

gegründet
1982

ErnährungsMedizin-Aktuell

Gour-med®

+THERME EUROPA

Das Magazin für Ärzte

Ausgabe 11/12 – 2022

DER WEIN-
GENIESSER TIPP
Landesweingut Laimburg

GENUSS UND
REISETIPPS

MICHELINSTERN ÜBER
PADERBORN
Restaurant Balthasar

BERLIN
Irma la Douce

Schleswig-Holstein
Gourmet Festival

SARDINIEN
Ganzjahresziel

GALAPAGOS
Expertin Beate Zwermann

NEUES AUS DER
GENUSSWELT

Rheingau Gourmet &
Wein Festival

MEDIZIN NEWS

PHARMA NEWS

11/12 – 2022
41. Jahrgang
ISSN 0177-3941
H 54575



Lukas Jakobi

im Intensiū Hilden

Liebe Gour-med - Leserinnen und Leser,

die Bilanz dieses Jahres ist moralisch betrachtet, sehr unerfreulich. Die negativen Ereignisse beeinflussen unser Leben in einem fast unerträglichen Ausmaß. Der ukrainische Krieg wird immer brutaler, menschenverachtender und mit viel Leid für die betroffene Bevölkerung. Russland unter dem Massenmörder Putin lässt jeden Respekt vor Leib und Leben der Zivilisten vermissen und macht auch vor Kindern keinen Halt. Noch vor einem Jahr war es für niemanden in Europa vorstellbar, dass so ein fürchterlicher Krieg vor unserer Haustür stattfindet. Die frauenfeindliche Politik der iranischen Herrscher zeigt uns, wie weit viele Länder in der Welt von einem gewaltfreien Leben entfernt sind.

Bleibt zu hoffen, dass die Zeiten friedlicher, menschlicher, gerechter und mit weniger Leid für die Betroffenen sich ändern. Die besinnliche Weihnachtszeit ist der passende Anlass, alle Politiker dieser Welt erneut aufzurufen, dass sie sich mehr für ein friedvolles Miteinander einsetzen. Die Weihnachtszeit ist aber auch ein Symbol für Familienfeiern, Geschenke und festliche Genussstage.

In diese Ausgabe haben unsere Autoren für Sie einige ausgewählte kulinarische (Weihnachts-) Empfehlungen, die Sie unbedingt besuchen sollten.



Dr. Alexander Pohlmann ist nicht nur Arzt, er ist auch Gewinner der beliebten TV Show „Das perfekte Dinner“ und somit ausgewiesener Experte und kompetenter Genießer. In seiner Titelgeschichte stellt er das Restaurant INTENSÜ aus Hilden vor und prophezeit eine große kulinarische Zukunft.

Wir werden das beobachten.

Eine große Zukunft bei deutschen Weinliebhabern haben auch die exzellenten Südtiroler Weine, die immer mehr Anhänger und Freunde hierzulande finden. Unser Autor, Sommelier Marcel Tekaat, empfiehlt weiße und rote Weine vom staatlichen Landweingut Laimburg. Diese Weinempfehlung verspricht Geschmackserlebnisse, wie man sie nicht allzu oft genießen kann.

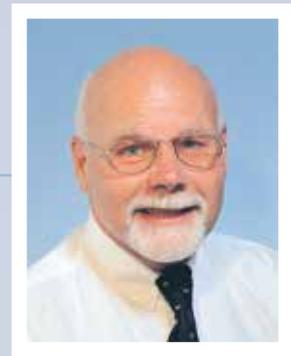


Dr. Albin Thöni, Südtiroler, Arzt und Sommelier, aber auch historischer Kenner des Südtiroler Weinbaus, stellt die interessante Geschichte des Weinguts Laimburg vor.

Heiner Sieger hat gleich drei Empfehlungen in Österreich und Südtirol parat, die es zu besuchen lohnt.



Im nächsten Jahr können Gourmets und Genuss-Experten zwischen zwei kulinarischen Festivals für feine Dinner wählen. Beim Rheingau Gourmet & Wein Festival im Hattenheimer Kronenschlösschen trifft sich zum 26. Mal eine internationale Koch- und Winzerelite, um mit ihrer Expertise die Gäste zu verwöhnen. Zum 36. Mal findet das Schleswig Holstein Gourmet Festival (SHGF) statt. Das Festival ist zur Institution für Gäste, Köche und Restaurants geworden. Für Restaurants und Gastköche ist es nicht vorstellbar, einmal nicht daran teilzunehmen. Eine



beliebte Veranstaltung ist die finale „Tour de Gourmet Jeunesse“ für junge Feinschmecker, die zum 15. Mal für Gäste von 18 – 35 Jahren veranstaltet wird.



Unermüdlich ist Susanne Plass, unsere Reiseexpertin, unterwegs auf der Suche nach den besten Restaurants an den schönsten Plätzen der Welt. Zuletzt war sie auf Sardinien und berichtet begeistert, was sie dort erleben durfte.

In diesem Jahr haben wir ausführlich die Naturwunder der Galapagos Inseln vorgestellt. Diese geschützte Inselwelt ist eine Herzensangelegenheit von Beate Zwermann, die sich mit viel Kraft und Ideen für den Erhalt der einzigartigen Natur und Kultur einsetzt. Ihr Ziel ist es, möglichst vielen Menschen zu verdeutlichen, wie wichtig dieses Naturerbe für unsere Nachwelt ist.



Für ihr Engagement wurde Beate Zwermann mehrfach geehrt und ausgezeichnet.

In unseren Fachrubriken lesen Sie die aktuellen Neuheiten aus der Medizin, Dentalmedizin und Pharmaindustrie.

Möge die Zukunft weniger düster ausschauen und die Welt wieder friedlicher sein, das wünschen wir Ihnen, verbunden mit den Wünschen auf ein besinnliches, genussreiches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2023,
Ihr

Klaus Lenser und das gesamte Gour-med-Team

NICHT VERGESSEN: ALLES WIRD GAR!!!

Damit Sie immer gut informiert sind empfehlen wir Ihnen das kostenlose Abonnement unseres 2-3 x mtl. erscheinenden Newsletter. Anmeldungen hier: www.gour-med.de und www.gour-med.de/category/newsletter

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

Sie finden uns auch auf:

Facebook – Twitter

Titelbild: Dr. Alexander Pohlmann



04 Intensiū Hilden

- 10 DER WEINGENIESSER- UND SPIRITUOSEN-TIPP
10 Landesweingut Laimburg mit seinem berühmten Felsenkeller
14 Flor de Caña – der erste Zero Waste Rum

- 16 GENUSS- UND REISETIPPS
16 Paderborn – Restaurant Balthasar
20 Berlin – Irma la Douce
23 wineBANK Hamburg
24 ATLANTIK Hotel Münster
27 Ökologie zum Wohlfühlen – Raphael Hotel Wälderhaus
28 SHGF – Winter der kulinarischen Hochgenüsse
30 LumberJack – Einkehrschwung in der Bio-Holzfäller-Hütte
33 1. Gala nach der Pandemie im Schloss Fleesensee
34 Österreich – Hotel Kaiserblick
37 30 Jahre Kempinski Hotel Corvinus Budapest
38 Dolomiten – Familienurlaub im Cavallino Bianco
42 Ganzjahresziel Sardinien
44 Grachtencruisen in Amsterdam
46 Ecuador und die Galapagos-Inseln – Expertin Beate Zwermann

- 48 NEUES AUS DER GENUSSWELT
48 26. Rheingau Gourmet & Wein Festival



30 Österreich



42 Sardinien



46 Ecuador und die Galapagos-Inseln

- 50 KURZ NOTIERT
50 World's 50 Best – Kataloniens Sterneköche
51 Berlin – Jahresausklang im Bonvivant Cocktail Bistro
52 Fischer & Lustig verlegt Berlin ans Meer
53 Hotel Europäischer Hof als Top-Arbeitgeber ausgezeichnet

54 BUCH-TIPPS

56 MEDIZIN NEWS

60 DENTAL NEWS

62 PHARMA NEWS

- 02 EDITORIAL
61 IMPRESSUM



intensiv | unkonventionell | selbstbewusst

Lukas Jakobi im Intensiv Hilden – Newcomer des Jahres im Gusto und zwei rote Hauben im Gault&Millau

Dr. Alexander Pohlmann

Seit der Gusto Gourmetführer im September Lukas Jakobi zum Newcomer des Jahres kürte, kann sich das Intensiv in Hilden über zu wenig Aufmerksamkeit nicht beklagen.

Obwohl erst in diesem Jahr eröffnet, kann das Intensiv im Hotel Monopol schon auf eine lange Geschichte zurückblicken, die auf die Großeltern des Gastgebers und Inhabers Kristjan Bratec zurückgeht. 1972 beginnen Bratecs Großeltern den Hotelbetrieb mit integrierter Gastronomie. 16 Jahre lang war es zuletzt verpachtet, doch Enkel Bratec hatte immer das Ziel vor Au-

gen seinen Familienbetrieb zu übernehmen und sammelte Erfahrungen in einer der weltweit größten Hotelketten. Vor einigen Jahren lernte er in der Düsseldorfer Gastronomieszene Lukas Jakobi kennen, man freundete sich an. Jakobi hat sich schon immer der Sternegastronomie verschrieben, seine Ausbildung beginnt er im einstigen Sternerestaurant „Victorian“. Es folgen Stationen im „Agata’s“ und den 3-Sterne-Restaurants „De Librije“ und „Victor’s Fine Dining by Christian Bau“, bevor er als Sous-Chef im Düsseldorfer „Nagaya“ tätig wird.

2021 wagt Bratec den Schritt in die Selbstständigkeit, nimmt einen Kredit auf



Das Intensiv und Hotel Monopol in Hilden

Besonders empfehlenswert



Eines von 22 funktional, gepflegten Zimmern des Hotel Monopol



Graffiti von Kristjan Bratecs Opa, der jahrelang Hotel und Restaurant betrieb

beiter noch die Gäste hören so etwas privat“.

Der Gast merkt direkt, hier geht es im positiven Sinne locker zu. „Wir duzen alle Gäste, egal wie alt sie sind. Außer vier ältere Damen aus Hilden, die wollen nicht geduzt werden, aber das ist ok“, so Bratec.

„Alles ist sehr intensiv“

„Bei uns ist alles sehr intensiv, der Geschmack, der Laden, der Service. Wir machen viel Blödsinn“, bekunden Jakobi und Bratec. Intensiv ist auch der Prolog des Menüs, das im sogenannten „statement“ u. a. mit einem prägenden Thai-Curry-Espuma, fermentiertem und gegrilltem

und renoviert die Räumlichkeiten. 2022 dann die Eröffnung und schon bald folgt die erste Auszeichnung mit zwei roten Hauben im Gault&Millau.

Das Konzept: kein Konzept

Bratec hat das umgesetzt, was er in den letzten 10 Jahren Hotellerie für richtig erachtet hat, ein Konzept verfolgt man bewusst nicht: „Am Ende des Tages haben wir gar kein Konzept. Das ist hier einfach wie wir sind“, erläutert er.

Mit „hier“ meint er Hilden. Hilden liegt zwischen Düsseldorf, Wuppertal und Solingen. Vom Düsseldorfer Hauptbahnhof braucht man nur 12 min mit der Bahn und ist fast im Intensiu, denn das Restaurant befindet sich direkt gegenüber von dem kleinen Hildener Bahnhof. Das Hotel Monopol ist bewusst vom Intensiu namentlich abgegrenzt, es hat eher einen funktionalen Charakter: „Das Hotel war schon immer ein Budget Hotel. Die Nachfrage für was anderes ist in Hilden nicht gegeben“, so Bratec. „Du kannst aus einem Corsa keinen Ferrari machen, aber mit viel Liebe und Zeit einen gepflegten Corsa“. Das hat man mit dem Hotel Monopol erreicht, die Auslastung ist gut, das Haus verfügt über 22 Zimmer und wird hauptsächlich von Geschäftsreisenden unter der Woche besucht.

Opa Bratec ist allgegenwärtig

Betritt man das Intensiu, so nimmt der Gast direkt die dunkle Wandfarbe und



Lukas Jakobi, sympathisch und energiegeladen

das große Graffiti wahr, der Gasträum wirkt nicht dunkel, sondern gemütlich. Bratecs Großvater wurde als metergroßes Porträt aus jungen Jahren von einem Graffiti-Künstler an der Wand verewigt. Leider ist er vor drei Jahren verstorben, doch Oma Bratec ist regelmäßig zu Gast und hat jedes Menü gegessen. Doch mit der Musik wird sie nicht warm, es laufen die 90er und Hip-Hop. „Mich haben immer viele Sachen aufgeregt, wie z. B. Aufzugsmusik oder Klaviermusik im Restaurant. Weder die Mitar-

Wirsing mit Sesamöl schon die südostasiatischen Einflüsse und das im Nagaya gelernte japanische Handwerk offenbart. Doch noch viel beeindruckender ist der zweite Teil des Prologs, der auf der Karte als „taste the waste“ tituiert wird und Grundbestandteil eines jeden Menüs im Intensiu ist. Hierzu werden Abschnitte, die bei der Zubereitung des Menüs anfallen, kreativ verwertet, um Küchenabfälle zu minimieren. So finden sich im „taste the waste“ Gang beispielsweise ein Lachshautcracker oder ein Lachsbauch,

Besonders empfehlenswert



„taste the waste“ als Amuse Bouche



Kein klassischer Brotgang



Königsberger Klops aus Räucheraal, Zander und Kalbfleisch

als eine Art Asia-Brathering interpretiert. Auch Ochsenbacken-Abschnitte oder die Gräten eines Räucheraals werden für eine Creme verwendet. „Wir machen unser Kimchi selbst und fermentieren viel“, berichtet Jakobi. Auch das Pickeln kommt nicht zu kurz, wie bei der Roten Bete beim „taste the waste“. Zero Waste ist für

mittel ist und sich rumgesprachen hat. „Gleichzeitig haben wir 95 % aller Allergien mit dem veganen Menü abgedeckt“, sieht Jakobi weitere Vorteile.

Das Menü wird mit einem klassischen Gang namens „Brot & Soße“ eingeleitet. Klassisch? Nicht wirklich! Denn

Jakobi serviert hier ein Sandwich aus dem extra angeschafften Sandwichtoaster. Gefüllt ist das Sandwich mit einem Comté-Schmelzkäse, Kimchi, Brotmiso als Mayonnaisen-Ersatz und selbst hergestelltem Ketchup, getoppt mit gepickelten Gurken, Radieschen und fermentierter und gedörrter Birne. Ein aufregenderes Sandwich gibt es wohl nur selten zu essen. Gleichzeitig zeigt es den Mut, mit dem Jakobi kocht. Doch er streitet ab, dies sei kein Mut „ich koche, worauf ich Bock ab, ich werde mich nicht für Bewertungen ändern“.



Die südostasiatischen Einflüsse sind unbestritten: Algen mit Kimchi, Tomburi und Kaffir-Limette

die beiden eine Selbstverständlichkeit: „Es gibt nichts Schlimmeres, als Lebensmittel wegzwerfen“, so Jakobi.

Keine leeren Worte, das Essen muss überzeugen

Doch es wird explizit nicht mit Nachhaltigkeit und Regionalität geworben: „Wir wollen die Leute nicht mit irgendeinem Gerede zu uns locken“, so Bratec. Dabei gibt es von Beginn an ein rein veganes Menü im Intensiu. Der Gast hat die Wahl zwischen zwei Menüs, die als „intensiu“ und „vegan“ bezeichnet werden und aus 4- oder 6-Gängen bestehen können. In Bratecs Familie gibt es viele Veganer und Vegetarier und so kam die Idee zum veganen Menü. Die beiden gestehen, dass dies mittlerweile auch ein gutes Werbe-



not your granny's roulade aus Wagyu mit Rotkohl, Marone und Preiselbeere

Besonders empfehlenswert

Das Intensiü ist eine Mischung aus bodenständig und unkonventionell. Der König Klops ist das Lieblingsgericht aus Jakobis Kindheit. Er hat ihn mit Räucheraal, Zander und Kalbshack neu interpretiert und zu einer sehr gleichmäßigen Textur mit gutem Biss und Saftigkeit verarbeitet. Der Klops wird durch ein getrocknetes Rote Bete-Tatar und ein Kapern-Rosinen-Chutney begleitet und durch eine Sauce auf Basis des Klops-Kochwassers abgerundet. Die Sauce wurde jedoch für eine dezente Säure mit Joghurt emulgiert und nicht mit Butter. Mit einer mit Räucheraalöl und Nussbutter aromatisierten Pankokruste wurde der Klops schließlich getoppt. Ein Gang mit unheimlicher aromatischer Tiefe.

not your granny's roulade

Auch die Roulade wurde überraschenderweise nicht nach Hausfrauen-Art zubereitet, sondern ein Bürgermeisterstück vom deutschen Wagyu-Rind über Nacht bei 50 °C gegart, dünn aufgeschnitten und mit Nussbutter, Shirodashi, Schmorzwiebeln, sauren Gurken und mit Himbeeresig gepickeltem Rotkohl gefüllt. Ergänzt wird sie mit Kombucha fermentierten Cranberrys. Die Roulade sitzt auf einer Maronen-Ceviche, die wunderbar texturbringend ist. Dazu passen gut die fruchtig/sauren fermentierten Preiselbeeren und ein sehr würziger Rouladenjus. Am Tisch wird aus einer kleinen Stielkasserolle ein ebenso intensives Rotkohl-Espuma



Das Küchenteam im Intensiü besteht nur aus zwei Köchen

Starkes Duo: Jungkoch Jonas Heggemann und Lukas Jakobi



mouth-cleaner: Hagebuttensorbet, Passionsfruchtkürbiskernsalsa mit Kürbiskernölemulsion und Underberg



Ochsenbacke, Graupen, Kräuterseitling, Schwarzwurzel, Brombeere

hinzugegeben. Textur, Geschmack und Anrichten überzeugen. Die vegane Variante der Kohlroulade setzt sich aus einem scharf in Sesamöl angebratenem und zuvor blanchierten Wirsingblatt zusammen und ist mit einer geräucherten Creme aus Sojamilch, Räucheröl, Schmorzwiebeln, sauren Gurken und gepickeltem Rotkohl gefüllt. Die Roulade überzeugt ebenso wie die fleischige Variante. Jakobis Gerichte haben eine intensive Würze, oft auch etwas Schärfe und Salzigkeit, jedoch ohne über das Ziel hinauszuschießen. „Wir machen schon sehr viel umami und immer etwas spicy“, weiß Jakobi.

Sommelier Christian Pufahl und die deutschen Weine

Wer dazu einen tanninreichen Rotwein erwartet, wird vom Gegenteil überrascht. Sommelier Christian Pufahl hat einen 2021er Rosé von Wagner von Wohlge-

muthheim ausgesucht, eine Cuvée aus 50% Dornfelder und 50% Pinot Noir, der sieben Monate ausgebaut und unfiltriert abgefüllt wurde. Ein wahrlicher Kontrast, der zeigt, dass Dornfelder oft zu Unrecht bei Weinkenner verschrien ist. Pufahl hat sich gemeinsam mit Bratec, der auch ausgebildeter Sommelier ist, den deutschen Weinen verschrieben. Die gesamte Weinkarte ist mit deutschen Weinen versehen. „Wir haben in Deutschland so geile Weingüter und uns ist es sehr wichtig, dass wir die Winzer kennen und dadurch kann man die Weine auch viel besser verkaufen“, erklärt Sommelier Pufahl. 80% der Weine werden von den Winzern direkt bezogen. Pufahl hat Erfahrung im Dortmunder Grammons und im Restaurant zur Krone in der Pfalz gesammelt und überzeugt mit seiner freundlich charmanten Art. So ist es für Pufahl wichtiger, dem Gast immer auch etwas zum Weingut und der Geschichte hinter dem



Sommelier Christian Pufahl

Wein zu erzählen, statt blumig den Geschmack zu beschreiben.

Geschlechtsdifferente Desserts, ein neuer Trend?

Interessant bleibt es beim Dessert. Dem männlichen Gast wird ein Frauenkörper bestehend aus einer Kürbis-Ganache aus weißer Schokolade und Vanille serviert. Der Körper des Mannes für den weiblichen Gast unterscheidet sich folgerichtig auch geschmacklich. Hier besteht die Kürbisganache aus dunkler, mit Ingwer, aromatisierter Schokolade und Mate.

Auch die übrigen Komponenten des Desserts sind gänzlich verschieden, so gibt es für den Herrn beispielsweise ein Mate-Bergamotten-Eis mit einem Crumble aus Kreuzkümmel und Oregano und für die Dame ein Zimt-Schmand-Eis mit einem Kaffee-Gewürzcrumble. Das Dessert ist definitiv ein Highlight des Menüs und lässt unweigerlich die Frage nach dem Pâtissier aufkommen.

Power-Duo in der Küche: Lukas Jakobi und Jonas Heggemann

Jakobi winkt ab und wir trauen unseren Ohren nicht, er arbeite mit dem Jungkoch

Jonas Heggemann allein in der Küche, nur unterstützt durch eine Spülkraft. „Ich bin eine scheiß Maschine“, platzt es aus ihm heraus, „ganz ehrlich? Wir laufen mit zwei Köchen besser als mit dreien“, überrascht uns Jakobi. Sein Anspruch sei sehr hoch und den könne er zu zweit besser kontrollieren, ohnehin arbeite er sehr viel. Ungewöhnlich fällt auch der optionale Käsegang aus, bestehend u. a. aus einem Wirsingsalat, Curry-Dressing und Käseespuma. Proportionen und Feinabstimmung passen perfekt, es besteht Suchtgefahr. Jakobi verspricht uns das Rezept zum Nachkochen. Würde das Intensiü im März 2023 keinen Stern erhalten, wä-



Dessertvariation für den Herrn



Küchenchef Lukas Jakobi und Gastgeber Kristjan Bratec

ren wir überrascht und auch Jakobi gibt sich selbstbewusst: „die Definition von 2 Sternen ist eine eigene Handschrift, da würde ich behaupten, dass ich die schon für mein junges Alter habe“, betont aber gleichzeitig, dass zwei Sterne zum Start natürlich unrealistisch seien. Wir sind uns sicher, von Kristjan Bratec und Lukas Jakobi wird man in Zukunft noch viel mehr hören.

Fotos: Dr. Alexander Pohlmann, Intensiü Hilden, Sven Arnold

Hotel Monopol / Restaurant Intensiü
Poststr. 42
40721 Hilden
Tel.: +49 (0) 2103 54745
E-Mail: info@monopol-intensiu.de
www.monopol-intensiu.de

„Hommage ans alte Holland“ von Lukas Jakobi

Rezept für 6 Personen

Käse Espuma

125 g	Eigelb
250 g	Milch
250 g	Sahne
500 g	old Amsterdam Gouda
	Salz, Zucker, Cayenne

Käse kleinreiben alles zusammen in den Thermomix und 20min bei 90 °C auf Stufe 4 mixen warm in die Espumafflasche geben, mit zwei Kartuschen versetzen und bis zum Servieren warm halten in lauwarmem Wasser

Wirsing Salat

1 Kopf	Wirsing
70 g	Chili Öl
50 g	Sushi Essig
	Salz, Zucker

Wirsing vierteln, Strunk entfernen, in feine Streifen schneiden und in eine große Schüssel geben. Mit Öl, Essig und Zucker marinieren, kneten und mindestens 30 min stehen lassen. Zum Durchziehen danach erneut durchrühren damit der austretende Saft emulgiert.

Süß-sauer Fond

200 g	Wasser
200 g	Zucker
200 g	Weißer Essig

Alles zusammen aufkochen

Curry Madras Dressing

25 g	Curry Madras Pulver
2	Chilis
1	daumengroßes Stück Ingwer
1	Knolle Knoblauch
2	St. Zitronengras
2	große Schalotten
500 g	süß-sauer Fond
100 g	weißer Aceto
250 g	Butter
250 g	Nussbutter
100 g	Öl
	Salz, Zucker, Cayenne

Gemüse grob würfeln und in Öl anschwitzen bis es glasig ist, dann das Currypulver dazu kurz mit anbraten, Essig und süß-sauer Fond dazu, einmal aufkochen. Mit Deckel eine Stunde

stehen lassen, abpassieren und mit der Butter mixen. Abschmecken. Bei Zimmertemperatur servieren

Gewickelte Gurken

1	Salatgurke
100 g	süß-sauer Fond
1	Lorbeerblatt
2	St. Sternanis
1	St. Chili

Gurke ohne Kerngehäuse in kleine Würfel schneiden, den süß-sauer Fond mit Sternanis, Chili und Lorbeerblatt aufkochen und über die geschnittene Gurke gießen, mind. 2 Stunden stehen lassen.

