

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Ausgabe 11/12 – 2021

DER WEIN-
GENIESSER TIPP
Merano WineFestival

GENUSS UND
REISETIPPS

SCHWARZWALD
Mühle in Schluchsee

SCHWEIZ
Grand Resort Bad Ragaz

LIECHTENSTEIN
Kulturelles Kleinod

FRANKREICH
Elsässische Weinstraße

SPANIEN
Katalanische Highlights

NEUES AUS DER
GENUSSWELT

36. Schleswig-Holstein
Gourmet Festival

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

11/12 – 2021
40. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Sven Wassmer

Restaurant MEMORIES im Grand Resort Bad Ragaz

Liebe **Gour-med** - Leserinnen und Leser,

ein Jahr, das wir ganz schnell vergessen möchten, liegt hinter uns. Leider wird das Pandemiethema dieses Land noch lange beschäftigen und Ihnen sowie auch ihren fachkundigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr viel Kraft und Energie abverlangen. Wir verneigen uns mit Dankbarkeit und Demut und sagen Danke für Ihren unermüdlichen Einsatz, die Covid 19 Situation mit allen Varianten endlich in den Griff zu bekommen. Ihre Bereitschaft, die unverbesserlichen Impfgegner von der essenziellen Bedeutung des Impfschutzes zu überzeugen, hat nie nachgelassen und verdient unser aller Respekt.

Wie wichtig positive Ablenkung in dieser Zeit ist, erkennen wir an der oft bestätigten Tatsache, dass ein wenig Genuss viel Freude bereiten kann. Dank Ihrer Hilfe sind inzwischen die meisten Menschen ausreichend geschützt, sodass ein Restaurantbesuch wieder möglich ist.

In dieser Ausgabe berichten wir über Sterne-Restaurants, kulturelle Tipps, exklusive Hotels und vieles mehr, was den Alltag lebenswerter werden lässt.

Gleich 5 Michelin Sterne, verteilt auf 3 Restaurants im Grand Resort Bad Ragaz im oberen Rheintal der Schweiz, bieten kreative Kücheninnovationen – sehr Natur orientiert und nachhaltig – und mit Leidenschaft zubereitet, auf höchstem Niveau an.

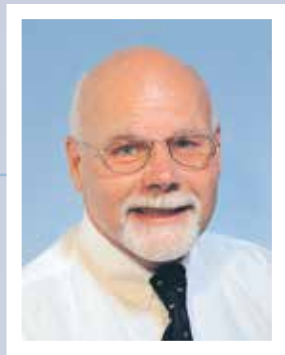


Heiner Sieger, Hotel- und Restaurantexperte, hat am Gardasee das Hotel Aqualux und das Meraner Weinfestival besucht. Seiner Empfehlung für das Hotel und das Festival kann man vertrauen.

Waren Sie schon einmal in Spanien, in der katalanischen Region Priorat und Penedès? Wer dieses touristisch – noch – wenig bekannte Gebiet besucht wird, wie wir, begeistert sein. Die zerklüftete Landschaft erinnert an Urzeiten, unberührte Natur und außergewöhnliche Flora und Fauna. Die wenigen Touristen haben gute Gründe, diesen Geheimtipp vertraulich zu behandeln. Massentourismus würde mit großer Sicherheit viel traditionelles Kulturgut und die unberührte Landschaft zerstören. Weinliebhaber werden unsere Begeisterung verstehen. Die Weine des Priorat und Penedès gehören zu den besten, was Spanien zu bieten hat. Die regionalen Küchenspezialitäten sind einfach ein Genuss.



Susanne Plaß weist noch einmal auf die Highlights des 36. Schleswig-Holstein Gourmet Festivals in 2022 hin. Seit Jahren kochen hier Topchefs aus Europa. Jede Veranstaltung garantiert exklusive Menus der Sterneküche.



Das Elsass, seit ewigen Zeiten der Teil Frankreichs, in dem sehr berühmte Weine angebaut werden. Ein wichtiger Grund für viele Besucher, die den Wein und die beliebte elsässische Küche zu schätzen wissen, die Region zu erleben.



Ein neues Winterurlaubsgefühl erleben Sie in Apulien, wenn bei uns die Heizung hochgedreht wird, geht man dort im T-Shirt spazieren. Eine Übernachtung im Trulli, den alten Rundhäusern, wird zu einem unvergesslichen Erlebnis. Im Winter nach Apulien reisen heißt auch gut essen und hervorragende Weine genießen.

Wir stellen Ihnen den Sieger der Sommelier-Trophy 2021 vor. Eine Jury der Deutschen Sommelier Union wählte nach einem harten, aber fairen Ausscheidungswettbewerb den Kölner Sebastian Russold zum Sieger. Zweitplatzierte war Julian Schweighart gefolgt von Emmanuel Rosier auf Platz 3.

Weitere Tipps, Anregungen und Empfehlungen, Veränderungen und Neues lesen Sie in dieser Ausgabe. Natürlich auch das Neueste aus der Medizin, Dental Medizin und Pharmaforschung.

Wir wünschen Ihnen eine beschauliche, gesunde Weihnachtszeit. Vergessen Sie nicht, gerade in diesen anstrengenden Zeiten gibt es Möglichkeiten, dem tristen Alltag Positives abzugewinnen. Sei es ein gutes Essen, ein Glas besonderer Wein, oft auch ein Buch, das Sie schon immer lesen wollten, oder der entspannte Abend im Kreis der Familie. Das Leben kann schön sein!

Bleiben Sie gesund, kommen Sie gut in das neue Jahr wünscht Ihnen und allen die Ihnen nahe stehen,

Klaus Lenser und das gesamte **Gour-med** Team

Nicht vergessen: Alles wird gar!!!

P.S. Die neuesten Informationen zwischen den normalen Ausgaben finden Sie hier: <https://gour-med.de/category/newsletter/>

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

Sie finden uns auch auf:

Facebook – Twitter

Titelbild: Gour-med



04 Restaurant MEMORIES

- 10 DER WEIN-GENIESSERTIPP
 - 10 Merano WineFestival
 - 12 Sebastian Russold „Bester Sommelier Deutschlands“
 - 13 WeinTour – 9.000 Weinfans virtuell dabei
 - 14 Premium Spirituosen – Bottlebörse
- 16 GENUSS- UND REISETIPPS
 - 16 Boutique Hotel und Restaurant Mühle Schluchsee
 - 20 Gardasee – Aqualux Hotel
 - 24 Liechtenstein – Kulturelles und landschaftliches Kleinod
 - 26 Das Elsass – Links und rechts der Elsässischen Weinstraße
 - 30 Wie wär's mit Apulien?
 - 32 Spanien – Priorat, Penedès und Costa Daurada in Katalonien
- 38 NEUES AUS DER GENUSSWELT
 - 38 Inspirierende Kochkunst in Schleswig-Holstein erleben
 - 41 Interview mit Daniel Raub, Küchenchef der ‚Genießer Stube‘ im Landhaus Biewald
 - 42 Gourmet-Boxen rund um winterliche Delikatessen von Thomas Bühner
- 44 KURZ NOTIERT
 - 44 Hotel Vier Jahreszeiten eröffnet einen der größten und exklusivsten Weinkeller Europas



20 Gardasee



26 Frankreich



32 Spanien

- 45 Neueröffnung: Moselschlösschen wird zur Wellnessoase
- 46 Vietnam – Con Dao, eine Insel für Ruhe und Erholung
- 48 Ein Vierteljahrhundert GOP Live-Entertainment im Ruhrgebiet
- 49 FineWatchesBerlin – stilvoll und zeitlos mit der individuellen Note

50 BUCH-TIPPS

52 MEDIZIN NEWS

58 DENTAL NEWS

60 PHARMA NEWS

- 02 EDITORIAL
- 53 IMPRESSUM



Bad Ragaz

5 Michelin Sterne und exklusive Erholung im Grand Hotel Quellenhof und Grand Resort Bad Ragaz

Gour-med

Besonders empfehlenswert

Uns, verehrte Leser, ist in Europa – ja weltweit – kein Hotel bekannt, in dem 5 Michelin Sterne vereint unter einem Dach erstrahlen und für Gourmets aus vielen Nationen der Grund sind, in das Grand Resort Bad Ragaz zu reisen. Das Grand Resort genießt den Ruf eines unvergleichbaren Refugiums, die gelassene Eleganz der Schweizer Gastfreundschaft gepaart mit einem dezent perfekten Service und – seit der Renovierung 2019 – mit unwiderstehlichen kulinarischen Angeboten. Von den insgesamt sieben Restaurants, einem Bistro und Sushi Shop gehören drei zu den von Michelin mit Sternen ausgezeichneten Betrieben. Bitte glauben Sie jetzt nicht, dass es in den anderen Restaurants nicht schmeckt, das wäre ein Trugschluss. Alle bieten hervorragende Küchenleistung an, nur eben mit anderen Schwerpunkten.

Zu den mit Sternen bewerteten Restaurants gehören das MEMORIES 2*, das IGNIV by Andreas Caminada 2* und das Verve by Sven 1*. Die Gäste haben die Qual der kulinarischen Wahl. Für welches Restaurant sie sich entscheiden, ist letztlich nicht ganz so bedeutend. Jedes der Sterne-Restaurants steht für einzigartigen unverwechselbaren Genuss. Darüber



Modernes stilvolles Ambiente in den Junior-Suiten

hinaus ist zu erwähnen, dass auch die anderen, ohne Sterne ausgezeichneten gastronomischen Angebote auf sehr hohem Niveau kochen und Garant sind für guten Geschmack.

Es ist, so bedauerlich wir das selber finden, nur möglich, in dieser Ausgabe eines der ausgezeichneten Restaurants, das MEMORIES, vorzustellen. Der 35-jährige Sven Wassmer, Schweizer und welterfahrener Koch aus Leidenschaft, ist in einer Familie aufgewachsen, in der schon immer Wert auf gutes, schmackhaftes und aus frischen Produkten zubereitetes Essen gelegt wurde. Der Berufswunsch, Koch zu werden, war eine logische Folge seiner Kindheitserfahrung. Von Beginn an hatte er das Ziel im Auge, wenn schon Koch, dann auch ein Koch der ersten Kategorie zu werden.

Seine Ausbildung als auch Weiterbildung fand in den bekanntesten Gourmet-Restaurants Europas statt. Über Basel, London und weiteren Stationen kehrte er in die Schweiz zurück, wo er bei dem 3-Sternekoch Andreas Caminada (Burg Schauenstein in Fürstenua/CH) seine Leidenschaft für den jetzt praktizierten Kochstil perfektionieren konnte. Für Sven Wassmer ist es die Grundlage seines Tuns, das er versteht, was seine Bauern, Lieferanten und Produzenten mit den Erzeugnissen erreichen möchten. Die Produktkenntnisse sind richtungsweisend für seinen

Kochstil. Seine Signatur definiert Sven Wassmer so: „Schweizer Produkte vereint mit den besten der Welt“.



Köpfli / Geröstete Hefe / Trüffel

Vieles, was auf den Teller kommt, sucht und findet er in den Bergen und Wäldern seiner Heimat. Philosophisch ergänzt der Küchenchef: „Wenn ich in den Bergen und Wäldern bin, werden die kraftvollen Naturprodukte und ich eins. Dann entstehen Bilder im Kopf, wie und was ich koche, wie es aussieht und schmeckt“.

In jedem seiner Gänge des Menus erkennt man die akribische Abstimmung der Aromen und die harmonische Vielfalt. Jeder Gang, jede Zutat soll auf der Zunge und dem Gaumen wirken. Nichts soll die typischen individuellen Aromen überdecken. Der Gast soll und muss er-



Küchenchef im MEMORIES
Sven Wassmer

Besonders empfehlenswert

kennen, welche aromatischen „Wunder“ die Natur ermöglicht. Diese Philosophie ist Maßstab für das Menu. Schon die Amuse Bouche, Sven Wassmer bezeichnet sie als Snacks, lassen ahnen, wohin die kulinarische Reise gehen wird. Mangalitza Lardo / Sauerteig Gipfeli / Gruyère



Einstieg ins Menu mit „Snacks“



Eierschwämmli / Sauerrahm
Champignons

Milchkuh / Eigelb / Bärlauchkappen, diese Kombinationen ermöglichen Einblicke in die harmonischen Kompositionen des Küchenchefs.

Das Menu haben wir hier veröffentlicht, damit es für Sie nachzuvollziehen ist, welche Intentionen den Koch inspirieren. Immer wieder betont der 2 Sternechef wie wichtig für den Erfolg das gesamte Team ist. Mit seinem Souschef Sebastian Stichter und Restaurantleiterin Jenny Regenass arbeitete er schon einige Jahre im Restaurant von Andreas Caminada zusammen. Durch die unterschiedlichen Meinungen und Ideen entwickelt sich ein Prozess des ständigen Optimierens. Das Ergebnis ist vom Team – welches wir dann in der offenen Küche zeigen – entwickelt worden. „Das treibt die Kreativität voran“, so das Credo von Sven Wassmer.

Sven Wassmer Menu

Snacks

Mangalitza Lardo / Sauerteig Gipfeli
Snackgurke / Sauerampfer / Borretsch
Buchweizen / 4-jähriger Sbrinz / Gruyère
Pilz / Eigelb / Bärlauchkappen

Sauerteigbrot / Butter

Tomaten / Schweizer—XO Sauce / Lorbeer
Grauburgunder / Peter Wegelin / Malans / Schweiz / 2018
Saibling aus dem Val Lumnezia. / Gebrannter Sennenrahm / Tanne
Chardonnay / Christian é Franciska Obrecht/Jenins / Schweiz / 2019
Eierschwämmli / Sauerrahm / Champignons
CEil de Perdrix / La Maison (Carrée / Neuchâtel / Schweiz / 2020
Köpfli / Geröstete Hefe / Trüffel
Pino: Noir Pilgrim / Matthias é Sina Gubler/ Maienfeld / Schweiz / 2016
Schweineschwanz / Bohnen / «Schlossere» Meerrettich
L'Insolite Samul Blanc / Thierry Germain / Loire / Frankreich / 2015
Blumenkohl/ Ei / Wiesenkräuter
Reserve de la Comtesse / Chateau Pichon/ Longueville Comtesse "de
Lalande / Bordeaux / 2005 France
Ziegenfrischkäse von der «Geissäheimet Meierskählen»
Aprikoboshi / Alpenkräuter
Weissburgunder «Edelgraben» / Claus Preisinger / Burgenland
Österreich / 2016
Pfefferkirschen vom Enikerhof / Gerösteter Kojinougat
Vitige Sour Beer mir Himbeeren / Brauerei Locher / Appenzell
Andeerer Vollmilch / Rheintaler Erdbeer / Estragon
Riesling Marienburg Spätlese – Goldkapsel / Clemens Busch / Mosel
Deutschland / 2018
Petit Four
Madeleines / Braune Butter / Mascarpone



Schweineschwanz / Bohnen / «Schlossere» Meerrettich

Besonders empfehlenswert

Verantwortlich für die großartige Weinkarte vieler Provenienzen ist die meisterliche Sommelière Amanda Wassmer-Bulgin. Sie verfügt nicht nur über ein fundiertes Fachwissen, sie gehört auch zu dem Kompetenz-Team des Küchenchefs und was alles etwas leichter macht, Amanda Wassmer-Bulgin ist seine Frau.

Wer Gründe hat, auf Wein und Alkohol zu verzichten, dem empfehlen wir einen kleinen Exkurs in die bisher leider viel zu wenig beachtete Welt der Mineralwässer. Wasserexpertin und zertifizierte Wassersommelière Anke Scherer führt Sie in die filigranen Geschmacksnuancen ein. Sie werden staunen und sich wundern, welche Unterschiede zu erkennen sind.

Unter der Leitung von GM Marco R. Zanolari entwickelte sich das Grand Resort Bad Ragaz zu einer kulinarischen Exklusivität die weltbekannt ist. Der im oberen Rheintal zwischen dem Fürsten-



Transparenz auch beim Kochen



Grand Resort Direktor Marco R. Zanolari

tum Liechtenstein und Chur liegende Hotelkomplex genießt unter den europäischen Thermalbädern einen exzellenten Ruf. Bad Ragaz steht für Gesundheit, Kultur, Aktivurlaub und alpine Naturlandschaft. Hier wurde die Geschichte über den gesunden Effekt von Thermalquellen geschrieben. Bereits im Jahr 1242 stellten die dort ansässigen Benediktinermönche

fest, dass die 36,2° warme Quelle der Tamina nicht nur wohltuend war sondern auch heilende Wirkung besaß. Wegen der schwierigen Erreichbarkeit der 70 m tiefen Schlucht musste man die Badewilligen mit Körben abseilen, was sehr gefährlich war und zu manch schwerem Unfall führte. Wer Geld hatte konnte sich mit einer Sänfte hinunter tragen lassen, was auch nicht weniger gefährlich war. Schon 1350 wurden die ersten Holzbadehäuser gebaut, der Grundstein für den Schweizer Gesundheitstourismus war gelegt. Der, nach dem Paracelsus die Kraft und heilende Wirkung des Wassers beschrieben hat, ständig zunahm und immer mehr Menschen auf der Suche nach Linderung gar Heilung ihrer Leiden, zur Tamina Schlucht reisen ließ. Mit Beginn der Industrialisierung im 19. Jahrhundert baute man 1840 eine 4 KM lange Leitung von der Quelle in den Ort. Der unaufhaltsame Aufstieg von Bad Ragaz zu einem weltbekannten und beliebten Bade- und Kurort begann. In Jahr 1868 erhielt der findige Kaufmann Bernhard Simon die erste Lizenz das heiße Wasser kommerziell zu nutzen. Schnell stieg Ragaz zum beliebten Ziel für Menschen mit vielerlei Gebrechen und körperlichen Leiden auf. 1911 wurden die Kur- und Badeanstalten institutionalisiert. Und endlich im Jahr 1936 folgte dann der „Ritterschlag“ und aus Ragaz wurde Bad Ragaz. Der mondäne Kurort wurde zum Treffpunkt von Prominenz aus Wirtschaft, Politik und Showbiz.

Einige Außen – und Innenpools, Sprudelliegen und ein Strömungskanal in der Tamina Therme lassen keine Wünsche offen. Zur wohltuenden Entspannung trägt das beeindruckende lichtdurchflutete Ambiente der Architektur bei. Das ganzheitliche Health- und Wellnessangebot beruht auf der Kraft des Thermalwassers. Alle Pools sind mit dem Wasser aus der Taminaquelle gefüllt, einschließlich die der öffentlichen Tamina Therme, die



Lichtdurchflutete Tamina Therme

von Hotelgästen kostenlos genutzt werden kann. Die umfangreiche Auswahl an Beauty- und Massagebehandlungen im Thermal Spa des Resorts entspricht den Erwartungen an einen luxuriösen Wellnessstempel. Die Saunawelt mit vielfältigen Angeboten und einem Naturbecken

im Außenbereich ergänzen die SPA-Möglichkeiten des Hotels perfekt.

Gesundheit ist ein wichtiges Thema, seit vielen Jahren gehört die „Clinic Bad Ragaz“ mit speziellen Reha-Therapien zu den bekanntesten der Schweiz. Hier geht es um mehr als die Wiederherstellung psychischer und physischer Fähigkeiten, das Therapieziel ist Besserfühlen mit allen Sinnen.

Natürlich können sportinteressierte Gäste aktiv werden. In Nähe des Resorts stehen Golfplätze mit unterschiedlichen Pars zur Verfügung. Zu empfehlen ist eine geführte E-Bike-Tour mit Alex Schumacher.



Skulptur von Carla Hohmeister, Tochter der Initiatoren der „Bad RagARTz“

Mit Vorliebe begleitet er seine Mitradler in die bekannte Weinregion „Bündner Herrschaft“. Wer einmal dabei war, erfährt eine Menge über die Besonderheiten der Region, seiner Menschen und regionaler Weine. Die Touren werden mit dem Mountainbike gefahren. Radler, die keine Erfahrung mit E-Motor-Fahrrädern haben, führt Alex Schumacher fachkundig und mit Geduld in das Geheimnis der neuen Radfahrkunst ein.

Kunst, Kunstausstellungen und Künstler-Förderung gehören zum Ragaz Resort wie das Wasser der Tamina-Quelle. Der festangestellte Kunstbeauftragte Sina Samieian verwaltet die Hotel eigene Kunstsammlung, sorgt für eine adäquate Präsentation in den Hotelräumen, koordiniert und kuratiert die wechselnden Ausstellungen. Es gibt nicht sehr viele Hotels, die sich einen Kunstexperten leisten, der die Bedeutung zeitgenössischer Kunstschaffenden und deren Objekte so wirkungsvoll darstellt.



Teuerstes Ausstellungsobjekt: „Clio Blanca“ von Manola Valdés

Berühmte Künstler waren immer gern gesehene Gäste und hinterließen bleibende Spuren. Dazu zählte auch die diesjährige Ausstellung vom 8. Mai bis zum 31. Oktober. Die zum achten Mal stattfindende und mittlerweile weltweit bekannte Kunstausstellung „Bad RagARTz“ ist eine der größten Freiluft-Skulpturenausstellungen Europas. Künstler aus 16 Nationen stellten in Bad Ragaz und Valens im Taminatal 400 Kunstwerke aus. Die Freiluftausstellung findet alle 3 Jahre statt, in diesem Jahr stand sie unter dem Motto «Distanz schärft den Blick». Die Idee lieferte das «Weltanschauungsmodell» des Künstlers Ottmar Hörl, der „Auto-Schlammassel“. Skulpturen wie „Die Nacht ist der Schatten der Erde“ von Vera Röhm, „Klanginstallation“ von Pius Morger oder das teuerste Objekt der Veranstaltung „Clio Blanca“ von Manola Valdés, stießen bei den Besuchern auf großes Interesse. Initiatoren und Mitorganisatoren der Ausstellung sind das Bad Ragazer Ehepaar Rolf und Esther Hohmeister. Die leidenschaftlichen Kunstsammler und -Liebhaber gründeten vor 24 Jahren erstmals die „Bad RagARTz“, ohne zu ahnen, welch großer Erfolg daraus wurde. Zur Freude von Künstlern und Kunstliebhabern pflegt die Grand Resort Bad Ragaz AG die kulturelle Tradition bis heute.

Das Grand Resort „Bad Ragaz“ hat sich unter den besten Hotels der Welt etabliert. Mehrfache Auszeichnungen belegen das. Es ist eine Hochburg für Genießer, Kunstliebhaber, Gesundheitsbewusste, sportliche Urlauber, die dem Leben etwas mehr als einen klassischen Urlaub abgewinnen möchten.

Probieren Sie es selber aus, Sie werden ganz sicher nicht enttäuscht!

Fotos: Gour-med,
Grand Resort Bad Ragaz

Mehr Infos finden Sie hier:
Grand Resort Bad Ragaz AG
Bernhard-Simon-Strasse
7310 Bad Ragaz / Schweiz
E-Mail: reservation@resortragaz.ch
www.resortragaz.ch

E Bike Verleih:
www.susobike.ch
Best Guide: Alex Schumacher



Vergnügtes Radeln mit Guide Alex



Rezept von Sven Wassmer

Temperierte Forelle mit Gurken & Sauerampfer

Zubereitung

Forelle

1. Salz und Zucker mischen und die Forellen-Filets mit der Mischung bedecken und 10 Minuten beizen.
2. Die Filets bei 65°C Heissluft für 5–6 min im Ofen garen.

Senfkörner in Essigmarinade

1. Essig, Salz und Zucker im Topf aufkochen bis der Zucker und das Salz aufgelöst sind.
Tipp: Die Marinade ist im Kühlschrank mehrere Wochen haltbar.
2. Senfkörner viermal in jeweils frischem Wasser blanchieren, anschliessend wieder in frischem Wasser 45 Minuten weich kochen, anschliessend durch ein Sieb abgiessen und mit Wasser abspülen.
3. Die Senfkörner in ein heiss ausgespültes Weck-Glas füllen und mit der heissen Essigmarinade übergiessen. Danach im Kühlschrank aufbewahren, dort halten sie sich problemlos mehrere Monate. Die Senfkörner schmecken am besten, wenn sie zwei Wochen im Voraus zubereitet werden.

Dill-Öl

1. Dill und Spinat grob kleinschneiden und mit dem Öl in einen Thermomix geben.
2. Auf Stufe 8–10 solange mixen bis die Temperatur 60°C erreicht hat.
3. Das Öl durch ein Haarsieb geben und sofort auf Eis kaltstellen.
4. Das Öl hält sich in einer lichtgeschützten Flasche etwa 1 bis 2 Wochen im Kühlschrank, kann aber auch problemlos tiefgefroren werden.

Sauerampfer-Creme

1. Spinat und Sauerampfer gut waschen und alle Zutaten bis auf das Öl in einem Standmixer fein mixen.
2. Bei laufendem Mixer erst tropfenweise, dann in einem dünnen Strahl das Öl zugiessen, bis die Creme wie eine Mayonnaise emulgiert und alles Öl untergemischt ist.
3. Die Creme in eine Plastik-Quetschflasche füllen und kühl aufbewahren.

Gurkensauce

1. Von der Gurke 80g in feine Würfel schneiden.
2. Den Rest der Gurke in einem Entsafter entsaften.
3. Den Saft mit wenig Xanthan (Bindemittel) leicht binden (optional)
4. Den Apfel ebenfalls in feine Würfel schneiden und alle Zutaten mit dem Gurkensaft mischen.

Essiggurken

1. 100g Salz in 1 Liter Wasser auflösen und die Gurken 24 Stunden darin einlegen.
2. Am nächsten Tag aus der Salzlake nehmen und kurz unter fliessendem Wasser abspülen.
3. Zucker, Essig und Wasser aufkochen, die Gurken mit Dill und Senfkörner in ein passendes Einmachglas füllen mit der heissen Essigmarinade übergiessen und verschliessen.
4. Im Steamer bei 90°C Dampf die Gurken 15 Minuten sterilisieren und danach vollständig auskühlen lassen.

Gebrannte Gurke

1. Die Gurke schälen, vierteln und die Kerne mit einem kleinen Löffel ausschaben.
2. Mit einem Bunsenbrenner die Gurke kräftig abflammen und bräunen, anschliessend in Rauten schneiden und mit Salz abschmecken. Alternativ kann die Gurke auch auf Holzkohle grilliert werden.
3. Zum Anrichten je ein halbes Forellenfilet auf einen Teller geben, einige Tupfen Sauerampfer-Creme auf den Teller dressieren, gebrannte Gurke und in Scheiben geschnittene Essiggurken dazugeben und alles leicht mit der Gurkensauce bedecken.
4. Mit frischem Sauerampfer und Waldklee dekorieren.

Rezept für 4 Personen

Zutaten

Forelle

2	Forellen, filetiert und entgrätet
60 g	Zucker
40 g	Salz

Senfkörner in Essigmarinade

100 g	Apfelessig
100 g	Zucker
10 g	Salz
100 g	Senfkörner, gelb

Dill-Öl

200 g	Bio-Sonnenblumenöl, kaltgepresst
45 g	Spinat
100 g	Dill

Sauerampfer-Creme

80 g	Eiweiss
50 g	Spinat
60 g	Sauerampfer
2,5 g	Salz
200 g	Bio-Sonnenblumenöl, kaltgepresst

Gurkensauce

1	Bio-Freilandgurke
80 g	Gurken, fein gewürfelt (2 x 2 mm)
20 g	Apfel - Boskoop, fein gewürfelt (2 x 2 mm)
20 g	Senfkörner in Essigmarinade
2 g	Salz
10 g	Dillöl
2 g	Dill, frisch geschnitten

Essiggurken

250 g	Einlegegurken, gewaschen
1 l	Wasser
100 g	Salz
2	Stängel frischer Dill
1 EL	Senfkörner
200 g	Zucker
200 g	Essig
200 g	Wasser

Gebrannte Gurke

1	Bio-Freilandgurke
	Salz

Edle Tropfen in stilvollem Ambiente

Heiner Sieger

Es war in Zeiten von hohen Corona-Inzidenzen und Greenpass eine Herausforderung. Doch das Team um Veranstalter Helmuth Köcher hatte alles perfekt vorbereitet. Und so genossen, bei bestem Herbstwetter mit blauem Himmel und strahlendem Sonnenschein, mehr als 5.000 Teilnehmer während fünf Tagen Anfang November die 30. Ausgabe des Merano Winefestivals – auch dank hoher Sicherheits- und Hygienevorkehrungen.



Ein Prosit auf Helmuth Köcher, den „Vater“ des Merano Winefestivals

Nach dem Corona-bedingten Ausfall im Jahr 2020 stand in diesem Jahr die beliebte Südtiroler Kurstadt wieder für fünf Tage im Zeichen von Wein, Spirituosen und kulinarischen Köstlichkeiten. 600 Produzenten präsentierten mit viel Herzblut und italienischer Leidenschaft das Beste aus Küche und Keller. Gegenüber früheren Veranstaltungen bedeutete das zwar rund 20 Prozent weniger Produzenten, aber auch mehr Platz und damit auch mehr Zeit, in die Gespräche mit den Produzenten und anderen Teilnehmern zu kommen, die edlen Tropfen im stilvollen Ambiente des Kurhauses zu genießen und ausgewählte Etiketten intensiv zu erleben.

