-87515-432-0
79,90 Euro

Senkt Wein das Risiko für Prostatakrebs?

In den bis dato verfügbaren Beobachtungsstudien fand sich unter moderaten Konsumenten alkoholischer Getränke ein verringertes relatives Risiko, an fortgeschrittenem oder tödlichem Prostatakrebs zu erkranken. Allerdings waren die Fallzahlen meist gering, so dass man nicht von gesicherten Erkenntnissen ausgehen kann. Zudem ist bislang nicht bekannt, ob ein moderater Genuss mit dem Risiko für Prostatakrebs zusammenhängt und ob sich anhand der Konsummuster Aussagen über den Krankheitsverlauf treffen lassen. Diese Wissenslücke schloss nun eine Auswertung der amerikanischen Health Professionals Follow-up Studie, für die Daten von mehr als 45.000 Männern mittleren Alters ausgewertet wurden, die im Gesundheitswesen tätig waren oder sind.

Geringeres Erkrankungs- und Sterberisiko

Zwischen 1986 und 2012 erkrankten

mehr als 5.000 Probanden an einem Prostatakarzinom. Innerhalb der gesamten Studiendauer von rund 25 Jahren verstarben gut 1.500 Teilnehmer, 869 davon an ihrem Tumorleiden. Eine Auswertung des Konsums alkoholischer Getränke, der alle vier Jahre erhoben worden war, ergab unter allen Teilnehmern im Vergleich zur Abstinenz ein um 16 % vermindertes relatives Risiko, an einer fatalen Form von Prostatakrebs zu erkranken. Die Gesamterblichkeit der untersuchten Männer war in allen Verzehrskategorien signifikant erniedrigt (-9 bis -19 %), jeweils verglichen mit Abstinenz.

Wurden die Daten nach Art der Getränke aufgeschlüsselt, so fand sich praktisch durchgängig ein signifikant verringertes relatives Sterberisiko: in allen Kategorien des Rotwein-, Weißwein- und Weinkonsums insgesamt, ebenso unter Biertrinkern. Lediglich bei Spirituosenkonsum stieg das Risiko ab 7 Drinks pro Woche wieder an.

Auch Patienten dürfen moderat genießen

Diese Studie kann zwar keine Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge belegen, die Wissenschaftler kommen jedoch zu dem Schluss, dass ein moderater Konsum alkoholischer Getränke nicht mit einem erhöhten Risiko für tödlichen Prostatakrebs verbunden ist. Dies gelte auch für Patienten, bei denen ein nicht-metastasierter Tumor in der Prostata diagnostiziert wurde.

Grafik: Deutsche Weinakademie

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

Senkt Wein das Risiko für (tödlichen) Prostatakrebs und die Sterblichkeit insgesamt?

- prospektive Kohortenstudie unter amerikanischen Männern aus Gesundheitsberufen (1986 - 2012)
- 47.568 Teilnehmer, zu Studienbeginn 40 - 75 Jahre alt
- Beobachtungszeit i. D. 25,3 Jahre
- 5.182 Fälle von nicht tödlichem Prostatakrebs bis 2012
- davon verstorben insgesamt 1.594, an Prostatakrebs 869
- Erhebung der Konsumgewohnheiten zu Studienbeginn, dann alle 4 Jahre bis 2012
- Konsum alkoholischer Getränke insgesamt sowie Wein, Bier, Spirituosen, Rot- und Weißwein
- Kategorien / Vergleiche
 - Konsum vs. kein Konsum
 - g Alkohol/Tag (0, bis < 10 g, 10 - < 15 g, 15 - < 30 g, ab 30 g)
 - Art der alkoholischen Getränke und Gesamtkonsum in Drinks/Woche (0, weniger als 1, 1 - < 3, 3 - < 7, ab 7)
 - 1 Drink bei Wein = 120 - 150 ml
- Endpunkte
 - alle TN: Prostatakrebs-Diagnose (nicht metastasiert), Verlauf und Gesamtsterblichkeit
 - unter Patienten: Prognose sowie Sterbefälle insgesamt und durch Prostatakrebs

Downer, MK et al., Journal of Clinical Oncology 2019; doi: 10.1200/JCO.18.02462

Blutdruckheilung durch Operation – neues Online-Tool hilft bei Therapieentscheidung

Forscher des Klinikums der LMU haben zusammen mit italienischen Kollegen ein zuverlässiges Vorhersagemodell entwickelt, mit dem individuell abgeschätzt werden kann, ob ein Bluthochdruck chirurgisch geheilt werden kann.

Wenn am 17. Mai der jährliche Welt-Hypertonie-Tag stattfindet, wird die öffentliche Aufmerksamkeit einmal mehr auf die große Gefahr gelenkt, die von Bluthochdruck (arterielle Hypertonie) für die Gesundheit ausgeht. Denn obwohl ein chronisch erhöhter Blutdruck in der Regel keine spürbaren Beschwerden hervorruft, hat er unbehandelt schwere Schäden an den Blutgefäßen zur Folge und leistet so einem Herzinfarkt oder Schlaganfall, aber auch irreparablen Nierenschäden Vorschub.

Jeder dritte Erwachsene ist von Bluthochdruck betroffen

In Deutschland ist jeder dritte Erwachsene von Bluthochdruck betroffen – und bei jedem zehnten Patienten liegt eine spezielle Ursache vor: Sie leiden unter einem primären Hyperaldosteronismus (Aldosteronismus, Conn-Syndrom). Damit ist die Erkrankung die häufigste heilbare Form des Bluthochdrucks.

Ausgangspunkt ist eine gesteigerte Produktion von Aldosteron, ein Steroidhormon, das in der Zona glomerulosa der Nebennierenrinde gebildet wird. Das Überangebot von Aldosteron hat Störungen im Wasser- und Salzhaushalt zur Folge: Während Natrium im Körper zurückgehalten wird, wird übermäßig viel Kalium über den Urin ausgeschieden. Dies führt zu einem vermehrten Blutvolumen und damit zu einer Erhöhung des Blutdrucks.

Conn-Syndrom: Gut behandelbar, wenn rechtzeitig erkannt

Bluthochdruck, der durch das Conn-

Syndrom hervorgerufen wird, kann mit konventionellen Blutdruckmedikamenten nur schlecht eingestellt werden, außerdem sind Conn-Syndrom-Patienten wesentlich häufiger von Komplikationen wie Vorhofflimmern, Herzschwäche, Herzinfarkt, Schlaganfall oder Niereninsuffizienz betroffen als Patienten, die unter einem essentiellen Bluthochdruck leiden.