Anrichten

100 g	Rosinen
100 g	geräucherte Mandeln grob hacken
125 g	Old Amsterdam zum Feinreiben

Den Boden einer mittleren Schüssel mit dem Curry Dressing bestreichen, bis er gut bedeckt ist. Darauf den Wirsing-Salat locker in die Höhe anrichten, Rosinen, Gurken wie auch die gehackten Mandeln über die Fläche des Salates verteilen damit überall etwas ist. Käse über die gesamte Fläche reiben, bis alles bedeckt ist.

Am Tisch den warmen Espuma über die komplette Fläche geben damit man bei jedem Löffel etwas davon isst. Beim Essen von oben nach unten durchstechen und genießen.



Liebe Weinfreunde,

wieder Südtirol, aber das ist auch gut so ;-)

Das „Junge“ Landesweingut Laimburg (Gründung 1975) steht heute zur Verkostung an!

Das Landesweingut gehört zum gleichnamigen Versuchsweingut und kann auf Rebflächen aus ganz Südtirol zurückgreifen. Somit entsteht ein unheimliches Spektrum an Vielfaltigkeit. Die Rebfläche ist momentan 20 ha groß und umfasst viele der repräsentativen Rebsorten Südtirols. Ich bin gespannt, denn bei so viel „Technik“, Forschung und auch Erfahrung

sind meine Erwartungen doch recht hoch und ich muss gestehen, dass ich Weine dieses Gutes noch nicht verkostet habe.

Zum Genuss stehen folgende Weine bereit:

- 2019 Elyónd, Gewürztraminer Riserva
- 2019 Oyéll, Sauvignon blanc Riserva
- 2019 Sass Roà, Cabernet Sauvignon Riserva
- 2018 Col de Réy, Cuvée, Dolomiten

Fotos: Landesweingut Laimburg, Josephinenhütte



Marcel Tekaatt Sommelier (IHK)
Leiter des Hofhotels
Grothues-Potthoff Senden/Westf.
(www.hof-grothues-potthoff.de)
wurde auf der ProWein 2018 mit dem Titel „Ausgezeichnete Weingastronomie“ prämiert

2019 Oyéll, Sauvignon blanc Riserva

Dieser Sauvignon blanc wächst in den Lagen um Meran auf Urgesteinsböden.

Im Glas von heller strohgelber Farbe mit für Sauvignon blanc typischen grünen Reflexen am Rand, hat er ein ausgeprägtes Aroma. Das Aroma wird getragen von Johannisbeere, den typischen unreifen Noten, etwas Würzigem sowie tropischen Früchten. Eine nicht ganz typische Kombination für einen Sauvignon blanc. Am Gaumen druckvoll und zumindest für mich der Herkunft gut zu zurechnen. Cremig, lang und mit anregender Säure. Ein Wein mit Struktur und Schmelz. Toller Speisenbegleiter zu Meeresfrüchten oder aber auch, wie soll es anders sein, zu Käse und geangelltem Fisch aus den umliegenden Seen.



Felsenkeller Laimburg, eine Attraktion für Weinliebhaber

Fasskeller in der Laimburg



Landesweingut Laimburg





2019 Elyónd, Gewürztraminer Riserva

Gewürztraminer und Südtirol gehören nun wirklich zueinander und ich muss sagen, hier gefällt er mir auch am besten. Bei 15 %Vol. Alkohol denkt man im ersten Moment, dass es zu viel ist, aber dieser Alkoholgehalt steht ihm gut. Die Reben wachsen bei Söll, der Sonnenterrasse Südtirols, was diesen Wein unheimlich vielschichtig und kraftvoll macht. Goldgelb und reif wirkend erstrahlt er im Glas. Die Nase ist unheimlich voll, sehr floral, ausdrucksstark und verlockend. Trotz all dieser Attribute wirkt er jedoch elegant. Der erste Schluck vollmundig, reif und unheimlich ausgewogen. Dezent in der Säure und trotz allem irgendwie fein. Bei einem Restzucker von 7,1 g/l laut Expertise schmeckt ein kleines „Zuckerschwänzchen“ hintenraus. Steht ihm wirklich gut. Dieser Wein überrascht mich und das ist nicht allzu leicht. Auch wenn es sich etwas sagen wir mal ungewöhnlich anhört, würde ein Zicklein gut passen oder aber Käse ;-)



Eine stilvolle Serviceidee für den Col de Réy, Cuvée: Der Dekanter Brillant Magnum aus dem Hause Josephinenhütte

2019 Sass Roà, Cabernet Sauvignon Riserva

Cabernet Sauvignon vielleicht nicht typisch für Südtirol, aber hier finden sich tolle Möglichkeiten und Voraussetzungen. Ich habe mich mal wieder für einen Dekanter und ein wirklich großes Glas entschieden, um die Zeit ein wenig zu verkürzen. Der Duft aus dem Dekanter ist schon verführerisch. Floral und an ein Potpourri aus Beeren erinnernd. Purpur erstrahlt er im Glas mit dunklem Kern und roten Reflexen am Rand. Am Geruch erkennt man sofort den Ausbau in der Eiche. Reife rote Johannisbeeren, ausgezeichnete Struktur, Säure und Gerbstoff lassen diesen Wein zum tollen Begleiter zu Wild- und Grillgerichten werden. Trocken ausgebaut und mit einem Nachhall ausgestattet wird dieser Wein unheimlich lang und mit immer mehr Luft zu einem immer größer werdenden Vergnügen.



2018 Col de Réy, Cuvée, Dolomiten

Col de Réy , eine Cuvee aus Lagrein, Petit Verdot und Tannat. Ein Rebsortenspektakel: Lagrein, Südtirol; Petit Verdot, Bordeaux; Tannat, Südfrankreich. Alles Rebsorten, die in Südtirol beste Bedingungen vorfinden. Dunkelrot erstrahlt der Wein im Glas, tolle Reflexe und kraftvoll. In der Nase ein komplexes „System“ aus Aromen. Einfach ausdrucksstark. Am Gaumen feinkörnige Gerbstoffe und kraftvolles auftreten. Dieser Wein erinnert mich schon sehr an französische Weine auf hohem Niveau, aber wer soll es bei der Rebsortenkombination verdenken. Aber bitte: großes Glas und Dekanter und Zeit. Dieser Wein ist nicht für den „schnellen“ Genuss.



In diesem Sinne, viel Gesundheit und allzeit einen guten Tropfen im Glas!

Das Landesweingut Laimburg von Südtirol mit seinem berühmten Felsenkeller

Albin Thöni

Die Besonderheit des Landesweinguts Laimburg liegt darin, dass es die gesamte Südtiroler Weinwelt mit seinen unterschiedlichen Lagen repräsentiert, die sich zwischen 200 und 750 M. ü. M. befinden. Die am Fuße des Mitterbergs gelegene landeseigene Kellerei befindet sich in Südtirols Süden.

Die ca. 20 Hektar Weinberge verteilen sich aber auf alle fünf Weinbauzonen von Südtirol. Ein weiteres spezielles Merkmal ist der Felsenkeller, der in den 90er-Jahren direkt in das rote Porphyrgestein des Mitterbergs gesprengt wurde. Der Mitterberg ist ein 14 km langer Bergrücken und schiebt sich südlich von Bozen in Nord-Südrichtung zwischen Überetsch mit den Dörfern Eppan und Kaltern und dem Etschtal. Während an seinem nördlichen Ende die ausgedehnte Burganlage Schloss Sigmundskron den Bozner Talkessel beherrscht, „thront“ am südlichen Ende des Mitterbergs die Laimburg über dem Gelände des Versuchszentrums für angewandte Wissenschaften, das bezeichnenderweise den Namen dieser mittelalterlichen Burgruine trägt. Seit seiner Gründung im Jahr 1975 wird auf allen wichtigen landwirtschaftlichen Sektoren Südtirols angewandte Forschung betrieben und das Landesweingut Laimburg ist in dem Forschungszentrum

Repräsentationsraum im Felsenkeller



integriert. Das Landesweingut Laimburg legt Wert darauf, nicht als Konkurrenz zu den Kellereigenossenschaften, Weingütern und Freien Weinbauern wahrgenommen zu werden, sondern versucht vielmehr eine Vorreiterrolle einzunehmen, indem Ergebnisse aus der Forschungs- und Versuchstätigkeit in die Praxis umgesetzt werden oder auch an Lösungen im Hinblick auf die Herausforderungen des Klimawandels gearbeitet wird. Als Südtiroler Musterbetrieb in Weinbau und Kellerwirtschaft hat sich das Landesweingut das Ziel gesetzt, den besonderen Charakter der Rebsorten und ihrer spezifischen Lagen ins Glas zu bringen und mit der Tradition einer jahrtausendealten Weinbaukultur im Dolomitengebiet – Südtirol ist das älteste Weinbauggebiet im heute deutschsprachigen Raum – zu verbinden.

Dementsprechend spiegelt sich in den ca. 100.000 Flaschen im Jahr, die das Landesweingut Laimburg produziert, die große Rebsortenvielfalt Südtirols wider. Neben den klassischen, autochthonen Südtiroler Rebsorten wie Lagrein, Vernatsch und Gewürztraminer finden sich im Sortenspektrum der Laimburg auch internationale Rebsorten wie der an Gerbstoffen reiche Tannat aus Südwest-Frankreich. Und natürlich werden widerstandsfähige Neuzüchtungen, sog. PIWIs, darunter Solaris und Cabernet Cortis, für den An- und Ausbau in Südtirol getestet. Selbsterklärtes Ziel des Landesweinguts ist es, Weine hoher Qualität, darunter auch Raritäten, zu produzieren, die sich in drei Weinlinien einteilen lassen: die „Gutsweine“, die Weine der „Burgselektion“ und die „Besonderen Weine“. Während die Gutsweine traditionelle Jahrgangswine sind, die im Edelstahl- oder in großen Eichenholzfässern ausgebaut werden und die Rebsortentypizität widerspiegeln, sind die Weine der „Burgselektion“ individuelle, komplexe und langlebige, auch selektionierte Weine, deren Namen – Auròna, Barbagòl, Col de Rèy, Norèy – auf die ladinische Sagenwelt der Dolomiten zurückgehen. Die „Besonderen Weine“ hingegen sind Weine aus pilzwiderstandsfähigen Rebsorten.

Als das Landesweingut in den 1980er-Jahren und in den Jahren 2003 – 2005 zusätzlichen Raum für die Lagerung von Fässern und Weinflaschen benötigte, entschied man sich für eine ungewöhnliche Lösung und erweiterte den Keller in den vulkanischen Porphyrfelsen des direkt an die Laimburg angrenzenden Mitterberges hinein. Durch Dynamitsprengung entstand ein großer Stollen, in dem sich über 200 Eichenholzfässer befinden. Dort reifen die Weine bis zu 20 Monate lang bei einer natürlichen und konstanten Raumtemperatur von 14-15 °C.

Zusätzlich wurde auch ein 300 qm großer Saal aus dem roten Quarzporphyr-Felsen gesprengt. Seit seiner Eröffnung 1990 dient er nicht nur als Verkostungsraum für viele Weinevents, sondern insbesondere der Vorstellung Südtirols als Weinland bei offiziellen Anlässen und als Repräsentationsraum der Südtiroler Landesregierung sowie des Landes Südtirol. Dieser imposante Felsenkeller hat sich inzwischen als Highlight für Empfänge und Veranstaltungen etabliert. Auch international sorgt er für Furore und ist eine weintouristische Attraktion – nicht nur für Weinliebhaber. Führungen durch ihn und die verschiedenen Keller, vorbei an Weinfässern, ziehen viele Besucher aus aller Welt an. Denn Wein und Kultur ist im Felsenkeller allgegenwärtig präsent. Hier Gast zu sein und an diesem besonderen Ort Südtiroler Weine zu verkosten wird wahrlich zu einem unvergesslichen Erlebnis.



Albin Thöni

Interview mit dem Kellermeister Urban Piccolruaz, der seit 30 Jahren das „Zepter“ im Landesweingut schwingt

Was reizt Sie als Kellermeister an der Laimburg?

Im Landesweingut als Kellermeister tätig zu sein ist eine Herausforderung, da wir das gesamte Weinland Südtirol nach außen repräsentieren. Die Arbeit an der Laimburg gefällt mir sehr gut, da ich eigenständig arbeiten und meiner Kreativität freien Lauf lassen kann. Zudem ermöglichen mir die Zusammenarbeit und der Austausch mit dem Forschungsteam ständig Neues zu lernen.

Welche Maßnahmen treffen Sie, um die oftmals sehr hohen Alkoholgrade der Weine von Südtirol in Grenzen zu halten?

Die Vielfalt an verschiedenen Lagen in unterschiedlichen Höhen ermöglicht Weine zu kreieren, die Struktur, Fülle, Finesse und Eleganz in Einklang bringen. Der Alkohol spielt dabei eine wichtige Rolle. Um zu vermeiden, dass der Alkohol allzu hohe Werte erreicht, versuchen wir etwas früher zu ernten, die Hektarerträge in Gleichgewicht mit dem Rebwachstum und die Traubenzone mehr beschattet zu halten, indem wir die Sonnenseite nicht auslauben und die Schattenseite nur sehr wenig. Damit vermeiden wir eine zu starke Sonneneinstrahlung und bewirken eine Reifeverzögerung.

Ist der Klimawandel auch eine Chance für die Verbesserung der Qualität der Weine?

Stets alles negativ zu sehen entspricht nicht meiner Einstellung. Alles hat auch eine positive Seite, so der Klimawandel im Weinbau. Vor allem spätreifende Sorten in hohen Lagen können durch wärmere Temperaturen besser zur Reife gelangen. Auch sind die kräftigen roten Weine in wärmeren Jahren komplexer und langlebiger, da die Trauben besser die phenolische Reife - den optimalen Reifezustand - erreichen.

Wie stehen Sie zum Felsenkeller als Treffpunkt für die gesamte Südtiroler Weinwelt?

Mit dem Felsenkeller wurde an der Laimburg ein Repräsentationsaal mit einem einzigartigen Ambiente geschaffen. Der Felsenkeller hat tatsächlich das Potenzial, als Zentrum, Visitenkarte und Treffpunkt der Südtiroler Weinszene genutzt zu werden. Ich könnte mir gut vorstellen, dass jeder Südtiroler Weinproduzent den Felsenkeller im Landesweingut als Ort nutzen kann, um die eigenen Weine zu präsentieren.

Sind die Weine mit dem Namen aus der ladinischen Sagenwelt wie Auròna, Barbagòl, Col de Rèy, ihrer Herkunft geschuldet?

Ja. Als gebürtiger Grödner bin ich drei-sprachig aufgewachsen. Deutsch, Italienisch und Ladinisch. Schon als Kind hat mir meine Mutter aus dem Buch vom berühmten Volkskundler Karl Felix Wolff, „Die Dolomitensagen“ vorgelesen. Diese Verbindung hat mich dazu bewogen, unseren Weinen von der Burgsektion ladinische Namen aus dieser Sagenwelt zu geben.



Fasskeller in der Laimburg

Welche Visionen haben Sie als Kellermeister des Landesweingutes für die Zukunft?

Als Kellermeister des Landesweingutes blicke ich über unsere Kellerei hinaus auf das ganze Weinland Südtirol. In Zeiten des Klimawandels und der Nachhaltigkeit ist es unumgänglich, mit den Ressourcen schonend umzugehen und energiesparend zu arbeiten. Meine Vision ist es, dass wir auch im Bereich der Weinherstellung eigene wirtschaftliche Interessen zurück – und dafür gemeinsames Handeln in den Vordergrund stellen. Eine einheitliche leichtere Südtiroler Weinflasche in Verbindung mit einer Infrastruktur – etwa eine zentrale Waschanlage, um Altglas wiederverwenden zu können, wäre ein erster Schritt. Damit könnten viel Energie und Kosten eingespart werden.

Fotos: Albin Thöni

Landesweingut Laimburg 6
I-39040 Auer/Pfatten
Tel.: +39 0471 969706
E-Mail: landesweingut-cantina@laimburg.it
www.laimburg.bz.it

Der erste nachhaltige Rum mit der exklusiven Geschmacksnote

Flor de Caña – der erste Zero Waste Rum erobert die (Cocktail-) Bars in Deutschland

Besondere Anlässe sind immer ein Grund für eine genussvolle Spirituose, wie z. B. die festlichen Weihnachtstage.

Rum, einst bekannt geworden als typisches Getränk hart gesottener Seefahrer, wird zum Kultgetränk, nicht nur für Cocktailexperten. Die Erfolgsgeschichte der „Blüte des Zuckerrohrs“ reicht über 130 Jahre zurück – und der Hersteller erzeugt schon in fünfter Familiengeneration die hochwertigen Rumbrände. Die Destillerie wurde bereits 1890 am Fuße des San Cristóbal, des höchsten und aktivsten Vulkans Nicaraguas, gegründet. Diese einzigartige Lage und das Klima, in dem der Rum natürlich über Jahre reift, sowie die Tatsache, dass Flor de Caña Rum 0,0 g Zucker/l beinhaltet und frei von jeglichen künstlichen Zusätzen ist, machen die außerordentliche Qualität und den einmalig weichen sowie harmonischen Charakter von Flor de Caña aus.



Flor de Caña Rum 18 Years



Flor de Caña Rum 25 Years

Gebrannt werden unterschiedliche Qualitäten und Geschmacksnuancen.

Der klassische Einsteiger ist der Flor de Caña Spresso, ein hochwertiger Kaffee-Likör (25%), welcher nachhaltig produziert wird und klimaneutral und Fair Trade zertifiziert ist. Der Likör ist koffeinfrei und hat einen leichten Körper mit einer intensiven schwarzen Farbe. Aromatische Noten von Kaffee und Holz enden in einem weichen Abgang. Am besten schmeckt Spresso kalt auf Eis oder in einem Espresso Martini. Flor de Caña

Spresso ist eine aromatische Ergänzung zum Kaffee.

Flor de Caña Rum 12 (40 %): Flor de Caña 12 Jahre alter Rum ist ein Premium-Rum, welcher nachhaltig produziert wird und klimaneutral und Fair Trade zertifiziert ist. Der vollmundige Flor de Caña 12 besticht durch Aromen roter Früchte, Honig und gerösteten Nüssen in der Nase. Am Gaumen verbinden sich Noten von Holz, Vanille und Bratapfel zu einem weichen und fein ausgewogenen Finale. Dieser Rum wird mit 100 % erneuerbarer Energie

Der Spirituosen-Genießer-Tipp

destilliert und natürlich ohne den Zusatz von Zucker gereift. Pur genossen belebt er Gaumen und Seele vor und nach dem Dinner.

Flor de Caña Rum 18 Years (40 %): Der 18 Jahre alte Rum von Flor de Caña ist ein Premiumrum, welcher nachhaltig produziert wird und klimaneutral und Fair Trade zertifiziert ist. In der Nase entfalten sich exquisite Aromen gerösteter Nüsse und Karamell. Am Gaumen verbinden sich intensive Noten von Vanille und Gewürzen zu einem samtig weichen Finale. Flor de Caña 18 wird mit 100 % erneuerbarer Energie destilliert und natürlich ohne den Zusatz von Zucker gereift. Connaissereuere zelebrieren den unverfälschten Genuss der harmonischen Aromenkomposition.

Flor de Caña Rum 130th Anniversary Edition 20 Years (45 %): Der 20 Jahre lang gereifte Flor de Caña 130th Anniversary Edition ist ein Ultra Premium-Rum, welcher nachhaltig produziert wird und klimaneutral und Fair Trade zertifiziert ist. Diese limitierte Edition zum 130-jährigen Jubiläum von Flor de Caña wird mit 100 % erneuerbarer Energie destilliert und natürlich ohne den Zusatz von Zucker gereift. In der Nase entfalten sich exquisite Aromen gerösteter Nüsse- und Karamell. Am Gaumen verbinden sich intensive Noten von Vanille und Gewürzen zu einem samtig weichen Finale. Dieser Jubiläumsbrand verdient den Titel „Exzellenz“



Flor de Caña Rum Terra 15 Years

und empfiehlt sich für spezielle Anlässe, die seinem außergewöhnlichen Genuss würdig sind.

Flor de Caña nachhaltiger Rum aus Nicaragua

Nachhaltigkeit ist neben dem weichen

Geschmack das Markenzeichen des Ultra-Premium-Rums Flor de Caña. Mit immer neuen Aktionen motiviert das nicaraguanische Unternehmen die Kreativität der Bartender, das Thema Nachhaltigkeit auch in den Bars stärker in den Fokus zu rücken. So begeisterten dieses Jahr mehr als 40 Bars in Deutschland ihre Gäste mit Zero Waste Cocktail-Kreationen. Die von Flor de Caña ins Leben gerufene Initiative hat sich das Ziel gesetzt, bis zu 15 Tonnen Lebensmittelabfälle einzusparen – mit köstlichen Drinks. An diese nachhaltige Aktion knüpft die Sustainable Cocktail Challenge an, bei der Nachhaltigkeitsaspekte in Rezeptur und Zubereitung Grundvoraussetzung für die Teilnahme darstellen.

Fotos: Flor de Caña



Flor de Caña Rum 130th Anniversary Edition 20 Years

Weitere Informationen unter:
www.flordecana.com

Importeur: Mack & Schühle AG
73277 Owen / Teck
www.mus.de

Restaurant Balthasar – ein fixer Michelinsterne über Paderborn

25-jähriges Sternejubiläum für Elmar Simons schlotzige Küche



Warme Farben, angenehmes Licht, der Gastraum lädt zum Verweilen ein

Dr. Alexander Pohlmann

Das Restaurant Balthasar ist eine feste Größe der Gourmetlandschaft Ostwestfalen-Lippes. Seit 1998 ist das Balthasar jedes Jahr mit einem Michelin-Sterne ausgezeichnet worden, der Gault & Millau vergab zuletzt 3 schwarze Hauben. Wir wollten wissen, wie Elmar Simon es schafft, so lange auf Spitzenniveau zu kochen und was ihn heute noch motiviert. Grund genug, dem Balthasar zum 25-jährigen Sterne-Jubiläum einen Besuch abzustatten.

Schon beim Betreten des Restaurants wird man mit einem netten Lächeln überaus freundlich vom Serviceteam begrüßt. Man geht an einem kleinen Bullauge vorbei, durch das erste Blicke in die Küche möglich sind, bevor man in den Gastraum gelangt.

Wir merken direkt, das Balthasar ist ein Ort zum Wohlfühlen und zum Verweilen. Warme Farben, angenehmes Licht und gemütlicher Teppich sorgen für ein modernes, elegantes Ambiente. Frische Blumen und eine Kerze zieren die Tische,

alles wirkt stimmig, nichts ist übertrieben. Elmar Simon betritt den Raum, ihn stören die Gesänge von Celine Dion im Hintergrund, doch sein Team muss ihn korrigieren, es läuft Beyoncé. Die Stimmung untereinander ist gelöst, Simon outet sich als Fan von elektronischer Musik, höre aber alles bunt gemischt.

„Schlotzig ist wie Omas Kartoffelsalat“

Simon benutzt gerne das Wort schlotzig um seine Küche zu beschreiben. Schlotzig? Was ist das, fragen Sie sich vielleicht? „Schlotzig ist das Gegenteil von fettig, aber auch nicht trocken, im positiven Sinne cremig. Schlotzig ist wie Omas Kartoffelsalat, den ja jeder irgendwie vor Augen hat, der war bestimmt schlotzig“, erklärt Simon plastisch.