Die Veranstaltungstage waren auf drei verschiedene Zeitabschnitte aufgeteilt. So traten am 5. und 6. November jeweils 160 Produzenten im Kurhaus plus 100 in den eigens errichteten Zelten auf. Am Sonntag und Montag, dem 7. und 8.11.

waren es dann nochmal 260 neue Produzenten. Parallel fand an vier Tagen die Bio@Dynamica mit jeweils 21 Produzenten – insgesamt also rund 80 – im Hotel Terme statt, mit biologisch zertifizierten Weinen und Winzern, die im biologischen Umbau befindlich sind. Die Sache rund machten weitere 100 Produzenten kulinarischer Produkte von Käse und Fisch über Focaccia und Panettone bis zu Honig und Olivenöl.

Die „Flügel der Schönheit“ erleben

Für das internationale Glamour-Event, seit 1992 ein Symbol für Exzellenz in der Food- und Weinszene, hatte unter der Leitung von The WineHunter Helmuth Köcher eine Verkostungskommission von renommierten Experten die Aussteller zuvor handverlesen. Als Besucher musste man sich dann erst mal zurechtfinden



Auch unter den Lambruscos ließ sich so mancher vollmundige Tropfen entdecken

zwischen dem Meraner Kurhaus, in dem auf mehreren Stockwerken „The Official Selection“ zu verkosten war, und den zahlreichen anderen Locations wie der „Gourmet Arena“, der „Spirits Emotion Area“, der Hotel Terme Meran, dem Puccini-Theater für Side Events, den Außenräumen des „fuorisalone“ Merano WineCitylife mit Verkostungsbereichen



Kurhaus Meran: Über mehrere Etagen verlief die Entdeckungsreise zu hochwertigen Etiketten



Hochwertige Käsespezialitäten, wie sardischer Pecorino, galt es in der Gourmet-Arena zu entdecken

und Erlebnis-Ständen entlang des Corso Libertà. Allein in der „The WineHunter Area“, mit einer kostbaren Sammlung von über 450 Etiketten von mehr als 400 verschiedenen Unternehmen, die sich im Kursaal präsentierten, hätte man die Tage locker komplett ausfüllen können.

Bewusst hatte Helmuth Köcher seiner Veranstaltung mit „Flügel der Schönheit“ ein recht romantisch angehauchtes Motto verpasst. „Wir haben ja das Schöne der Natur wiederentdeckt in der Covid-Zeit. Und hier wollen wir ausgiebig die Schönheit feiern, die in der Food- und Wine-Szene herrscht“, erzählt der „Wine-Hunter“ mit einem feinen Lächeln auf den Lippen.

Verkostung in romantischer Umgebung: Fast zwei Dutzend Etiketten des Consorzio Tutela Vini di Custoza wurden im Garten des Restaurants Schloss Kallmünz kredenzt



Die Höhepunkte bei den Weinen waren vor allem die vielen neuen Rosés, die auch als Prosecco zahlreich vertreten waren, sogar ein Lambrusco-Rosé wurde kredenzt. Zu den Highlights zählten aber auch Amphorenweine, insbesondere aus dem Ursprungsland des Wein Georgien. Vertieft wurde dieser Trend auch auf dem begleitenden Kweri Symposium samt der Präsenz von Tina Kezeli, Head of Georgian Wine, die Helmuth Köcher eine 5000

Jahre alte Amphore schenkte, die während der Veranstaltung ausgestellt wurde.

Von Bioweinen zum Champagner

In der Gourmet-Arena wurden Food, Spirits und Bier verkostigt, aber auch die Campania Felix war mit einer Auswahl an Weinen und kulinarischen Köstlichkeiten aus der Region Kampanien sowie einem Showcooking mit den in Italien bekannten Pizzabäckern Gino Sorbillo, Franco Pepe, dem Barkeeper Vincenzo Pagliara und dem Sternekoch Umberto De Martino vertreten. Köchen, die inmitten der Pandemie in geschlossenen Restaurants Mittag- und Abendessen für die Freiwilligen der italienischen Croce Rossa in Bergamo zubereitet hatten. Ein besonderes Augenmerk legte das Winefestival in diesem Jahr auf Naturae et Purae bio & dynamic, die an allen Veranstaltungstagen vertreten waren und mit der Konferenz



Focaccia, in Olivenöl und frischen Kräutern angeröstet, entpuppte sich zum Renner unter den Gästen

und Podiums-Diskussionen. Im Puccini-Theater fand derweil die Noitech-Konferenz zum Thema Nachhaltigkeit im Weinbau und in Zusammenarbeit mit Colterenzio und der Präsentation seines Pinot Nero. Auch renommierte Auszeichnungen wurden verliehen, wie der „Godio Award“ an Küchenchef Rino De Candido vom Hotel Alpin in St. Vigil in Enneberg und der Preis „Im Zeichen von Zierock“ in Anwesenheit von Theo Zierock, verliehen an Clemens Lageder für Weinbau im Einklang mit den Prinzipien der Natur.

Und dann gab es auch noch die kleinen „Sidekicks“ in ausgewählten Hotels und Restaurants von Meran. Einer der Höhepunkte war hier am Sonntagvormittag im Restaurant Schloss Kallmünz die Weißwein-Verkostung von mehr als 20 feinen Etiketten der Consorzio Tutela Vini di Custoza. Für den letzten Tag hatten sich die Veranstalter dann noch eine Krönung vorbehalten: Der Catwalk Champagner war namhaften französischen Champagnerherstellern gewidmet und wurde im Beisein von Florence Guyot von Champagne Marguerite Guyot durch den Schwung einer 6-Liter-Cantina Mene-gotti angemessen präsentiert.

Fotos: Heiner Sieger, Merano WineFestival

Weitere Informationen:
www.winehunter.it
www.meranowinefestival.com

Sebastian Russold „Bester Sommelier Deutschlands“

Finale der Sommelier-Trophy 2021 der Deutschen Sommelier Union

Am Sonntag, 21. Nov., nach einem spannenden Finale zwischen drei Mitbewerbern erklärte die fachkundige, kritische Jury, Sebastian Russold vom Kölner Weinkeller zum „Besten Sommelier Deutschlands.“ Bei der sechsten Sommelier-Trophy in Neustadt an der Weinstraße, konnte der 29-jährige das aufregende Finale durch eine souveräne Leistung für sich entscheiden. Der gelernte Tourismusfachmann ist Nachfolger von Maximilian Wilm, der die Sommelier-Trophy vor zwei Jahren gewann.



Sebastian Russold, Emmanuel Rosier und Julian Schweighart

Die Sommelier-Union Deutschland kürt im Rahmen der Sommelier-Trophy alle zwei Jahre den „Besten Sommelier Deutschlands“ (m/w/d). Im diesjährigen Finale trat Sebastian Russold gegen den Zweitplatzierten Julian Schweighart aus dem Guido al Duomo aus München und den Drittplatzierten Emmanuel Rosier von CCM3 Hospitality Consulting aus Berlin an. Die drei Finalisten setzten sich im Halbfinale am Morgen bereits gegen

Julien Alsoufi von Culinary Domain aus Frankfurt, Lisa Bader aus dem The Dolder Grand Hotel in Zürich sowie Florian Richter aus dem Kronenschlösschen in Eltville-Hattenheim durch.

Der Sieger Sebastian Russold erklärt: „Es war ein großartiger Wettbewerb. Die Leistungen der Kollegen waren beeindruckend. Jeder von uns hätte es schaffen können. Ich hatte heute das nötige Quäntchen Glück auf meiner Seite und bin überglücklich!“

Peer F. Holm, Präsident der Sommelier-Union Deutschland: „Es war, mal wieder, eine hervorragende Leistung! Das Niveau war heute sehr hoch alle Finalisten haben gezeigt, dass sie zu der ersten Liga deutscher Sommelieren und Sommeliers gehören. Sie haben das nicht nur großartig gemacht, sie haben auch dem Berufsstand eine große Ehre erwiesen. Herzlichen Glückwunsch im Namen der gesamten Sommelier-Union an Sebastian Russold.“

Das Finale

Auch in diesem Jahr hatte die Jury einige knifflige Aufgaben für die Kontrahenten vorbereitet.

Zu den, im Finale, gestellten Aufgaben gehörte zum Beispiel der korrekte Apéro-Service von Cocktails und Bier sowie die Erläuterung eines Käsetellers samt Weinbegleitung. Neben der Präsentation von drei verschiedenen Sake mussten die Finalisten vier Weinen jeweils eine Gesteinsart zuordnen. Besonders anspruchsvoll: Die Service-Aufgaben enthielten immer wieder kleine Fallstricke und Fragen, welche die Sommeliers aus ihrem Alltag nur zu gut kennen – wie beispielsweise die Rechtfertigung eines Weinpreises.



So sehen Sieger aus: Sebastian Russolds Freudensprung

Rund 150 Experten, Gäste und Weinkenner verfolgten den insgesamt dreistündigen Genuss-Marathon auf der Bühne des Neustädter Saalbaus unter „2G+“ Bedingungen.

Die siebenköpfige Jury unter der Führung von **Frank Kämmer**, Master Sommelier, war in diesem Jahr mit Sommelier Weltmeister **Marc Almert**, **Maximilian Wilm** und Master Sommelière **Stefanie Hehn** sehr prominent besetzt.

Die Sommelier-Union Deutschland e.V. ist der führende Fachverband der Sommeliers und ein eng verknüpftes Netzwerk von Profis und Nachwuchskräften aus Gastronomie, Hotellerie sowie dem Weinfachhandel. Der Verband vertritt die deutschen Sommeliers auf internationaler Ebene im Weltverband der Sommeliers, der ASI. Seit seiner Gründung im Jahr 1976 bietet die Sommelier Union Wein- und Getränkeexperten eine Plattform für Information, Erfahrungsaustausch und Weiterbildung für Profis. Der Verband ist unabhängig und als Interessengemeinschaft allein der Sache verpflichtet.

Sommelier und Berater Peer F. Holm ist seit Mai 2017 Präsident der Organisation. Er arbeitet mit seinem Team daran, das vielseitige Berufsbild des Sommeliers nach außen zu tragen und den Nachwuchs zu fördern.

Foto: Gour-med

www.sommelier-union.de

WeinTour

9.000 Weinfans virtuell dabei

Mehr als 9.000 Weinfans haben im Rahmen der Virtuellen WeinTour des Deutschen Weininstituts (DWI) vom 12. bis 21. November erneut die Gelegenheit genutzt, verschiedene deutsche Weine von 88 teilnehmenden Weingütern vor dem Bildschirm zu Hause zu verkosten.

Großen Anklang fand dabei das neue Format „Meet the Winzer“, bei dem die Winzer/innen dem weininteressierten Publikum im Anschluss an die moderierte Online-Verkostung persönliche Gespräche in virtuellen Meetingräumen anboten.

Breites Themenspektrum

Für die nunmehr dritte Auflage der Virtuellen WeinTour mit insgesamt 22 verschiedenen Online-Verkostungen fanden 2300 Pakete ihren Weg in die Wohnzimmer. Die nach unterschiedlichen Themen zusammengestellten Verkostungspakete bestanden aus vier deutschen Weinen und je einem Probefläschchen im kleinen 50ml-Format, die die Teilnahme auch für Einzelpersonen vereinfachten. Ein breites Themenspektrum – von Rieslingen aus besonders exklusiven Lagen über weiße Burgundersorten bis hin zu spannenden Neuzüchtungen und ausdrucksstarken Aromasorten – ermöglichte es den teilnehmenden Weinfreund/innen, die Weinvielfalt der deutschen Anbauggebiete kennenzulernen.

Durchschnittlich verfolgten 2 bis 4 Personen die rund einstündigen Online-Verkostungen, die wechselweise von den Deutschen Weinmajestäten Sina Erdrich, Saskia Teucke und Linda Trarbach, den drei Masters of Wine Romana Echen-sperger MW, Konstantin Baum MW und Thomas Curtius MW sowie Toni Askitis von #asktoni moderiert wurden. Co-Moderator und „Spielmacher“ Christoph Friedrich sorgte mit Live-Quiz-Spielen am Handy für interaktiven Austausch und spannendes Weinwissen.



Insidertipps zu Weinregionen

Während der Online-Verkostungen zum Thema Weinwandern hatte Wanderexperte Manuel Andrack wertvolle Insider-tipps für Wanderungen in den deutschen Weinregionen parat. Zudem hatten alle Teilnehmenden die Möglichkeit, sich auf der Online-Plattform über touristische Ziele in den Anbaugebieten zu informieren.

Wer eine der virtuellen Weinverkostungen verpasst hat, kann sich diese auf

WeinTour TV sowie in Kürze auf dem Youtube-Kanal des DWI als Aufzeichnung anschauen.

Foto: DWI

Weitere Infos:
Virtuelle WeinTour:
www.virtuelle.weintour.net und
www.weintour.net
[#weintour](https://www.facebook.com/weintour)

Liebe Leserinnen und Leser,

an dieser Stelle haben wir uns für die Empfehlung exzellenter Premium Spirituosen, hergestellt in Deutschland, entschieden und sind sicher, dass es eine gute Idee ist. Ganz dem Motto folgend: Genuss nach dem Genuss!

Feiner hochwertig gebrannter Whisky, Rum oder Gin sind bei vielen Genießern beliebt als Digestif, Cocktail oder pur und sind, eher nicht in großen Mengen genossener, perfekter Menuabschluß.



Thousand Mountains McRaven Whisky

Bekannt und vielfach ausgezeichnet ist die Sauerländer Edelbrennerei aus Kallenhardt bei Warstein. Für den Thousand Mountains McRaven Single Malt. Unter anderem konnte der deutsche Single Malt bei den World Spirits Awards 2020 die Goldmedaille erringen. Ein solches Highlight wird nicht nur getrunken, diesen Whisky zelebriert man. Der Herstellungsprozess ist aufwendig und muss akribisch betreut werden.

Aus Kallenhardter Wasser und Malz wird eine Maische hergestellt, die schonend verzuckert und mit besonderer Hefe vergoren wird. Gebrannt wird nach einem eigens entwickelten, aromaschonenden Brennverfahren, das einen Rohwhisky von erster Güte verspricht. Dies ermöglicht es, bereits nach verhältnismäßig kurzer Fasslagerung, einen erstklassigen Whisky hervorzubringen. Die Lagerung des McRaven erfolgt zunächst in Rotweinfässern und abschließend in Original Kentucky Bourbonfässern. Der Brennmeister Julian Wellhausen füllt den Single Malt ungefiltert und nicht eingefärbt in handveredelten Flaschen ab.

Der Thousand Mountains McRaven Whisky wird mit 46,2 % Vol. abgefüllt. Dadurch können Sie ihm ein paar Tropfen Wasser gönnen. Sie werden überrascht sein, welche Aromen preisgegeben werden. Im Geschmack zeigt sich eine leichte Süße von Marzipan gepaart mit feiner, pfeffriger Schärfe, dazu Aromen von dunklen Früchten, Eiche, Vanille sowie Zartbitterschokolade.





Gin Seng

Aus einer Familienapotheke in Wuppertal stammt der DR. JAGLAS GIN-seng und ist somit eine Besonderheit auf der Bottleboerse.de, wo sich eigentlich nur ausgewählte Weingüter, Brauereien und Brennereien wiederfinden. Der DR. JAGLAS GIN-seng ist ein handgemachter Wacholderbeerspirit, bei dem vollständig auf Zucker verzichtet wurde. Er ist angelehnt an die ursprüngliche Wacholderbeer-Rezeptur für Spiritus Juniperi aus dem Deutschen Arzneibuch von 1872.

Ginseng ist die Königin unter den Bitterkräutern und von der Hochwertigkeit mit Trüffel zu vergleichen. Zusammen mit ihrem Hofstaat von Enzian, Tausendgüldenkraut, Pomeranzen, Zitwerwurzel, Ingwer, Chinarinde, Kardamom, Galgant, Zimt, Nelken, Campher, Muskat, Baldrian, Citronell, Safran, Angelikawurzel und Lavendel vereint sie sich mit einer ordentlichen Portion frischer Wacholderbeeren. Diese gegensätzlichen Komponenten vereinen sich in einer feinen Symbiose, die sich perfekt ergänzen. Der DR. JAGLAS GIN-seng wird mit 50,0 % Vol. abgefüllt und kann sowohl pur als auch mit einem neutralen Tonicwater genossen werden. In seiner hochwertigen Verpackung eignet sich der GIN-seng auch hervorragend als Geschenk.

Das umfangreiche Sortiment von DR. JAGLAS Sauerländer Edelbrennerei und Hoffer Alter können Sie auf der Bottleboerse.de erkunden.

Finest Rum

Aus der direkten Nachbarschaft der Bottleboerse.de vor den Toren Kölns befindet sich der über 300 Jahre alte historische und malerische Hofferhof und die bergische Kornbrennerei „HOF-FER ALTER“. Dort werden bereits in fünfter Generation edle und erlesene Spirituosen gebrannt. Das Unternehmen ist seit 1880 im Familienbesitz und wird von Tino Müllenbach, Ururenkel des Unternehmensgründers, erfolgreich geführt. Sorgfalt und feinste Rohstoffe sind Basis für einwandfreie, saubere Spirituosen und ein besonderes Geschmackserlebnis. Durch traditionelle Fasslagerung, feinste Herstellungsverfahren und moderne Abfüllanlagen wird ein erlesener und einzigartiger Geschmack der Spirituosen gewährleistet.

Der Ewald Finest RUM aus der Brennerei Hoffer Alter lagert 8 Jahre im Eichenfass bis zur vollen Reife. Das Bouquet ist duftig und vielschichtig mit Anklängen von Vanille, einer feinen Süße und Kokos. Am Gaumen erlebt man den Rum vollmundig, geschmeidig und sehr aromatisch mit feinen Noten von Zimt, Bananen, Vanille und kandierten Früchten. Diesen Rum genießt man am besten pur. Unsere Empfehlung für den vollen Genuss lautet: langsame kleine Schlucke trinken und dabei den Rum einige Sekunden auf der Zunge lassen. Geschmack pur. Der Ewald Finest Rum wird mit 40,0 % Vol. abgefüllt und ist pur oder als Cocktail ein aromatischer Genuss.

Fotos: Bottlebörse



Das umfangreiche exquisite Sortiment erlesener Genuss Spirituosen von DR. JAGLAS, Sauerländer Edelbrennerei und Hoffer Alter können Sie auf www.bottleboerse.de erkunden.

Boutique Hotel und Restaurant Mühle Schluchsee

Niclas Nussbaumer

Gour-med

Der Schluchsee liegt mitten in einer der beliebtesten Naturdestinationen Deutschlands. Der Hochschwarzwald besticht seit jeher mit Genuss, Kultur und Tradition. Da wundert es nicht, wenn man in einem zum Boutique-Hotel umgebauten und renovierten Schwarzwaldhof einen ambitionierten und sehr talentierten jungen Koch findet. Seit März 2021 ist der innovative Niclas Nussbaumer Küchenchef im Gourmetrestaurant der Boutique Hotel Mühle in Schluchsee. Der ehemalige Souschef von Christian Jürgens (Seehotel Überfahrt in Rottach-Egern, Tegernsee, 3 Sterne) hat die Herausforderung angenommen und möchte das Restaurant in die Spitze der Top-Häuser kochen. Eine wichtige



Ein super Team: Lea Rupp und
Niclas Nussbaumer



Historisches Schwarzwaldhaus, Boutique Hotel Mühle Schluchsee

Voraussetzung ist die bedingungslose Garantie, dass er alle Möglichkeiten bekommt, seine kreativen Ideen weiter zu entwickeln und sein Können zu perfektionieren. Hoteldirektor und Besitzer des Hotels Marius Tröndle unterstützt und fördert den Küchenchef, wo und wie es erforderlich ist. Marius Tröndle hat nach Stationen in einigen der besten Restaurants in Deutschland seinen Traum, ein altes Schwarzwaldhaus zu einem einzigartigen Hotel auszubauen, realisieren

können. Niclas Nussbaumer und Marius Tröndle haben klare Vorstellungen, wie sie das Haus erfolgreich etablieren werden.

Die Küchenchef favorisiert eine puristische, produktorientierte, klassisch-französische Küche mit modernen Einflüssen. Was heißen soll: Regionalität, wo möglich, nachhaltig, aromatisch, aber gesund, so sieht Niclas Nussbaumer seinen Weg für ein zeitgemäßes Gourmetrestaurant.



Niclas Nussbaumer in seinem „Reich“

Qualität steht an erster Stelle. Klassischer Handwerker sei er, der die französische Küche, modern interpretiert, auf den Tisch bringt. Dabei soll der Eigengeschmack des Produktes nicht verfälscht

gelungener Menu-Auftakt. Dazu serviert Lea Rupp, die weinaffine Restaurantleiterin (Chef de Service) einen Weißburgunder von Odinstal aus der Pfalz. Eine Köstlichkeit ist auch das täglich im Haus frisch gebackene Dinkelsauerteigbrot, serviert mit Rohmilchbutter. Aber „Achtung“, dieses Brot ist so lecker, dass man geneigt ist sich daran satt zu essen. Das wäre in Anbetracht der noch zu erwartenden Menu-Gänge schade.

Schon der nächste Gang, ein eingelegter Knollensellerie auf confiertem Bioeigelb mit Petersilienfumet, eine kreative Kom-



Amuse Bouches

werden. Alle Produkte müssen aromatisch harmonieren und sich ergänzen. Ganz wichtig für ihn sind die Saucen zu den Gerichten. Sie sind für Niclas Nussbaumer ein besonderes Thema und seine große Leidenschaft. Wie exzellent er die Kunst der Saucenherstellung perfektioniert hat, beweist er bei jedem der Menu-Gänge.

Der gebeizte Zander mit Dashi Melone, Rettich und einer Sojavinaigrette ist ein



Eingelegter Knollensellerie, confiertes Bioeigelb, Petersilienfumet

position, die Zeugnis über die Leistung des Küchenchefs ablegt. Sie zeigt welche großen Ideen hier umgesetzt werden.

Zur Imperial Wachtel mit jungem Lauch, eingelegter Zwiebel und Teriyaki-Jus serviert Lea Rupp einen Sake aus Südost-Japan, der hervorragend den Gang ergänzt. Eine perfekte Harmonie. Es folgt Blumenkohl in einer weißen Mandelllauchcreme und Nussbutter, ergänzt mit Ossetra Kaviar. Abgerundet wird das Ganze mit einem Glas Chablis.



Besitzer Marius Tröndle mit Lebensgefährtin Ankie Cabraja

Der Hauptgang, geschmorte Kalbsbäckchen mit Roter Bete, Zwiebelmarmelade und einem filigranen Balsamessigjus er-



Schwarzwälder Purismus, aber gemütlich

fährt eine Aufwertung mit einem Lemberger, Großes Gewächs aus dem Haus Graf Neipperg. Der Menu-Abschluss, ein Dessert aus geeister Johannisbeere und Valrhona Ivoire, bestätigt unsere hohe



Florales Wunderwerk geschaffen von Ankie Cabraja

Meinung von dem kulinarischen Konzept und der handwerklichen Kunst des Küchenchefs Niclas Nussbaumer sowie dem Souschef Julian Rickert, die von einer hochmotivierten Küchen- und Service-Mannschaft unter der Leitung Lea Rupps unterstützt werden.

Dieses Restaurant in der Mühle am Schluchsee wird nicht lange benötigen, um zu den Besten im Land zu zählen. Wir sind ganz sicher, dass hier bald ein weiterer Stern aufgehen wird. Nicht nur das ganze Menu ist harmonisch aufeinander abgestimmt, hier stimmt auch das Miteinander der Hotelleitung und des Küchen- und Serviceteams.

Das im Dezember 2019 eröffnete Haus ist ein kleines, feines Refugium, in dem man herrlich entspannen kann. Das wunderschöne historische Landhaus wurde im Jahr 1603 als Schwarzwaldhof erbaut, der bis ins 18. Jahrhundert hinein Getreidemühle und Lieferant für das Kloster St. Blasien war. Der Bach, der früher das Mühlrad antrieb, fließt wie seit ewigen Zeiten an der Terrasse vorbei, bis er im Schluchsee mündet. Umgeben von Wald

und Natur ist hier ein Rückzugsort entstanden, in dem man in absoluter Ruhe und jenseits aller Hektik den Alltag und seine kleinen und großen Sorgen schnell mal vergessen kann. Den Gast verwöhnen, das ist ungeschriebenes Gesetz. Die

gute Seele des Hauses, Ankie Cabraja, Lebensgefährtin von Marius Tröndle, ermöglicht alles, um dem Gast einen unvergesslichen Aufenthalt zu bereiten.



Zwei die ihr Handwerk beherrschen: Julian Rickert und Niclas Nussbaumer

Ihre Liebe zum Detail wird ersichtlich in dem wundervollen Garten rund um die Mühle, der von ihr gestaltet worden ist.

Fotos: Gour-med

Info:

Mühle Schluchsee
Boutique Hotel & Restaurant
Unterer Mühlenweg 13
79859 Schluchsee
Tel.: +49 7656 209
E-Mail: restaurant@muehle-schluchsee.de
www.muehle-schluchsee.de



Der Platz für Entspannung: Die Lounge der Mühle

STOLZ AUF EUROPÄISCHE QUALITÄT UND GESCHMACK
MIT RINDFLEISCH AUS SPANIEN



BE PROUD OF BEEF

Dank „Proud of Beef“ tragen Sie zur nachhaltigen Entwicklung des Landlebens bei und unterstützen das Wohlbefinden der Tiere. Dazu gehört eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, die uns das Rindfleisch auf unserem Teller liefert. Dank „Proud of Beef“ kaufen Sie Fleisch, das sich der Zukunft unseres Planeten verpflichtet und Lebensmittelverschwendung vermeidet. Das europäische Rindfleisch ist nicht nur ausgezeichnet, sondern es werden auch alle Teile hundertprozentig verwertet. Was wir jetzt umsetzen, wird uns in der Zukunft voller Stolz erfüllen.

Um mehr über Food Based Dietary Guidelines zu erfahren, gehen sie auf folgenden Link: <https://haztevaquero.eu/en/food-based-dietary-guidelines/>



#PROUDOFEUROPEANBEEF
PROUDOFEUROPEANBEEF.COM



Der Inhalt dieser Werbekampagne gibt lediglich die Ansichten des Autors wieder und liegt in seiner alleinigen Verantwortung. Die Europäische Kommission und die Europäische Exekutivagentur für die Forschung (REA) übernehmen keinerlei Verantwortung für eine etwaige Weiterverwendung der darin enthaltenen Informationen.

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



VON DER EUROPÄISCHEN
GEMEINSCHAFT
KOFINANZIERTE KAMPAGNE

DIE EUROPÄISCHE UNION UNTERSTÜTZT
KAMPAGNEN ZUR FÖRDERUNG DES ABSATZES
LANDWIRTSCHAFTLICHER QUALITÄTSERZEUGNISSE.



Rote Garnele an Spanferkel-Eis



Heiner Sieger

Das romantische Bardolino am östlichen Ufer des Gardasees ist nicht nur ein beliebter Urlaubermagnet, sondern auch Heimat des Viersterne-S-Design- und Klimahotels Aqualux Hotel Spa Suite und Terme Bardolino. Ein wunderbarer Ort, nicht nur um sich in den vielen Thermalbecken zu vergnügen, sondern auch in die Welt von Olivenöl, Amarone und eigenwilliger italienischer Gesundheitsküche einzutauchen.

Der Gardasee ist immer eine kürzere oder längere Reise wert. Und jede Jahreszeit hat dabei ihren Charme. Auch im Spätherbst und Winter, wenn die Region weniger von Touristen und mehr von den Einheimischen beherrscht wird, lohnt sich ein Aufenthalt in der malerischen Region. Vor allem Kulinarikfreunde und Weinliebhaber können dann sogar noch mehr

auf ihre Kosten kommen. Warum? Weil Radeln und Schwimmen zu dieser Jahreszeit doch eher ungemütlich ist, bleibt mehr Zeit für den Genuss. Eine exzellente „Homebase“ bietet dafür das Viersterne-S-Design- und Klimahotels Aqualux Hotel Spa Suite und Terme Bardolino: Maximal zehn Gehminuten vom romantischen Örtchen Bardolino entfernt, nur zehn bis zwanzig Autominuten von den vielen Weingütern und Enotecas im Bardolino und im benachbarten Valpolicella sowie eine halbe Stunde von der Kultur- und Opernstadt Verona weg.