Rechtzeitig erkannt, lässt sich das Conn-Syndrom jedoch gut behandeln: entweder mit Medikamenten zur Blockierung der Aldosteron-Wirkung (Aldosteronantagonisten), insbesondere bei einer bilateralen Hyperplasie der Nebennieren (idiopathischer Hyperaldosteronismus), oder mithilfe eines laparoskopischen Eingriffs, wenn eine der beiden Nebennieren von einem aldosteronproduzierenden Adenom befallen ist. In diesem Fall müssen der Tumor bzw. die überaktive Nebenniere operativ entfernt werden.

Heilungschancen mit Punktesystem erkennen

Nicht immer lässt sich jedoch zweifelsfrei vorhersagen, ob eine chirurgische Therapie zur klinischen Heilung führt. Nun hat das von Professor Martin Reincke geleitete Forscherteam unter Verwendung der postoperativen Ergebnisse von 380 Patienten ein Punktesystem erstellt, mit dem künftig bereits vor dem Eingriff abgeschätzt werden kann, wie groß die individuellen Heilungsaussichten eines Patienten mit einem Aldosteron produzierenden Nebennierentumor nach einer laparoskopischen Adrenalectomie sind.

Dabei wurden sechs präoperative Faktoren identifiziert, die maßgeblich für einen vollständigen klinischen Therapieerfolg sind: die Dauer des Bluthochdrucks, das weibliche Geschlecht, die Dosis der blutdrucksenkenden Medikamente, der Body-Mass-Index, mögliche Schäden am Zielorgan sowie die mit bildgebenden

Verfahren ermittelte Größe des größten Knotens.

Online-Tool macht OP-Entscheidung für Patienten leichter

Um die Verwendung des Vorhersage-Scores zu erleichtern, wurde ein benutzerfreundliches Online-Tool (Primärer Aldosteronismus-Chirurgischer Outcome-Prädiktor) entwickelt. „Können wir unseren Patienten vorhersagen, wie gut ihre Chancen auf eine komplette Heilung ihres Bluthochdrucks sind, tun sie sich viel leichter mit der Entscheidung für eine Operation“, sagt der Endokrinologe und Direktor der Medizinischen Klinik und Poliklinik IV des Klinikums der LMU München Professor Martin Reincke.

Die Ergebnisse wurde in dem wissenschaftlichen Fachmagazin ‚Annals of Surgery‘ veröffentlicht: Burrello J, Burrello A, Stowasser M, Nishikawa T, Quinkler M, Prejbisz A, Lenders JWM, Satoh F, Mulatero P, Reincke M, Williams TA 2019: The Primary Aldosteronism Surgical Outcome Score for the Prediction of Clinical Outcomes After Adrenalectomy for Unilateral Primary Aldosteronism. Ann Surg. 2019 [Epub ahead of print]

Unterstützt wurde die Forschungsarbeit unter anderem durch das Horizon 2020 Forschungsrahmenprogramm des Europäischen Forschungsrats ERC (GA Nr. 694913, <http://www.erc-papa.eu>)

DeutscheGesundheitsPortal
Gesundheitsnachrichten vom
15. Mai 2019

www.deutschesgesundheitsportal.de

Bessere Therapie- möglichkeiten bei Herzerkrankungen

Medizinforscher des NMI arbeiten an neuen Materialien für die Herzchirurgie. Verbundprojekt angelaufen.

Bei Operationen am menschlichen Herzen kommt häufig tierisches Herzbeutelgewebe zum Einsatz. Wegen seiner elastischen und stabilen Eigenschaften dient es etwa der Konstruktion von Ersatzherzklappen oder zum Verschluss von Löchern in der Herzscheidewand. Das Gewebe ist jedoch nur begrenzt haltbar, da es nach einiger Zeit verkalkt und verhärtet. Eine Alternative ohne diese Nachteile will jetzt das Naturwissenschaftliche und Medizinische Institut (NMI) an der Universität Tübingen mit Partnern entwickeln. Ziel des vom Bund geförderten Forschungs- und Entwicklungsvorhabens PolyKARD ist die Herstellung eines Polymers, das den anspruchsvollen Eigenschaften des Herzbeutels entspricht und langfristig mit menschlichem Gewebe verträglich ist.

Neben der Erforschung eines geeigneten Polymers arbeiten die Projektpartner an Möglichkeiten, dieses mittels 3D-Druck und Elektrosponning zu verarbeiten. Letzteres übernehmen die Medizinforscher des außeruniversitären Instituts NMI. „Unsere Aufgabe ist es, aus einer Polymerlösung in einem elektrischen Feld einen faserbasierten Werkstoff zu erschaffen. Zudem überprüfen wir, wie dieser mit Zellen interagiert und ob er mit dem menschlichen Körper kompatibel ist. Das kürzlich angelaufene Projekt hat eine Laufzeit von drei Jahren und ist Teil der vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Maßnahme ProMatLeben - Polymere. Beteiligt sind neben dem NMI auch die Firmen AdjuCor, Young Optics Europe und Por3dure sowie das Fraunhofer IAP.

NMI Naturwissenschaftliches
und Medizinisches Institut an der
Universität Tübingen
www.nmi.de

Patientenempfehlung

Berufstätig trotz Rheuma – Vorbilder gesucht

Ausschreibung bis 30. Juni 2019 verlängert – jetzt noch bewerben!

Der RheumaPreis soll dazu beitragen, dass sich Krankheit und Berufstätigkeit auch über Hürden hinweg verbinden lassen und eine erfüllende Arbeit trotz Rheuma zur Normalität wird. Der Preis steht daher dieses Jahr unter dem Motto „AufRheumen (mit Hürden) im Beruf“ und wird zum elften Mal vergeben. Mit ihm zeichnet die Initiative RheumaPreis kreative Lösungen für die berufliche Integration von Menschen mit entzündlich-rheumatischen Erkrankungen aus. Bewerben können sich sowohl Berufstätige, als auch Auszubildende, die an Rheuma erkrankt sind, aber auch deren Arbeitgeber. Bewerbungen können noch bis zum 30. Juni eingereicht werden.