Marius Honvehlmann und Elmar Simon bei der Arbeit





Herzstück im Balthasar ist die Theke

len. „Nur Vorspeise und Hauptgang essen ist völlig in Ordnung, es guckt einen keiner schief an“. Als zweiter Gruß kommt ein Karottencremesüppchen mit ver-



Der Paderborner Dosenfisch – eine optische und geschmackliche Überraschung

„Im Vordergrund steht ganz klar der Geschmack, es soll Mundvoll sein, wir haben keine kleinteiligen Angelegenheiten, es soll Essen sein, im wahrsten Sinne des Wortes“.

Mit diesen Worten im Hinterkopf hätten wir das servierte Amuse-Bouche hier so nicht erwartet. Neckisch kommt das Matjes-Filet als „Paderborner Dosenfisch“ daher, gebettet auf einer mit Tomatengelee bedeckten Kartoffel-/Meerrettich-Sauerrahmmousse in einer Blechdose, sehr lecker und eine gelungene Überraschung. Elmar Simon hat bei Zweisterne-Koch Siegfried Rockendorf in Berlin die Sternküche gelernt, bevor er 1996 in Paderborn das Balthasar eröffnete. „Als ich zurück nach Paderborn kam, gab es in der Gegend 6-7 Sternerestaurants. Irgendwann waren wir die einzigen, bis vor einigen Jahren Iris Bettinger (Rheda-Wiedenbrück) und jetzt Jan Diekjobst (Detmold) hinzukamen“, so Simon.

„Wegen eines Platzhirsches fährt keiner in die Region“

Er unterstreicht, wie wichtig es für die Region ist, mehr als nur ein Sternerestaurant zu haben: „Wegen eines Platzhir-



Auftakt des Menüs: Alaska Wildlachrolle

ches fährt keiner in die Region, jetzt tut sich was“.

Neben einem klassischen Menü bietet man im Balthasar ein vegetarisches Menü namens „Grüner Garten“ an, auch à la carte kann man einzelne Speisen bestel-

schiedenen Zubereitungsformen der Karotte wie Karottensorbet, Karotte im Tempura-Mantel und ein feinst geschnittener Farmer-Salat, sehr intensiv und besonders. Die würzige Suppe ist eine erwartete Offenbarung, denn das Balthasar ist für seine feinen Süppchen bekannt. Den



Kräftige Bouillabaisse mit Krabben und Bouchot-Muscheln



Kabeljau | Kohlrabi | Petersilie | Champagnersauce



Harmonie: Rib Eye Steak Tranchen mit Rotkraut und Roter Bete



Gratinierter Ziegenkäse mit Feige

Auftakt des Menüs macht eine Wildlachs-Rolle mit Artischocke, Wachtelei, Kräuterseitlingen und Kaviar, alles ergänzt sich toll im Mund und wird von einer leicht bitteren Orangensauce abgerundet.

Fischig geht es mit einer kräftigen Bouillabaisse weiter, die mit Nordseekrabben und Bouchot-Muscheln nur so vor Kraft strotzt und sehr vollmundig ist. Ein hervorragender, erfrischender Kontrast dazu ist ein Sauvignon blanc von Bernard Reverdy von der Loire, der den Geschmack von Zitrusfrüchten erkennen lässt. Für die stimmige Weinbegleitung ist Simons Ehefrau und Sommelière Laura verantwortlich. Es bleibt mit einem glasig gegarten Kabeljaufilet maritim. Da Kabeljau naturgemäß wenig Eigengeschmack mitbringt, wird er gekonnt mit Kohlrabi, Petersilie und einer Champagner-Sauce kombiniert. Es folgt ein präzise gegarter, zarter Pulpo, Topinambur und Currysauce, sehr süffig oder wie man in Paderborn sagt: schlotzig!

Patron Elmar Simon mit seinem jungen Team



Neue Trends werden auf das Balthasar angepasst

Wie hält es Simon mit Regionalität oder anderen Trends in der Spitzengastronomie?

„Die Kunst ist, das Wesentliche aus neuen Einflüssen herauszuziehen, die guten Ideen auf uns herunterbrechen, in unserer Handschrift zu schreiben und nicht 1 zu 1 zu kopieren“, führt er aus. Auch zum Thema Regionalität hat Simon eine klare Meinung: „Es gibt in der Region nicht so viel, wir haben versucht, die Bauern zu überzeugen, dass sie nicht die größte Zucchini stolz um die Ecke tragen, sondern vielleicht doch eher eine etwas kleinere“, das finden wir durchweg sym-

pathisch und ehrlich, denn nicht zu selten wird dem Gast etwas vorgespielt.

Doch wie hat sich die Sterneküche eigentlich aus seiner Sicht in den letzten 25 Jahren verändert? „Auf dem Teller hat sich einiges verändert, es ist deutlich moderner, nicht mehr so schwer, nicht mehr so wuchtig, nicht mehr so übertrieben“, beschreibt Simon.

Präzise am Gaumen, aber dennoch komplex sind die servierten Rib Eye Steak Tranchen, die geschmacklich und optisch passend von Rotkraut und Roter Bete begleitet werden, einen tollen Akzent bietet auch die Zugabe von Schafgarbe auf dem Teller. Der Übergang zum Dessert gelingt im nächsten Gang mit einem gratinierten



Das Dessert überzeugt alleine schon optisch

Ziegenkäse in Verbindung mit Feige perfekt, bevor uns beim liebevoll angerichteten Dessert dann endgültig klar wird: Elmar Simon ist ein Tiefstapler, wenn er behauptet, dass er „kleinteilige Angelegenheiten“ nicht mag. Uns beeindruckt mit welcher Hingabe und Passion Elmar Simon mit seinem Team auch nach so vielen Jahren eine solche Leistung auf den Teller bringt, ohne dabei in der Zeit stehen geblieben zu sein. „Motivieren geht von allein, das macht immer noch riesen Spaß“, so Simon.

Wir sind uns einig: Dieser Stern über Paderborn, er leuchtet sehr hell.

Fotos: Dr. Alexander Pohlmann, Agentur Vielbauch

Info: www.restaurant-balthasar.de

Topinambur-Cremesüppchen von Elmar Simon

für 6 Personen

Zutaten

400 g	Topinambur
200 g	Kartoffeln
2	mittelgroße Schalotten
0,5 l	Gemüsebrühe
0,3 l	Sahne
0,1 l	Weißwein halbtrocken
1 El	Sauerrahm
1 El	Gänseeschmalz
1 El	weißer Balsamicoessig
	Meersalz, Zucker, Pfeffermühle, Muskatnuss
1 TI	weiße Trüffelbutter (im Feinkostgeschäft erhältlich)

Zubereitung

Die Topinambur und Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Die grob gewürfelte Schalotten mit einer Prise Zucker in Gänseeschmalz glasig andünsten, Kartoffeln & Topinambur zugeben, bei mittlerer Hitze 5 Minuten mitdünsten.

Mit dem Weißwein ablöschen und die Gemüsebrühe zugeben, köcheln lassen bis die Kartoffeln / Topinambur gar sind. Die Sahne zugeben und aufkochen, dann den Sauerrahm zugeben und mit dem Mixer pürieren. Mit Meersalz, Pfeffer, Muskatnuss und dem weißen Balsamico-essig abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Trüffelbutter mit einem Schneebesen unterheben.



Irma la Douce Treffpunkt für Connaisseure

Michael Schulz komponiert französische Klassik am Herd

Gour-med

Gour-med Leser werden sich erinnern in der Oktober-Ausgabe 2020 (Archiv 2020 Ausgabe 9 / 10 ab S. 12) haben wir Küchenchef Michael Schulz und dem Serviceteam um Sascha Hammer eine exzellente Küchenleistung bestätigt. Mit der Auszeichnung „Berliner Meisterkoch 2020“ und einem Michelin Stern wurde das Restaurant Irma la Douce verdient in die erste Liga der Berliner Gourmet-Gastronomie befördert.

Küchenchef Michael Schulz, kulinarisch in Berlin sehr geschätzt, ist Anhänger der klassischen französischen Küche, die er aber immer wieder neu definiert, individuell verfeinert und aromenreich harmonisiert.

Die Lage des Restaurants an der Potsdamer Strasse, in unmittelbarer Nähe des berühmten Varietés Wintergarten, entspricht der Philosophie des Betreibers Jonathan Kartenberg. Dort zu sein, wo das Berliner Leben authentisch pulsiert. Die Straße ist seit vielen Jahren ein Treffpunkt für Menschen, die sich amüsieren und das Leben genießen wollen. Zwischen türkischen Supermärkten, Galerien, Restaurants, Kneipen und dem abwechslungsreichen Nachtleben nimmt das Irma la Douce eine Sonderstellung ein. Betont wird die Positionierung durch das herausragende Speisenangebot des Sternekochs so wie die mit erlesenen Tropfen bestückte Champagner- und Weinkarte. Sascha Hammer, Weinkenner, Experte und Maître hält mehr als 50 verschiedene Champagner bereit. Diesem prickelnden Vergnügen kann kein Gast widerstehen.

Vom Restaurant hat man einen Blick in die teiloffene Küche und kann zuschau-



Perfekte Ergänzung: Küchenchef Michael Schulz und Maître Sascha Hammer

en, wie die Speisen mit Leidenschaft und Perfektion zubereitet werden.

In den Sommermonaten ist die Terrasse – ein Teil des Trottoirs – bei den Gästen sehr beliebt. Eine bessere Aussicht auf die Potsdamer Strasse und mit dem Blick auf den Eingang des Wintergarten Varietés gibt es nicht. Hier flaniert zu allen Tages- und Nachtzeiten, wer gesehen werden will und selber schaut. Ob Prominente, Nachtschwärmer, die Halbwelt oder ganz normale Menschen, es ist das typische Treiben einer Weltmetropole, aber immer abwechslungsreich und interessant.

Das Restaurant-Ambiente, ganz im Stil französischer Eleganz und Lässigkeit, unterstreicht die Philosophie und ist zugleich ein Hinweis auf die Speisekarte. Das Irma la Douce bietet ambitionierte gehobene französische Küche. Das oberste Gebot von Küchenchef Michael



Gebackene Kabeljau Brandade / Sauce Tartare / Feldsalat

Schulz und seinem Team, sie orientieren sich immer und ausschließlich an der Produktqualität. Stimmt die Qualität, verarbeiten sie bevorzugt regionale Lebensmittel, andernfalls wird dem besseren Produkt Vorrang eingeräumt.

Seine früher eher etwas fleischlastigen Gerichte sind heute mehr Meeresfrüchte orientiert. Das entspricht auch den Wünschen der Gäste nach gesünderer Ernährung. Eine positive Auffälligkeit zeichnet das Irma la Douce aus. Wer hier einen Menu-Vorschlag erwartet, sucht vergeb-

lich. Es werden keine Menus angeboten. Alle Gänge gibt es à la carte, sodass jeder Gast selber kreativ entscheiden kann, wie seine Speisenfolge serviert werden soll. Und wie umfangreich er sie gestalten will. „Die Gäste sollen das, was Ihnen Freude macht und schmeckt, essen und nicht, was ein feststehendes Menu vorschreibt“, sagt der Sternekoch.

Zum Start in das Dinner wird ein köstliches Brot mit Nuss- und Olivenbutter serviert. Es schmeckt nicht nur herrlich, man läuft auch in Gefahr, zu viel davon zu

essen. Wie schon erwähnt, Fischgerichte dominieren das Angebot. Eine kleine Auswahl der Speisen möchten wir Ihnen vorstellen. Austern-Liebhaber genießen diese mit einem Sauvignon blanc von der Loire auf Vorschlag von Sascha Hammer. Die Taschenkrebse aus den Niederlanden mit einem passend temperierten Pouilly Fume, erfreuen den Gaumen und die Geschmackssensoren. Richtig zubereitete Meeresfrüchte und Fisch sind ein unvergesslicher Genuss. Michael Schulz ist ein wahrer Meister darin. Der Kabel-



Gillardeau Auster

jau ist perfekt gegart. Textur und Aromen ergänzen einander ideal. Keine Zutat dominiert, alle Nuancen harmonieren miteinander.

Das Pastrami, mit Gewürzen verfeinert, ist sehr zart und schmilzt auf der Zunge, einfach perfekt. Auch die vegetarischen



Taschenkrebs-Cannelloni auf Karottensud



Michael Schulz

Gänge wie Cannelloni im Karottensud mit geröstetem Quinoa und geräucherter Zitronenzesten ergänzen sich ausgezeichnet. Der Loup de Mer auf einem Misosud und Rindermark verdient ein Extralob. Diese außergewöhnliche Symbiose der Zutaten zeugt von der innovativen Ideenvielfalt und der Bereitschaft des Küchenchefs, ständig auf der Suche nach neuen Kreationen zu sein. Das, so betont Michael Schulz, gelingt aber nur mit dem gesamten Team. Das Dessert, eine Kreation aus Sorbet, Mousse und warmen Himbeeren ist ein krönender Abschluss dieses genussreichen Abends.

Sascha Hammer, zuständig für Service und Weinexpertise, ist der „Frontmann“ beim Gast. Seine Fachkompetenz, die

höfliche, respektvolle Kommunikation mit den Gästen zeichnen ihn aus und lassen erkennen, dass sein Beruf für ihn Berufung ist. Gemeinsam – mit dem Küchenchef und allen Mitarbeitern bilden sie die tragenden Säulen des Restaurants. Das Irma la Douce hat sich in der Spitze Berliner Gourmet-Restaurants etabliert.

Beliebt ist das Irma la Douce bei vielen Kulturschaffenden aus Film, TV, Theater

und Kunst. Hier können – dürfen sich – Prominente ganz ungestört dem Genuss hingeben.

So soll es auch sein!!

Fotos: Gour-med, White Kitchen

Info:
Irma la Douce
Potsdamer Str. 102
10785 BERLIN
Tel.: +49 30 23000555
E-Mail: irma@irmaladouce.de
www.irmaladouce.de

Empfehlenswert ist für Berlinbesucher die Nutzung der BerlinCard, die viele Optionen und Vorteile bietet.



Französische Eleganz im Restaurant



Köstliches Dessert: Variationen von der Himbeere

Das perfekte Match in der wineBANK Hamburg

Am 22.11. haben vier Kochteams aus ganz Deutschland nach dem perfekten Gericht zu Südtiroler Weinen gestrebt

Dr. Alexander Pohlmann

Wer seine edlen Tropfen sicher hinter Gittern gelagert wissen möchte und dabei in tollem Ambiente und mit anderen Weinliebhabern Wein verkosten möchte, dem ist die wineBANK sicher schon längst ein Begriff.

wineBANKS sind in Kellergewölben beheimatet, dort mietet man eine Art einsehbares Schließfach, lagert dort seine Flaschen unter idealen Klimaverhältnissen und kann sie zur privaten Verkostung öffnen. Den eigenen Wein kann man rund um die Uhr genießen, Zutritt zu den 9 wineBANKS weltweit haben nur Mitglieder und deren Gäste. In jeder wineBANK steht eine voll ausgestattete Theke bereit, exklusive Cateringpartner sorgen auf Wunsch für das leibliche Wohl. Regelmäßig finden exklusive Events für Mitglieder



Die wineBANK in Hamburg, hier lagert man nicht nur Wein, sondern tauscht sich auch mit Weinfreunden aus



Vier Kochteams aus ganz Deutschland kreierten das perfekte Gericht zu Südtiroler Weinen

statt, wie auch am 22.11., als unter der Moderation von Fernsehkoch Benedikt Faust in Kooperation mit Südtirol Wein vier Kochteams aus ganz Deutschland das perfekte Gericht zu Südtiroler Weinen kreierten! Alle Gerichte wurden von den fünfzig anwesenden Gästen verkostet. Eine Jury bestehend aus Andreas Kofler, Präsident des Konsortiums Südtirol Wein, Dominik Wetzels von Red Rock Cooking,

Gastronomin Thayarni Garthoff vom KESSELHAUS in Osnabrück sowie Johannes Leusch von der wineBANK Hamburg kürten unter Einbezug der Meinung der Gäste zwei Gewinner-Pairings des Abends:

Sauvignon Blanc & Ceviche vom Heilbutt mit allerlei Kürbis kreiert von André Großfeld, Sternekoch der Villa Merton in Frankfurt am Main.

Eines der Siegermenüs: Ceviche vom Heilbutt mit allerlei Kürbis von André Großfeld



Lagrein & Onsen-Tamago, Kimchi und Wintermöhre präsentiert von Konstantin Kuntzsch, Sternekoch des Restaurants Speiseberg in Halle (Saale)

Außerdem waren mit dabei: Laura Kroiss, Küchenchefin vom 4-Sterne-Superior Hotel Ulrichshof Baby & Kinder Bio-Resort und Tassilo Münch, kulinarischer Visionär, und Lena Lamy, Art for Food. Die Südtiroler Weine bieten mit zwanzig verschiedenen Rebsorten und ganz unterschiedlichen Höhenlagen und Böden eine solche Vielfalt, dass es leicht ist es für jedes Gericht den passenden Wein zu finden oder auch umgekehrt: Für jeden Wein das passende Gericht.

Fotos: Sven Schomburg

www.winebank.de
www.suedtirolwein.com



Münster

Nach einem Jahr erfolgreich etabliert

Gour-med

Im September letzten Jahres, die Zeit war noch Pandemie gebrandmarkt, wurde das neu konzipierte und architektonisch herausragende Atlantic Hotel im Zentrum von Münster eröffnet. Skeptiker prophezeiten keinen guten Start, Optimisten beurteilten das positiver und sollten Recht behalten. Erfolg hat immer viele Väter, so auch in diesem Fall. Hoteldirektor Sascha von Zabern und insbesondere das Team um Küchenchef Niklas Hoffmann haben den frühen Erfolg ermöglicht.

Sascha von Zabern kennt den Markt in Münster sehr genau und hat vom Start an auf die Beteiligung und Akzeptanz der Münsteraner gesetzt. Einladungen mit Test-Übernachtungen und weiteren Veranstaltungen unter Einbeziehung der Einheimischen haben zu einer Identifizierung mit dem Haus geführt und für hohen Zuspruch gesorgt. Das Atlantic Hotel hat sich innerhalb weniger Monate zu einem der ersten Hotels in Münster „gemausert“. Zur weltweiten Bekanntheit verhalf auch das G 7-Treffen der wichtigsten Außenminister. Allein im Atlantic Hotel waren sechs der sieben Gastdele-



Garnelen Cocktail mit Hokkaido-Kürbis, Dashi Sauce und Kernöl

gationen untergebracht. Lediglich die US-Amerikaner mussten wegen ihrer Größe in einem anderen Haus untergebracht werden.

Kulinarisch zählt die Küche des Restaurants mit dem jungen Küchenchef Niklas Hoffmann zu den TOP 5 in Münster. Seine Hamburger Erfahrungen, unter anderem im The Fontenay Hotel-Restaurant „Lakeside“ waren prägend für seinen Ehrgeiz. Der gebürtige Münsteraner kocht regional orientiert. Saisonale Produkte bekommen den Vorzug, sie werden zu aromatischen Kompositionen, augenfällig, auf den Teller gebracht. Die – meisten

Geeiste Gurke, Apfelbuttermilch und Pumpernickel



Küchenchef Niklas Hoffmann

– Lieferanten sind dem Küchenchef persönlich bekannt, genießen sein Vertrauen und erzeugen einige Produkte nur für den Grillroom im Atlantic.

In der Speisekarte findet man ausgesuchte, feinste Fleisch- und Fischangebote, die harmonisch als exzellente Gerichte von Niklas Hoffmann kreiert werden. Für Brotliebhaber serviert der Küchenchef ein Altdeutsches Sauerteig Brot mit verschiedenen Aufstrichen, die so lecker sind,



Fisch, frisch und delikat



Signature Gericht: Bio-Ei, braune Butter, Kartoffeln und Spinat

dass manch Gast vergisst, wie sättigend das sein kann und schon vor dem Hauptgang satt ist.

Unter dem Titel „Best of one Year Grillroom“ findet man die Signatur, das konfierte Bio Eigelb. Dieses Gericht muss man probieren, eine Delikatesse wie man sie selten isst. Saisonbedingt wird in den Vorweihnachtswochen Wild und Geflügel und Jahreszeiten-Fisch wie Heilbutt, Kabeljau oder Wolfsbarsch verarbeitet. Steak-Freunde werden über die Fleischauswahl erfreut sein, vom irischen Weiderind (Tomahawk) über Prime Rib- bis hin zu Wagyu-Steaks in absoluter Qualität findet jeder Gast, wonach Herz und Gaumen begehrt.

Eine Exklusivität ist das Menu „Carte Blanche“, der Gast wählt die Menge der

Restaurant Grillroom, Newcomer des Jahres 2021



Über besondere Highlights und Veranstaltungen rund um Weihnachten und Silvester informiert Sie die Webseite des Hotel Atlantic. Freuen können Sie sich auf ausgefallene Menus im Restaurant bzw. in der Sky-Bar hoch über Münster. Rechtzeitige Reservierungen sind empfehlenswert.

Fotos: Gour-med, ATLANTIC Hotel Münster

Info:
ATLANTIC Hotel Münster
Engelstraße 39
48143 Münster
www.atlantic-hotels.de/hotel-muenster

Niklas Hoffmann



Gerichte aus, die sich aus unterschiedlichen Speisen zusammensetzen. Der Küchenchef bereitet in Absprache mit ihm vor, was serviert werden soll. Seien Sie sicher, es wird keine Enttäuschung für den Gast sein!

Zu allen Hauptgängen werden hausgemachte Saucen serviert, jede für sich ein Genuss. Fast überflüssig zu erwähnen, das alle Desserts und Torten von der fachkundigen und begabten Pâtissière des Hauses hergestellt werden und den Abend gekonnt versüßen.

Die Weinkarte lässt keine Wünsche unerfüllt, wer möchte, findet kompetente Beratung bei den Servicemitarbeitern.

Der Grillroom im Atlantic Hotel mit seinem Küchenchef Niklas Hoffmann ist in sehr kurzer Zeit zu einem kulinarischen Treffpunkt in Münster geworden, der für die Gourmetszene eine großartige Bereicherung ist.

Das Ziel des Küchenchefs, eine höhere Einstufung bei den Restauranttestern zu erreichen, ist realistisch und verdient.

Bequem, modern, gemütlich



Raphael Hotel Wälderhaus – Ökologie zum Wohlfühlen

Schlafen, Tagen, Speisen, Wald und Natur erleben – das im November 2012 eröffnete WÄLDERHAUS ist einzigartig: Mitten in Hamburg am Wilhelmsburger Inselpark gelegen entstand anlässlich der Internationalen Gartenschau 2013 eine grüne Oase.

In dem neuartigen Hotelkonzept wird die Atmosphäre des Waldes konsequent erlebbar gemacht: Ökologisch verarbeitetes Holz ist das dominierende Material für die Innen- und Außenwände, Decken und alle Möbel. Darüber hinaus wurde ein eigenes Umweltmanagement-System entwickelt. Es erfüllt auf der einen Seite die Forderungen nach höchstmöglicher Energie-Effizienz und Nachhaltigkeit; auf der anderen Seite steht in den Zimmern modernste Technik zur Verfügung (inklusive W-Lan).

Jedes Hotelzimmer ist nach heimischen Bäumen und Sträuchern benannt, die zum Teil unbekannter sind als manche Exoten. Über die Baumpaten wird in dem jeweiligen Raum auf dekorative Weise informiert. Die Zimmer bieten durch die Verbindung aus natürlichen Materialien, ökologischen Einbauten und modernster Technik eine gesunde Atmosphäre ohne dabei auf Komfort zu verzichten. Alle Zimmer sind Nichtraucherzimmer.

Multifunktionale Nutzungsmischung

Das moderne multifunktionale Gebäude auf der Elbinsel ist ein „Exzellenzprojekt“ der Internationalen Bauausstellung Hamburg und in seiner Nutzungsmischung einzigartig. Der Bauherr und Betreiber, die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald, Landesverband Hamburg e.V., hat hier ihren Sitz und verfolgt mit der dauerhaften Ausstellung „Science Center Wald“ und dem „Forum Wald“ mit vier Tagungsräumen für bis zu 300 Personen ihr umwelt-pädagogisches Programm. Im Erdgeschoß befindet sich das Restaurant „Wilhelms“ mit frischen regionalen

Speisen. Gemeinsam vereinen und veranschaulichen sich hier auf eindrucksvolle Art die Zusammenhänge von Wald, Umwelt und Nachhaltigkeit.

