

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Ausgabe 3/4 – 2021

DER WEIN- GENIESSER TIPP

Eine Hommage an den
Riesling

GENUSS IN DEUTSCHLAND

Neue Spitzenköchin im
Sternrestaurant „Weinstock“
in Volkach

GENUSS UND REISETIPPS IN EUROPA

AIDA Kreuzfahrten in
Griechenland

Stressabbau in Schweden

Tschechiens royale Gärten

SRI LANKA

Gesund durch Ayurveda

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

Deutschlands schönste Bauern- und Wochenmärkte

Domplatz in Münster



3/4 – 2021
40. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Liebe **Gour-med** - Leser,

seit mehr als einem Jahr beeinträchtigt die Covid 19 Pandemie unser Leben. Betroffen ist jeder von uns, ob als Infizierte mit dramatischen Indikationen oder als behandelnder Arzt, wir alle müssen aufeinander Rücksicht nehmen. Die medizinischen Berufe tragen eine sehr große Last und Verantwortung für ihre Patienten, Mitarbeiter und letztlich auch für sich selber. Ihnen gebührt Hochachtung und Dank für ihren unermüdlichen Einsatz in der Pandemie-Bekämpfung!

Sie alle arbeiten bis zur Erschöpfung, um die Auswirkungen so gering wie möglich zu halten, Ihr Leben hat an Qualität eingebüßt und so manchen Verzicht gefordert. Umso mehr hoffen wir auf schönere, bessere und genussvollere Zeiten, in der Reisen und Restaurantbesuche den Alltag abwechslungsreicher werden lassen.

In dieser Ausgabe von **Gour-med** geben wir Ihnen einige Tipps, die Sie unbedingt ausprobieren sollten.

In unserer Serie „Deutschlands schönste Bauern- und Wochenmärkte“ lesen Sie, wo die besten Landwirte, Metzger, Bäcker Feinkosthändler, ob Bio oder kommerziell, ihre Produkte verkaufen. Begleiten Sie uns auf den historischen Dom-Platz in Münster und lassen Sie sich begeistern von der Angebotsvielfalt und Qualität.



Heiner Sieger war noch vor Corona-Zeiten in einem Ayurveda Resort in Sri Lanka und hat sich verwöhnen lassen. Seine Begeisterung über die Anwendungen macht neugierig und weckt Reisewünsche.

Unsere Gastautorin und Sternekoch-Expertin Susanne Pläß spricht mit Thomas Martin, Küchenchef im Hamburger Hotel Louis C. Jacob, -wie es sich anfühlt, plötzlich auf 2 Michelin-Sterne zu verzichten.



Albin Thöni, Arzt, Südtiroler und Weinexperte, widmet sich in einer Hommage ganz dem Riesling. In seiner Riesling-Geschichte ist jeder Satz eine Liebeserklärung an den in Deutschland meist getrunkenen Weißwein.

Unsere Reise- und Restaurant-Tipps sind hoffentlich bald wieder auszuprobieren. Überbrücken Sie die Zeit mit feinen Spargelgerichten zu Hause, jetzt ist Saison des kaiserlichen Gemüses.

Damit es nicht allzu langweilig wird, haben wir lesenswerte Buchtipps für Sie und natürlich wie immer Neues aus der Medizin und Pharma Industrie.

Bleiben Sie gesund und „negativ“ wünscht das Gour-med Team und

Klaus Lenser

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 – LinkedIn

Berichtigung: Fehler-Teufelchen im Beitrag Hotel Wassersleben.

Lieber Eicke Steinort, in der Gour-med Februar Ausgabe ist uns etwas passiert, vor dem sich jeder Berichterstatteur fürchtet. In dem Beitrag über Sie und Ihr Boutique Hotel Wassersleben haben wir gleich – na sagen wir – 2 1/2 Mal fehlerhaft berichtet. Nicht 2008 haben Sie das Hotel, Ihren Ausbildungsbetrieb, gekauft sondern 2018. Diesen Fauxpas könnte man noch als Tippfehler hinnehmen. Nicht entschuldigbar ist aber die Tatsache, dass wir den Ort Wassersleben von der Flensburger Förde an die Kieler Bucht verlegt haben. Darüber haben wir hausintern lange diskutiert, wie so etwas passieren konnte, es aber nicht herausgefunden. Missverständnis ist, gleich zu Beginn des Beitrages, der Abriss über Ihre Vita. Sie haben zwar im Aqua bei Sven Elverfeld gearbeitet, doch nicht als Sous-Chef, das war dann in einigen ebenso berühmten Häusern. Danke, dass Sie uns darauf aufmerksam gemacht haben.



Wir wünschen Ihnen alles Gute, mögen alle Ihre Pläne bald in Erfüllung gehen.

Ihr **Gour-med** Team

Titelbild: Gour-med

Ihrer besonderen Aufmerksamkeit empfehlen wir den wissenschaftlichen Beitrag zum Thema „Wein und Gesundheit“ auf Seite 46 von der Deutschen Weinakademie (DWA).



04 Wochenmärkte

- 10** DER WEIN-GENIESSERTIPP
 10 Eine Hommage an den Riesling
 13 Sekthaus Raumland

- 14** GENUSS- UND REISETIPPS
 14 Interview mit Thomas Martin
 16 Spitzenköchin Cornelia Fischer
 17 Vokalmusikfestival „a cappella“
 18 Griechenland – AIDA Kreuzfahrten
 19 ADLER Spa Resort DOLOMITI
 20 Schweden – Gläserne Hütten und kulinarische Highlights
 22 Tschechien – Royale Gärten
 23 Malediven – Fari Islands
 24 La Réunion – Vulkanausbruch, faszinierendes Naturereignis
 26 Sri Lanka – Langes und glückliches Leben mit Ayurveda
 31 Mit dem Landrover durch Australien

- 32** NEUES AUS DER GENUSSWELT
 32 Die Finalisten des Wettbewerbs „Koch des Jahres“
 34 Vietnam – Paradiesische Strände und üppiges Grün



18 Griechenland



20 Schweden



26 Sri Lanka

- 36** KURZ NOTIERT
 36 Das geschmackvollste Spiel der Hauptstadt
 37 Erika Boutiquehotel Kitzbühel öffnet wieder
 38 Sandals verrät 11 Tipps für ein karibisches
 Urlaubsgefühl für zu Hause
 41 Erlebniskalender Traube Tonbach

42 BUCH-TIPPS

46 WEIN UND GESUNDHEIT

47 MEDIZIN NEWS

52 PHARMA NEWS

- 02 EDITORIAL
 55 IMPRESSUM



Deutschlands schönste Bauern- und Wochenmärkte

Der Domplatz in Münster, Stadt des Westfälischen Friedens

Gour-med

Bauern- oder Wochenmärkte dienten früher nicht nur der Bevölkerungsversorgung sie waren Informationszentrale für den neuesten Klatsch, Tratsch und politische Nachrichten in der Stadt. Erst im Laufe der letzten drei Dekaden entwickelten sie sich in Deutschland zu touristischen Attraktionen. Die Versor-

gung der Bevölkerung wurde zweitrangig. Übernommen haben das die Supermärkte.

Wochenmärkte sind heute Shoppingmeilen mit kulinarischen Spezialitäten und exotischen bis exklusiven Lebensmitteln aus aller Herren Länder. Auf den meisten

Märkten kann man diese Besonderheiten direkt vor Ort verkosten und dann eine Kaufentscheidung fällen. Da wird ein Marktbesuch zu einem Geschmackserlebnis.

Immer noch beliebt und berühmt sind die Bauernmärkte im Ambiente der ehe-

Besonders empfehlenswert

maligen historischen Zentren mittelalterlicher Städte. Manche genießen Weltruf und sind für Touristen ein wichtiges Ziel bei Städtetouren.

Zu den schönsten und beliebtesten Märkten in Deutschland zählt der tradi-

einzunehmen. Das Angebot ist schmackhaft und abwechslungsreich, von Bratkartoffeln, gebackenem Fisch (Kibbeling), Reibekuchen bis zu süßen Waffeln werden Snacks angeboten.

Eines vereint alle Marktbesucher, sie



So war es früher, Wochenmarkt auf dem Domplatz Ende der 60er Jahre

tionsreiche Wochenmarkt in Münster, der Stadt des Westfälischen Friedens. Es gibt Münsteraner, die eher selten den Wochenmarkt zum Einkaufen besuchen, für andere ist er die wichtigste Versorgungsquelle. Dann gibt es Münsteraner,

würdigen das üppige und prachtvolle Marktgeschehen im Schatten des Doms. In Zeiten von Covid-19 halten die Münsteraner Abstand und warten mit Geduld und Humor in der Schlange vor „ihrem Stand“ und wundern sich, dass der Wochenmarkt überhaupt stattfindet.

Werden immer wichtiger: Bioprodukte



die den Markt lieben, verehren und keinen Markttag vergehen lassen, ohne dort einen Kaffee zu trinken oder einen Imbiss

Die Geschichte des Marktes ist so alt wie die Stadt selbst. Bis ca. 1900 verteilte sich das Markttreiben auf einige Straßen in der Altstadt. Heute ist der Platz im Schatten des Domes Treffpunkt von Händlern, Erzeugern und Kunden.

Wie die Zeiten sich ändern so hat sich der Charakter des Marktes gewandelt. Von den vielen Bauern, die früher ihre eigenen Produkte hier verkauften und das Marktgeschehen dominierten sind nur noch wenige vorhanden. Die typischen Marktoriginalen der Vergangenheit, wie die Marktfrauen, die das charakteristische Bild prägten, sind leider ganz verschwunden. Eine der letzten war die berühmte „Appeltiewe“. Das Wort lässt sich ableiten von Appel wie Apfel und Tiewe wie bissige Hündin. Diese Frauen ver-

Die Käse-Allee: In Coronazeiten werden die Schlangen – Abstand halten – länger



schaften sich Respekt mit ihrem lockeren Mundwerk, das ebenso gefürchtet wie geschätzt war. Eine Besonderheit der Frauen war, dass sie in der kalten Jahreszeit unter ihren weiten Röcken ein kleines Stövchen versteckten, um sich warm zu halten. Bis Ende der 70er-Jahre im letzten Jahrhundert war noch eine der Appeltiewen auf dem Wochenmarkt vertreten.



Besonders empfehlenswert

Eine Renaissance erleben neben den alten Apfelsorten viele andere lokale landwirtschaftliche Erzeugnisse, die heute häufig in Bio-Qualität angeboten werden. Wie zum Beispiel der Grünkohl, hier bekannt als „westfälische Palme“. Einst ein bäuerliches Essen, das von Genießern außerhalb Westfalens belächelt und verschmäht wurde, gehört heute zu den lokalen Spezialitäten, die man geradezu zelebriert.

Die Marktverkäufer bieten interessierten Konsumenten auch Genuss erhöhende Rezepte zum Nachkochen an. Die Kunden wissen, dass gute Ware ihren Preis hat und schätzen die individuelle Beratung der Händler. Anonymität ist unerwünscht, man kennt sich!

Im Frühjahr mit dem Osterfest startet die langerwartete Spargelzeit. Der Münsterländer Spargel ist weit über seine Grenzen hinaus bekannt und begehrt. Spargelbauern bereichern den Wochenmarkt mit ihren speziellen Spargelständen und Angeboten. Direktvermarktung ist beliebt, nicht zuletzt auch deswegen, weil die Kunden immer häufiger etwas über die Herkunft und den Anbau wissen möchten.

Sehr populär sind die kleinen Marktstände, an denen selbstgemachte Waren an-



Zuständig für süße Spezialitäten, natürlich selbst gemacht von Birgit Lievenbrück

geboten werden. Sie stehen für Bodenständigkeit, unverfälschte Originalität und hohe Qualität.

Die feinen Kuchen und Gebäcke von Birgit Lievenbrück, aus eigener Herstellung an ihrem Stand „Küchenschätze“ sind authentisch und immer schnell ausverkauft. Die Konditorin steht selbst im Verkaufswagen, gibt Auskunft, beantwortet Fra-

Der erweiterte Hofladen eines Landwirtes auf dem Marktplatz



gen, verrät kleine Tricks, Backideen und bedient stets gut gelaunt ihre Kunden. Ihre Signaturen sind die Engadiner Nusstorte und der feine Käsekuchen. Für diese Leckereien stehen die Kunden meistens (gern) in einer Schlange vor dem Stand. Ihre frisch gebackenen und in verschiedenen Variationen angebotenen Waffeln sind ein „Genussrenner“ für die Marktbesucher.

Ob Rapsöl aus der Region oder Marmeladen einer kleinen Manufaktur, Fleisch mit lokalem Herkunftsnachweis in der Fleischergasse, hier erfahren Sie was ein westfälischer Rosenkranz ist. Die variantenreichen Brotsorten, ob Hausbrot (von



Sehnsüchtig erwartet von vielen Kunden: Das royale Gemüse und zur Zeit der Aufnahme noch zu weniger attraktiven Preisen



Feinkost-Experte Vinzenz Kuhl mit seiner exklusiven Auswahl von Schinken-, Wurst-, Fleisch- und Käsespezialitäten

Gourmet-Führern ausgezeichnet) Bio-, Holzofen oder „normal“, in der Bäckerreihe wird allen Käufern, so es möglich ist, ihr Wunsch erfüllt.

Die Einheimischen, man sagt ihnen nach, eher etwas zurückhaltend zu sein, zeigen aber deutlich Interesse an internationalen Produkten, die man in fremden Ländern kennenlernte. Sie gehören heute mit zum

selbstverständlichen Angebot auf dem Markt.

So wundert es nicht, dass vieles – auch Exotisches – aus aller Welt auf dem einst so regional geprägten Bauernmarkt angeboten wird. Früchte aus Asien, exotische Fische, internationale Käse-Spezialitäten bis hin zum Olivenöl und exklusiven Produkten aus mediterranen Regionen

gehören ebenso dazu wie die Geschichten von den Händlern, die den Einkauf begleiten und was sonst – bereichern.



Vinzenz Kuhl's Schinken- ...



... und Fleischangebot in höchster Qualität

Marktbesucher finden hier Lebensmittel, die an den letzten Urlaub erinnern und den Genuss der schönsten Zeit des Jahres zu Hause nacherleben lassen.

Vinzenz Kuhl ist ein Experte, der es versteht, mit Feinkostprodukten in bester Qualität aus europäischen Ländern, Gourmets zu begeistern. Seine Auswahl übertrifft jede Erwartung und ist vergleichbar mit den edelsten Feinkostläden in großen Metropolen. Allein die vielfältigen Schinken- und Salami-Sorten stellen die Kunden an jedem Markttag erneut vor die Qual der Wahl.

Besonders empfehlenswert

Heute ist das Delikatessen-Angebot aus der ganzen Welt selbstverständlich und wird auch gerne von den vielen Studenten der Universität genutzt.

Wer an Markttagen nach 10:00 Uhr den Domplatz besucht, begibt sich in den touristischen Trubel, dabei spielt es keine Rolle, ob Regen, Sonne, Winter oder Sommer, die Besucher bestaunen und bewundern die verführerischen Angebote und naschen von den süßen, sauren oder würzigen Snacks.



Einkaufen im Schatten des Doms



Von exotischen Gewächsen bis zur Pflanzkartoffel findet man hier alles

Sie genießen gerade jetzt im Frühjahr die farbenfrohe Blütenpracht und den betörenden Duft der Blumen von den Händlern und Gärtnern.

An mehr als 100 Ständen auf dem Wochenmarkt lassen sich Wünsche erfüllen,

von denen man vor dem Marktbesuch gar nicht wusste, dass man sie hatte.

Der Wochenmarkt auf dem Domplatz in Münster, der Stadt des Westfälischen Friedens, ist ein Markenzeichen dieser wunderschönen Stadt, auf den Münsteraner und Menschen aus dem Umland stolz sind. Mögen die Bemühungen der jetzigen politischen Mehrheit im Rat der Stadt Münster ins Leere laufen und nicht realisiert werden, den Wochenmarkt vom Domplatz zu verlegen und den Platz gegen eine Ruhezone mit Parkbänken **ohne Konsumzwang** zu tauschen. Der Dom-Markt ist eine Identifikation stiftende Institution für Münsteraner, die sie sich von den Kommunalpolitikern, denen das Münster-Virus fehlt, nicht nehmen lassen sollten.

Genießen Sie Ihren Wochenmarkt-Besuch! Marktzeiten: Mittwoch und Samstag von 7:00 – 14:30 Uhr

Wir bedanken und herzlich bei Henning Stoffers, der uns mit Fotos aus seinem Archiv unterstützt hat.

Fotos: Gour-med, Henning Stoffers, Vinzenz Kuhl



Jeder Markttag eine farbenfrohe Pracht, auch für „nur Sehleute“

Mehr Infos:
www.muenster.de

Lammkoteletts auf Minz-Erbсен-Püree



Rezeptempfehlung für 2 Personen von Vinzenz Kuhl vom Marktstand Feinkost Kuhl

Zutaten

- 6 Lammkoteletts
- Olivenöl
- 4 El frische Minzblätter

Für das Püree

- ca. 400 g Salatkartoffeln
- ca. 180 g frische Erbsen
- Crème Frâiche
- 2 El klein geschnittene Minzblätter
- Salz, Pfeffer, Butter nach Belieben

Für das Püree die Kartoffeln ca. 10 Min. kochen bis sie weich sind, die Erbsen hinzufügen und weitere 5 Min. kochen bis

alles weich ist. Gut abgießen. Die Crème fraîche und die Minze hinzufügen und mit Salz und Pfeffer, evt. etwas Butter würzen. Mit einem Stabmixer oder Handrührgerät ein Püree herstellen, das noch etwas Festigkeit hat. Abdecken und warm stellen.

In der Zwischenzeit das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Minzblätter braten bis sie knusprig sind. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Koteletts in dem heißen Öl ca. 4 Minuten pro Seite braten – am leckersten sind sie leicht rosa gebraten

Das Minz-Erbsen-Püree auf vorgewärmten Tellern mit den Lammkoteletts und den gebratenen Minzblättern belegt servieren und den Bratensud über das Püree gießen.



Schmandtorte

Ein altes Landfrauen Rezept

Rezeptempfehlung von Birgit Lievenbrück vom Marktstand *Küchenschätze*.

- 4 Eier
- 9 Esslöffel Öl
- 9 Esslöffel Zucker
- 9 Esslöffel Mehl
- ½ Päckchen Backpulver (7g), bei der Verwendung von Weinstein-Backpulver sind es 10g Backpulver. Mehl und Backpulver mischen.

Ca. 850 g Obst zum Belegen des Bodens
Dosenobst (z.B. Mandarinen) gut abtropfen lassen

- 2 Becher Schmand und 2 Becher frische Sahne
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Gelierzucker (2:1) je nach Geschmack
- Geröstete Mandelblätter für die Dekoration

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Da wir einen Biskuitboden backen, würde ich nicht mit Umluft sondern mit Unter- und Oberhitze backen.

Boden

Zunächst das Öl mit dem Zucker gründlich verrühren. Dann die Eier nach und nach hinzugeben, so dass eine cremige Masse entsteht. Erst zum Schluss das Mehl mit dem Backpulver hinzugeben. Diese Masse auf dem vorher eingefet-

teten und bemehlten Backblech verteilen. Natürlich kann auch Backpapier benutzt werden. Allerdings ist der Teig etwas zähflüssig. Diese Masse ca. 20 Minuten auf der mittleren Schiene hellbraun backen. (Test um zu schauen, ob der Boden fertig ist: Mit dem Finger auf den Boden tippen, gibt der Boden nach und geht die eingedrückte Stelle danach automatisch wieder nach oben, dann ist der Boden fertig.) Boden abkühlen lassen. Danach das gut abgetropfte oder frische Obst auf dem Boden verteilen. Sahne schlagen, Vanillezucker hinzufügen. Schmand in eine Schüssel geben, danach die geschlagene Sahne hinzufügen und mit Gelierzucker süßen. Ich gebe meist auch schon zum Schmand etwas Gelierzucker.

Mein Tipp

Geben Sie etwas Zitronensaft hinzu, dann schmeckt die Masse frischer. Fertige Masse auf den belegten Boden geben und verstreichen. Mit gerösteten Mandeln garnieren und den Kuchen für mindestens 3 Stunden kalt stellen.

Dieser Kuchen lässt sich wunderbar mit den verschiedensten Obstsorten variieren. Je nach Jahreszeit verwende ich z. B. Erdbeeren, dann kann man als Garnierung auch gehackte Pistazien verwenden. Oder Mangos, da verwende ich gerne geröstete Haselnüsse für die Garnitur.



Auf den Spuren der Königin der weißen Rebsorten

Eine Hommage an den Riesling – Lieblingswein der Deutschen

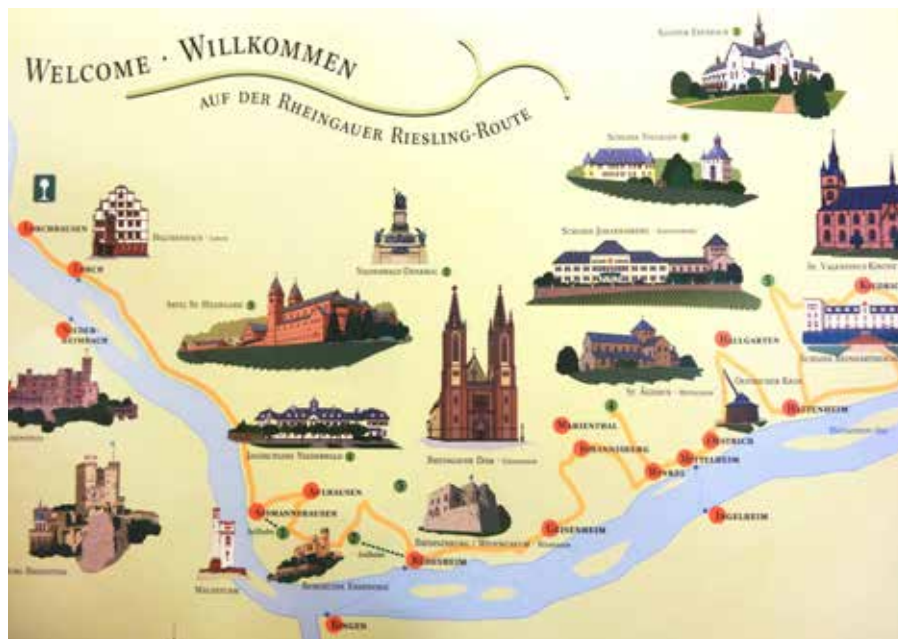
Albin Thöni

Der Riesling gehört zur deutschen Weinbaugeschichte, wie keine andere Rebsorte, und stellt mit über 23.000 Hektar die Hauptrebsorte in Deutschland dar und damit auch gut 25% des Bestandes insgesamt. Weltweit werden derzeit um die 65.000 ha Riesling angebaut. Der Riesling ist entstanden aus Heunisch & *Vitis vinifera sylvest.* & Traminer und er stammt höchstwahrscheinlich aus dem Rheintal. Er wird ja auch Rhein-Riesling genannt.

Die erste schriftliche Erwähnung stammt aus dem Jahre 1435 aus Rüsselsheim am Main. Wegen der geringen Erträge, der späten Reife und wohl auch der prononcierten Säure fristete er über Jahrhunderte eher ein Schattendasein und setzte sich nur in geeigneten Lagen durch.

Nur nach langen milden Herbsttagen entfaltet er sein ganzes Potenzial an Frucht, Eleganz und Komplexität. Wie wenige andere Rebsorten kann er die Eigenhei-

ten des Terroirs in feinen Nuancen zum Ausdruck bringen. Die Urgesteinverwitterungsböden und die Schieferböden - ob Blauschiefer, Grauschiefer oder Rotschiefer- beeinflussen ganz besonders die Mineralität, die Aromatik und die Süße-Säure-Struktur des Lesegutes und damit des Weines. Denn im Boden ist das Gedächtnis der Natur gespeichert, und die Rieslinge, die gut entwässernde, wärmespeichernde, sonnige Lagen beanspruchen, sind geradezu das „Sprachrohr“ des Bodens.



Riesling gibt es in vielen Spielarten, mit einer Vielfalt an Stilen, von trocken, halbtrocken, über „lieblich“ bis edelsüß. Seine pikante Säure kann sich mit den süßen Komponenten und den intensiven Aromen zu vollendeter Harmonie verbinden. Riesling ist eine sehr aromatische Rebsorte, mit einer Explosion an Fruchtaromen: Sein Bukett duftet intensiv nach Apfel, Pfirsich, Marille, Quitte, Grapefruit, Linden- und Akazienblüten, Nektarinen.

Je nach Lage kommen noch mineralische Noten vom Schiefer dazu. Bei den Beerenauslesen, die eine natürliche

Im Jahre 1720 wurde der Weinberg Johannisberg, benannt nach dem um 1130 gegründeten Benediktinerkloster und Johannes dem Täufer, oberhalb von Geisenheim im Rheingau, exakt am 50° Breitengrad, als erste Domäne ausschließlich mit 300.000 Rieslingreben auf 35 ha bestockt und wurde damit das älteste Rieslingweingut der Welt.

1775 kommt es wegen der sehr späten Weinlese zur Entdeckung der Spätlese von „edelfaulen“ Trauben auf dem Schloss Johannisberg. Dieses Weingut mit dem Quarzithügel, der in idealer Südrichtung zum Rhein hin absinkt und dem Taunusmassiv vorgelagert ist, bildet den Ursprung einer großen Weinkultur, die



Rieslingweingberg vom Kloster St. Margarethen bei Rüdesheim

Von der Natur geadelt: Die Rieslingtraube



Geschichte geschrieben hat und bahnbrechend war für den Siegeszug des Riesling. Gerade die aus den edelfaulen Trauben gewonnenen Rieslinge, die Beer- und Trockenbeeren- Auslesen waren es, die der Rebsorte weltweit Ruhm und eine hohe Reputation eingebracht haben.