Der diesjährige RheumaPreis unter dem Motto „AufRheumen im Beruf“ soll zu einem offeneren Umgang mit der Erkrankung ermutigen und dazu beitragen, die Arbeitssituation für Menschen mit Rheuma zu verbessern – also mit möglichen Hürden im Beruf aufzuräumen. Entzündlich-rheumatische Erkrankungen betreffen rund 1,5 Millionen Menschen in Deutschland. Und obwohl das Erkrankungsrisiko mit zunehmendem Alter ansteigt, ist Rheuma keineswegs eine reine Alterskrankheit. Je nach Art der rheumatischen Erkrankung gehen die Hauptbeschwerden von den Muskeln, der Wirbelsäule, den Blutgefäßen oder – wie bei der bekanntesten Rheuma-Form, der rheumatoiden Arthritis – von den Gelenken aus. Weil Entzündungszellen und -botenstoffe frei zirkulieren, ist jedoch prinzipiell der ganze Körper mit betroffen. Die Patienten fühlen sich daher oft müde und abgeschlagen; abhängig von der Art der muskuloskeletalen Beschwerden sind auch schweres Heben oder feinmotorische Aufgaben nur noch eingeschränkt möglich.

Dennoch sind die meisten Rheuma-Patienten motiviert und in der Lage, berufs-

tätig zu sein. Oft reicht schon eine Anpassung des Mobiliars oder eine Entlastung bei körperlichen Tätigkeiten, um den Bedürfnissen des Arbeitnehmers entgegenzukommen.

Bewerben kann sich jeder, der an entzündlichem Rheuma erkrankt ist – ob allein oder als Team, als Angestellte/r, Auszubildende/r oder Selbstständige/r.

Mitglieder der Initiative RheumaPreis:

- AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG
- Arbeitsgemeinschaft Regionaler Kooperativer Rheumazentren (AGRZ) in der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie (DGRh)
- Berufsverband Deutscher Rheumatologen e.V. (BDRh e. V.)
- Bundesarbeitsgemeinschaft der Integrationsämter und Hauptfürsorgestellen (BIH)
- Deutsche Kinderrheuma-Stiftung
- Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e. V.
- Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew (DVMB) e.V.
- Deutscher Verband für Physiotherapie (ZVK) e. V.
- Fachverband Rheumatologische Fachassistenz e.V.
- Lilly Deutschland GmbH
- Lupus Erythematoses Selbsthilfegemeinschaft e. V.
- Novartis Pharma GmbH
- Verband Deutscher Betriebs- und Werksärzte (VDBW) e.V.

https://www.rheuma-liga.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Mediencenter/Publikationen/Broschueren_kurz/A20_im_job_mit_rheuma_kurz.pdf

https://www.rheuma-liga.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Mediencenter/Publikationen/Broschueren/A19_Mit_Rheuma_gut_arbeiten.pdf

Mit dem Strahlenschutzgesetz gut gerüstet in die Zukunft

Nuklearmedizin: Neue Präzisionswaffen im Kampf gegen Krebs

Tumorzellen weisen häufig unverwechselbare Schlüsselmoleküle auf. Substanzen, die sich exakt an diese Moleküle heften und mit Radioaktivität beladen sind, können die Krebszellen zielgenau zerstören. Dieses Schlüssel-Schloss-Prinzip zeichnet die Nuklearmedizin aus – sie kann Tumoren mitunter präziser bekämpfen als eine Chemotherapie oder eine Bestrahlung von außen.

Die älteste Therapieform in der Nuklearmedizin, die radioaktiv markierte Substanzen zur Zerstörung von Gewebezellen nutzt, ist die Radiojodtherapie bei Schilddrüsenerkrankungen. Erstmals 1949 in Deutschland angewendet, kommt sie heute hierzulande jährlich bei 50.000 bis 60.000 gut- und bösartigen Schilddrüsenerkrankungen zum Einsatz.

Präzise Therapie bei fortgeschrittenem Prostatakrebs

Bei etwa 95 Prozent aller Prostatakarzinome ist das Prostata-spezifische Membran-Antigen (PSMA) vorhanden. Ist die Krebserkrankung weit fortgeschritten, hat der Tumor gestreut und haben Hormon- und Chemotherapie versagt, kann eine PSMA-Therapie erfolgen. Zunächst wird geprüft, ob die Zielstruktur PSMA auf allen Tumorherden vorhanden ist, um unnötige Strahlenexposition ohne Aussicht auf Erfolg zu vermeiden.

Ist PSMA ausreichend auf den Tumorzellen vorhanden, wird eine Substanz über die Armvene verabreicht, die gezielt an das PSMA-Molekül andockt und mit einem radioaktiv strahlenden Nuklid – in den meisten Fällen Lutetium-177 – beladen ist. Das Radionuklid zerstört durch weniger als einen Millimeter reichende Betastrahlung die Tumorzellen. Es erfolgen drei oder mehr Behandlungszyklen, meist im Abstand von vier bis zehn Wochen. Die Behandlungsergebnisse sind vielversprechend.

Schonende Alternative zur Bestrahlung bei Leberkrebs

Relativ neu ist auch die Selektive Interne Radiotherapie (SIRT). Sie ermöglicht es, Tumoren und Metastasen in der Leber von innen zu bestrahlen. Bei der SIRT werden mit dem Betastrahler Yttrium-90 oder Holmium-166 markierte Mikrokügelchen durch einen dünnen Katheter in die Leberarterie eingespritzt. Auf diese Weise gelangen sie direkt zum Tumor, setzen sich dort ab und greifen von innen heraus an.

Bewährte Therapie bei neuroendokrinen Tumoren des Magen-Darm-Traktes

Bewährt hat sich die nuklearmedizinische Therapie bereits bei neuroendokrinen Tumoren (NET) des Magen-Darm-Traktes. Die sogenannte Peptid-Radio-Rezeptor-Therapie (PRRT) kommt vor allem nach einer Operation in Betracht, wenn die Erkrankung trotz medikamentöser Therapie fortschreitet oder Symptome verursacht.

Die radioaktive Strahlung hindert die Krebszellen am weiteren Wachstum und tötet sie teils auch ab.

Das neue Strahlenschutzgesetz garantiert Sicherheit für Patienten und Angehörige. Ob Therapie oder Kontrolluntersuchung, ob bewährtes Verfahren oder neuer Ansatz: Die Anwendungen finden auf qualitativ höchstem Niveau statt und sind maximal sicher für Patienten wie Angehörige – dafür sorgt das neue Strahlenschutzgesetz, das zu Beginn des Jahres in Kraft getreten ist.

Neues Strahlenschutzgesetz:

Maximale Sicherheit in der Nuklearmedizin

Von der Schilddrüse über Herz und Brust bis zur Prostata: In Deutschland finden in der Nuklearmedizin jährlich über drei Millionen Untersuchungen und Therapien statt. Das neue Strahlenschutzgesetz, das zum Beginn des Jahres in Kraft getreten ist, betont nochmals stärker, vor jeder Untersuchung oder Behandlung gewissenhaft zu entscheiden, ob die jeweilige Anwendung gerechtfertigt ist. Zudem ist jetzt auch rechtlich verankert, dass Patienten erst entlassen werden dürfen, wenn die Strahlendosis für Dritte nicht mehr als ein Millisievert beträgt.