Aber auch schon im Hotel selber lässt es sich gut und vor allem gesund leben. Das Aqualux, architektonisch nicht von ungefähr an eine Therme erinnernd, bietet nämlich neben hervorragender, italienischer Küche auch im Winter wohlige Wärme. Und zwar in einem für die Region einzigartigen Wellness- und Wasserpark

mit acht Pools. „Klima-Hotel“ bedeutet, dass die Gebäude alle mit nachhaltiger Energie geheizt werden. Und Nachhaltigkeit ist laut Hotel-Chefin Lara Udovini auch das maßgebliche Motto. Das bakteriologisch reine Wasser der hauseigenen Wasserquelle „San Severo“ des Schwimmbades etwa kommt aus 300 Meter Tiefe mit 14 Grad aus dem Boden und wird durch die hauseigene Geothermie im Winter auf 35 Grad beheizt, im Sommer auf 30-32 Grad. Es stammt aus dem hydrogeologischen Becken des am Ostufer des Gardasees angrenzenden Thermalgebietes.

Ganzheitliche Gesundheits-Philosophie

Der beträchtliche Gehalt an Kalzium, Magnesium und Natron verleiht diesem Wasser anerkannte therapeutische Eigenschaften. Diese sind auch ideal für die sogenannte „Balneotherapie“, die gegen Hautkrankheiten und -unreinheiten zum Einsatz kommt.

Im 17.000 m² großen „AquaExperience-Wasserpark“ oder drinnen, in weiteren Pools mit Wasserfall, Sitzgelegenheiten, Nischen, Unterwassermassagebetten und Nackenduschen stehen Gesundheit und Entspannung im Vordergrund. Drei Saunen, türkisches Bad, Caldarium und ein FRAUEN-SPA-Bereich vervollständigen den ganzheitlichen Wellnesspfad. „Wir bieten auch ausgewählte Anwendungen und Massage. Wir sind aber kein Kurhaus, sondern verfolgen einen gesundheitsorientierten Philosophie“, sagt Lara Udovini.

Eine Philosophie, die sich seit kurzem auch im kulinarischen Angebot des Aqualux widerspiegelt. Gemeinsam mit der Beraterfirma MFC, einem Expertenteam



Aqua-Experience im Wasser- und Wellnesspark



Küchenchef Simone Gottardello präsentiert gerne kulinarische Gegensätze

für biologische Produkte in der Gastronomie und deren Gründer, Nicola Michieletto und Marco Bordonni sowie dem Aqualux-Küchenchef Simone Gottardello wurde das Konzept der „funktionalen Küche“ für das Hotel entwickelt. Inspiriert vom anthroposophischen und altorientalischen Ernährungsprinzip Rudolph Steiners, dem Gründer der Waldorf-Schulen, werden vom Frühstück bis zum Abendmenü spezifische Gerichte angeboten, bei denen auf gesunde Ernährung besonders geachtet wird. „Wir wollten den Spa und die gesunde Lebensweise ganzheitlich auf die Küche erweitern. Durch eine optimale Kombination von gewissen Lebensmitteln möchten wir damit das



Restaurant EVO: Kulinarische Hochgenüsse im Zeichen der Olive

körperliche, geistige, aber auch energetische Gleichgewicht der Gäste fördern“, erklärt Lara Udovini. „Ich glaube, dass heutzutage die Notwendigkeit besteht, der Gesundheit mehr Aufmerksamkeit zu schenken und den Corona-Virus zu bekämpfen. Dazu ist es wichtig, den Körper zu stärken. Da spielt die Ernährung eine wesentliche Rolle. Man soll besser essen.

Genuss- und Reisetipps

Wir möchten mit unseren Menü-Empfehlungen dazu beitragen, dass die Kunden sich gesünder als sonst ernähren und auch damit auseinandersetzen.“

Körperliches und geistiges Wohlbefinden im Fokus

Diese „Funktionale Küche“ zielt darauf ab, das körperliche und geistige Wohlbefinden durch eine achtsame Kombination von ausgewählten Lebensmitteln zu verbessern und zu bewahren, die nach bestimmten Techniken zubereitet werden, um die Verdaulichkeit zu erleichtern. Alle Speisen bieten eine perfekte Balance zwischen Getreide, Proteinen und Fetten mit Obst und Gemüse. Die Zutaten, fast



Eigenwilliges Surf'n Turf: Spanferkel-Eis auf Bukett aus roter Garnele

ausschließlich italienische Bio-Produkte, werden nach diesem Kriterium ausgewählt, wobei frische und saisonale Zutaten aus der unmittelbaren Region bevorzugt werden. Viele kleine und lokale Produzenten aus den umliegenden Dörfern liefern Käse, Wurst, Obst, Gemüse, Seefische, Fleisch und Brot. Zubereitet werden diese Gerichte nicht nur für das Frühstückbuffet sondern vor allem für das „Italian Taste Restaurant“.

„Aufgebaut ist das Konzept entlang der sieben großen Planeten unseres Sonnensystems“, erläutert Küchenchef Simone Gottardello. Sieben gesunde Getreidearten werden dabei eingesetzt: Reis, Gerste, Hirse, Roggen, Hafer, Mais, Dinkelweizen. Der Montag – beeinflusst vom Mond – wird mit Reis assoziiert, der Dienstag – verbunden mit Mars – mit Gerste, der Mittwoch mit Hirse, usw.. „Wir versuchen die Produkte in einer modernen Art zu präsentieren, zum Beispiel in der Zube-

ereitungstechnik: Die Produkte werden nur leicht und bei niedriger Temperatur gekocht. Die Produkte müssen ihre charakteristischen Eigenschaften, also die Nährwerte und den Geschmack behalten. Oft sind es einfache Gerichte, verfeinert mit besonderen Gewürzen mit Kokosnussmilch, Kurkuma und Trockenfrüchten.“

Proteine werden zum Abendessen bevorzugt, vor allem frischer Fisch – der bei niedrigen Temperaturen gegart wird – oder auch mageres weißes Fleisch, das mit Leinsamen, Chia-Samen und Haferfasern abgerundet wird, was sich ebenfalls positiv auf den Verdauungsprozess auswirkt. Auf den Tisch kommt dann zum



Vollwert-Basmatireis-Salat mit Garnelenfleisch, Tintenfisch, Erbsen und Curry-Dörrtomaten

Beispiel ein Dinkel-Risotto mit Kabeljau, Jakobsmuscheln, Rotweingelee und Dattelsirup oder ein warmer Vollwert-Basmatireis-Salat mit Garnelenfleisch, Tintenfisch, Erbsen, Curry-Dörrtomaten und Obst. „Unter den Gemüsen machen wir ausschließlich vom saisonalen Angebot Gebrauch“, betont Simone Gottardello. Im Herbst und im Winter sind dies das ausgezeichnete Kürbisgemüse, die Rote Beete und bitteres Gemüse. „Zum Beispiel sind Artischocken ideal für eine Entschlackungskur, wie auch Brühen und Kräutertees.“

Surf and Turf eigenwillig interpretiert

Jenseits der funktionalen Küche beherrscht der Maestro auch das Fine Dining. Im Gourmetrestaurant EVO – der Name steht für Extra Vergine, das Akronym für ungesprestes Olivenöl – darf es dann auch mal recht extravagant zuge-

hen. Das Restaurant mit acht Tischen ist zudem eine Reminiszenz an die Aqualux-Eigentümerfamilie Viola, die nicht nur Hoteliers, sondern auch Olivenbauern und landesweit bekannt sind für die Herstellung von GARDA DOP Olivenöl OLIO VIOLA – das übrigens in der fünf Gehminuten entfernten Ölmühle produziert wird.

„Wir möchten, dass die Gäste hier kulinarisch auch etwas Außergewöhnliches erleben können“, sagt Simone Gottardello

ein Klassiker aus Italiens Hauptstadt Rom. Dazu werden Spaghetti mit Grana Padano und Pecorino geschmolzen und cremig gemacht. Er verleiht ihm allerdings noch mit schwarzem Pfeffer und in Weißbier marinierten Garnelen den besonderen Kick. „Normalerweise passen Fisch und Käse nicht so gut zusammen für uns Italiener“, lacht er. „Aber das Ziel ist ja, dass die Gäste zufrieden sind und wiederkommen. Und wenn die großen Restauranttester ebenfalls wiederkommen, dann freue ich mich auch.“

Parco Giardino Sigurtà in Valeggio sul Minico mit Blick auf die Villa Maffei



und lächelt verschmitzt. Eigenwillig ist es mindestens, wie der 35-Jährige sein spezielles Surf and Turf interpretiert: „Wir arbeiten mit extremen Produktkombinationen wie Gambero Rosso mit Spanferkel und Süßwein. Die roten Garnelen werden dafür fein geschnitten und mit Alufolie flach auf den Teller gepresst und mit Algenpulver, Speck- und Zitrusfrüchte-Pulver verfeinert sowie mit Spanferkeleis und Spanferkel-Chips serviert.“ Wie er auf so etwas kommt? Bisweilen sogar im Schlaf. „Ich habe nachts oft gute Ideen. Die bringe ich dann mit in die Küche und dann versuchen wir untertags daran und experimentieren im Team. Und wenn es passt und alle einverstanden sind, kommt es auf die Karte für die Gäste“, sagt Gottardello, der bereits seit sieben Jahren im Aqualux kocht.

Eines seiner außergewöhnlichen Gerichte ist auch das Chacio e pepe, eigentlich

Picknick im Park

Von Bardolino aus, am südöstlichen Ufer des Gardasees gelegen, lassen sich aber auch noch andere Genüsse erreichen. Zum Beispiel der Parco Giardino Sigurtà in Valeggio sul Minico ist vor allem im Frühjahr eine blühende, ja leuchtende Oase. Dieser 600.000 Quadratmeter große Garten, eine knappe halbe Autostunde von Bardolino entfernt, lässt die Besucher vor Ehrfurcht verstummen: Der erste Höhepunkt ist die Tulpenblüte im März und April. Mehr als eine Million Blüten von 300 Tulpensorten füllen Wiesen und Beete. Es ist nach dem holländischen Keukenhof die zweitgrößte Tulpenblüte in Europa. Den Tulpen folgen Tausende Schwertlilien und das Indische Blumenrohr. Ab Mai blühen im Park mehr als 30.000 Rosen verschiedener Arten. Nicht von ungefähr zählt dieser Park zu den fünf außergewöhnlichsten Parkanlagen der Welt.

Der Landschaftspark gehörte einst zur Villa Maffei, einem herrschaftlichen Anwesen in der Nähe der Moränenhügel, die sich an den Gardasee schmiegen. Erstmals wurde die Villa mit der Gartenanlage 1617 urkundlich erwähnt. 1895 macht Napoleon III diese Villa zu seinem Besitz und ließ den Garten umgestalten. Der Pharmazieunternehmer Graf Carlo Sigurtà, nach dem der Garten dann auch benannt wurde, erschuf ab 1941 auf den Hügeln und Hängen des ehemaligen Früchte- und Gemüsegartens innerhalb von 40 Jahren dieses Kleinod der Gärtnerkunst. Er nahm das alte Recht der Entnahme von Wasser aus dem Mincio wieder wahr, erweckte den Park zu neuem Leben und vergrößerte ihn auf 60 Hektar.

Unterwegs zu Amarone und Ripasso

Einen Ausflug lohnt auch das 1936 gegründete Familien-Weingut Cesari in Cavaion, dessen Namen man mit feinen Weinen aus Verona verbindet, insbesondere mit Ripasso und Amarone della Valpolicella. Damals erwarb der aus Brescia stammende Gerardo erste Reben in der



Ripasso und Amarone im Weingut Cesari

Region Valpolicella. Heute besitzt das Weingut mehr als 120 Hektar, die sich auf die vier Weinberge Bosan, Il Bosco, Hèma und Centofilari aufteilen. Ebenfalls nach dem Weinberg benannt ist der Lugana

Cento Filari. Für den darf ein Teil der Trauben länger am Stock hängen bleiben, um ihm mehr Frucht und Kraft zu verleihen.

Produziert werden 1,5 Millionen Flaschen, davon 250.000 Amarone – neben dem schlichteren Classico noch die beiden hervorragenden Einzellagen Amarone Il Bosco und Bosan. Der Amarone von Cesari ist eine Cuvée aus den drei Rebsorten Corvina, Corvinone und Rondinella. „Die gelesenen Trauben werden mit der Appassimento-Technik auf sogenannten Arelen oder Bambusgestellen angetrocknet, um die Aromen zu konzentrieren. Während der dreimonatigen Trocknung verlieren sie etwa 40 Prozent des Wassers“, erzählt Viviana Stagi bei der Führung durch das Weingut. Der Amarone della Valpolicella „Bosan“ aus dem Jahr 2006 beispielsweise ist ein edler Vertreter seiner Zunft: Nach der Vinifizierung reifte der Wein für vier Jahre in Holzfässern und danach noch 15 Monate in der Flasche, bevor er auf dem Markt kam. Im Glas zeigt der „Bosan“ eine tiefdunkle Farbe mit leicht violetten Reflexen. In der Nase ist der Wein ausgesprochen fruchtig mit kräftigen Noten von Kirschen und Brombeeren.

Ein Weingut zum Verweilen

2021 jährt sich der Todestag des Poeten Dante Alighieri zum 700. Mal. Doch nur wenige wissen, dass die Nachfahren des



Das malerische Weingut Serego Alighieri, eingebettet in die sanften Hügel zwischen Bardolino am Gardasee und Verona

Dichters bis heute in der Region Valpolicella Wein produzieren, vor allem den ikonischen Amarone. Das malerische Weingut Serego Alighieri, eingebettet in die sanften Hügel zwischen Bardolino am Gardasee und Verona, wird bereits in der 21. Generation bewirtschaftet und ist auch ein Sinnbild für die Geschichte dieser Region. Unweigerlich assoziiert man diesen Namen mit dem Vater der italienischen Sprache und dem Verfasser der Göttlichen Komödie: Dante Alighieri.

In den 70er Jahren wurde Serego Alighieri Teil der Masi-Gruppe, unter Leitung des Präsidenten Sandro Boscaini. Die Weinberge von Serego Alighieri sind reich an Humus und rotem Boden, der sich auf Kalkstein und Ton ablagert. Sie bringen

Weine von einzigartiger Persönlichkeit, Komplexität und Eleganz hervor. Das Ergebnis sind Tropfen wie der „Amarone Vaio Armaron“, ein Wein von außergewöhnlicher Kraft und Komplexität und definitiv ein Klassiker des italienischen Weinbaus.

Das Weingut ist nicht nur ein perfekter Ort, um das eine oder andere Glas Amarone am Ursprung zu genießen. Sondern ein Besuch lohnt sich auch für einen Aufenthalt in absoluter Ruhe, Einsamkeit und Romantik. Umgeben von Grün, weit weg von den lauten Straßen rund um den etwa 25 Minuten entfernten Gardasee, können Besucher den Weinkeller und den historischen Trockenraum, den „Fruttai“, besichtigen und sich an einer Verkostung in der „Rivendita“ erfreuen. Wer danach nicht mehr ins Auto steigen möchte: Das Anwesen verfügt über acht geräumige Apartments im traditionellen Stil, in denen die Gäste umgeben von Weinbergen und Natur in altertümlichem, aber modern eingerichtetem Gemäuer wohnen. Jede Jahreszeit hat hier ihren Reiz, aber in den warmen Monaten wird das Frühstück im Garten mit Blick auf den Park der Villa serviert.

Fotos: Heiner Sieger, Parco Sigurta, Aqualux



Kunst am Barrique-Fass im Weinkeller des Weinguts Cesari im Valpolicella

Weitere Informationen:
www.aqualuxhotel.com
www.masi.it
www.cesari.it
www.seregoalighieri.com
www.sigurta.it
www.olioviola.it



die Kostbarkeiten der Schatzkammer, die Werke des Kunstmuseums Liechtenstein sowie der Hilti Art Foundation bewundern möchte, kaum ein anderer Staat verfügt über so ein großes Angebot an Kunst und Kultur. Das Gebäude des liechtensteinischen Landesmuseums hat eine bewegte Geschichte. Die erste Erwähnung geht auf das Jahr 1438 zurück. Das Gebäude, heute zusammengebaut mit dem ehemaligen Verweserhaus, war herrschaftliche Taverne und Zollstation und Sitz der Regierung. Von 1998 bis 2003 wurde das Museum umgebaut und mit einem Erweiterungsbau versehen.

Ein kulturelles und landschaftliches Kleinod Fürstentum Liechtenstein

Gour-med

Liechtenstein im Zentrum des europäischen Alpenbogens zwischen der Schweiz und Österreich, ist vielen nur bekannt durch die Hinweisschilder an der Autobahn Richtung Süden. Das weit ins Tal sichtbare Schloss des Fürsten bewundert man aus dem Auto und fährt weiter. Welche Besonderheiten das (Mini-) Land bietet und wie reich an Kultur und europäischer Geschichte das Fürstentum ist, lohnt einen Stopp. Die vielen kulturellen Angebote in diesem kleinen Staat sind bewundernswert, sodass ein Aufenthalt für 1-2 Tage auf jeden Fall lohnend ist. Im Fürstentum leben ca. 38'500 Einwohnerinnen und Einwohner. Der viertkleinste Staat in Europa ist ca. 25km lang und 12km breit.

Dabei vereint das Fürstentum Liechtenstein alles, was das Herz begehrt: eine eindrucksvolle Gebirgswelt, lebendige Kultur, reizvolle Dörfer und unternehmerische Chancen.

In Vaduz, mit 5200 Einwohnern nur zweitgrößte Stadt, aber Regierungssitz und Hauptstadt, findet man auf einer Länge von wenigen Hundert Metern beeindruckende

ckende Architektur, historisch und modern, Kunst, Museen, Shopping-Möglichkeiten und viele Sehenswürdigkeiten. Eine Schatztruhe, für die man sich Zeit nehmen sollte. Wohl nirgendwo sonst gibt es so viel Kultur auf so kleinem und überschaubarem Raum.

Allein sechs Museen befinden sich in der Fußgängerzone von Vaduz. Ob man nun



Replik der Fürstenhaube in der Schatzkammer



Rathaus in Vaduz

Es zeigt die wechselvolle Geschichte Liechtensteins und enthält auch eine naturkundliche Sammlung. Bei einer Führung mit dem Historiker Prof. Rainer Volkommer erfahren wir Näheres zu den wichtigsten Ausstellungsstücken. Bei dem anschließenden Besuch in der Schatzkammer sind eine Replik der Fürstenhaube, ein besonderes Fabergé-Ei, die 1. Briefmarke Liechtensteins von Koloman Moser bis hin zu Stücken die im Weltall waren und viele weitere interessante Exponate zu bestaunen. Im selben Gebäude befindet sich das liechtensteinische Postmuseum. Es wurde 1930 gegründet und 1936 eröffnet. Es zeigt die Geschichte der Philatelie und Dokumente und Geräte zur Postgeschichte.

In den sechs Ausstellungssälen des 2000 fertiggestellten schwarzen Würfels, dem Kunstmuseum Liechtenstein, führen wechselnde Ausstellungen durch die



So lebten einst die Walser

moderne und zeitgenössische Kunstgeschichte. Im Fokus steht die staatliche Kunstsammlung des Fürstentums, ergänzt durch Exponate internationaler Kunst des 20. und 21. Jahrhundert.

Wer noch tiefer in die Geschichte Liechtensteins abtauchen möchte, dem empfiehlt sich ein Besuch des Walserheimatmuseums in Triesenberg, ein Dorf in den Alpen über Vaduz. Die Führung mit Museumsleiter Leander Schädler, der sich seit Jahren mit der Historie des Landes befasst, ist ein beeindruckendes Erlebnis.

Das Angebot an Restaurants in Liechtenstein ist eher gut bürgerlich und modern. Viele Bistros und Cafés mit typisch lokalen Gerichten und Spezialitäten haben sich mehr auf einheimische Gäste eingestellt. Besonders gut hat es uns im Gasthof Au geschmeckt. In der urigen Gaststube des Gasthofs, eines der ältesten „Beizen“ von Vaduz, sitzen Jung und Alt in geselliger Runde beisammen. Wunderschöne Holzarbeiten sorgen für ein gemütliches Ambiente. Dazu passt die frische, gutbürgerliche Küche. Der Tafelspitz aus dem „Au“ wurde im Schweizer TV bei einem Kochwettbewerb als der Beste ausgezeichnet. Er schmeckt wirklich köstlich.

Leider ist es in Liechtenstein noch immer üblich, dass einige Restaurants über Raucherzimmer verfügen oder als Raucher-Gastronomie geöffnet sind. Daran muss man sich erst mal gewöhnen.



Hier entstehen edle Weine: Fürstliche Hofkellerei



Herrliche Ausblicke während der Schnitzeljagd

Vom Eschnerberg im Norden des Landes bis zum Hügel Gutenberg im Süden ist Liechtenstein für die dort angebauten Weine bekannt. Die Weinkultur im Fürstentum ist sehr traditionell und von erlesener Qualität. Über 100 Winzer, davon vier Berufswinzer, erzeugen die edlen Tropfen. Die Hofkellerei des Fürsten von Liechtenstein mit der Reblage Herawingert ist das bekannteste Weingut. Der Herawingert zählt mit seinen vier Hektar Rebflächen zu den besten Lagen im Rheintal, begünstigt durch die Südwestlage und dem milden Föhnklima. Die Bodenbeschaffenheit ist eine ideale Bedingung für den Anbau von Pinot Noir und Chardonnay. Eine Verkostung in der Fürstlichen Hofkellerei ist zu empfehlen. Man bekommt einen guten Eindruck über die verschiedenen Weine, die auch – falls nicht schon ausgetrunken – hier erworben werden können.

Ganz neu im Angebot und sicher bald eine beliebte Attraktion für Familien oder Gruppen ist der FoodTrail, eine genussvolle Schnitzeljagd, die von Vaduz nach Schaan und zurück führt. Etwa vier Stunden benötigt man für die Tour. Verschiedene Rätsel führen von Genussmoment zu Genussmoment. Gestartet wird im Liechtenstein Center in Vaduz. Hier erhalten die Teilnehmer die Unterlagen sowie das erste Rätsel. Nun geht es von Rätsel zu Rätsel und von Genussstation zu Genussstation. Um den richtigen Weg zu finden sind Köpfchen und Kombinationsfähigkeit gefragt. So erkunden die Teilnehmer die Region rund um Vaduz und Schaan. An insgesamt sechs Stationen taucht man während des FoodTrail in die kulinarischen Köstlichkeiten Liechtensteins ein. Dabei darf Original Liechten-

steiner Käse genau so wenig fehlen wie der fürstliche Wein und in Liechtenstein gerösteter Kaffee.



Skifahrer, ob alpin oder Langläufer, finden im Winter snowsichere Möglichkeiten in attraktiven Loipen oder Abfahrten.



Blick auf Schloss Liechtenstein

Fotos: Gour-med, Liechtenstein Marketing

Info:
Liechtenstein Marketing
Äulestr. 30
LI-9490 Vaduz
www.liechtenstein-marketing.li

Gasthof AU: www.gasthof-au.li
Hofkellerei: www.hofkellerei.li
Foodtrail: www.foodtrail.ch

Das Elsass

Links und rechts der Elsässischen Weinstraße



Historisches Kleinod Eguisheim

Gour-med

Eguisheim, dieses historische Kleinod südlich der Stadt Colmar, wirkt auf die Besucher wie ein frisch poliertes Dorf aus dem Mittelalter. Gut erhaltene, renovierte und gepflegte Fachwerkhäuser in bunten Farben prägen das Orts-

bild. Über allem thront stolz die im 13. Jh. erbaute Burg. Ein gut ausgeschilderter Rundgang führt die Gäste zu den bedeutendsten Sehenswürdigkeiten, die über die Geschichte des Ortes der letzten Jahrhunderte Zeugnis ablegen. Die dreisprachigen Erläuterungen vor den Objekten sind dabei sehr hilfreich.

In Eguisheim sind die kleinen, aber typisch regionalen Weinstuben der Touristenmagnet. Hier wird die genussvolle, gleichwohl deftige – Elsässer Küche serviert. Das ist für fast alle Besucher der Hauptgrund, neben den erstklassigen Weinen das Elsass zu erkunden.

Der Herbst und die Zeit der Weinlese sind wegen der vielen kulinarischen Köstlichkeiten, die jetzt geerntet werden, bei den Touristen sehr beliebt.

Natürlich spielt auch die Nähe zu Colmar, Hauptstadt der Elsässer Weinstraße, eine Rolle. Traditionelle Häuser, Kanäle und blumengeschmückte Gassen sowie die gastronomische Vielfalt sind das, was das malerische Elsass – gerade in Colmar – ausmacht. Gemütlichkeit und Gastfreundschaft werden großgeschrieben. Einen spannenden Rundgang durch die über tausend Jahre europäische Geschichte Colmars darf man nicht auslassen. In der Fußgängerzone, in der alten, unter Denkmalschutz stehenden Stadt, bestaunt man ein gut erhaltenes Kultur-, Zivil- und Religionserbe, das vom Mittelalter bis ins 18. Jahrhundert reicht. Das malerische Viertel „Klein-Venedig“ zieht Touristen aus aller Welt an. Von den früheren Zunftvierteln ist das Gerberviertel mit den großen Häusern und weißen Fassaden am besten erhalten. Nicht verpassen darf man die prächtige Abteikirche Sankt Martin, die durch ihre zahlreichen architektonischen Details der Gotik und ihre ausgefallenen Farben beeindruckt.

Colmar ist für traditionelle Fachwerkhäuser bekannt, darunter zahlreiche bedeutende Bürgerhäuser. Prachtvolle Beispiele sind das Haus Adolf, das älteste der Stadt,



Elsässische Handwerkskunst bei den Zunftzeichen



Blumengeschmücktes Colmar

mann, Cranach dem Älteren und Holbein dem Älteren ausgestellt. Die enzyklopädische Dimension des Museums erweist sich in einer Sammlung archäologischer Fundstücke vom Neolithikum bis hin zur Merowinger-Zeit, ebenso wie in der Sammlung von Kunstgewerbe und Volkskunst vom 16. bis zum 19. Jahrhundert und in einer vielfältigen Kollektion von Gemälden des 19. Jahrhunderts. Der sehr reiche Fundus an moderner und zeitgenössischer Kunst wurde aufgrund von Platzmangel bis 2012 nur unregelmäßig zur Schau gestellt, ist aber, seit der Wiedereröffnung der auf 8.000 m² erweiterten Ausstellungsfläche Ende 2015, fester Bestandteil der Dauerausstellung. Die Erweiterung des Museums besteht aus dem angrenzenden ehemaligen Schwimmbad und einem Neubau der Architekten Herzog & de Meuron. Entspannung finden Besucher im Klostergarten oder im Café des Museums.

oder auch das Pfisterhaus (Maison Pfister) aus dem 16. Jahrhundert mit wunderschönen Wandmalereien. Nicht zu vergessen das Kopfhaus (Maison des Têtes) aus dem 17. Jahrhundert, dessen Fassade mit 111 Masken und einem dreistöckigen Erker verziert ist. All diese Häuser tragen zum einzigartigen Flair von Colmar bei.

in den Jahren 1512 bis 1516 geschaffene Hauptwerk von Matthias Grünewald (Matthis Gothart Nithart, genannt Grünewald) und zugleich eines der bedeutendsten Meisterwerke der deutschen Tafelmalerie. Die Skulpturen im Altarschrein werden dem um 1490 in Straßburg tätigen Bildschnitzer Niklaus von Hagenau zugeschrieben. Neben diesem Meisterwerk werden weitere Gemälde von Martin Schongauer, dessen Meister Caspar Isen-

Etwas nördlich von Colmar an der elsässischen Weinstraße liegt Orschwiller mit der Haut-Koenigsbourg. Die bekannten Orte wie Kaysersberg, Riquewihr oder Ribeauville liegen auf dem Weg und lohnen, auch wegen der vielen Winzer, einen Stopp.

Durch die Burg führt uns Oliver Stelz. Er kennt die wechselvolle Geschichte der Burg im Detail. Seine Erläuterungen sind



Maison Pfister, Bürgerhaus aus dem 16. Jh.

Weit über die Grenzen bekannt ist das Museum Unterlinden mit dem berühmten Meisterwerk, dem Isenheimer Altar. Der Wandelaltar aus dem Antoniter Kloster in Isenheim im Oberelsass aus dem frühen 16. Jahrhundert gehört zu den wenigen Altären, die von Kunstexperten, Historikern und Geschichtsforschern aus aller Welt bestaunt und bewundert werden. Die Gemälde auf zwei feststehenden und vier drehbaren Altar-Flügeln sind das



Der Isenheimer Altar, berühmtes Kunstwerk im Museum Unterlinden



Hat ein wechselvolle Geschichte hinter sich: Haut-Koenigsbourg

so spannend als wäre man seinerzeit dabei gewesen. Erstmals erwähnt im 12. Jh. befand sie sich im Besitz der Staufer. 1442 fiel sie an die Habsburger, die sie dem Haus Tierstein 1479 als Lehen gaben. Nach dem 30-jährigen Krieg lag die Burg dann ca. zweieinhalb Jahrhunderte brach, bevor 1899 die Stadt Sélestat sie dem deutschen Kaiser Wilhelm II. von Hohenzollern schenkte. Der ließ die Koenigsbourg restaurieren und zu einem Museum des Mittelalters machen. Durch den Vertrag von Versailles (1919) wurden die Güter der deutschen Krone Eigentum Frankreichs. Die Burg hat nichts von ihrer Anziehungskraft verloren. Bis zu 500 000 Besucher werden jedes Jahr gezählt.