Ein außergewöhnlicher Holzbau

Aufgrund der unterschiedlichen Nutzung der einzelnen Geschosse und den damit verbundenen baurechtlichen Anforderungen unterscheiden sich auch deren Konstruktionsweisen. Die ersten beiden Etagen wurden in Stahlbetonbauweise, die oberen drei Etagen in Massivholzbauweise aus zertifiziertem Fichtenholz errichtet. Dieses Holz stammt zu 80% aus Deutschland und Österreich, zu 20% aus Finnland.

Die Fassade des WÄLDERHAUSES ist aus dem Holz der europäischen Lärche gefertigt (zertifizierte Herkunft: Siegerland und Sauerland). Diese unbehandelte Holzverschalung bietet, ebenso wie das Dach und die Außenflächen, Lebensraum für Pflanzen sowie Rast-, Futter- und Nistgelegenheiten für zahlreiche Kleintiere.

Das Dach des Hauses basiert auf einem „Living-Place“ Konzept und ist mit 9.000 heimischen Kleingewächsen bepflanzt. Das Gründach verbessert das Mikroklima in der Stadt durch Evaporation und Transpiration, da das Regenwasser verdunstet und so die Luft kühlt. Die dichte Bepflanzung wirkt wie eine zusätzliche Dämmung zur Isolierung des Gebäudes und

Raphael Hotel Wälderhaus – Komfort Zimmer



schützt im Sommer vor Hitze, im Winter vor Kälte.

Die Isolierung der 20 cm dicken Steinwolldämmung in den Außenwänden, die dichte Dämmung der begrünten Dachfläche und die dreifache Sonnenverglasung der Fensterscheiben ermöglicht die Reduzierung des Energieverbrauches. Dadurch kann das WÄLDERHAUS seinen Energiebedarf in weiten Teilen aus eigenen Quellen decken: über eine Photovoltaikanlage (Solaranlage) auf dem Dach sowie mithilfe von Geothermie, der Ausnutzung natürlicher Erdwärme (94 Energiepfähle in Verbindung mit einer Wärmepumpe). Das WÄLDERHAUS ist außerdem an ein Nahwärmenetz (Biomethan-BHKW mit Primärfaktor 0,30) angeschlossen.

Das Raphael Hotel WÄLDERHAUS ist somit eine gelungene Synthese aus Komfort und praktiziertem Umweltschutz, wobei das Hauptziel stets das Wohlfühlen der Gäste ist.

Fotos: Raphael Hotel Wälderhaus

Raphael Hotel Wälderhaus
Am Inselpark 19, 21109 Hamburg
Tel.: 040/302156100
Email: hotel@waelderhaus.de
www.raaphaelhotelwaelderhaus.de



neköchin Berlins freut sich sehr auf ihr Gastspiel am 20. und 21. Januar 2023 im ‚ambassador hotel & spa‘ an der Nordsee. Das 4-Sterne-Superior-Hotel in St. Peter-Ording vis-à-vis der historischen Seebrücke steht für erholsame Auszeiten und regionale Kulinarik.

Französische Küche par excellence sind die Leidenschaft von Ronny Siewert, Küchenchef vom Restaurant ‚Friedrich Franz, im ‚Grand Hotel Heiligendamm, Der Familienvater wird an gleich drei Tagen, vom 27. bis zum 29. Januar 2023, seine bodenständige und zugleich aromaintensive Küche im Hotel ‚Der Seehof, in Ratzeburg vorstellen. „Die Perfektion, aus jedem Produkt das Maximum an Geschmack herauszukitzeln, bildet für mich den Anreiz meiner Arbeit“, so die langjährige Nr. 1 von Mecklenburg-Vorpommern. Siewert wurde 1978 in Nienburg an der Saale geboren und lernte viel auf seinen Karriere-Stationen bei der deutschen Kochelite, wie Heinz Winkler,



Laurin Kux auf dem Weg nach oben

Dieter Müller und Helmut Thielges. 2005 erhielt Siewert im ‚Restaurant Chezant‘ (Warnemünde) seinen ersten Michelin-Stern. Dieser folgte ihm auch bei seinem Wechsel ins ‚Friedrich Franz‘ nach Bad Doberan.

„Intensive Geschmacksnuancen, harmonisch ineinandergreifende natürliche Texturen, klug gesetzte Kontraste – so funktioniert die schnörkellose Genussküche à la Daniel Raub“, urteilt der Gusto und wertet den 40-Jährigen 2022 um eine halbe auf 7,5 Pfannen hoch. Der Michelin-Guide ist seit 2014 von seiner ausdrucksstarken Küche angetan und vergibt einen Stern an die ‚Genießer Stube‘ im familiengeführten ‚Landhaus Biewald‘ in Friedland. Damit gehört Daniel Raub, der 1981 in Göttingen geboren wurde, zu den 300

Winter der kulinarischen Hochgenüsse in Schleswig-Holstein

Susanne Plaß

In Adelaide (Australien) 1969 geboren und in Berlin aufgewachsen, hat sich Sonja Frühsammer gegen ein Sportstudium und für die kreative Arbeit in der Küche entschieden. Was die zierliche Mutter zweier Kinder anpackt, das tut sie mit Leidenschaft und Inspiration. Zusammen mit ihrem zweiten Mann Peter, der selbst einmal Sternekoch war, führt sie noch bis Jahresende das Restaurant ‚Frühsammers‘ in der Villa vom noblen Tennisclub Grunewald in Berlin. „2023 geht es ohne eigenes Restaurant weiter mit Catering, Kochkursen und Weinstammtischen“, so Sonja Frühsammer, die dann mehr Zeit hat für ihre Islandpferde und die Bewirtschaftung ihres Hofes in Beelitz. Die einzige Ster-



Sonja Frühsammer geht neue Wege

besten Herdchampions Deutschlands. Seine Wahrnehmung und Küchenstil geprägt haben Dieter Müller und Nils Henkel. Zum zweiten Mal tritt Raub als Gastkoch beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival auf, diesmal am 3. und 4. Februar im ‚VITALIA Seehotel‘ in Bad Segeberg.

Festival-Premiere feiert Valentin Rottner vom Romantik ‚Hotel Rottner‘ in Nürnberg am 10. und 11. Februar im ‚Waldschlösschen‘ in Schleswig. Gastkoch und Gastgeber, Familie Behmer, haben eines gemeinsam: Sie sind Jäger und verarbeiten das erlegte Wild vollumfänglich in ihren Restaurants. Der Ex-Fußballnationalspieler der U16 entschied sich für eine Küchenlaufbahn und lernte bei Top-Kollegen wie Johannes King und Alexandro Pape auf Sylt, TV-Koch Alexander Herrmann sowie im ‚Schlosshotel Lerbach‘ die unterschiedlichsten Küchenphilosophien kennen. 2016 eröffnete Valentin Rottner im familieneigenen Hotel das Gourmet-Restaurant ‚Waidwerk‘, wo er seine puristisch-nachhaltige Handschrift mit Überraschungseffekten ausleben kann. Schnell folgten Auszeichnungen wie „Aufsteiger des Jahres 2018“ im Der Feinschmecker und seit 2019 ein Michelin-Stern.

Back at home heißt es für Nils Henkel, wenn er am 11. und 12. Februar vom Rhein an die Kieler Förde ins ‚Romantik Hotel Kieler Kaufmann‘ fährt. Anlässlich des 36. SHGF wird das Multitalent, das in seiner Laufbahn höchste kulinarische

Weihen wie drei Michelin-Sterne erhielt, seiner Geburtsstadt einen Besuch abstatten. Nils Henkel, der das Kulinarik-Konzept im hippen ‚Papa Rhein Hotel & Spa‘ in Bingen verantwortet, hat mit seinem



Fjordforelle von Nils Henkel

außergewöhnlichen Pure Nature Stil eine neue deutsche Küche entwickelt. Dazu gehören spannende vegetarische Gerichte, raffinierte Texturen, intensive Aromen und gewagte Produkt-Kombinationen – immer treffsicher verarbeitet.

Immer wenn Laurin Kux mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wird, wechselt der gebürtige Münsteraner seine Wirkungsstätte – so geschehen 2019 im ‚Jellyfish‘ in Hamburg und keine zwei Jahre später im ‚Ferment‘ im Restaurant ‚Ackermann‘ in Münster. Seit 2022 verantwortet der 32-Jährige die Küche vom Restaurant ‚BOK‘ (Brust oder Keule) in seiner Heimat. Die Tester folgten dem Nomaden und vergaben schon mal 7 Pfannen im Gusto für seine leichten,

kombinationsfreudigen Speisen aus regionalen Top-Produkten. Zum zweiten Mal tritt der sympathische Koch beim SHGF an, um die Gäste am 24. und 25. Februar 2023 in der ‚Holländischen Stube‘ in Friedrichstadt mit seiner nachhaltigen Frischeküche zu begeistern.

Als Christoph Ruffer das Foto vom ‚Boutique Hotel Wassersleben‘ an der Flensburger Förde in der SHGF Broschüre sah, äußerte er den Wunsch, dort einmal Gastkoch zu sein. Es hat geklappt: Inha-



Nils Henkel gehört zum Koch-Olymp



Feingeist und Produktfetischist Christoph Ruffer

ber Eicke Steinort freut sich sehr, am 25. und 26. Februar diesen kulinarischen Visionär vom Hamburger Restaurant ‚Haerlin‘ im ‚Fairmont Hotel Vier Jahreszeiten‘ in seinem Kleinod präsentieren zu dürfen. Der 48-Jährige, der bei Henri Bach und Harald Wohlfahrt die Kunst des Kochens erlernte, erhielt für seine facettenreiche Aromaküche die Höchstnote von 10 Pfannen im Gusto und zwei Michelin-Sterne. Die Gäste des romantisch zwischen Wald und Strand liegenden 4-Sterne Boutique Hotels dürfen auf ein Feuerwerk an Sinnesfreuden á la Christoph Ruffer freuen.

Fotos: Susanne Plaß, Wonge Bergmann, Dominik Ketz, Gour-med, Haerlin

Weitere Informationen zu Terminen, Preisen, Adressen und Buchungen gibt es unter www.gourmetfestival.de

Einkehrschwung in der Bio-Holzfäller-Hütte

Heiner Sieger

Das Skigebiet Zauchensee-Flachauwinkl im Salzburger Land gilt bei Kennern als Kleinod. Moderne Liftanlagen, anspruchsvolle Pisten, idyllische Lage, hohe Schneesicherheit und verführerische Hütten machen den Skiurlaub hier zum vollendeten Genuss. Jüngstes Highlight ist Österreichs erstes Bio-zertifiziertes Bergrestaurant.

Zauchensee-Flachauwinkl hat Fans mit unterschiedlichen Interessen und dafür gibt es gute Gründe. Das Skigebiet liegt sehr idyllisch in den Salzburger Bergen und ist bekannt für seine Schneesicherheit. Wer will, der genießt das Skivergnügen der zwölf Gipfel und fünf Täler von Alpendorf bis nach Zauchensee mit insgesamt 260 Pistenkilometern. Die Abfahrten bieten vormittags perfekten Pulverschnee, der ab Februar gegen Mittag fein auffrirt und eine schwungvolle Abfahrt möglich macht. Um diese Genuss-



Skigebiet Zauchensee-Flachauwinkl:
Zwölf Gipfel, fünf Täler



tage noch reichhaltiger zu gestalten, hat man in Zauchensee einige Schmankekerl auf Lager. „Wir verbinden gerne das sportliche mit dem Genuss, vor allem die alpine Küche wird auf unseren Hütten

und auch in unseren Restaurants sehr gepflegt“, sagt Gernot Hörwertner, Geschäftsführer der Salzburger Sportwelt.

Kulinarik für Flexitarier, Vegetarier und Veganer

Recht hat er. Am Shuttleberg Flachauwinkl-Kleinarl überrascht zum Beispiel das Bergrestaurant LumberJack als erste Bio-Ski- und Berghütte in den Alpen nicht nur Bio-Liebhaber, sondern auch Flexitarier, Vegetarier und Veganer. Seit Juli 2021 ist die originelle Einkehr die allererste Bio-zertifizierte Hütte der Alpen: Alle Bio-Produkte stammen aus der direkten Umgebung und werden nach einem klaren Herkunftskonzept ausgewählt. Die weitläufige Food Hall auf zwei lichtdurchfluteten Etagen mit offener Galerie, riesigen Wintergärten, großen Terrassen sowie bequemen Bänken, die rund um gemütliche Scheitholzöfen lau-

fen, umfasst zehn Food-Stationen, von der „Meat Boutique“ über „Pasta! Basta!“ und „Energy Soups & Salads“ bis zu „Schmarr*n anders“ und „Café Latini“. Direkt vor den Augen der Gäste bereiten die Gastronomen und Bio-Köche dort ihre Gerichte zu. Alle Tische in der Food Hall sitzen auf Schienen und lassen sich je nach Wetter nach draußen oder drinnen schieben.

Hinter dem beeindruckenden Konzept steckt Maria Schmid-Harml. 2016 hatte sie ihre persönliche Werthaltung von zeitgemäßer Ernährung, Architektur und Wirtschaft in der Masterarbeit ihres Zusatzstudiums zur Gastrosophin verewigt. Im Dezember 2020, nur vier Jahre später, erweckte sie es zum Leben. Für die Wirtschaftswissenschaftlerin und Marketingspezialistin sind vollwertige und nachhaltig hergestellte Speisen seit Langem Lebensphilosophie, genauso wie



das gemeinsame Essen am Familientisch. Aufgewachsen im Salzburger Pongau hat sie das in ihrer Familie und Arbeitswelt weitergeführt, was sie schon von Großmutter und Mutter vorgelebt bekommen hatte: das tägliche gemeinsame Essen für alle im Betrieb oder am Hof. „Wer mit uns arbeitet, isst mit uns, hat meine Großmutter einst gesagt“, erinnert sich die Hüttenwirtin. „Weil nichts schöner ist, als gemeinsam zu essen, bedeutet LumberJack auch teilen und zusammenkommen, bei vollen Brettern, dampfenden Suppentöpfen und Pfannen in der Mitte des Tisches. „Shared dishes“ nennt es sich heute, wir sagen einfach Essen im Family Style: gemeinsam Essen mit Familie und Freunden.“

Die Mahlzeit am großen Tisch

Alle Speisen und Getränke werden in drei Größen angeboten: Small, Medium und Large. Dabei steht Small für eine Portion, ein Gericht oder ein Glas für eine Per-

son. Medium ist die doppelte Größe und preislich mit dem Faktor 1,8 berechnet. Large ist die Familienportion in 4-facher Größe und für die Familie rabattiert - mit dem Faktor 3,5 berechnet. Damit bedeutet gemeinsam Essen am LumberJack, dass es nicht nur Spaß machen, sondern auch das Familienbudget schonen soll und idealerweise keinen Abfall produziert. „Zero Waste“ ist das Ziel: Jeder nimmt auf seinen Teller so viel, wie er auch wirklich isst. Ist die Mahlzeit trotzdem zu groß, wird alles gerne eingepackt und mitgegeben.

Die wichtigsten Grundzutaten am LumberJack kommen ausschließlich von lokalen Bio-Bauern und Produzenten aus dem benachbarten Tal Wagrain-Kleinarl – Fleisch und Wurstwaren, Eier, Milch und Schnittkäse. Auch Brot und Gebäck, Nudeln, Pilze, Beeren, Küchen- und Teekräuter kommen aus der direkten Umgebung. „Wir leben hier im Bioparadies mit mehr als 100 Biobauern. Also verwenden wir auch so viel Bio wie möglich“, sagt die pfiffige Hüttenwirtin. „Zehn exotische Dinge, auf die wir nicht verzichten können, wie Olivenöl, Kaffee, Schokolade, Gewürze oder Zitronen haben wir als Joker auf der Karte.“

Und so ist bereits ein schlichtes Nahrungsmittel wie ein knuspriges Sauerbrot von altem Bauernroggen – der wieder neu angebaut wird im Lungau, der Kornkammer des Salzburger Lands – eine wahre Köstlichkeit. Denn belegt sind die geschmackigen Schnitten wahlweise mit getrocknetem Rinderschinken, Hauswürsten, Eieraufstrich, Käferbohnenaufstrich, Käse, Boxbergklee mit Samen und

tragen entsprechende Namen wie „Kräuterprinz“ oder „schnittiger Kleinarler“.

Auch die frischen Salate sind kulinarische Leckerbissen, zum Beispiel der Käferbohnen-Salat mit Wurzelgemüse und Kernöl, der Rot- und Blaukraut-Salat gemischt



Maria Schmid-Harml (re.) präsentiert ihre geschmackigen Schnitten vom Bauernroggen-Brot

mit Kresse, der Sellerie-Karotten-Salat mit Walnüssen, aber ohne Mayonnaise sowie der Fenchel-Orangen-Salat. Zusätzlich bietet jede Station mindestens eine besondere Spezialität mit Zutaten aus Wildsammlungen, also Pilze, Beeren und Kräuter aus dem Wald an. Diese Besonderheit ist auch als LumberJack-Empfehlung gekennzeichnet.



Alle Tische in der Food Hall sitzen auf Schienen und lassen sich je nach Wetter nach draußen oder drinnen schieben



In großen Gusseisenblechen wird die klassische römische Blechpizza in der LumberJack-Hütte aufgebacken



Beim Belag kennen die Pizzabäcker keine Grenzen

Eher untypisch für eine Pistenhütte ist das Angebot von Pizza aus dem Holzofen. In großen Gusseisenblechen wird die klassische römische Blechpizza in der LumberJack-Hütte aufgebacken. Der 24 Stunden gereifte Sauerteig von Burgenländer Weizen hat 89 Prozent Wasseranteil, ist unten knusprig und innen luftig. Der lokale Senner hat einen eigenen Bio-Pizzakäse dafür entwickelt. Und beim Belag kennen Martin, der Schwiegersohn

der Hüttenwirtin und Pizzaiolo Oli keine Grenzen: Mal typisch italienisch à la Margherita, dann verfeinert mit regionalen Schmankerln wie gegrilltem Gemüse und Pilzen aus der Wildsammlung oder auch mit Bioleberkäse oder Kartoffelchips im Holzfäller-Style. Wer noch Lust hat auf eine Nachspeise, dem sei der Blaubeer-Schmarrn mit Frozen Yoghurt empfohlen. Eine Besonderheit ist das hauseigene Trinkwasser am LumberJack.



Holzfäller-Style: Kartoffel-Reindl mit Bratwurst

Das erfrischende Quellwasser wird kostenlos auf den Tisch gestellt und serviert. Für die Betreiberin eine Geste der Gastfreundschaft und Selbstverständlichkeit. Ihr Sohn Felix steht derweil hinter dem Bartresen des „Beer Saloon“. Im Zentrum des Getränkeangebots steht das naturtrübe und sehr süßige Bio-Bier der Salzburger Brauerei Gusswerk. Außerdem am Ausschank erhältlich: drei Bio-Limonaden, ebenfalls vom Gusswerk. Zum Spritzen für Longdrinks oder pur gibt es Fruchtsäfte, weißen Schankwein und Frizzante der Bio-Winzerfamilie Wolfgang & Anita Müller aus Niederösterreich.

Kräuter, Gemüse und mobile Geflügelställe

Ein nicht unbeträchtlicher Teil der Bio-Kost wird an der LumberJack-Hütte direkt produziert. „Wir haben eine kleine Biolandschaft drum herum gegründet, mit Gemüse- und Kräuterbeeten rund um die Hütte und Glashäusern auf dem Dach. Wir haben allein 20 verschiedene Tomatensorten, aber auch eigene Hendl in mobilen Geflügelställen“, ist Maria Schmid-Harmal sichtlich stolz auf ihr kleines Hüttenreich. Ein Bauer aus dem Ort kümmert sich um die Tiere, der Kräuter- und Gemüseanbau wird von den KöchInnen mitbetreut und genutzt.

Was für das gastronomische Angebot gilt – regional und natürlich – findet sich auch in der Architektur des Gebäudes wieder. Schließlich war der heutige Standort der Hütte früher ein Arbeitsplatz der Holz knechte, eine Schälstation. Das zieht sich als roter Faden auch durch die Einrichtung. Am LumberJack sind der namensgebende Holz knecht und sein Material allgegenwärtig: Traditionelle und bewährte Elemente der alpinen Architektur wie das ausladende Satteldach, fügen den Bau harmonisch in seine Umgebung ein. Die verwendeten Werkstoffe sind vorrangig heimische Hölzer wie Fichte, Lärche und Eiche, gefolgt von Schwarzstahl, Beton, Loden und Stein.

Fotos: Markus Fischer, Heiner Sieger, Zauchensee

Weitere Informationen:
www.skiamade.com
www.zauchensee.com
www.lumberjack.at

Wir tanzen wieder

Der Flanierball – die perfekte Bühne

1. Gala nach der Pandemie im Schloss Fleesensee



Rhythmus mit dem man mit muss

Der 13. Flanierball im SCHLOSS Fleesensee war die exklusivste Gala in der Mecklenburgischen Seenplatte.

Wunderschöne Ballkleider wandelten die SCHLOSS Treppe hinauf. Smoking und Anzug hielten sie elegant im Arm. Flankiert von einem goldenen Engel und dem Neustrelitzer Fanfarenzug begrüßte die bestens gelaunte Hoteldirektorin Kathrin Röder persönlich jeden Einzelnen der rund 600 Gäste. Erst vor wenigen Monaten hatte sie den Staffelstab von Harald Schmitt übernommen; beide sind bereits seit vielen Jahren in die Organisation des Events eingebunden.

Das SCHLOSS Fleesensee zeigte sich auch auf dem diesjährigen Flanierball am 19. November traumhaft illuminiert.

Das Motto der Nacht

Bis zum frühen Morgen flanieren, dinieren, tanzen, lachen und feiern. Stargast des Abends war Sternekoch Johann Lafer, kein Unbekannter im SCHLOSS Fleesensee. Bereits 2017 begeisterte er sich für das Projekt der resorteigenen Landwirtschaft und hat diese Initiative mit Rat und Tat in der Umsetzung und Gestaltung begleitet. Für den Flanierball zog sich der Genussmensch gern seine Kochjacke an und begeisterte gemeinsam mit dem Küchenteam des SCHLOSS Fleesensee unter Leitung von Reinhard zur Kammer und Christian Braun die Gäste mit echten kulinarischen Highlights: von Austern, Kaviar und Sushi bis Ente, Rehrücken und Trüffel. Alles aus der Region natürlich.

Die Weingüter Manz und Schloss Vollrads präsentierten ihre edlen Tropfen höchst persönlich und an der Monkey Gin Bar aus dem Schwarzwald gab es immer dichtes Gedränge. Unterstützt wurde der Ball von zahlreichen weiteren Sponsoren aus der Region. Spielerisch hatte die 13. Ausgabe des Balles auch einiges zu bieten. „Rien ne va plus“ hieß es beim Rou-



Sushi à la Fleesensee

Johann Lafer: Genussverantwortlicher



lette und beim Blackjack. Da war echtes Pokerface gefragt.

Musik gab es in allen Facetten und für jeden Geschmack und das natürlich beim Tanz in allen Räumen. Dabei waren unter anderem die Neubrandenburger Philharmonie mit 35 Orchestermitgliedern so wie die Galaband „Casino Royal“.

1.000 Tombolalose wurden verkauft. Die Gesamtsumme von 14.200 EUR geht an den KinderHerz Zukunftsfonds Fleesensee, daraus werden dann auch der Förderverein Kinder und Jugendhospiz Leuchtturm e. V. und die Jugendfeuerwehr Göhren-Lebbin über den Feuerwehrförderverein unterstützt.

Kathrin Röder überreichte zusammen mit Johann Lafer und Sylvia Paul die Preise an die glücklichen Gewinner.

Die nächste Gala ist schon in der Planung.