Der Riesling stand um die Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert weltweit im Zenit seines Ansehens: Die Weine waren damals, also vor dem ersten Weltkrieg, teilweise teurer als die Grand Crus aus dem Bordelais. Auch der erste Eiswein der Geschichte wurde hier Mitte des 19ten Jahrhunderts aus gefrorenen Trauben bei minus 7° C geerntet.

Der normalerweise in Richtung Norden fließende Rhein – aber bei Wiesbaden fast im rechten Winkel zunächst nach Westen, zwischen Rüdesheim und Assmannshausen wieder in Richtung Norden einbiegend – fließt in diesem 30 KM langen Abschnitt, dem Rheingau, breit dahin und sorgt für eine kontinuierliche Luftbefeuchtung, die für das Entstehen des Edelpilzes „Botrytis cinerea“, der Edelfäule besonders wichtig ist.

Restsüße besitzen, rücken die würzigen Kräuteraromen und Honignoten in den Vordergrund. Altersgereifte Rieslinge können aufgrund einer erhöhten Sonneneinstrahlung und Trockenstress oder zu warmer Lagerung im Keller sogar eine „Petrolnote“ (fuel character) aufweisen – einzigartige Firne, von Kennern sehr geschätzt. Aber eine zu stark ausgeprägte Note nach Kerosin (TDN) kann auch die Riesling-typische Aromatik zerstören.

Der Riesling besitzt immer eine klare, markante, rassige Säure. Diese Charakteristik macht ihn besonders lange lagerfähig. Die Qualitätsunterschiede basieren auf die Grad Oechsle- (nach Ferdinand Oechsle), die Maßeinheit für das Mostgewicht des Traubenmostes, also für die Zuckerkonzentration der Traube. Diese wird



Erstes Gewächs: Winzersekt vom Geheimrat >> J << vom Weingut Wegeler in Oestrich-Winkel in der Rheingauer Schlegelflasche. Die feifruchtigen und spritzigen Rieslinge haben die besten Voraussetzungen für die Sektbereitung

in Österreich und den ehemaligen Kronländern der Habsburger Monarchie nach der Klosterneuburger Mostwaage (KMW) und in Italien nach dem Direktor der Weinbauschule von Klosterneuburg, Freiherr von Babo benannt.

Die wichtigsten Länder, wo der Riesling ausgebaut wird: Deutschland (Rheingau, Mosel, Pfalz, Rheinhessen, Nahe), Rumänien, USA, Österreich (Wachau, entlang der Donau), Elsass zwischen Colmar und Straßburg, Australien (Eden Valley bei Adelaide = das Rieslinganbaugebiet von Australien).

Aus Bernkastel an der Mosel, wo der weltberühmte Bernkasteler Doctor produziert wird, von dem man sagt, dass er gesünder wäre, wie manche vom Arzt verschriebene Arznei. Aber die Weinberglagen Bernkastel Doctor oberhalb der mittelalterlichen Stadt Bernkastel-Kues am rechten Ufer der Mosel - von wo der Humanist, Theologe und Kardinal Nicolaus Cusanus (Nikolaus von Kues) her stammt, der in den Jahren um 1450 -1458 vom Papst als Fürstbischof von Brixen eingesetzt war - sind auch teuer, wie sonst nirgendwo in Deutschland!

Die Mosel ist Deutschlands älteste Weinregion, mit derzeit 5400 ha Rebfläche

sozusagen die deutsche Riesling-Hochburg, wo bereits die Römer 50 v. Chr. ihre Reben angepflanzt haben.

Trier – Augusta Treverorum – ist der älteste Weinort Deutschlands. Nirgendwo auf der Welt gibt es mehr Steillagenanbau mit Hangneigungen bis und über 60° und nirgendwo wird mehr Riesling angebaut.

Fürwahr: Der Spruch „In Vino Veritas“ hat eben doch seine Berechtigung, denn der

Wein löst nicht nur die Zungen, sondern öffnet auch die Herzen füreinander!

Schließen möchte ich mit dem Psalm 104, V. 14, den ich auf einem Fass in den historischen unterirdischen Kelleranlagen vom Schloss Johannisberg schon öfters gelesen habe: „ET VINUM LAETIFICET COR HOMINIS. Und der Wein erfreue des Menschen Herz“.

In Bernkastel-Kues habe ich folgenden Spruch gelesen:

„Krank war der Fürst, trotz der Ärzte Plagen, sein letztes Stündlein wollte schier schon schlagen. Ein Fäblein hat man ihm gebracht, ... er trank und trank am Doctorwein, und konnte wieder gestärkt neues Leben wagen“!

Dieser Beitrag ist ein Auszug einer Wein Degustation mit einem Seminar über Riesling Weine, das von Chris Mayr, Präsidentin der Südtiroler Sommeliervereinigung, in Eppan an der Südtiroler Weinstrasse moderiert wurde. Aus Südtirol gab es drei Rieslinge zu verkosten, alleamt vom Weingut Unterortl unter dem Schloss Juval des Bergsteigers Hubert Messner im Vinschgau.

Fotos: Albin Thöni

Nicht nur der Wein lockt Genießer an die Mosel, auch die Landschaft ist wunderschön



Sekthaus Raumland präsentiert erste VDP.SEKT.PRESTIGE Kollektion mit neuem Erscheinungsbild

Pioniergeist zeichnet das Sekthaus Raumland aus – schließlich steht die Familie seit vier Jahrzehnten für hochwertigen, handwerklich erzeugten Sekt. Gut ein Jahr ist das Sekthaus Mitglied im Verband Deutscher Prädikatsweingüter (VDP) – als erster reiner Sekterzeuger überhaupt. Seit dem Beitritt hat sich die ganze Familie Raumland intensiv mit der Markenführung und der Sortimentsstrategie des Hauses beschäftigt. Das Ergebnis: Ein neues Design, die erste VDP.SEKT.PRESTIGE Kollektion und das klare Bekenntnis, auch in Zukunft nur Sekte zu vermarkten, die mindestens 36 Monate auf der Hefe lagen.



„Gemeinsam mit anderen Spitzenwinzern möchten wir deutschen Sekt auf der Weltkarte der edelsten Schaumweine platzieren. Unsere Eltern haben den Weg geebnet und nun ist es an unserer Generation, diese Vision Wirklichkeit werden zu lassen“, sagt Marie-Luise Raumland. „Unser neuer Auftritt ist Teil dieses Weges. Durch das Design machen wir unsere Qualitätsphilosophie zukünftig noch stärker sichtbar – auf unserer neuen Website, in Printmedien und vor allem auf den Flaschen. Mit all ihren Veredelungen haben wir größten Wert auf eine Ausstattung

gelegt, die in höchster handwerklicher Exzellenz ausgeführt wird.“

Der goldene Reiter und das Plaque de Muselet

Für das neue Erscheinungsbild engagierte Familie Raumland die auf Wein und Sekt spezialisierte Berliner Kreativschmiede Ruska Martin Associates. Ziel war es, über das Design die ganz persönliche Geschichte des Sekthauses zu transportieren. „Der Kreativprozess wurde für uns schnell zu einer Art Selbstfindungspfad“, sagt Katharina Raumland. „Biologischer Weinbau, traditionelle Flaschengärung, jahrelanges Hefelager und die kompromisslose Leidenschaft für das Familienhandwerk – die Art, wie wir arbeiten, drückt eine klare Haltung und Respekt gegenüber dem Produkt aus. Wir sind wergetrieben und lieben, was wir tun.“

Die Kernelemente des neuen Designs sind ein Plaque de Muselet („Champagnerdeckel“) sowie ein goldener Reiter. Letzterer steht zum

einen für die Familienhistorie des traditionsreichen Rittergeschlechts Raumland. Und zum anderen für den Pioniergeist der Familie. Das Plaque de Muselet hingegen ist eine Hommage an die besten Schaumweine der Welt, die Familie Raumland über die letzten Jahrzehnte inspiriert haben. Auf jeder Flasche wird zukünftig auch die Anzahl der Monate sichtbar gemacht, die der jeweilige Sekt auf der Hefe verweilen durfte – zusätzlich zum bereits seit 35 Jahren existierenden „Raumland Degorgierpunkt“, der die Flasche auf der Rückseite schmückt.

VDP.SEKT.PRESTIGE: Ein generationenübergreifendes Erlebnis

Sekt braucht Zeit. Bei Raumland teilweise sogar über 120 Monate. Im April werden die Vorreiter der neuen Kollektion vorgestellt. Hierzu gehören u.a. die Sekte „2011 Pinot Kirchenstück Réserve – Brut Nature“, „2008 Blanc de Noirs Grande Réserve – Brut“, „2008 Blanc de Blancs Grande Réserve – Extra Brut“, „2009 Mon-Rose Grande Cuvée – Extra Brut“. Teil der diesjährigen Raumland VDP.Sekt.Prestige Kollektion ist zudem der „2008 Riesling Grande Réserve – Brut“. Zur Erinnerung: In jenem Jahr fanden in Peking die Olympischen Sommerspiele statt, Barack Obama wurde zum ersten Mal ins Amt gewählt und Marie-Luise Raumland kehrte gerade von einem Schüleraustausch aus Brasilien zurück. Kurz gesagt – der „2008 Riesling Grande Réserve – Brut“ erzählt die Geschichten einer anderen Zeit. Damit wird der Sekt zu einem generationenübergreifenden Erlebnis.

Genau dieser Anspruch ist seit jeher ein wesentlicher Teil der Raumland-Philosophie. „Unsere Eltern haben immer der Versuchung widerstanden, Sekt zu früh zu vermarkten“, sagt Katharina Raumland. „Es ist für mich und meine Schwester eine ganz besondere Freude, dass sie einen so reichen Schatz an Jahrgangssekten aufgebaut haben. Das ermöglicht uns, auch in Zukunft jedem Sekt ausreichend Zeit auf der Hefe zu geben!“

Auf Basis dieser Maxime hat sich Familie Raumland dafür entschieden, ausschließlich VDP.Sekt.Prestige zu vermarkten. Für diesen ist ein Hefelager von mindestens 36 Monaten vorgeschrieben.

Foto: Sekthaus Raumland/Oliver Rütter

www.raumland.de

„Eckart Witzigmann setzte Benchmark in Sachen Qualität“

Thomas Martin wurde am 16. Oktober 1966 in Mannheim geboren, wo seine Eltern das ‚Fischspezialitäten-Restaurant Martin‘ betrieben. Statt zu übernehmen, wählte er seinen eigenen, sehr erfolgreichen Weg. Seit 1997 ist er Küchenchef im Restaurant Jacobs vom Hotel Louis C. Jacob an der Elbchaussee. Seine aktuellen Auszeichnungen: 18 Gault Millau Punkte, 8 Gusto Pfannen und 3,5 Punkte im Der Feinschmecker sowie von 2011 bis 2020 zwei Michelin Sterne.

Welche Produkte oder Aromen erinnern Sie an Ihre Kindheit?

Wenn ich von der Schule nach Hause kam, konnte ich direkt in die Küche gehen und alle möglichen Düfte riechen. Die Küchenchefin Pepi hat mir oft mein Lieblingsgericht Schnitzel mit Pommes gemacht. Ich vermisste den Geruch von angebratenem Sauerbraten und dazu Kartoffelknödel – einfach lecker!

Wo haben Sie das Kochen gelernt?

Ich habe 1983 in Hamburg im traditionellen, englischen ‚Anglo-German Club‘ an der Außenalster gelernt. Mein Konto war während meiner Ausbildung und meiner Wanderjahre ständig überzogen, denn ich habe die paar Kröten fürs Essengehen ausgeben.

Was haben Sie bei Ihren Top-Stationen gelernt: 1990 bei Lothar Eiermann in Zweiflingen, 1991 bei Eckart Witzigmann in der Aubergine (München) und 1994 im Restaurant Zur Traube (Grevenbroich) bei Dieter L. Kaufmann?

Lothar Eiermann hat mir beigebracht, wie man mit großen Bratstücken um-

geht – Rehrücken, Rebhühner, Fasan im Federkleid, ganze Fische. Eckart Witzigmann hat mir gezeigt, was es bedeutet, im letzten Moment alles zuzubereiten und wie wichtig die Qualität der Produkte ist. Die allerhöchsten Ansprüche



Martin begeistert mit Haute Cuisine

des 3-Sterne-Kochs war Benchmark für alles! Dieter Kaufmann war für mich der Saucen-König. Ich war zwei Jahre Poissonnier bei ihm. Dachte ich, meine Sauce ist fertig, hat er noch ordentlich Süßwein rangemacht oder eine Beerenauslese – es schmeckte dann genial. So habe ich bei jedem der großen Chefs viel gelernt und daraus mein eigenes Ziel entwickelt.

Wohin reisen Sie gerne als Privatmann?

Meine Frau und ich bevorzugen Kurzurlaube in Städte wie Paris, Prag oder London. Wichtig ist die Restaurantkultur,

denn ich gehe auch leidenschaftlich gerne essen. Durch unsere Städtereisen und deren Esskulturen ist mein Wissen und Können extrem gewachsen.

24 Jahre stehen Sie am Herd vom Restaurant Jacobs in Hamburg. Welche Veränderungen in der Hochküche haben die Gäste mit Ihnen durchgemacht?

Ich habe 1997 angefangen mit meiner modernen Variante der klassischen Küche und die Gäste waren begeistert. Wir bekamen den ersten Michelin Stern und ich wurde ‚Koch des Jahres‘ im Gault Millau. Du entwickelst dich als Koch weiter: es gibt Phasen, wo du kreativ bist und tolle Ideen hast, die in den Zeitgeist passen. Dann kommen aber auch Phasen, wo du neben Deiner Spur kochst, so eine Phase hatte ich auch. Diese Erfahrungen haben mich zurückgeführt zur klassischen Küche modern interpretiert: Produkt fokussiert, die Sauce intensiv, für den Gast nachvollziehbare Gerichte mit hohem Anspruch. Zu Beginn meines Wirkens gab es große Portionen und ich habe nicht mit Butter gespart, wie z.B. bei der Trüffelsauce. Heute sind meine Saucen leichter geworden, die Mousse und Cremes luftiger. Aber sorry: An mein Kartoffelpüree kommt genauso viel Butter wie früher. Gerichte, die ich mir damals überlegt habe, wie geschmorte Ochsen Schulter mit Kartoffelpüree, Möhren und glasierten Zwiebeln, stehen modernisiert noch heute auf unserer Speisekarte.

In den Jahren gab es Hochs und Tiefs. Ich erinnere mich: Als ich im Jacobs anfang hat ein renommierter Restaurantkritiker meine Küche aufs Korn genommen. Das hat mich tief getroffen. Ich war jung, dynamisch, hatte viel Ehrgeiz und wollte Erfolg haben – dann kommt so ein Dämpfer. Aber der war wichtig, um zu reifen und zu lernen, mit Kritik umzugehen.



Rindertatar à la Thomas Martin

Welchen Anteil hat Ihr Team am Kreativprozess?

Am Anfang habe ich mir die Rezepte allein ausgedacht. Heute kann man nur im Team Erfolg haben. Meine Sous-Chefs und die Postenküche denken sich gemeinsam mit mir die Gerichte aus. Ich Sorge für die Linie und Klarheit durch Geschmacksintensität und Produktqualität, meine Köche sorgen für das gewisse Quäntchen Kreativität und Modernität. Einfach mal den Nachwuchs machen lassen, Verantwortung übergeben und dann selbst das Fine-Tuning übernehmen, das ist für mich die beste Art, ein Team zu führen.

Sie bevorzugen Produkte aus Norddeutschland. Wie haben Sie Ihr Produzenten-Netzwerk aufgebaut?

Regionalität war immer ein Thema bei mir. Ich habe früh versucht, mit Landwirten und Produzenten zusammenzuarbeiten, die in der weiteren Umgebung von Hamburg anbauen. Entscheidend ist für mich, dass die Qualität immer konstant ist und ich auch kleine Mengen abfragen kann. Als Koch muss ich flexibel sein: Ich kann nicht erwarten, dass der Zander immer die gleiche Größe hat und muss auch mal auf andere Fische zurückgreifen. Wir liegen im Westen der Elbmétropole, sind frankophil, aber auch Hamburg bezogen: unsere Zubereitungsweisen haben französische Wurzeln, dafür sind unsere Produkte nordisch.

Viele reißen sich darum, bei Ihnen zu lernen. Was zeigen Sie Ihren Mitarbeitern?

Ich zeige Dinge, die mich geprägt haben. Wie bei Lothar Eiermann verarbeiten wir auch ganze Tiere z. B. Wildgeflügel und ich zeige, wie man sie optimal zubereitet. Das Gleiche gilt für Fisch: Wie gehe ich mit einem ganzen Loup de mer oder einer Rotbarbe um, wie filetiere und brate ich eine Forelle als Schmetterling, sodass die Haut kross ist und das Fleisch saftig. Bei jedem Abendservice müssen wir hundert Prozent abliefern und trainieren jedes Mal neu auf hohem Niveau, denn die Gerichte sind besprochen.

Sie sind sehr lange Gastkoch beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival. Ist das bei Ihnen schon Routine?

Nein, jedes Haus, jeder Termin ist anders. Ich mache das seit 2003 und bin immer toll aufgenommen worden. Wir Köche betreiben ja ein Handwerk und verstehen uns blind. Vorab wird mit dem Chef das Porzellan für die einzelnen Gänge besprochen. Als Gastkoch kommt man in eine fremde Küche und passt sich den Gegebenheiten an, guckt, wo die Pfannen stehen, wie der Herd und die Öfen sind. Das ist vom Anfang bis zum Schluss echtes Teamwork. Es hat bis dato immer richtig Spaß gemacht mit tollen Chefs, Köchen und interessierten Gästen.

Woran orientieren Sie sich bei der SHGF Menügestaltung?

An der Regionalität, der Jahreszeit und meiner Handschrift - da gibt es keine Experimente. Es sind meine Klassiker, die ich auf die Menükarte schreibe. Unter Klassikern verstehe ich Gerichte, die sich im Laufe der Jahre weiterentwickelt haben, also immer anders daherkommen.

Wie wichtig sind für Sie und das Geschäft die Auszeichnungen der Restaurant Führer?

Auszeichnungen sind eine tolle Bestätigung. Entscheidend ist aber, dass der

Gast Freude an unserem Essen hat. Der Koch sollte zu seiner Küche stehen, eine klare Handschrift haben, das Ambiente, der Service, die Weine, die Stimmung – all das gehört dazu. Das Ganze hat natürlich einen wirtschaftlichen Vorteil.

Restaurant Jacobs in Hamburg



Der Guide Michelin 2021 hat Ihnen in der Pandemie-Zeit während der Lockdowns beide Sterne aberkannt. Woran liegt das Ihrer Meinung nach?

Das Jacobs hat seit dem ersten Lockdown im März 2020 kein ‚Gourmet‘ angeboten, sondern eine reduzierte Karte. Seit 1999 wird das Jacobs Restaurant vom Guide Michelin regelmäßig ausgezeichnet. Die Aberkennung schmerzt mich, wenngleich die Entscheidung der besonderen Situation geschuldet ist. Auch in 2021 sieht es so aus, als würde die Gastronomie nicht ohne Einschränkungen öffnen dürfen. Daran wird sich das Jacobs wieder richten.

Fotos: Susanne Plaß, Louis C. Jacob

Mehr hören Sie im SHGF Podcast
<https://open.spotify.com/episode/1BMfVzk0RVtGS0GNCCcSlu>

Cornelia Fischer neue Spitzenköchin im Sternerestaurant „Weinstock“ in Volkach

Zuletzt als stellvertretende Küchenchefin (Sous-Chefin) im Drei-Sterne-Restaurant von Andreas Caminada im Schloss Schauenstein tätig, übernimmt Cornelia Fischer jetzt die kulinarische Verantwortung im Romantik Hotel und Prädikatsweingut „zur Schwane“ in Volkach am Main. Die gebürtige Unterfränkin möchte im Sternerestaurant „Weinstock“ mit ihrer modernen Küche mit klassischen Wurzeln begeistern. Bis zum „Re-Start“ des Sternerestaurants erfreut Fischer ab sofort Geschäftsreisende und Gäste, die in „der Schwane“ aus wichtigem Anlass übernachten, mit ihren Kochkünsten.

Cornelia Fischer stammt aus dem unterfränkischen Altertheim und kehrt nun in ihre Heimat zurück, um sich der Region auch kulinarisch zu widmen. „Gemeinsam wollen wir diesen herrlichen Ort an der Mainschleife weiter zu einem Zentrum des guten Geschmacks in Franken ausbauen“, so Fischer.

In „der Schwane“ folgt Cornelia Fischer auf Steffen Szabo, der für das neue Restaurant „Weinstock“ gemeinsam mit seinem Team bereits nach einem Jahr einen Michelin-Stern erkochte und sich jetzt neuen beruflichen Herausforderungen stellt. „Wir danken Steffen Szabo herzlich für seinen großartigen Einsatz in der Schwane, der zeigt, was mit Engagement und Kreativität in kurzer Zeit erreicht werden kann“, so Ralph Düker.

An die große Tradition der Gastfreundschaft im Romantik Hotel zur Schwane soll nun angeknüpft werden. Seit 1404 gehen Reisende in dem Gasthaus, direkt gegenüber der Pfarrkirche von Volkach, ein und aus. An der Mainschleife werden Tradition und Innovation nicht als Widerspruch, sondern als Herausforderung gesehen: Das Boutique-Design-Hotel



Cornelia Fischer

mit dem Sternerestaurant, der historischen Wirtsstube und dem rebenumrankten Innenhof, zählt zu den besten Häusern der Region. Ein weiteres Hotel der Familie Düker, der „Turmdieb“, ebenfalls in Volkach, bringt schon seit Jahren erfolgreich „Budget-Design“ ins Fränkische.

Freitag bis Dienstag ab 17:30 Uhr,
Mittwoch und Donnerstag Ruhetag.

Foto: Romantik Hotel Zur Schwane

Restaurant Weinstock
(Wiedereröffnung, wenn die Corona-
Regeln dies erlauben)
Romantik Hotel zur Schwane
Hauptstraße 12
97332 Volkach
Tel.: 09381/80660
[www.schwane.de/de/restaurants/
restaurant-weinstock/](http://www.schwane.de/de/restaurants/restaurant-weinstock/)

Vokalmusikfestival „a cappella“ erklingt im Mai 2021 mit vielfältigen Livestreams

9 Veranstaltungen sind zwischen 30. April und 9. Mai geplant und ertönen zumeist an Originalspielstätten so präsent wie möglich

Das Internationale Festival für Vokalmusik „a cappella“ Leipzig wird 2021 sein Programm mit diversen Livestream-Konzerten durchführen.

An den ersten beiden Mai-Wochenenden wird es insgesamt acht Konzerte sowie einen Live-Chat geben. Dabei übertragen das schwedische Ensemble Ringmasters und die Gruppe Cantoría aus Spanien ihre Konzerte aus der Heimat – alle anderen Gruppen (amarcord, VOXID, LaLeLu und die German Gents) werden in den geplanten Spielstätten in Leipzig singen. Den für dieses Jahr eingeladenen Ensembles Ordinarius aus Brasilien, Anúna aus Irland (deren Sängerinnen und Sänger zum Teil in der ganzen Welt zuhause sind) sowie Musica Universalis, welches Sänger aus Frankreich, Belgien und Deutschland versammelt, sind derzeit zum großen Bedauern des Festivalteams und der Ensembles selbst die Proben, Auftritte und Konzertreisen für das Festival nicht möglich. Alle drei Ensembles sind aber für die nächste Ausgabe von „a cappella“ fest eingeplant. Für die Konzerte 2021 wird es ab dem 23. April Online-Tickets für die geplanten Livestreams geben. Das Festival startet wie geplant am 30. April mit dem Eröffnungskonzert der Festivalgründer amarcord und bringt bis zum 3. Mai die aktuellen Shows der Gruppen German Gents (Berlin), Ringmasters (Schweden) und LaLeLu (Hamburg) in die Kirchen und auf die Bühne, wobei letztere sowohl ein Familienkonzert am Nachmittag als auch ein Abendprogramm geben. Das Familienkonzert am Sonntagnachmittag wird dabei kostenfrei angeboten. Vom 7. bis 9. Mai gibt es beim zweiten „a cappella“-Wochenende Auftritte von

Cantoría aus Spanien, VOXID aus Leipzig (deren ursprünglicher Konzerttermin dabei auf den 8. Mai verlegt wird) sowie das traditionelle Festival-Abschlusskonzert mit den vier dann in Leipzig anwesenden Gruppen amarcord, VOXID, German Gents und LaLeLu. Den Ensemblekonzerten vorangestellt ist, wie in den vergangenen Jahren üblich, eine Konzerteinführung mit bzw. durch die auftretenden



a cappella Musikgruppe amarcord

Gruppen, die jeweils 19:15 Uhr über den YouTube-Kanal des Festivals ausgestrahlt wird. Bestärkt durch die große positive Resonanz im Vorjahr wird es im Rahmen des Festivalprogramms darüber hinaus einen Live-Chat zur Stimme geben: Der Phoniater und Stimmexperte Prof. Michael Fuchs vom Leipziger Universitätsklinikum wird am 1. Mai ab 11 Uhr zum Thema „Corona in aller Munde – Singen und Gesangsberuf in Zeiten von Covid-19“ sprechen und dabei mannigfaltig auf Fragen des Festivalpublikums eingehen. Es kann jeder seine Fragen live stellen, aber

auch im Vorfeld schon einsenden. Der Live-Chat wird über die Homepage und den YouTube-Kanal des Festivals abrufbar sein.