Neben dem kulturellen Reichtum ist das Elsass, wie schon zuvor erwähnt, wegen der vielfältigen kulinarischen Genüsse und der großartigen Weine bei Feinschmeckern ein beliebtes Reiseziel. Besonders im Herbst, zurzeit der Weinlese und den von April bis Oktober überall stattfindenden Weinfesten. Weinverkostungen bieten fast alle Winzer an, bitte mit Voranmeldung.

Tradition und Moderne sehr gelungen vereint, findet man im Weingut Joseph Cattin in Voegtlinshoffen. Der 300 Jahre alte Familienbetrieb wird in 12. Generation geführt. Ganz dem Trend folgend wer-

den inzwischen 30 % der Reben Bio ausgebaut. Eine Spezialität des Weingutes ist der Crémant. Erstaunliche zwei Millionen Flaschen werden jedes Jahr abgefüllt.

In Gertwiller ist die Winzerfamilie Zeyssoff, 1778 gegründet, wegen ihrer Spezialitäten unbedingt einen Besuch wert. Seit 11 Generationen wird hier Wein produziert. 1997 übernahm Sohn Yvan

das Familienunternehmen. Das Haus produziert Wein aus sieben elsässischen Rebsorten (unter anderem Riesling und Gewürztraminer), eine feine Auswahl an Crémant d'Alsace sowie den seltenen Klevener de Heiligenstein und einige Kuriositäten wie den berühmten Pinot Gris Rosa. Die Rebflächen befinden sich in geologisch unterschiedlichen Terroirs, wodurch unverwechselbare Weine ent-



Ältestes Weinfass im Keller der Winzerfamilie Zeyssoff

stehen. Die Domaine verfügt über einen außergewöhnlichen Keller mit rund zwanzig großen, jahrhundertealten Eichenfäs-



Tradition und Moderne vereint im Weingut Cattin

sern, auf denen bei Besichtigungen eine Multimediaschau über die Geschichte des Hauses gezeigt wird. Am Wochenende werden im dazugehörigen Restaurant elsässische Spezialitäten angeboten. Herrlich lässt es sich in den zum Weingut gehörenden, komfortabel ausgestatteten Ferienwohnungen ausspannen. Sie sind ein guter Ausgangspunkt, um das Elsass zu erkunden.

Restaurants und Bistros gibt es entlang der Weinstraße reichlich. Da sollte man sich einfach treiben lassen und auf Entdeckungstour gehen. Von Flammekueche bis zum Choucroute (Sauerkraut mit Schlachtplatte) reicht das vielseitige kulinarische Angebot. Und als typisches Mitbringsel – neben Wein – ist der Kougelpf besonders beliebt.

Etwas anspruchsvollere Küche genießt man im Restaurant l'Ami Fritz in Ottrott. Küchenchef und Besitzer Patrick Fritz konzentriert sich auf die Verfeinerung regionaler Produkte. Seine Gerichte sind kreativ neu inspiriert und harmonisch zu filigranen Köstlichkeiten entwickelt.



Küchenchef Patrick Fritz mit seinem Restaurantleiter



Elsässische Spezialitäten

Das Fisch-Choucroute, eine Abwandlung des klassischen Choucroute, nur statt Schlachtplatte werden drei verschiedene Fischarten serviert, Aal, Forelle und Seebarsch soll dabei sein. Diese

geschmackvolle Komposition von Patrick Fritz ist zur genussvollen Berühmtheit geworden. Das elegante Ambiente des Restaurants und der Service, klassische alte Schule, lassen Erinnerungen an die hohe

Zeit der gehobenen Gastronomie wach werden. Die Gäste fühlen sich einfach gut aufgehoben. **Gour-med** wird das l'Ami Fritz im nächsten Jahr erneut besuchen und etwas ausführlicher darüber berichten.

Berücksichtigt sind die Elsässer Kalorien. Geradezu zwangsläufig wird man nach all den Leckereien davon befallen. Da bieten, wenn man denn will, 2500 km Radwanderwege (siehe auch Archiv www.gour-med.de Ausgabe 9/10 2021 Seite 46–47), gut asphaltiert, abwechslungsreiche Möglichkeiten, überflüssige Kalorien in der Region zu lassen. Wanderer wissen das Elsass schon seit vielen Jahren wegen der herrlichen Wanderwege in unberührter Natur zu schätzen. Es lohnt sich also mal zu unseren Nachbarn zu fahren.

Fotos: *Gour-med*

Info:
www.visit.alsace
www.musee-unterlinden.com
www.cattin.fr
www.zeyssoff.com
www.amifritz.com

Apulien zu jeder Jahreszeit

Winterurlaub im Trulli



guten Wetter mehr als genug. Apuliens Weine werden sehr geschätzt. Kulinarische Spezialitäten von frischen Meeresfrüchten bis zu Agrar-Erzeugnissen, alles in bester, sehr oft in Bioqualität, findet man auch im Winter auf den Menu-Karten der Restaurants(vgl. www.Gour-med.de Archiv 2020 Ausgabe 9 / 10 S. 28ff). Kleine Ortschaften, wie die weiße Stadt Ostuni oder die Trulli Häuser in Alberobello haben nicht von ihrer Schönheit eingeübt.



Gour-med

In vielen nordeuropäischen Regionen wird in dieser Jahreszeit die Wintergarderobe aus dem Schrank geholt. Der Winter bestimmt das Wetter, die schönen sonnigen Tage mit angenehmen Temperaturen sind vorbei. Wir alle sehnen uns nach Lebensgeister erweckender Sonne. Wie wär's mit Apulien? In dieser attraktiven Region im Stiefelabsatz Italiens ist es auch im Winter noch möglich im T-Shirt auf der Terrasse zu sitzen. Im letzten Winter wurde so selten wie nie zuvor, bloß an wenigen Tagen die Heizung angestellt. Das wärmt nicht nur die Seele, es ist ganz nebenbei noch ökologisch.

Warum nicht im Winter nach Apulien reisen? Das Land und die Menschen erleben und genießen. Gründe gibt es neben dem





Clubs, Ausflugszielen und Boutiquen versorgt, so dass jedem Besucher eine „maßgeschneiderte“ Urlaubsplanung zuteil wird.

Alle Wohnungen kann man hier sehen und buchen: www.alchimia-collection.it

Kleiner Tipp für Urlauber die den Winter bevorzugen. Wer gerne in die Schweizer Berge geht, kann den Stil der Masseria Alchimia in Andermatt genießen. Im alten Stadtkern unweit der Skipisten wird ein kleines, antikes Chalet, analog zu dem in Apulien, angeboten:

www.chalet-swiss-anderematt.com

Fotos: Masseria Alchimia



Die Deutsch-Schweizerin Caroline Groszer bietet verschiedene Ferienwohnungen in ihrer "Alchimia Collection" in Apulien an. Neu im Angebot ist eine Gruppe der landestypischen Rundhäuser (= die Trulli Alchimia) und ein antikes, kleines Kubushaus (= die Lamia Alchimia), in Hanglage oberhalb von Fasano und unweit des Meeres, mit traumhaftem Weitblick.

Die Trulli sind minimalistisch aber sehr stilvoll mit Möbeln der Bauhaus-Epoche eingerichtet. Schwarz, weiße Wände, das Blau des Himmels und des Meeres - kein Stück ist zu viel, das stellt Raum und Leichtigkeit dar. Die Lamia dagegen ist komplett in weiß eingerichtet, Klarheit gibt dieser Suite eine wundervolle, ruhige Atmosphäre.

Caroline Groszer, wir haben sie in der erwähnten Ausgabe 2020 vorgestellt, ist



eine leidenschaftliche, perfekte Gastgeberin, welche ihre Gäste mit Geheimtipps zu den besten Restaurants und Beach-





Spanien: Die Regionen Priorat, Penedès und Costa Daurada in Katalonien

Exzellente Weine, ausgezeichnete Kulinarik für Verwöhnte in Symbiose mit einer beeindruckenden Natur in wild zerklüfteter Landschaft

Gour-med

Wer wo auch immer in Spanien Urlaub macht, kann sicher sein, dass schönes Wetter, gute regionale Küche und Entspannung am Pool oder Meer garantiert ist. Viele der ehemals attraktiven Destinationen wurden Opfer des Massentourismus und gerieten schnell in Verruf Treffpunkt für laute Partys und Trinkgelage zu sein. Erst in den letzten Jahren mit einem anderen, sensibleren Umweltbewusstsein und höheren Ansprüchen ändern sich die Wünsche und Bedürfnisse der Touristen. Die Suche nach Ruhe, Erholung, Kultur und gediegenen kulinarischen Spezialitäten wird erste Priorität und immer häufiger zum Kriterium der Urlaubsbuchung. Das ist die Stunde vieler noch touristisch wenig

entdeckter Regionen wie dem Priorat und Penedès etwas südöstlich von Barcelona nahe der Costa Dorada (Daurada).

Der Priorat mit einer wild zerklüfteten, traumhaften Landschaft und dem Weinanbaugebiet des gleichnamigen berühmten Rotweins entwickelt sich kontinuierlich zu einem beliebten Reiseziel. Hier sind Aktivurlaube wie Mountainbiken oder Klettern und Genussreisen ebenso im Angebot wie kulturelle Abwechslung, die den Urlaub zu einem unvergesslichen Erlebnis werden lassen.

Der Küstenort Altafulla in der Provinz Tarragona ist ein beliebtes Fischerdorf, dass einen sehr hübsch restaurierten historischen Ortskern hat. Eine der wichtigsten Sehenswürdigkeit ist die über allem thronende mittelalterliche Burg neben der sich das Hotel Gran Claustre mit einem kleinen Wellness – und Poolbereich befindet.

Die Zimmer des Hotels verteilen sich auf zwei Gebäude, eins davon aus dem 18. Jh. und sind alle unterschiedlich gestaltet. Im Restaurant des Hotels „Bruixes de Burriac“ bringt der französische Küchenchef Philippe Leblay Bourdon mit seinem aus Peru stammenden Souschef Salvador Ribes Martinez eine geschmackvolle einheimische Küche auf den Tisch.

Unser nächstes Ziel ist Reus. Ende des 19. Jahrhunderts war die Stadt bekannt für ihren Handel mit Wein, Spirituosen und Trockenfrüchten. Antoni Gaudí - der den Bau der Sagrada Familia in Barcelona ermöglichte – wurde am 25. Juni 1852 in Reus geboren und verbrachte hier seine

ersten Lebensjahre, bevor er 1868 nach Barcelona zog. Gaudí selbst ist als Architekt in Reus nie tätig geworden. Trotzdem gibt es ca. 80 Gebäude, die im Stil des katalanischen Modernismus erbaut wurden. Einige davon liegen an der Ruta del Modernisme. Bester Ausgangspunkt für einen Rundgang durch das Zentrum von Reus ist der zentrale Platz, die Plaça del Mercadal. Hier befinden sich zwei Hauptattraktionen der Stadt: das Gaudí Centre und Casa Navàs. Das moderne, unserer Meinung nach nicht sehr gelungene Ausstellungsgebäude Gaudí Centre widmet sich ausführlich dem Werk des berühmtesten Sohnes der Stadt. Modelle und Fotos stellen die Arbeitsweise des Architekten dar. Die Casa Navàs ist das Flaggschiff der modernistischen Architektur in Reus. Das Gebäude wurde von

Architektonisch sehenswert:
Casa Navàs



Lluís Domènech i Montaner entworfen, einem weiteren bekannten Exponenten des Modernismus in Katalonien. Im Untergeschoss befanden sich Geschäftsräume. In den oberen Stockwerken ist die Wohnung eines Industriellen, der in der Textilindustrie sein Geld machte. Die prächtig ausgestatteten Wohnräume können während einer Führung besichtigt werden. Da kommt man aus dem Staunen nicht heraus. Mit allem technischen Luxus den es Ende des 19. Jh. gab, sind hier die Räume ausgestattet. Mosaiken, Glasarbeiten (Tiffany), Verzierungen und Ornamente schmücken das gesamte Haus z.T. sehr farbenfroh.

Zu empfehlen ist ein Besuch bei dem berühmten Wermuthersteller Rofes. Die



Mitten im Priorat: Kartause Santa Maria

ehemaligen Fabrikräume werden als Restaurant und Eventlocation genutzt. Im Restaurant werden lokale Gerichte serviert, die aus alten Rezepten nachgekocht werden. Natürlich trinkt man hier Wermut, der auf Eis als Aperitif gereicht wird. Nicht nur in Spanien ist Wermut wieder sehr IN.



Katalanischer Modernismus Ende des 19. Jahrhunderts



Gaudí Center in Reus

Von Reus erreicht man in ca. 40 min. Cornudella de Montsant im Priorat und weiter über eine 7 km lange Serpentinstraße in das in ca. 800 m Höhe gelegene Dorf Siurana. 25 Einwohner sollen in dieser abgelegenen Idylle leben. Die Landschaft ist so atemberaubend schön, dass der Wunsch entsteht, hier zu bleiben. Besuchern bietet sich ein unglaublicher Ausblick auf ein grandioses Panorama in das darunter liegende Tal mit dem Flösschen Siurana und auf fantastische bizarre Fels-



Typisch für die Region Priorat: Romantische Sonnenuntergänge und beeindruckende Landschaften

formationen, die – noch – ein Geheimtipp bei Kletterern und Bergsteigern sind. So eine exponierte Lage wie die des Dorfes Siurana diente einst zu Verteidigungszwecken. Christliche Eroberer versuchten das Land den Mauren abzurufen, was zur Folge hatte, dass diese sich in immer entlegeneren, gut zu verteidigenden Orten zurückziehen mussten. Es half nichts, schließlich wurde Siurana 1153 als Letztes der maurischen Taifas des heutigen Kataloniens von den Truppen Ramon Berenguers IV. eingenommen. Heute ist es ein friedlicher Ort und die spektakulären Sonnenuntergänge ziehen Touristen aus aller Welt an. Der Name Siurana steht unter anderem für ein begehrtes Olivenöl mit geschützter Herkunftsbezeichnung. Siurana befindet sich im Priorat mit einem unvergleichlichen Angebot an „Priorat“ Weinen. Gleich zwei Herkunftsbezeichnungen, nämlich D.O. Priorat und D.O. Montsant, sind geschützt. So mine-



Salvador Burgos und Ehefrau Conxita

ralisch und vielfältig wie die Böden, so vorzüglich sind die Bedingungen für den Weinanbau. Den Wein genießen wir am Abend im Restaurant des kleinen, aber feinen Hotels „Palauet de Priorat“. Die nette, freundliche Besitzerin Dolors ist eine perfekte Gastgeberin. Ihr Wunsch ist es, dass die Gäste sich wie zu Hause

fühlen. Dieses Gefühl stellt sich schnell ein auch wegen der hübschen, individuell eingerichteten Zimmer.

Gut gestärkt – nach dem tollen Frühstück im Hotel – geht es weiter zur Cartoixa de Santa Maria d'Escaladei, eine ehemalige Kartause aus dem 12. Jahrhundert. Das Priorat der Klosteranlage ist der Ursprung der Comarca und des Weinbaugebiets Priorat. Während unseres Besuches war nur ein Teil der Anlage zu besichtigen da sie seit einiger Zeit mit EU-Mitteln restauriert wird. Bis es so weit ist werden noch einige Jahre vergehen, das macht einen Rundgang aber nicht weniger interessant.



Bioweinanbau bei Burgos Porta

Gespannt sind wir auf unser Treffen mit dem Besitzer der Kellerei Burgos Porta, Salvador Burgos in der Nähe von Pobolleda. Nach einer abenteuerlichen Geländefahrt landen wir mitten in den Weinbergen der Kellerei. Gerade werden die letzten Trauben gelesen, alles per Hand versteht sich. Die Hanglagen dort sind mit den Steillagen der Mosel vergleichbar und lassen eine Maschinenernte nicht zu. Die von Salvador und Ehefrau Conxita stolz präsentierten Weine entsprechen der Qualität wie man sie in der Region erwartet und voraussetzt.

Auf dem Weg nach Tarragona empfiehlt sich das auf einer Anhöhe gelegene Restaurant Amics der Bodega Buil Giné für einen Halt. Das Menu, bei strahlendem Sonnenschein auf der Terrasse serviert und mit Blick auf die Weinberge, zu genießen, lohnt den Stopp.

In der Provinzhauptstadt Tarragona ist die römische Geschichte allgegenwärtig. Die Ruinen von Tarraco zählen zum UNESCO-Weltkulturerbe. Das Tarraco der



Restaurant mit Aussicht: Amics



Blick vom Balcó de Mediterrani auf das Amphitheater

Römer war Hauptstadt der Provinz Hispania citerior, also des östlichen Teils der iberischen Halbinsel. Tarragona hat alles, was eine römische Provinzhauptstadt so auszeichnete. Dazu gehören die Stadtmauern, Amphitheater, Zirkus und Forum. Tarragona zählt zu den wichtigsten Zeugnissen römischer Geschichte in Spanien. Die Mauren haben wenig Spuren hinterlassen, dafür ist das Mittelalter präsent. Schmuckstück der Altstadt ist die Kathedrale Santa María aus dem 12. Jh. Außerhalb der Altstadt präsentiert sich Tarragona als moderne Industrie- und Hafenstadt, die mit römischen Ruinen durchsetzt ist. Die Hauptstraße Rambla Nova, Geschäfts- und Bummelmeile liegt schon außerhalb des mittelalterlichen Kerns. Auf der Rambla gibt es einige Sta-



Skulptur zur Ehrung der Castellers

tuen zu bewundern, u. a. auch die „Menschenpyramide“ (Castellers). Vom Balcó de Mediterrani (Balkon des Mittelmeers) am Ende der Rambla Nova geht der Blick von Hafenanlagen bis hin zum Amphitheater. Unbedingt das Gelände berühren, das bringt Glück, sagt die Legende. Die Plaça de la Font mit dem Rathaus ist einer der meistbesuchten Plätze der Stadt. Kaum überraschend, denn hier gibt es jede Menge Bars und Restaurants, die auf Gäste warten. Bei der Restaurantwahl sollte man sorgfältig hinschauen, nicht immer wird die versprochene Leistung serviert.



Auf Angeltour mit Jordi in Salou

Den bekannten Urlaubsort Salou erreicht man von Tarragona in ein paar Minuten. Dort sollten Besucher unbedingt ein Treffen mit David Edo und Jordi Rom vom Nautic Parc Salou vereinbaren. Bei einer Bootstour sind die kleinen Badebuchten und den vor ein paar Jahren neu angelegten „Cami de Ronda (ein Wanderweg entlang der Küste) gut zu erleben. Jordi nimmt Sie auch gerne auf verschiedene Angeltouren mit. Leider sieht man von hier aus die alten Bausünden (Hotelhochhäuser) aus den 70er-Jahren des vorigen Jahrhunderts. So nach und nach wird man sich der vergangenen (Bau-) Sünden bewusst und ist um eine neue Gestaltung bemüht. Aber immer noch gehört Salou mit seiner modernen und breiten Strandpromenade und dem großen Angebot an – guten bis sehr guten – Restaurants, Boutiquen und sportlichen Aktivitäten zu den beliebtesten Orten bei den Badetouristen.

Im Bistro Cook and Travel werden wir vom jungen Küchen- und Serviceteam mit einigen innovativen Köstlichkeiten überrascht. Hier geht es ganz locker und leger zu, die Gerichte sind zum Teilen gedacht, sodass man viel testen kann. Wir empfehlen: Unbedingt ausprobieren!

Lokales neu interpretiert im Cook and Travel, Chefkoch Pepe Moreno (r.)



Ein paar Kilometer weiter südlich liegt Cambrils. Das ehemals kleine Fischerdörfchen mit dem neun Kilometer langen Sandstrand ist ideal für Familien mit Kindern. Im Fischereihafen wird es jeden Nachmittag gegen 17 Uhr sehr quirlig. Wenn die kleinen Boote mit dem Tagesfang einlaufen, gibt es Fisch aller Variationen, wie er frischer nicht sein kann. Der „Vertrieb“ ist etwas umständlich, denn es ist nicht erlaubt, den Fang vom Boot zu kaufen. Der wird direkt neben der Anle-



Strandabschnitt beim Cap Salou

gestelle im Hafengebäude auf der täglich stattfindenden Auktion an die meistbietenden Händler, Gastronomen und Fischgeschäfte verkauft. Schade, aber in den vielen Restaurants kann man ihn dann ganz frisch zubereitet genießen. Dank der vielen ausgezeichneten regionalen Produkte und der Kreativität der Köche ist Cambrils der kulinarische Hotspot der Costa Daurada. In dem kleinen Fischerdörfchen gibt es tatsächlich zwei Restaurants, die mit einem Michelin Stern ausgezeichnet sind.



Restaurant Can Bosch: Ein Michelinsterne seit 38 Jahren

Im Can Bosch, eines der Sterne-Restaurants, genießen die Gäste, wie kreativ, innovativ und ideenreich aus den Meerprodukten filigrane Gourmet-Menüs serviert werden. Das familiengeführte Restaurant pflegt seit der Eröffnung im Jahre 1982 die traditionelle regionale Küche und interpretiert viele Gerichte neu. Schon 1984 erhält das Can Bosch seinen ersten Michelin Stern und hat ihn bis heute gehalten. Seit 2012 ist mit Arnau Bosch die dritte Generation für die Küche zuständig. Das Motto aber hat sich nicht verändert, es gilt immer noch: das Meer auf dem Teller. Der junge Küchenchef Arnau Bosch kümmert sich selber um den Einkauf und kennt ganz genau seine Lieferanten, eine bessere Garantie für erstklassige Produkte als die eigene Kontrolle gibt es für ihn nicht.



Typischer Fischgang von Arnau Bosch

Am Ende dieser Rundreise-Tipps sollte Sie der Weg noch mal weg von der Küste ins Penedès führen. Das Zisterzienserkloster Santes Creus in der Nähe der Stadt Aiguamurcia gehört zu den schönsten Klöstern der Region. Im 12. Jh. gegründet ist es seit ca. 160 Jahren nicht mehr

bewohnt und seit 1921 Nationaldenkmal. Die Hauptattraktion des Klosters ist der gotische Kreuzgang mit seinen sehr fantasievollen Kapitelen. Von besonderer Bedeutung ist auch das Dormitorium mit 48,5 Metern Länge und zehn Metern Breite. Elf steinerne Schwibbogen tragen das offene Satteldach. Die Zinnen gekrönte Fassade der Kirche ist romanisch (11. Jh.) und weist ein spektakuläres gotisches Fenster auf. Es hat die Form eines lateinischen Kreuzes mit drei Schiffen und fünf Kapellen. Der Kreuzgang ist gotisch und wurde 1313 von Jaume II. errichtet. In den Boden des Kapitelsaals sind die Gräber mehrerer Äbte des Klosters eingelassen.

Wer nach der Besichtigung eine Kleinigkeit essen möchte, sollte in das kleine Örtchen Valls fahren und im Restaurant Portal 22 einkehren. Die Möglichkeit die

Ein Übernachtungs-Tipp ist die Casa „Mas Llagostera“ in der Nähe des Ortes La Bisbal del Penedès. Die Familie Bundó bietet ein Gästehaus mit sechs Schlafzimmern, Küche, Wohnraum, geräumigem Innenhof mit Außenküche sowie einem kleinen Pool zur Komplettvermietung an. Für eine größere Familie oder einen Freundeskreis ein idealer Ort, um unabhängig aber mit allem Komfort die Ferienzeit zu verbringen.

Eine Reise in das südliche Katalonien mit den Regionen Costa Daurada, Priorat und Penedès ist wegen der unterschiedlichen Landschaften und den vielen kulturellen und gastronomischen Highlights ein ganz besonderes Erlebnis, an das man sich lange erinnern wird.

Hasta la vista en Catalunya



Sehenswert: Kloster Santes Creus aus dem 12. Jahrhundert

vielen unterschiedlichen köstlichen Speisen zu teilen ist ein Erlebnis das man unbedingt nutzen sollte.

Fotos: Gour-med

Das Weingut Cellers Agvstvs Forvm liegt ganz in der Nähe in El Vendrell. Marko Moritz führt uns durch die Anlage, in der jährlich ca. 100 000 Flaschen Wein abgefüllt werden. Aber nicht nur Wein wird hier produziert, man hat sich auf die Herstellung von hochwertigem Essig spezialisiert. Davon füllt das Weingut oder sollte man „Essiggut“ sagen 300 000 Flaschen im Jahr ab. In den vielen Essigfässern befinden sich so ausgefallene Sorten wie der zitronig-apfelig schmeckende Chardonnay Essig. Sehenswert ist auch das alte Steinhaus inmitten der Weingärten, 25-34 Jahre alte Essigsorten werden hier gelagert. Das 1990 gegründete Weingut ist seit 2016 ökologisch zertifiziert.

Info:

www.katalonien-tourismus.de
www.granclastre.com
www.gaudicentre.cat/en
www.casanavas.cat/en
www.turismesiurana.org
www.turismepriorat.org
www.elpalauetdelpriorat.com
www.tarragonaturisme.cat
www.nauticparc.com
www.restaurantamics.com
www.canbosch.com
www.portal22.cat
www.massinen.com (Celler Burgos Porta)
www.avgvstvsforvm.com (Cellers Agvstvs Forvm)
www.masllagostera.com



ERWECKEN SIE IHREN SINN FÜR IBÉRICO

**JAMONES
IBÉRICOS AUS SPANIEN**

**DIE BOTSCHAFTER
EUROPAS
IN DER WELT**

Wir glauben, alles über uns zu wissen, aber... Was ist, wenn wir noch etwas Neues zu entdecken haben? Etwas, das wir alle, ohne es zu wissen, in uns tragen: den **iberischen Sinn**.

Ein Sinn, der aus der mediterranen Kultur kommt, aus der Verbindung von etwas so Einzigartigem wie dem **Jamón Ibérico** und etwas so Außergewöhnlichem wie einer besonderen Lebensart.

Das ist der **iberische Sinn**.
Du musst ihn nur erwecken.



   [jamonesibericos_eu](https://www.jamonesibericos.eu)

#erweckensielhrensinnfüriberico www.jamonesibericos.eu



VON DER EUROPÄISCHEN
GEMEINSCHAFT
KOFINANZIERTE KAMPAGNE

#EUAgripromo

DIE EUROPÄISCHE UNION UNTERSTÜTZT
KAMPAGNEN, DIE LANDWIRTSCHAFTLICHE
TRADITIONEN FÖRDERN.

**ENJOY
IT'S FROM
EUROPE**



Der Inhalt dieser Werbekampagne gibt lediglich die Ansichten des Autors wieder und liegt in seiner alleinigen Verantwortung. Die Europäische Kommission und die Europäische Exekutivagentur für die Forschung (REA) übernehmen keinerlei Verantwortung für eine etwaige Weiterverwendung der darin enthaltenen Informationen.

Mit Sicherheit inspirierende Kochkunst in Schleswig-Holstein erleben

Susanne Pläß

Mit gleich drei Debütanten geht das 35. Schleswig-Holstein Gourmet Festival (SHGF) in seine zweite Hälfte. Erstmals zeigen Tony Hohlfeld aus Hannover, Philipp Heid aus der Schweiz sowie Laurin Kux aus Münster, was sie auf und in der Pfanne haben! Von September bis in den November 2021 wurden bereits 15 Veranstaltungen mit umfang-

reicher und begeisterter Gäste war die erste Hälfte ein voller Erfolg“, so Klaus-Peter Willhöft, Vorstand SHGF, erleichtert. Folgende Produktveredler werden vom 15. Januar bis 13. März 2022 für trendgebende Genusserlebnisse sorgen:

Thomas Martin vom Louis C. Jacob (Hamburg) übt sich in hanseatischer Gelassenheit und setzt seinen Fokus auf regionale Produkte gepaart mit filigra-

ausgezeichnet. Er steht für eine innovative Küche, die sich stark am Produkt orientiert. Vorausgehend wurde er 2016 jüngster Sternekoch Norddeutschlands. Seine Devise: „Ich verzichte auf Flugware, denn es gibt hierzulande Nahrungsmittel mit ähnlichen Aromen. Lakritz aus dem Ausland kann ich z.B. durch fermentierten Knoblauch ersetzen, der genauso schmeckt. Kandierter Petersilie, als Eis verarbeitet, erinnert an halbfertige Banane.“ Am 28. + 29. Januar 2022 können sich die Gäste im ‚ambassador hotel & spa‘ in St. Peter-Ording auf ein interessantes Menü freuen.

Sein vegetarischer Gang „Garten der Normandie“ sorgt stets für Furore bei den Gästen. Am 28. und 29. Januar 2022 verwöhnt David Görne die Feinschmecker mit seiner cuisine française im Hotel ‚Der Seehof‘ in Ratzeburg. Der gebürtige Hamburger ist seit 2016 der erste Deutsche, der in Frankreich mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wird. Sein Herrenhaus über der Seine ist kulinarischer Anziehungspunkt für eine internationale Klientel, darunter viel Prominenz aus Politik und Showbusiness. Mit einem kleinen Team arbeitet David Görne an seinem Piano, wie er liebevoll den roten Herd nennt. Gern reist der Hanseat von seinem Restaurant ‚G.A.‘ in die Heimat. Was er für ein Menü in Ratzeburg kochen wird, verrät der Sternekoch in der Episode 33 vom SHGF Podcast.