Nutzen-Risiko-Entscheidung vor jeder Untersuchung und Behandlung

Mit dem neuen, eigenständigen Gesetz und der darauf basierenden neuen Strahlenschutzverordnung wurden die bisherigen Verordnungen außer Kraft gesetzt. Deren Inhalte wurden zwar weitgehend übernommen, aber: Die Novelle hebt nochmals stärker die Notwendigkeit hervor, vor der Anwendung radioaktiver Stoffe oder ionisierender Strahlung die rechtfertigende Indikation zu stellen.

Wie schon vor dem neuen Gesetz werden diese Entscheidungen auch künftig weiterhin alle zwei Jahre in allen nuklearmedizinischen Klinikabteilungen und Praxen durch die Ärztliche Stelle Strahlenschutz überprüft, die den jeweils zuständigen Landesministerien untersteht. Sollten bei den Überprüfungen Verstöße festgestellt werden, erfolgt eine Beratung der betroffenen Ärzte mit Auflagen zur Verbesserung und womöglich kurzfristiger erneuter Überprüfung. Bei schwerwiegenden Verstößen mit Auswirkungen auf die Patientensicherheit oder die Umwelt kann es sogar zu einer sofortigen Mitteilung an die zuständige Bezirksregierung oder das Landesministerium kommen.

Berufsverband Deutscher
Nuklearmediziner e. V.

www.berufsverband-nuklearmedizin.de

www.berufsverband-nuklearmedizin.de

Fast 10.000 Menschen warten auf ein Organ (1) Organspenden sind überlebenswichtig

Astellas startet Aufklärungsmonat rund um das Thema Transplantation

Mehr als vier Fünftel der Bürger in Deutschland sehen Organspenden positiv (2); zuletzt ist die Zahl der transplantierten Organe in Deutschland erstmals seit Jahren leicht gestiegen (3). Den vielversprechenden Entwicklungen zum Trotz benötigen fast 10.000 Patienten derzeit ein Spenderorgan (1); viele von ihnen überleben die Zeit auf der Warteliste nicht (4). Und: Nur 36 Prozent der Menschen in Deutschland besitzen tatsächlich einen Organspendeausweis (2). Anlässlich des Tags der Organspende am 1. Juni startete die Astellas Pharma GmbH für Mitarbeiter und die interessierte Öffentlichkeit am Münchner Standort eine Aufklärungsaktion unter dem Motto „Organspende - Überlebenswichtig“.

Sechs Jahre wartet ein Patient in Deutschland derzeit in etwa auf eine postmortal gespendete Niere (5). Die Gründe für lange Wartezeiten liegen nicht nur in der geringen Anzahl von Menschen mit Organspendeausweis, sondern auch bei strukturellen Schwachstellen in Krankenhäusern. Dennoch kann durch eine erhöhte Bereitschaft zur Organspende viel erreicht werden. Darauf macht die Astellas Pharma GmbH im Juni 2019 im Rah-

men einer dreiwöchigen Ausstellung am Münchner Standort aufmerksam. „Viele Menschen warten auf Organe, die ihr Leben retten können. Dabei können wir alle



Organspenden sind überlebenswichtig: Astellas startet Aufklärungsmonat rund um das Thema Transplantation

helfen“, sagt Geschäftsführer Daniel Breitenstein. „Ich glaube, es ist essentiell, dass sich jeder mit der Frage „Organspende ja oder nein?“ auseinandersetzt und für sich eine Entscheidung trifft.“ Im Rahmen der Aktion gibt das Unternehmen interessierten Mitarbeitern, Nachbarn und Besuchern kostenlos Informationsbroschüren und Organspendeausweise der BZgA an die Hand.

Aufklärung und Ermutigung: Organspenden retten Leben

Zurzeit kann in Deutschland nur Organe spenden, wer ausdrücklich seine Zustim-

mung gegeben hat; dies kann allerdings auch nach dem Tod durch Angehörige geschehen, auf Basis des mutmaßlichen Willen des Verstorbenen. „Laut einer aktuellen Studie hat fast die Hälfte der Menschen, die die Bereitschaft zur Organspende für sich noch nicht geregelt haben, sich noch nicht ausreichend mit dem Thema beschäftigt (2). Da möchten wir mit unserem Themenmonat ein Zeichen setzen“, erklärt Gudrun Mächler, Medical Director bei Astellas. „Unsere Ausstellung und die online verfügbaren Materialien bieten objektive, aktuelle und faktenbasierte Informationen. Wir hoffen, dadurch möglichst vielen Menschen an unserem Standort ein klareres Bild von Organspenden, Transplantationen und den gesetzlichen sowie medizinischen Hintergründen zu bieten.“

Eine ausführliche Pressemitteilung, Hintergrundinformationen sowie Grafiken zum Download finden Sie unter www.astellas.com/de/presse/presseinformationen

Referenzen

- (1) Deutsche Stiftung Organtransplantation: Jahresbericht Organspende und Transplantation in Deutschland 2018, S. 68
- (2) Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). <http://ots.de/IAPwSF> Abgerufen: Mai 2019
- (3) Deutsche Stiftung Organtransplantation: Jahresbericht Organspende und Transplantation in Deutschland 2018, S. 8
- (4) Deutsche Stiftung Organtransplantation: Jahresbericht Organspende und Transplantation in Deutschland 2018, S. 10
- (5) <http://ots.de/h9qtWa> Abgerufen: Mai 2019

Foto: Astellas Pharma GmbH

Astellas Pharma GmbH
Ridlerstraße 57
80339 München

E-Mail: communications.de@astellas.com
www.astellas.com/de

Glukose messen, aber richtig! Neuer Leitfaden gibt Empfehlungen

In der Therapie der mehr als sieben Millionen Diabetes-Patienten in Deutschland spielt das Selbstmanagement eine lebenswichtige Rolle. Die selbstverantwortliche Umsetzung der Diabetestherapie ist Voraussetzung für eine gute Blutzuckereinstellung und hohe Lebensqualität der Patienten. In der Diabetes-Schulung lernen die Betroffenen, eigenständig mit ihrer Krankheit umzugehen. Diabetesberater/innen und Diabetesassistenten/innen vermitteln Wissen und leiten zum Selbstmanagement an, so auch zur Glukose-Selbstkontrolle. Wie die Glukosemessung korrekt durchgeführt wird, darüber klärt jetzt ein aktueller Leitfaden des Verbandes der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD) auf.