Save the date

14. Flanierball am 18. November 2023

Tickets gibt es ab sofort unter:

www.flanierball.de

Fotos: SCHLOSS Fleesensee

FLEESEENSEE SCHLOSSHOTEL GMBH
Schlossstr. 1
17213 Göhren-Lebbin
E-Mail: schlosshotel@fleesensee.de
www.schlosshotel-fleesensee.com



Mit dem Kaiser auf Du und Du

felzacken und dem 234 Meter hohen Ellmauer Halt prägt er die Region. „Wir leben hier im Kaiserreich und rundherum ist Österreich“ sagt augenzwinkernd Lukas Krösslhuber, Geschäftsführer des Tourismusverbands Wilder Kaiser.

Frische Bergluft und die herbstliche Sonne wecken die Lebensgeister und

Heiner Sieger

In der beeindruckenden Natur- und Berglandschaft von Ellmau imponiert nicht nur das faszinierende und omnipräsente Panorama des Wilden Kaisers. Die Tiroler Region lädt mit 117 Touren zum Wandern, aber auch zum Biken, Golfen sowie Erholen und der Begegnung mit dem kaiserlichen Glück ein. Abrunden lässt sich das komplette Wohlbefinden mit einem Aufenthalt im 4-Sterne Superior Hotel „Das Kaiserblick“.

Direkt vis-a-vis des Hotels liegt einer der populärsten Bergzüge Tirols, wenn nicht Österreichs: Die markanten Felstürme des Wilden Kaisers sind das Wahrzeichen von Ellmau und beliebtes Panorama in der TV-Serie „Der Bergdoktor“. Über rund 20 Kilometer erstreckt sich der Bergzug von Ost nach West. Mit seinen 40 Gip-

Der Wilde Kaiser ist mit seinen 40 Gipfeln einer der bekanntesten und markantesten Gebirgszüge Österreichs



Beliebtes Ausflugsziel in Ellmau:
das Bergdoktor-Haus



das schon auf Wunsch am frühen Morgen. Denn bereits um 7 Uhr öffnet der beeindruckende Infinity-Pool auf dem Hotel-Dach, wo sich die Stimmung des herandämmernden Tages mit dem Blick auf den Wilden Kaiser zu einem erhebenden Gefühl verschmelzt. Der Bergzug selbst ist zum einen ein Revier für geübte Bergsteiger und sportliche Bergwanderer. Aber auch die sanften Grasberge der gegenüberliegenden Kitzbüheler Alpen mit ihren Gondelbahnen und Panoramawegen bieten jede Menge Erlebnisse für gemütlichere Bergfreunde. Und natürlich

Eine Wanderung mit Erfrischung führt beispielsweise zum Astbergsee im benachbarten Going. Von einer internationalen Jury wurde er schon zum schönsten Naturbadesees Österreichs gewählt. Alle die hier am Goinger Astberg auf einen „Schwumm“ vorbeikommen, wie die Einheimischen sagen, wissen warum. Zum einen wird er beständig aus den Quellen des Wilden Kaisers gespeist und weist die beste Wasserqualität auf. Zum anderen ist die Aussicht hier schlichtweg atemberaubend. Während man auf der Wiese, am flachen Badestrand oder auch im Wasser ist, kann man das wunderschöne Panorama mit allen Sinnen aufnehmen. Rund um den See gibt es aber auch mehrere Wanderstrecken mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden.

Blasmusik und Bergdoktor-Fest

Jetzt im Herbst lockt die Region mit Gourmetfestival und Kulinarikwochen, Floh- und Bauernmärkten, Schnapsfüh-

aufgangstour. Es mag zwar schwerfallen, ausgerechnet während des Urlaubs das kuschlige Bett im Dunkeln zu verlassen. Aber spätestens, wenn man mit Stirnlampe auf dem Kopf die ersten Höhenmeter zurücklegt, bereut man keine Sekunde. Mit jedem Schritt kommt dann auch die Helligkeit, und es wird immer noch schöner. Am besten ist es, man steuert eine der 35 Hütten in der Region an, die Frühstück am Berg anbieten. Selten schmecken ein einfaches Marmelade-Brot und ein dampfender Kaffee derart gut.

Viele Gäste des Hotels sind passionierte Golfer und treffen sich auf dem nur etwa anderthalb Kilometer entfernten 27-Loch-Golfplatz – der selbstverständlich auch den Namen des direkt hinter ihm in die Höhe ragenden Bergzugs trägt „Wilder Kaiser“. Nicht von ungefähr gilt er als einer der schönsten Golfplätze Österreichs. 88 Hektar idyllisches Golf-Land sind hier einzig und allein erholsamen Golfrenden und dem perfekten Abschlag



Der Blick vom Infinity-Pool des Hotels Kaiserblick ist das beliebteste Foto-Motiv des Hauses

immer den Blick auf das Kaisergebirge. Für alle Fälle hängt ein Wanderrucksack im Zimmer, an der Rezeption gibt es Wanderstöcke und geführte Wandertouren in die Umgebung gehören ohnehin zum Wanderservice im Kaiserblick. Auch Mountainbiker sind auf unzähligen Trails und Panoramamarouten in ihrem Element. Fahrräder können im Hotel kostenlos ausgeliehen werden, E-Bikes gegen eine Gebühr.

rungen, Almatrieb, Musikherbst mit Blasmusik oder herbstlichen Fotowanderungen. Und dann ist da auch noch das Bergdoktor Bergfest mit Show – und Fans der TV-Serien haben die Gelegenheit, Dr. Martin Gruber mit Familie, Freunden und Kollegen hautnah live zu erleben.

Weil die Sonne jetzt schon wesentlich später aufgeht, ist der Herbst aber auch die perfekte Jahreszeit für eine Sonnen-

gewidmet. Hotelgäste erhalten 30 Prozent Greenfee-Ermäßigung und vor dem Haus stehen hoteleigene Golfcars für alle zum Ausleihen bereit, die sich den Fußweg zum Platz sparen wollen.

1.000 Weine und erlesene Gourmetgerichte

Nach so viel Outdoor-Aktivität freut man sich regelrecht auf einen gediegenen



Das kulinarische Highlight eines Aufenthalts im Kaiserblick ist das mehrgängige Abendmenü

Thunfisch Avocado Tartar, Lauch-Frischkäse Terrine sowie Haussülze mit Kürbisvinaigrette. Danach hat der Gast die Wahl zwischen warmer Zwischenmahlzeit und kühler Erfrischung, also Schaumsuppe von der Stangensellerie oder Tomatensaft. Oder Erbsen Cremesuppe statt frisch gepresstem Birnen-Rote-Beete-Saft. Zur Hauptspeise steht die nächste Qual der Wahl an: „Gourmet“ mit Zweierlei vom Tiroler Kalb, glaciertem Gemüse und Duchesse-Kartoffel oder „Meer“ mit asiatischer Fischvariation aus Garnele, Kabeljau und St.Petersfisch auf köstlichem Wok-Gemüse, „Feinschmecker“ mit Bio-Schweinebraten, Bayrisch Kraut, Grießknödel und Biersauce, „Pasta“ mit Fettucine, Wildbolognese und eingelegten Brombeeren oder „Vegetarisch“ mit Mini-Spinat, Röstkartoffel und Spiegelei. Begleitet werden die Köstlichkeiten von erlesenen Weinen aus der bestens bestückten Vinothek. „Ich habe zwei Hobbys, das Bauen und den Wein“, bekennt der Hotelchef. Mit seiner Weinkarte mit 1000 Etiketten macht er seinen Gästen ein wahrhaft kaiserliches Angebot, das alle vinophilen Vorlieben erfüllt, seien es nationale Weinklassiker aus Österreich, handwerklich gefertigte Winzerchampagner oder Kultweine aus dem Napa Valley. „Ich denke, unser Weinkeller hat anspruchsvollen Weintrinkern einiges zu bieten“, lächelt Armin König. „In unseren Regalen lagern auch Weine aus Griechenland und Ungarn, Kroatien und dem Libanon. Auch deutsche Rieslinge sind dabei – insgesamt viele Weine, die man anderswo nicht findet.“

Fotos: Heiner Sieger, Hotel Kaiserblick

www.kaiserblick.at



Asiatische Fischvariation aus Garnele, Kabeljau und St. Petersfisch

als 4-Sterne-Superior-Hotel. „Qualität ist für uns als leidenschaftliche Gastronomen oberstes Gebot. Dazu gehören auch persönlicher Einsatz, Freundlichkeit und guter Kontakt zu den Gästen“, sagt Armin König. „Die Herzlichkeit und die persönliche Note kann uns so schnell keiner nachmachen, denn wir sind ja immer im Haus.“

Ein kulinarisches Highlight des Hotels ist auf jeden Fall das mehrgängige Abendmenü mit á-la-carte-Auswahl im Rahmen der Genusspension. An der üppigen Salatbar mit feinen Dressings, Ölen und Essigspezialitäten laden sich Gesundheitsbewusste flugs ein paar Vitamine auf den Teller. Weiter geht es dann mit Vorspeisen aus der Showküche – meist mit einer Range von fein bis deftig, wie etwa

Abend mit feinen Speisen und gutem Wein. Genau das bieten die herzlichen Gastgeber Greta und Armin König Tag für Tag, nämlich edle Tropfen und anspruchsvolle Kulinarik. Schon 1990, im Alter von 22 Jahren hatte Greta das Hotel vom Vater übernommen, der es 1984 gekauft hatte. 2003 lernte sie den Restaurantbesitzer und gelernten Koch Armin kennen, der seine Restaurants aufgab, ins Hotel einstieg und die Greta heiratete. „Unser Motto war: Zu zweit sind wir doppelt stark“, blickt Armin König heute auf die gemeinsame Anfangszeit zurück. 2015 trafen beide die Entscheidung, das Kaiserblick zu einem Ganz-Jahresbetrieb samt Beauty- und Wellness-Spa auszubauen, der inzwischen 3000 Quadratmeter mit mehreren Pools und elf Saunen und Dampfbädern umfasst. Nach einem weiteren Umbau eröffnete das Haus 2019



Wohl dem, der beim Aufwachen so einen Blick vom Hotelzimmer aus genießen darf

30 Jahre Kempinski Hotel Corvinus Budapest

Drei Jahrzehnte kostbarer Momente, Erinnerungen und Erfahrungen in der Kunst der Gastfreundschaft.

Das erste Fünf-Sterne-Joint-Venture-Hotel der Stadt, nach der politischen Wende, begrüßte am 11. September 1992 seine ersten Gäste. Pioniergeist, kombiniert mit dem für Kempinski typischen europäischen Flair, hat das Hotel konsequent an die Spitze der Stadt gebracht.

Das Kempinski Hotel Corvinus Budapest ist bekannt für seine einzigartige, professionell kuratierte Corvinus Art Collection. Das Hotel lädt Reisende aus aller Welt ein, an den Feierlichkeiten teilzunehmen.



Seit 1997 GM im Corvinus Stephan Interthal

men, indem sie das „30 Years Kempinski Budapest Anniversary Package“ buchen, das ein reichhaltiges Frühstücksbuffet im ÉS Bisztró, einen speziell für diesen Anlass kreierten Jubiläumscocktail und eine süße Leckerei im The Living Room umfasst, sowie Parken in der Tiefgarage, Zugang zum Kempinski The Spa und 25 % Ermäßigung auf vollständig flexible

Aliz (l.) und Edit Nyári singen „Happy Birthday“ zur Geburtstagsparty

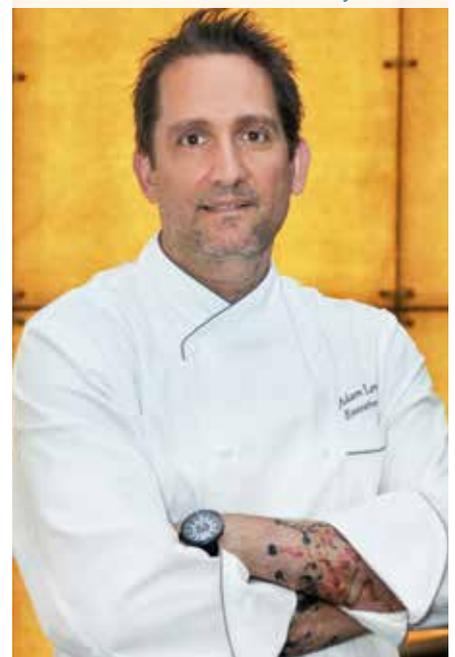


Preise bei einem Mindestaufenthalt von drei Nächten oder mehr. Das Jubiläumspaket ist gültig bis 29. Dezember 2022. Pünktlich zum 30. Geburtstag hat Ádám Lévy die Verantwortung im Restaurant ES am Herd übernommen.

Das Management des luxuriösen Anwesens ist stolz darauf, dass seit der Eröffnung zehn seiner Mitarbeiter im Hotel tätig sind. Die Geschäftsführung und der Vorstand des Hotels würdigten das Engagement der langjährigen Mitarbeiter am 29. September mit einem festlichen Mittagessen. Ihre Treue wurde mit einem Travel Pass honoriert, einlösbar in einem der europäischen Kempinski Hotels, inklusive Reisekosten.

Fotos: Kempinski Hotel Corvinus Budapest

Neuer Küchenchef Ádám Lévy



Info:
www.kempinski.com/budapest
www.discoveryloyalty.com



Die Qualität der gemeinsamen Zeit

Heiner Sieger

Wer seinen Familienurlaub im Cavallino Bianco Family Spa bucht, mag es großzügig. Das Grand Hotel im Grödnertal bietet Exklusivität und viel Raum zur Entfaltung für Mama, Papa und den Nachwuchs. Hotelier Ralph Riffeser wacht persönlich darüber, dass jeder in der Familie zu seinem Recht kommt.

Der schon im 19. Jahrhundert gegründete „Postgasthof zum weißen Rößl“ war seit jeher ein führendes Hotel der Dolomiten und ein Zentrum der Sommererholung und des hochalpinen Kletter- und Wintersports. Heute ist das Rößl immer noch führend, aber in einem speziellen Segment: Das „Cavallino Bianco Family Spa Grand Hotel“ ist ein 4-Sterne-Superior-Hotel und gilt bei TripAdvisor als das weltbeste Familienhotel. Erfunden hat den „Family Spa“ der Einheimische Ralph Riffeser. Als junger Vater glaubte er zu Beginn des Jahrtausends genau zu wissen, was diese Zielgruppe braucht.



Spektakulär bei jedem Wetter: der Gipfel des Langkofels

„Bei einem Urlaub im Jahr 2000 habe ich gemerkt, dass ich als junger Papa mit zwei Kindern nicht in die Häuser passte, die ich gerne besuchen wollte“, erinnert sich Riffeser an die Anfänge. Damals entwickelte er die Vision vom hochwertigen Wellness-Hotel für die gesamte Familie. Die Chance, sie auch in die Tat umzusetzen, gab ihm sein Großvater Bera Leo, der ihm mit jungen Jahren die Verantwortung übertrug. „Das war ein altes Haus mit tausend Handicaps, guter Lage und einem Pingpong-Tisch als Highlight“, erinnert sich der Hotelier viele Jahre später.

Nachdem er sein Konzept vor Augen hatte, packte Riffeser seine Hotelpläne professionell an. Entgegen allen Bedenken der Verwandtschaft ließ der Newcomer den alten Bau fast komplett abreißen. Ein halbes Jahr später eröffnete der „wilde Südtiroler“, wie ihn einige Fachzeitschriften anfangs titulierten, das Haus als reines Familienhotel unter dem neuen Namen „Albergo Posta Cavallino Bianco“. Das klingt vornehmer und passt



Im Linoland gehts es dem Nachwuchs gut

auch besser zum gehobenen Anspruch des heute 56-Jährigen. Die Besonderheit: Ohne Kinder kann hier niemand ein Zimmer buchen.

„Damals gab es für derartige Vorhaben bei Italiens Banken sogar noch Kredite. Und dass, obwohl man mir im Umfeld gut tausend Mal den Vogel gezeigt hat“, schmunzelt der längst etablierte Hotelier. „Aber Kinderfreundlichkeit ist in Italien sehr ausgeprägt. Und daran haben wir angeknüpft und ein Familienleben à l’italiana ermöglicht: Wir pflegen ein hohes gastronomisches Niveau, sind aber



Die Seiser Alm ist ein Paradies für Wanderer

nicht steif, sondern lebendig. Niemand braucht ein schlechtes Gewissen haben, wenn die Kinder mal lauter sind.“

Seitdem hat sich das Hotel genauso weiterentwickelt wie die Familien. Anfangs war der Kinderbereich „Linoland“ noch eher ein Parkplatz für die Kleinen, heute steht mehr das Miteinander im Vordergrund. „Die verborgenen Bedürfnisse der Gäste entdecken, da waren wir immer sehr aktiv. Die Familie hat sich verändert. Da bestand großer Handlungsbedarf, weil viele Familien im Alltag überhaupt keine Zeit mehr haben füreinander“, so Ralph Riffeser. „Da haben wir uns eingeklinkt und gesagt: Wir wollen sie führen und erziehen, Familie zu sein. Denn der höchste Wert ist die Qualität der Zeit, die man hier miteinander verbringt.“

Die richtige Zeit für jeden in der Familie Weil viele Menschen offenbar verlernt haben, die richtige Balance zwischen Zeit für sich und Zeit für die Familie zu finden, unterstützt das Hotelangebot sie sanft dabei, wieder achtsam den Moment zu leben. Dafür hat der Gastgeber mit seinem Team das spielerische „Time-Life-Konzept“ entwickelt. Dabei gibt es zum Beispiel Elemente wie „my-Time“ mit Zeit zum Zeitunglesen, für Sauna, eine Mountainbike-Tour oder eine Beautyanwendung. Unter „two-Time“ fallen Dinge wie ein Romantik-Dinner der Eltern in einer der gemütlichen Südtiroler Hotelstuben, ein Abend am Kaminfeuer der Cocktail-Bar oder eine Paar-Massage. Zu „Kids-Time“ gehören die Skischule, eine Prinzess-Behandlung im Beauty-Bereich oder die Teilnahme am Naturdetektiv-Camp mit Erlebnissen in Wald, Wiese, Fluss oder am Bauernhof. Und dann gibt es die „Family-Time“, bei der die Familie neben Dingen wie dem gemeinsamen Planschen zum Beispiel zusammen ein Familiengericht aus einer Pflanze schlemmt oder einen Ausflug zur Cavallino-Hütte auf die Seiser Alm unternimmt.

Die Kids kommen auf jeden Fall auf ihre Kosten: Im riesigen, knapp 3000 Quadratmeter umfassenden Spa gibt es viele Becken für die Eltern und den Nachwuchs – der Spa-Bereich für die Generationen ist nicht getrennt, wie in oft in anderen Hotels üblich. Auf der drei Bahnen breiten Wasserrutsche fühlen sich schon die Kleinsten sicher. Draußen, gleich neben-

an, können die Kinder auf dem riesigen Sandkasten-Spielplatz nach Herzenslust toben.

Und falls Mami und Papi doch mal allein auf der Meditationsliege, im Saunabereich oder im Fitnessraum relaxen wollen – kein Problem, denn der Nachwuchs ist ja im Kinderparadies „Linoland“ bestens versorgt. „Das Linoland ist unser Fort Knox. Hier hüten wir die größten Schätze: Die Kinder unserer Gäste“, sagt Riffeser in ernstem Ton. Auf mehr als 1000 Quadratmetern werden Babys ab einem Monat, Minis und Junior-Kids von 8.30



Immer ein Genuss: ein guter Südtiroler Winzersekt auf der Sanon-Hütte

bis 22 Uhr von 20 engagierten und erfahrenen Animatoren perfekt betreut. Hüpfburg, Bobbycar-Park, Carrera-Bahn oder Indoor-Bolzplatz lassen keine Langeweile aufkommen. Vor einigen Jahren bekam Riffeser von Freunden zwei Ziegen geschenkt. Inzwischen kamen noch acht Hühner und drei Meerschweinchen hinzu, und so steht den Kindern ein kleiner Streichelzoo zur Verfügung.

Aber auch sonst ist „outdoor“ viel geboten. Schließlich ist das Grödnertal inmitten des UNESCO Weltnaturerbe Dolomiten ein riesiges Freizeitparadies und



werden leckere Jausen zusammen mit den Kindern zubereitet“, erzählt der Chefkoch von seinem Herz für Kinder. „Durch kleine Ausflüge am Bauernhof bringen wir den Kids die verschiedenen Rohprodukte nahe und sie lernen dabei, woher unsere Grundlebensmittel kommen.“

Gemeinsam rund um den Tisch sitzen und ein gutes Essen genießen, das ist hier wichtig: zum Beispiel mit der „Family Plate“. Auf Reservierung am Vorabend wird eine große Pfanne serviert, aus der die Familie gemeinsam essen kann. Montags ist es das „Vorspeisentris“, eine Pfanne mit einem Dreierlei aus verschiedenen Knödeln und Schlutzkrapfen. Mittwochs ist es die „Lino Pfanne“ – ein Fiorentina Steak mit Beilagen, Freitags die „Langkofel Vorspeise“ – ein großer Aufschnitt-Teller mit Südtiroler Spezialitäten und der Samstag ist der „Süße Nachspeise“ vorbehalten, nämlich Nougatknödel mit Waldfrüchten. Beim gemeinsamen Abendessen gibt es eine gepflegte Bedienung. Riffeser: „Es kann nicht sein, dass immer einer aus der Familie zum Buffet wandern muss, wenn man zum Essen beisammensitzt.“

Weiblichere Gerichte auf der Speisekarte

Beim erlesenen fünfgängigen Wahlmenü am Abend kosten sich die Erwachsenen durch traditionelle Südtiroler Köstlichkeit

Auch Einfaches kann gut schmecken: Südtiroler Marenden-Brettl auf der Sanon-Hütte



Cuisine alpine: geschmortes Kalbfleisch an Sellerie-Creme

Nudeln zu verwenden“, sagt Nico Pretin, der schon seit 16 Jahren Chef am Herd im Cavallino Bianco ist. Wir schaffen eine gesunde Linie mit Gemüse und Getreide.“ Ein Kindermenü besteht zum Beispiel aus gegrilltem Lachsfilet mit Erbsen und Zucchini, einer passierten Gemüsesuppe, gegrillter Hühnerbrust mit Karotten und Mais sowie Basmatireis mit Gemüse. „Bei uns im Linoland bedeutet Essen gleich Spaß. In der Kindgerechten Heidi-Küche

ideal zum Wandern, Spazieren, Klettern, Mountainbiken und Skifahren. Familien mit Kleinkindern können aber prima mit dem Kinderwagen auf Entdeckungsreise schieben, etwa zum Annatal oder über die Luis-Trenker-Promenade. Oder gemütlich von der Bergstation der Seiser-Alm zur Sanon-Hütte wandern, wo als Belohnung neben einem Kinderspielplatz auch Südtiroler Brettljause, köstlicher Wintersekt und ein einzigartiger Blick auf die spektakulären Massive von Langkofel und Plattkofel warten.