Laurin Kux hat ein Faible für Meerestiere



„Gemüsegarten der Normandie“

reichen Vorsichtsmaßnahmen sicher durchgeführt. Familie Hesse auf Amrum beispielsweise bat jeden Gast zum Schnelltest, was alle befürworteten, da es in Corona-Zeiten größtmögliche Sicherheit bedeutet. „Unsere Mitglieder reagieren flexibel und kreativ auf die Herausforderungen der Pandemie. Dank funktionierender Sicherheitskonzepte, spannender Gastköche, motivierter Mit-

ner Kochkunst. Der langjährige 2-Sternekokoch wird die Gäste am 15. und 16. Januar 2022 im ‚Romantik Hotel Kieler Kaufmann‘ in der Landeshauptstadt zusammen mit dem Team um Küchenchef *Arne Linke zum Festmahl bitten.

Tony Hohlfeld wurde im Pandemiejahr 2020 mit dem zweiten Michelin-Stern für sein Restaurant ‚Jante‘ in Hannover

In Hamburg hat sich Laurin Kux einen wohlklingenden Namen in der Gastronomieszene erarbeitet und das Restaurant ‚Jellyfish‘ zum nice to eat für Fischliebhaber gemacht. 2019 zog es Kux zurück in seine Heimat Münster, wohin ihm die Restaurant-Kritiker folgten. Im Fine Dine ‚Ferment‘, das zum Restaurant ‚Ackermann‘ gehört, erhielt er bereits nach einem Jahr u.a. einen Michelin-Stern. Die Kreationen



Das Team vom VITALIA Seehotel: Küchenchef Andreas Schmidt, sitzend Direktor Guido Eschholz und Restaurantleiter Arnd Schlegel (v. r.)

von Kux sind regional ausgerichtet, dabei liegt ein besonderes Augenmerk auf dem Fermentieren von Lebensmitteln, die er geschickt in seine Menüs einarbeitet. Seine auf Meeresfrüchte fokussierte Handschrift zeigt Laurin Kux erstmals am 4. und 5. Februar 2022 im ‚VITALIA Seehotel‘ mit Blick auf den Großen Segeberger See.

Und noch eine Festival-Premiere gibt es zu feiern mit Philipp Heid, der sich erstmals im erlauchten Kreis der trendgebenden Gastköche beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival beweisen wird. „Ich versuche, immer einen Frischekick einzubauen, und gebe französischen Gerichten einen asiatischen Twist“, sagt der



Französische Küche mit asiatischem Kick à la Philipp Heid

Sternekokoch vom Restaurant ‚Prisma‘ im eleganten Schweizer ‚Park Hotel Vitznau‘. Am 11. und 12. Februar 2022 wird er im ‚Ringhotel Waldschlösschen‘ in Schleswig europäische Gerichte aus regionalen Produkten mit der Raffinesse fernöstlicher Aromen kombinieren. Seinen Traumberuf lernte der Küchenmeister im Hotel ‚Traube Tonbach‘. In seiner Karriere gehörte Heid zweimal zum Team von **Dirk Hoberg im 5-Sterne Hotel ‚Riva‘ (Konstanz) und war mit ihm schon einmal bei Familie Behmer im Waldschlösschen. Dazwischen machte Philipp Heid zwei Jahre Station bei ***Christian Bau



Eingespieltes Trio: v. r. Gastkoch Henri Bach mit Michael und Marc Ostermann vom Hotel Cap Polonio in Pinneberg

im ‚Victor’s Gourmetrestaurant Schloss Berg‘. 2017 war die Zeit reif für den Chefposten im ‚Prisma‘. Wie der junge Philipp Heid tickt, berichtet er in der Episode 24 vom SHGF Podcast z. B. auf Spotify oder www.podcaster.de und Schleswig-Holstein Gourmet Festival eingeben.

Zum 35. Jubiläum darf Henri Bach, Pionier der deutschen Hochküche, nicht fehlen. Er ist einer der prägendsten Köche und Ausbilder Deutschlands und war oft Gastkoch im hohen Norden. Der sympathische Küchenchef wird an gleich drei Tagen, am 18., 19. + 20. Februar 2022, im ‚Hotel Cap Polonio‘ in Pinneberg erwartet. Mit seinem Gespür für ausgefallene Kombinationen, Aromen, Techniken und

Wissen über Produkte hat der passionierte Westernreiter über drei Jahrzehnte die kulinarische Landschaft beeinflusst. 1983 wurde Henri Bach Küchenchef in der ‚Résidence‘ in Essen und gehörte 22 Jahre mit zwei Michelin Sternen zur absoluten Koch-Elite. „Viele meiner Mitarbeiter haben es an die Spitze geschafft, wie Christoph Rüffer, Alexandro Pape, Denis Feix, Heiko Antoniewicz oder Nelson Müller“, freut sich der Vater von vier Kindern.

In der 35. Saison steht mit Sonja Frühsammer auch eine Frau am Festivalherd. Mit viel Kreativität und Spaß am Kochen lebt sie sich gemeinsam mit ihrem Team im Restaurant ‚Frühsammers‘ am Tennisclub in Berlin-Grunewald aus. Am 25. + 26. Februar 2022 wird die gebürtige Australierin, die in jungen Jahren mit ihren Eltern zurück nach Berlin zog, in der



„Wild und wunderbar“ ist der Slogan von Susanne und Uwe Berger im Berger's Hotel & Landgasthof



Historisches Friedrichstadt mit 401 Jahr Geschichte und mittendrin die Holländische Stube von Michaela Frieze

‚Holländischen Stube‘ in Friedrichstadt ihre interessante Handschrift präsentieren. „Bei ihr kommen Teller raus, auf die ich nie gekommen wäre“, sagt stolz Peter Frühsammer, der auch schon zur kochenden Sterneriege gehörte. Beide sind zudem begeisterte Reiter von Islandpferden. Sonja Frühsammer orientiert sich an

den besten verfügbaren Produkten und stimmt diese perfekt aufeinander ab.

„Gekonnt bindet Ronny Siewert moderne Elemente in die sehr exakt gearbeiteten Gerichte, top die Produktqualität“, schreibt der Michelin Guide und vergibt seit 16 Jahren einen Stern an das Restaurant ‚Friedrich Franz‘ im ‚Grand Hotel Heiligendamm‘ (Bad Doberan). Siewerts klassisch-französische Gerichte, die von einer schnörkellosen Linie geprägt sind, werden am 4. + 5. März 2022 im ‚Berger's Hotel & Landgasthof‘ in Enge-Sande präsentiert. Das Kochen wurde Ronny Siewert in die Wiege gelegt: „Mein Vater war Koch und ich erinnere mich, dass ich als kleiner Junge alles, was ich bei ihm gesehen habe, nachkochen wollte“, erzählt der Familienvater. Nach seiner Kochausbildung durchlief er Stationen bei den Grandseigneurs der weißen Zunft: Heinz Winkler, Dieter Müller und Helmut Thielges. 2005 wurde Siewert Küchenchef im ‚Restaurant Chezan‘ in Warnemünde und erhielt den ersten eigenen Stern. Dies gelang ihm auch 2008 als neuer Küchenchef im ‚Friedrich Franz‘, den er bis heute hält.

Eigentlich wäre Christoph Rüffer gern Testesser geworden, doch dann hat er sich für die kreative Seite als Koch entschieden. Gottseidank, denn was der aus Essen stammende Küchenchef vom Restaurant ‚Haerlin‘ im Hotel Vier Jahreszeiten an Hamburgs Binnenalster aufischt,

ist Highend-Kulinarik! Selten sieht man diesen Ausnahmekoch außerhalb seiner Wirkungsstätte. Doch zum Schleswig-Holstein Gourmet Festival kommt Rüffer gern: „denn es gibt viele interessierte Gäste, die Spaß an hoher Küche haben, und auch der Kontakt zu den Gastgebern und Mitarbeitern ist horizonsweiternd.“ Am 12. und 13. März 2022 wird der 48-Jährige im ‚Waldhaus Reinbek‘ zur „großen Gaumenparty mit reizvollem Spektrum aus Säure- und Schärfe-Aromen“ – wie der Gusto seine Küche beschreibt – erwartet. Bestbewertungen bekommt Christoph Rüffer in allen renommierten Restaurant Guides. Der Juror der ZDF Sendung ‚Die Küchenschlacht‘ setzt sein hoch trainiertes Geschmacksorgan ein, um die erstklassigen Produkte nuancenreich und durch unterschiedliche Techniken vielgestaltig zu wahren Kunstwerken zu adeln. Die Zwangspause in der Pandemie nutzte Rüffer für die Zusammenfassung seiner persönlichen Lieblingsrezepte im Buch „Zuhause kochen und genießen“, fotografiert + herausgegeben von Jan-Philipp Westermann. Preis 19,50 Euro. Interessante Infos über sein Leben erzählt Christoph Rüffer in der Episode 8 des SHGF Podcast.

Fotos: Susanne Plab, Tom Trude, Marion Schröder, Hilbert Fotografie

Informationen zum 35. SHGF stehen unter www.gourmetfestival.de

Von der Insolvenz zum Sternerestaurant

Gour-Med Autorin Susanne Plaß sprach mit Daniel Raub, Küchenchef der ‚Genießer Stube‘ im Landhaus Biewald in Friedland

Sie kommen gerade von Sylt. Wie hat Ihnen Ihr Debüt als Gastkoch beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival im ‚Fitschen am Dorfteich‘ gefallen?

Wir haben uns sehr über die unverhoffte Einladung gefreut. Besser, als bei Verena Fitschen, der Schwester von Dieter Müller, hätten wir es nicht treffen können! Es hat viel Spaß gemacht, wir sind herzlich aufgenommen worden und hatten eine inspirierende Zusammenarbeit. Ein toller Familienbetrieb auf Sylt trifft auf einen ebensolchen in Friedland! Wichtig ist, dass sich beide Häuser in den Gerichten und Produkten gut vertreten fühlen.

Im besternten ‚Hohenhaus‘ in Herleshausen lernten Sie den Kochberuf. Welche nachfolgenden Stationen haben Ihren Küchenstil beeinflusst?

Bei Dieter Müller und Nils Henkel, wo ich kochen „durfte“. Es waren prägende Zeiten, dort hat man ganz anders auf Produkte geschaut, Geschmacksnuancen kennengelernt und verinnerlicht. Das hat mir viel in der eigenen Wahrnehmung des Kochens gebracht.

Zurück im Familienbetrieb drohte die Insolvenz. Wie haben Sie mit Ihrer Mutter Karin 2011 die Wende geschafft?

Kurz nachdem ich zurück nach Friedland kam, ging der Betrieb, den meine Großeltern gegründet hatten, in die Insolvenz. Vielleicht war gerade das unser Ansporn. Wir überzeugten die Bank von unserem neuen Konzept mit zwei unterschiedlichen Restaurants: das Gourmetrestaurant ‚Genießer Stube‘ mit neuer Zielgruppe und das Zweitrestaurant mit gutbürgerlicher Küche. Unsere Neuausrichtung war

so erfolgreich, dass wir 2014 mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wurden. Wir konnten sogar im Jahr 2019 einen Hotelneubau mit 19 Zimmern errichten und unser Landhaus Biewald in vielen Bereichen renovieren.



Daniel Raub liebt, was er tut

Welche Gäste kommen heute zu Ihnen?

Der Gourmettourismus ist bei uns mitten in Deutschland mit guter Autobahnanbindung angekommen. Es kommen sowohl Durchreisende, Geschäftsreisende und nun auch gezielt Feinschmecker nach Friedland.

Ihre Mutter leitet das Landhaus Biewald, Sie die Küche und Ihre Frau Anne den Service. Wie schaffen Sie es, engagierte Mitarbeiter am Start zu haben?

In einem Familienbetrieb gibt es keine One-Man-Show. Man ist darauf angewiesen, verschiedene Säulen im Haus zu haben. Die Kommunikationswege sind kurz, die Hierarchien flach. Unsere Mitarbeiter

gehören zum Familienbetrieb, wir arbeiten und leben teils gemeinsam unter einem Dach. Ich bin nach Sylt mit meiner Familie und der meines Sous-Chefs Dimitri Fuchs gereist. Nach den schönen SHGF Events haben wir zusammen meinen 40. Geburtstag auf der Insel gefeiert.

„Echter Genuss entsteht, wo sich die Dinge gegenseitig tragen und so fast wie von selbst zu etwas Unverwechselbarem werden“, lautet Ihr Leitspruch. Was meinen Sie damit?

Ich bin kein Fan von Schäumchentüpfelchen und derartigen Auswüchsen. Wir konzentrieren uns auf wenige Komponenten, gehen von den höchsten Produkten aus und probieren, so viele Geschmacksnuancen wie möglich aus den einzelnen Lebensmitteln herauszuholen. Beispiel: auf unserer Speisekarte steht Taubenbrust mit Rote Bete und Jus. In das Rote-Bete-Püree haben wir gepickelte Rote Bete eingearbeitet und setzen dazu einen Rote-Bete-Chip. Mit wenigen Komponenten bringen wir eine kräftige Geschmackstiefe in die Gerichte.

Welche Rolle spielen Regionalität und Tierwohl in Ihrer Küche?

Eine höchste Rolle! Regionalität verwenden wir da, wo es Top-Produkte gibt, sonst beziehen wir auch überregional. Das Tierwohl steht immer im Mittelpunkt. Ich bin bewusst nicht Vegetarier, achte aber auch in meiner Ernährung extrem auf die Herkunft der Lebensmittel. Zum Glück gehört das heute für viele Menschen zum Zeitgeist. Das merken wir verstärkt in unserer Außendarstellung und der Wahrnehmung unserer Gäste, die hochwertige Waren honorieren.

Foto: Daniel Raub

www.biewald-friedland.de

Ein Zeichen Ihrer Anerkennung, Freundschaft und Respekts – Die neuen Gourmet-Boxen für den perfekten WIR-Moment

Thomas Bühner präsentiert fünf Gourmet-Boxen rund um winterliche Delikatessen

Die Corona-Pandemie hat die deutsche Gastronomielandschaft in den vergangenen 20 Monaten einmal komplett auf den Kopf gestellt. Viele Restaurants mussten schließen, andere haben gänzlich neue Projekte lanciert, um wirtschaftlich überleben zu können. Das neue Unternehmen deliciousWe des ehemaligen Drei-Sterne-Kochs Thomas Bühner, das er gemeinsam mit Partnern aus der Logistik- und Cateringbranche gegründet hat, kreiert Thomas Bühner ein neues Genuss Level seiner, schon bisher sehr beliebten, Gourmet-Boxen. Insgesamt fünf Boxen mit innovativen Rezepten, die ab sofort über www.deliciouswe.de angeboten werden.

Neben einer klassischen Winterbox mit vier raffinierten Gerichten hat der Spitzenkoch eine vegane Box, eine Burger Box sowie eine Box mit einer ganzen Ente



Thomas Bühner, wie zu besten Zeiten mit kreativen, innovativen Kochbox-Ideen

oder ganzen Gans kreiert. In jeder von ihnen befinden sich drei oder vier Gänge für zwei bis vier Personen. So perfekt

zubereitet, dass sie zuhause nur noch erwärmt und angerichtet werden müssen. Eine detaillierte Anleitung liegt dennoch bei, um jeden Genießer Schritt für Schritt zum persönlichen Genussmoment zu begleiten.

In den hochwertigen Boxen werden die fertigen Gerichte so verpackt, dass sie sicher und unbeschadet ankommen.

Um die lückenlose Kühlkette zu garantieren, werden ökologische Isolierverpackungen genutzt, auch die Boxen und ein Großteil der Verpackungen bestehen aus umweltfreundlichem Material.



Burger à la Thomas Bühner

Das Genuss-Boxen-Angebot von deliciousWe ist für Geschäftskunden, die ihren Mitarbeitern, Kunden oder einfach Freunden einen WIR-Moment schenken möchten. Nach dem Motto „Nähe trotz Distanz“ ideal also für eine gemeinsame (virtuelle) Weihnachtsfeier mit dem Team oder Kunden. Daher liegt die Mindestbestellmenge der Boxen bei zehn Stück nach oben hin sind keine Grenzen gesetzt.

Für Kunden die Exzellenz wünschen, bieten sich vier attraktive Möglichkeiten an





Gourmet-Box für zwei Personen: Kürbiscremesuppe ...

das kulinarische Erlebnis zu einer Einmaligkeit werden zu lassen: Eine individuell zusammengestellte und designte Box, und der exklusiven Buchung des Servicepersonal aus dem Hause Kate&Ben oder mit der Buchung eines Profikochs als virtuelle Dinnerbegleitung live aus einem TV-Studio.

Als absolutes Highlight kann auf Wunsch auch Thomas Bühner selbst als Schirmherr des Abends über das TV-Studio zugeschaltet werden, um den Abend (zumindest digital) für die Gäste zu einem unvergesslichen Dinnergenuss werden zu lassen.

Die Preise der Boxen liegen zwischen 69 Euro für die Burger Box, konzipiert für zwei Personen, und 298 Euro für die Box mit der ganzen Gans, konzipiert für vier Personen. Und so sind die Boxen genau bestückt:

Gourmet-Box für zwei Personen: Kürbiscremesuppe mit Kürbisöl // Ravioli von der Gänseleber mit Trüffel und Sherry-Rahm // Gänsebrust mit karamellisiertem Rotkraut, Kartoffelknödeln mit Marone, Nussbutter und Jus // Schokoladenkuchen mit Passionsfruchtcreme. 119 Euro pro Box.

Vegane Box für zwei Personen: Gazpacho von Roter Bete mit Pistazienöl // vegane Ravioli von Radicchio mit Rosmarin // ve-

ganes Schnitzel „gansfein“ mit Spitzkohl, Kürbis und Currysauce // Winter-Wonder-Creme mit Glühwein-Früchten. 119 Euro pro Box.

Burger Box für zwei Personen: Kürbiscremesuppe mit Kürbisöl // Enten-Burger mit Festtags-Bun und Zwiebelmarmelade // Passionsfruchtcreme mit Glühwein-Früchten und Zimtstreusel. 69 Euro pro Box.

Ganze Gans Box für vier Personen: Kürbiscremesuppe mit Kürbisöl // Ravioli von der Gänseleber mit Trüffel und

Sherry-Rahm // mit Pflaumen und Apfel gefüllte ganze Gans mit karamellisiertem Rotkraut, Kartoffelknödeln mit Marone, Nussbutter und Jus // Schokoladenkuchen mit Passionsfruchtcreme. 298 Euro pro Box.

Ganze Ente Box für zwei Personen: Kürbiscremesuppe mit Kürbisöl // Ravioli von der Gänseleber mit Trüffel und Sherry-Rahm // Ganze Ente + le Orange mit karamellisiertem Rotkraut, Kartoffelknödeln mit Marone, Nussbutter und Jus // Passionsfruchtcreme mit Glühwein-Früchten und Zimtstreusel. 149 Euro pro Box.

Fotos: Wolfgang D. Schott

Weitere Informationen zu den Boxen und dem detaillierten Bestellablauf sind online unter www.deliciouswe.de zu finden oder E-Mail an contact@deliciouswe.de zur Verfügung.

... Gänsebrust mit karamellisierten Rotkraut und Kartoffelknödel/Marone ...



... Schokoladenkuchen/Passionsfruchtcreme



Hotel Vier Jahreszeiten eröffnet einen der größten und exklusivsten Weinkeller Europas

Erlebniswelt für Wein- und Champagnerliebhaber auf 500 Quadratmetern unter dem Alsterspiegel – Weinkeller des Hotel Vier Jahreszeiten ist nun für exklusive Events buchbar

Zum Jubiläum ein besonderes Ambiente für Weinliebhaber: Zum 125. Geburtstag des Hotel Vier Jahreszeiten Hamburg im Jahr 2022 erhält die Liste der besonderen Eventflächen an der Binnenalster ein weiteres Highlight, das in der Hotellerie Seinesgleichen sucht. Einer der größten Weinkeller Europas, der die neun exquisiten Restaurants und Bars im Haus jährlich mit rund 120.000 Flaschen bedient, wurde komplett renoviert und neugestaltet. Die Erlebniswelt ist nun erstmals buchbar und begrüßt die Gäste zu atemberaubenden Empfängen und Degustationen.

wie eine Hennessy Cognac Lounge mit Tasting Room eingerichtet. Zudem gibt es eine Eventfläche für Private-Dining-Anlässe mit einer Kapazität von bis zu 16 Personen – bei Führungen und individuellen Degustationen sind Interessierte eingeladen, einen Ausflug in die Welt der erlesensten Weine und Spirituosen zu unternehmen.

Mit diesem besonderen Projekt erfüllt sich der geschäftsführende Direktor Ingo C. Peters nach fast 25 Jahren im Hotel Vier Jahreszeiten einen langgehegten Traum: „Ich wünsche mir schon seit meiner Rück-

und wurde 1914 anlässlich der Eröffnung des inzwischen mit zwei Michelin-Sternen ausgezeichneten Restaurant Haerlin in einen Weinkeller umgewandelt.

Nach dem Eintauchen in die Eventlocation selbst haben die Gäste des Hotel Vier Jahreszeiten nun die Möglichkeit, durch eine massive, automatisch öffnende Schiebetür den Weinkeller und die dort verborgenen Schätze mithilfe des Teams rund um den Head Sommelier Christian Scholz zu entdecken. Bei geführten Touren bekommen die Besucher zahlreiche Besonderheiten zu sehen – die exklusiven Raritäten lassen die Herzen von Kennern höherschlagen. Die älteste Flasche, welche nicht zum Verkauf steht, stammt aus dem Gründungsjahr des Hotels. Vor knapp 125 Jahren wurde zu Zeiten Wilhelms II. ein Rotwein „Clos de la Roche, Reserve de la Maison“ aus Beaune im Burgund eingelagert. Die teuerste Flasche im Verkauf ist aktuell einer der edelsten Pinot Noir Rotweine der Welt von der berühmten Domaine de la Romanée-Conti, Jahrgang 2014, für EUR 14.000 pro Flasche.

Für Gruppen sind 45-minütige Führungen durch alle Bereiche des Weinkellers buchbar, abgerundet mit einem Glas Champagner und Canapés, bis hin zum zweistündigen Event mit Degustation von fünf Weinen mit begleitenden Snacks und einer Selektion französischer Rohmilchkäse. Dabei können sich die Gäste auf Champagner konzentrieren oder haben die Wahl aus insgesamt fünf Wein-Themenwelten: Bordeaux, Burgund, Neue Welt, Italien und Riesling.

Foto: René Supper

www.hvj.de



Auf der Gesamtfläche des Rotklinker-Weinkellers von mehr als 500 Quadratmetern ist die neu eröffnete Erlebniswelt mit rund 100.000 eingelagerten Flaschen und einem Gesamtwert von circa 2,5 Millionen Euro ein wahres Paradies für Wein- und Champagnerliebhaber. Neben den umfangreichen Lagerkapazitäten für Weißwein, Rotwein und Champagner wurden verschiedene Raritätenkeller, eine „Big Bottle Wall“ für Rotweine so-

kehr ins Hotel Vier Jahreszeiten, diesen historischen Teil unseres Hauses in seiner ganzen Vielfalt und Größe für unsere Gäste erlebbar zu machen. Er liegt unter dem Alsterspiegel und den Colonnaden – der ältesten Einkaufsstraße Deutschlands. Die Geschichte reicht zurück bis 1897, dem Gründungsjahr des Hotels.“

In den ersten 17 Jahren nach dem Bau des Hauses diente der Raum als Kohlekeller

Vom Lebensfluss inspiriert

Das Moselschlösschen wird zur Wellnessoase – Neueröffnung im März 2022

Natürlich bewegend: Im rheinland-pfälzischen Traben-Trarbach verwandelt sich das Hotel Moselschlösschen derzeit in einen Erholungsort der Extraklasse.

Das Vier-Sterne-Haus schlägt einen neuen Weg ein. Aus dem jetzigen Freizeit- und Tagungshotel wird ab März 2022 ein Adults-Only-Refugium mit Fokus auf Wellness und Spa. Auf einer erweiterten Fläche von mehr als 2.500 Quadratme-



Kneippschnecke

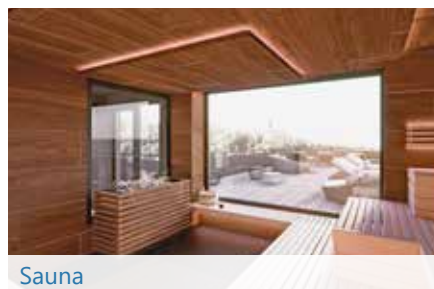
tern, verteilt über zwei Etagen, entsteht an prominenter Stelle am Moselufer eine eindrucksvolle Wohlfühlwelt für Urlaubende, die ihr inneres Gleichgewicht suchen und gegenüber den Belastungen des Alltags standhaft werden möchten. Am Lebensfluss orientiert, zielt das neue Spa-Konzept darauf ab, Blockaden zu lösen und Gedanken zum Fließen zu bringen. Bei einem Mindestaufenthalt von zwei Nächten haben Gäste die Möglichkeit, sich zu erden, zu entspannen und neu auszurichten. Ein Highlight sind die Ruhe- und Behandlungsräume, die einen hinreißenden Blick auf das Moseltal bieten. Das Angebot richtet sich vor allem an Individualgäste und wird zunächst ausschließlich Hotelgästen zur Verfügung stehen. Die neue Mosel-Auszeit beinhaltet Übernachtung, Frühstück, Sauna- und Schwimmbadbenutzung, Tiefgaragenstellplatz und das Menü am Abend.

In Anlehnung an die Neuausrichtung des Hotels erfährt das kulinarische Angebot

eine Erneuerung und bleibt ausschließlich Übernachtungsgästen vorbehalten. Genießer kommen zudem in der Orangerie mit Naturbruchsteinterrasse, im Wein- und Biergarten oder in der Eisdiele inklusive Patisserie auf ihre Kosten.

Im Obergeschoss befinden sich Fitnessstudio, Yogaraum, Kneipp-Becken und unterschiedlichste Saunen von Finnisch über Bio bis Infrarot mit Soleverdampfer. Erfrischend wirken auf jener Etage ein Eisbrunnen sowie ein Schneeraum mit Pulverschnee. Aussichtsreiche Entspannung finden Gäste in der Sauna-Lounge, im Panoramaruheraum oder auf der Ruheterrasse. Ob in Hängeschaukeln oder Nischen für mehr Privatsphäre – für jeden Gast wird eine Liege garantiert. Auf dem begrünten Dach finden weitere Liegen ihren Platz und bieten uneingeschränkten Blick auf die Mosel.

Architektur und Design des neuen Wellnessbereichs wurden von dem Allgäuer Architekturbüro Alpstein konzipiert und spiegeln merklich den Flusslauf wider. Geschwungene Wände in natürlichen Farben leiten schon im Erdgeschoss zum Innen- und Außenpool, zu fünf Behandlungsräumen, einem Wavebalance®-Raum und Lady- sowie Private Spa inklusive Moselausblick.



Sauna

Bilder: Moselschlösschen /Architekturbüro Alpstein

Weitere Informationen finden sich unter: www.moselschloesschen.de

2 Sternekoch Hendrik Otto verlässt Lorenz Esszimmer im Hotel Adlon Kempinski Berlin

Hendrik Otto verabschiedet sich nach 11 erfolgreichen Jahren im Lorenz Adlon Esszimmer. Sein neuer Wirkungsbereich ist beim Krankenhausbetreiber Helios. Hendrik Otto übernimmt, ab 31. Januar 2022 die Bereiche Qualität und nachhaltige kulinarische Entwicklung für die Helios Kliniken.



Hendrik Otto

Seine Leidenschaft für die Spitzengastronomie kann er als Jungunternehmer aber ausleben und die in Covidzeiten von ihm entwickelten Gerichte „Sterne im Glas“ in den Markt bringen.

Der Abschied vom Brandenburger Tor und seinem großartigen Team fällt ihm nicht leicht, erklärt er.

Stolz und dankbar blickt er auf die Erfolgsgeschichte des Lorenz Adlon Esszimmer der vergangenen Zeit. Die neue Aufgabe ist eine spannende Herausforderung die er mit Begeisterung annimmt.

Gour-med wünscht dem Sternekoch alles Gute!

Lieber Hendrik Otto nicht vergessen: Alles wird gar!!!

Foto: Gour-med

Con Dao in Vietnam

eine Insel für Ruhe und Erholung



Glasklares Wasser auf der Insel Con Dao lädt zum Schnorcheln und Tauchen ein

Vietnam hat eine Küstenlinie von etwa 3.400 Kilometern und einige tausend – meist felsige und unbewohnte – Inseln. Einige davon sind touristisch gut erschlossen, wie etwa Phu Quoc oder Cat Ba in der Halong Bucht. Fast noch ein Geheimtipp ist das Con Dao Archipel mit seinen 16 gebirgigen Inseln. Es liegt um die 80 Kilometer vor der Stadt Vung Tau an der südlichen Küste Vietnams im Südchinesischen Meer. Nur die Hauptinsel, Con Dao, ist von etwa 5000 Menschen bewohnt und für Touristen zugänglich. Die übrigen Inseln sind ein Nationalpark, in dem bedrohte Tierarten wie die rote Echte Karettschildkröte, die Grüne Meeresschildkröte und die Gabelschwanzseekuh (Dugong) leben.