Das Glukosemonitoring spielt in der Therapie von Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 eine große Rolle. Vor allem Diabetes-Patienten, die Insulin spritzen und die Dosis selbstständig an den Bedarf anpassen, müssen täglich ihren Glukosespiegel messen, um eine Stoffwechselentgleisung zu vermeiden. Den Betroffenen stehen dabei zwei Methoden zur Verfügung: die Selbstmessung des Glukosewertes im Kapillarblut mithilfe eines kleinen Blutzuckermessgeräts sowie einer Stechhilfe (SMBG) und die kontinuierliche Glukosemessung (CGM bzw. FGM), bei der mithilfe von Sensoren über eine dünne Nadel im Unterhautfettgewebe rund um die Uhr die Gewebeglukosewerte gemessen werden. Der VDBD-Leitfaden enthält zu beiden Arten der Glukosemessung detaillierte Informationen, Anleitungen zur Durchführung, aber auch Hinweise zu möglichen Fehlern, die bei den Messungen gemacht werden können.

Die klassische Selbstmessung des Blutzuckerspiegels kommt sowohl bei Patienten mit Typ-1- als auch bei Patienten mit Typ-2-Diabetes zum Einsatz, vor allem sofern der Messwert eine konsequente Hand-

lung erfordert. Eine Verbesserung der Stoffwechsellaage wird bei Menschen mit Typ-2-Diabetes in erster Linie über einen veränderten Lebensstil und orale Antidiabetika erreicht. Das Risiko einer Unterzuckerung ist bei diesen Patienten geringer, weshalb eine kontinuierliche Messung der Glukose meist nicht notwendig ist und deren Kosten von der Krankenkasse auch nicht übernommen werden. „Gerade bei einer lebensstilverändernden Therapie, die auf eine gesunde, ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung setzt, bietet die klassische Selbstmessung jedoch die unverzichtbare Möglichkeit, die Wirksamkeit der Lebensstiländerungen zu überprüfen“, so Dr. rer. medic. Nicola Haller, Vorstandsvorsitzende des VDBD.

Die kontinuierliche Glukosemessung kommt vor allem bei Menschen mit Diabetes Typ 1 zum Einsatz. „Die Geräte zur kontinuierlichen Glukosemessung, kurz CGM/FGM, können den Alltag der Betroffenen und den Umgang mit der chronischen Erkrankung immens erleichtern. Sie bieten eine Fülle an Zusatzinformationen und bieten einen Blick auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft des Glukoseverlaufs“, erläutert Elisabeth Schnellbächer, eine der drei Autorinnen des Leitfadens und erfahrene Diabetesberaterin. Die Patienten erfahren dank der kontinuierlichen Messung, wie sich ihre Gewebeglukosewerte im Tages- und Nachtverlauf verändern und können rechtzeitig alarmiert werden, wenn Unter- oder Überzuckerungen drohen. „Diabetes-Patienten, die ein CGM verwenden, sollen jedoch auch dazu in der Lage sein, die klassische Selbstmessung der Blutglukose durchzuführen“, so Schnellbächer. „So ist es zum Beispiel sinnvoll bei zu niedrigen, zu hohen oder nicht erklärbaren Werten, eine Kontrollmessung mit Blutzuckermessgerät und Stechhilfe durchzuführen.“

Damit die Blutzucker-Selbstkontrolle korrekt durchgeführt, die technischen Hilfs-

mittel sicher angewendet und so eine erfolgreiche Therapie erreicht werden kann, müssen die Diabetes-Patienten geschult werden. „Nur wer seine gemessenen Blutzuckerwerte richtig interpretieren und einschätzen kann, ist auch in der Lage, eventuell notwendige Konsequenzen zu ziehen, wie beispielsweise das zusätzliche Spritzen von Insulin bei einer Überzuckerung und die Behandlung mit schnellwirksamen Kohlenhydraten bei niedrigen Blutzuckerwerten“, ergänzt Dr. Haller.

Mit dem neuen Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie gibt der VDBD Diabetesberaterinnen und Diabetesassistentinnen und weiteren Health Care Professionals fachlich fundierte Informationen zum Thema an die Hand. Damit die Beraterinnen das Wissen im Alltag gut anwenden und an ihre Patienten weitergeben können, wird der Leitfaden durch praxisnahe Tipps ergänzt. Zwar richtet sich der Leitfaden in erster Linie an Fachkräfte in der Diabetesversorgung, aber auch Diabetes-Patienten enthalten darin wertvolle Hinweise und gut verständliche Hilfestellungen.

Der Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie kann kostenlos auf der VDBD-Homepage abgerufen und heruntergeladen werden.

Quellen:

Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.V. (VDBD) (2019): Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle in Beratung und Therapie.

VDBD e.V.
Habersaathstr. 31
10115 Berlin
Tel.: 030 847122-490
E-Mail: info@vdbd.de
www.vdbd.de

Tropische Zecken: Neu eingewanderte Art überwintert erstmals in Deutschland

Tropische Hyalomma-Zecke wieder in Deutschland gesichtet / Team der Uni Hohenheim und des Instituts für Mikrobiologie der Bundeswehr meldet sechs neue Funde erstmals in diesem Jahr in Deutschland.

Sie ist wieder da: In den letzten Tagen sind gleich sechs Exemplare der tropischen Hyalomma-Zecke in Deutschland aufgetaucht. Und dieses Jahr ist die Art einen wesentlichen Schritt weiter auf dem Weg sich hier zu etablieren. Denn die Zeckenforscher der Universität Hohenheim in Stuttgart und des Instituts für Mikrobiologie der Bundeswehr sind davon überzeugt, dass die Tiere – im Gegensatz zu den Exemplaren des Vorjahres – in hiesigen Gefilden überwintert haben. Die auffälligen Tiere mit den geringelten Beinen sind doppelt bis dreimal so groß wie ihre europäischen Verwandten.

Fünf Zecken in einem Pferdehof in Nordrhein-Westfalen, eine auf einem Pferd in Niedersachsen: „Wir haben die ersten Nachweise dieses Jahres von Hyalomma-Zecken in Deutschland“, meldet Prof. Dr. Ute Mackenstedt von der Universität Hohenheim. „Und diesmal müssen wir davon ausgehen, dass diese Tiere bei uns in Deutschland überwintern konnten.“

Letztes Jahr wiesen die Zeckenforscher erstmals Tiere der Gattung Hyalomma in größerer Menge nach. Daraufhin hatte Prof. Dr. Mackenstedt gemeinsam mit PD Dr. Gerhard Dobler und Dr. Lidia Chitimia-Dobler vom Institut für Mikrobiologie der Bundeswehr in München im Februar die Bevölkerung gebeten, mögliche Funde von Hyalomma-Zecken einzusenden. Jetzt wurden sie fündig.