Kinder-Menüs und Familien-Platte

Speziell auf den Nachwuchs ausgerichtet ist auch die Küche im Cavallino Bianco. „In unseren Kindermenüs versuchen wir, weder frittiertes noch zu viel Fleisch oder



Leichte mediterrane Kost: Gebratener Tintenfisch an Saubohnenpüree



Die Seiser Alm ist im Winter ein Tummelplatz für Schneefans und eine zünftige Rodelpartie gehört auch schon für die Kleinsten dazu

auch viele Ernährungsproblematiken wie Unverträglichkeiten oder Allergien, denen wir gerecht werden müssen, wie Zöliakie und Laktoseintoleranz“, sagt der Chefkoch. „Der Trend, dem wir am meisten folgen, ist jedoch die Einfachheit. Wir wollen dem Gast gute, frische Produkte anbieten, ohne Manipulationen oder zu viele Handwechsel.“

Fotos: Heiner Sieger, Cavallino Bianco

Weitere Infos:
www.cavallino-bianco.com
www.valgardena.it

Viel Spaß im Dolomiten-Winter

Wenn der Schnee in den Dolomiten fällt, begeistert Dolomiti Superski mit seinen zwölf Skigebieten, zu denen auch das Grödnertal gehört. Das Dolomiti Superski Gebiet mit 450 Liftanlagen und stolzen 1.200 Pistenkilometern lässt sich vom Cavallino Bianco in wenigen Minuten erreichen. Bei Familien besonders beliebt sind die sonnenverwöhnten, breiten Pisten der Seiser Alm. Die Gondeln dorthin starten keine 200 Meter vom Hotel entfernt. Dort ist auch in Sachen Skifahren der Service groß: Jeder einzelne Skilehrer ist speziell für die Arbeit mit Kindern ausgebildet. Bereits für die Kleinsten ab drei Jahren gibt es altersgerechte Kurse. Im Anfänger-Skipark direkt am Hotel machen die Ski-Neulinge auf „sicherem Boden“ ihre ersten Versuche. Ein top ausgestatteter Skiverleih befindet sich im Haus. Fröhlich plaudernd brechen die Kinder morgens in Kleingruppen auf und kehren abends munter zurück. Das große Abschlussrennen ist der Höhepunkt für die kleinen Ski-Stars und ihre Familien. Die Aktiv-Guides gehen aber auch mit den Skifahrern auf die Piste, Naturbegeisterte stapfen mit den Schneeschuhen durch unberührte Landschaften oder erkunden das Winterwander-Gebiet. Und eine lustige Schlittenpartie lieben schon die Kleinsten. Vom Cavallino Bianco aus erreichen Familien in wenigen Gehminuten die Standseilbahn Raschötz und gelangen von dort aus direkt zum Startpunkt der Rodelbahn.

ten und mediterrane Leckerbissen. „Ich versuche, alle Gäste so gut wie möglich zufriedenzustellen, indem ich immer drei verschiedene Menüs kreiere: das Vital-, das Alpin- und das Mediterranean Menü. Und es gibt auch ein Kindermenü, also insgesamt vier Menüs“, sagt Chefkoch Nico Pretin. „Zuletzt sind die Menüs etwas weiblicher geworden: weniger scharf, mehr Gemüse, mehr Fisch, mehr Fusion mit asiatischer Küche.“

Der weibliche Aspekt kommt insbesondere beim Mediterranean Menü zum Tragen: Zur Vorspeise gibt es beispielsweise Jakobsmuscheln mit Butter-Erbsencreme, Cognac-Sauce und Crumble von geröstetem Tomatenbrot. Als Zwischengang folgen Rosmarinravioli mit Steinbutt, Bratkartoffelcreme und gedünstete Tropea-Zwiebeln und Pinienkerne. Den Hauptgang bildet ein gebratener Tin-

tenfisch an Saubohnenpüree, Pacchino-Tomate, Taggiasca-Oliven und grünen Bohnen. Als Nachspeise dazu wird ein frittiertes Eis Fior die Latte in einer Schale aus getrockneten Früchten an Beerenmarinade serviert.

Beim Alpin Menü kommt etwa eine gebratene Kaninchen-Lende an Fenchel, schwarzen Oliven, knusprigem Speck und Rübencreme auf den Teller. Als Zwischengang folgen das Südtiroler Käseknoedel mit Lauch und geschmortem Spinat und als Hauptgang ein geschmortes Kalbfleisch an Selleriecreme, schwarzen Trombetten-Pilzen, gelber Karotte und Thymian-Sauce. Den süßen Abschluss macht eine Bayerische Creme mit Pfirsich, Holunder und Mascarpone.

„Neben den Ernährungstrends wie vegan gab es in den vergangenen Jahren

Vorwärts in die Vergangenheit

Ganzjahresziel Sardinien



Susanne Plaß

Die „Karibik Europas“ ist nicht nur im Sommer mit ihren traumhaften Buchten, weißen Sandstränden und türkisfarbenem Wasser ein Urlaubsparadies. Auch in der Nebensaison ist Sardinien attraktiver Anziehungspunkt mit Berglandschaften, intakter Tier- und Pflanzenwelt, malerischen Städten und Dörfern im Landesinneren sowie vielen Sport- und Freizeitaktivitäten.

Lange Zeit hat die italienische Regierung hohe Investitionen in die Häfen und Küstenregionen der zweitgrößten Mittelmeerinsel getätigt. Das Binnenland mit zahlreichen Bergdörfern wurde vergessen, mit der Folge, dass viele junge Menschen aufs Festland oder in die Städte

ziehen, wichtige Lebensgrundlagen wie Arztpraxen, Kitas, Schulen schließen und Häuser verfallen. Jetzt stemmen sich die Sarden gegen das Ausbluten ihres wunderschönen und so vielseitigen Inselkerns. Von der Regierung gibt es sogar bis zu 15.000 Euro Zuschuss für diejenigen, die sich in einem der Bergdörfer, die unter 3.000 Einwohner zählen, langfristig ansiedeln wollen. Das zieht auch deutsche Aussteiger auf die rund 200 km vom italienischen Festland entfernt liegende Mittelmeerinsel. Per Direktflug von Hamburg nach Olbia im Nordosten von Sardinien oder in die Hauptstadt Cagliari im Süden sind es gute 2,5 Stunden, von München nur knapp 1,5 Stunden.

Am Beispiel von Barbagia, dem bergreichen Herz im Osten von Sardinien,



Schwarz-Weiß-Malerei erzählt die Geschichte von Urzulei

entstehen viele Ideen, um einen sanften Tourismus zu etablieren. Bislang war das naturbelassene, steinige, mit immergrünen Büschen bewachsene Land der Hirten noch wenig erschlossen. Jetzt werden neue Zielgruppen wie Sportler, Wanderer, Kultur- und Naturinteressierte sowie Biker umworben, die vor allem im Herbst bis ins Frühjahr hinein bei angenehmen Temperaturen zwischen 13 und 24° Grad aus einem großen Angebot an Aktivitäten schöpfen können.

In der Provinz Ogliastra macht die Stadt Urzulei mit Geschichten erzählender Schwarz-Weiß-Malerei an den Hauswänden und handgefertigten Hirtenmessern, Flecht- und Lederwaren auf sich aufmerksam. Den ursprünglichen Kern bildet das Museumsdorf mit Darstellung der alten Traditionen für Stickerei und Trachten und der restaurierten Schule. Dort findet auch der Unterricht für das Handwerk der Korbflechterinnen statt. Auf Kinderstühlen sitzen die Sardininnen und verarbeiten den Stil der Pflanze Affodill, die in den Bergen wächst, zu robusten Körben. Je-



Korbflechterin Luicina lehrt Schülerin Agostina das Traditionshandwerk



Ecoparco Neulè bietet traumhaft schöne Natur am Lago de Cedrino

der Stiel muss zwölf Stunden im Wasser liegend weich werden. Früher waren die geflochtenen Körbe ein Zahlungsmittel und gefüllt mit Weizen ein wertiges Hochzeitsgeschenk. „Die Körbe gibt es nur noch auf Bestellung, da das Flechten zeitintensiv ist“, berichtet Francesco Murru. Der mehrsprachige Wanderführer

zeigt Touristen die archäologischen Besonderheiten der Region, darunter Nuraghen aus der Bronzezeit. In den turmartigen Behausungen, die teils 35 m hoch und mit bis zu vier Meter dicken Steinwänden gebaut wurden, aus der Bonnanaro-Kultur, lebte das antike Volk der Hirten und Bauern.

Allein vier Nationalparks, 26 Regionalparks und drei Meeresschutzgebiete sowie eine abwechslungsreiche Flora mit Stein- und Korkeichen, Öl- und Olivenbäumen, Heilkräutern und -pflanzen machen Sardinien zu einem Naturresevat. Die Insel ist ganzjährig grün, da die Pflanzen tief wurzeln. Aufgeforstet wird mit Korkeichen, denn neben Portugal ist Sardinien weltweit größter Produzent von Kork. Mit ihren Schafen produzieren die Sarden Woldecken und aus der Milch den schmackhaften Pecorino-Käse. 90 % der Produktion geht in die USA. Auch Likör aus Myrte, Oliven sowie Safran sind begehrte Inselprodukte. Morgens, bevor die Sonne scheint, werden die Safranfäden aus den Blütenstempeln von bestimmten Krokussen geerntet und kosten zwischen 30 und 60 Euro pro Gramm.



Sardische Brotzeit auf Korkeiche serviert

Mit Mut und innovativem Denken schuf Gisellu Piero den ganzjährig geöffneten Agriturismo Ecoparco Neulè am Cedrino-See inmitten urwüchsiger Natur. Der Park liegt nur elf Kilometer vom Meer entfernt. Nach der Schule war er zunächst Hirte, wie sein Vater, der ihm 100 Schafe schenkte. „Ich wollte die Landwirtschaft in den sanften Tourismus überführen, ohne die Wurzeln zu verlieren“, sagt der



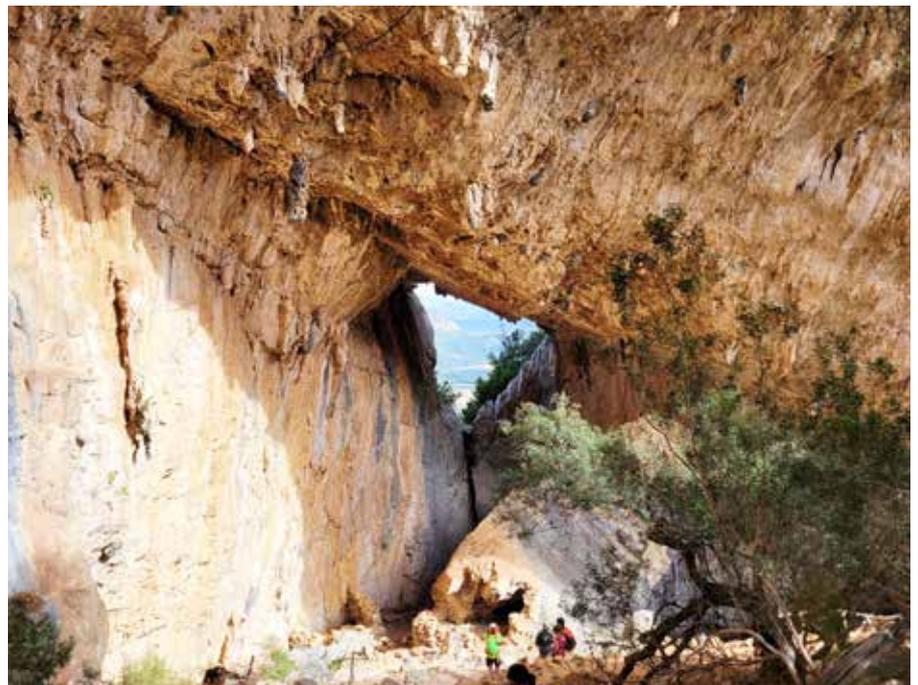
Steiler Aufstieg auf den nur 518 m hohen Monte Tiscali

Besitzer von heute 50 Hektar Parkgelände. Auf dem liegen das Farmhaus mit Restaurant, ein idyllischer Campingplatz mit Sanitäreinrichtung, zwei Ranches mit insgesamt 19 hübsch eingerichteten Gästezimmern und die Ställe und Ausläufe für Schafe, Ziegen, Schweine, Pferde und Esel. „Die Einheimischen verstehen diesen Ort nicht, kein Bürgermeister hat sich je blicken lassen. Dabei bewirten wir über

15.000 Touristen pro Jahr überwiegend aus Deutschland“, sagt der 46-Jährige. Die Nebensaison auf Sardinien bedeutet Hochsaison für den Neulè Park. Viele Gäste kommen mit Campingwagen, die die Ruhe und Ursprünglichkeit zu schätzen wissen. Sie starten von hier aus ihre sportlichen Aktivitäten wie Reiten, Trekking, Klettern, Radfahren, Yoga oder auf dem See Kanufahren.

Nur 32 km südlich vom Neulè Park finden Wanderer und Bergsteiger beste Voraus-

setzungen im Supramonte, das mit 1460 m zweithöchste Gebirge der Insel. Die Region in der Provinz Nuoro bietet über 1000 km ursprüngliche Wander- und Kletterpfade. Im Frühling zieht der Duft von Asphodelus und Wacholder durch das Lanaittu-Tal zwischen den hohen Karstbergen aus Kalkstein. Anspruchsvoll ist der Aufstieg auf den Monte Tiscali, der zwar nur 518 m hoch ist, dafür aber steinig und teils steil. Die Strapazen lohnen, denn oben erwartet einen das „Fenster zur Welt“ in der Tiscali Höhle, die einst



„Fenster zur Welt“ in der Tiscali Höhle

einer Nuraghen-Siedlung mit rund 200 Bewohnern und ihren Tieren Sicherheit bot. Es gibt sogar Silvesterwanderungen und einen Marathon zur Höhle. Um diesen Berg international bekannter zu machen, nennt sich seit 1990 die sardische Telefongesellschaft Tiscali.

Ein Publikumsmagnet im Barbagia sind die „Feste der Höfe“, an dem 40 Bergdörfer teilnehmen. Sie finden jedes Wochenende zwischen September und Dezember in einem anderen Dorf statt und dienen den Einheimischen als Kommunikationsplattform. Touristen sind gern gesehen. Jährlich nehmen fast 30.000 Menschen daran teil, um lokales Handwerk, kulinarische Spezialitäten, Bräuche und Rituale kennenzulernen. Je-



Von Fischen gebissene Löcher im Kalkstein zeigen, dass Sardinien früher unter dem Meeresspiegel lag



Sardisches Fladenbrot Carasau

des Dorf hat seine eigenen Speisen, Tänze, Gesänge und Traditionen.

Erfolge gegen das Sterben der Dörfer zeigt Lollove. Nach dem Motto „Vorwärts in die Vergangenheit“ wurde der mittelalterliche Ort mit nur noch 26 Bewohnern und 59 teils renovierungsbedürftigen Häusern in die Reihe „Die schönsten Dörfer Italiens“ aufgenommen. Die Initiative des Nationalverbandes der italienischen Gemeinden (ANCI) möchte mit der Aktion auf die Dörfer aufmerksam machen, um sie vor dem Verfall zu retten. Italiener sollen zurück in ihre Heimat ziehen. Die Marketingmaßnahmen tragen erste Früchte. So kam Simon vor drei Jahren zurück aus Südafrika, wo er das Farmleben und den Weinanbau kennenlernte. Zuvor studierte er BWL und Marketing in San Francisco. Der Sarde übernahm das Haus seiner verstorbenen Großmutter und machte daraus ein modernes Restaurant mit Ladengeschäft. „Ich wollte in der Heimat meine Farm mit Restaurant ansiedeln. Es ist das einzige in Lollove und Treffpunkt der Einheimischen wie Touristen. Mittlerweile arbeiten zwölf Personen im Restaurant, Weinanbau und auf der Farm. Unser Plan ist, unser Dorf als außergewöhnliche Hochzeitsdestination zu etablieren“, gibt der 33-Jährige die Losung aus.

Dorfmittelpunkt in Lollove ist das Restaurant mit auffälliger Holzarchitektur



Weinbauregion Oliena

Feste gibt es auch bei den Winzern aus der Weinbauregion Oliena. In der Kleinstadt Mamoiada feiern die Einwohner und ihre Gäste das „Tappas“, ein Wein-Hopping durch die Kellereien mit Essen, Gesang und jede Menge guter Tropfen. Apropos Essen: Auf Sardinien wird zu jeder Mahlzeit das traditionelle Hirtenbrot Carasau gereicht – knusprige, dünne Fladen. Dazu wird sardischer Weiß- oder Rotwein eingeschenkt. Die Rebsorte Granaza ist tonangebend in Mamoiada. Das Dorf ist bekannt für seine gruseligen



Mamoiada pflegt Masken-Kultur

Holzmasken aus Birnenholz zum Karneval im Dezember sowie zum Festival San Antonio am 17. Januar. Sehenswert ist das Museum der Masken sowie die Handwerkskunst der Schnitzer, die 20 Stunden für eine Maske benötigen.

Sanfter Tourismus in ursprünglicher Natur und authentischen Orten im Herzen Sardinien ist der Schlüssel, um Geisterdörfern entgegenzuwirken und Traditionen für die Nachwelt zu erhalten.

Fotos: Susanne Plaß

www.sardegnaturismo.it
Trekkingtouren gibt es z. B. bei
Francesco Murru Tel.: +393474233650
<https://bbp.world> (deutschsprachig)
oder www.coopenis.it (englisch)
www.agriturismo.it

Ecuador und die Galapagos-Inseln – eine große Liebe

Tanja Franke

Wie wird man zum Experten für die Galapagos-Inseln, wenn man in Frankfurt am Main lebt? Diese Frage hört Beate Zwermann häufig und erzählt dann ihre Liebesgeschichte: Von dem Hilfsprojekt der Kolpingfamilie für Peru in ihrer Heimatgemeinde Wernborn im Taunus. Dem Auftrag des Vereinsvorstandes dort doch mal hinzufahren und zu schauen, ob das Geld tatsächlich ankommt und was man damit macht. Beates Stopp in Quito, der Hauptstadt Ecuadors, um etwas Spanisch zu lernen, bevor sie im Jahr 1989 nach Nordperu reiste. Und der großen Liebe, die sie zu Ecuador bei diesem dreiwöchigen Aufenthalt entwickelt hat, fasziniert von den Naturgewalten, den Gegensätzen und gastfreundlichen Menschen. Damals als 24-jährige beschloss sie, das Land zu ihrer persönlichen Mission zu machen.



Blaufußtölpel und Seelöwe begegnen sich hautnah

1992 schrieb Beate ihre Magisterarbeit im Rahmen ihres Publizistikstudiums über die Medienlandschaft und den Journalismus in Ecuador. Im selben Jahr besuchte sie erstmalig die Galapagos-Inseln mit einer kurzen Segelkreuzfahrt und einigen Tagen Aufenthalt in Puerto Ayora auf der Insel Santa Cruz. „Ich fühlte mich zuhause und habe gespürt, dass ich in einem vorherigen Leben eine Schildkröte im



Beate mit Seelöwen am Strand

Hochland der Insel gewesen sein muss“, erzählt Beate verschmitzt. Seitdem hat sie ihre Mission in ihre Berufswelt eingebunden. Als sie im Jahr 2000 ihre erste eigene Agentur für Tourismusmarketing gründete, suchte sie zielstrebig den Kontakt zu ecuadorianischen Tourismusorganisation und organisierte erste Pressereisen bis auf die Galapagos-Inseln. „Journalisten, die über eine Destination schreiben, sind Gold wert“, sagt Beate.

Durch die Aktionen wurde das Tourismusministerium auf Beate aufmerksam und beauftragte sie mit der Werbung für Ecuador und die Inseln über viele Jahre von 2002 bis 2015. In dieser Zeit war Beate sehr oft mit VIPs, Journalisten und Reiseveranstaltern unterwegs – mindestens zweimal pro Jahr besuchte sie Ecuador-Festland und das Galapagos-Archipel. Diese Arbeit endete abrupt im Februar 2015, als Beate ihre Agentur für Tourismusmarketing verkaufte. Und weil Ecuador bereits ihre zweite Heimat ge-

worden war, flog sie im Mai wieder nach Quito.

In Ecuador gibt es im Tourismus kaum eine Ausländerin, die bei den Reiseanbietern so bekannt ist wie Beate. Über Jahre traf man sich mehrmals pro Jahr bei touristischen Messen oder Reisen. Während des Besuchs im Mai 2015 wurde die Idee für den Reiseveranstalter Galapagos PRO geboren. Wer, wenn nicht Beate, könnte die Galapagos-Inseln endlich richtig verkaufen, argumentierten die Vertreter vieler lokaler Reedereien und forderten Beate zur Zusammenarbeit auf.

Und so wurde aus der Journalistin, PR- und Marketingspezialistin eine Reiseveranstalterin. Niemand außerhalb der Galapagos-Inseln kennt die Inseln wie Beate, scherzen die ecuadorianischen Partner gerne. Beim Besuch des deutschen Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier im Februar 2019 auf den Inseln konnte Beate das wieder einmal unter Beweis stellen.



Seelöwe beim Sonnen auf einer Parkbank am Strand der Insel Isabela

Wer mit Beate nach Ecuador und auf die Galapagos-Inseln reist, erlebt das Paradies von seiner besten Seite. Das Eintauchen und Kennenlernen von Mensch, Tier und Natur im Einklang fällt leicht. Überall öffnen sich Türen, alle Partner vor Ort geben sich extra viel Mühe, die Begegnun-

Beate bei den Riesenlandschildkröten im Hochland von Santa Cruz



gen mit den Einheimischen sind besonders intensiv.

Beate reist nur einmal im Jahr mit Kunden auf die Galapagos-Inseln. Sie nennt die Reise „Galapagos-Inseln mit den Profis“. Im Jahr 2023 findet die Exkursion vom 22. Februar bis 9. März statt. Es gibt noch wenige freie Plätze. Geplant sind zwei Tage in Ecuadors Hauptstadt Quito. Dann ein kurzes Inselhopping über die Inseln San Cristobal und Santa Cruz, gefolgt von ei-

ner achttägigen Kreuzfahrt auf der wunderschönen, einzigartigen Westroute. Die Besucher treffen deutsche Siedler, die ihre Geschichte erzählen, und Forscher der Charles-Darwin-Stiftung, die über ihre aktuellen Projekte für den Schutz der Arten vor Ort berichten. Die Reise ist komplett deutschsprachig, damit die Teilnehmer die vielen Fachbegriffe verstehen.

„Wer ins Paradies reist, sollte nur die Menschen mitnehmen, die er wirklich mag“, sagt Beate gerne, wenn man sie fragt, warum sie fast nur individuelle Reisen anbietet. Die Profi-Reise ist die Aus-

nahme, denn immer wieder wollen Menschen Beate auf ihren Reisen begleiten.

Interessieren Sie sich für die Reise im Februar? Dann rufen Sie Beate einfach an oder schreiben Sie ihr: beate@galapagos-pro.com / Tel.: 069-71914030.

Fotos: Galapagos PRO

Reise buchen bei:
Galapagos PRO GmbH
www.galapagos-pro.com
Tel.: 069-71914030
E-Mail: info@galapagos-pro.com

Galapagos-Expedition für den großen Wissensdurst

mit Beate Zwermann, GALAPAGOS PRO GmbH



ab
7.140,- Euro
p. P. im DZ
+
Langstreckenflug

22. Februar
bis 9. März 2023
inkl. Quito &
12 Tage im Naturparadies

GALAPAGOS PRO

Galapagos PRO GmbH | Schillerstraße 14 | 60313 Frankfurt am Main
t: +49 (0) 69 713 7498 - 10 | info@galapagos-pro.com | www.galapagos-pro.com



Die besten Köche und Winzer der Welt laden ein zum 26. Rheingau Gourmet & Wein Festival

Hattenheim wird 2023 erneut der Hotspot für Gourmets, Connaissseure und Genussliebhaber

Das RHEINGAU GOURMET & WEIN FESTIVAL setzt den Maßstab für Genuss in höchster Qualität. Die besten Köche, national wie international, präsentieren vollendete Kochkunst. Die berühmten Winzer zeigen ihre großen Weine. Dies alles in perfekter Abstimmung in einer wunderschönen Atmosphäre.

Das 26. Festival mit den besten, berühmtesten Köchen und Winzern der Welt ist ein Superlativ an Genusserelebnissen, wie es selten zu finden ist. Das Festival findet 2023 vom 23. Februar bis 12. März statt. Im Programm werden 50 hochkarätige Dinner, Lunch und Degustationen angeboten.

Attraktive Vormittags-Koch-Shows und Cooking-Demonstrations, Gourmetmenüs mit speziellen Themen und entsprechender Weinbegleitung, oder Wein-Tastings und die berühmten Gala-Dinner am Abend mit nationalen und internationalen 3-Sterne-Kochstars. Die Weingüter werden jeweils durch ihre Inhaber bzw. Winemaker persönlich präsentiert.

Jede Veranstaltung ist ein unvergesslicher Genussmoment.