Der zum Festival gehörende Internationale „a cappella“ Wettbewerb Leipzig muss 2021 schweren Herzens entfallen und muss auf 2022 verlegt werden, wenngleich sich einige vielversprechende Nachwuchsgruppen qualifiziert hatten. Die Absage des Wettbewerbsprogramms in diesem Jahr liegt vor allem darin begründet, dass die aktuellen Einschränkungen und sehr unterschiedlichen Bedingungen und Möglichkeiten der jungen Ensembles zu reisen und zu proben keine ausgeglichene Fairness in der Vorbereitungszeit und bei einer letztlichen Bewertung zulassen. Die erneute Durchführung des Wettbewerbs mit all seinen Angeboten an die Nachwuchsgruppen ist für das kommende Jahr geplant.

Alle aktuellen und kurzfristigen Informationen zum Festival „a cappella“ und dem Programm sowie dem Kauf der Online-Tickets finden Sie auf www.a-cappella-festival.de sowie auf der Facebook-Präsenz des Festivals unter www.facebook.com/acappellafestivalleipzig und dem „a cappella“-Account bei Instagram. Die kostenfreien Streamings können auf dem youtube-Kanal des Festivals gesehen werden: www.youtube.com/c/acappellaleipzig

21. Internationales Festival für Vokalmusik a cappella Leipzig 30. April – 09. Mai 2021

Foto: Nick Begbie

AIDA Cruises bietet ab Mai neue Reisen in Griechenland an

Buchungsstart ist am 20. April



von AIDA Cruises sowie den nationalen und lokalen Gesetzen und Verordnungen zum Infektionsschutz durchgeführt. Mit der bereits in der Praxis bewährten Teststrategie für Gäste und Mitarbeiter ermöglicht AIDA sicheres Reisen. Zum Gesundheits- und Hygienekonzept gehören ein verpflichtender PCR-Test vor der Anreise, regelmäßige Gesundheitschecks, umfangreiche AHA-Regeln, medizinische Betreuung inklusive Testkapazitäten an Bord und vieles mehr. Das Konzept wurde vom SGS Institut Fresenius geprüft und von der Klassifikationsgesellschaft DNV bestätigt. Alle AIDA Reisen bis zum Sommer 2022 sind im Reisebüro, im Internet auf www.aida.de und im AIDA Kundencenter buchbar. Mit dem „AIDA Versprechen“ bietet AIDA seinen Gästen mehr Flexibilität und Sicherheit bei der Urlaubsplanung. Dazu zählen großzügige Buchungsoptionen von der geringen Anzahlung bis hin zur kostenlosen Um-

Das Kreuzfahrtunternehmen AIDA Cruises wird ab 23. Mai 2021 neue Reisen in Griechenland anbieten. Die 7-tägigen Kreuzfahrten starten ab Korfu und führen durch die griechische Inselwelt nach Kreta und Rhodos sowie nach Katakolon (Olympia) und Piräus (Athen).

Gäste können das Schiff mit allen Restaurants und Bars, Kulturangeboten und Sportmöglichkeiten genießen sowie Land & Leute auf organisierten Ausflügen entdecken. Griechenland ist eines der beliebtesten Urlaubziele für deutsche Reisende. Ab dem 14. Mai 2021 ist das Mittelmeerland wieder für den Tourismus geöffnet. Türkisblaues Wasser, dazu Kultur auf Schritt und Tritt und die einzigartige griechische Lebensfreude machen den Urlaub in diesem Land so attraktiv. Buchungsstart ist am 20. April 2021. Es stehen 22 Termine zwischen dem 23. Mai und 17. Oktober 2021 zur Auswahl. Die Griechenland-Kreuzfahrten können auch



als 14-tägige Reise gebucht werden. Neben dem neuen Griechenland-Angebot bietet AIDA Cruises 7-tägige Kanaren Kreuzfahrten mit AIDAperla bis in den Juni an. Alle Kreuzfahrten werden in Übereinstimmung mit den umfassenden Gesundheits- und Sicherheitsprotokollen

buchung für Neubuchungen bis zum 31. Mai 2021 für Abfahrten bis zum 31. März 2022.

Fotos: AIDA Cruises

www.aida.de

Luxuriöse Wellnessoase in den Dolomiten

Das ADLER Spa Resort DOLOMITI in St. Ulrich hat sein Spa erweitert. Jetzt eröffnet es mit großzügigen Ruheräumen, Yoga-Pavillon, neuen Treatments, einem eleganten Shop – und mit viel Platz für jeden Gast.

Es ist weitläufiger, schöner und vielfältiger als zuvor. Hell und elegant wirkt der großzügige Empfang, durch bodentiefe Fenster fällt das Licht in die Spa-Rezeption und den Wartebereich. Individuelle Counter bieten Privatsphäre bei der persönlichen Beratung: Das ADLER Spa Re-



sort DOLOMITI in St. Ulrich hat den Lock-down genutzt, um noch besser auf die Bedürfnisse seiner Gäste einzugehen. Am 23. April wird das neue Spa eröffnet. Sein



Design aus heimischen Hölzern wirkt modern und behaglich zugleich. Insgesamt wurden 17 neue Behandlungsräume auf einer Fläche von 800 Quadratmetern geschaffen, mit einer großen Sonnenterrasse und einem Yoga-Pavillon aus massiven Fichtenstämmen von der Seiser Alm.

Ein Team aus rund 30 hochqualifizierten Ärzten, Therapeuten und Kosmetikerinnen entwickelt maßgeschneiderte Treatments für jeden Gast, ganz individuell auf seine Bedürfnisse zugeschnitten, auf seine mentale und physische Situation. Das Spektrum reicht von alpinen Behandlungen wie dem Südtiroler Heubad oder Arnika-Fango-Packungen bis zum fernöstlichen Ayurveda. Ein neues Highlight ist die Ozon-Therapie. Sie hat eine besondere Wirkung auf das Immunsystem und die Zellalterung und gilt als perfektes Allroundmittel für Gesundheit und Schönheit.

Was sich zum Glück nicht verändert hat? Die ausgezeichnete Qualität der ADLER-Kosmetik- und Spa-Linie, eine Bio-Kosmetik für jeden Hauttyp: Sieben Pflegelinien fürs Gesicht und neun für die Aktiv-Körperpflege versorgen die Haut mit dem Besten aus der Natur.

Fotos: Hotel Adler Dolomiti



www.adler-dolomiti.com

Stressabbau im Grün und Blau

Neue gläserne Hütten in Westschwedens Natur

Die Natur ist der beste Seelenstreichler. Das war das eindeutige Ergebnis eines wissenschaftlichen Modellversuchs im Herbst 2017, an dem unter Aufsicht von Wissenschaftlern des Stockholmer Karolinska Instituts fünf internationale Probanden mit Stress-Berufen teilnahmen.

waren unter anderem der Blutdruck der Probanden gesunken, ihr vegetatives Nervensystem messbar entspannter und die Kreativität geweckt. Die gläsernen Hütten auf einer Halbinsel bei Bengtsfors waren seither für jedermann buchbar, in der kommenden Saison stehen Naturliebhabern an gleich drei verschiedenen

Mahlzeiten aus regionalen Produkten, die im Herrenhaus Ronnums Herrgård serviert werden, Angelausrüstung und Netze sowie eine Angellizenz für den See Hallsjön. Eine Einzelübernachtung kostet 2500 SEK (ca. 240 Euro) /Hütte inkl. Frühstück. Ausritte und Kanutouren können gegen Aufpreis dazu gebucht werden. Auf dem weiten Grund der originalen „72 hour Cabins“ sind ab sofort zwei neue Hütten auf Seehöhe buchbar, die vom Outdoor-Veranstalter Dalsland Aktiviteter bewirtschaftet werden. Dessen Restaurant und Aktivitätszentrum sind rund 800 Meter entfernt. Ein 72 Stunden-Aufenthalt zum Preis von 7695 SEK (ca. 740 Euro) bei Einzelbelegung oder 4995 SEK (ca. 485 Euro)/Person für zwei Gäste schließt Vollpension, einen Rucksack mit Outdoor-Equipment und Zugang zu einem Ruderboot mit Angelausrüstung ein. Eine Einzelübernachtung kostet 2800 SEK (ca. 270 Euro) /Hütte inkl. Frühstück. Das traditionsreiche Hofgut Eriksonsgård aus dem späten 18. Jahrhundert hat sich mit zwei neuen Glashütten, die ab Mai zugänglich sein werden, einer gesunden Zukunft verschrieben: Eine liegt auf einem Hügel mit Seeblick, die andere mitten im Wald des ehemaligen Hofes, der heute vom B&B lebt. Das gläserne Wohnvergnügen anderthalb Autostunden östlich von Göteborg kostet für eine einzelne Nacht 3000 SEK (ca. 285 Euro) inklusive Frühstück. Das originale 72 Stunden-Erlebnis gibt es für 5000 SEK (ca. 480 Euro)/Person inklusive Halbpension. Die Gäste können Kanus, Boote und Angelausrüstung nutzen; Sauna und Whirlpool versprechen nachhaltige Entspannung.

Foto: Jonas Ingman/Westsweden.com

[www.vastsverige.com/en/stay/
72-hour-cabin](http://www.vastsverige.com/en/stay/72-hour-cabin)
www.visitsweden.de

Um den positiven Einfluss der schwedischen Natur auf die Gesundheit auch ausländischer Mitbürger*innen nachzuweisen, verbrachten die Teilnehmer*innen drei Tage und Nächte im westschwedischen Dalsland in einer gläsernen „72 hour-Cabin“. Diese war Basis für alles, was Schwedinnen und Schweden in der Natur so gerne machen. Zum Beispiel Schwimmen gehen, Angeln, das Sammeln von Beeren und Pilzen, Kochen unter freiem Himmel oder Kanu fahren. Nach den drei intensiven Naturtagen

Orten Westschwedens fünf weitere gläserne Unterkünfte zur Verfügung. Eine öffnet Anfang August mitten in einem der elchreichsten Gebiete Schwedens, auf dem Halleberg-Plateau am Süden des Vätternsees. Das königliche Jagdgebiet ist schwedentypisch zugleich ein Geopark für jedermann. Der 72 Stunden-Aufenthalt kostet 7500 SEK (ca. 735 Euro)/Person bei Einzelbuchung und 4500 SEK (ca. 440 Euro)/Person bei Doppelbelegung. Im Preis eingeschlossen sind Erfrischungen bei der Ankunft, Obstkörbe,



Kulinarisches Highlight zwischen Rentieren

„Schweden – Ein Land wird Restaurant“ bekommt Zuwachs in Dalarna

Im Norden der Region Dalarna, umgeben von Schwedens südlichster Fjäll-Landschaft bei Grövelsjön, gibt es ab dem 15. Juni 2021 ein neues Highlight für Genießer: Im Rahmen des kulinarischen Projekts „Schweden – Ein Land wird Restaurant“ kann man dann auch einen Tisch inmitten der fantastischen Fjällnatur buchen und sich ein genuin samisches Menü mit Zutaten aus der Region auf der Zunge zergehen lassen.

Im Mittelpunkt steht dabei traditionell das Rentier – schließlich befindet man sich hier auch im südlichsten Gebiet von Schweden, in dem die Sami Rentierzucht betreiben. Nicht auszuschließen also, dass die freilaufenden Herden beim Kochen oder Essen gesichtet werden können. Der Tisch befindet sich mitten in der Natur unweit der norwegischen Grenze und ist wahlweise durch einen Waldspaziergang oder auch barrierefrei zugänglich. Bei schlechtem Wetter kann zum

Essen sogar in eine echt samische Kota ausgewichen werden. Die Gäste haben die Wahl zwischen unterschiedlichen samischen Menüs, die sie eigenhändig über dem offenen Feuer in der Natur zubereiten – alternativ zum Fleisch, kann man sich auch für frischen Fisch aus dem Fjäll entscheiden. Wer gleichzeitig mehr über die Esskultur und Traditionen der Sami erfahren möchte, kann beim Anbieter Renbiten auch das Paket „Taste of Sami“ buchen. Es beinhaltet ein samisches 4-Gänge-Menü zubereitet von einem samischen Koch, der am Feuer viele spannende Geschichten zu erzählen weiß. Auf Wunsch kann auch in der Kota übernachtet werden. Die verschiedenen Pakete in Grövelsjön sind je nach Umfang pro Person zwischen SEK 175 (ca. 17 Euro) und SEK 1090 (ca. 107 Euro) für den Zeitraum vom 15. Juni bis 30. September buchbar. Renbiten bietet darüber hinaus auch Wanderungen mit zahmen Rentieren und andere Sami-Erlebnisse an. Wer es nicht so weit in den Norden von Dalarna schaffen sollte oder aber die Küche der Region mit all ihren unterschiedlichen Facetten kennenlernen möchte, kann auch im Süden von Dalarna einen Tisch im Do-it-Yourself-Restaurant buchen. Er befindet sich in idyllischer Lage im Naturreservat Kloster in der Nähe der Stadt Hedemora und ist umgeben von den Ruinen einer Zisterzienserabtei aus dem 15. Jahrhundert. Hier lassen sich Natur- und Kultur-erlebnisse mit kulinarischen Erlebnissen verbinden. Nur ein kurzer, barrierefreier Spaziergang durch den bezaubernden Englischen Park des Herrenhofs Kloster führt zum Tisch am Flussufer, der durch lichte Laubbäume eingerahmt wird. Das 5-Gänge-Menü, das eigenhändig zubereitet wird, setzt sich aus saisonalen und regionalen Zutaten zusammen. Dazu gehören Rindfleisch vom Herrenhof Kloster, Kartoffeln, hausgebackenes Knäckebröt sowie eine hausgemachte Barbecue Sauce. Kräuter und andere Zutaten für den Salat werden von den Gästen vor Ort selbst gesammelt und gepflückt. Natürlich gibt es auch eine Alternative für Vegetarier. Ein Platz am Tisch in Kloster kann pro Person ab SEK 200 (ca. 19,60 Euro) gebucht werden.

Foto: Sabine Klautzsch

www.visitdalarna.se/en
www.visitsweden.de

Es grünt und blüht

Tschechiens royale Gärten

Unser Nachbar ist bekannt für seine zahlreichen Burgen und Schlösser – an die 2.000 zählen die Tschechen stolz ihr eigen, die sich über das ganze Land verteilen. Oft sind die herrschaftlichen Gärten, die den Prachtbauten angehören, nicht weniger spektakulär als die prunkvollen Gebäude selbst. So ist manch eine Stadt auf der UNESCO Weltkulturerbeliste zu finden, weil ein beeindruckender Schlosspark allerhand zu bieten hat.

Blick auf die Prager Burg



Natur in der Hauptstadt – Palastgärten unter der Prager Burg

Als eine der zehn grünsten Städte Europas finden sich in Prag viele Idylle zum Durchatmen inmitten des Großstadtturbels. Unter der Prager Burg zum Beispiel bilden die fünf miteinander verbundenen Terrassengärten Ledebur-, Kleiner und Großer Pálffy-, Kolowrat- und Kleiner Fürstenberg-Garten einen einzigartigen Komplex.

Landwirtschaft und Garten ver- eint – Schlosspark von Veltrusy

Wilder Auenwald, jahrhunderte alte Baumriesen, goldfarbene Kornfelder und der träge Strom der Moldau (Vlta-

va) – das alles bringt der Schlosspark von Veltrusy hervor. Nahe Prag in Mittelböhmen gelegen, gehört dem gleichnamigen Barockschloss aus dem 18. Jahrhundert der natürliche Landschaftspark vom Typ einer „Ornamental Farm“ an.

Irrungen und Wirrungen um Schloss Loučeň

30 Kilometer nordöstlich von Prag im mittelmährischen Ort Loučeň wartet ein romantisches Barockschloss ganz im Zeichen des Adelsgeschlechts Thurn und Taxis. Die Familie lebte im Schloss Loučeň ab dem Beginn des 19. bis ins 20. Jahrhundert.

Český Krumlov – Teil des UNESCO Weltkulturerbe

Im Zentrum der UNESCO Weltkulturstadt Český Krumlov (Böhmisch Krumau) in Südböhmen steht das gleichnamige, über dem malerischen Renaissancestädtchen thronende Schloss mit seinem im 17. Jahrhundert angelegten Barockgarten. Auf dem knapp 11.000 Hektar großen Areal verteilen sich neben den Formationen höchster Gartenarchitektur vielerlei Highlights.

„Garten Europas“ – Kulturland- schaft Lednice-Valtice:

Ein riesiger Landschaftspark verbindet zwei der bedeutendsten Schlösser Tschechiens: Lednice und Valtice in Mähren. 1996 in die UNESCO-Liste aufgenommen, bietet das Areal eine einzigartige Kulturlandschaft. Während des 600-jährigen Besitzes durch das Adelsgeschlecht der Liechtensteiner entstanden um die eindrucksvollen Gebäude ein pompöser französischer und ein wunderschöner englischer Garten. Gespickt mit malerischen Seen, Seerosenteichen und Orna-



Tulpenpracht im „Garten Europas“

mentbeeten beherbergt der Park einen beeindruckenden Baumbestand von über 700 verschiedenen Arten. Valtice ist zudem als mährische Weinhauptstadt bekannt: Im Schlosskeller beherbergt der „Weinsalon“ die 100 besten Weine Tschechiens.

Eintauchen ins Blumenmeer – Die Gärten von Kroměříž

Ebenso in Mähren befinden sich die Parks von Kroměříž (Kremsier). In den Grünanlagen der gleichnamigen Stadt, die dem erzbischöflichen Schloss Kroměříž aus dem 16. Jahrhundert angehören, sind Licht, Pflanzen, Kunst und Architektur perfekt aufeinander abgestimmt. Der kleinere barocke Blumengarten (Květná zahrada) wurde Mitte des 17. Jahrhunderts angelegt und ist in seiner absoluten Symmetrie ein Spiegelbild höchster Gartenbaukunst. Die Mitte des Parks zierte eine Rotunde mit reichem Stuck- und Freskenschmuck. Eine elegante Kolonnade ist mit 44 Statuen antiker Götter gesäumt. Der größere Schlossgarten (Po-

Barocker Blumengarten in Kroměříž



dzámecká zahrada) beeindruckt neben seinem gepflegten Auftritt mit wertvollen Baumarten. Beide Anlagen gehören zu den schönsten Europas und zählen zusammen mit dem Barockschloss zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Fotos: Prague City Tourism,
Ladislav Renner, Libor Svacek

Weitere Informationen unter:
www.visitczechrepublic.com

Fari Islands, Maledives mit dem Global Vision Award 2021 von Travel + Leisure ausgezeichnet



Travel + Leisure, das bekannte US-Reisemagazin, hat die FARI ISLANDS, MALDIVES mit dem diesjährigen Global Vision Award bedacht. Mit dieser Auszeichnung werden Unternehmen der Reisebranche ausgezeichnet, die einen signifikanten Beitrag zu verantwortungsvollem Reisen und Leben leisten. Im gleichen Rahmen, wie sich der Real-Estate-Entwickler Pontiac Land der Nachhaltigkeit und dem Erhalt sowie der Verbesserung von Gemeinden verschrieben hat, so sind auch die außergewöhnlichen Hotels Patina Hotels & Resorts, Capella Hotels & Resorts (Eröffnung im 2022), Ritz-Carlton Hotel Company sowie der Fari Campus – eine vierte Insel für Mitarbeiter*innen – konzipiert.

Fari Campus wurde von URBNarc – ein vielfach ausgezeichnetes Architektur- und Urban Design-Studio mit Sitz

in Singapur – entworfen, um mit einer „people-first“-Philosophie Ausbildung und Entwicklung die nächste Generation Maledivischer Top-Hoteliere zu fördern. Mitarbeiter*innen können sich auf eine durchdachte Stadtplanung freuen, die zusätzlich zu den Mitarbeiterunterkünften eine Vielzahl von Einrichtungen und Erholungsangeboten anbietet. Selbstverständlich wurden dabei alle Gebäude unter Verwendung nachhaltiger Materialien gebaut.

„Es ist eine Ehre für uns, diesen angesehenen Preis für Fari Islands, Maldives zu bekommen. Der Global Vision Awards wird für uns nicht nur Inspiration sein, sondern auch Motivation, um die Mission der Pontiac Land Group und die Vision des Fari Islands-Teams über die Wichtigkeit von Nachhaltigkeit und umweltschonende Praktiken in Gastgewerbe und Tourismus-Sektor weiter zu verfolgen“, so Evan Kwee, stellvertretender Vorsitzender, Capella Hotel Group & Head of Design and Hospitality bei der Pontiac Land Group.

PATINA Maldives, Fari Islands (Eröffnung im Frühling 2021) hat es sich zur Aufgabe gemacht, nicht nur den Energieverbrauch konsequent zu reduzieren, sondern dabei gleichzeitig auch die Flora und Fauna der Malediven zu schützen – und das sowohl vor als auch nach der Eröffnung. Von der „Zero-Waste“-Küche über Recycling von Plastik aus dem Meer bis hin zum Angebot von kostenlosen Tauchkursen für Kinder, um den Respekt der nächsten Generation für die Umwelt zu fördern: PATINA wird von seinem Engagement für „perpetuality“ – dem gewissenhaften Umgang mit dem Kreislauf der Natur – angetrieben. Patina Maldives, Fari Islands wird das erste Haus dieser anspruchsvollen Lifestyle-Marke sein und gehört zur Capella Hotel Group.

„Es ist eine Ehre, von Travel + Leisure für unsere Nachhaltigkeitsbemühungen

ausgezeichnet zu werden“, so Nicholas M. Clayton, CEO, Capella Hotel Group. „Nachhaltigkeit ist ein immerwährender Prozess und wir werden unser Engagement weiter ausbauen, um dauerhafte Veränderungen in der Welt zu ermöglichen – sei es durch Gemeinschaftsinitiativen oder durch die Suche nach neuen Wegen, um unseren ökologischen Fußabdruck zu reduzieren.“

„Das Team von PATINA Maldives, Fari Islands ist sehr stolz auf diese Auszeichnung“, sagte Marco Den Ouden, General Manager des PATINA Maldives, Fari Islands. „Die modernen Reisenden sind sich zunehmend ihres eigenen Einflusses auf die Umwelt bewusst und haben begonnen, ihren eigenen Konsum, ihre Ausgaben und ihre Handlungen genau zu überprüfen. PATINA Maldives, Fari Islands freut sich darauf, diese „perpetual“ Reise mit unseren Gästen, unseren „perpetual“ Partner*innen sowie unseren Zuliefer*innen fortzusetzen.“

The Global Vision Awards 2021 wird an insgesamt 30 Einzelpersonen, Unternehmen und Organisationen vergeben, die bedeutende Fortschritte im Bereich des verantwortungsvollen Reisens und Lebens machen. Um die Liste der diesjährigen Preisträger*innen zu erstellen, reichte ein Gremium aus Expert*innen aus der Reise-, Gewerbe- und Einzelhandelsbranche sowie aus dem Non-Profit Sektor die Nominierungen ein, die von der Travel + Leisure-Redaktion auf eine ausgewählte Liste von Finalisten*innen reduziert wurden.

Foto: PATINA, Maldives Fari Island

Die Travel + Leisure Global Vision Awards 2021 werden in der April-Ausgabe von Travel + Leisure und unter www.travelandleisure.com/global-vision-awards/ vorgestellt.



Ein faszinierendes Naturereignis

Vulkanausbruch auf La Réunion

Der Vulkan Piton de la Fournaise, einer der aktivsten Vulkane der Welt, ist am Freitag, den 09. April 2021 um 19 Uhr Ortszeit zum ersten Mal im Jahr 2021 ausgebrochen.

Das vulkanologische Observatorium des Piton de la Fournaise (OVPF) verzeichnet seit dem 09. April, 15 Uhr Ortszeit, eine neue seismische Krise. Laut OVPF-Aufzeichnungen befindet sich die Quelle des Bebens an der Südflanke des Vulkans innerhalb der Caldera. Der Ausbruch ist vom Gipfel Piton de Bert aus sichtbar.

Der Piton de la Fournaise, der sich in dem von der UNESCO zum Weltnaturerbe erklärten Gebiet befindet, entstand vor 530.000 Jahren. Er ist 2.631 Meter hoch und verfügt durch die Caldera über eine natürliche Abgrenzung. Er ist heute einer der aktivsten Vulkane der Welt. Er stellt aufgrund seiner effusiven Tätigkeit (keine explosionsartigen Ausbrüche, sondern lediglich ein Ausfließen der Lava) keine Gefahr für seine Besucher dar, die dieses einzigartige pyrotechnische Spektakel im Indischen Ozean bewundern möchten. Der Vulkan verzeichnete drei spektakuläre Ausbrüche im Jahr 2020.



Der Präfekt löste Freitag, den 09. April 2021, die Alarmstufe 2-2 „Ausbruch innerhalb der Caldera“ des Katastrophenschutzplans ORSEC aus. Der öffentliche Zugang zur Caldera vom Pas de Bellecombe aus und von jedem anderen Weg sowie die Landung von Hubschraubern im Bereich des Vulkans ist bis auf Weiteres untersagt.

Top-Erfahrung auf der Insel La Réunion: Reise zum Mittelpunkt der Erde

Möchten Sie noch mehr rund um den Vulkan erfahren? Während ihres Besuchs auf der Insel - wenn die Bedingungen es zulassen - können Reisende ins Innere des Piton de la Fournaise vordringen und sogar seine Lavatunnel erkunden. Um Saint-Philippe und Sainte-Rose herum gibt es fast fünfzig unterirdische Tunnel, die zu den alten Lavaströmen von 2004 oder 2007 führen. Zugelassene Führer beaufsichtigen diese außergewöhnliche Aktivität, um Groß und Klein unter den besten Bedingungen willkommen zu heißen.