Geschichtliches

Con Dao wurde 1284 das erste Mal geschichtlich erwähnt, als nämlich Marco Polo dort vor einem Sturm Schutz gesucht hat. Im 15. Jahrhundert hielten portugiesische Seefahrer hier auf ihrem Weg nach Macau. Ende November 1861 besetzten dann die Franzosen die Insel – und errichteten kurz darauf die Gefäng-

nisse für die, die nicht mit ihrer Herrschaft einverstanden waren.

Während des Vietnam-Krieges nutzen die USA und später auch die Vietnamesen Con Dao als Gefängnisinsel. Diese schlimme Vergangenheit wird nicht versteckt: Man kann zahlreiche Gefängnis-komplexe besichtigen, so auch die be-

rüchtigten „Tigerkäfige“. Nicht umsonst galt die Insel als „Hölle auf Erden“. Erst 1975 mit der Vereinigung von Nord- und Südvietnam wurden die Gefängnisse geschlossen.

Aktivitäten

Con Daos Strände sind allesamt wunderschön und viele davon hat man ganz für sich. Plane-Spotter kommen am Dam Trao Beach quasi gegenüber vom Flughafen auf ihre Kosten: Hier starten die Flugzeuge nämlich fast direkt über den Strandgängern!

Auf der Hauptinsel lässt es sich auch bequem mit einem gemieteten Roller her-

Elne Fahrt mit dem Roller an der Küstenstraße von Con Dao entlang ist ein großes Vergnügen



Touristen können die berühmten Gefängnisse von Con Dao besuchen





Das Six Senses Con Dao liegt an einer besonders schönen Bucht

umfahren und die schöne Kulisse genießen – auf einer Seite die üppigen Wälder, auf der anderen Seite das türkisblaue Meer.

Praktisches

Das einzige 5*-Haus auf der Insel ist das Six Senses Con Dao. Es liegt am östlichen Strand Dat Doc und ist einem vietnamesischen Fischerdorf nachempfunden. 50 Villen mit privatem Pool bieten meist direkten Zugang zum Strand und höchsten Komfort. Das Resort ist Partner der Nationalparkbehörde und haben ein hoteleigenes Bebrütungszentrum für die Grüne Meeresschildkröte. Wenn sie geschlüpft sind, können Hotelgäste ganz exklusiv dabei sein, wenn sie ins Meer entlassen werden. Außerdem bietet das Hotel seinen Gästen viele Möglichkeiten für private Exkursionen zu Wasser oder zu Land, Kochkurse und sogar Vietnamesisch-Sprachkurse.

Nördlich des Ortszentrums von Con Dao liegt das elegante 4*-The Secret Con Dao. Die Zimmer haben entweder Meerblick oder Aussicht auf die grün bewachsenen Berge. Die Anlage liegt um einen großen Pool herum und hat ein modernes Restaurant, ein luftiges Café,



Der Eingang des Saigon Con Dao Resorts ist von Palmen umgeben

ein schönes Gartenrestaurant und eine Sunset Lounge. Der Clou zum Übernachten ist eine separate „Secret Villa“, die etwas abseits des Hotels mitten im Grünen steht – hier hat man quasi mitten im Ort dennoch echte Privatsphäre.

The Secret Con Dao liegt an der Küste zentral im Ort von Con Dao



Näher am Zentrum des Ortes liegt das 4*-Saigon – Con Dao Resort. Es hat 117 eleganten Zimmer im französischen Stil, einige mit Blick auf das Meer, andere mit Blick auf die üppigen Palmen im Hotelgarten. Für Gäste können zahlreiche Touren zu den sehenswerten Punkten der Insel organisiert werden.

Fotos: Six Senses Con Dao, Saigon Con Dao Resort, The Secret Con Dao

Weitere Empfehlungen sowie Organisation von Reisen nach Vietnam, Laos, Kambodscha und Myanmar richten sich am besten an die Experten von ITS Vietnam an info@itsvietnam.com.

Köche schlagen Alarm

Viele Existenzen sind gefährdet

Fachkräftemangel, sinkende Ausbildungszahlen und mangelnde Wertschätzung: Angesichts der vierten Coronawelle fürchten Köchinnen und Köche um ihre Lebensgrundlage und um den Verlust einer ganzen Branche. Es braucht langfristige Perspektiven für den Kochberuf.



Daniel Schade, Präsident des Verbands der Köche Deutschlands e. V. (VKD)

Die vierte Coronawelle rollt über das Land und die Lage für die Kochbranche ist anhaltend schwierig. Sie verschärft sich aufgrund steigender Fallzahlen zunehmend. „Noch nie waren Tourismus sowie unsere Gäste- und Esskultur so stark gefährdet wie heute“ äußert sich der Verband der Köche Deutschlands e. V. (VKD). Mit Blick auf die Feiertage und das Wintergeschäft fürchten viele der Mitglieder weitere erhebliche Einschränkungen und gravierende Konsequenzen daraus, sowohl persönlich als auch für die Fachbranche. Der VKD ist die größte Gemeinschaft von Köchinnen und Köchen in der Bundesrepublik. Zu den Mitgliedern gehören Auszubildende sowie Arbeitnehmer:innen und Arbeitgeber:innen aus den unterschiedlichsten Sparten des Gastgewerbes sowie Lehrkräfte an Berufs- und Hotelfachschulen.

Foto: VKD/Wrobel

www.vkd.com

Ein Vierteljahrhundert GOP Live-Entertainment im Ruhrgebiet

25 Jahre gelebte Leidenschaft



Pressesprecherin Sabine Herget, Direktorin Nadine Stöckmann und stellv. Direktor Timo Ruthmann (v. l.) haben Grund zum Strahlen: bereits ein Vierteljahrhundert gibt es das Variété-Theater in der Rottstraße

Das GOP in der Rottstraße hat Geburtstag und kann bereits auf ein Vierteljahrhundert Essener Variété-Theater Geschichte zurückblicken. Als vor 25 Jahren der „Grand-Filmpalast“ seine Pforten schloss, zog das GOP in die Räumlichkeiten ein. Am 1. November 1996 war es soweit: Das Revier hat endlich wieder ein Variété! Mit der Eröffnung des GOP reihte sich Essen wieder in die Riege der deutschen Variété-Städte ein. 350 Gäste feiern bei der Premieren-Gala begeistert die Neu-Eröffnung. Im ehemaligen Filmtheater, wo zuvor Kinofilme über die Leinwand flimmerten, öffnet sich von nun an der Vorhang für fantastische Live-Unterhaltung.

Inzwischen blickt man auf 200 erfolgreiche Showproduktionen zurück. Direktorin Nadine Stöckmann zieht nach 25 Jahren stolz Bilanz. Den Grund für die gute Entwicklung des GOP sieht sie „in dem nachhaltigen Showkonzept, das für alle Alters- und Einkommensgruppen geeignet ist“. Die Zahlen sprechen für sich: „2,5 Millionen Besucher und 2500 Akteure, 1,5 Millionen Menüs und über 3000 Weihnachts- und Firmenfeiern in 25 Jahren GOP“, schwärmt Stöckmann „das heißt auch: 25 Jahre gelebte Leidenschaft.“ Voller Vorfreude, Energie und Zuversicht wird auch zukünftig an das Erfolgskonzept der vergangenen Jahre angeknüpft. Der Ausblick auf die kommende Spielzeit, mit Programmen wie zum Beispiel „Un-

dressed“, „La Strada“, oder „Playback“ klingt vielversprechend.

Die ursprünglich zum 25. Geburtstag geplante Gala im Jubiläumsjahr allerdings muss nach monatelanger Coronaschließzeit ausfallen. „Dennoch blicken wir positiv in die Zukunft. Jetzt gerade investieren wir in eine komplett neue Saalbestuhlung“ berichtet Stöckmann „Unter anderem optimieren im Sommer loungeartige Sofagruppen den Sitzkomfort sowie den Blick zur Bühne.“ Mit 312 Plätzen (Winter) und 284 Plätzen (Sommer) wird in die Spielzeit 2022 gestartet, in der wieder regulär sechs Showproduktionen den Spielplan füllen.

Die GOP Entertainment-Group

7 x GOP Variété-Theater in Deutschland
Unter dem Dach der GOP Entertainment-Group bestehen sieben GOP Variété-Theater in Hannover, Essen, Bad Oeynhausen, Münster, München, Bremen und Bonn sowie die Dance-Clubs in Bad Oeynhausen und Bremen. Damit ist die GOP Entertainment-Group Europas größtes Variété-Unternehmen. Das 1992 von Hubert und Hubertus Grote gegründete und inhabergeführte Familienunternehmen bietet alle zwei Monate eine neue Show, die von der Künstleragentur GOP showconcept produziert wird. Weltweit renommierte Artisten und Entertainer kreieren zeitgenössische Variétékunst und setzen mit phantasievoll berührenden, unfassbar komischen und technisch brillanten Inszenierungen Showstandards für das 21. Jahrhundert.

Foto: GOP/Klaus Schleser

GOP Variété-Theater
Rottstr. 30
45127 Essen,
Tel.: 0201 / 247 93 93
E-Mail: info-essen@variete.de
www.variete.de

FineWatchesBerlin

Berlins neue Uhr – stilvoll und zeitlos mit der individuellen Note

Nach langer Zeit endlich einen alten Traum verwirklichen. Das ist Mia Phyllis und ihrem Vater Wilfried Liefer mit der Schaffung ihrer gemeinsamen Uhrenmarke „FineWatchesBerlin“ nach über 30 Jahren gelungen. 2019 startete das Vater-Tochter-Unternehmen mit dem Verkauf ihrer ersten Uhrenkollektion TEUFELSBERG. Wilfried Liefer ist für die Gestaltung der an die Bauhausdesignschule angelehnten Uhrenserie verantwortlich. Tochter Mia Phyllis kümmert sich um Marketing und die Werbung und ist erste Instanz, um neue Ideen ihres Vaters zu begutachten. Sechs Modelle umfasst die jetzige Kollektion von sportlich über klassisch, von gedeckten bis zu kräftigen modischen Farben. Wichtig ist klares Design, so wie betont dezent gesetzte Details.

FineWatchesBerlin

Berlins neue Uhr „FineWatchesBerlin“ setzt farbige Akzente auf dem Zifferblatt, mit kolorierten Schrauben am Bandanstoß und im sichtbaren Werk. Dazu farblich abgestimmte Nähte und Kanten an den handgearbeiteten Lederbändern. Der Glasboden ermöglicht einen Blick in das filigrane Innenleben der Zeitmesser.

Jede Uhr präzise gearbeitet



Einige dieser technischen Anpassungen sind erstmalig allein für „FineWatchesBerlin“ Uhren durchgeführt worden. Für die Hersteller sind ihre Meisterwerke mehr als nur eine Apparatur, um die Zeit

abzulesen. Die limitierten Uhren sollen ihre Besitzer dazu einladen, sich zu besinnen, für einen Moment ihre Alltagsroutine zu vergessen, zur Ruhe zu kommen und sich schönen Dingen zuzuwenden. Die Natur zu betrachten, ein Kunstwerk auf sich wirken zu lassen, ein Buch zu lesen, ein gutes Getränk zu genießen oder seine „FineWatchesBerlin“ in die Hand zu nehmen, um sich an dem Zusammenspiel der Details von Design und Technik zu erfreuen. Die Uhren können im besten Fall ein Erinnerungsanker am Handgelenk sein, um sich nicht im Strudel der Zeit zu verlieren.



Die Eigentümer, Tochter Mia Phyllis und ihr Vater Wilfried Liefer sind privat im sozialen und künstlerischen Bereich engagiert, so ist es nur logisch „FineWatchesBerlin“ in diese Aktivitäten einzubinden. Nicht allein durch den expliziten Berlinbezug von „FineWatchesBerlin“ erfreut sich die junge Marke großen Zuspruchs und Unterstützung von Berliner Künstlern und im Medienbereich. So sind beispielsweise THE TEENS Core um Uwe Schneider Markenbotschafter von „FineWatchesBerlin“.

Eine Kooperation mit der Talkshow KURTZ auf der COUCH und ihrem Macher Andreas Kurtz ist geplant. Roman



Mia Phyllis mit Vater Wilfried Liefer

Shamov (Schauspieler, Musiker, Unterhalter) ist stolzer Besitzer einer FWB. Im Medienbereich begleitet Nicolai Tegeler mit seiner Colafilm Production die beiden Firmengründer. Hinzu kommt die Zusammenarbeit mit dem bekannten Krimiautoren-Trio Lutz, Wilhelm, Kellerhoff aus Berlin, dessen neuester Buchtitel aus der Reihe „Wolf Heller ermittelt“ ebenso den Namen der ersten Kollektion der Uhren „TEUFELSBERG“ trägt.

Im Charity-Bereich engagiert sich die junge Factory ebenfalls sehr vielfältig. So war sie auf der Löwenherz-Gala im Palazzo Berlin als Spender dabei. Ein Teil des Verkaufspreises jeder Uhr geht an die Charity-Partnerorganisation Hands with Hands, die in Nepal aktiv ist. Für die Stiftung VALENTINA hat „FineWatchesBerlin“ eine limitierte Uhrenkollektion aufgelegt.

Eine Uhr aus der Reihe „FineWatchesBerlin“ ist mehr als nur ein Zeitmesser, sie steht für guten Geschmack, Eleganz und Individualität. Wer diese Uhr besitzt, weiß den Wert schöner Dinge und des Lebens zu schätzen.

Fotos: FineWatchesBerlin

www.finewatches.berlin

Winterzeit – Lesezeit

Bücher zum Selberlesen und Verschenken!

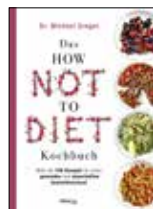


123 vegane Alternativen: gesünder und nachhaltiger ohne Fertigprodukte

Selber machen statt kaufen – vegane Küche

smarticular Verlag
192 Seiten, 14,95 Euro
ISBN: 978-3-946658-60-3

Vegan kochen ohne Lifestyle-Fertigprodukte: Wenn man bisher von den typischen veganen Ersatzprodukten im Supermarkt abgeschreckt wurde, schlagen wir vor die selbst gemachten Alternativen in diesem Buch auszuprobieren. Auf tierische Zutaten verzichten, aber nicht auf Genuss: Wer sich pflanzlich ernähren möchte, braucht noch lange nicht auf herzhafte Aromen von Käse, Burgern, Wurst & Co. zu verzichten, denn fast alle pflanzlichen Alternativen zu typischen tierischen Lebensmitteln lassen sich einfach selber machen.



Mehr als 100 Rezepte für gesunden und dauerhaften Gewichtsverlust

Das HOW NOT TO DIET Kochbuch

Michael Greger
Lübbe Life
256 Seiten, 29,90 Euro
ISBN: 978-3-431-07034-7

Über 100 köstliche Gerichte aus Dr. Gregers pflanzenbasierter Küche beweisen endgültig: Genießen ohne schlechtes Gewissen ist möglich. Ob der sättigende Getreidemix mit Schokokirschen, die Gemüsepaella auf goldener Gerste, das Kichererbsen-Curry mit Kabocha-Kürbis oder der Schwarzwälder Chia-Pudding - Dr. Gregers Rezeptkreationen machen schlank, gesund und glücklich. Wertvolle Nahrungsmittel und das Wissen darüber, wie sie ideal verstoffwechselt werden, machen sie so einzigartig und zeigen: Schlank sein geht auch ohne Verzicht oder gar Hunger.

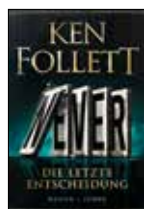


Chronik eines Gefühls 1929–1939

Liebe in Zeiten des Hasses

Florian Illies
S. Fischer Verlag
432 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-10-397073-9

In einem virtuellen Epochengemälde erweckt Florian Illies die dreißiger Jahre, dieses Jahrzehnt berstender politischer und kultureller Spannungen, zum Leben. Als Jean-Paul Sartre mit Simone de Beauvoir im Kranzler-Eck in Berlin Käsekuchen isst, Henry Miller und Anaïs Nin wilde Nächte in Paris und »Stille Tage in Clichy« erleben, F. Scott Fitzgerald und Ernest Hemingway sich in New York in leidenschaftliche Affären stürzen, fliehen Bertolt Brecht und Helene Weigel wie Katia und Thomas Mann ins Exil.



Der Roman führt tief in die Verstrickungen unserer globalisierten Welt und stellt die Frage „Was wäre, wenn ...?“

Never

Die letzte Entscheidung

Ken Follett
Lübbe, 877 Seiten, 32,00 Euro, ISBN: 978-3-7857-2777-5

In der Sahara folgen westliche Geheimdienstagenten der Spur mächtiger Drogenschmuggler. Die Amerikanerin Tamara und ihr französischer Kollege Tab gehören zu ihnen. Für ihre Liebe riskieren sie ihre Karriere – und im Einsatz für ihr Land ihr Leben. Nicht weit entfernt macht sich die junge Witwe Kiah mit Hilfe von Schleusern auf den Weg nach Europa. Als sie sich gegen Übergriffe verteidigen muss, hilft ihr ein Mitreisender.



Über Schuld und Scham, aber auch über Hoffnung und die Kraft der Liebe

Ritchie Girl

Andreas Pflüger
Suhrkamp Verlag
464 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-518-43027-9

Paula Bloom kehrt nach ihrer Ausbildung in Camp Ritchie, Maryland als amerikanische Besatzungsoffizierin in ein zerstörtes und gebrochenes Deutschland zurück, das sie vor neun Jahren über Nacht verlassen hatte. Als Tochter eines amerikanischen Geschäftsmannes führte sie im Berlin der Nazizeit ein Leben im goldenen Käfig. Ein Leben, das eine Lüge war.



Amüsanter Landkrimi mit Schauplatz Münsterland

Die Kommissarin und der Metzger

Auf Messers Schneide

Bent Ohle
Landwirtschaftsverlag Münster
240 Seiten, 14,00 Euro, ISBN: 978-3-7843-5614-3

Ein grausiger Fund stört das sonst so friedliche Dorfleben in Horstmar: Auf mehreren Bauernhöfen werden Leichenteile gefunden. Handelt es sich bei dem zerstückelten Toten um den verschwundenen Tierarzt Dr. Stratmann? Tanja Terholte ist Kommissarin im Dezernat für Schwerverbrechen in Münster und übernimmt die Mordermittlung in ihrem Heimatort.



Wandel der Reichshauptstadt Berlin wird Berlin

Briefe aus der Reichshauptstadt 1897-1922

Deborah Vietor-Engländer
Wallstein Verlag
2984 Seiten, 128,00 Euro
ISBN: 978-3-8353-3862-3

Ein Lehrbuch für Journalisten: Alfred Kerrs Plauderbriefe aus Berlin. Über 25 Jahre schrieb Alfred Kerr aus Berlin ins ferne Königsberg (heute Kaliningrad / Russland) Plauderbriefe für die Sonntagsausgabe der »Königsberger Allgemeinen Zeitung«: Er beschreibt Aufbruch und Endstimmung im Ersten Weltkrieg, den Wandel von der Reichshauptstadt der Kaiserzeit durch die Revolution zur Hauptstadt der Republik: Berlin wird Berlin. Diese Texte waren jahrzehntelang verschollen. Kerr, der Starkritiker, der schon im Februar 1933 ins Exil floh, wurde nach seinem Tod 1948 zwar nicht vergessen, aber sein Ruhm überdauerte nur als Theaterkritiker. 1997, als die »Berliner Briefe«, Wochenberichte für die Breslauer Zeitung, wiederentdeckt wurden, sprach Kerrs Sohn Michael von einer »Wiederauferstehung« seines Vaters.



Eine Liebe im Wandel der Zeitenwende Kairos

Jenny Erpenbeck
Penguin Verlag
384 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-328-60085-5

Die neunzehnjährige Katharina und Hans, ein verheirateter Mann Mitte fünfzig, begegnen sich Ende der achtziger Jahre in Ostberlin, zufällig, und kommen für die nächsten Jahre nicht voneinander los. Vor dem Hintergrund der untergehenden DDR und des Umbruchs nach 1989 erzählt Jenny Erpenbeck in ihrer unverwechselbaren Sprache von den Abgründen des Glücks – vom Weg zweier Liebender im Grenzgebiet zwischen Wahrheit und Lüge, von Obsession und Gewalt, Hass und Hoffnung.

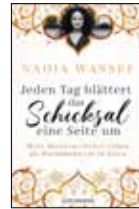


Einer der größten Künstler unserer Zeit erzählt sein Leben vor dem Hintergrund der Geschichte Chinas

1000 Jahre Freud und Leid
Erinnerungen

Ai Weiwei
Penguin Verlag
416 Seiten, 38,00 Euro, ISBN: 978-3-328-60231-6

Ai Weiwei gehört zu den bekanntesten Künstlern unserer Zeit. In »1000 Jahre Freud und Leid« schildert er erstmals seinen außerordentlichen künstlerischen Werdegang vor dem Hintergrund der Geschichte seiner Familie in China. Schon als Junge erlebte er die Verbannung und Demütigung seines Vaters Ai Qing, einst ein Vertrauter Maos und Chinas einflussreichster Dichter, der im Zuge der Kulturrevolution als »Rechtsabweichler« gebrandmarkt wurde. Diese Erfahrungen prägten sein Schaffen und seine politischen Überzeugungen. Er beschreibt die schwierige Entscheidung, seine Familie zu verlassen, um für ein Kunststudium in die USA zu gehen.



Als Frau einen Buchladen in Kairo zu eröffnen, ist ein Akt der Rebellion und der Hoffnung

Jeden Tag blättert das Schicksal
eine Seite um

Nadia Wassef
Goldmann Verlag, 320 Seiten, 20,00 Euro, ISBN: 978-3-442-31584-0

Anfang der 2000er befindet sich Ägypten in politischer Aufbruchsstimmung. Das Interesse an Kultur, internationalem Austausch und Konsum nimmt zu. Beflügelt von dieser Euphorie möchten die Schwestern Nadia und Hind Wassef zusammen mit ihrer Freundin und Geschäftspartnerin Nihal Schawky einen Raum schaffen, der eine Brücke zwischen Ost und West schlägt. Ohne konkreten Businessplan und nur mit eigenen Ersparnissen gründen sie 2002 einen modernen Buchladen in Kairo – angesichts der wirtschaftlichen Probleme des Landes und der Tatsache, dass sie Frauen sind, ist dies nichts anderes als ein Akt der Rebellion. Knapp 20 Jahre haben sich die Diwan Bookshops zu einer erfolgreichen Buchhandelskette entwickelt.



»Wer Wahrheit und Gerechtigkeit hinter sich hat, wird siegen.« Alexei Nawalny

Alexei Nawalny – Schweigt nicht!

Reden vor Gericht

Herausgegeben von: Verlagsgruppe Droemer Knauer
Übersetzt von: Dr. Alexandra Berlina
Droemer HC
96 Seiten, 8,00 Euro, ISBN: 978-3-426-27880-2

Alexei Nawalny ist unerschütterlich in seinem Einsatz für die Menschenrechte: Dieses Buch enthält erstmals vier der wichtigsten Reden vom inhaftierten Kremlkritiker und größten Putin-Gegner, ausführlich kommentiert und erläutert. Der russische Dissident Alexei Nawalny ist die herausragende Stimme im Kampf gegen Korruption, staatliche Willkür und Menschenrechtsverletzungen. Seine Reden vor der Verurteilung zu mehrjähriger Lagerhaft legen Zeugnis ab von seinem unerschütterlichen Glauben an eine freie und gerechtere Welt. Die Reden aus dem Frühjahr 2021 zeigen eindrücklich, wie staatliche Repression in Russland funktioniert und demaskieren das System Putin – ein Dokument der Zeitgeschichte.



Spannende Schicksalsgeschichte

Das Talent

John Grisham
Heyne Verlag
400 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-453-27375-7

Das 17jährige Basketballtalent Samuel Sooleyman stammt aus dem Südsudan, einem vom Bürgerkrieg zerrissenen Land. Eines Tages erhält er die Chance seines Lebens: Mit einem nationalen Jugendteam darf er in die USA reisen und an einem Showturnier teilnehmen. Talentscouts werden auf ihn aufmerksam, doch dann erhält er schreckliche Nachrichten von daheim. Sein Dorf wurde überfallen, seine Familie ist auf der Flucht. Nur wenn er den Erfolg in Amerika erzwingt, kann er sie retten.

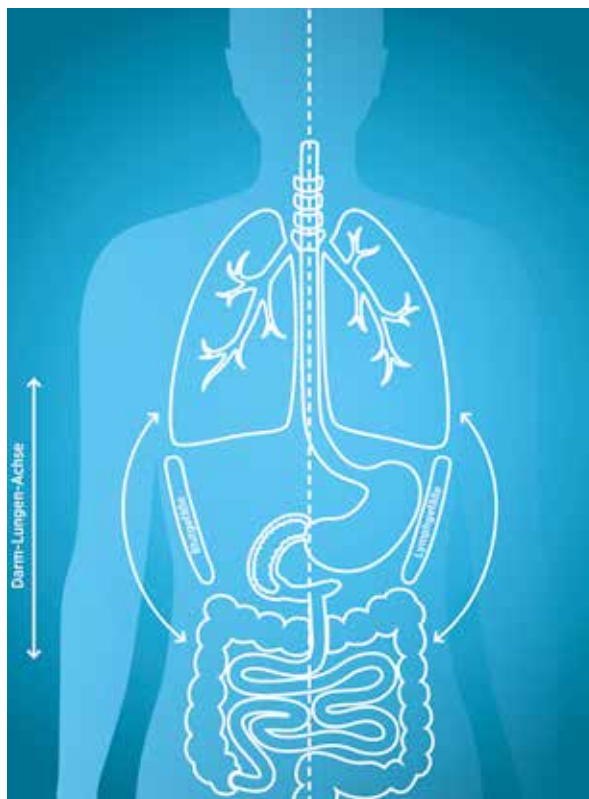
Experten-Interview

Prof. Dr. Harald Renz, Institut für Laboratoriumsmedizin und Pathobiochemie, Molekulare Diagnostik, Philipps-Universität Marburg

Welche Rolle spielt das Darmmikrobiom bei der Immunabwehr und wie kann es Atemwegsinfekte beeinflussen?

Das Darmmikrobiom zeigt bei Asthmatikern eine schwere Dysregulation. Diese ist insbesondere charakterisiert durch einen Verlust an Diversität. Wir haben also ein schmaleres Spektrum im Darm von Asthmatikern zur Verfügung. Die Bakterien, die fehlen, sind „alte Freunde“, die uns eigentlich im Laufe der Evolution geholfen haben, ein gesundes und kräftiges Immunsystem aufzubauen. Wichtig ist, dass diese Fehlregulation im Darm schon der Entwicklung der Krankheit vorausgeht, weswegen man heute einen ursächlichen Zusammenhang zwischen Mikrobiom und Krankheitsentwicklung vermutet. Dies konnte auch durch tierexperimentelle, funktionelle Untersuchungen und Daten belegt werden.

Einige Bakterienstämme des Darmmikrobioms bilden kurzkettige Fettsäuren (Butyrat, Propionat und Acetat), deren antiinflammatorische Effekte auf das Lungengewebe aktuell im Vergleich mit dem Glucocorticoid Dexamethason diskutiert werden.¹ Welche Rolle spielen diese Fettsäuren bei Atemwegsinfekten und wie kommen sie in das Lungengewebe?