Zu den begehrtesten Events gehören die Welcome Party und zum Abschluss die Farewell-Party. An beiden Abenden werden zehn Kochstars mit ihren kreativen Gerichten begeistern. 20 Weinstände und drei Live-Bands ergänzen das außerordentliche Vergnügen.

Die Liste der Gastköche liest sich wie ein Who is Who der Elite. Von Sterneköchen



Hans B. Ullrich mit Hotelmanagerin Johanna Ullrich

wie Christian Bau***, dem Südtiroler Herbert Hintner *, Fabio Daniel, Südafrika, Bobby Bräuer** München, bis zu Stefan Steinheuer ** Bad Neuenahr.

Italiens beste Köchin Jessica Rosval gibt sich die Ehre und viele andere mehr (s. Programm) die Küchengeschichte geschrieben oder besser – gekocht – haben.

Was aber wären die „Künstler“ am Herd ohne die vielen erstklassigen Winzer aus allen Erdteilen, die ihre besten Tropfen persönlich präsentieren und erklären.

Da verbindet sich das Beste mit dem Besten aus beiden Professionen und verzauern jedes Event zu einer unvergessenen Einzigartigkeit.



Immer sehr beliebt: Hummer in köstlichen Variationen

Welche Anerkennung oder besser Akzeptanz das Rheingau Gourmet & Wein Festival bei den Gästen genießt, lässt sich daran erkennen, das bisher in jedem Jahr mehr Buchungsanfragen gestellt wurden als Plätze vorhanden waren.

Das Genussfestival ist nicht nur für Freunde exzellenter Küchenkunst ein kulinarisches Großereignis. Die Region, nachdem es benannt ist, wurde über diese alljährliche Veranstaltung eine Pilgerstätte für Gourmets.

Der Gründer des Festivals und Gastgeber im Hotel Kronenschlösschen H. B. Ullrich kann und darf mit Stolz auf den Erfolg schauen. Unterstützt wird er seit einigen Jahren von seiner kompetenten und fachkundigen Tochter Johanna Ullrich.

Fotos: Axel Gross

Weitere Informationen
und das Programm zur Veranstaltung
finden Sie unter:
www.rheingau-gourmet-festival.de



Hotel Kronenschlösschen

World's 50 Best

Kataloniens Sterneköche gehören zu den Besten der Welt

Im Restaurant Disfrutar, zu Deutsch „genießen“, ist der Name Programm. Mit raffinierten Kreationen, kulinarischer Kreativität und einem besonderen Händchen für außergewöhnliche Präsentationen haben es die Chefköche Oriol Castro, Mateu Casañas und Eduard Xatruch in diesem Jahr auf den dritten Platz des Rankings der 50 besten Restaurants der Welt geschafft – damit ist das Disfrutar in Barcelona aktuell das beste Restaurant auf der iberischen Halbinsel.



Restaurant Disfrutar

Die Wurzeln des Disfrutar sind unverkennbar: Die drei Chefköche genossen ihre Ausbildung im Restaurant El Bulli an der Costa Brava, das Restaurant, das unter Chefkoch Ferran Adrià die Kreativität der Küche so geprägt hat, wie wohl kein anderes. Und diese lehrreiche Schule zeigt sich auch heute noch in den Degustationsmenüs des Disfrutars. Avantgardistisch, zeitgenössisch und gewagt – Gerichte wie Panchino (ein fluffiges Brötchen) gefüllt mit Kaviar und saurer Sahne oder ein kugelförmiges Pesto mit zarten Pistazien und Aal sollen überraschen und Gäste aus ihrer Komfortzone locken. Dabei stehen Geschmack und Genuss stets im Vordergrund.

Neben dem klassischen Degustationsmenü bieten Castro, Casañas und Xatruch

saisonale Festtagsmenüs, Wine-Pairing-Menüs sowie ein Pairing-Menü mit alkoholfreien Weinen an.

Im beliebten Stadtteil Eixample, direkt gegenüber dem Ninot-Markt gelegen, überraschen die Räumlichkeiten des Disfrutar auch durch ihr Design. Zentrale Inspiration sind die reiche Geschichte und das Erbe des Mittelmeers sowie lokale Keramik-Kunst. Vom Eingangsbereich führt ein mit Keramik-Platten gesäumter Korridor durch die offene Küche des Restaurants zum Speisesaal. Hier erinnern die sanften und hellen Sandtöne an die kleinen Fischerdörfer der katalanischen Küste.

Für alle Feinschmecker lohnt aber auch ein Blick über die Stadtgrenzen Barcelonas hinaus. Katalonien ist Heimat von aktuell 59 Michelin-Sternrestaurants und bietet damit auch in den anderen Provinzen erstklassige Gourmetküche.

Das Ca l'Enric bildet einen gastronomischen Leuchtturm in der Vulkanregion La Garrotxa. Dort, im La Vall de Bianya, lässt sich Chefkoch Jordi Junca Monteís von den umliegenden Wäldern und Hügeln zu seinen Gerichten inspirieren. Die Abgeschiedenheit der Region La Vall de Bianya hat dazu beigetragen, dass der große biologische Reichtum des Naturgebiets bis heute erhalten blieb und das spiegelt sich auch in der Küche des Ca l'Enric wider, die sich an lokalen Produkten wie Pilze, Käse und erstklassigem Fleisch von Bio-Qualität bedient. Das Gebäude in dem sich das Restaurant Ca l'Enric befindet diente Ende des 19. Jahrhunderts als Herberge. Wenn Gäste heute das Restaurant betreten, gehen sie zu aller erst durch den alten Lebensmittelladen, der vor langer Zeit jeden Sonntag auch als Friseursalon diente, wo der Gastherr persönlich den Bauern der Region die Haare schnitt. Heute begrüßt ein stilvoll und gemütlich eingerichteter Speisesaal Gäste aus aller Welt.



Familienbetrieb Les Moles: Ehepaar Jeroni Castell und Carmen Sauch und ihre zwei Söhne

Tief in der Provinz Lleida, nahe der Grenze zu Aragonien, verbirgt sich im kleinen Dorf Gimènells ein weiteres gastronomisches Juwel: Das mit einem Michelin-Stern ausgezeichnete Restaurant Malena. In einem ehemaligen Kuhstall, in dem heute auch ein Forschungszentrum für Obst und andere landwirtschaftliche Produkte beherbergt ist, zaubert Küchenchef Xixo Castañó katalanische Gerichte mit modernem Twist auf die Teller der Gäste und bedient sich dabei vor allem an den lokalen Obst- und Gemüsesorten die auf den umliegenden Feldern wachsen. Die Provinz Lleida wird nicht zuletzt auch gern als „Obstkorb Kataloniens“ bezeichnet.

Was mit einem Hähnchengrill und Selbstbedienungsréaillon begann hat sich als erfolgreiches Familienprojekt des Ehepaars Jeroni Castell und Carmen Sauch weiterentwickelt und als Gourmetrestaurant einem Namen gemacht. Les Moles in Ulldescon, in der Provinz Tarragona, hat sich heute vor allem das Thema Nachhaltigkeit auf die Fahne geschrieben. Ein biodynamischer Obstgarten, Gärten mit einheimischen Bäumen und Pflanzen sowie Stromgewinnung aus Solarzellen sind Teil des Restaurantkonzepts. Neben dem innovativen Degustationsmenü „Introspectiva“ und einem vegetarischen Menü bietet Le Moles auch ein A la Carte Menü an.

Fotos: Joan Valera, Les Moles

www.katalonien-tourismus.de
www.catalunya.com
www.act.cat

Prickelnder Jahresausklang im Bonvivant Cocktail Bistro / Berlin

Silvesterdinner mit herzerwärmender Gangfolge und glücklich machenden Drinks

Der traditionelle Silvestergruß „gesundes Neues“ macht im Cocktail Bistro Bonvivant Sinn: Die Gemüseküche ist hervorragend für die Gesundheit und in Begleitung von fabelhaften Drinks bestens geeignet für den letzten Abend des Jahres. Küchenchef Nikodemus Berger und Barchef Elias Heintz gestalten – unter dem selbstgewählten Motto „Das Beste zum Schluss“ – ihr gemeinsames Aromen Konzept zu einem faszinierenden Endjahres-Highlight.

Küchenchef Nikodemus Berger



Das Menü besteht aus sieben Gängen, die saisonales Gemüse ungewöhnlich in Szene setzen. Das Drink-Pairing eröffnet dabei weitere Nuancen, die den Geschmacksreichtum der Winterzeit betonen. So bringt Nikodemus Berger beispielsweise mit Kürbis, Tanne, Ponzu und Mandeln die heimische Vielfalt zum Ausdruck, während Elias Heintz mit Sake, Nussbutter, Yuzu und Chili internationales Flair hinzufügt. Bei der Inszenierung des Grünkohls tauschen die beiden Kreativen die Rollen: Berger nutzt Kimchi, Kimizu und Trüffel, um das Wintergemüse zum Strahlen zu bringen – Heintz sorgt

mit Tanne und Kräutern für eine heimische Note des weißen Wermuts, der sich mit einem Hauch Vetiver an Bergers Kreation annähert.

Das Zusammenspiel von Nikodemus Bergers Küche und Elias Heintz' Drinks bietet genussvolle Überraschungen. Ob sie auf Kontraste setzen, sich gegenseitig ergänzen oder spiegeln: Bei diesem Silvestermenü sind dem Genuss keine Grenzen gesetzt. Das Drink-Pairing gibt es mit Alkohol, aber auch als alkoholfreie Variante. Der Barchef, der das „Mindful Drinking“ das gesamte Jahr über unterstützt, beweist auch an Silvester wieder, das gute Cocktails keinen Alkohol brauchen, um Menschen in beste Stimmung zu versetzen. Mit Drink Pairing – alkoholisch oder nicht-alkoholisch – kostet das Menü 249 Euro pro Person, als Dinner mit Getränken à la carte 179 Euro. Der Abend beginnt um 18:30 Uhr.

Fotos: Bonvivant Cocktail Bistro



Silvester-Menu: Kürbis à la Chef

Reservierungen +49 (0) 176-61722602
oder per Mail: info@bonvivant.berlin.

www.bonvivant.berlin



Silvester-Menu: Rote Bete à la Bonvivant



Norden und bietet neben Kutterscholle und Pannfisch, auch Feuer-Lachsfilet und Labskaus. „Wir bringen natürlich auch Fisch vom Feld auf den Tisch“, ergänzt Marc Burow, „das sind vegetarische Spezialitäten wie Bio-Eier in Senfsauce oder Erbsen-Bouletten mit grüner Garnele.“ Als Gruß aus dem „Mutterhaus“ – dem Jäger & Lustig – serviert das neue Restaurant Kalbschnitzel und gebratene Blutwurst.

Empfangen werden die Gäste von Restaurantleiterin Katharina Fischer, die den Job ganz gewiss nicht (allein) wegen ihres Nachnamens bekommen hat. Das gebürtige Nordlicht aus Elmshorn versteht es, jedem Tisch die volle Aufmerksamkeit zu schenken und bestens in Sachen Speis und Trank zu beraten. Bevor sie ihrer Leidenschaft für die Gastronomie nachgab, studierte die 30-Jährige Bildungswissenschaften und Erwachsenenpädagogik – der Schlüssel zu ihrer Gelassenheit.

Das neue Lokal – im historisch anmutenden Nikolaiviertel – wurde auf die maritimen Ansprüche des neuen Teams maßgeschneidert. Dominant ist im Fischer & Lustig Royal-Blau, das als Wandfarbe den Ton angibt und gemeinsam mit den Steinwänden und viel Holz stilprägend ist. „Uns ist es wichtig, den Raum gemütlich zu gestalten“, erklärt Alexander Freund das seetaugliche Konzept, „trotz maritimer Klarheit soll alles warm und einladend wirken. Mit dem neuen Fischer & Lustig möchten wir dem Nikolaiviertel ein neues Gesicht geben, weg vom touristischen Image.“ Verspielte Details finden sich auch in den Waschräumen: der glänzende Boden wirkt, als sei gerade Wasser auf Deck gespült worden, die Hände wäscht man sich über einem Bottich und der Wasserhahn ähnelt einem Kreuzpoller.

Seit September 2022 können Berlinerinnen und Berliner und Gäste der Hauptstadt mittags und abends die bunte Vielfalt heimischer Fischspezialitäten genießen.

Fotos: Nicole Eck

Fischer & Lustig
Reservierungen:
030 – 568 299 90

E-Mail: info@fischerundlustig.de
www.jaegerundlustig.de

Fischer & Lustig verlegt Berlin endlich ans Meer

Die Jäger erobern Meere und Seen. Anders ausgedrückt, eröffnet das erfolgreiche Jäger & Lustig ein zweites Restaurant, das sich ab sofort unter dem selbsterklärenden Namen Fischer & Lustig um die geschmacksreiche Unterwasserwelt kümmert. Verbindend ist bei beiden Restaurants die Liebe zur Heimatküche und das Konzept, alte Rezepte zu entstauben, um sie mit regionalen Produkten modern zu interpretieren.

Inhaber Alexander Freund konnte für das Fischer & Lustig gleich zwei erfahrene Küchenchefs gewinnen. Erik Arndt hat sich in seiner beeindruckenden Laufbahn nicht nur mit Fischen aller Art auseinandergesetzt, er hat sich in der Hansestadt Hamburg, bekanntlich das Tor zum Weltmeer, die Spuren im Fischereihafen Restaurant und dem ehemaligen Landhaus Dill verdient. Außerdem war er in Frankreich in Hotel-Restaurants wie der Auberge Bretonne. Doch auch Berlin ist ihm nicht neu, nach Stationen im Hotel Adlon und der Fischküche ist er nun am richtigen Herd angekommen. Auch Marc Burow ist in der Hauptstadt kein Unbekannter. Für die Borchardt Gruppe kümmerte er sich vom Haupthaus Borchardt's

über das Café am Neuen See, dem Pan Asia Restaurant bis zum Gast Art Catering um alle kulinarischen Belange.

Den Fisch beziehen die beiden Küchenchefs unter anderem von den Müritzfischern oder der Fischzucht Geisel in Breitenbach am Herzberg. „Regionalität in Sachen Fisch muss manchmal durch-



Fischer & Lustig Fischsuppe

aus etwas weiter gefasst sein, denn Berlin liegt leider nicht wirklich am Meer“, sagt Erik Arndt, „aber wir versuchen trotzdem, möglichst kurze Wege zu nutzen und uns auch aus der Vielfalt der Nord- und Ostsee zu bedienen.“ Dazu gibt es Süßwasserfische aus Brandenburg. Auch bei den Rezepten öffnet man sich in Richtung

Heidelberg

Hotel Europäischer Hof als Top-Arbeitgeber ausgezeichnet

Der Europäische Hof in Heidelberg wurde im 10. November 2022 in München mit dem begehrten „Hospitality HR Award“ ausgezeichnet und gewann den 1. Preis in der Kategorie „Game Changer“. Zudem gewann der Europäische Hof den 2. Preis in der Kategorie „Gesamtstrategie“ im Personalbereich. Das 5 Sterne Luxus-hotel gehört damit zu den Top-Arbeitgebern der Branche.



Gewinner des Hospitality HR Awards:
Hotel Europäischer Hof Heidelberg

Die von der Deutschen Hotelakademie (DHA) verliehene Auszeichnung „HR Hospitality Award“ beleuchtet das Human Resources Management in Hotellerie und Gastronomie und ist damit der erste und einzige Award für Top-Arbeitgeber dieser Branche. Preise werden in den Kategorien Ausbildung, Recruiting, Mitarbeiterbindung/-entwicklung und überzeugendste HR-Gesamtstrategie vergeben. Außerdem gibt es für den HR Game Changer sowie das Thema Digitalisierung Sonderpreise.

Der Europäische Hof wurde als Gamechanger und für seine herausragende Personal-Gesamtstrategie belohnt und erhält als Preisträger ein Arbeitgebersiegel, das Sichtbarkeit nach innen und außen verleiht.

Mit dem neuen Preis „Gamechanger“ will die Fachjury der Deutschen Hotelakademie auf mutige neue Ideen in der Personalarbeit, die wie Leuchttürme weit über die Branche hinausstrahlen, aufmerksam machen und diese anerkennen.

„Ich freue mich sehr über diesen Preis, nehme ihn aber nur stellvertretend entgegen. Gewonnen wird ein so begehrter Branchenaward ausschließlich durch die

gion, dass sie bereits in der vierten Generation leitet. Das Unternehmen kommuniziert aktiv, dass die Mitarbeitenden dort an erster Stelle stehen. Noch vor dem Gast und weit vor dem Unternehmen. Man ist hier der Meinung, dass das Gästelerlebnis nicht besser sein kann als das Mitarbeitendenerlebnis.

Der Hospitality HR Award wird seit 2013 jährlich verliehen. Individualhotels, Hotelketten und Gastronomiebetriebe aus Deutschland, Österreich und der Schweiz können sich bewerben.

Hingabe des gesamten Teams. Es erfüllt uns mit Stolz, dass unsere hyper-kooperative und empathische Unternehmenskultur, die manche sogar als revolutionär bezeichnen, so gewertschätzt wird“ so Dr. Caroline von Kretschmann, geschäftsführende Gesellschafterin des einzigen 5-Sterne-Hotels in der Rhein-Neckar-Re-

Foto: Hotel Europäischer Hof Heidelberg

Europäischer Hof Hotel Europa
Friedrich-Ebert-Anlage 1
69117 Heidelberg
E-Mail: welcome@europaeischerhof.com
www.europaeischerhof.com



Weihnachtlich geschmückte Hotelhalle im Europäischen Hof

Winterzeit – Lesezeit

Bücher zum Selberlesen und Verschenken!



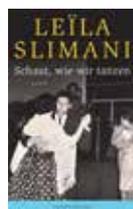
Sanfte Rückenschule nach der Operation

Schmerzfrei & aktiv nach der Rücken-OP

Rückenschonende Übungen für Bandscheiben und Wirbelsäule

Christoph Schönle, TRIAS, 160 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3-432-11541-2

Wenn die Rückenschmerzen unerträglich werden, weil Wirbelsäule und Bandscheiben geschädigt sind oder Sie einen Bandscheibenvorfall hatten, führt manchmal kein Weg an einer OP vorbei. Der Rücken-Experte Dr. med. Christoph Schönle zeigt Ihnen, worauf es ankommt.

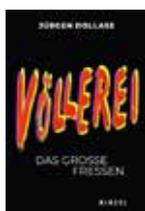


Eine junge Ärztin – und die Sehnsucht einer ganzen Generation nach einem neuen Leben

Schaut, wie wir tanzen

Leila Slimani
Luchterhand Literaturverlag
384 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-630-87647-4

Wie viel Aufbruch ist möglich? Im Sommer 1968 kehrt Aïcha Belhaj nach vier Jahren Medizinstudium in Straßburg nach Marokko zurück. In Frankreich gehen die Studenten auf die Straße, von den Barrikaden tönt der Ruf nach gesellschaftlicher Veränderung.



Kurze Geschichte der Völlerei

Völlerei

Das große Fressen

Jürgen Dollase
Hirzel Verlag
112 Seiten, 15,00 Euro
ISBN: 978-3-777-62968-1

Sehr viele von uns neigen dazu, beim Thema Essen über das Ziel „Ernährung“ weit hinauszuschießen. Einer der bekanntesten Restaurantkritiker Deutschlands, Jürgen Dollase, erforscht hier kenntnisreich die Höhen und Tiefen unserer Lust am Essen.

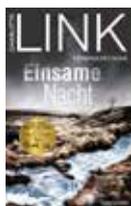


Erinnerung an eine untergegangene tschechisch-jüdisch-deutsche Welt

Der siebenarmige Leuchter

Josef Skvorecky
Braumüller Verlag
192 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-992-00336-5

Sieben Erzählungen, so viele, wie Kerzen am siebenarmigen Leuchter brennen: eine Erinnerung an eine untergegangene tschechisch-jüdisch-deutsche Welt in einer ostböhmisches Kleinstadt.



Kriminalroman

Einsame Nacht

Charlotte Link
Blanvalet Verlag
592 Seiten, 25,00 Euro
ISBN: 978-3-764-50814-2

Nicht einmal der Schnee verdeckt alle Spuren ... Kate Linville ermittelt in einem völlig undurchsichtigen Mordfall. Mitten in den einsamen North York Moors fährt eine junge Frau allein in ihrem Wagen durch eine kalte Dezembarnacht. Am nächsten Morgen findet man sie ermordet auf, in ihrem Auto.



Der Einfluss von Geheimagentinnen in Deutschland

Die Unsichtbaren

Wie Geheimagentinnen die deutsche Geschichte geprägt haben

Maik Baumgärtner
Deutsche Verlags-Anstalt, 384 Seiten, 24,00 Euro, ISBN: 978-3-421-04896-7

James Bond und Jason Bourne prägen unser Bild über die Arbeit von Geheimdiensten. Aber in der Realität sind nicht nur Männer als Agenten tätig. Schon seit dem Kaiserreich arbeiten viele Frauen für deutsche und internationale Nachrichtendienste.



Undurchsichtige Online-Welt

Das tiefschwarze Herz

Robert Galbraith
Blanvalet Verlag
1360 Seiten, 26,00 Euro
ISBN: 978-3-764-50817-3

Als Edie Ledwell, verwirrt und völlig außer sich, in Robin Ellacotts Büro erscheint und mit ihr sprechen möchte, weiß die Privatermittlerin zunächst nichts mit deren Problem anzufangen.



Hebamme, Seelentrösterin, engagierte Kämpferin gegen das Unrecht

Fräulein Gold

Die Rote Insel

Anne Stern
Rowohlt Taschenbuch
432 Seiten, 17,00 Euro, ISBN: 978-3-499-00916-7

Berlin, 1926. Hulda Gold musste ihre Stelle als Hebamme in der Frauenklinik aufgeben und lebt nun in einem Arbeiterviertel fern von ihrem alten Kiez. Auf der sogenannten Roten Insel kann sie in der Praxis von Grete Fischer mitarbeiten. Gemeinsam kümmern sich die beiden Frauen um Menschen, die täglich gegen Armut und Not kämpfen.



Der historische Roman Das Reich der Mitte

Edward Rutherfurd
Droemer HC
960 Seiten, 32,00 Euro
ISBN: 978-3-426-28274-8

China, 1838: das stolze Kaiserreich ist für Fremde meist unerreichbar. Abenteurer schmuggeln Opium ins Land, um es gegen Tee, die im Westen so begehrte Handelsware, zu tauschen. Die Versuche der Qing-Dynastie, der Droge Einhalt zu gebieten, führen schließlich zu den Opiumkriegen, die das uralte Kaiserreich für immer verändern sollten. Von den schicksalhaften, blutigen Konflikten des neunzehnten Jahrhunderts über Maos Kulturrevolution bis in die Gegenwart.



Fürchte dich nicht! Außer vor dir selbst ... Mimik

Sebastian Fitzek
Droemer HC
384 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-426-28157-4

Ein winziges Zucken im Mundwinkel, die kleinste Veränderung in der Pupille reichen ihr, um das wahre Ich eines Menschen zu „lesen“: Hannah Herbst ist Deutschlands erfahrenste Mimikresonanz-Expertin, spezialisiert auf die geheimen Signale des menschlichen Körpers.



Das Thriller-Debüt aus Finnland Tage voller Zorn

Tuomas Oskari
Lübbe
571 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-785-72823-9

Helsinki 2027. Leo Koski, der junge Ministerpräsident Finnlands, ist charismatisch. Was niemand weiß: Er ist nur die Marionette einer Gilde reicher Männer. Die Spaltung der Gesellschaft und die zunehmende Armut in weiten Teilen der Bevölkerung sind ihnen egal. Doch als sich eine junge Frau am Vorabend einer großen Massenkundgebung aus Protest selbst anzündet, gerät das Machtgefüge ins Wanken.



Die aktuellste Biografie mit Exklusivmaterial aus den Royal Archives

Queen of Our Times
Das Leben von Elizabeth II.