*Fotos: Insel La Réunion
Tourismusausschuss*



Verfolgen Sie den Ausbruch des Piton de la Fournaise in voller HD-Qualität auf reunion.fr:
www.reunion.fr/pratique/webcams/webcam-volcan-piton-de-la-fournaise



Ein langes, glückliches Leben

Heiner Sieger

Eine Ayurveda-Kur wirkt unmittelbar auf Körper und Geist. Besonders authentisch lässt sich diese Form der Körperbehandlungen gemäß der buddhistischen Lebensart im Barbelyn Reef erleben, dem ältesten Ayurveda-Resort Sri Lankas.

Sri Lanka ist eine sehr freundliche Nation: „Ayubowan“ empfängt das singhalesische Begrüßungswort die Neuankömmlinge aus aller Welt auf dem Flughafen der pulsierenden Hauptstadt Colombo von unzähligen Plakaten. „Ich wünsche dir ein langes, glückliches Leben“, heißt

das. Und in Zeiten von Corona ist das so wieso eine sinnvolle wie gesunde Geste anstelle des Händeschüttelns.

Schon länger stand eine Ayurveda-Kur in Sri Lanka auf der Liste meiner Traumziele. Doch wie findet man das Richtige angesichts der vielfältigen Angebote im Internet? Es sollte schließlich alles passen für die Ayurveda-Kur, die ich mit Frau und erwachsener Tochter antreten wollte. Und das tat es dann auch. Und zwar dank etwas, das meist funktioniert: Aufgrund von Empfehlungen von mehreren Freunden und Bekannten lief es am Ende auf das Barbelyn Reef Resort hinaus.

Noch einige Tage vor dem Corona-bedingten Lockdown schafften wir es in den Flieger nach Colombo. Nach rund 10 Stunden Flug und dann knapp anderthalb Stunden Fahrt im Hotelbus erreichten wir das Resort im Ort Beruwala. Der Empfang hätte freundlicher nicht sein können: Rezeptionist Athula – der wie sich noch herausstellen sollte, auch ein begnadeter Yoga-Lehrer ist, überreicht jedem zur Begrüßung mit einem breiten Lächeln und „Ayubowan“ eine entzückende, lila leuchtende Lotusblüte und ein Erfrischungsgetränk.

Terrassenplatz direkt am Riff



Ein Bungalow direkt am Meer

Das Resort besteht aus verschiedenen Bungalows und Hotelzimmern, einem Speisesaal und einem großen Ayurveda-Behandlungszentrum inmitten von Palmen und landestypischen Gewächsen. Die altherwürdige, landestypische Anlage ist die älteste in Sri Lanka, aber sehr gepflegt. Mittendrin liegt der mit dunkelblauen Kacheln geflieste Meerwasser-



Die Bungalows des Resorts sind mit landestypischen Möbeln aus eigener Schreinerei eingerichtet

Krankenhaus, aber es fühlt sich nicht so an. Für mich ist es eher wie ein Tempel: Wir bringen Körper und Geist zusammen.“ Der typische Ayurveda-Lifestyle, der hier praktiziert wird, setzt auf einen Dreiklang aus Prävention, Heilung und Verjüngung. Die Wurzeln von Ayurveda liegen im Jahrtausende alten indischen Sanskrit. „Ayur“ heißt Leben, „Veda“ bedeutet Weisheit. Diese Form der Körperbehandlungen wird in der buddhistischen Lebensart seit je her gepflegt und praktiziert. Auf Sri Lanka wacht bis heute sogar ein Ministerium für Medizin über diese Arbeit.

Pool. Um die Gäste in den 75 Zimmern kümmern sich 250 Angestellte, davon 70 alleine im Medical Center.

Unsere Unterkunft ist ein kleiner Bungalow mit zwei großen, mit Moskitonetzen überzogenen Holzbetten und Möbeln aus eigener Schreinerei, riesigem Deckenventilator und Bad mit Dusche. Schlicht, aber gemütlich. Der wahre Luxus dagegen ist das Meer unmittelbar vor uns. Hier auf der eigenen Terrasse tagsüber im Schatten oder am Abend bei angenehmen 27 Grad ein gutes Buch zu lesen oder einfach nur zu sinnieren, entstresst komplett: Vor dem Resort liegt, etwa 80 Meter vom Strand entfernt, ein breites, lang gezogenes Korallenriff, über das in beruhigender Monotonität die Wellen rauschen. Daher hat das Resort zum einen sein Namen „Reef“. Und zum anderen lässt es sich dort wie in einer



Stimmungsvoller Sonnenuntergang im Barbery Reef Resort

Die leitenden Resort-Ärzte Dr. Mangala Kumara (li.) und Dr. Asanga Rodrigo



überdimensionalen Badewanne bei 28-30 Grad Wassertemperatur wunderbar schwimmen, schnorcheln und tauchen.

Dr. Asanga Rodrigo, Arzt für Traditionelle Chinesische Medizin, führt das Barbery Reef mit seiner Zwillingsschwester Ruvi in der 3. Generation. Das Resort war früher zu Zeiten seines Großvaters ein beliebtes Ferienresort mit viel Rummel und Alkoholexzessen. „Aber 1984 machte mein Vater daraus das allererste Ayurveda Resort auf Sri Lanka und hat das Konzept streng ohne Alkohol seitdem durchgezogen“, erzählt Dr. Rodrigo von der Pioniertat. „Es ist jetzt ein wenig wie ein offenes

Als Neulinge nehmen wir gleich am ersten Abend die Gelegenheit wahr, bei einem Vortrag eine Einführung in die wesentlichen Aspekte des Ayurveda zu bekommen. Der Referent, Dr. Mangala Kumara, leitender Arzt im Medical Center, hat fünf Jahre Ayurvedische Medizin studiert und ist ein Füllhorn an ayurvedischem Wissen. „Mentale und körperliche Weisheit gehören zusammen“, startet er seinen Vortrag. „Das Ziel von Ayurveda lautet: Etabliere einen gesunden Zustand deines Körpers, denn das ist wichtig, um Krankheiten vorzubeugen und ein langes, gesundes Leben zu haben.“ Das ist auch der Hintergrund von „Ayubowan“.

Die drei Doshas – der genetische Code der Energie

Im Universum gibt es drei kausale Faktoren – die Sonne, den Mond und den Wind. Im menschlichen Körper gibt es drei entsprechende Bestandteile, die sogenannten Tri Doshas – Vatha, Pitha und Kapha. Die ayurvedische Medizin setzt auf die Ähnlichkeiten zwischen diesen kausalen Faktoren, erklärt Dr. Mangala: „So wie Sonne, Mond und Wind das Gleichgewicht im Universum erhalten, müssen Vatha, Pitha und Kapha in der richtigen Balance sein, um den menschlichen Körper und sein Wohlbefinden im Gleichgewicht zu halten“, betont der Arzt und lächelt. „Vom Dosha hat jeder Mensch seine psychologische und physische Struktur. Das Dosha ist der gene-



Die Heilkräuter kommen aus dem eigenen Kräutergarten

tische Code der Energie. Wäre das von Geburt an immer in Balance, wären wir theoretisch unsterblich.“ Die Unbalance, so lernen wir, entsteht im Laufe des Lebens und zwar durch falsche oder nicht zum ursprünglichen Dosha passende Ernährung.

Genau da setzt die ayurvedische Behandlung an und bemüht sich darum, die Balance wiederherzustellen – durch die medizinischen Behandlungen, durch Dosha-gerechte Ernährung, die Kräutermedizin sowie Yoga. „Aber das braucht Zeit – gesundheitliche Probleme, die sich



In der Apotheke des Resorts wird Kräutermedizin für die Gäste individuell hergestellt

über Jahre entwickelt haben, können nicht über Nacht behoben werden. Deshalb sollte man sich Zeit geben für die Behandlung“, sagt Dr. Mangala. „Optimal für einen Aufenthalt sind drei Wochen: eine Woche, um anzukommen und sich auf die ayurvedische Lebensweise einzustellen, eine Woche für die weiterführende Behandlung und Heilung. Und eine Woche, um die begonnene Verjüngung fortzusetzen und sich selbst neu zu entdecken.“



Ayurvedische Kräutermedizin wird im Resort produziert

Die Verantwortung für die medizinischen Aspekte der Kur tragen im Barbelyn Reef Resort acht Ärzte. Fünf von ihnen stehen den Kurgästen für die Konsultationen zur Verfügung, drei weitere arbeiten für die

Bereiche Pharmazie und die Ernährung. Das Resort stellt sämtliche dort verarbeitete Medizin in einer eigenen Apotheke her. Alle Lebensmittel kommen von einer eigenen Plantage, nur der Fisch wird morgens frisch gefangen. Fleisch sieht der ayurvedische Ernährungsplan nicht vor. Dafür sehr viel körperwarmes Wasser. Auf jedem Zimmer steht daher pro Person eine 2-Liter-Thermoskanne bereit zum Ausspülen der Gifte, ayurvedisch „Ama“ genannt.

Am ersten Tag des Aufenthalts ist der Besuch bei einem der fünf Ärztinnen und Ärzte obligatorisch. In einem intensiven Gespräch werden physische und psychische Probleme des Patienten aufgenommen. Darauf aufbauend entwickelt der Arzt einen ausgeklügelten Plan für die Ernährung sowie die speziellen therapeutischen Behandlungen. Er entscheidet auch, welche Öle, Kräuter und natürlichen Arzneimittel für den jeweiligen Dosha-Typen am besten passen. Die Öle werden im Resort selber hergestellt, ebenso wie die Kräutermedizin, deren Kräuter im eigenen Kräutergarten angebaut werden.

Start in den Tag mit Yoga und Meditation

Wer mag, beginnt seinen Tag hier um 6 Uhr in der Früh mit einer fast zweistündigen Runde Meditation und Yoga.

Athula, der Rezeptionist und selber schon in den 60ern, erweist sich nicht nur als beeindruckend geschmeidiger Yogi, sondern auch als exzellenter Lehrer. Nach dem Frühstück führt der Weg dann ins Behandlungszentrum, wo rund 30 Therapeut*innen sich der Patienten annehmen. Auf meinem Plan steht zu Beginn der zweistündigen Behandlungsrunde eine vierhändige Ganzkörpermassage mit Sesamöl sowie eine Kopf- und Nackenmassage – die meinem sitzenden Beruf geschuldet ist. „Das ist Teil des innerlichen Reinigungsprozesses. Die Massagen dienen dazu, die im Körper angesammelten Gifte Richtung Magen zu bringen, von wo sie in den Darm wan-

Den Abschluss bildet dann der Aufenthalt im Paradies-Garten des Behandlungszentrums. Gleiche Prozedur: Die Therapeutin bittet mich auf eine Liege, fragt nach Zimmer- und Patientennummer und weiß aufgrund der ärztlichen Anweisung sofort, wo sie die mir verordneten Kräutertabletten anbringen muss. Bevor sie noch ein Schatten spendendes Tuch über das Kopfteil der Liege drapiert, drückt sie mir auf jedes Auge ein Gurkenstück und für mich beginnt die nächste erholsame Ruherunde.

Unterstützt wird die Heilung zusätzlich durch die natürliche Medizin, die für jeden Patienten in der eigenen Apotheke



Auf den Tisch kommen viele der 300 Pflanzen mit Heilwirkung, die es nur in Sri Lanka gibt



Bei Tisch warten schon der ärztlich verordnete Speisenplan sowie die fermentierten medizinischen Säfte

ellen fermentierten medizinischen Säften sowie die handgefertigten Kräutertabletten. Die genaue Dosierung sowie die Einnahmezeit sind handschriftlich auf dem Flaschenetikett sowie einem beigelegten Stundenplan vermerkt.

Die Ernährung und die Rolle der Verdauung

Im Barbeyn Reef Resort arbeiten die Ärzte und die Küche eng zusammen. Denn die Speisen, die gereicht werden, tragen dazu bei, die Gesundheit zu stärken. Die Ernährung ist ein weiterer – wesentlicher – Pfeiler des ayurvedischen Lebensstils. Deren Philosophie unterscheidet sich deutlich von der Westlichen.

„Bei Euch lautet die Ernährungsphilosophie: Du bist, was Du isst“, schmunzelt Dr. Mangala. „Wir sagen: Du bist, was Deine Verdauung ist. Arthrose und Arthritis sind zum Beispiel die Folge, wenn die Verdauung nicht funktioniert. Dafür wollen wir den Appetit anregen. Denn wenn das Appetitfeuer zu niedrig ist, werden die Speisen nicht richtig verdaut. Das unverdaute Essen wandelt sich in Gifte, die sich im Körper festsetzen. Daher muss man seinen Appetit kennen, und das kann man hier bei einer Ayurvedakur lernen und sich dann mit den richtigen Lebensmitteln heilen.“

den und ausgeschieden werden. Daher verabreichen wir viel Medizin, die die Gift-Ausscheidung unterstützt“, hatte mir Dr. Mangala zuvor erklärt.

Danach folgt ein warmes Kräuterbad, bei dem eine Therapeutin den in der Wanne sitzenden Patienten etwa 15 Minuten lang aus einem Schöpfer mit dem warmen Kräuterwasser begießt. Anschließend suche ich mir eine Liege im Akupunktursaal. Die dortige Therapeutin fragt nach meiner Zimmer- und Patientennummer und zückt ein Blatt Papier, auf dem mein Arzt bereits meine Beschwerden skizziert hat. Sie weiß nun genau, wo die Nadeln zu setzen sind. Ich verweile für eine halbe Stunde auf der Liege und lasse die Akupunktur wirken.

im medizinischen Zentrum sowie in einem eigenen Institut für Ayurveda bei Colombo frisch hergestellt wird. In einem nach Zimmernummern geordneten Medizinregal findet jeder Gast die auf ihn abgestimmte Medizin täglich ab 15:00 Uhr vor: zwei bis drei Flaschen mit spezi-



Jeder Gast bekommt eine auf ihn individuell abgestimmte Medizin



Auf Sri Lanka und im Resort werden die Speisen mit immunstärkenden und appetitfördernden Gewürzen zubereitet, wie Zimt, Knoblauch, Kurkuma, Pfeffer und Curryblätter

und nicht essen, wenn man keinen Hunger hat. Und man muss den Duft des Essens vorher bewusst aufnehmen, um dann auch die Speisen selber besser aufnehmen und schmecken zu können. Um das zu lernen, sollte man sich nur auf die Speisen konzentrieren und darauf, wie man sich hinterher fühlt: „Wir versuchen daher, das Essen so einfach zu halten wie möglich, weitgehend ohne Saucen: Aber immer bitter, herb, süß, sauer, salzig und adstringierend. Für ein langes, glückliches Leben.“



Auch ayurvedische Schonkost kann appetitlich sein und sehr gut schmecken

Fotos: Heiner Sieger, Barberyn Reef Resort

Zusatzinformation:
Barberyn Reef Resort Beruwala
www.barbrynresorts.com/german/barbryn-reef-ayurveda-resort/

Wie bei der Medizin erhält auch in Bezug auf die Ernährung jeder Gast seinen eigenen, individuellen Speiseplan, sowohl was das Essen als auch die Getränke betreffen. Alkohol und Kaffee sind tabu, stattdessen gibt es exotische Tees und immer abgekochtes Wasser. Wer noch nie ayurvedisch gegessen hat, für den sind die Speisen anfangs gewöhnungsbedürftig. Aber es ist alles schmackhaft, was die heimische Natur so anbietet. Auf den Tisch kommen viele der 300 Pflanzen mit Heilwirkung, die es nur in Sri Lanka gibt und die in den eigenen Gärtnereien des Resorts angebaut werden. So heilt Kohilla laut Dr. Mangala Hämorrhoiden, Kürbissaat-Pulver schenkt besseren Schlaf, Savasap ist hochwirksam gegen Krebs und Penella und Durian gelten als Aphrodisiakum.

„Außerdem stärkt die ayurvedische Ernährung das Immunsystem gegen Viren wie Covid-19. Auf Sri Lanka und vor allem hier im Resort bereiten wir die Speisen in der besonderen Art und Weise zu die sehr viele immunstärkende und appetitfördernde Gewürze enthält wie Zimt, Knoblauch, Kurkuma, Pfeffer und Curryblätter, aber auch kleine rote Zwiebeln“, erzählt Dr. Mangala anlässlich eines Kochkurses für die Gäste. Manche Speisen, so lernen wir, sind heiß und fördern die innere Hitze, wie etwa Lachs. Andere kühlen wie z. B. Gurken. „Wenn man zu viel oder regelmäßig Speisen isst, die innerlich kalt machen, hat man schnell eine Erkältung, deren Zustandekommen man sich dann aber nicht erklären kann“, erklärt der Ayurveda-Arzt. Vor allem: Man soll erst essen, wenn man hungrig ist,



Am Obstbuffet mit exotischen Früchten lässt es sich herrlich schlemmen



Selbst zungenbrecherische Zutaten können die Gesundheit fördern



Ayurvedisch kochen zu lernen, gehört ebenfalls zum Programm



Anja Ebener genießt die Einsamkeit in West Australien

Fünf Quadratmeter Freiheit

Mit der Land Rover Ambulanz auf dem Landweg nach Australien

Susanne Pläß

Schlummert in Ihnen auch die Sehnsucht, die Welt zu bereisen? Corona bremst uns zwar noch aus, doch nutzen wir den Lockdown, um über unser Leben, unsere Ziele nachzudenken. Anregungen gibt uns z. B. das Reisebuch ‚Fünf Quadratmeter Freiheit‘, worin Autor Christian Ebener Mut macht, die Komfortzone zu verlassen.

Wir fragten den ehemaligen Forstwirt nach seiner Idee zu dieser Weltreise?

Anja und ich lieben die Natur, Einsamkeit und das Reisen. Wir waren schon 2013 mit einem Land Rover und Dachzelt bis nach Israel unterwegs. Seitdem hat uns das Reisevirus gepackt. Für mehr Privatsphäre kauften wir uns einen Land Rover Forward 101 und bauten ihn in ein fünf Quadratmeter großes Zuhause um. Der 40 Jahre alte ‚Major Tom‘ diente im Jugoslawien-Krieg als Ambulanz. Er hat uns



Christian Ebener kennt jede Schraube von ‚Major Tom‘

über 70.000 km durch die Schweiz, Italien, Slowenien, Kroatien, Bosnien, Montenegro, Albanien, Griechenland, Türkei, Georgien, Aserbaidschan, Kasachstan, Russland, Mongolei, Südkorea, Vietnam, Kambodscha, Laos, Thailand, Malaysia, Indonesien, Timorleste bis nach Australien gefahren.

Was stand denn so auf den Speisekarten?

Mittelmeerküche in Albanien, Slowenien und Kroatien, Eintöpfe in Kasachstan, Lamm und Milchprodukte in der Mongolei, in Südkorea, Vietnam und Kambodscha Seafood und Insekten, in Laos und Thailand Obst und Pad Thai, Malaysia kocht chinesisch, Indonesien hat viel Gemüse und Wasserbüffel. In Timorleste gibt es gebackenes Obst und in Australien Bush Tucker.

Was hat Euch auf der Reise durch 23 Länder besonders beeindruckt?

Die Mongolei und Australien mit ihren gigantischen Arealen, wo kein Mensch wohnt, die Landschaft ungestört ist, absolute Stille herrscht und es fantastische Sternenhimmel gibt! Anja und ich verspüren eine tiefe Dankbarkeit gegenüber der globalen Hilfsbereitschaft. Wenn wir Probleme hatten, z. B. Motorschaden, bekamen wir überall schnell Unterstützung. Als ich einmal unterm Land Rover etwas

reparierte, schützte mich ein Einheimischer vor einer herannahenden Schlange. Einfühlungsvermögen war in Laos gefragt, als abends Menschen mit Gewehren vor unserem Auto standen, weil sie diese Art zu reisen nicht kannten.

Wie beurteilt ihr den Zustand unserer Welt?

Die Erde bietet vielerorts ein bedrückendes Bild. Speziell in Asien kommt der Aufschwung meist durch Palmöl-Plantagen auf Kosten der Regenwälder. Das war besonders schlimm auf Borneo - überall Rauch, kreischende Sägen und Kahlschlag am Urwald. Die Menschen dort werden nicht über die Folgen ihres Handelns aufgeklärt und der Westen kauft das Palmöl. Zudem ist Plastikmüll in Asien ein gravierendes Problem, weil es noch keine Infrastruktur dafür gibt.



Adlerfest der Berkutschi zum Start der Jagdsaison in der Mongolei

Was kostete die Reise und passiert nun mit Major Tom?

Wir haben einfach gelebt, selbst gekocht und sind mit 40.000 Euro Reisekosten für zwei Jahre ausgekommen. Zurück in Deutschland habe ich zwei Land Rover umgebaut, das Buch geschrieben und arbeite jetzt als freier Autor für Reisetheemen und Fernreisefahrzeuge in Hamburg. ‚Major Tom‘ steht in einer Scheune und bleibt Familienmitglied. Denn wer weiß, was die Zukunft für uns bereithält!

Fotos: Christian Ebener

Das Buch ‚Fünf Quadratmeter Freiheit‘ kostet 18,90 Euro. Bestellung unter <https://christian-ebener.de/> oder im Stock und Stein Verlag ISBN-13: 978-3-9817174-3-3.

Küchenchefs aus der Schweiz und Baden-Württemberg auf dem kulinarischen Vormarsch!

Das sind die ersten Finalisten des bekannten Wettbewerbs „Koch des Jahres“!

Showdown in der Messe Stuttgart. Am 09.03.2021 wurde der erste Vorentscheid des renommierten Live-Wettbewerbs „Koch des Jahres“ als Hybrid-Event ausgetragen. Acht Kandidaten kämpften um den Einzug ins Finale. Sieben Stunden hatten die Kochteams für die Zubereitung ihrer Drei-Gang Menüs Zeit. Überzeugt haben die hochkarätige Jury letztlich die zwei Ausnahmetalente Francesco D'Agostino (Gioias Restaurant, Rheinau) und Fabio Toffolon (zum Äusseren Stand*, Bern) – sie sind somit die ersten zwei von insgesamt sechs Finalisten, die am 11. Oktober 2021 auf der Anuga in Köln um den prestigeträchtigen Titel und 10.000 Euro Preisgeld antreten werden. Hunderte Branchenentscheider erlebten den Live-Wettbewerb von zu Hause aus mit und bekamen neben spektakulärem Live-Cooking auch ein mitreißendes Rahmenprogramm mit viel Interaktion geboten.

1. Finalist Fabio Toffolon



Siegermenu von Fabio Toffolon

Erfolgreicher Start! „Koch des Jahres“ als Hybrid-Event in der Messe Stuttgart

„Nie war digital so nah!“ hieß es beim bekannten Live-Wettbewerb „Koch des Jahres“ am 09.03.2021 in Stuttgart. Statt in den üblichen gefüllten Veranstaltungshallen fand der Auftakt des Wettbewerbs dieses Mal in ganz anderem Rahmen statt – nämlich als Hybrid-Event. Nur die Teilnehmer, Juroren, Sponsoren und Organisatoren des Wettbewerbs kamen in den Räumlichkeiten des Cateringunternehmens Aramark in der Messe Stuttgart zusammen, um die neue Riege aufstrebender Köche auf Mark und Bein zu prüfen. Besuchern war der Zutritt zum Event aufgrund der aktuellen Lage nicht

möglich – dabei sein konnte man aber trotzdem! Das Event wurde live auf die Plattform der digitalen Intergastra sowie auf die Streamingplattform Spoon Fellas übertragen und hunderte Branchenentscheider haben das spannende Spektakel von zu Hause aus miterlebt.

Herausfordernde Wettbewerbssituation für die Kandidaten

Acht Ausnahmetalente hatten sich im schriftlichen Vorentscheid gegen über hundert Mitbewerber*innen durchsetzen können und standen somit im Vorfinale des Wettbewerbs. Nun galt es für die Kandidaten, innerhalb von sieben Stunden ein 3-Gang-Menü für sieben Personen zuzubereiten, dass den Warenwert

2. Finalist Francesco D'Agostino



von 16€ pro Person nicht überschritt. Außerdem musste das Menu folgende Challenges erfüllen:

- **Vorspeise:** Schwarzwurzel | Austern | Hippo Tops
- **Hauptspeise:** vegetarisch (auch vegan möglich)
- **Dessert:** Apfel | Buchweizen | Caranoa Valrhona

Dabei wurden die Koch-Teams auf der Messe Stuttgart, durch die vor Ort bestehenden strengen Hygiene- und Sicherheitsbestimmungen mit einer gänzlich neuen Wettbewerbssituation konfrontiert, die sie alle auf ganzer Linie souverän meisterten – und das, obwohl die meisten von ihnen seit Monaten nicht mehr professionell hinter dem Herd gestanden hatten.

Tasting Jury: Benjamin Maerz, Torsten Michel, Dieter Müller, Tristan Brandt, Anton Gschwendtner



Jury begeistert von hohem Niveau der Kandidaten

Bewertet wurden ihre Leistungen von niemand Geringerem als Jurypräsident und Dreisternelegende Dieter Müller sowie den bekannten Kochgrößen Torsten Michel (temporaire, Baiersbronn), Tristan

Brandt (959 Heidelberg, Heidelberg), Anton Gschwendtner (Olivo**, Stuttgart), Benjamin März (Restaurant Maerz*, Bietigheim-Bissingen) und Christian Sturm-Willms (Yunico*, Bonn). Keine leichte Aufgabe, denn das Niveau der Teilnehmer war durchgehend sehr hoch. „Ich muss wirklich sagen das Teilnehmerfeld ist sehr gut ausgebildet, hoch motiviert und die Entscheidung wurde uns nicht leicht gemacht!