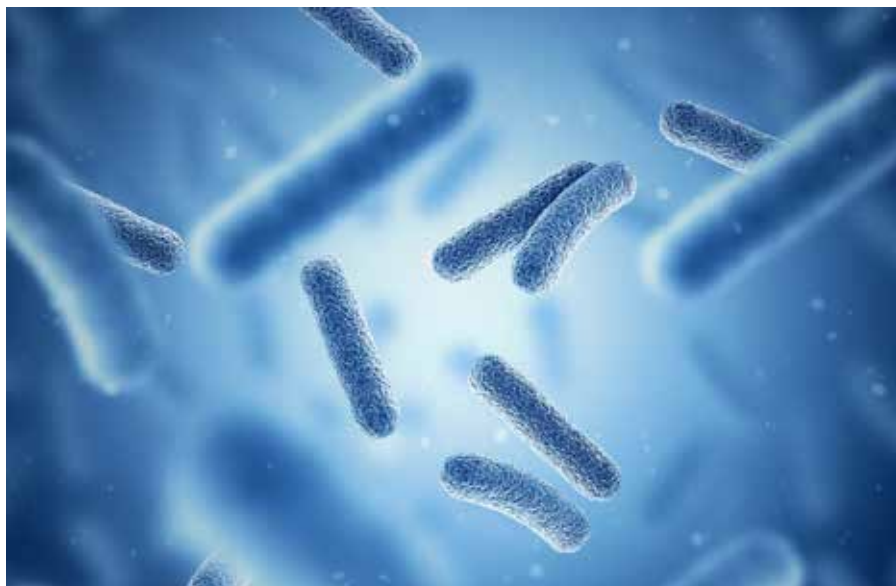
Zu den „guten“ Bakterien im Darm zählen in der Tat solche, die kurzkettige Fettsäuren produzieren. Diese werden von bestimmten Bakterien hergestellt – aus für uns Menschen unverdaulichen Ballaststoffen (langkettigen Kohlehydrate, für die wir keine Verdauungsenzyme zur Verfügung haben). Wir, als der Wirt der Bakterien, liefern das Futter für die Bakterien und die Bakterien produzieren für uns dafür die kurzkettigen Fettsäuren. Diese

haben nicht nur positive Effekte auf die Darmschleimhaut, sondern insbesondere auch auf das Immunsystem, und zwar genau auf den Schenkel, der für die Ausbildung von Toleranz verantwortlich ist. Kortison wirkt anders – es hat antiinflammatorische Effekte, es schaltet überschießend aktivierte T-Zellen ab. Das heißt, Kortison und kurzkettige Fettsäuren haben eine synergistische Wirkung.

Welche Symptome können auftreten?

Bei den Symptomen unterscheiden wir ebenso lokale Beschwerden, die direkt am Darm entstehen, also klassische Verdauungsbeschwerden wie Blähungen, Flatulenzen, Bauchschmerzen, Durchfall oder Übelkeit und im Gegensatz dazu systemische Beschwerden, die nicht im Darm, sondern irgendwo im Körper auftreten. Das sind häufig Kopfschmerzen, Migräne, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Hautprobleme oder heuschnupfenartige Symptome wie eine laufende Nase, aber seltener auch psychische Symptome, Haarausfall oder Muskelschmerzen.

Eine aktuelle Studie zeigt, dass die Aufnahme einer Kombination der Bakterienstämme *L. plantarum* CECT 30292, CECT 7484, CECT 7485 und *P. acidilactici* CECT 7483 bei COVID-19-Patienten im ambulanten Setting



zu einer verbesserten SARS-CoV-2 spezifischen Antikörperbildung (IgG und IgM), einer kürzeren Symptombdauer und einer geringeren Viruslast führten.² Lassen sich diese Ergebnisse aus Ihrer Sicht auch auf andere Atemwegsinfektionen, wie zum Beispiel der Influenza, oder auf einen grippalen Infekt übertragen?

Das ist eine interessante Frage. Es steht zu vermuten, dass die Effekte dieser Bakterienkombination nicht Corona-spezifisch sind. Das wäre verwunderlich, wenn wir hierin einen Effekt sehen würden, der nur und ausschließlich beim Coronavirus nachweisbar wäre. Es steht zu vermuten, dass insgesamt die Antikörperproduktion durch die Gabe dieser vier Bakterienstämme angeschoben wird. Allerdings müssen die Ereignisse zum gleichen Zeitpunkt aufeinandertreffen: Die Gabe dieser Probiotika und die Notwendigkeit der Antikörperproduktion (z. B. bei einer Infektion). Zudem ist zu vermuten, dass man hiermit möglicherweise auch einen positiven Effekt einer Impfung erzielen könnte. Eine solche Frage wäre allerdings auch zu untersuchen. Insgesamt lassen die Daten optimistisch stimmen. Weitere Studien sind allerdings erforderlich.

Welchen Vorteil für die Immunabwehr hat die zusätzliche Aufnahme von Vitamin D?

Vitamin D ist ein wichtiges Vitamin, nicht nur für den Mineral- und Knochenstoffwechsel, sondern auch für das Immunsystem. Vitamin D hat positive Effekte auf das Immunsystem, insbesondere auch hier wieder auf die erworbene Immunität, also unser spezifisches Immunsystem und auch auf die Ausbildung des Immungedächtnisses. Insofern ist es wichtig, bei Patienten zu schauen (aber natürlich auch bei Gesunden!), wie die Vitamin Spiegel sind – und da viele Menschen auf der nördlichen Hemisphäre unter einem Vitamin-D-Mangel leiden, diesen konsequent wieder auszugleichen.

¹ K NK et al. Is butyrate a natural alternative to dexamethasone in the management of CoVID-19? F1000Research. 2021;10: 273.

² Gutiérrez-Castrellón P et al. Efficacy and safety of novel probiotic formulation in adult Covid19 outpatients: a randomized, placebo-controlled clinical trial. medRxiv. 2021; 10.1101/2021.05.20.21256954

Illustration/Foto: DR. KADE,
[istockphoto.com/body](https://www.istockphoto.com/body)

Experteninterview mit Prof. Dr. Harald Renz durchgeführt von Petersen & Partner im Auftrag von DR. KADE

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:
Anne Wantia (Reise, Foto)
Klaus Lenser (Gastronomie, Reise)
Bruno Gerding (Reise, Golf)
Heiner Sieger (Reise)
Marcel Tekaat (Wein)
Susanne Plaß (Kulinarik, Reise, Foto)

Layout:
Jennifer Bahn
Tel.: +49 (0) 2501 / 971 09 54

Erscheinungsort:
48165 Münster

Nachdruck der Beiträge auch in Auszügen ist ohne Genehmigung des Verlages nicht gestattet. Unerlaubte Veröffentlichungen ohne Verlagserslaubnis werden strafrechtlich verfolgt.

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

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

Systematischer Review

Antipsychotika mit gewichtigem Nebeneffekt

Wer antipsychotisch behandelt wird oder Menschen kennt, die solche Medikamente einnehmen, ist sicher schon diesem Problem begegnet: Antipsychotika-induzierte Gewichtszunahme. Dieses Problem ist bei weitem nicht nur ein Schönheitsfehler, sondern mit Risiken für ernste Folgeerkrankungen verknüpft. In einer systematischen Forschungsübersicht bestätigte sich nun das Ergebnis früherer Studien, dass sehr viele Antipsychotika zu rascher und klinisch relevanter Zunahme an Körpergewicht führen – unabhängig von der jeweiligen damit behandelten Erkrankung.

Antipsychotika-induzierte Gewichtszunahme ist eine sehr bedeutsame, aber oft vernachlässigte Nebenwirkung der Behandlung mit Antipsychotika der ersten und zweiten Generation. Wenn sich durch die Medikation Übergewicht entwickelt, können sich damit auch die Risiken für das Metabolische Syndrom, Diabetes und Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems erhöhen. Die Gewichtszunahme ist damit bei weitem nicht nur ein optisches Problem für die Betroffenen, sondern mit Risiken für ernste Folgeerkrankungen verknüpft. Bisher konzentrierten sich Meta-Analysen zu diesem Thema meist auf Patienten mit Schizophrenie oder der Bipolaren Störung. Allerdings werden Antipsychotika, häufig Off-Label, auch bei ganz anderen Diagnosen wie etwa Angststörungen, unipolarer Depression oder Störungen aus dem Autismus-Spektrum verschrieben.

Eine Nebenwirkung mit ersten Folgeproblemen

Forscher führten dazu nun eine systematische Literaturrecherche in den medizinischen Datenbanken PubMed und Web of Science durch und ermittelten gezielt nach randomisiert kontrollierten Studien zur Antipsychotika-induzierten Gewichtszunahme mit jeweils mindestens

100 Patienten. Studien mit Veröffentlichungsjahr zwischen 2014 und 2019 zu allen Diagnosen und Altersgruppen wurden in die Analyse eingeschlossen.

Systematische Forschungsübersicht und -analyse

27 Studien erfüllten die Einschlusskriterien. Daraus zeigte sich, dass alle Antipsychotika zu signifikant mehr Gewichtszunahme führten. Zudem führten die meisten Antipsychotika zu einem signifikant höheren Risiko für eine klinisch bedeutsame Gewichtszunahme von mindestens 7 % im Vergleich zu einem Scheinmedikament. Diese Ergebnisse bestätigen zudem frühere Berichte, die eine sehr schnelle Gewichtszunahme unter Antipsychotika beschrieben.

Früherkennung von Risikopatienten für individuell zugeschnittene Therapiewahl nötig

Die Forscher schließen, dass es einer wirksamen und effizienten Lösung des Gewichtsproblems unter Antipsychotika in der klinischen Praxis bedarf. Patienten mit hohem Risiko für Gewichtszunahme müssen besser und früher identifiziert werden, um behandelnden Ärzten eine gezielte und individuell zugeschnittene Therapiewahl zu ermöglichen, ob mit Hilfe ergänzender Medikation, Lebensstil-Interventionen oder Therapiewechsel. Besonders wichtig, betonen die Autoren, ist aber auch die konsequente Beobachtung von Gewicht und Stoffwechsel als Teil der klinischen Routine bei der antipsychotischen Behandlung von Patienten – unabhängig von der individuellen Diagnose.

Original Titel:

Update on weight-gain caused by antipsychotics: a systematic review and meta-analysis.

www.deutschesgesundheitsportal.de

Freie Ärzteschaft

Eine neue Gesundheitspolitik ist nötig

Der auf der Mitgliederversammlung wiedergewählte Vorstand der Freien Ärzteschaft hat auf dem jährlichen Kongress Freier Ärzte in Berlin klare Forderungen an die Regierungskoalition gestellt.

Der mit hochkarätigen Referenten besetzte Hybrid-Kongress befasste sich in diesem Jahr mit den Themen Wissenschaft in Coronazeiten, der Rolle von Private Equity Konzernen im ambulanten Gesundheitswesen, der Entwicklung einer Plattformmedizin unter der Ägide von Online-Konzernen und den juristischen Risiken einer zentral gespeicherten elektronischen „Patientenakte“ (ePA) für die Nutzung durch Ärztinnen und Ärzte.

Prof. Gerd Antes, langjähriger Leiter des deutschen Cochrane-Instituts, anerkannter Mathematiker und Statistikexperte, wies in seinem Vortrag auf ein gefährliches Datenchaos in der Coronapandemie und eine daraufhin nicht wissenschaftlich abgesicherte Coronapolitik in Deutschland hin. Evidenzbasierte Forschungen sind für eine bessere Coronapolitik unabdingbar, so sein Fazit. Walter Plassmann, der Vorstandsvorsitzende der Kassenärztlichen Vereinigung aus Hamburg, zeigte in einem beunruhigenden Vortrag auf, dass besonders in den Metropolen wie Hamburg weite Bereiche der ambulanten Medizin wie Radiologie, Labor, Nephrologie, Onkologie, Augenheilkunde und Kardiologie inzwischen von Private Equity Firmen aufgekauft würden. Solche medizinischen Versorgungszentren seien oft intransparent und würden nach wenigen Jahren mit Gewinn weiterverkauft. Behandlungsvorschriften an die Ärzte durch kaufmännische Geschäftsführungen seien an der Tagesordnung und die freiberufliche Zukunft der jungen Ärztegeneration im ambulanten Sektor werde dadurch verunmöglicht.

Der Beitrag wurde gekürzt. Den vollständigen Beitrag finden Sie unter:

www.freie-aerzteschaft.de

Für eine Ernährungswende

Ernährungsmedizinerinnen und -mediziner fordern die zukünftige Regierung zum Handeln auf

Laut einer Erhebung des Policy Evaluation Networks (PEN) gehen 15 Prozent aller Todesfälle und 17 Milliarden Euro Gesundheitskosten pro Jahr in Deutschland auf ungesunde Ernährungsmuster zurück. Die Politik kann eine gesunde Ernährung mithilfe gesundheitspolitischer Entscheidungen fördern, doch Deutschland hinkt im Vergleich zu anderen europäischen Ländern hinterher. Deshalb wendet sich die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e. V. (DGEM) gemeinsam mit fünf anderen Verbänden und Organisationen aus dem Bereich der Ernährung als Nutrition Coalition mit einem Maßnahmenkatalog an die zukünftige Regierung. In einem gemeinsamen Papier haben sie sechs Kernthemen formuliert, die es in der Ernährungs- und Gesundheitspolitik anzugehen gilt.

Expertinnen und Experten gehen davon aus, dass mehr als die Hälfte aller Krankheiten anteilig durch einen ungesunden Lebensstil mit falscher Ernährung bedingt ist. „Maßnahmen zur Prävention von ernährungsbedingten Erkrankungen müssen daher in allen Lebensbereichen Eingang finden und für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich sein“, sagt Professor Dr. oec. troph. Dr. med. Anja Bosy-Westphal, Leiterin der Abteilung Humanernährung an der Agrar- und Ernährungswissenschaftlichen Fakultät der Christian-Albrechts-Universität Kiel und Präsidentin der DGEM. „Ein ganz entscheidender Faktor ist die Umsetzung von Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsverpflegung, zum Beispiel in Kliniken, Pflegeheimen, Betriebskantinen und der Systemgastronomie. Nur wenn ausgewogene Mahlzeiten in allen Lebenswelten gefördert und etabliert werden, kann eine gesunde und nachhaltige Verpflegung der Bevölkerung gewährleistet werden“, so Bosy-Westphal.

Ernährung spielt nicht nur in der Prävention, sondern auch in der Behandlung zahlreicher Erkrankungen eine wichtige Rolle. Im Bereich der Ernährungsberatung und -therapie fehlt es beispielsweise an verbindlichen und funktionierenden Strukturen. „Aktuell werden die Kosten für die Inanspruchnahme einer Ernährungsberatung oder -therapie nicht von allen Krankenkassen gleichermaßen übernommen. Für die Patientinnen und Patienten ist es zudem schwer, qualifizierte Anbieterinnen und Anbieter zu finden.“ Die Nutrition Coalition fordert daher, dass die Begriffe Ernährungsberatung und -therapie gesetzlich geschützt werden. Menschen, die eine Beratung oder Therapie in Anspruch nehmen möchten, sollen diese einzig von entsprechend ausgebildeten Expertinnen und Experten erhalten.

Prinzipiell müssen Grundlagen zu Ernährung und Gesundheit in der Aus- und Weiterbildung aller relevanter Berufe verankert sein. Dazu gehören beispielsweise medizinisches und Pflegepersonal, Lehrerinnen und Lehrer aber auch Köchinnen und Köche. „Nur so lässt sich das präventive und therapeutische Potenzial der Ernährung in allen Lebenswelten über die Ernährungsberatung und -therapie hinaus nutzen“, sagt die Expertin.

Mithilfe dieser und weiterer Maßnahmen kann eine Umgebung geschaffen werden, die sich positiv und nachhaltig auf das Ernährungsverhalten der Bevölkerung auswirkt und so letztlich Leben rettet. Interessierte können auf der Website der DGEM mehr erfahren: https://www.dgem.de/sites/default/files/PDFs/Beitrag_Nutrition_Coalition.pdf

Abnehmen mit viel Fett?

- Ketogene Diät plus Fischöl führte zu hohem Gewichtsverlust
- Daten von 12 Frauen mit Adipositas Grad I im Alter von 18 bis 65 Jahren wurden ausgewertet
- Absenkung des bei adipösen Menschen hohen Leptin-Spiegels (Sättigungshormon)

Eine sehr kalorienarme ketogene Ernährung in Kombination mit Fischöl Omega-3 konnte in einer Pilotstudie mit adipösen Frauen im Alter zwischen 18 und 65 Jahren überzeugen. Eine aktuelle Studie hat sich mit den Auswirkungen einer sehr kalorienarmen ketogenen Ernährung (VLCKD) in Kombination mit einer Omega-3-Supplementierung auseinandergesetzt. Bei einer VLCKD werden weniger als 20 g Kohlenhydrate pro Tag verzehrt (1 – 1,5 g Protein/kg Idealgewicht, 15 – 30 g Fett/Tag). Die tägliche Energieaufnahme liegt im Bereich von 500 bis 800 Kalorien.

Die Wissenschaftler führten eine 90 Tage dauernde offene Pilotstudie an 12 Frauen mit Adipositas Grad I im Alter von 18 bis 65 Jahren durch.

Die Studienergebnisse zeigten eine durchschnittliche Körpergewichtsreduktion von -13,7 kg und eine Reduktion des Taillenumfangs um -13,3 cm. Auch die Fettmasse (FM) nahm um 9,1 kg und das Bauchfett um 0,41 kg ab.

Ketogene Diät plus Fischöl führte zu hohem Gewichtsverlust

Eine VLCKD in Kombination mit einer Nahrungsergänzung mit Omega-3 scheint bei Adipositas Grad I eine wirksame Strategie zur Förderung eines hohen Verlustes von Fettmasse bei gleichzeitigem Erhalt der Muskulatur zu sein.

Original Titel: Effect of very low-calorie ketogenic diet in combination with omega-3 on inflammation, satiety hormones, body composition, and metabolic markers. A pilot study in class I obese subjects

www.dgem.de

www.deutschesgesundheitsportal.de

Weleda Trendforschung 2021

Zweites Pandemie-Jahr: Dauerbelastung – und Anpassung?

Die Pandemie ist nach wie vor präsent: Noch zu Beginn dieses Jahres steckten wir im Lockdown, und Maskenpflicht, Abstand & Co. begleiten uns auch weiterhin. Dennoch ist die Gesamtsituation heute anders: Viele Beschränkungen sind aufgehoben, und wir lernen, „mit dem Virus zu leben“. Wie sich die andauernde Corona-Lage auf den Einzelnen und die Gesellschaft auswirkt, beleuchtet die Weleda Trendforschung 2021.

Einerseits sind Stressbeschwerden nach wie vor verbreitet, viele Deutsche sind erschöpft, reizbar und nervös. Während besonders die älteren Befragten unter Angst vor einer Infektion litten, standen 2021 bei den Jüngeren Belastungsfaktoren wie Langeweile, Verlust der Motivation und Angst, das Leben zu verpassen, im Vordergrund. Wie schon 2020 waren

sie von Einsamkeit am stärksten betroffen. Erfreulich: Ein Großteil fühlt sich inzwischen seltener einsam; 84 % fühlen sich, wenn sie alleine sind, nie oder nur selten unglücklich. Eine Erklärung dafür könnte die Neubewertung unserer sozialen Beziehungen sein. Hier zeigen die Ergebnisse, dass momentan für viele Qualität vor Quantität geht. Gleichzeitig ist unser „Tanzbereich“ bei Fremden größer, und dieses Bewusstsein werden wir laut der Befragten als Gesellschaft noch eine Weile beibehalten. Dennoch wird Distanz wohl nicht die neue Nähe: Vielen fehlt

Soziale Kontakte 2021

Weniger ist mehr?

- 58 %** haben vor der Pandemie mehr Menschen getroffen.
- 69 %** sind **enger** mit engstem sozialen Umfeld **zusammengewachsen**.
- 76 %** haben ihre Familie/ihr Umfeld **mehr zu schätzen gelernt**.
- 62 %** reden mehr miteinander.
- Nur 21 %** haben sich von einander **distanziert**

Mehr Abstand, bitte



Was wird laut den Deutschen bleiben?

Stärkeres Bewusstsein für Nähe und Distanz	72 %
Abstandsregelungen	68 %
Veränderungen in Bezug auf Körperkontakt	50 %

Sehnsucht nach mehr ...

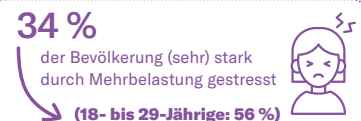
- ... gemeinsamen Erlebnissen (z. B. Konzerte): **57 %**
- ... Mannschaftssport/Vereinsleben: **33 %**
- ... **analogen Kontakten: 59 %**

Stressfaktor: digitaler Austausch

- 54 %** empfinden digitale Kontaktpflege als anstrengender.
- 42 %** könnten aber auch nicht mehr ohne.
- 42 %** erlebten digital mehr Missverständnisse.

Stresslevel der Deutschen

Ist-Zustand nach über einem Jahr Pandemie



Deutsche sind 2021

41 %	nervös/ängstlicher	28 %
25 %	reizbarer	28 %
49 %	müde, erschöpft	35 %
40 %	unkonzentrierter	32 %

Corona-Specials



Kontaktbeschränkungen belasteten **53 %** der Bevölkerung mittel/(sehr) stark.

53 % der Deutschen geht es ohne ausreichend soziale Kontakte nicht gut.

- 49 %** arbeite(te)n im Homeoffice.
- 13 %** hat die Arbeit im Homeoffice (sehr) stark belastet.



Alleine ≠ einsam



- 37 %** der Deutschen fühlen sich **einmal bis mehrfach die Woche** einsam.
- 26 %** belastet Einsamkeit (sehr) stark.
- 44 %** treffen **seltener Freunde/Familie** als vor der Pandemie.
- 36 %** treffen eine kleinere **Anzahl sozialer Kontakte**.

Fühlen sich alleine nie unglücklich **42 %**

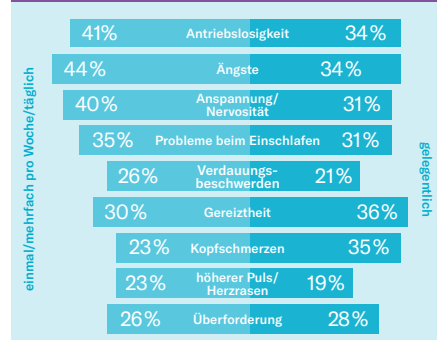
Nur an einzelnen Tagen unglücklich **42 %**

Können gut alleine sein **67 %**

die Gesellschaft anderer Menschen, und die Hälfte der Deutschen glaubt, dass wir auch in Bezug auf Körperkontakt zur „alten Normalität“ zurückkehren werden.

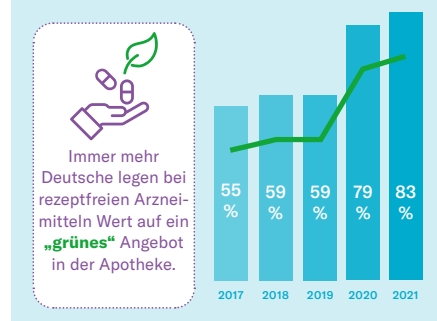
Stressbedingte Beschwerden

Veränderungen nach über einem Jahr Pandemie



Trendsetter in der Selbstmedikation

Inhaltsstoffe aus der Natur



Quellenangaben:

Weleda Trendforschung 2021, repräsentative Online-Umfrage im Auftrag von Weleda.

Stichprobe: 1.002 Personen der deutschen Bevölkerung ab 18 Jahren. Bilendi GmbH.

Befragungszeitraum 22.–28.07.2021.

© Weleda Trendforschung 2017–2020;

© Weleda Natur-Studie 2020–2021

Stand der Information: September 2021

www.weleda.de

Antidepressivum als Mittel gegen Corona bestätigt

Wie wirksam ist das Antidepressivum Fluvoxamin bei akut symptomatischen Patienten mit COVID-19 im Vergleich zu einem Placebo? Dies wurde in Brasilien mit Hochrisiko-Patienten mit einer noch milden Coronavirus-Infektion untersucht. Die Behandlung über 10 Tage senkte demnach die Notwendigkeit für Krankenhausbehandlungen und bestätigte somit frühere Hinweise auf eine therapeutische Rolle des Mittels bei COVID-19.

Neuere Hinweise deuten auf eine mögliche therapeutische Rolle des Antidepressivums Fluvoxamin bei der Behandlung von COVID-19. Eine Studie ermittelte nun, wie wirksam das Mittel bei akut symptomatischen Patienten mit COVID-19 im Vergleich zu einem Placebo ist. Dazu wurden untersucht, wie häufig Patienten mit dem Antidepressivum versus mit dem Placebo aufgrund der Coronavirus-Infektion ins Krankenhaus mussten.

Antidepressivum gegen COVID-19-Krankenhausbehandlungen?

Die Placebo-kontrollierte, randomisierte Studie wurde mit symptomatischen brasilianischen Erwachsenen durchgeführt, die positiv auf SARS-CoV-2 getestet wurden und ein hohes Risiko für schwere Verläufe hatten.

Krankenhausbehandlungen und Besuche der Notaufnahme aufgrund von COVID-19 wurden bis zu 28 Tage nach Randomisierung berücksichtigt. Ob die Behandlung wirkte, wurde nach mindestens 24-stündiger Behandlung erfasst, wenn Patienten zudem eine hohe Behandlungssadärenz hatten, also das Medikament nach Plan eingenommen wurde (Adhärenz mind. 80 %). Die Patienten erhielten das Medikament in einer Dosierung von 100 mg zweimal täglich für 10 Tage.

Fluvoxamin versus Placebo für 10 Tage bei Hochrisiko-Patienten

741 Patienten erhielten Fluvoxamin, 756 erhielten Placebo. Das durchschnittliche Alter der Teilnehmer war 50 Jahre, mit einem Altersbereich von 18 bis 102 Jahre. 58 % der Teilnehmer waren Frauen.

Der Anteil der Patienten, die aufgrund von COVID-19 ins Krankenhaus mussten, war in der Fluvoxamin-Gruppe niedriger als in der Placebo-Gruppe:

- Fluvoxamin: 79 von 741 Patienten (11 %)
- Placebo: 119 von 756 Patienten (16 %)

Das relative Risiko für eine notwendige Krankenhausbehandlung lag damit bei 0,68 bei Behandlung mit dem Antidepressivum.

In der Fluvoxamin-Gruppe starben 17 Personen, in der Placebo-Gruppe 25 Personen – auch hierbei senkte das Antidepressivum das Risiko (Odds ratio: 0,68). Es gab dagegen keine signifikanten Unterschiede in der Zahl der behandlungsabhängigen unerwünschten Ereignisse in beiden Gruppen.

Weniger Bedarf für Krankenhausbehandlungen

Die Behandlung mit Fluvoxamin unter ambulanten Hochrisiko-Patienten im Frühstadium von COVID-19 reduzierte demnach die Notwendigkeit für Krankenhausbehandlungen.

[DOI: 10.1016/S2214-109X(21)00448-4]

Original Titel:

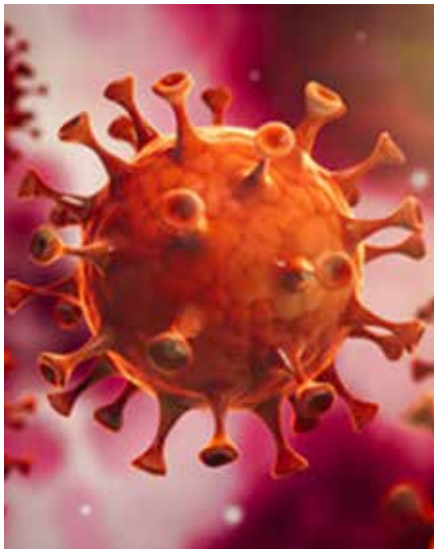
Effect of early treatment with fluvoxamine on risk of emergency care and hospitalisation among patients with COVID-19: the TOGETHER randomised, platform clinical trial

www.deutschesgesundheitsportal.de

Covid 19 und Behandlung in der Zahnarztpraxis

Die Bundeszahnärztekammer empfiehlt den Zahnärztinnen und Zahnärzten die Behandlung von Patienten, die bereits Symptome einer akuten respiratorischen Erkrankung der unteren Atemwege zeigen, auf die Zeit nach Ende der Erkrankung zu verschieben, sofern es sich nicht um Notfälle handelt.

Für die zahnärztliche Behandlung von Patienten, für die kein dringender Verdacht besteht, mit SARS-CoV-2 infiziert zu sein gilt, dass Schutzbrillen oder Visiere und Mund-Nasen-Schutz (MNS) eine Barrierefunktion gegen die Infektionsübertragung der Viren durch Tröpfchen bieten.



Für unaufschiebbare zahnärztliche Behandlungen von Patienten, die unter Verdacht stehen, an COVID 19 erkrankt zu sein, sind weitere Vorsichtsmaßnahmen zu treffen.

Foto: peterschreiber.media/stock.adobe.com

Lesen Sie hierzu die Informationen und Empfehlungen zum Risikomanagement: www.bzaek.de/berufsausuebung/sars-cov-2covid-19/risikomanagement.html

Delegationsfähigkeit der Antiinfektiösen Therapie (AIT) im Rahmen der systematischen Parodontitisbehandlung

Gemeinsame Stellungnahme von KZBV, BZÄK, DGZMK und DG PARO schafft Klarheit in der Praxis

Seit Beschluss über die PAR-Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) und der Veröffentlichung der entsprechenden BEMA-Ziffern ist die Frage der Delegationsfähigkeit der Antiinfektiösen Therapie (AIT) im Rahmen der systematischen Parodontistherapie Gegenstand einer fachlichen und standespolitischen Diskussion. Detailfragen der Delegationsfähigkeit werden von Fachverbänden der (zahn)medizinischen Fachangestellten, Zahnärztekammern und Kassenzahnärztlichen Vereinigungen (KZVen) in Teilen unterschiedlich bewertet und dargestellt.

Um eine einheitliche Umsetzung in der Praxis zu gewährleisten, geben Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung (KZBV), Bundeszahnärztekammer (BZÄK), die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) und die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie (DG PARO) nun in einem gemeinsamen Positionspapier einen Überblick zu den Voraussetzungen der Delegation zahnärztlicher Leistungen allgemein und stellen den Rahmen dar, in dem eine Delegation der AIT in der Zahnarztpraxis möglich ist und wann eine Delegationsentscheidung zurückgenommen werden muss oder ausgeschlossen ist.