Weitere Infos zur Braunen Hundezecke:
www.hundezecken.uni-hohenheim.de/hundezecken

Rote-Hand-Brief zu Candesartan-comp PUREN Tabletten (Candesartan und Hydrochlorothiazid)

Wirkstoff Candesartan und Hydrochlorothiazid

Candesartan-comp PUREN 32 mg/25 mg Tabletten, Candesartan-comp PUREN 32 mg/12,5 mg Tabletten: Fehlerhafte Angabe der Stärke von Hydrochlorothiazid auf der Faltschachtel kann zu einer verstärkten Blutdrucksenkung, Diurese und Elektrolytstörungen führen.

Die Firma PUREN Pharma GmbH & Co. KG informiert in Absprache mit der zuständigen Landesüberwachungsbehörde, der Regierung von Oberbayern, **über eine fehlerhafte Angabe der Stärke auf der Faltschachtel.**

Da es aus der fehlerhaften Angabe der Stärke auf der Faltschachtel zu einer Einnahme von 25 mg Hydrochlorothiazid anstelle von 12,5 mg Hydrochlorothiazid kommen kann, besteht das Risiko einer verstärkten Diurese und Blutdrucksenkung. Die Firma bittet die Ärzteschaft, Patienten, denen Kombinationspräparate Candesartan/HCT 32 mg/12,5 mg verordnet wurden, zu informieren. Rote-Hand-Brief PDF: https://www.bfarm.de/SharedDocs/Downloads/DE/Arzneimittel/Pharmakovigilanz/Risikoinformationen/RI_rhb/2019/candesartan-comp-mai_2019.pdf?__blob=publicationFile&v=2

Zusammenfassung

- Auf Grund eines Kennzeichnungsfehlers bei einzelnen Faltschachteln rufen wir Candesartan-comp PUREN 32 mg/25 mg Tabletten (PZN 11354037) und Candesartan-comp PUREN 32 mg/12,5 mg Tabletten (PZN 11354008) zurück
- Der Fehler betrifft die Angabe der Hydrochlorothiazid-Stärke auf der Faltschachtel (32 mg/12,5 mg anstelle von 32 mg/25 mg). Die enthaltenen

Tabletten stimmen mit den Angaben auf dem Blister überein, sie enthalten Candesartan-comp PUREN 32 mg/25 mg Tabletten.

- Bis jetzt wurden nur vereinzelte Packungen mit diesem Fehler entdeckt, das Vorhandensein weiterer fehlerhafter Packungen kann nicht ausgeschlossen werden.

Da es aufgrund der fehlerhaften Angabe der Stärke auf der Faltschachtel zu einer Einnahme von 25 mg anstelle von 12,5 mg Hydrochlorothiazid kommen kann, und damit das Risiko einer verstärkten Diurese, Blutdrucksenkung und von Elektrolytstörungen nicht ausgeschlossen werden kann, rufen wir die oben genannten Arzneimittel zurück.

Die Ärztinnen und Ärzte werden gebeten, Patienten und Patientinnen, denen Kombinationspräparate Candesartan/HCT 32 mg/12,5 mg verordnet wurden, zu informieren. Patienten und Patientinnen sollen die Übereinstimmung der Dosangaben auf der Packung mit denen auf dem Blister überprüfen. Alle Packungen von Candesartan-comp, die auf den Faltschachteln „Candesartan-comp 32 mg/12,5 mg“ aufweisen und auf den Blistern „Candesartan-comp 32 mg/25 mg“, sollen in die Apotheken zurückgebracht werden.

PUREN Pharma GmbH & Co. KG
Willy-Brandt-Allee 2
81829 München
Tel.: 089 558 909-0

E-mail: pharmacovigilance.puren@puren-pharma.de
www.puren-pharma.de/

Unberechenbare FSME kennt keine Grenzen

Umfassendes Standardwerk zu FSME mit weltweiten Verbreitungsdaten veröffentlicht

FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis) ist mittlerweile ein globales Phänomen. Weltweit werden jährlich etwa 10.000 bis 12.000 FSME-Fälle registriert, die Sterberate liegt zwischen 0,2 und 20 Prozent. Seit 2012 ist FSME in der EU eine meldepflichtige Krankheit. Die Fallzahlen in den einzelnen Ländern sind selbst in Europa aufgrund unterschiedlicher Definitionen schwer miteinander vergleichbar und dürften wegen der hohen Dunkelziffer vermutlich nur die Spitze des Eisbergs darstellen. Die Risikogebiete ändern sich laufend. Auch Reisende sind immer häufiger von der Erkrankung betroffen. Der aktuelle Stand der Wissenschaft zu allen Aspekten der FSME (englisch: TBE), von den Übertragungswegen über die Diagnostik bis hin zum Umgang mit speziellen Patientengruppen, wird nun im neuen Buch über FSME („The TBE-Book“) zusammengefasst, das in Wien vorgestellt wurde.

Ziel des Buches ist daher unter anderem, darauf aufmerksam zu machen, dass hinter manch ungeklärtem Fall von Gehirn- oder Gehirnhautentzündung auch FSME stecken könnte.

FSME als Reisekrankheit

FSME wird aber auch als Reiseimpfung immer relevanter. „Entgegen vieler Annahmen ist auch jemand gefährdet, sich mit FSME zu infizieren, wenn er nach Skandinavien, ins Baltikum oder auf die dänische Insel Bornholm reist“, erklärt Bröker. In Russland gibt es ganz besonders viele Fälle, FSME wurde aber auch fern von Europa in China, Japan, der Mongolei oder Korea nachgewiesen.

„Gerade in Österreich besteht für Touristen ein nicht zu unterschätzendes Risiko“, betont Univ. Prof. Dr. Michael Kunze vom Zentrum für Public Health, Medizinische Universität Wien.



Dr. Michael Bröker, Mitherausgeber TBE Book, Editor TBE News, Singapur/Marburg (Deutschland); Mag.a Renée Gallo-Daniel, Präsidentin des ÖVIH; Priv.-Doz. Dr. Gerhard Dobler Nationales Konsiliarlabor für FSME, Institut für Mikrobiologie der Bundeswehr, München; Univ. Prof. Dr. Michael Kunze, Zentrum für Public Health, Medizinische Universität Wien

Niedrige Durchimpfungsraten in Europa

„Obwohl man sich in vielen Ländern Europas mit FSME infizieren kann, sind viele Menschen nicht dagegen geimpft“, berichtet Kunze. Eine in elf europäischen Ländern durchgeführte Befragung hat unter anderem gezeigt, dass selbst in Ländern mit relativ vielen Fallzahlen wie z.B. in Finnland oder im Baltikum, die Durchimpfungsraten oft relativ niedrig sind (Lettland 53 Prozent, Estland 31 Prozent). Häufig kommt es vor, dass die Menschen die notwendigen Auffrischungsimpfungen nicht wahrnehmen.