Küchenchefs Fabio Toffolon und Francesco D'Agostino ziehen ins Finale ein

Mit ihren Kreationen durchsetzen konnten sich schlussendlich die zwei Küchenchefs Francesco D'Agostino (Gioias Restaurant, Rheinau) neben Assistenten



Siegermenu von Francesco D'Agostino

Carlos Rodrigues Curini und Fabio Toffolon (zum Äusseren Stand*, Bern) neben Assistenten Fabian Dierauer. Bei der Preisverleihung bekamen die zwei Ausgewählten den goldenen Schlüssel von Friedr. Dick verliehen und ziehen somit ins Finale ein, welches am 11.Oktober auf der Anuga in Köln stattfindet.

Die Siegermenus

Fabio Toffolon

- **Vorspeise:** Pochierte Gillardeau Auster | Schwarzwurzel | Hippo Tops
- **Hauptspeise:** Confiertes Eigelb | Pilz-Dim Sum | Erbsen | Shiitake Essenz
- **Dessert:** Buchweizen | Apfel | Caranoa Valrhona

Francesco D'Agostino

- **Vorspeise:** Ceviche vom Fines de Claire | Schwarzwurzeln | Maracuja-Hippo Tops | Kalamansischäum | Haselnüsse
- **Hauptspeise:** Tomaten-Grieß-Gnocchi | Röst-Blumenkohl | konfierte Tomaten | schwarzer Knoblauch | Parmesansauce | Paztizz Tops
- **Dessert:** Cremige Caranoa Valrhona | gebrannter Buchweizen | Mariniert Apfel | Apfel-Sellerie-Piment-Soße | Nussbutter-Mikrobiskuit | Ziegenkäse-Joghurts | Apple Blossom

Fotos: Julian Redondo Bueno

Weitere Informationen gibt es unter:
www.kochdesjahres.de

Paradiesische Strände, Kultur und üppiges Grün in Zentralvietnam

und die Grenze zu Kambodscha nur etwa 85 Kilometer entfernt. Hue war vom 17. bis 19. Jahrhundert Sitz für den vietnamesischen Kaiser der Nguyen Dynastie. Daher kann man in diesem kulturellen Zentrum einen eindrucksvollen Kaiserpalast, zahlreiche Pagoden und Tempel besichtigen. Ausflüge vom Pilgrimage Village Resort können auch in den etwas südlich gelegenen Bach Ma National Park unternommen werden – ein Paradies für

Vietnam ist fast genauso groß wie Deutschland, aber da es viel schmaler ist, ist die Nord-Süd-Ausdehnung doppelt so lang, nämlich 1650 Kilometer. Und so ist das Klima in den verschiedenen Landesteilen sehr unterschiedlich. Zentralvietnam ist zwischen Februar und Mai am besten zu bereisen, da hier Temperaturen zwischen 27 und 32 Grad Celsius herrschen.

Hue – Kultur mitten im Grün

Üppiges Grün umgibt einen fast 50 Meter langen Pool mit dunkelblauem Wasser. Von der Terrasse der Honeymoonvilla – im traditionellen Stil der Region gehalten – hört man die Vögel. Traumhaft. Das Pilgrimage Village Boutique Resort & Spa mit 173 Zimmern und Villen liegt eine Viertelstunde außerhalb von Hue, in Vietnams Mitte. Hier ist das Land sehr schmal

Kino am Strand – dieses romantische Erlebnis bietet sich zum Beispiel in der Ninh Van Bay bei Nha Trang



Ein eigener Pool umgeben von Vogelgesang – das gibt es in der Honeymoon Pool Villa des Pilgrimage Village Boutique Resort & Spa

Vogelliebhaber und Heimat von 1.400 Pflanzenarten, darunter viele seltene Orchideen. Danach noch ein romantisches Dinner bei Kerzenschein und das Erlebnis ist perfekt!

Danang – Ruhe, Glückseligkeit und Strand

Auf dem Weg nach Süden gelangt man nach Danang, einem Küsten- und Hafenort, von dem aus man viele Ausflüge in die umliegenden Berge wie die Ba Na Hills oder die Marmorberge unternehmen kann. Direkt am Strand liegt das Naman Retreat & Residences zwischen zwei der besten Golfplätze der Region, dem Greg Norman's Danang Golf Club und The Montgomerie Links. Das Retreat wurde in den letzten Jahren mehrfach für seinen Service und seine klare Architektur ausgezeichnet. Besucher sollen hier zur Ruhe kommen, sich bereichern und verjüngt fühlen durch entspannte Orte



Das Hay Hay Restaurant des Nanam Retreat & Residences ist eines von zahlreichen romantischen Orten für die Gäste

eine 24 Meter hohe goldene Buddha-Statue oder das Tal der Liebe.

Nha Trang – Erholung im Paradies am Strand

Schon die Anreise ist erholsam, denn hierhin kommt man nur über den Wasserweg: Ninh Van Bay liegt im Süden der gleichnamigen kleinen Insel, die dem Ferienort Nha Trang vorgelagert ist. Die 62 Villen des Six Senses Ninh Van Bay sind um die ganze Bucht verteilt und blicken alle aufs Meer. In sieben verschiedenen Kategorien (gebaut direkt an den Felsen, am Strand, am Berghang oder direkt über dem Wasser) bieten sie jedem genügend Privatsphäre und einen privaten Pool. Ak-

im ganzen Resort. „Bliss“, also Glückseligkeit, und bewusstes Sein sind hier die Philosophie. Wer wieder bereit für die Welt ist, erreicht in einer knappen halben Autostunde gen Süden die Stadt Hoi An mit ihren schönen Gebäuden aus der französischen Kolonialzeit.

Dalat – Französische Eleganz in den Bergen

Der Aufenthalt im Dalat Palace Heritage Hotel, das der damalige französische Gouverneur 1922 gebaut hatte, ist bereits an sich eine Reise in die Geschichte. Das Hotel sollte französischen Gesandten ideales Klima für die Erholung bieten, denn die Stadt Dalat, in den 1920er Jahren von den Franzosen gegründet, gilt als „Stadt des ewigen Frühlings“. Das herrschaftliche Hotel überblickt den Xuan Huong See und ist umgeben von fünf Hektar Garten mit Pinienwald. Ebenfalls interessant: Am gegenüberliegenden Ufer des Sees befindet sich der Dalat Palace Golf Club. Das Hotel und auch die 43 luxuriösen Zimmer sind im Art Deco Stil der 1930er Jahre gehalten. Gäste blicken entweder auf den See oder die Kathedrale von Dalat. Das Anwesen gilt immer noch als eines

der besten Hotels in ganz Südostasien. Es wurde mehrfach renoviert und immer auf dem neuesten Stand gehalten, hatte aber seit seiner Eröffnung trotz der Kriege nie geschlossen. Dalat selbst bietet zahlreiche Sehenswürdigkeiten wie etwa



In der Water Pool Villa am Rande am südöstlichen Ende des Six Senses Resorts kommt Robinson-Feeling auf – nur etwas luxuriöser!

Im Dalat Palace Heritage Hotel kann man die Atmosphäre der französischen Kolonialzeit Mitte des 19. bis Mitte des 20. Jahrhunderts erleben



tivitäten wie Wassersport, Wanderungen in die Berge, Ausflüge zu den benachbarten Inseln oder zu heißen Quellen, erholsame Spa-Behandlungen, romantische Bootstouren oder vietnamesische Kochkurse machen diesen Aufenthalt perfekt für die genussvollen Flitterwochen.

Fotos: Six Senses Ninh Van Bay, Pilgrimage Village Boutique Resort & Spa, Naman Retreat & Residences, Dalat Palace Heritage Hotel

Weitere Informationen:
www.itsvietnam.com

Das geschmackvollste Spiel der Hauptstadt

Das Berliner Gastro Quartett exklusiv auf The Good Taste



der Rockstar Media & Events GmbH die hauptstädtische Szene bestens kennt. Im Spiel findet sich eine bunte Mischung bekannter Größen, die sich bereits auf The Good Taste solidarisch zeigen: wie Irma la Douce, Lubitsch, eins44 oder das Bonvivant Cocktail Bistro, aber auch andere angesagte Restaurants wie Neni Berlin, Osmans Töchter, Horváth, Tulus Lotrek und viele mehr trumpfen mit ihren einzelnen Spielkarten auf.

Geplant sind weitere Editionen zu Bars, Clubs oder Markthallen und auch andere Städte wie München, Hamburg oder Frankfurt werden in den ausgefertigten Genuss eigener Quartette kommen.

Die Gastronomie steht grundsätzlich für angenehme Abendgestaltungen und gesellige Runden ein. Doch in Zeiten der Lockdowns müssen sich die Restaurants ständig neu erfinden, um für die Gäste da zu sein. Einige der spannendsten Berliner Locations nutzen nun das Revival der Spiele, um sich von einer ganz anderen Seite zu präsentieren: als Klassiker der Spielegeschichte. Im neuen Gastro Quartett kann man mit Außenplätzen punkten oder mit dem teuersten Einzelgericht den Gegenspieler ausstechen, in jedem Fall zeigen sich die Berliner Restaurants als Vergnügen für Zuhause und unterwegs. Dank des passenden QR-Codes kann man das Essen zum Spiele-Abend gleich dazu bestellen oder mit Reservierungen die nahe Zukunft köstlich verplanen.

Erfunden hat das Gastro Quartett Alexander van Hessen, der als Gründer der Berlin Food Week und Geschäftsführer



Fotos: Alexander van Hessen

Das Gastro Quartett gibt es derzeit für 10 Euro exklusiv auf www.the-goodtaste.de zu bestellen.

Ostbayerns Städte

Historisches Handwerk als faszinierendes Urlaubserlebnis

Handwerk hat goldenen Boden“, weiß // der Volksmund bereits seit dem Mittelalter. In Ostbayerns Städten haben einige besonders traditionsreiche Bräuche und Handwerksbetriebe alle Stürme des Wandels überdauert und öffnen Besuchern heute einzigartige Fenster in längst vergessen geglaubte Zeiten.



Beim „Hutkönig“ werden edle Kopfbedeckungen seit fast 140 Jahren ausschließlich von Hand gemacht

Der König der Hute: Maßgeschneidertes für die Köpfe von Promis, Adel und Hollywood

Beim „Hutkönig“ werden edle Kopfbedeckungen seit fast 140 Jahren ausschließlich von Hand gemacht. Prominenz aller Couleur gehört zum exquisiten Kundenkreis des Regensburger „Hutkönigs“. Doch auch „Normalsterbliche“ werden im aktuell neu designten Laden von Andreas Nuslan selbstverständlich bedient: Vom Schüler bis zum Adeligen versorgt die kleine, aber feine Regensburger Manufaktur schon seit 1875 Freunde der gepflegten Kopfbedeckung mit handgefertigten Hüten.

In seiner Werkstatt können Besucher dem Meister bei der Arbeit heute auch über die Schulter schauen. Im neuen Regensburg Magazin unter: www.tourismus.regensburg.de.

Foto: TVO/Regensburg Tourismus GmbH

Weitere Infos zu typischen Handwerksbetrieben in Bayern finden Sie hier: tvo.newswork.de
www.ostbayern-tourismus.de

Jugendstil-Juwel mit neuem Schliff in den Alpen

Erika Boutiquehotel Kitzbühel eröffnet leise wieder

Monatlang wurde hinter der Jugendstil-Fassade gehämmert und gestrichen – jetzt, zur Wiedereröffnung am 12. April 2021, präsentiert sich das frühere Gartenhotel Erika als stylisches Boutiquehotel mit 54 Zimmern und Suiten, Wellness-Bereich, Restaurant und Bar – vorerst allerdings nur für Geschäftsreisende. 1897 erbaut, zählt das Hotel zu den traditionsreichsten und bekanntesten Häusern im Herzen von Kitzbühel. Mit der umfassenden Renovierung setzen die Eigentümerfamilie Tönnies und der Betreiber, die arcona Hotels & Resorts aus Rostock, auf einen zeitgemäßen Lifestyle und positionieren sich für den Ganzjahresbetrieb in der Sport- und Genussstadt Kitzbühel. Im Winter punktet das Haus mit seiner Gehentfernung zum Skigebiet am Hahnenkamm und zur Innenstadt. Im Sommer lockt der gepflegte Garten mit altem Baumbestand, einem Landschaftsteich und der bewirtschafteten Außenterrasse.

Lifestyle – mit Sicherheit

„Wir haben das einstige Hotel Erika in Rekordzeit zu einem charmanten Boutiquehotel umgebaut, das sein Altbauflair bewahrt und Paare ebenso anspricht wie Familien und Alleinreisende“, freut sich Direktor Christian Kreml. „Die Eröffnung ist in diesen Zeiten eine Herausforderung, die wir durch ein ausgefeiltes Hygienekonzept meistern werden. Unseren Gästen ermöglichen wir damit einen sicheren und erholsamen Aufenthalt hier in Österreich.“

Arcona-Geschäftsführer Alexander Winter unterstreicht: „Mit dem Boutiquehotel Erika ist arcona nun auch im Alpenvorraum präsent und erweitert sein arcona-Portfolio um ein weiteres Schmuckstück in einer der beliebtesten Urlaubsregionen Europas.“



Zeitgeist statt Plüsch

Chic, charismatisch und cosy – so präsentiert sich die neue Erika den vielen Stammgästen, Urlaubern und auch Einheimischen, die im Zentrum von Kitzbühel stilvoll entspannen möchten. Obwohl das Hotel rundum neu gestaltet wurde, soll sich ‚die Erika‘ weiterhin vertraut anfühlen und ein Ort der Begegnung sein. Dafür steht auch die Lobby, die in ein offenes Entrée verwandelt wurde. Hier, wie auch in den übrigen Räumen, verleihen die warmen Farben Aubergine, Anthrazit, Grau und Grün dem Interieur eine zugleich elegante und wohnliche Atmosphäre. Die renovierten Zimmer und Suiten verbinden alpine Behaglichkeit mit zeitgemäßem Komfort. Und das neue Restaurant RIKS unter der Führung des bekannten Küchenchefs Karl Stramitzler verwöhnt die Gaumen der Gäste mit seiner frischen saisonalen und regionalen Küche. In der neuen Bar „Greenhouse“ genießen Hotelgäste und Locals frisch gemixte Drinks entweder an der Bar oder in den samtigen Sitzgruppen der Lounge.

„Wir werden ein offenes Haus sein, hier sollen sich Urlauber und Einheimische treffen, austauschen, kennenlernen und es sollen neue Freundschaften und Verbindungen entstehen“, betont Direktor Kreml. Sobald die Corona-Situation es wieder zulässt, werden bei „wine & dine“ Wein-Verkostungen mit kulinarischen Köstlichkeiten angeboten werden. Auch Victoria Eibl, eine waschechte Ti-

rolerin aus Aurach, seit zehn Jahren für Reservierung, Rezeption und Personal im Boutiquehotel Erika verantwortlich, sehnt die Eröffnung herbei. „Ich kann es kaum erwarten, endlich all unsere Mitarbeiter, Gäste und Bekannte hier wieder um mich zu haben“, sagt sie. Bis es soweit ist, kümmert sie sich weiterhin liebevoll um die beiden Damhirsche Kurti und Erika, die im Garten des Hauses leben.

Der ebenfalls neu gestaltete Spa-Bereich lockt mit einer großzügigen Bade- und Saunalandschaft, zu der auch zwei Pools gehören. Die geübten Hände der Masseuse und Kosmetikerinnen machen den Wohlfühlurlaub komplett.

Im Zuge der Renovierung bekam auch die Fassade des Altbaus einen neuen eleganten Look: Vom Flanellgrau der Mauern heben sich die Sprossenfenster und Zierelemente in frischem Weiß ab.

Fotos: arcona

www.erika-kitz.at

Sandals Resorts verraten elf Tipps für ein karibisches Urlaubsgefühl zu Hause

Ein Osterurlaub in der Ferne fällt dieses Jahr wohl leider aus. Sarah Hartman, Director of Interior Design bei Sandals und Beaches Resorts, verrät deshalb ihre besten Tipps, um das Urlaubsfeeling in die eigenen vier Wände zu holen. Nachdem Sarah bereits viele der luxuriösen Zimmer und Suiten in den Sandals Resorts gestaltet hat, aktuell ist sie für das Design der neuen Suiten im Sandals Royal Barbados verantwortlich, teilt sie nun ihre elf besten Tipps für eine karibische Auszeit im eigenen Zuhause.

Sarah Hartman: Director of Interior Design for Sandals and Beaches Resorts



Sandals Resort Montego Bay

gen, wie z. B. Ottomane, Schränke mit vielen Schubladen und Boxen. So wird sichergestellt, dass alles seinen Platz hat.

3 Farbe – In den Sandals Resorts setzen wir die fantastischen Farbtöne des umliegenden Meeres und des Himmels gerne mit blauen und türkisen Akzenten in unseren Zimmern und Suiten in Szene. Um dieses Gefühl der Gelassenheit auch zu Hause zu kreieren, streichen Sie die Wände Ihres Schlafzimmers in einem sanften Blautönen.

ausgestattet. Um nicht von der Aussicht abzulenken, versuchen wir, die Kunstwerke in den Zimmern und Suiten auf ein Minimum zu beschränken. Um das Strandgefühl in die eigene Wohnung zu holen, dekorieren Sie Ihre Wand mit einem Bild mit Meer, Sand und blauem Himmel.

Sarahs exklusive Tipps:

1 Entrümpeln – Der Schlüssel zu einem glücklichen Geist und einem glücklichen Zuhause liegt darin, Ihren Raum frei von Unordnung zu halten. Fangen Sie damit an, alles wegzuerwerfen, was kaputt und / oder alt ist. Wenn Sie es seit über einem Jahr nicht mehr benutzt, getragen oder angesehen haben, ist es Zeit, sich davon zu trennen.

2 Ordnung – Egal ob großer oder kleiner Raum, Ordnung ist der Schlüssel für eine ruhige Umgebung. Um den vorhandenen Platz zu maximieren, verwenden Sie effektive Aufbewahrungslösungen.

4 Polster und Stoffe – Die Verwendung von neutralen Stoffen in Ihrer Wohnung ist eine gute Möglichkeit, um ein helles und luftiges Gefühl zu vermitteln. Seien Sie jedoch wählerisch bei der Auswahl der Stoffe. Verwenden Sie zum Beispiel die gleiche Farbpalette, aber probieren Sie verschiedene Texturen wie Leinen, Samt und Baumwolle aus. Wenn Sie Farbakzente setzen möchten, eignen sich Zierkissen und Überwürfe.

5 Kunst – Die Sandals Resorts bieten eine Auswahl an wunderschönen Zimmern mit Strand-, Meer- und Gartenblick und sind mit ausgewählten Kunstwerken



Sandals Grande St. Lucian

Wenn das nicht Ihr Stil ist, versuchen Sie es mit einem abstrakten Kunstwerk zum Beispiel in Blautönen – beides wird Ihren



Sandals Halcyon

Geist beruhigen und dem Raum einen Fokuspunkt geben.

6 Schlafzimmer – Unser Schlafzimmer ist wohl einer der wichtigsten Räume in unserem Zuhause. Dieser Raum sollte ruhig, sauber und komfortabel sein, damit Sie sich nach einem anstrengenden Tag entspannen können. In den Sandals Resorts verwenden wir Serta-Matratzen und -Kissen, kombiniert mit frischer weißer Bettwäsche, damit unsere Gäste einen erholsamen Schlaf haben. Für ein noch luxuriöseres Gefühl schmücken Sie Ihr Zimmer mit drapierten Vorhängen oder voluminösem weißen, durchsichtigen Stoff an den Fenstern.

7 Musik – Eine großartige Möglichkeit, das Urlaubsgefühl zu Hause zu imitieren, sind Wellen- und Naturgeräusche. Warum nehmen Sie in Ihrem nächsten Sandals-Urlaub nicht einige Ihrer Lieblingsgeräusche auf, die Sie zu Hause abspielen können? Bis dahin gibt es viele Playlists mit Meergeräuschen.

8 Möbel – Um den Raum zu Hause optimal zu nutzen, sollten Ihre Möbel strategisch gut platziert sein: Um den Raum zu vergrößern, stellen wir die Möbel in der Regel in Richtung Licht und Fenster, um „draußen nach drinnen zu bringen“. Dies ist eine großartige Möglichkeit, den Raum größer wirken zu lassen und ein beruhigendes Gefühl zu schaffen. Wie

Sie auf dem Bild unten sehen können, haben wir das Bett vor den Doppeltüren positioniert, um die fantastische Aussicht von unseren Over-the-Water Bungalow-Suiten zu maximieren.

9 Duft – Eine der einfachsten Möglichkeiten, etwas Gelassenheit in Ihr Zuhause zu bringen, ist die Verwendung verschiedener Düfte. Dafür bietet sich

zum Beispiel ein Raumdiffusor auf Meer-salzbasis oder eine Kerze mit Meeresduft an. Beides hilft bei der Entspannung nach einem anstrengenden Tag.

10 Bäder – Ein Bad am Ende eines langen Tages ist nicht nur eine großartige Möglichkeit, den Körper, sondern auch den Geist zu entspannen. Um eine unserer ikonischen Balkon-Tranquility Soaking Tubs zu Hause zu rekonstruieren, gönnen Sie sich eine tropische Zimmerpflanze und einen Badezusatz Ihrer Wahl für einen Abend der Entspannung.

11 Home Office – Da immer mehr von uns von daheim aus arbeiten, ist es wichtig, dass Sie eine Routine einhalten und am Ende des Tages abschalten. Wenn möglich, sollte Ihr Schreibtisch am Ende des Tages weg und außer Sichtweite sein. Wer weniger Platz hat, kann versuchen, Laptop und Papiere am Ende des Tages in eine Schublade zu verstauen, damit Sie Ihren Feierabend und die freien Tage nicht mit Blick auf Ihren Arbeitsplatz verbringen.

Fotos: Sandals Resorts

Weitere Informationen über Sandals Resorts sowie Buchungsmöglichkeiten finden Sie unter www.sandals.de

Sandals Grenada





Plantours Kreuzfahrten

- „HÖHNER“, „BLÄCK FÖÖSS“ und „DOMSTÜRMER“ treten live an Bord auf
- Neubau »Lady Diletta« wird im November ein Schiff voller Narren sein

Das gab es noch nie und ist ein wirklicher Coup: Kurz vor dem Auftakt der Karnevalssession holt Plantours Kreuzfahrten die Top Acts auf das Flusskreuzfahrtschiff »Lady Diletta«: Sowohl „HÖHNER“ als auch „BLÄCK FÖÖSS“ und „DOMSTÜRMER“ treten live an Bord auf. Es wird ein Schiff voller Narren, wenn der Neubau »Lady Diletta« vom 2. bis 5. November 2021 die Kölsche Lebensart auf den Fluss bringt. Start- und Zielhafen ist selbstverständlich Köln.

„Jeden Abend ein Auftritt einer Top-Karnevalsband, dazu mit „Fosco“ ein Top-DJ“, fasst Oliver Steuber, Geschäftsführer von Plantours Kreuzfahrten, die Karnevals-Premiere zusammen. „Jeden Abend soll an Bord stimmungsvoll gefeiert werden, nach der Rhein-Passage entlang der Loreley bitten wir zum Fröhschoppen.“

Kölsche Lebensart auf der »Lady Diletta«: 2. bis 5. November 2021, ab/bis Köln, ab 599 Euro in der 2-Bett-Außenkabine. Suite mit eigenem Balkon ab 899 Euro.

Foto: Gour-med

Weitere Informationen:
www.plantours-kreuzfahrten.de

Naturhäuschen.de

Naturhäuschen.de hat für jeden Geschmack etwas zu bieten, von der Hütte bis zur Villa und vom Bauernhof über den Zirkuswagen bis zum winzigen Haus inmitten grüner Landschaften.

Das Unternehmen mit Sitz in der niederländischen Provinz Noord-Brabant wurde 2009 von den Brüdern Tim und Luuk van Oerle gegründet, beide begeisterte Vogelbeobachter und Naturliebhaber. Die Website fungiert als Marktplatz für Ferienhäuser, weit weg von der Masse und umgeben von Ruhe und Frieden. Derzeit umfasst das Angebot 17.000 Häuser in 57 Ländern, und jede Woche kommen durchschnittlich 150 Häuser hinzu. Ein Naturhaus befindet sich immer in einer grünen Umgebung und niemals in einem großen Ferienpark. Menschen in die Natur bringen, ist die Mission der beiden Brüder. Um die Natur noch lange genießen zu können, geben sie ihr etwas zurück – für jede Buchung spenden sie einen Euro an lokale Naturprojekte und realisieren diese gemeinsam mit Partnern wie zum Beispiel Rewilding Europe.



Wir möchten Naturhäuschen.de deutschlandweit bekannt machen und Menschen in die Natur holen und ihnen dabei nachhaltige Unterkünfte bieten, weit weg vom Massentourismus und Mainstream. Naturhäuschen.de trifft mehr denn je den Nerv der Zeit. Immer mehr Urlauber legen großen Wert auf Nachhaltigkeit und Ferien in der Natur. Dafür hat die Plattform ideale Ferienhäuser und Unterkünfte im Portfolio.

Foto: Naturhäuschen.de

Weitere Informationen zu Naturhäuschen.de unter www.naturhaeuschen.de

Jahrgangspräsentation der besonderen Art

Online-Weinprobe am 8. Mai um 18 Uhr

Liebe Freundinnen und Freunde des Stodden-Weines, die neuen Jahrgänge sind gefüllt. Ein spannendes Burgunderjahr ist auf der Flasche.

In diesen außergewöhnlichen Zeiten laden wir Sie zu einer Premiere ein: Am Samstag, 8. Mai, ab 18 Uhr, werden unser Außenbetriebsleiter Alexander Eller und ich Ihnen die neuen Jahrgänge in einer Online-Weinprobe vorstellen und gemeinsam mit Ihnen verkosten. Wir werden Ihnen Details zu den Weinen schildern, von den Besonderheiten des Weinjahres erzählen und verraten, wie wir im Wingert den kommenden Jahrgang vorbereiten.