Dr. Wolfgang Eßer, Vorsitzender des Vorstands der KZBV: „Mit der heute veröffentlichten Stellungnahme schaffen die zahnärztlichen Standesorganisationen gemeinsam mit den wissenschaftlichen Fachgesellschaften Klarheit in dieser für die zahnärztliche Praxis wichtigen Frage. Das ist ein gutes Signal und unterstreicht die Einigkeit des Berufsstands.“

Prof. Dr. Christoph Benz, Präsident der BZÄK: „Ob und inwieweit die AIT in der Praxis an entsprechend qualifiziertes Prophylaxepersonal delegiert werden kann, muss die Zahnärztin bzw. der Zahnarzt in jedem Patientenfall individuell entscheiden. Das gemeinsame Positionspapier benennt die zu beachtenden Kriterien und gibt damit eine wertvolle Hilfestellung.“

Prof. Dr. Roland Frankenberger, Präsident der DGZMK: „Das gemeinsame Positionspapier zur Delegation der AIT ist aus wissenschaftlicher Sicht gut und wichtig, da der Delegationsrahmen anhand klarer Leitplanken definiert sein muss. Ich hoffe und wünsche mir, dass die große Krankheitslast der Parodontitis dadurch wirksam bekämpft werden kann.“

Prof. Dr. Bettina Dannewitz, Präsidentin der DG PARO: „Der Erfolg der neuen PAR-Behandlungsstrecke wird auch davon abhängen, ob und wie wir unsere Mitarbeiter bestmöglich qualifizieren und bei der Therapie und Prophylaxe von Parodontitis verantwortungsvoll einbinden können. Dabei ist das Thema Delegation ein wichtiger Punkt, der seit dem Inkrafttreten der Behandlungsrichtlinie kontrovers diskutiert wurde. Das gemeinsame Positionspapier zeigt klar die Möglichkeiten und Grenzen dafür auf.“

Die gemeinsame der Stellungnahme ist auf den jeweiligen Internetseiten der vier Organisationen veröffentlicht.

www.kzbv.de

Unterkieferprotrusionsschiene ab Januar 2022 Bestandteil der Versorgung

Option zur Therapie der schlafbezogenen Atmungsstörung

Die Unterkieferprotrusionsschiene zur Behandlung von obstruktiver Schlafapnoe („Schlafbezogene Atmungsstörung“) soll für Erwachsene ab 1. Januar 2022 Bestandteil der GKV-Versorgung werden. Damit steht für die Behandlung von gesetzlich versicherten Patientinnen und Patienten, die an dieser Krankheit leiden, künftig eine weitere wichtige Option als Zweitlinientherapie zur Verfügung, wenn eine Überdrucktherapie nicht erfolgreich durchgeführt werden kann. Die Unterkieferprotrusionsschiene kann von Vertragszahnärzten auf Grundlage einer ärztlichen Indikationsstellung und Überweisung patientenindividuell nach Ausschluss zahnmedizinischer Kontraindikationen hergestellt und angepasst werden. Ärzte und Zahnärzte gestalten die Versorgung abgestimmt und arbeitsteilig. Das bringt eine besonders hohe Qualität der Behandlung mit sich.

Die Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung (KZBV) und der Spitzenverband Bund der Krankenkassen (GKV-Spitzenverband) haben sich einvernehmlich auf die Bewertung entsprechender neuer Leistungen geeinigt. Darüber hinaus wurden Leistungsbeschreibungen und Abrechnungsbestimmungen festgelegt, also Gebührennummern des Bewertungsmaßstabes zahnärztlicher Leistungen (BEMA) zur Abrechnung der vertragszahnärztlichen Leistungen, die in Praxen künftig herangezogen werden können. Für die komplexe Umsetzung in der Versorgung mussten in getrennten Verfahren zunächst ärztliche, zahnärztliche und zahn-technische Leistungen bewertet werden.

Martin Hendges, stellv. Vorsitzender des Vorstandes der KZBV: „Mit diesem wichtigen Verhandlungserfolg haben wir mit den Kassen gemeinsam die Grundlage dafür gelegt, dass die Schienentherapie

in Kürze als erste sektorenübergreifende vertragsärztlich-vertragszahnärztliche Behandlungsform in die Versorgung kommt. Dabei können individuelle Therapiebedarfe festgestellt und berücksichtigt werden, was eine patientengerechte Versorgung gewährleistet. Hervorheben möchte ich die klare Evidenzlage und die darauf basierende Regelung, dass nur zahntechnisch individuell angefertigte und adjustierbare Schienen die Anforderungskriterien für eine abgesicherte Therapie erfüllen.“

Um einen möglichst reibungslosen Start in die Versorgung zu gewährleisten, wurden die Hersteller der Praxisverwaltungssysteme frühzeitig informiert.

Beschlüsse im G-BA

Nach fachlichen Beratungen unter maßgeblicher Mitwirkung der KZBV hatte der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) im November 2020 mit Wirkung vom 24. Februar 2021 die Unterkieferprotrusionsschiene bei obstruktiver Schlafapnoe als Zweitlinientherapie in die ambulante vertragsärztliche Versorgung aufgenommen. In fokussierten Beratungen wurden im Mai 2021 die notwendigen vertragszahnärztlichen leistungsrechtlichen Regelungen in der Behandlungsrichtlinie Zahnärzte beschlossen, die im Juli in Kraft getreten sind.

Als stimmberechtigte Trägerorganisation hatte sich die KZBV im G-BA erfolgreich dafür eingesetzt, dass Vertragszahnärztinnen und Vertragszahnärzte eng in die Versorgungsstrecke hinsichtlich des Ausschlusses zahnmedizinischer Kontraindikationen, der Anfertigung und Anpassung der Schiene, der Schienen-eingliederung sowie der Einstellung des Protrusionsgrades eingebunden werden. Nach Ausschluss der Kontraindikationen verantworten Vertragszahnärzte die An-

fertigung und Anpassung der Schiene. Diese erfolgt in Abstimmung mit den verordnenden Vertragsärzten, die eine entsprechende Qualifikation haben müssen und die für die Indikationsstellung verantwortlich sind.

Hintergrund: Obstruktive Schlafapnoe – Unterkieferprotrusionsschiene

Die obstruktive Schlafapnoe ist die häufigste Form von Atmungsstörungen beim Schlafen. Dabei kommt es wiederholt zur Verringerung oder Aussetzen der Atmung durch eine Verengung des Rachenraums. Ursachen und Risikofaktoren sind vielfältig: Neben Übergewicht können anatomische Besonderheiten in Mund- und Rachen relevant sein. Die Wahrscheinlichkeit zu erkranken, nimmt ab dem 45. Lebensjahr zu. Mögliche Folgen sind Tagesschläfrigkeit und Konzentrationsschwächen, wodurch etwa im Straßenverkehr die Unfallgefahr steigen kann. Unbehandelt wird die Krankheit mit Bluthochdruck, Herzinfarkt und Schlaganfall in Verbindung gebracht.

Die Unterkieferprotrusionsschiene besteht aus einer transparenten Schiene für Ober- und Unterkiefer. Beide Schienen sind durch frontale oder seitliche Elemente miteinander verbunden. Dadurch kann der Unterkiefer nach vorne gezogen werden. Der Zungengrund wird dadurch gespannt, ein Zurückfallen der Zunge verhindert und die oberen Atemwege offengehalten. Die Geschwindigkeit der Atemluft nimmt ab und damit das geräuschbildende Flattern der Weichteile – auch „Schnarchen“ genannt. Kieferbewegungen während der Schlafphase sind mit dieser Art von Schienen möglich.

INFO: www.kzbv.de

Schwere Covid-19 Verläufe bis zu mehr als 80 Prozent verhindern

Antikörper-Therapie bei Covid-19

In der Corona-Pandemie könnte eine neue Therapie künftig schwere Verläufe bei Covid-19 und viele Krankenhausaufenthalte verhindern und damit das Gesundheitssystem entlasten. Am Universitätsklinikum rechts der Isar der Technischen Universität München (TUM) werden bereits seit Monaten neutralisierende Antikörper erfolgreich bei stationären Patientinnen und Patienten eingesetzt. Das Angebot des Antikörperzentrums wurde nun auch für ambulante Patientinnen und Patienten ausgebaut.

Die neue Form der Therapie schützt vor allem chronisch kranke Menschen, die auf eine aktive Impfung nicht ausreichend ansprechen, sehr wirksam vor einem schweren Covid-19-Verlauf.

„Mit der Zulassung durch die Europäische Arzneimittelbehörde EMA am 12. November können die neutralisierenden Antikörper in einem frühen Krankheitsstadium nun breit eingesetzt werden“, sagen Privatdozent Dr. Christoph Spinner, Infektiologe und Pandemiebeauftragter des Universitätsklinikums rechts der Isar, und sein Kollege, Privatdozent Dr. Jochen Schneider, der am Universitätsklinikum die neue Covid-19-Ambulanz für monoklonale Antikörper-Therapie leitet.

Die neue Therapie ist bald breitenwirksam verfügbar

Mit den aktuell stark steigenden Patientenzahlen, insbesondere auch in Bayern, ist diese Therapie den Experten zufolge für viele Menschen sinnvoll und soll daher auch möglichst bald breitenwirksam verfügbar gemacht werden.

„Hierzu teilen wir unsere Kompetenz und unsere Erfahrungen aus der Universitäts-

medizin gern mit Kolleginnen und Kollegen aus anderen Krankenhäusern, um gemeinsam erfolgreich die Pandemie zu bekämpfen“, sagt PD Dr. Spinner.

Die Antikörper stoppen die Virusvermehrung im Körper

Bei der Therapie handelt es sich im Grunde um hochspezialisierte Abwehrstoffe, die als sogenannte „passive Impfung“ eingesetzt werden. „Im Labor hergestellte neutralisierende Antikörper können das Virus SARS-CoV-2 inaktivieren, also de facto Schachmatt setzen“, erklärt Spinner. Man könne sie intravenös oder subkutan, sprich unter die Haut, spritzen. Die Antikörper wirken antiviral. Sie verhindern, dass die Viren in menschliche Zellen eindringen und stoppen somit die Virusvermehrung. Experten zufolge ist aber entscheidend, dass die Antikörper innerhalb der ersten sieben Tage nach Symptombeginn verabreicht werden, ambulant oder stationär in der Klinik. Denn nur so könnten sie ihr volles Wirkungspotential entfalten.

Bei einem späteren Einsatz ist die Wirksamkeit demnach nicht mehr sinnvoll. Studien haben hier gezeigt, dass dann das überschießende Immunsystem für die schweren Verläufe ursächlich ist, nicht mehr SARS-CoV-2 selbst. „Die Patientinnen und Patienten vertragen die einmalig zu verabreichende Therapie sehr gut“, bestätigt Schneider. „Relevante Nebenwirkungen sind äußerst selten.“

Die „passive Impfung“ kann sogar vorbeugend erfolgen

Vor allem Menschen mit chronischen Erkrankungen oder mit einer Immunschwäche können von der Antikörper-Therapie besonders profitieren, da sie oft auf eine

aktive Impfung nicht ausreichend ansprechen – aber dennoch ein hohes Risiko haben, einen schweren Covid-19-Verlauf zu erleiden. „Die neue Therapie verhindert schwere Verläufe bis zu mehr als 80 Prozent“, sagt Spinner. Sie ist letztlich eine passive Impfung, weil man im Labor hergestellte Antikörper von außen injiziert.

Diese Therapie kann sogar prophylaktisch erfolgen oder unmittelbar nach Kontakt mit SARS-CoV-2 – was auch insbesondere für chronisch kranke Menschen ein wichtiger Schutz sein kann. Konkretes Beispiel: Eine Risikopatientin oder ein Risikopatient lebt im gleichen Haushalt wie jemand, der gerade sein positives Testergebnis bekommen hat. Für den vorbeugenden Einsatz dieser Therapie müssen allerdings noch gesetzliche Rahmenbedingungen angepasst werden.

Publikationen:

Karagiannidis, Christian; Lang, Katharina; Mikolajewska, Agata; Malin, Jakob J.; Kluge, Stefan; Spinner, Christoph D.

Therapie und Prophylaxe: Antikörper gegen COVID-19

Dtsch Arztebl 2021; 118(47): A-2212 / B-1825

Mehr Informationen:
Antikörperzentrum: Innere Medizin II
am Klinikum rechts
www.med2.mri.tum.de/de/patientenversorgung/ambulante-versorgung/Covid-19-Ambulanz.php

Kombi-Behandlung für sichere Gentherapie gegen Krebs

Freiburger Forscher*innen haben einen Weg gefunden, wie die Wirkung einer neuartigen CAR-T-Zell-Therapie bei Leukämie verstärkt und das Risiko eines Krebs-Rückfalls reduziert werden könnte.

Körpereigene Immunzellen im Labor scharf machen gegen den Krebs: Das ist das Prinzip der sogenannten CAR-T-Zelltherapie, die bereits heute bei bestimmten behandlungsresistenten Krebsformen, wie der Akuten lymphatischen Leukämie sehr erfolgreich eingesetzt wird. Wissenschaftler*innen der Medizinischen Fakultät der Universität Freiburg haben nun gemeinsam mit australischen Kolleg*innen im Tiermodell ge-

zeigt, dass das bereits zugelassene Medikament Azacitidin die T-Zell-Erschöpfung und das Leukämie-Rückfall-Risiko stark reduziert.

„Die von uns entwickelte Kombi-Behandlung könnte ein wichtiger Schritt sein, damit wir wesentlich mehr Krebspatient*innen mit der CAR-T-Zelltherapie helfen können“, sagt Prof. Dr. Robert Zeiser, Leiter der Abteilung für Tumormimmunologie und Immunregulation in der Klinik für Innere Medizin I (Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. Justus Duyster) am Universitätsklinikum Freiburg und Leiter des deutsch-australischen Forschungsteams. Insbesondere konnten die Wissenschaftler*innen zeigen, dass

das Wiederauftreten einer Akuten Myeloischen Leukämie (AML) nach einer CAR-T-Zelltherapie wirksam verhindert werden konnte. Das eingesetzte Medikament wirkt epigenetisch, es entfernt also Lesemarker am Erbgut der Zellen und sorgt so für eine verstärkte Aktivierung bestimmter Gene. „Den Krebszellen wird sozusagen das Deckmäntelchen entzogen und sie werden sichtbar für das Immunsystem“, so Zeiser. Weitere Studien müssen nun klären, ob der Ansatz auch im Menschen sicher und wirksam ist.

Original-Titel der Studie: Demethylating therapy increases anti-CD123 CAR T cell cytotoxicity against acute myeloid leukemia
DOI: 10.1038/s41467-021-26683-0
Link zur Studie: <https://www.nature.com/articles/s41467-021-26683-0>

www.uniklinik-freiburg.de

ECHT* WAHRGENOMMEN

Nachweislich weniger Hypoglykämien¹



-72 %



-56 %

* **DEXCOM G6 – DIE KONTINUIERLICHE GEWEBEGLUKOSEMESSUNG IN ECHTZEIT (rtCGM) OHNE SCANNEN. OHNE STECHEN.**

dexcom.de

MEDIZINISCHER KONTAKT: +49 6131 4909065
DEXCOM DEUTSCHLAND GMBH | HAIFA-ALLEE 2 | 55128 MAINZ

dexcomG6

- HOHE MESSGENAUIGKEIT ÜBER ALLE GLUKOSEBEREICHE²
- INDIVIDUELLE WARNUNGEN, PRÄDIKTIVE HYPO³-VORWARNUNG (ULS), HYPO³-SICHERHEITSLARM
- AUTOMATISCHE GLUKOSEWERTE UND WARNUNGEN KONTINUIERLICH MIT BIS ZU 5 FOLLOWERN TEILEN⁴



INTEROPERABEL:
ERSTES SYSTEM, DAS DIE
FDA-ANFORDERUNGEN ALS icGM ERFÜLLT⁵

◇ Wenn die Warnungen zu den Gewebeglukosewerten und die Messwerte auf dem G6-System nicht den Symptomen oder Erwartungen entsprechen, sollte der Patient ein Blutzuckermessgerät verwenden, um Behandlungsentscheidungen zu seinem Diabetes zu treffen. | Smartphone/Smartwatch nicht im Lieferumfang enthalten | 1 Heinemann et al. Lancet. 2018; 391(10128):1367–1377. (rtCGM ggü. SMBG, Ergebnisse ggü. Baseline, $p < 0.0001$) | 2 Shah et al. Diabetes Technol Ther. 2018;20(6):428–433 | 3 Hypo = Hypoglykämie | 4 Zur Übertragung von Daten ist eine Internetverbindung erforderlich. Zum Folgen ist die Verwendung der Follow App erforderlich. Follower sollten die Messwerte der Dexcom G6 App oder des Empfängers vor dem Treffen von Behandlungsentscheidungen immer bestätigen. Liste kompatibler Geräte unter: www.dexcom.com/compatibility | 5 Food and Drug Administration (FDA) www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-authorizes-first-fully-interoperable-continuous-glucose-monitoring-system-streamlines-review | Dexcom, Dexcom G6, Dexcom Follow, Dexcom Share sowie Dexcom CLARITY sind eingetragene Marken von Dexcom, Inc. in den USA und können in anderen Ländern eingetragen sein. © 2021 Dexcom, Inc. Alle Rechte vorbehalten. | www.dexcom.com | +1.858.200.0200 | Dexcom, Inc. 6340 Sequence Drive San Diego, CA 92121 USA | MDSS GmbH, Schiffgraben 41, 30175 Hannover, Germany

Capsaicin-Pflaster Qutenza® (179 mg) bei peripheren neuropathischen Schmerzen

Bei initialen Non-Respondern lohnen sich weitere Versuche

Das Capsaicin-Pflaster Qutenza® (179 mg) bietet die Möglichkeit, periphere neuropathische Schmerzen topisch zu therapieren – bei einer durchschnittlich 5 Monate lang anhaltenden Wirksamkeit nach bis zu 60-minütiger* Applikation.^{1,2} Bei unbefriedigendem Ansprechen nach der ersten Anwendung können weitere Versuche doch noch zum Erfolg führen, wie Prof. Dr. med. Rainer Freynhagen vom Benedictus Krankenhaus in Tutzing auf einem von der Grünenthal GmbH unterstützten Symposium beim Deutschen Schmerzkongress hervorhob. Denn viele der vermeintlichen Non-Responder erfahren nach weiteren Anwendungen doch noch eine deutliche Schmerzreduktion.³

In der in Deutschland durchgeführten nichtinterventionellen QUEPP-Studie zeigten 37,7 % der 1.044 nichtdiabetischen Patienten mit peripheren neuropathischen Schmerzen unterschiedlicher Ätiologien 12 Wochen nach einmaliger Applikation des Capsaicin-Pflasters (179 mg) eine mindestens 30 %ige und 24,5 % eine mindestens 50 %ige Schmerzreduktion.⁴ Es wäre aber verfrüht, bei Patienten mit weniger gutem Ansprechen von Capsaicin-Non-Respondern auszugehen. Denn weitere Versuche können doch noch zum Erfolg führen. Dies zeigen die kürzlich publizierten Ergebnisse einer von Freynhagen und Kollegen durchgeführten Post-hoc-Analyse der Studien PACE^{5, 6} mit 306 Patienten mit schmerzhafter diabetischer Polyneuropathie und STRIDE⁷ mit 313 Patienten mit nichtdiabetischen neuropathischen Schmerzen.³ Von den initialen Non-Respondern – definiert als Schmerzreduktion um weniger als 30 % nach der ersten Applikation – zeigten 23,3 % der STRIDE-Patienten nach der zweiten Applikation doch noch eine mindestens

30 %ige Reduktion. Nach der dritten und vierten Applikation stieg der Anteil auf 28,9 % bzw. 33,9 %. In der PACE-Studie waren die Ansprechraten mit 28,1 %, 42,6 % bzw. 45,7 % noch höher.³ Nach insgesamt 52 Wochen profitierte etwa jeder siebte (14,8 %) der initialen Non-Responder in STRIDE und mehr als jeder vierte (26,8 %) in PACE sogar von einer Schmerzreduktion um mindestens 50 %.³

Entdeckung des Wirkprinzips mit dem Nobelpreis ausgezeichnet

Der Wirkmechanismus des Capsaicin-Pflasters beruht auf einem Prinzip, für dessen Entdeckung die Forscher David Julius und Ardem Patapoutian mit dem diesjährigen Nobelpreis für Physiologie und Medizin ausgezeichnet wurden.⁸ Auf der Suche nach thermosensitiven Rezeptoren in der Haut stieß das Forscherteam um David Julius auf den TRPV1-Rezeptor und zeigte dessen Aktivierung durch das aus Chilischoten stammende Capsaicin. Der Rezeptor ist auch auf kutanen Nozizeptoren vorhanden. Nach Applikation von Qutenza® bindet das Capsaicin an die TRPV1-Rezeptoren, was eine reversible Defunktionalisierung der Nervenfasern und eine damit einhergehende anhaltende Schmerzlinderung zur Folge hat.² „Den Schmerz selbst haben die beiden Nobelpreisträger nicht erforscht. Sie haben aber weiteren Entwicklungen in der Schmerztherapie den Weg bereitet“, so Freynhagen.

* Qutenza® soll an den Füßen (z. B. bei HIV-assoziiertter Neuropathie, schmerzhafter diabetischer Neuropathie) 30 Minuten und an anderen Stellen (z. B. bei postherpetischer Neuralgie) 60 Minuten appliziert bleiben.²

Quelle:

Die Informationen wurden im Rahmen des Symposiums „Schmerztherapie – patientenindividuell und zielgerichtet“ am 21. Oktober 2021 anlässlich des Deutschen Schmerzkongresses der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) in Mannheim (und virtuell) erhoben und geben die persönliche Meinung der Experten wieder.

Referenzen:

1. Mou J et al. Clin J Pain 2014; 30(4): 286–294.
2. Fachinformation Qutenza® 179 mg kutanes Pflaster, aktueller Stand.
3. Freynhagen R et al. Pain Medicine 2021; 22(10): 2324–2336.
4. Maihofner C et al. Curr Med Res Opin 2013; 29 (6): 673–683.
5. Vinik AI et al. BMC Neurol 2016; 16(1):251.
6. Vinik AI et al. CMRO 2019; 2(12):388–401.
7. Gálvez R et al. Clin J Pain 2017; 33:921–31.
8. www.nature.com/articles/d41586-021-01283-6; Datum des Zugriffs: 27.10.2021.

Weitere Informationen unter
www.grunenthal.de

Antibiotika bei akuter COPD-Exazerbation: Amoxicillin mit oder ohne Clavulansäure?

Patienten mit akuter COPD-Exazerbationen profitierten stärker von Amoxicillin allein statt in Kombination mit Clavulansäure. Zu diesem Ergebnis kamen Wissenschaftler bei der Auswertung von 43 000 Patientendaten.

Bei akuten Exazerbationen der COPD können Antibiotika zum Einsatz kommen. Die „Leitlinie zur Diagnostik und Therapie von Patienten mit chronisch obstruktiver Bronchitis und Lungenemphysem (COPD)“ empfiehlt hier als Erstlinien-Therapie entweder Amoxicillin alleine oder in einer geringeren Dosierung in Kombination mit Clavulansäure.

Für ihre Studie nutzten die Wissenschaftler das dänische COPD-Register (DrCOPD), Medikamentendaten und Krankenhauskontakte. Die Wissenschaftler identifizierten Patienten, die bei einer akuten COPD-Exazerbation zuerst Amoxicillin oder Amoxicillin/Clavulansäure bekamen.

Als Erstlinientherapie der akuten COPD-Exazerbation bekamen 12 915 Patienten eine alleinige Therapie mit Amoxicillin, während 30 721 Patienten stattdessen eine Kombination aus Amoxicillin und Clavulansäure erhielten. Die alleinige Amoxicillin-Therapie verringerte im Vergleich zu Amoxicillin/Clavulansäure das Risiko für Krankenhausaufenthalte wegen Lungenentzündung oder akuter COPD-Exazerbation oder Todesfälle.

Patienten mit einer akuten COPD-Exazerbation profitierten somit nicht davon, wenn sie zusätzlich zu Amoxicillin Clavulansäure bekamen.

Original Titel:

Antibiotic treatment in acute exacerbation of COPD: patient outcomes with amoxicillin vs. amoxicillin/clavulanic acid-data from 43,636 outpatients

www.deutschesgesundheitsportal.de

Migräne bei Multipler Sklerose und anderen entzündlichen Krankheiten

Im Zusammenhang mit Migräne kann oft ein hoher Wert neurogener Entzündungen festgestellt werden.

Durch erhöhte Entzündungswerte einer Krankheit kann erst die Bildung einer zweiten komorbiden Krankheit unterstützt werden. Bestimmte Cytokine und ein verändertes Darmmikrobiom sind demnach ein verstärkender Faktor im Fall der Migräne und erhöhen das Risiko chronischer entzündlicher Krankheiten, deren Zusammenhang in dieser Übersichtsarbeit untersucht wurde.

Multiple Sklerose (MS) und Migräne

Das mittlere Alter bei MS-Patienten liegt bei ca. 30 Jahren, 70 % von ihnen sind dabei weiblich. Die Krankheit zeichnet sich durch wiederkehrende Schübe und erhöhte Entzündungswerte aus. Die Epidemiologie ist hier sehr ähnlich zur Migräne, wo auch hauptsächlich Frauen um die 30 betroffen sind. In einer Kohorten Studie mit weiblichen Krankenschwestern konnten die Autoren bei Migräne-Patientinnen eine 1,39-fach höhere MS-Wahrscheinlichkeit beobachten als bei gesunden Frauen. Einige Studien wiesen dabei höhere Entzündungswerte (CRP-Werte) bei MS-Patienten mit Migräne auf, verglichen mit denen ohne Migräne.

Chronisch rheumatische Erkrankungen und Migräne

Rheuma-Erkrankungen zeichnen sich durch chronische Entzündungen aus, die Entzündungsschmerz und funktionale Bewegungsunfähigkeit auslösen. Auch hier wurde in mehreren Studien beobachtet, dass 34% der getesteten Patienten auch an Migräne litten. Risikofaktoren waren hierbei vermehrte Ängste, das weibliche Geschlecht, junges Alter und die Rheuma-Behandlung mit TNF-Inhibitoren. In einer populationsbasierten Kohorten-Studie lag das Risiko von Rheuma bei Migränapatienten 1,9-fach

über dem der Teilnehmer ohne rheumatische Erkrankung. Hier waren Alter und Geschlecht ebenfalls ausschlaggebende Faktoren: Frauen unter 45 Jahren hatten ein erhöhtes Risiko.

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED) und Migräne

Bei CED ist einerseits der Magen-Darm-Trakt betroffen, allerdings treten Symptome auch außerhalb des Darms, z. B. in Haut, Gelenken und Augen auf. Die Hirn-Darm-Verbindung ist zweigleisig. So klagten viele CED-Patienten neben Magen-Darm-Beschwerden auch über Kopfschmerzen. In einer Kohorten-Studie wurde bei CED-Patienten eine doppelt so hohe Migränewahrscheinlichkeit beobachtet (41 %) als in der übrigen Bevölkerung (21,3 %). Auch hier förderten Depressionen, junges Alter und das weibliche Geschlecht das Migräne-Risiko. Migräne kommt zudem häufiger begleitend vor als andere bestätigte Symptome der CED, wie etwa Gelenkschmerzen.

Da bestimmte Biomarker von Entzündungen, die bei Rheuma, CED und MS erhöht vorkommen, in der Lage sind, die Blut-Hirn-Schranke zu überwinden, können sie auch in Nervenzellen Entzündungen auslösen. Auch der Einfluss des Darm-Mikrobioms auf Entzündungswerte und -mediatoren spielen laut Autoren eine Rolle. Den Autoren nach zeigt sich so deutlich in mehreren unabhängigen Studien, dass bei verschiedenen entzündlichen Krankheiten vermehrt Migräne als Begleiterkrankung auftritt. Die genauen Zusammenhänge müssen allerdings noch besser untersucht werden.

Original Titel:

Migraine in multiple sclerosis and other chronic inflammatory diseases

www.deutschesgesundheitsportal.de



NOTHILFE CORONAVIRUS

Unterstützen Sie die weltweite Impfkation in Ihrer Praxis.

In Deutschland werden jetzt mehr und mehr Menschen geimpft. Doch weltweit ist die Pandemie noch nicht beendet. Erst wenn das Virus überall besiegt ist, kann es sich nicht erneut ausbreiten. UNICEF sorgt dafür, dass Corona-Impfstoffe auch Menschen in den ärmsten Ländern erreichen. Mit Ihrem Engagement helfen Sie mit, Corona-Impfstoffe in Entwicklungsländer zu bringen und Spritzen für Millionen Impfungen bereitzustellen.

Jetzt Flyer und Plakate bestellen!



www.unicef.de/impfkation