Details zu diesen und vielen weiteren Themen finden interessierte Mediziner und Wissenschaftler im Buch, zu dem zusätzlich wöchentliche Kurzkommunikate und monatliche Newsletter veröffentlicht werden. Das Buch kann nach einer Registrierung kostenfrei unter <https://id-ea.org/tbe/> heruntergeladen werden.

Gedruckt ist es beim Verlag GLOBAL HEALTH PRESS sowie in Kürze auch beim Onlinebuchhändler Amazon erhältlich.



Dobler G, Erber W, Bröker M, Schmitt HJ, eds.

The TBE Book 2nd ed.

Singapore: Global Health Press; 2019. doi: 10.33442/978-981-14-0914-1_1

Foto: Krisztian Juhasz

Kontakt ÖVIH:
Mag.a Renée Gallo-Daniel
Präsidentin des Österreichischen
Verbandes der Impfstoffhersteller
Mobil: +43 664 544 62 90
E-Mail: r.gallo-daniel@oevih.at
www.oevih.at

Schmerzen noch vor der Chronifizierung an der Wurzel packen

Neue Wege bei ambulanter Schmerzbehandlung:
Modellprojekt PAIN2020

Wenn Schmerzen erst einmal chronisch geworden sind, ist das Leid für die Betroffenen groß. Die Folge ist häufig, dass die Lebensqualität sinkt, Alltagskompetenzen eingeschränkt sein können, die Psyche leidet und die Arbeitsfähigkeit nachlässt oder verloren geht. „Handeln, bevor Schmerzen chronisch werden – das ist der Grundgedanke des bundesweiten Modellprojekts PAIN2020“, sagt die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. anlässlich des 8. bundesweiten Aktionstages gegen den Schmerz vom 4. Juni 2019.

Über zwölf Millionen Menschen in Deutschland sind von lang anhaltenden chronischen Schmerzen betroffen. „Bei den meisten Menschen mit chronischen Schmerzen dauert es oft mehrere Jahre, bis sie eine wirksame Schmerzbehandlung erhalten“, sagt Professor Dr. med. Claudia Sommer, Präsidentin der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und Leitende Oberärztin und Schmerzforscherin an der Neurologischen Klinik und Poliklinik des Uniklinikums Würzburg. Mit dem Dauerschmerz kommen weitere negative Effekte: Die körperlichen Belastungen beeinträchtigen den Alltag, depressive Stimmungen treten auf, Angst- und Schlafstörungen sowie Konzentrations-schwierigkeiten können zusätzlich belasten. Die Arbeitsfähigkeit ist mitunter nicht mehr vorhanden und lange Krankenschreibungszeiten können die Folge sein. „Handeln, bevor Schmerzen chronisch werden – das ist die Devise des bundesweiten Versorgungsforschungsprojektes PAIN2020, mit dem Patienten über eine ambulante interprofessionelle Therapie vor chronischen Schmerzen bewahrt werden sollen“, erklärt die Präsidentin der Schmerzgesellschaft. Bestimmte Anzeichen weisen auf das Risiko einer Chro-

nifizierung von Schmerzen hin: wenn sie beispielsweise länger als sechs Wochen andauern oder immer wieder zurückkehren, obwohl man in fachspezifischer Behandlung ist; wenn die Lebensqualität durch den Schmerz beeinträchtigt ist oder aufgrund der Schmerzen schon seit vier Wochen eine Arbeitsunfähigkeit besteht beziehungsweise eine zusammen gerechnete Arbeitsunfähigkeit von mindestens sechs Wochen in den letzten zwölf Monaten.

Die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. hat daher mit der Krankenkasse BARMER und weiteren Partnern das Projekt PAIN2020 initiiert. Es steht für: **P**atientenorientiert. **A**bgestuft. **I**nterdisziplinär. **N**etzwerk. Untersucht wird, ob sich die Versorgungssituation von Patienten verbessern lässt, wenn sie frühzeitig eine interdisziplinäre Diagnostik und entsprechende Therapieempfehlungen erhalten. Das Modellprojekt wird vom Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) mit sieben Millionen Euro gefördert, startete vor einem Jahr und läuft über drei Jahre. Bereits 27 Kliniken, Schmerzzentren und Schmerzambulanzen sind PAIN2020-Zentren und haben die ersten Patienten in das Projekt aufgenommen, rund 6000 weitere Teilnehmer werden im Zeitraum des vom G-BA-Innovationsfonds bewilligten Projekts folgen.

Den Patienten erwartet eine interdisziplinäre multimodale Bewertung durch ein Team aus Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten. Sie empfehlen gemeinsam auf Basis ihrer jeweiligen Befunde eine individuell auf den Patienten zugeschnittene Therapie. Das Team informiert und berät den Patienten, welche Therapie ambulant, stationär oder in einer Tages-

klinik empfehlenswert ist. Dabei werden somatische (also den Körper betreffende), psychologische und soziale Aspekte berücksichtigt. „Was wir als Schmerzexperten immer fordern, nämlich eine ganzheitliche Sicht auf den Patienten und die möglichen Ursachen seiner Schmerzen, wird bei PAIN2020 möglich.“

In dem Projekt werden zudem zwei verschiedene, jeweils interdisziplinäre und multimodale (Schmerz) Therapiemodule erprobt, die die üblichen Therapieformen in der ambulanten Versorgung ergänzen sollen: Beim Therapiemodul „Eduktion (E-IMST)“ handelt es sich um eine einmalige Schulung: Der Patient erhält in einer drei Stunden dauernden Gruppenschulung Basisinformationen zu Ursachen und Formen sowie zur Bewältigung von Schmerzen und über die Bedeutung von Eigenverantwortung in der Anwendung schmerzreduzierender Strategien. Das Therapiemodul „Begleitende Therapie (B-IMST)“ ist berufsbegleitend mit 32 Stunden, verteilt über zehn Wochen, umfangreicher. In Gruppen von acht Patienten werden die Teilnehmer ebenfalls über die Erkrankung und die Methoden der Schmerzbewältigung informiert sowie dabei unterstützt, selbstverantwortlich mit körperlichen und psychischen Bedürfnissen umzugehen und Strategien im Umgang mit Schmerzen und anderen Belastungen zu entwickeln. Von daher sind wir schon jetzt sehr zuversichtlich, dass das Projekt nach Evaluation und Projektabschluss in die Regelversorgung übernommen werden kann und den Kampf gegen den Schmerz wesentlich verbessert.“

Weitere Informationen unter:
www.aktionstag-gegen-den-schmerz.de

Schachmatt für Hepatitis B-Viren in der Leber

Forschenden des Helmholtz Zentrums München und der Technischen Universität München ist es in Zusammenarbeit mit Kollegen des Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf und des Universitätsklinikum Heidelberg im Tiermodell erstmals gelungen, eine chronische Infektion mit dem Hepatitis-B-Virus zu besiegen. Das Team hat in seiner Arbeit gezeigt, dass eine T-Zelltherapie zu einer echten Heilung führen kann. Bislang war es nicht möglich, das Virus komplett zu kontrollieren. Die Veröffentlichung ist jetzt in der Zeitschrift *Journal of Clinical Investigation* erschienen.