Im Laufe des Abends werden wir zudem einen Überraschungsgast begrüßen dürfen. Sechs Weine haben wir für die gemeinsame Jahrgangspräsentation ausgesucht. Diese werden Ihnen rechtzeitig als Paket zugestellt.

Freuen Sie sich auf folgende Weine:
2020 Spätburgunder Blanc de Noir
2019 Spätburgunder
2018 Spätburgunder „Edition EVA“
2019 Cuvée de Blanc
2019 Spätburgunder JS
2019 Recher Spätburgunder

Bestellen Sie das Weinpaket für 115 Euro per Mail unter info@stodden.de oder telefonisch unter Tel. 49 - 2643 3001.

Bitte geben Sie Ihre E-Mail-Adresse an, damit wir Ihnen rechtzeitig den Link und die Anleitung zur Online-Weinprobe zusenden können.

Wir freuen uns auf einen geselligen Abend. Unabhängig davon hoffen wir, dass wir uns bald wieder persönlich zu einer Verkostung in unserem Weingut wiedersehen können. Selbstverständlich ist unsere Vinothek momentan zu den gewohnten Zeiten für Sie geöffnet.

Aktuelle Informationen unter:
www.stodden.de

Erlebniskalender Traube Tonbach

Kochen, Genießen und vieles mehr mit den besten Köchen Deutschlands



Torsten Michel und Florian Stolte

Wer jetzt auf den exquisiten Geschmack gekommen ist, dem seien die Kochkurse im Hotel Traube Tonbach ans Herz gelegt. Unter der Anleitung des stellvertretenden Küchenchefs Henry-Oskar Fried oder einem der Küchenchefs können Sie dort die hohe Traube Tonbach Kochkunst erlernen und das Menü anschließend natürlich gemeinsam in der Kochchule genießen. In dem Erlebniskalender finden Sie aber auch noch weitere Termine und Themen, wie zum Beispiel Yoga- oder Tanzwoche oder ein Fußballcamp.

19. – 23.04.21

Yoga mit Sabine Broghammer

26. – 30.04.21

Mai-Wanderwoche / Länge ca. 12 km

03.05.21

Kochseminar: Vegetarische Gerichte mit Spargel, Morchel und Bärlauch.

03. – 07.05.21

Kultur-Wanderwoche / Länge ca. 8 km

04.05.21

Kochseminar: Gericht vom Badischen Spargel mit Fisch und Geflügel.

17. – 21.05.21

Rücken Fit mit Iris Mahler

14. – 18.06.21

Sportliche Wanderwoche / Länge ca. 15–20 km

21.06.21

Kochseminar: Edelste Teile vom spanischen Balfego-Thunfisch. Filet, Backe und Bauch.

22. – 24.06.21

„Ein Fest für die Freundschaft / Luxemburg“

22.06.21

Kochseminar: Kaltes und warmes Fingerfood aus Spaniens Küche

28.06. – 02.07.21

Sommeryoga mit Dagmar Buhler

12.07.21

Kochseminar: Anti Pasti Büffet mit Crisini, Oliven-Focaccia und zweierlei Pasta.

13. – 15.07.21

„Ein Fest für die Freundschaft / Frankreich“

13.07.21

Kochseminar: Italienische Klassiker wie Vitello Tonato, Carpaccio mit Artischocken, Risotto alla milanese, Spaghetti Botarga, Garnelen vom Holzkohlegrill an Knoblauch, Petersilie und Limetten.

26. – 30.07.21

Yoga mit Sabine Broghammer

31.07. – 02.08.21

„Ein Fest für die Freundschaft / Schweiz“

Das neue Gourmetrestaurant
„temporaire“ in der Traube Tonbach



02. – 06.08.21

Jugendfußballcamp mit Horst Köppel

23. – 27.08.21

Sommeryoga mit Dagmar Buhler

Foto: Traube-Tonbach / René Riis

**Details zu den einzelnen Terminen
erfahren Sie unter:
www.traube-tonbach.de**



Ein fesselnder und zutiefst persönlicher Bericht

Ein verheißenes Land

Barack Obama
Penguin Verlag
1024 Seiten, 42,00 Euro
ISBN: 978-3-328-60062-6

Barack Obama erzählt die Geschichte seiner unwahrscheinlichen Odyssee vom jungen Mann auf der Suche nach seiner Identität bis hin zum führenden Politiker der freien Welt. In erstaunlich persönlichen Worten beschreibt er seinen politischen Werdegang wie auch die wegweisenden Momente der ersten Amtszeit seiner historischen Präsidentschaft – einer Zeit dramatischer Veränderungen und Turbulenzen. Obama nimmt die Leser und Leserinnen mit auf eine faszinierende Reise von seinem frühesten politischen Erwachen über den ausschlaggebenden Sieg in den Vorwahlen von Iowa, der die Kraft basisdemokratischer Bewegungen verdeutlichte, hin zur entscheidenden Nacht des 4. Novembers 2008, als er zum 44. Präsidenten der Vereinigten Staaten von Amerika gewählt wurde und als erster Afroamerikaner das höchste Staatsamt antreten sollte.



Das schillernde Leben des berühmtesten Zauberkünstlers der Nachkriegszeit

Der große Kalanag

Wie Hitlers Zauberer die Vergangenheit verschwinden ließ und die Welt eroberte

Malte Herwig
Penguin Verlag
480 Seiten, 24,00 Euro, ISBN: 978-3-328-60054-1

Er war der größte Showstar der jungen Bundesrepublik, als Magier machte er nach dem Krieg eine Weltkarriere, Helmut Schreiber alias Kalanag. Seine Zaubervorführungen waren aufwendig, brillant, exotisch und schlugen die Zuschauer in ihren Bann. Doch sein größtes Kunststück war es, seine zwielichtige Vergangenheit in der NS-Diktatur verschwinden zu lassen.

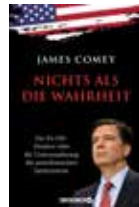


Schaurig, tiefgründig, archaisch

Die nicht sterben

Dana Grigorcea
Penguin Verlag
272 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-328-60153-1

Eine junge Bukarester Malerin kehrt nach ihrem Kunststudium in Paris in den Ferienort ihrer Kindheit an der Grenze zu Transsilvanien zurück. In der Kleinstadt B. hat sie bei ihrer Großtante unter Kronleuchtern und auf Perserteppichen die Sommerferien verbracht. Eine Insel, auf der die kommunistische Diktatur etwas war, das man verachten konnte. Inzwischen ist der Kommunismus Vergangenheit und B. hat seine besten Zeiten hinter sich. Für die Künstlerin ist es eine Rückkehr in eine fremd gewordene Welt, mit der sie nur noch wenige enge Freundschaften und die Fäden ihrer Familiengeschichte verbinden. Als auf dem Grab Vlad des Pfählers, als Dracula bekannt, eine geschändete Leiche gefunden wird, begreift sie, dass die Vergangenheit den Ort noch nicht losgelassen hat.



Der Trump-Kritiker Nummer eins über Recht und Gerechtigkeit in Amerika

Nichts als die Wahrheit

Der Ex-FBI-Direktor über die Unterwanderung des amerikanischen Justizsystems

James Comey
Droemer HC, 288 Seiten, 20,00 Euro, ISBN: 978-3-426-27855-0

Der amerikanische Rechtsstaat ist nach Ende der Ära Donald Trump am Abgrund. Zum Beginn der Amtszeit von Präsident Joe Biden zeigt der Ex-FBI-Direktor James Comey, wie eine gerechte Justiz funktionieren muss. Egal, ob der Gegner die Mafia, Drogendealer oder die Führungszirkel im Staatsapparat sind: Nur die Wahrheit kann jetzt die USA noch retten.



Russische Machtspele

Die Residentur

Iva Procházková
Braumüller Verlag
576 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-992-00273-3

Der Tod eines unbequemen Journalisten unmittelbar vor der Europawahl steht am Beginn einer dramatischen Geschichte. t.pán Chytil, ein Ministerialbeamter verbirgt hinter der Fassade von geradezu langweiliger Anständigkeit das Geheimnis seines Lebens. Dank der Unterstützung einflussreicher Akteure ist er sehr weit aufgestiegen. Ein Scheitern wäre schicksalhaft. Um jeden Preis versucht er den Absturz zu verhindern. Korruption, Mord, zweifelhafte Finanzierung des Wahlkampfes, schmutzige Praktiken der Geheimdienste, jedes Mittel ist ihm recht. Doch die Umstände deuten auf eine bittere Niederlage hin. Denn einen gefährlichen Gegner hat Chytil nicht nur in seinem kompromisslosen Sohn, sondern auch sein eigenes Gewissen könnte ihn zu Fall bringen.



Die Gangster von nebenan

Die Macht der Clans

Arabische Großfamilien und ihre kriminellen Imperien

Thomas Heise und Claas Meyer-Heuer
Deutsche Verlags-Anstalt
352 Seiten, 20,00 Euro
ISBN: 978-3-421-04870-7

Auf den Straßen deutscher Großstädte tobt ein Machtkampf: Kriminelle arabisch-stämmige Clans haben in Berlin, Bremen, Dortmund oder Essen über Jahre Großstadtkieze erobert – und kaum jemand hat sie aufgehalten. Lange waren Polizei und Justiz machtlos gegen die um sich greifende Gewalt. Nun hat der Staat den Kampf mit den Familienbanden aufgenommen. Bereits seit 2003 verfolgen die SPIEGEL-TV-Reporter Thomas Heise und Claas Meyer-Heuer die kriminellen Machenschaften. Sie trafen Clan-Mitglieder bei Boxabenden und Gerichtsverhandlungen, sie waren bei Razzien vor Ort oder als auf offener Straße Prügeleien ausbrachen. In ihrem Buch geben sie tiefe Einblicke in die Strukturen der Clans, beschreiben, wie die Familienbanden so stark werden konnten – und analysieren, ob es dem Staat nun gelingen kann, die Kontrolle zurückzuerlangen.



Vom dunkelsten Fleck auf der Weste des Robert Koch

Robert Kochs Affe

Der grandiose Irrtum des berühmten Seuchenarztes

Lichtwark-Aschoff
S. Hirzel Verlag
240 Seiten, 24,00 Euro, ISBN: 978-3-777-62917-9

In der Corona-Krise ist sein Name in aller Munde: Robert Koch gilt als eine der Lichtgestalten der deutschen Medizingeschichte. Die Expedition indes, die er 1906 ins »Schutzgebiet« Deutsch-Ostafrika unternimmt, bezeichnet auch das nach ihm benannte Institut als dunkelstes Kapitel in Kochs Geschichte. Das Buch zeigt, wie der Nobelpreisträger medizinische Versuche an Menschen durchführt, die an der durch die Tsetsefliege übertragenen Schlafkrankheit leiden, und die Internierung Kranker in Lagern empfiehlt. Ziel ist, die Arbeitskraft der gesunden Kolonisierten zu erhalten und sei es um den Preis, dass die Infizierten durch seine Experimente Schaden an Leib und Seele nehmen oder gar den Tod finden.



Literarisches Verwirrspiel um die Zufälle im Leben

Krass

Lichtwark-Aschoff
Rowohlt Buchverlag
528 Seiten, 25,00 Euro
ISBN: 978-3-498-04541-8

Ralph Krass – so heißt ein verschwenderisch großzügiger Geschäftsmann. Ist er unendlich reich oder nur ein Hochstapler? Er will sich seine Gesellschaft kaufen, immer nur selbst der Schenkende sein. Als in Neapel Lidewine in seinen Kreis tritt, bietet er ihr einen ungewöhnlichen Pakt an. Beobachtet wird das Ganze von seinem Sekretär, dem Pechvogel Dr. Jüngel, mit einem Blick voll Neid und Eifersucht. Aber erst nachdem die Gesellschaft von Herrn Krass durch einen Eklat auseinandergefliegen ist, gelingt es ihm die Mosaiksteine des Geschehenen zu einem Bild zu ordnen – während Menschen wie der stumme Kuhhirte Toussaint, der Schuster Desfosses und Madame Lemoine mit ihren Wellensittichen ihm eine Ahnung davon vermitteln, wie alles mit allem rätselhaft zusammenhängt.



Unsere Staatssymbole stehen für unsere Freiheit – wir dürfen sie nicht den Extremisten überlassen!

Flagge zeigen!

Warum wir gerade jetzt Schwarz-Rot-Gold brauchen

Enrico Brissa
Siedler Verlag
288 Seiten, 20,00 Euro, ISBN: 978-3-8275-0133-2

Schwarz-Rot-Gold steht für unsere freiheitliche Verfassung und damit das Fundament unserer offenen Gesellschaft. Wie kann es dann sein, dass dieses Symbol zunehmend von der extremen Rechten gekapert und umgedeutet wird? Warum nehmen viele Bürgerinnen und Bürger das einfach hin, warum ist ihnen die freiheitliche Bedeutung unserer Staatssymbole so wenig bewusst? Enrico Brissa zeigt, warum wir gerade in Krisenzeiten unsere Staatssymbole brauchen.



Eine extreme und faszinierende Welt am Rande der Welt

Das Verschwinden der Erde

Julia Phillips
dtv Verlagsgesellschaft
376 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-423-28258-1

An einem Sommertag an der Küste Kamtschatkas verschwinden die russischen Schwestern Sofija und Aljona. Das Verbrechen erinnert an einen Vorfall nur Monate zuvor in der indigenen Bevölkerung. Wie eine düstere Wolke hängt der ungelöste Fall fortan über Kamtschatka und beeinflusst das Leben ganz unterschiedlicher Frauen in einer gespaltenen, männerdominierten Gesellschaft. Während das Netz zwischen den Einzelschicksalen dichter wird, hält die Suche nach den Mädchen die ganze Stadt in Aufruhr.



Wie Falschaussagen und Wegschauen Leben zerstören können

Ohne Schuld

Charlotte Link
Blanvalet Verlag
544 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-764-50738-1

Ein wolkenloser Sommertag, die Hitze drückt aufs Land. Im Zug von London nach York zielt ein Fremder mit einer Pistole auf eine Frau. Sie entkommt in letzter Sekunde. Zwei Tage später: Eine junge Frau stürzt mit ihrem Fahrrad, weil jemand einen dünnen Draht über den Weg gespannt hat. Sie ist sofort bewusstlos. Den folgenden Schuss hört sie schon nicht mehr. Die Frauen stehen in keiner Verbindung zueinander, aber die Tatwaffe ist dieselbe. Kate Linville, neu bei der North Yorkshire Police, wird sofort in die Ermittlungen hineingezogen. Sie kommt einem grausamen Geheimnis auf die Spur und gerät selbst in tödliche Gefahr.



Gegenwart, Befangenheiten, Schwächen, Ängsten und Stärken

Über Menschen

Juli Zeh
Luchterhand Literaturverlag
416 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-630-87667-2

Dora ist mit ihrer kleinen Hündin aufs Land gezogen. Sie braucht dringend einen Tapetenwechsel. Aber ganz so idyllisch wie gedacht ist Bracken, das kleine Dorf im brandenburgischen Nirgendwo, nicht. In Doras Haus gibt es noch keine Möbel, der Garten gleicht einer Wildnis, und die Busverbindung in die Kreisstadt ist ein Witz. Vor allem aber verbirgt sich hinter der hohen Gartenmauer ein Nachbar, der mit kahlrasiertem Kopf und rechten Sprüchen sämtlichen Vorurteilen zu entsprechen scheint. Geflohen vor dem Lockdown in der Großstadt muss Dora sich fragen, was sie in dieser anarchischen Leere sucht: Abstand von Robert, ihrem Freund, der ihr in seinem verbissenen Klimaaktivismus immer fremder wird? Antwort auf die Frage, wann die Welt eigentlich so durcheinandergeraten ist?



Die Erinnerung lässt sich nicht begraben ... Abels Auferstehung

Thomas Ziebulä
Wunderlich
464 Seiten, 20,00 Euro
ISBN: 978-3-805-20060-8

Leipzig, Februar 1920. Eigentlich hat Paul Stainer in seinem Leben schon genug Tote gesehen – nicht zuletzt den Mord an seiner Frau Edith. Doch das Verbrechen kennt keine Schonzeit, und es gibt genug Arbeit in der Wächterburg: Die Leiche eines Soldaten stellt Stainer und seinen Kollegen Siegfried Junghans vor ein Rätsel: Wurde das ehemalige Mitglied einer jüdischen Studentenverbindung von den radikalen Rechten ermordet, die ihre Netze in Leipzig enger weben? Dafür sprechen die frischen Wunden, die eindeutig von einer Mensur herrühren. Oder hängt sein Tod mit dem eines weiteren jungen Soldaten zusammen, der bei Basel aus dem Rhein gezogen wurde? Nicht nur Stainer interessiert sich für die Morde, sondern auch die junge, ehrgeizige Journalistin Marlene Wagner. Während Stainers Ermittlungen ihn in die rechten Abgründe Leipziger Studentenverbindungen führen, geht Marlene der Spur eines Zigarettenetuis nach, das der Tote aus dem Rhein bei sich trug.



Politthriller zur Zeit des Kalten Krieges Black Sun

Owen Matthews
Lübbe
432 Seiten, 15,00 Euro
ISBN: 978-3-404-18337-1

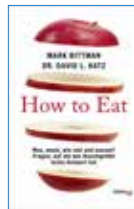
Sowjetunion, 1961: Major Alexander Vasin, Agent des KGB, wird mit einem Spezialauftrag in die isolierte Stadt Arsamas-16 geschickt. Er soll dort den mysteriösen Tod des jungen Physikers Fyodor Petrov untersuchen. In Arsamas-16 herrscht höchste Geheimhaltungsstufe, denn dort wird gerade die Testzündung der größten Wasserstoffbombe der Welt vorbereitet. Bei seinen Ermittlungen stößt Vasin auf eine Wand des Schweigens. Was versuchen die Forscher zu verbergen?



Ein düsterer, spannender Thriller Hexenjäger

Max Seeck
Lübbe
448 Seiten, 16,00 Euro
ISBN: 978-3-785-72712-6

Der Mörder geht nach einem perfiden Plan vor: Detailgetreu stellt er die Morde einer Bestseller-Trilogie nach. Und die sind äußerst brutal und erinnern an mittelalterliche Foltermethoden. Die Opfer – allesamt Frauen. Ist ein Fan der Trilogie durchgedreht? Kommissarin Jessica Niemi und ihr Team ermitteln unter Hochdruck, doch der Mörder ist ihnen immer einen Schritt voraus. Die Ermittler tapen im Dunkeln, bis ihnen klar wird, dass die Opfer Jessica Niemi erschreckend ähnlich sehen ...



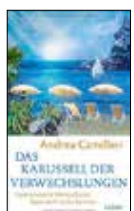
Gesund ernähren und das lebenslang, ohne eine eintönige oder ungesunde Diät?

How to Eat

Was, wann, wie viel und warum? Fragen, auf die das Bauchgefühl keine Antwort hat

Mark Bittman und David L. Katz
Lübbe Life, 304 Seiten, 18,00 Euro, ISBN: 978-3-431-07024-8

Sind Fette und Kohlenhydrate nun gesund oder ungesund? Darf man frühstücken und wenn ja, wie viel? Sollte man besser für immer auf Fleisch verzichten? Beim Thema Ernährung den Durchblick zu behalten scheint schier unmöglich. Doch Mark Bittman und Dr. David L. Katz bringen Licht ins Dunkel. Alle Fragen rund ums Essen beantworten sie einfach und verständlich. Ihr Wissen ist der Schlüssel, sich selbst ein Urteil zu bilden. Damit sind die Zeiten von Verunsicherung und Irritation vorbei, und nur der eigene, gesunde Menschenverstand bestimmt, was auf den Teller kommt.



Unterhaltsamer Sizilianischer Kriminalroman Das Karussell der Verwechslungen

Commissario Montalbano lässt sich nicht beirren

Andrea Camilleri
Lübbe
272 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-785-72701-0

Im Kommissariat des sizilianischen Küstenörtchens Vigàta gibt eine ungewöhnliche Entführung Rätsel auf: Ein verummter Täter hat nacheinander zwei weibliche Bankangestellte überfallen, betäubt und kurz darauf unverletzt freigelassen. Dann erfährt Commissario Montalbano, dass ein junger Unternehmer nach einer Urlaubsreise mit seiner großen Liebe vermisst wird. Stehen die Ereignisse in Zusammenhang? Schon bald kommt Montalbano einem perfiden Täuschungsmanöver auf die Spur ...



Perfekt um in eine andere Welt zu tauchen Kingsbridge

Der Morgen einer neuen Zeit

Ken Follett
Lübbe
1024 Seiten, 36,00 Euro
ISBN: 978-3-785-72700-3

England im Jahr 997. Im Morgengrauen wartet der junge Bootsbauer Edgar auf seine Geliebte. Deshalb ist er der Erste, der die Gefahr am Horizont entdeckt: Drachenboote. Jeder weiß: Die Wikinger bringen Tod und Verderben über Land und Leute. Edgar versucht alles, um die Bürger von Combe zu warnen. Doch er kommt zu spät. Die Stadt wird beinahe völlig zerstört. Viele Menschen sterben, auch Edgars Familie bleibt nicht verschont. Die Werft der Bootsbauer brennt nieder. Edgar bleibt nur ein Ausweg: ein verlassener Bauernhof in einem Weiler fern der Küste. Während Edgar ums Überleben kämpft, streiten andere um Reichtum und Macht in England. Unter ihnen: der gleichermaßen ehrgeizige wie skrupellose Bischof Wynstan, der idealistische Mönch Aldred und Ragna, die Tochter eines normannischen Grafen ...

SUDSUDAN © Isabel Lorthier



Liebe Kollegin, Lieber Kollege:
Wir brauchen
Ihre Solidarität!

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

Vielen Dank,
Volker Herzog

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

JETZT PARTNERARZT WERDEN!

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



Gepflicht + Empfohlen!

SPENDENKONTO:

BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT

IBAN: DE 72 3702 0500 0009 7097 00

BIC: BFSWDE33XXX



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

Träger des Friedensnobelpreises

Was uns verschiedene Studien sagen (können)

Eine Studie hat gezeigt, ...“ so ist es oft zu hören oder zu lesen. Was spontan überzeugend oder seriös klingen mag, bedarf jedoch einer genaueren Beschreibung. Denn es gibt viele verschiedene Studientypen, die sich nicht nur im Design, sondern auch in ihrer Aussagekraft unterscheiden.

Im Zeitalter der evidenzbasierten Medizin zählt die bestmögliche wissenschaftliche Evidenz - nicht Meinungen einzelner Experten -. Dazu wurden und werden vielerlei Studien durchgeführt. Um sie richtig einordnen zu können, ist es hilfreich, die wichtigsten Studienarten und ihre Aussagekraft bzw. deren Grenzen zu kennen. Dies ist gerade bei einem so viel diskutierten Thema wie den gesundheitlichen Auswirkungen des Konsums alkoholischer Getränke unerlässlich. Deshalb legen nicht nur die Deutsche Weinakademie (DWA), sondern auch die Initiative Wine in Moderation (WiM) Wert darauf, dass ihre Äußerungen auf der aktuell bestmöglichen wissenschaftlichen Evidenz beruhen.

Von den vielen möglichen Studientypen und wissenschaftlichen Kennzahlen – allein das Glossar der Fachbegriffe der evidenzbasierten Medizin umfasst über 60 Seiten – seien hier die wichtigsten zum Thema Wein und Gesundheit herausgegriffen. In der Gesundheitsforschung und Ernährungsmedizin überwiegen die EPIDEMIologischen STUDIEN. Die Epidemiologie ist eine wissenschaftliche Disziplin, die sich mit der Verbreitung, den Folgen, möglichen Ursachen und Risikofaktoren gesundheitsrelevanter Fragestellungen in einer Bevölkerung(sgruppe) beschäftigt.

Darunter fallen:

- Querschnittsstudien, die jedoch nur erste Hinweise auf mögliche Zusammenhänge geben können, denn sie

sind – ähnlich wie ein Urlaubsfoto – nur eine Momentaufnahme.

- Fall-Kontroll-Studien, in denen man zum Beispiel das Trinkverhalten von Patienten mit und ohne eine bestimmte Erkrankung vergleicht, dienen nur der ersten Orientierung, denn sie sind sehr fehleranfällig.
- Am aussagekräftigsten unter den epidemiologischen Studien sind prospektive Kohortenstudien, da sie Daten im Zeitverlauf sammeln und nicht rückblickend oder nur zu einem Zeitpunkt.

Beispielsweise können solche Studien untersuchen, ob es einen statistischen Zusammenhang (= Korrelation) zwischen dem Weinkonsum und dem späteren Risiko, an Diabetes zu erkranken gibt. Wird dabei gefunden, dass moderate Weintrinker seltener an Diabetes erkranken, dann ist dies ein wichtiger Hinweis auf einen möglichen Gesundheitsvorteil des moderaten Weingenus. Es ist jedoch kein Beweis dafür, dass Weintrinken vor Diabetes schützt. Denn epidemiologische Studien sind nur beschreibender Natur (Beobachtungsstudien) und erlauben keine Aussage über eine mögliche Ursache-Wirkungs-Beziehung.

Für Ursache-Wirkungs-Analysen benötigt man KLINISCHE STUDIEN (Interventionsstudien), die die Auswirkungen gezielter Veränderungen untersuchen. So ließe sich beispielsweise überprüfen, ob eine gezielte Änderung des Lebensstils, der Ess- oder Trinkmuster Auswirkungen auf die Gesundheit hat. Idealerweise gibt es bei solchen Studien eine Kontrollgruppe, die entweder keine Veränderung durchführt oder ein Placebo bekommt. Allerdings ist die Durchführung placebo-kontrollierter oder auch verblindeter Interventionsstudien im Bereich Wein und Gesundheit praktisch unmöglich, weil die Probanden den Unterschied schmecken würden und dann wüssten, in welcher

Gruppe (Intervention oder Kontrolle) sie sind.

- Als Goldstandard unter den Einzelstudien gilt die randomisiert-kontrollierte Studie (RCT), bei der die Teilnehmer nach dem Zufallsprinzip (randomisiert) in die Interventions- oder die Kontrollgruppe gelost werden. Dies verringert die Fehlermöglichkeiten und erhöht so die Aussagekraft der Ergebnisse.
- Auf der nächsthöheren Stufe stehen die systematischen Reviews. Das sind Übersichtsarbeiten, in denen die Ergebnisse mehrerer Einzelstudien nach festgelegten Kriterien zusammengefasst werden.
- Werden nicht nur Ergebnisse gebündelt, sondern die Daten von Einzelstudien zusammengefasst und gemeinsam neu analysiert, handelt es sich um eine Meta-Analyse. Diese Studienform genießt das höchste Ansehen in Sachen Aussagekraft, vor allem, wenn es sich um Meta-Analysen von RCTs, den Goldstandard-Studien handelt.

Der Hinweis, dass es eine Studie zum Thema gibt, ist also keineswegs ausreichend für eine seriöse Aussage. Es sollte schon bekannt sein, um welche Art von Studie es sich handelt.

Quellen: Deutsches Netzwerk Evidenzbasierte Medizin e.V.: www.ebm-netzwerk.de/de/service-ressourcen/ebm-glossar, www.amboss.com/de/wissen/Grundlagen_wissenschaftlicher_Studien_und_Hilgers_et_al.:_Einfuehrung_in_die_Medizinische_Statistik. 2. Auflage Springer 2006, ISBN: 978-3-540-33943-4

Deutsche Weinakademie GmbH
Platz des Weines 2
55294 Bodenheim

E-Mail: info@deutscheweinakademie.de
www.deutscheweinakademie.de

Mit neuen Biomarkern Diabetes-Typ-2 frühzeitig erkennen – Zucker und Zucker-verbindungen im Fokus

Max Rubner-Institut - Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel

4 63 Millionen Erwachsene weltweit leben mit Diabetes mellitus. Rund 90 Prozent davon weisen einen Diabetes-Typ-2 auf, der im Gegensatz zum Typ-1 maßgeblich durch den Lebensstil bedingt ist. Etwa die Hälfte der Fälle wird nicht frühzeitig diagnostiziert. Mit Hilfe einer am Max Rubner-Institut, entwickelten Analytik für eine Vielzahl von Zuckerverbindungen und deren Abkömmlingen konnten in einer Studie einige bisher im Blut nicht bekannte Zuckerverbindungen gefunden werden, die sich mit der Erkrankung an Diabetes-Typ-2 veränderten. Sie könnten daher als Biomarker für eine frühzeitige und verbesserte Diagnose dienen.

Eine frühzeitige Diagnose von Diabetes-Typ-2 kann durch präventive Maßnahmen, wie zum Beispiel einer Ernährungsumstellung und mehr Bewegung, die Erkrankung verhindern und gar die Heilung früher Stadien des Diabetes-Typ-2 ermöglichen. Blutglucosespiegel, Glucose im Urin und glykiertes Hämoglobin (HbA1C) im Blut sind gute Marker für die Diagnose, das Fortschreiten und die Überwachung der Erkrankung. Doch Marker, die noch früher, schnell, einfach und sicher eine Diagnose vor dem Auftreten von Symptomen ermöglichen, sind wünschenswert.

In den letzten Jahren werden vermehrt sogenannte Metabolomics-Methoden genutzt, um neue Biomarker zu finden. Diese Ansätze ermöglichen eine umfangreiche Analyse aller Verbindungen, die zum Beispiel in Urin oder Blut vorkommen. Metabolom-Daten gewähren daher tiefergehende Einblicke in das Stoffwech-

selgeschehen und können helfen, die Entwicklung von Erkrankungen besser zu verstehen. Obwohl es sich bei Diabetes um eine Erkrankung handelt, die vor allem den Zuckerstoffwechsel betrifft, wurden bisher nur wenige Zucker und Zuckerverbindungen im Zusammenhang mit einer Insulinresistenz, als verändert identifiziert. Insulin-Resistenz ist eine der wichtigsten Stoffwechselveränderungen zu Beginn einer Diabetes-Erkrankung, bei der der Körper zunehmend unempfindlich auf die Insulinausschüttung infolge einer zuckerreichen Mahlzeit reagiert. Eine Schwierigkeit bei der Suche nach Zuckern als Biomarker sind analytische Probleme, weil diese Stoffklasse viele sehr ähnliche Verbindungen umfasst, die meist nicht separiert werden können. Mit Hilfe einer speziellen Methode hat das Institut für Sicherheit und Qualität bei Obst und Gemüse nun die Möglichkeit, eine Vielzahl von Zuckern und Zuckerverbindungen in biologischen Proben zu erfassen. Dabei werden nicht nur typische Mono- und Disaccharide wie Glucose, Fructose und Saccharose nachgewiesen, sondern auch die davon abgeleiteten Zuckeralkohole, Zuckersäuren und Aminosucker sowie seltene Zucker.

Am Max Rubner-Institut wurde das Zuckerprofil im Blut gesunder, prädiabetischer und diabetischer Probanden einer humanen Interventionsstudie untersucht, die an der Technischen Universität München (Zusammenarbeit mit Arbeitsgruppe von Prof. Daniel und Prof. Skurk) durchgeführt wurde. Insgesamt konnten 40 verschiedene Zucker und Zuckerverbindungen im Blut gefunden werden. Davon wurden 27 Zuckerverbindungen

eindeutig identifiziert, während die verbleibenden 13 Verbindungen bisher nur bestimmten Klassen von Zuckerverbindungen zugeordnet werden konnten. Auch seltene und unübliche Zuckerverbindungen wie Allulose, Trehalose oder Xylonsäure wurden im Blut nachgewiesen.

Die Analysen ergaben, dass sich das Zuckerprofil im Blut von Gesunden, Prädiabetikern und Diabetikern bereits im Nüchternzustand deutlich unterschied: Nicht nur beim klassischen „Blutzucker“ Glucose, sondern auch bei anderen Zuckern wie Mannose, Maltose, Trehalose, Fructose und 1,5-Anhydrosorbitol wurden signifikant unterschiedliche Mengen im Plasma im Vergleich zu gesunden Probanden nachgewiesen. Weiterhin konnte gezeigt werden, dass es Zuckerverbindungen gibt, die unabhängig vom Diabetes-Status der Probanden nach Gabe des Test-Getränks anstiegen, z.B. Allulose und eine weitere, bisher nicht genau identifizierte Zuckerverbindung. Andere Verbindungen (u.a. Trehalose, Mannose, Fructose, Threitol) zeigten nach Aufnahme des Test-Getränks ähnliche zeitliche Konzentrationsverläufe wie Glucose. Welche Zusammenhänge hier zum Insulinstoffwechsel bestehen, ist noch unklar. Aufgrund der charakteristischen Unterschiede einiger Zucker und Zuckerverbindungen zwischen Gesunden, Prädiabetikern und Diabetikern erscheint es lohnenswert, deren Verwendbarkeit als frühzeitige Marker für Diabetes-Typ-2 zu prüfen.

Weitere Informationen:
www.mri.bund.de

Neuroradiologie der Uniklinik Gießen unter Leitung
von Prof. Tobias Struffert

Verbesserte Schlaganfallbehandlung mit neuester Technologie

Seit Februar ist Prof. Tobias Struffert Leiter der Abteilung Neuroradiologie am Gießener Universitätsklinikum. Zuvor war er an der Universität Erlangen/Nürnberg als Oberarzt der Abteilung für Neuroradiologie und Leiter der Sektion Interventionelle Neuroradiologie langjährig tätig.



Prof. Tobias Struffert ist seit Februar 2021 Leiter der Abteilung Neuroradiologie am Gießener Universitätsklinikum

Schwerpunkte der Gießener Neuroradiologie sind die Diagnostik von Erkrankungen des Zentralnervensystems, die Diagnostik und Behandlung von Schlaganfällen, die Therapie von Gefäßmissbildungen in Kopf und Wirbelsäule, Einengungen von Kopf- und Halsschlagadern und von Gefäßaussackungen (Aneurysmen) an Gehirngefäßen.

Ein besonderes Augenmerk liegt für Struffert auch auf der Behandlung der stetig steigenden Zahl von Schlaganfallpatient*innen. Seit 2018 hat sich die Zahl der hier in Gießen diagnostizierten und endovaskulär interventionell behandelten Schlaganfälle vervierfacht. „Wir sind bundesweit eines der großen Schlaganfallzentren und haben vor einem Jahr mit der Anschaffung einer der modernsten Angiographie-Anlagen die Diagnostik und Behandlung nochmals deutlich optimiert“, erklärt der Neuroradiologe.

Die Angiographie ist ein bildgebendes Verfahren, bei dem die Blutgefäße in Hirn, Rückenmark, Hals und Gesicht mit Hilfe von Kontrastmittel dargestellt werden können. Dabei wird ein dünner Schlauch über die Leiste bis zu den Blutgefäßen geführt, die untersucht werden sollen. So lassen sich dann krankhafte Veränderungen an den Gefäßen, Missbildungen oder Verengungen erkennen. Zudem können mit Hilfe der Angiographie auch minimal-invasive Eingriffe vorgenommen werden, beispielsweise die Therapie von Aneurysmen (Gefäßaussackungen), die unbehandelt zu schweren Hirnblutungen führen können. Oder es können eben bei Schlaganfallpatienten verschlossene Gefäße wieder eröffnet werden.

Die neue Angiographie-Anlage hat für die Patient*innen zahlreiche Vorteile: Während die Strahlenbelastung nun geringer ist, wurde die Bildqualität in 2D und 3D-Bildgebung erheblich verbessert, so dass nun auch kleinste Blutgefäße in schwer zugänglichen Regionen dargestellt werden können. Prof. Struffert: „Bei bestimmten Patienten mit Verdacht auf Schlaganfall können wir mit den verbesserten Möglichkeiten der neuen Anlage sogar die zuvor bislang übliche Computertomographie überspringen und sparen so wertvolle Zeit.“

Vor einem Jahr wurde das neue Angiographiegerät in Gießen in Betrieb genommen. Damit war das Uniklinikum der erste Standort in Deutschland an dem diese modernste Anlage in den Dienst gestellt wurde.

Foto: Justus-Liebig-Universität Gießen / Rolf K. Wegst

Mehr Infos:
www.ukgm.de

Digitalisierung im Gesundheitswesen neu denken

- In einem gemeinsamen Positionspapier treten der Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien (Bitkom) und der Bundesverband Gesundheits-IT (bvitg) für eine umfassende Umgestaltung der Digitalisierung des Gesundheitswesens ein.
- Zentrale Forderungen sind eine neue Governance-Struktur und Rollenverteilung sowie ein übergeordnetes eHealth-Zielbild.

Die Digitalisierung des deutschen Gesundheitswesens befindet sich in einem Dilemma: Zwar wurde sie in den vergangenen Jahren wie nie zuvor auf gesetzlicher Ebene vorangetrieben, doch gleichzeitig werden Innovationen noch immer ausgebremst.

„Die Digitalisierung kann nur gelingen, wenn alle Beteiligten ihre Kompetenzen und Stärken optimal einsetzen können. Doch gerade die Expertise der Industrie wurde bisher nur unzureichend einbezogen, was zu zahlreichen praxisfernen Lösungen, Prozessen und Fristen führte“, erklärt Sebastian Zilch, Geschäftsführer des Bundesverbands Gesundheits-IT. „Der bisherige Prozess der Digitalisierung des deutschen Gesundheitswesens ist unzufriedenstellend und muss deshalb grundlegend neu gedacht und aufgestellt werden.“

Klare Verantwortlichkeiten

Vorschläge wie eine solche Umgestaltung aussehen kann, liefern der Bitkom und bvitg in einem neuen Positionspapier. Im Mittelpunkt steht eine Neuverteilung der Kompetenzen und Verantwortlichkeiten der zentralen Akteure. Diese arbeiten auf Augenhöhe zusammen und übernehmen gemeinsam Verantwortung für eine sichere und gute Gesundheitsversorgung.

Die gesamte Publikation sind auch auf der bvitg-Website abrufbar:
www.bvitg.de/0421-digitalisierung-gesundheitswesen-neu-denken/

Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs) durch Corona stärker akzeptiert

Rheumatologen und ihre Patienten schätzen Videosprechstunden zur Verlaufskontrolle

Seit Ausbruch der COVID-19-Pandemie nutzen Patienten und Rheumatologen vermehrt digitale Gesundheitsanwendungen. Wie Autoren der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie e.V. (DGRh) in einer aktuellen Studie publiziert haben, hat sich eine positive Einstellung gegenüber digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGAs) während der Pandemie verbreitet.

Menschen mit rheumatischen Erkrankungen müssen ihren Gesundheitsstatus, ihre Medikation sowie deren Wirkung regelmäßig überprüfen und dazu meist einen Rheumatologen konsultieren. Aus Sorge vor einer Ansteckung mit COVID-19 haben viele Patienten während der Pandemie verstärkt digitale Gesundheitsanwendungen genutzt, beispielsweise Videosprechstunden zur Verlaufskontrolle. In welchem Ausmaß dies stattfand und wie Patienten und Ärzte die neuen digitalen Möglichkeiten beurteilen, haben die Arbeitsgemeinschaft Junge Rheumatologen (AGJR) und der Bundesverband der Patientenorganisation Deutsche Rheuma-Liga e.V. analysiert. Ihre Publikation „Digital rheumatology in the era of COVID-19: Results of a national patient and physician survey“ ist nun in RMDopen erschienen. Die Wissenschaftler entwickelten einen Fragebogen und verteilten ihn über soziale Medien und per Email an Patienten mit Erkrankungen aus dem rheumatischen Formenkreis sowie an Rheumatologen. 299 Patienten und 129 Rheumatologen haben an der Befragung teilgenommen. Das Durchschnittsalter der Patienten betrug 49 Jahre, fast 80 Prozent waren Frauen. Bei den Ärzten nahmen fast gleichviel Männer wie Frauen teil, drei Viertel arbeiten an einem Krankenhaus, ein Viertel sind niedergelassen.

Die COVID-19-Pandemie förderte die Akzeptanz und den Gebrauch von DiGAs und verändert möglicherweise langfristig das Management von rheumatologischen Erkrankungen, denn sowohl Patienten als auch Ärzte sind zunehmend an DiGAs als Ergänzung zu konventionellen Versorgungsangeboten interessiert“, betont Prof. Andreas Krause, Präsident der DGRh, vom Immanuel Krankenhaus in Berlin. Man sehe eine massive Entwicklung im Bereich der digitalen Kommunikation durch die Pandemie – knapp ein Fünftel aller Ärzte bieten inzwischen ihren Patienten neue Kommunikationsformen an. Ermöglicht und rechtlich geschützt wird das durch diverse Gesetze aus den vergangenen Jahren und Sonderregelungen der Kassenärztlichen Bundesvereinigung in der akuten Corona-Situation. Die Gesetze und Regelungen sollen einerseits die Chancen der Digitalisierung bei der Gesundheitsversorgung fördern, andererseits für Sicherheit bei der medizinischen Behandlung und im Datenschutz sorgen.

Literatur

Kernder A, Morf H, Klemm P, et al. Digital rheumatology in the era of COVID-19: results of a national patient and physician survey. RMD Open 2021;7: e001548. doi:10.1136/rmdopen-2020-001548.

P. Aries, M. Welcker, J. Callhoff, G. Chehab, M. Krusche, M. Schneider, C. Specker J. G. Richter, Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie e. V. (DGRh) zur Anwendung der Videosprechstunde in der Rheumatologie. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00393-020-00932-x>

Jahrestagung der Intensivmediziner: „Wir planen einen Präsenzkongress in Hamburg!“

Termin vormerken! 1.bis 3. Dezember 2021 im CCH Hamburg

Nach dem erfolgreichen, pandemiebedingt rein virtuellen Kongress der Deutschen Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin (DIVI) im Jahr 2020, stehen die Zeichen für 2021 auf Präsenzveranstaltung. Der aktuelle Kongress-Präsident Prof. Dr. Hans-Jörg Busch (Foto), ärztlicher Leiter des Notfallzentrums des Universitätsklinikums Freiburg, verrät im Interview Schwerpunktthemen, Formate und erste Keynote-Speaker – und wie man dank Pandemiekonzept für alle Eventualitäten gerüstet ist.

Das Motto des DIVI2021 lautet „Gemeinsam! Treffen, Diskutieren. Gestalten.“ Was bedeutet das konkret und warum ist das aktueller denn je?

Es geht nur gemeinsam: Wir müssen interdisziplinär und interprofessionell miteinander sprechen, um die Zukunft der Notfall- und Intensivmedizin zu gestalten. Und um gemeinsame Lösungen zu finden, müssen wir auch miteinander diskutieren. Das „Treffen“ ist ein ganz wichtiger Punkt, weil wir uns auf einen Präsenzkongress einstellen wollen und bauen darauf, dass er auch so stattfinden kann.

Persönlich sind für mich außerdem zukunftsfähige Konzepte wichtig, in denen wir auch die Mitarbeiter herausstellen können. Denn sie sind das wichtigste Gut in der Intensiv- und Notfallmedizin, wo wir viele belastbare Situationen haben und darin schnelle Entscheidungen treffen müssen.

Geplant ist der DIVI2021 zum jetzigen Zeitpunkt also als Präsenzveranstaltung im Congress Center Hamburg CCH

www.dgrh.de

Details und weitere Infos: www.divid.de

Komplexproteinfreies IncobotulinumtoxinA bei Sialorrhoe

SIPEXI-Studie zeigt neue, wirksame Behandlungsmöglichkeiten auf

Komplexproteinfreies Botulinum Neurotoxin A wird in der Praxis zur Behandlung von Bewegungsstörungen z. B. aufgrund von Spastik oder Dystonien oder auch der chronischen Sialorrhoe (unkontrolliertem Speichelfluss) bei Erwachsenen angewendet. Auf dem virtuellen Symposium im Rahmen des Kongresses für Parkinson und Bewegungsstörungen berichtete Prof. Carsten Buhmann über den Leidensdruck, den Sialorrhoe bei Parkinson-Patienten verursacht, und PD Dr. Manuel Dafotakis über Therapieoptionen bei spastischen Bewegungsstörungen. Darüber hinaus stellte Prof. Steffen Berweck erstmals neue wissenschaftliche Erkenntnisse der SIPEXI-Studie zur Anwendung von IncobotulinumtoxinA bei Kindern und Jugendlichen mit chronischer Sialorrhoe aufgrund neurologischer Grunderkrankungen und/oder geistiger Behinderung vor, welche die Wirksamkeit und gute Verträglichkeit für die Therapie der pädiatrischen Sialorrhoe bestätigen.¹

SIPEXI-Studie liefert neue Erkenntnisse zur Therapie pädiatrischer Sialorrhoe

Das Neurotoxin-Präparat Xeomin® ist aktuell zur symptomatischen Behandlung von Blepharospasmus und Spasmus hemifacialis, zervikaler Dystonie mit überwiegender rotatorischer Komponente (Torticollis spasmodicus), Spastik der oberen Extremitäten und chronischer Sialorrhoe aufgrund neurologischer Erkrankungen bei Erwachsenen zugelassen.² Jetzt wurde ein Antrag zur Erweiterung der Zulassung von Xeomin® für Europa gestellt, dessen Basis die SIPEXI (Sialorrhoea In PEdiatric Xeomin Investigation)-Studie ist.¹ Die wichtigsten Studienergebnisse präsentierte Prof. Steffen Berweck, Stellvertretender Chefarzt am Fachzentrum

für pädiatrische Neurologie, Neuro-Rehabilitation und Epileptologie der Schön Klinik Vogtareuth.

Die randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Phase-III-Studie wurde mit dem Ziel durchgeführt, Wirksamkeit und Sicherheit von IncobotulinumtoxinA zur Behandlung der chronischen Sialorrhoe bei Kindern und Jugendlichen zur Reduktion der Speichelflussrate und Verbesserung der Symptomatik zu untersuchen. Die Studie schloss 27 Zentren in Europa und Russland mit insgesamt n = 256 Patienten ein.



In die Studie eingeschlossen wurden Kinder und Jugendliche im Alter von 2 bis 17 Jahren, die aufgrund einer neurologischen Erkrankung (z. B. Cerebralparese oder Schädel-Hirn-Trauma) und/oder einer geistigen Behinderung eine seit mindestens drei Monaten bestehende Sialorrhoe als Symptomatik aufwiesen. Die notwendige Schwere des unkontrollierten Speichelflusses als weiteres Einschlusskriterium wurde von den Eltern der Patienten anhand der Investigator's modified Teacher's Drooling Skala mit einem Punktwert von mindestens 6 bewertet. Ausschlusskriterien waren unter anderem eine andere Ursache der Sialorrhoe als

eine neurologische Erkrankung und/oder geistige Behinderung, eine moderate bis schwere Schluckstörung, ein Gewicht unter 12 Kilogramm sowie eine Vorbehandlung mit Botulinumtoxin innerhalb des vorangegangenen Jahres. Die Patienten erhielten in der 16-wöchigen Hauptphase sowie in der offenen Verlängerungsphase der Studie eine ultraschallgestützte bilaterale gewichtsadaptierte Injektion der großen Speicheldrüsen im fixen Dosis-Volumen-Verhältnis 3:2 mit IncobotulinumtoxinA (25 Einheiten pro ml) oder Placebo mit dem Ziel der Reduktion der Ruhe- und Reizsekretion der Speicheldrüsen. Analgetika und/oder Sedativa wurden nach Bedarf vor oder während der Injektion verabreicht.

Primäre und co-primäre Wirksamkeitsparameter der Studie waren zum einen die Veränderung der nicht-stimulierten Speichelflussrate und zum anderen die Einschätzung der allgemeinen Veränderung der Symptomatik „Hypersalivation“ durch pflegende oder betreuende Personen anhand der Global Impression of Change Scale – einer Skala, mit der Patienten ihren klinischen Gesamteindruck einschätzen – jeweils 4 Wochen nach der ersten Behandlung gegenüber dem Baseline-Ausgangswert. In der Kohorte der 6- bis 17-jährigen Patienten wurde jeweils der Vergleich von Verum zu Placebo gemessen. Unerwünschte Ereignisse wurden durchgehend aufgezeichnet.

Ergebnisse bestätigen Wirksamkeit und gute Verträglichkeit

Botulinum Neurotoxin Typ A hemmt nach Injektion in die Speicheldrüsen die cholinerge neuroglanduläre Signalübertragung und damit die Aktivität der Speicheldrüsen lokal und reversibel. In beiden co-primären Endpunkten, der un-

stimulierten Speichelflussrate (uSFR) und im Wirksamkeitsurteil der Eltern oder betreuenden Personen zur allgemeinen Veränderung der Sialorrhoe (Clinical Global Impression of Change Scale, GLCS) zeigte sich vier Wochen nach der Injektion von komplexproteinfreiem IncobotulinumtoxinA eine signifikante Reduktion des Speichelflusses gegenüber Placebo.

Die Effekte hielten bis zu 16 Wochen nach der ersten Behandlung an. Mit der wiederholten, kontinuierlichen Injektion in drei weiteren Behandlungszyklen konnte ein anhaltender Effekt der Wirksamkeit sowohl anhand der uSFR sowie des Urteils durch die betreuenden Personen belegt werden. Darüber hinaus belegen die Studiendaten eine gute Verträglichkeit ohne unerwartete oder ohne im Zusammenhang mit der Behandlung stehende schwerwiegende unerwünschte Ereignisse im Laufe der Studie.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse der SIPEXI-Studie, dass IncobotulinumtoxinA bei Kindern und Jugendlichen mit chronischer Sialorrhoe aufgrund neurologischer Grunderkrankungen und/oder geistiger Behinderung wirksam und gut verträglich ist.³ In den USA führten die Studienergebnisse inzwischen zur Zulassung von IncobotulinumtoxinA bei chronischer Sialorrhoe bei Kindern und Jugendlichen ab dem Alter von zwei Jahren.⁴ Die Zulassungserweiterung für Europa ist beantragt.³

¹ Studienregister www.clinicaltrials.gov, Studiennummer NCT02270736, <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/results/NCT02270736?term=SIPEXI&cond=sialorrhoe&draw=2&rank=1>

² XEOMIN® Fachinformation: 50/100/200 Einheiten, Dezember 2019

³ Berweck Setal. Toxicon 190, Suppl. 1, 2020: S 7-9

⁴ US Prescribing Information XEOMIN®, Stand: 12/2020, https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2020/125360s086s092lbl.pdf

Foto: Xeomin®

www.xeomin.de

Gefäßchirurgie

DGG rät zu Corona-Impfung vor größeren Eingriffen

Operationen an der Aorta, die Ausschaltung von Aneurysmen, die Wiederherstellung der Durchblutung an Körper- oder Beinschlagadern oder die Amputation von Extremitäten, die durch schwere Durchblutungsstörungen geschädigt sind – all dies sind operative Eingriffe, die während der Covid-19-Pandemie mit besonders hohen Risiken verbunden sind. Denn eine SARS-CoV-2-Infektion verläuft bei akut gefäßchirurgisch behandelten Patienten in auffallend vielen Fällen tödlich, so ein Ergebnis der internationalen COVER-Studie zur Versorgung gefäßmedizinischer Patienten während der Pandemie. Aufgrund des erhöhten Risikos für schwere Covid-19-Verläufe rät die Deutsche Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin e.V. (DGG) dazu, Patienten im Vorfeld geplanter gefäßchirurgischer Eingriffe gegen das SARS-CoV-2-Virus zu impfen und somit die Impfpriorisierung anzupassen.