Infektionen mit dem Hepatitis-B-Virus (HBV) sind ein weltweites Gesundheitsproblem, WHO-Angaben zufolge leiden über 260 Millionen Menschen an einer chronischen Infektion mit dem Virus. Impfungen verhindern zwar HBV-Neuinfektionen, aber für Personen, die sich z.B. bei ihrer Geburtan gesteckt haben und chronische Virusträger sind, ist eine Heilung bisher nicht möglich. Arzneistoffe bewirken nur, dass sich die Viren in Leberzellen nicht weiter vermehren. Sie können das Virus aber nicht eliminieren. Langfristig kann es dann zu Komplikationen wie Leberkrebs oder Leberzirrhose (einer Umwandlung von Lebergewebe in funktionsloses Bindegewebe) kommen.

„Eine chronische Hepatitis B ist bislang nicht heilbar. Jetzt konnten wir zeigen, dass die neue Technologie der T-Zelltherapie eine ermutigende Lösung für die Behandlung der chronischen Infektion und den durch das Hepatitis B Virus ausgelösten Leberkrebs darstellt“, erklärt Prof. Dr. Ulrike Protzer, „denn diese „living drugs“ sind das Wirksamste, was uns aktuell zur Verfügung steht“. Sie ist Direktorin des Instituts für Virologie am Helmholtz Zentrum München und an der Technischen Universität München, zweier Partnereinrichtungen des Deutschen Zentrums für Infektionsforschung. T-Zellen heilen eine Hepatitis B. Laut Dr.

Karin Wisskirchen, Erstautorin der Studie und Wissenschaftlerin am Institut für Virologie, wurde die Verwendung von T-Zellen gezielt als Ansatz zur Bekämpfung der HBV-Infektion und des durch das HBV ausgelösten Leberkrebs entwickelt. Es ist bekannt, dass virus-spezifische T-Zellen in chronisch-infizierten Patienten entweder gar nicht zu finden sind, oder eine niedrige Aktivitätsaufweisen. Kann ein Patient das Virus hingegen selbst unter Kontrolle bekommen, ist eine starke T-Zellantwort messbar. „Damit liegt nahe, dieses Defizit durch spezifische T-Zellen auszugleichen.“, so Karin Wisskirchen. Die genetische Information für HBV-spezifische T-Zellrezeptoren wurde aus Patienten gewonnen, bei denen die Infektion ausgeheilt war. Sie kann dann im Labor in T-Zellen aus dem Blut von Patienten mit chronischer Hepatitis B eingebracht werden. Dadurch entstehen neue, aktive T-Zellen, die das Virus oder virus-induzierte Krebszellen bekämpfen. So hergestellte, umprogrammierte T-Zellen waren in der Lage, HBV-infizierte Zellen in Zellkultur komplett zu eliminieren.

In Zusammenarbeit mit der Gruppe von Prof. Maura Dandri vom UKE Hamburg wurden die Immunzellen dann im humanisierten Mausmodell getestet.** Bereits eine einmalige Gabe der künstlich modifizierten T-Zellen kontrollierte das Virus in der Leber. Die T-Zellen griffen nur infizierte Leberzellen an, schonten aber das gesunde Gewebe. Myrcludex B***, ein experimenteller Arzneistoff, verhinderte dann, dass das HBV sich in den gesunden Leberzellen wieder ausbreiten konnte, sobald die T-Zellen nicht mehr zirkulierten. Dadurch konnte die Infektion ausheilen.

Original-Publikation:

Wisskirchen K, Kah J et al (2019), T cell receptor grafting allows virological control of Hepatitis B virus infection. JCI. <DOI: 10.1172/JCI120228>;

IMPRESSUM

Herausgeber:
Network & Counsel UG
(haftungsbeschränkt)
HRB 16265 AG Münster
GF Anne Wantia
Hölderlinweg 35
48165 Münster
Tel.: +49 (0) 2501 / 924 33 45

Büro Adresse:
Fuggerstr. 14
48165 Münster
Tel.: +49 (0) 2501 / 971 09 97
Fax: +49 (0) 2501 / 971 83 58
E-Mail: gour-med@gour-med.de
Internet: www.gour-med.de

Redaktion:
Armin Roßmeier (Fernsehkoch)
Anne Wantia (Reise, Foto)
Klaus Lenser (Gastronomie, Reise)
Gunther Schnatmann (Reise)
Bruno Gerding (Reise, Golf)
Heiner Sieger (Reise)
Marcel Tekaat (Wein)
Wilfried Sauer (Reise, Golf)

Layout:
Jennifer Bahn
Tel.: +49 (0) 2501 / 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.

SÜDSUDAN © Isabel Corthier



Liebe Kollegin, Lieber Kollege:
Wir brauchen
Ihre Solidarität!

Unterstützen Sie unsere medizinische Nothilfe
weltweit - als Mitarbeiterin oder Mitarbeiter
im Projekt oder als Dauerspender.

Vielen Dank,
Volker Herzog

Ihr Dr. Volker Herzog
seit 15 Jahren im Einsatz für
Ärzte ohne Grenzen

JETZT PARTNERARZT WERDEN!

GEMEINSAM KÖNNEN WIR MEHR BEWIRKEN. Erfahren Sie bei uns, wie Sie Ihre Kollegen und Kolleginnen im Projekteinsatz unterstützen können: www.aerzte-ohne-grenzen.de/partnerarzt



Geprüft + Empfohlen!

SPENDENKONTO:

BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT

IBAN: DE 72 3702 0500 0009 7097 00

BIC: BFSWDE33XXX



**MEDECINS SANS FRONTIERES
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**

Träger des Friedensnobelpreises