Bereits früh im Verlauf der Covid-19-Pandemie wurde deutlich, dass das SARS-CoV-2-Virus nicht nur die Atemwege befällt, sondern auch das Blutgefäßsystem stark in Mitleidenschaft zieht. „Inzwischen weiß man, dass die Blutgefäßwände sich im Zuge einer SARS-CoV-2-Infektion entzünden können und die Blutgerinnungsneigung deutlich erhöht ist.

Wie die bisher im Rahmen der COVER-Studie (COvid-19 Vascular sERvice) gesammelten Daten zeigen, gilt dies in besonderem Maße auch für Patienten nach gefäßchirurgischen Eingriffen wie der Operation eines Aortenaneurysmas, der Wiederherstellung der Durchblutung stark arteriosklerotisch verengter Arterien oder nach Amputation einer Extremität aufgrund einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit. „Je nach Art des operativen Eingriffs erhöht sich die Sterblichkeit bei diesen Patienten auf bis zu 40 Prozent“, sagt Schmitz-Rixen (1).

Auch in der besonders stark von der ersten Covid-19-Welle betroffenen italienischen Lombardei zeigte sich in der Rückschau eine besonders hohe Sterblichkeit, wenn gefäßchirurgische Eingriffe und Covid-19 Erkrankung zusammentrafen. Wie dort tätige Mediziner im European Journal of Vascular and Endovascular Surgery berichten, steigerte eine SARS-CoV-2-Infektion das Sterberisiko nach einer Gefäßoperation auf das Vierfache, die Rate schwerwiegender Komplikationen erhöhte sich auf das Dreifache (2).

Anders als bei Notfällen ist es bei den meisten planbaren Gefäßoperationen durchaus möglich, sie um wenige Wochen zu verschieben, um Zeit für eine Impfung zu gewinnen. „Ob eine solche Verzögerung ohne Risiko möglich ist, muss im Einzelfall entschieden werden“, betont Professor Dr. med. Markus Steinbauer, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie am Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg und Präsident der DGG 2021.

Denn auch das zeigen die Daten aus der COVER-Studie: Wenn gefäßchirurgische Eingriffe zu lange hinausgezögert werden, steigt die Sterblichkeit während der akuten postoperativen Phase ebenfalls deutlich (3).

Quellen

- 1) <https://www.eurekalert.org/publications/2021-03/uob-psr032221.php>
 - 2) <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1078588420309357>
 - 3) <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33378307/>
- Ann Surg
2021 Apr 1;273(4):630-635.
doi: 10.1097/SLA.0000000000004722.

Zertifizierte Gefäßzentren an Kliniken:
www.gefaesschirurgie.de/patienten/zertifizierte-gefaesszentren

100 Jahre Cardiodoron®

Ein zeitloses Geschenk für das Herz

Offensichtlich wussten oder zumindest ahnten Rudolf Steiner und Ita Wegman bereits im Jahre 1921, dem Gründungsjahr von Weleda, welch großer Wurf ihnen gelungen war, als sie die Heilkräfte der Schlüsselblume, der Eselsdistel und des Bilsenkrauts miteinander kombinierten. Sonst hätten sie wohl kaum das neu komponierte, regulativ wirksame Arzneimittel Cardiodoron® genannt, was so viel bedeutet wie „Geschenk für das Herz“. Heute, ein ganzes Jahrhundert später, bestätigen praktische Erfahrungen und Studien in stetigem Fortgang die Wirksamkeit, gute Verträglichkeit und breite Einsetzbarkeit dieses rezeptpflichtigen anthroposophischen Arzneimittels bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen bzw. bei Störungen der vegetativen Rhythmik. Eine aktuelle Sekundäranalyse, die den Zusammenhang zwischen Cardiodoron® und kardiologisch relevanten Parametern genauer untersuchte, zeigt einen deutlichen Rückgang der Ausprägung von funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und Blutdruckauffälligkeiten.¹

Eindeutige und ermutigende Studienergebnisse

Bis zu 40 % aller Herzpatienten können den funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden (fHKB) zugeordnet werden. Charakteristische Symptome sind funktionelle Tachykardie, Palpitationen, Herzrhythmusstörungen, Hyperventilation, Schwindel und vasovagale Synkopen. Begleitend kommen häufig Schlafstörungen hinzu. Organische Ursachen sind nicht nachweisbar, aus ganzheitlicher Sicht liegen diesen Erkrankungen gestörte vegetative Rhythmen zugrunde.

Das Ziel einer nichtinterventionellen Studie war daher zu beleuchten, inwieweit mit Cardiodoron® – einem Arzneimittel, das Störungen der vegetativen Rhythmik entgegenwirkt – die belastenden Symptome positiv beeinflusst werden können.²

Zu diesem Zweck dokumentierten 92 Ärzte in verschiedenen Zentren 501 Patienten mit fHKB und/oder Schlafstörungen, die 3 bis 6 Monate mit Cardiodoron® Dilution behandelt wurden. Nach einer Aufnahmeuntersuchung erfolgte nach 90 Tagen eine Abschlussuntersuchung und bei Fortführung der Therapie nach nochmals 90 Tagen eine Follow-up-Untersuchung. Neben ärztlicherseits bewerteten 30 Symptomen beurteilten die Patienten ihr Befinden anhand der Beschwerdenliste nach von Zerssen und dem Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) nach Buysse. Die Ergebnisse waren durchweg positiv: Sowohl die Ausprägung der fHKB (anfangs 1,9 Punkte, nach 3 Mon. 0,9, nach 6 Mon. 0,6 Punkte, -68 %, n = 269) als auch der Schlafstörungen (anfangs 2,0 Punkte, nach 3 Mon. 0,9, nach 6 Mon. 0,7 Punkte, -65 %, n = 204) ging deutlich zurück. Gleiches gilt durchgehend für die erfassten 30 krankheitstypischen Symptome (Gesamtsummenscore sank von 23,0 auf 8,9 beim Follow-up, -61 %). Weiterhin reduzierte sich der Gesamtwert der Beschwerdenliste signifikant (24,1 vs. 10,1, -58 %, Follow-up); ebenso der PSQI (11,3 vs. 5,1, -55 %, Follow-up). Der größte Effekt bei allen erfassten Wirkparametern war nach drei Monaten messbar.

Die fortgesetzte Behandlung mit Cardiodoron® stabilisierte die Symptomatik nochmals und führte zu einer weiteren Besserung. Eine erste Wirksamkeit konnten die Patienten im Mittel bereits nach 13 Tagen Behandlung feststellen. Die Verträglichkeit wurde fast durchgehend mit „sehr gut/gut“ bewertet.

Die genannte Studie erbrachte auch das interessante Ergebnis, dass 67 % aller Patienten (n = 335) gleichzeitig unter fHKB und Schlafstörungen litten. Alle Patienten mit Schlafstörungen (n = 380) wurden in einer Subgruppenanalyse gesondert betrachtet.³ Ergebnis: Nach ärztlicher Bewertung gingen unter der Therapie bei guter Verträglichkeit sowohl die Ausprä-

gung der Schlafstörungen um 65 % als auch die erfassten 30 Symptome um 59 % deutlich zurück. Weiterhin reduzierten sich der PSQI und der Gesamtwert der Beschwerdenliste signifikant um 60 % bzw. 56 %. Bemerkenswert war, dass Patienten, deren Schlafstörungen auf außergewöhnliche Arbeitszeiten zurückzuführen waren und bei denen dadurch eine zusätzliche Beeinträchtigung des Tag-Nacht-Rhythmus angenommen wurde, noch stärker von der Einnahme von Cardiodoron® profitierten (-76 %) als Patienten mit Schlafstörungen anderer Genese (-63 %).

Neue Sekundäranalyse zeigt Rückgang von funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und Blutdruckauffälligkeiten

Um den Zusammenhang zwischen Cardiodoron® und Blutdruckauffälligkeiten zu klären, wurde in einer ganz neuen Sekundäranalyse die Subgruppe der 454 fHKB-Patienten genauer betrachtet.¹ Hier zeigte sich ein Rückgang der ärztlicherseits bewerteten Ausprägung der fHKB um 68 % von 1,9 auf 0,6 Punkte. Der Symptomsummenscore aus 30 Einzelsymptomen ging um 61 % von 23,6 auf 9,1 Punkte zurück. Blutdruckauffälligkeiten (n = 179) waren mit 1,6 zu 0,7 Punkten um 56 % rückläufig, Atembeschwerden (n = 143) mit 3,1 zu 0,9 um 71 %, Herzbeschwerden (n = 258) mit 5,4 zu 1,5 um 72 % und Kreislaufbeschwerden (n = 157) mit 1,8 zu 0,5 Punkten um 72 %, jeweils im Follow-up. Weiterhin beurteilten die Patienten ihr Befinden mittels der Beschwerdenliste nach von Zerssen, deren Gesamtwert sich um 58 % von 24,0 auf 10,2 Punkte verminderte. Insgesamt zeigte sich bei den Patienten mit Blutdruckanomalien hinsichtlich der systolischen wie auch diastolischen Blutdruckwerte durchgängig eine Wiederannäherung an den gesunden Zustand, d. h. ein Anstieg der Anzahl der Patienten mit Normotonie bzw. ein

Rückgang der Patienten mit Hypertonie, Borderline oder Hypotonie, was auf die regulative Wirkung von Cardiodoron hinweist.

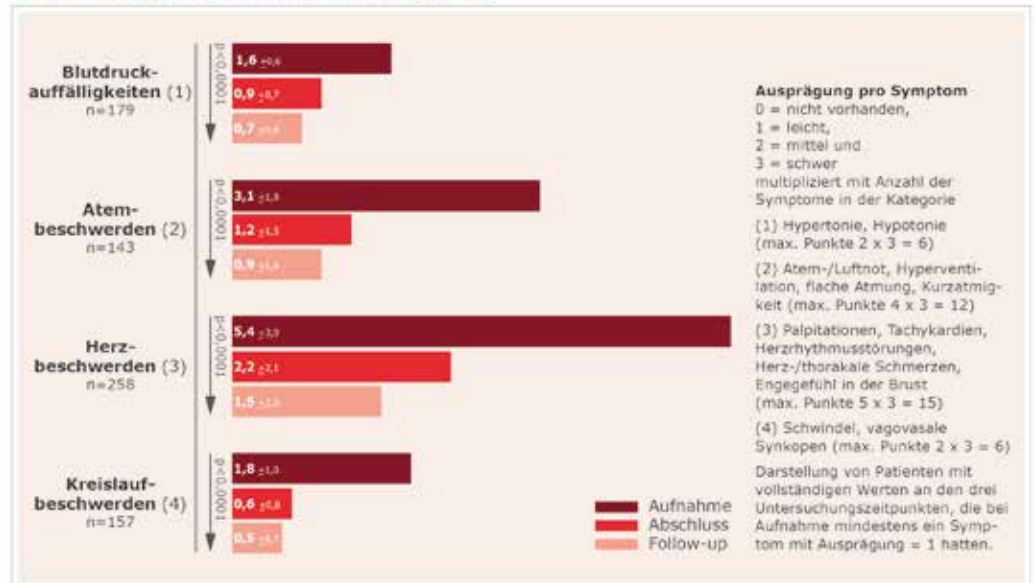
Im Hinblick auf die guten Effekte von Cardiodoron® auch bei Blutdruckauffälligkeiten lautet das Fazit der Autorin Rother: „Es wäre wünschenswert, dass dieses Arzneimittel als mögliche Therapieoption bei fHKB auch in der konventionellen Medizin einen höheren Bekanntheitsgrad erlangen würde. Aufgrund des aktuellen Erkenntnisstandes und der minimalen Nebenwirkungen könnte das Präparat bereits jetzt eine empfehlenswerte Begleittherapie darstellen. Allerdings muss die Bereitschaft vorliegen, einen gewissen Zeitraum bis zum Eintritt einer spürbaren Verbesserung der Beschwerden in Kauf zu nehmen.“

Herz-Kreislauf-Selbstregulation rhythmisieren und stärken

Zusammen mit Weleda feiert Cardiodoron® in diesem Jahr den 100. Geburtstag. Im Jahre 1921 hat Rudolf Steiner, der Begründer der Anthroposophie, das Präparat als Mittel zur Regulation der Herzaktivität empfohlen. Die ersten Anwendungsgebiete waren Arrhythmie und Kompensationsstörungen, im Laufe der Zeit hat sich sein Anwendungsspektrum deutlich erweitert.

Neben der Mistel gehört Cardiodoron® heute zu den am besten wissenschaftlich untersuchten Mitteln der Anthroposophischen Medizin. Die Spezifität von Cardiodoron® liegt darin, dass das Herz-Kreislauf-System in seinem Zusammenwirken wesentlich angesprochen wird. Es ist kein Arzneimittel, das isoliert auf das Herz oder den Kreislauf wirkt, sondern es unterstützt das gesunde Zusammenspiel beider Funktionalitäten als Einheit. Wegen seines regulierenden Charakters

Symptomkategorien bei Patienten mit funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden (fHKB)



Rother C, Semaca C. Cardiodoron® bei funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und Blutdruckauffälligkeiten: Eine Sekundäranalyse einer prospektiven Beobachtungsstudie. Complement Med Res. 2020; DOI: 10.1159/000509632 (open access document)

kann es auch als stabilisierende Begleittherapie z. B. bei Blutdruckschwankungen, sowohl im Rahmen einer Hyper- als auch einer Hypotonie, sowie bei funktionellen Tachy- und Bradykardien eingesetzt werden, insbesondere wenn die Werte instabil und stark veränderlich sind – wie etwa bei fHKB. „Funktionelle Herz-Kreislaufbeschwerden sind eine Regulations- und Koordinationsstörung, die nicht durch die einseitige Hemmung oder Stimulation einzelner Parameter grundlegend behoben werden können“, betont Martin Straube, Anthroposophischer Arzt aus Hamburg. „Cardiodoron hat sich als Hilfe zur Selbstregulation diesbezüglich in mehreren Studien und in der Praxis bewährt.“ Cardiodoron® verbindet die Wirkungen von drei charakteristischen, teilweise polar auf den menschlichen Organismus wirkenden Heilpflanzen auf besondere Weise miteinander. Es beeinflusst keine spezifischen pathophysiologischen Vorgänge, es stärkt und ordnet vielmehr die gesundheitsbildenden (salutogenetischen) Funktionen des Herz-Kreislauf-Systems. Aus der Sicht der anthroposophischen Medizin regt die Schlüsselblume (Primula veris) über die Atmung die systolischen

Prozesse an, verdünnte Bilsenkraut-Tinktur (Hyoscyamus niger) wirkt psychovegetativ entspannend und unterstützt die diastolischen Funktionen. Die Eselsdistel (Onopordum acanthium) stabilisiert die rhythmischen Prozesse und unterstützt den Herzmuskel.

¹ Rother C, Semaca C. Cardiodoron® bei funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und Blutdruckauffälligkeiten: Eine Sekundäranalyse einer prospektiven Beobachtungsstudie. Complement Med Res 2020; DOI:10.1159/000509632 (open access document)

² Rother C. Anwendung von Cardiodoron® bei Patienten mit funktionellen Herz-Kreislauf-Beschwerden und/oder Schlafstörungen – Ergebnisse einer prospektiven, nichtinterventionellen Beobachtungsstudie. Forsch Komplementmed 2013; 20: 334–344

³ Rother C, Schnelle M. Cardiodoron® bei Patienten mit Schlafstörungen – Ergebnisse einer prospektiven Beobachtungsstudie. Complement Med Res 2017; 24: 15–25

Grafik: Weleda AG

www.fachportal.weleda.de

Meningokokken-Aufklärungskampagne zeigt kleine Kämpferin

Im Fokus der Aufklärung über Meningokokken steht in diesem Jahr die kleine Leonie (Name geändert). Mit elf Monaten überlebte sie nur knapp eine Meningokokken-Erkrankung. Die Motive zeigen die kleine Kämpferin mit ihren Folgeschäden. Sie sollen Eltern verdeutlichen, dass Meningokokken-Erkrankungen zwar selten, aber schwerwiegend sind und wie wichtig daher ein frühzeitiger Schutz ist. In Deutschland stehen drei verschiedene Impfungen zur Verfügung.

Als neues Gesicht der Aufklärungskampagne „Meningitis bewegt.“ ist seit Anfang April die kleine Leonie zu sehen. Die Meningokokken-Bakterien haben bei ihr eine Hirnhautentzündung (Meningitis) und eine Blutvergiftung (Sepsis) mit schweren Folgeschäden ausgelöst.

Isabella erreichte letztes Jahr viele Eltern

Mit Leonie knüpft die Kampagne an die Geschichte von Isabella (Name geändert) aus dem letzten Jahr an. Viele Eltern wurden durch Isabella auf die Gefahren von Meningokokken aufmerksam, informierten sich und sprachen ihre Kinderärzt*innen auf die Impfungen an.

Meningokokken-Erkrankungen sind selten, sie können allerdings innerhalb weniger Stunden lebensbedrohlich verlaufen. (1) Babys und Kleinkinder wie Leonie sind aufgrund ihres noch nicht ausgereiften Immunsystems besonders gefährdet, an Meningokokken zu erkranken. (1) Wichtig zu wissen für Eltern: Neben der standardmäßig empfohlenen Impfung gegen Meningokokken C stehen Impfungen gegen die Gruppen B und ACWY zur Verfügung.

(1) BZgA: „Erregersteckbrief Meningokokken“. Verfügbar unter: <https://bit.ly/32Bncll>. März 2021.

Mehr Informationen unter:
www.meningitis-bewegt.de

COVID-Herzschaden erkennen

Forscher analysierten nun die Herzgesundheit mittels eines spezialisierten Herz-MRT bei Patienten innerhalb der ersten 10 Tage nach ersten COVID-19-Symptomen und verglichen dies mit gesunden Kontrollen. Patienten mit Auffälligkeiten wie Palpitation oder im EKG wurden untersucht. Es konnten in diesem frühen Stadium der akuten Infektion häufig myokardiale Oedeme und funktionelle Auffälligkeiten ermittelt werden.

Dass bei COVID-19 auch das Herz in Mitleidenschaft gezogen wird, ist inzwischen bekannt. Wie früh allerdings im akuten Infekt auch diese kardiale Beteiligung zu erwarten ist, war bislang unklar.

PCR-bestätigte COVID-19-Patienten mit mindestens einem Anzeichen für eine Herzbeteiligung wurden zwischen 15. März und 15. April 2020 an zwei chinesische Universitätskliniken in Shanghai überwiesen und mittels Herz-MRT untersucht. Diese wurden mit gesunden Kontrollen selben Alters und Geschlechts verglichen.

Alle COVID-19-Patienten in dieser Studie wiesen entweder kardiale Symptome (Palpitation), abnormales EKG oder abnormale Herz-Biomarker auf, wie beispielsweise erhöhte Creatinkinase, high-sensitivity Troponin I (hs-TnI) oder Laktatdehydrogenase (LDH). Nur Patienten ohne Lungenentzündung wurden untersucht.

Vergleich von 25 Patienten und 25 Kontrollen

25 Patienten und 25 Kontrollen konnten für die Studie gewonnen werden. Die Patienten wurden in zwei Gruppen aufgeteilt: solche mit erhöhten Troponinwerten (TnI, n = 8) oder normalen TnI-Werten (n = 17). Es gab keinen signifikanten Unterschied im globalen longitudinalen Strain (systolische Pumpfunktion) zwischen Patienten mit positivem oder negativem hs-TnI-Befund und Kontrollen (p = 0,004):

- hs-TnI positiv: Median -12,3 %
(Interquartilsbereich: -13,3 – -11,5 %)

- hs-TnI negativ: Median -13,1 %
(Interquartilsbereich: -14,2 – -9,8 %)
- Kontrollen: Median -15,7 %
(Interquartilsbereich: -18,3 – -12,7 %)

Native myokardiale T1-Relaxationszeiten bei Patienten mit positivem (1 169,8 ± 12,9 ms) und negativem hs-TnI-Befund (1 113,2 ± 31,2 ms) waren signifikant höher als die Werte gesunder Kontrollpersonen (1 065 ± 57 ms, p < 0,001). Das extrazelluläre Volumen (ECV) von Patienten war ebenfalls höher als das der Kontrollpersonen (p < 0,001):

- hs-TnI positiv: Median 32
(Interquartilsbereich: 31 – 33 %)
- hs-TnI negativ: Median 29
(Interquartilsbereich: 27 – 30 %)
- Kontrollen: Median 26
(Interquartilsbereich: 24 – 27,5 %)

Auch quantitatives T2-Mapping zeigte signifikant höhere Werte bei COVID-19-Patienten als bei Kontrollpersonen an (p < 0,001):

- hs-TnI positiv: Median 51 ms
(Interquartilsbereich: 47,9 – 52,8 ms)
- hs-TnI negativ: Median 48 ms
(Interquartilsbereich: 47 – 49,4 ms)
- Kontrollen: Median 42 ms
(Interquartilsbereich: 41 – 45,2 ms)

Bei Palpitation und Herzauffälligkeiten bei COVID-19 sind Myokard-oedem und funktionelle Störungen schon früh wahrscheinlich

Die Untersuchung mit Herz-MRT zeigte somit, dass Patienten bereits im frühen Stadium einer akuten COVID-19-Erkrankung, also innerhalb der ersten 10 Tage nach Symptombeginn, myokardiale Oedeme und funktionelle Auffälligkeiten aufweisen können.

Original Titel:

Early cardiac involvement in patients with acute COVID-19 infection identified by multiparametric cardiovascular magnetic resonance imaging

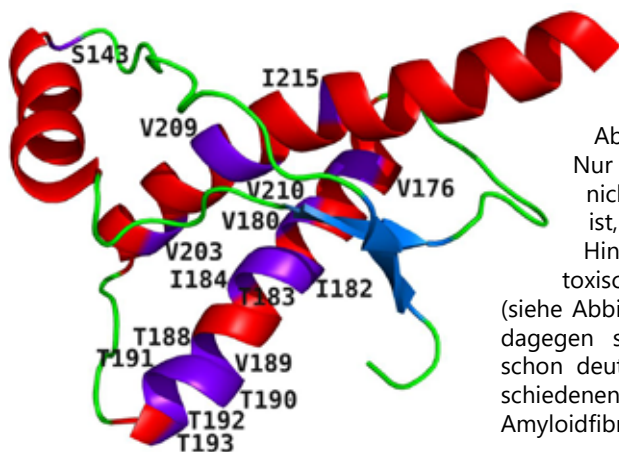
www.DeutschesGesundheitsPortal.de

Neue Untersuchung der Wechselwirkung zwischen PrP und Beta-Amyloid

Das Prion-Protein PrP und das Protein Beta-Amyloid (Abeta) sind zentrale Akteure bei den neurodegenerativen Krankheiten „Creutzfeldt-Jakob“ und der Alzheimer'schen Demenz. Forschende aus Düsseldorf und Jülich haben die Wechselwirkung der beiden Proteine untersucht. Die Studie ist jetzt im renommierten Fachmagazin *Journal of Biological Chemistry* erschienen.

Die Wechselwirkung kann aber auch die toxische Wirkung der Proteine abschwächen – dann nämlich, wenn lösliches PrP oligomeres Abeta einhüllt und dadurch unschädlich macht.

Diese Wechselwirkung zwischen PrP und Abeta haben die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler sichtbar gemacht. Dazu untersuchten sie mithilfe hochauflösender Festkörper-NMR-Spektroskopie Komplexe dieser beiden Proteine. Das Ergebnis: Das Prion-Protein bleibt bei der Bindung an Abeta weitgehend ungefaltet. Nur das C-terminale Ende, das nicht an der Bindung beteiligt ist, ändert seine Struktur, was ein Hinweis auf seinen Beitrag zum toxischen Signalweg sein könnte (siehe Abbildung). Die Abeta-Aggregate dagegen sind heterogen und zeigen schon deutliche Ähnlichkeiten mit verschiedenen möglichen Spätformen, den Amyloidfibrillen, auf.



3D-Struktur der nativ gefalteten C-terminalen Domäne (Aminosäurereste 125 bis 228) von humanem Volllänge-Prion-Protein (huPrP(23-230)) in Lösung. β -Stränge sind blau und α -Helices rot gekennzeichnet. Bereiche, die sich bei der Komplexbildung ändern, sind violett hervorgehoben.

Nehmen PrP und Abeta eine unkorrekte Faltung an und bilden sie unlösliche Aggregate, so wirken sie zerstörerisch auf Nervenzellen. Die beiden Proteine können allerdings auch miteinander wechselwirken und dadurch ihre zerstörerische Wirkung potenzieren: Wenn zellschädigende Zusammenlagerungen (sogenannte Oligomere) aus Abeta, das in seiner monomeren Form unschädlich ist, sich an zellgebundenes PrP binden, kann dies toxische Signalwege aktivieren.

Für die Untersuchungen wurden modernste Lösungs- und Festkörper-NMR-Spektrometer am biomolekularen NMR-Zentrum der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf am Forschungszentrum Jülich genutzt, die auch Teil des Jülicher Zentrums für Strukturbiochemie (JuStruct) sind.

Originalpublikation

König AS, Rösener NS, Gremer L, Tusche M, Flender D, Reinartz E, Hoyer W, Neudecker P, Willbold D, Heise H, Structural details of amyloid β oligomers in complex with human prion protein as revealed by solid-state MAS NMR spectroscopy, *Journal of Biological Chemistry* (2021), DOI: 10.1016/j.jbc.2021.100499.

Grafik: Adaptiert aus PDB-Eintrag 1QLZ (Zahn et al., 2000)

www.fz-juelich.de

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 Pläß (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 Verlagsantrag 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.



DRF Luftrettung

...eine Frage der Zeit

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

Unterstützen Sie die DRF Luftrettung.
Werden Sie Fördermitglied.

Info-Telefon 0711 7007-2211

www.drf-luftrettung.de