Robert Hardman
Lübbe, 560 Seiten, 28,00 Euro, ISBN: 978-3-431-05048-6

Schüchtern, aber mit stählernem Selbstbewusstsein. Gläubig. Unsentimental. Neugierig. Mit all diesen Begrifflichkeiten ließe sich Queen Elizabeth II. beschreiben. Eine Regentin, die mit stärkeren Veränderungen konfrontiert wurde als alle anderen royalen Staatsoberhäupter der englischen Geschichte. Dabei wurde sie nicht als Thronfolgerin geboren, ihr Leben wurde durch die Abdankung König Edwards VIII. unvermittelt in andere Bahnen gelenkt.



Eine außergewöhnliche Frau. Ein turbulentes Jahrhundert. Eine unvergessliche Geschichte Violeta

Isabel Allende
Suhrkamp Verlag
400 Seiten, 26,00 Euro
ISBN: 978-3-518-43016-3

An einem stürmischen Tag des Jahres 1920 kommt sie zur Welt, jüngste Schwester von fünf übermütigen Brüdern, Violeta del Valle. Die Auswirkungen des Krieges sind noch immer spürbar, da verwüstet die Spanische Grippe bereits ihre südamerikanische Heimat. Zum Glück hat der Vater vorgesorgt, die Familie kommt durch, doch schon droht das nächste Unheil, die Weltwirtschaftskrise.



Woher kommt unsere Liebe zum Meer und die ewige Sehnsucht nach einer Insel? Zur See

Dorte Hansen
Penguin Verlag
256 Seiten, 24,00 Euro
ISBN: 978-3-328-60222-4

Die Fähre braucht vom Festland eine Stunde auf die kleine Nordseeinsel, je nach Wellengang. Hier lebt in einem der zwei Dörfer fast 300 Jahre die Familie Sander. Drei Kinder hat Hanne großgezogen, ihr Mann hat die Familie und die Seefahrt aufgegeben. Nun hat ihr Ältester sein Kapitänspatent verloren, ist gequält von Ahnungen und Flutstatistiken und wartet auf den schwersten aller Stürme.



Wenn alle lügen. Und niemand unschuldig ist. Unschuld

Takis Würger
Penguin Verlag
304 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-328-60168-5

Molly Carver bleiben fünfunddreißig Tage, um die Unschuld ihres Vaters zu beweisen. Seit Jahren sitzt er für den Mord an dem sechzehnjährigen Casper Rosendale im Gefängnis – nun soll das Urteil vollstreckt werden. Auf der Suche nach Antworten kehrt Molly zurück in das Ostküstendorf ihrer Kindheit. Unter falschem Namen beginnt sie, als Hausmädchen für die Rosendales zu arbeiten, eine Familie, die einmal einflussreicher war als die Rockefellers ...



Russland beginnt seinen Angriffskrieg gegen die Ukraine

Die längste Buchtour

Oksana Sabuschko
Droschl
176 Seiten, 22,00 Euro
ISBN: 978-3-990-59121-5

Am 24. Februar 2022 hat eine Zeitenwende stattgefunden: Russland beginnt seinen Angriffskrieg gegen die Ukraine und das ganze Weltgefüge gerät aus den Fugen. Oksana Sabuschko ist am 23. Februar 2022 scheinbar nur auf dem Sprung, um eine zweitägige Buchpräsentation in Polen zu absolvieren.

Die Rolle der sechs Varianten

Neue Forschung zur Vermehrung von Adenoviren

Entzündungen des Magen-Darm-Trakts und der Bindehaut, aber auch der Leber, des Gehirns, der Harnwege und der Lunge – die Liste der Erkrankungen, die eine Infektion mit humanen Adenoviren verursachen kann, ist lang. Hinzu kommt, dass es die Viren weltweit häufig gibt, diese Infektionen immer häufiger vorkommen und auch latent werden können. Dann überdauern sie in den Zellen, haben zeitweise keine nachweisbare Wirkung, können aber wieder reaktivieren.

Bei gesunden Erwachsenen verlaufen Adenovirus-Infektionen meist ohne oder mit milden Symptomen. Doch bei Menschen mit einem geschwächten Immunsystem können sie lebensbedrohlich werden und nicht selten tödlich verlaufen. Darüber hinaus gibt es auch bestimmte Adenovirus-Typen, die selbst bei gesunden Personen zu lebensgefährlichen Lungenentzündungen führen können. Bisher gibt es weder spezifische antivirale Therapien noch eine Impfung für die breite Normalbevölkerung.

Auf der Suche nach antiviralen Therapieansätzen konnte das interdisziplinäre Team von Prof. Dr. Sabrina Schreiner aus dem MHH-Institut für Virologie – allen voran Dr. Julia Mai – nun zeigen, dass bestimmte Faktoren in den Zellen verschiedener Gewebe des Menschen dafür ausschlaggebend sind, ob sich die Viren dort vermehren oder nicht. Zum Team gehören Forschende der Technischen Universität München und des Projekts „Hannover-Glasgow Infection Strategy“ (HAGIS) des Exzellenzclusters RESIST und des „MRC-University of Glasgow Centre for Virus Research“. Die Ergebnisse veröffentlichte die wissenschaftliche Fachzeitschrift *Microbiology Spectrum*.

Das Team ging bei seinen Forschungen dem Verdacht nach, dass die sogenannten PML-Kernkörperchen in den menschlichen Zellen sehr wahrscheinlich der Vermehrung der Adenoviren entgegenwirken. Die Hauptkomponente der

PML-Kernkörperchen ist das sogenannte PML-Protein, das von der menschlichen Zelle in sechs verschiedenen Varianten produziert wird. In den meisten bisherigen Studien untersucht, inwiefern alle PML-Varianten gemeinsam auf die Virusvermehrung einwirken. „Wir haben nun geprüft, welche Rolle die sechs einzelnen PML-Varianten während der Adenovirusinfektion spielen – und zwar in verschiedenen Geweben und Zelltypen“, erläutert Prof. Schreiner. Dafür hat das Team Zelllinien aus Lungen- und Lebergewebe hergestellt, die je nur eine der sechs PML-Varianten produzieren. „So konnten wir in verschiedenen Geweben und Zelltypen genau die PML-Varianten identifizieren, deren Kernkörperchen die Infektion unterdrücken können“, führt Dr. Mai aus.

Basierend auf die Ergebnisse dieser Studie und durch das bessere Verständnis der wirtseigenen Abwehrmechanismen können nun im Rahmen des Exzellenzclusters RESIST weiter neue Behandlungsmöglichkeiten gegen humane Adenoviren entwickelt werden.

Konsiliarlabor für Adenoviren

Am Institut für Virologie der MHH befindet sich das deutsche Konsiliarlabor für Adenoviren. Hier können alle humanen Adenovirustypen nachgewiesen, genomisch sequenziert und in klinischen Proben quantifiziert werden. Das spielt vor allem bei der Diagnostik lebensbedrohlicher Infektionen von immunsupprimierten Patientinnen und Patienten eine Rolle, insbesondere bei Kindern nach Knochenmarkstransplantation. Das Team des Labors steht außerdem bei Fragen zur Verfügung, die über die Routine hinausgehen, und es stellt Zellkulturen bereit, um Forschende bei ihren Arbeiten zu unterstützen.

Link zur Publikation: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35699431/>

www.mhh.de

Die Wirkung von Quercetin auf das Polyzystische Ovarien Syndrom

Bei dem polyzystischen Ovarien Syndrom (PCOS) können unter anderem Entzündungswerte im Blut stark erhöht sein. Natürliche Flavonoide wie Quercetin können Entzündungswerte positiv beeinflussen, also senken. Wie sich die Einnahme von Quercetin auf Symptome bei Frauen mit PCOS auswirkt, wurde in dieser Studie untersucht.

Insgesamt untersuchten die Autoren 72 Frauen mit PCOS und teilten sie zufällig auf zwei Gruppen auf. Die Versuchsgruppe erhielt täglich über einen Zeitraum von 40 Tagen ab Anfang des Menstruationszyklus 500 mg Quercetin, die Kontrollgruppe ein Placebo. Blutwerte des luteinisierenden Hormons (LH), des Follikel-stimulierenden Hormons (FSH), des Anti-Müller-Hormons und der Entzündungsmarker IL-6 und TNF-alpha wurden analysiert. Zudem beobachteten die Autoren die Eizellen- und Embryoqualität vor einer Kinderwunschbehandlung und die Schwangerschaftsrate.

Es war zu beobachten, dass der LH-Wert sich durch die Einnahme von Quercetin signifikant um 29,65 % reduzierte. Quercetin hatte zusätzlich positive Auswirkungen auf den TNF-alpha-, den FSH- und den IL-6-Wert im Vergleich zum Studienbeginn. Die Autoren beobachteten außerdem, dass die Eizellen- und Embryoqualität ebenso wie auch die Schwangerschaftsrate anstiegen.

Die regelmäßige Einnahme von Quercetin kann demnach laut Autoren hilfreich sein, Entzündungswerte bei PCOS-Patientinnen zu reduzieren und so eine Therapie unterstützen.

Autor: Vaez S, Parivr K, Amidi F, Rudbari NH, Moini A, Amini N. Quercetin and Polycystic Ovary Syndrome; Inflammation, hormonal parameters and pregnancy outcome: A Randomized Clinical Trial. *Am J Reprod Immunol.* 2022 Nov

www.deutschesgesundheitsportal.de

Volkskrankheit Fettleber: auch in der Endokrinologie relevant

DGE tritt Bündnis der Fachgesellschaften bei

Besonders bei Patientinnen und Patienten mit Zivilisationskrankheiten wie Typ-2-Diabetes sollte immer das Vorliegen einer nicht-alkoholischen Fettleber (NAFLD) abgeklärt werden, sagt die Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie e.V. (DGE). Unbehandelt könne eine NAFLD über Entzündung und bindegewebigen Umbau zu einer Zirrhose und schließlich zum Versagen des wichtigen Stoffwechselorgans führen. Zu der Gruppe mit hohem Risiko für eine NAFLD gehören nicht nur Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2, sondern auch Adipositas, arterielle Hypertonie, Fettstoffwechselstörungen oder metabolischem Syndrom. Weniger bekannt ist, dass auch typische endokrinologische Erkrankungen wie Polyzystisches Ovarialsyndrom (PCOS), Cushing-Syndrom und Akromegalie Risikofaktoren darstellen. All diese Gesundheitsstörungen werden von Endokrinologinnen und Endokrinologen mitbehandelt. Für eine leitliniengerechte und fachübergreifende Versorgung schließt sich die DGE nun einem Bündnis mehrerer Fachgesellschaften und Organisationen, die mit NAFLD und ihren Folgeerkrankungen befasst sind, an. Dies beinhaltet auch die Forderung nach Aufnahme des Erkrankungskomplexes in bestehende Disease Management Programme (DMP).

Das Speichern von Energie gehört zu den physiologischen Aufgaben der Leber. Die vermehrte Einlagerung von Fetten in die Leber wird ab einem Umfang von fünf Prozent des Organs als Steatose bezeichnet. Die Steatose gehört zum Komplex der nicht-alkoholischen Fettleber-Erkrankung (NAFLD). Die NAFLD ist eine Zivilisationskrankheit, die vor allem durch ungesunde Ernährung und zu wenig Be-

wegung entsteht. „30 Prozent der Allgemeinbevölkerung hierzulande haben eine Fettleber, in den Risikogruppen sind es sogar 70 Prozent“ (1).

„Die NAFLD ist ein Warnsignal“, so Bojunga, einer der koordinierenden Autoren der aktualisierten S2k-NAFLD-Leitlinie, die im April 2022 erschienen ist (2). Denn Fetteinlagerungen in der Leber können zu Entzündungen führen, die Entwicklung einer NASH (Non-Alcoholic Steatohepatitis) ist möglich. Die Entzündungen hinterlassen Gewebeschäden und Narben, wodurch die Funktionsfähigkeit des Entgiftungsorgans sinkt. Vernarbt die Leber, können sich Leberkrebs und eine Leberzirrhose entwickeln. „Dabei treten auch hormonelle Störungen auf. So baut die Leber bei einer Schädigung unter anderem die weiblichen Geschlechtshormone nicht mehr richtig ab.“

Erste Hinweise auf eine NAFLD gibt der einfach zu berechnende „fatty liver index“. Aufschluss über eine krankhafte Bindegewebsvermehrung erhält man mit einfachen Scores wie dem FIB-4 – ermittelt aus Alter, Thrombozytenzahl und Transaminasen – oder der Leber-Elastographie, einem schmerzfreien und nicht-invasiven Ultraschallverfahren, mit dem die Steifigkeit des Organ Gewebes gemessen wird (3, 4).

„Wir schließen uns der Forderung nach besserer Prävention, Früherkennung und Versorgung des Erkrankungskomplexes an. Davon können Patienten mit seltenen, aber typischen endokrinologischen Erkrankungen wie einem endogenen Hyperkortisolismus profitieren“, sagt Professor Dr. med. Stephan Petersenn von der ENDOC Praxis für Endokrinologie und Andrologie in Hamburg und Pressespre-

cher der DGE. „Eine NAFLD findet sich aber auch bei mindestens einem Drittel der Patientinnen mit PCOS, einer der häufigsten hormonellen Erkrankungen der jungen Frau (5). Metabolisches Syndrom und erhöhte Blutspiegel männlicher Geschlechtshormone, Hyperandrogenämie, sind hierbei relevante Risikofaktoren.“

Interessenkonflikte: Keine

Quellen:

- (1) Stefan, N., & Cusi, K. (2022). A global view of the interplay between non- alcoholic fatty liver disease and diabetes. *The Lancet. Diabetes & Endocrinology*, 10(4), 284–296. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(22\)00003-1](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(22)00003-1)
- (2) Aktualisierte S2k-Leitlinie nicht-alkoholische Fettlebererkrankung der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS): https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/021-0251_S2k_NAFLD-Nicht-alkoholische-Fettlebererkrankungen_2022-10.pdf
- (3) Mireen Friedrich-Rust 1, Hassan Hadji-Hosseini, Susanne Kriener, Eva Herrmann, Ishani Sircar, Annika Kau, Stefan Zeuzem, Joerg Bojunga: Transient elastography with a new probe for obese patients for non-invasive staging of non- alcoholic steatohepatitis; *Eur Radiol*. 2010 Oct;20(10):2390-6. doi: 10.1007/s00330-010-1820-9
- (4) Mireen Friedrich-Rust 1, Daniela Roman, Johannes Vermehren, Susanne Kriener, Dilek Sadet, Eva Herrmann, Stefan Zeuzem, Joerg Bojunga: Acoustic radiation force impulse-imaging and transient elastography for non-invasive assessment of liver fibrosis and steatosis in NAFLD; *Europ J Radiol*. 2012 Mar;81(3):e325-31. doi: 10.1016/j.ejrad.2011.10.029
- (5) Won, Y.B., Seo, S.K., Yun, B.H. et al. Non-alcoholic fatty liver disease in polycystic ovary syndrome women. *Sci Rep* 11, 7085 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41598-021-86697-y>

Weitere Informationen:

www.dv-osteologie.org/osteoporose-leitlinien
www.osd-ev.org/osteoporose/knochen/calcium/
www.dv-osteologie.org

Resilienz stärken – der MS aktiv begegnen

Menschen mit Multipler Sklerose (MS) stehen im Laufe ihrer Erkrankung häufig Unwägbarkeiten gegenüber. So ist das Fortschreiten der MS schwer vorherzusagen. Plötzlich sich verstärkende oder neue Symptome können in Schüben auftreten und sich wieder zurückbilden, aber auch den Verlust von körperlichen Funktionen mit sich bringen. Die Erkrankung verändert so zunehmend die Rolle und das Selbstbild betroffener Menschen.

Mit Resilienz wird die Fähigkeit beschrieben, mit unerwünschten, stressigen Ereignissen im Leben umzugehen und trotz allem die eigene psychische Gesundheit zu bewahren. In schweren Zeiten leidet bei Menschen mit niedrigerer Resilienz rasch die Lebensqualität, sie sind stärker emotional belastet. Dies kann sich auch nachteilig auf zwischenmenschliche Beziehungen auswirken.

Wie geht man mit den Unwägbarkeiten der MS um?

Resilienz kann jedoch gefördert werden, fand eine Untersuchung mit 237 MS-Patientinnen und Patienten in Italien heraus. Demnach kann sich ein gezieltes Training der Resilienz positiv auf Ängste und depressive Symptome, Stress und die gesundheitsbezogene Lebensqualität auswirken.

Resilienz gezielt fördern hilft gegen Stress und psychische Belastung

Im Umgang mit Stress und schwierigen Ereignissen spielen behandelnde Ärztinnen und Ärzte eine wichtige Rolle. Im Routinetermin können sie eventuelle Symptome wie Ängste oder Depressionen ermitteln und die gesundheitsbezogene Lebensqualität einschätzen. Dabei kommen mögliche Risikofaktoren, etwa Vitamin-D-Mangel, Schlafprobleme oder Bewegungsmangel sowie Lösungsansätze zur Sprache. Im Zentrum der Hilfe bei

psychischen Belastungen stehen Strategien zur Förderung der Resilienz und des Umgangs mit der MS.

Es können verschiedene Maßnahmen sinnvoll sein:

Stärkung des sozialen Supports: Familie, Freunde und nette Nachbarn sind wichtige Stützen in schweren Zeiten. In Selbsthilfegruppen, ob online oder „in echt“, trifft man häufig auf besonders viel Verständnis für die eigene Situation. Andere Betroffene haben zudem nicht nur ein offenes Ohr, sondern können auch aus eigenen Erfahrungen heraus wertvolle Ratschläge geben. Menschen mit MS sind jedoch nicht nur Nehmende in ihrem sozialen Netzwerk.

Kognitive Verhaltenstherapie:

Hierbei werden beispielsweise Selbstbeobachtung zum Erkennen besonders belastender Momente, ein Umdenken in stressigen Situationen und Ansätze zur Problemlösung eingeübt.

Achtsamkeits-basierte Interventionen:

Meditation, Yoga oder Musiktherapie können Stress abbauen helfen und beim Umgang mit anstrengenden Lebensphasen unterstützen. Wird die Resilienz gefördert, kann dies in vielerlei Hinsicht positiv auf die Lebenssituation einwirken. Ein dichteres, aktiveres soziales Netz führt zu mehr Abwechslung und Freundschaften, die auch vom verbesserten Verständnis von Stress-Auslösern und Abhilfe-Möglichkeiten profitieren können.

Original Titel:

Patient and Provider Insights into the Impact of Multiple Sclerosis on Mental Health: A Narrative Review.

Weitere Informationen zur MS finden Sie unter www.ms-gateway.de

Stress lass' nach! Dauerhafte Anspannung und Druck können Diabetes Typ 2 fördern

Eine hohe Arbeitsbelastung, viele familiäre Verpflichtungen und somit permanenter Zeitdruck setzen viele Menschen heutzutage unter dauerhaften Stress.

Möglicherweise ist dauerhafter Stress sogar mitverantwortlich für die Entstehung von Typ-2-Diabetes gerade bei jüngeren, im Arbeitsleben stehenden Menschen. Große Längsschnittstudien zeigten, dass Menschen, die langfristig bestimmten Stresskonstellationen ausgesetzt oder psychisch erkrankt waren, statistisch häufiger einen Typ-2-Diabetes entwickeln. Das liegt zum einen an physiologischen Stressreaktionen des Organismus: Ein langfristig deutlich erhöhter Kortisolspiegel fördert eine Insulinresistenz und entzündliche Prozesse. Physiologische Stressreaktionen, kritische Lebensereignisse und psychosoziale Belastungen sind mit dem Auftreten und dem Verlauf von Diabetes Typ 2 verbunden. „Doch die Beziehungen zwischen genetischen Risiken, Physiologie, sozialer Umwelt und Verhalten bei Typ 2 Diabetes sind so wechselseitig und komplex, dass weder ‚Henne‘ noch ‚Ei‘ immer eindeutig benannt werden können“, so Professor Dr. Karin Lange.

Auf der anderen Seite fördere auch Diabetes selbst Stress. „Hohe Anforderungen an die Veränderung des Lebensstils, Stigmatisierung, Insulintherapien sowie Sorgen wegen akuter oder langfristiger Komplikationen sind typische Beispiele für den sogenannten Diabetes-Distress“. Die Erfahrung von Misserfolgen bei der Behandlung des Typ 2 Diabetes wie weitere Gewichtszunahme, zu hohe HbA1c-Werte oder beeinträchtigende Folgeerkrankungen können ein Gefühl geringer Selbstwirksamkeit hervorrufen und eine depressive Stimmungslage bahnen.

www.diabetesde.org/gesund_leben_mit_diabetes/koerper_und_seele_im_einklang/stress_und_diabetes

Neues Diabetes-Medikament in USA zugelassen: Teplizumab verzögert die Entwicklung eines Typ-1-Diabetes

Die US-amerikanische Arzneimittelbehörde FDA hat jetzt das Medikament Teplizumab (Handelsname: Tziel) zur Behandlung eines Typ-1-Diabetes zugelassen.

Typ-1-Diabetes (T1D) ist die häufigste Stoffwechsel- und Autoimmunerkrankung bei Kindern. Bei der chronischen Autoimmunerkrankung zerstört das Immunsystem die Insulin-produzierenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse. Das Hormon Insulin reguliert den Blutzuckerspiegel und ermöglicht, dass Glukose (Zucker) aus dem Blut in die Zellen gelangt. Menschen mit T1D sind ihr Leben lang auf künstliches Insulin angewiesen. In den USA wurde jetzt Teplizumab sowohl für Erwachsene als auch für Kinder ab 8 Jahren zugelassen, die Typ-1-Diabetes im Stadium 2* haben (Glukosestoffwechsel ist bereits gestört, aber es treten noch keine Symptome auf). Das Medikament erhielt den Status der vorrangigen Prüfung und des Therapiedurchbruchs (Breakthrough Therapy). Teplizumab ist ein Antikörper. Er bindet an bestimmte Zellen des Immunsystems und verzögert das Fortschreiten von Typ-1-Diabetes im Stadium 3* (klinische Symptome wie übermäßiger Durst, häufiges Wasserlassen, starke Gewichtsabnahme oder Müdigkeit treten auf). Teplizumab kann die Immunzellen deaktivieren, die Insulin-produzierende Zellen angreifen, und gleichzeitig den Anteil der Zellen erhöhen, die helfen, die Immunreaktion zu dämpfen. Das Medikament Tziel wird als intravenöse Infusion einmal täglich an 14 aufeinanderfolgenden Tagen verabreicht. Die Sicherheit und Wirksamkeit von Tziel wurde in einer randomisierten, placebokontrollierten Doppelblind-Studie mit 76 Patienten mit Typ-1-Diabetes im Stadium 2 untersucht.

Quelle: FDA Approves First Drug That Can Delay Onset of Type 1 Diabetes

„Zeit ist Netzhaut“

Neue Therapiestudie bei Augeninfarkt startet

Mit weniger als einer Person unter 100.000 ist ein Augeninfarkt ein seltenes Krankheitsbild. Den Schaden, den er anrichten kann, ist aber groß. Eine nachweislich wirksame Therapie gibt es für den medizinischen Notfall bislang noch nicht. Ein Forschungsteam des Universitätsklinikums Tübingen, Hertie-Instituts für klinische Hirnforschung sowie der Universitäts-Augenklinik Hamburg-Eppendorf will das nun ändern. Gemeinsam untersuchen sie, inwieweit ein Medikament das Gerinnsel auflösen und dadurch die Zerstörung der Netzhaut aufhalten kann. Jetzt startet die Medikamentenstudie in Tübingen.

Nicht nur das Gehirn kann einen Infarkt erleiden – auch das Auge kann von einem akuten Verschluss der Blutzufuhr betroffen sein. Der Augeninfarkt zeichnet sich durch eine plötzliche, schmerzlose Sehverschlechterung innerhalb von Sekunden aus. Unbehandelt führt er in rund 95 Prozent der Fälle zu einem schweren und dauerhaften Sehverlust im betroffenen Auge. Der Grund ist ein Gerinnsel in den Blutgefäßen, welche die Netzhaut versorgen. Sind die Gefäße verstopft, ist die Sauerstoffzufuhr behindert und das Gewebe stirbt ab. Je schneller das Blut wieder ungehindert fließt, umso besser die Prognose.

Studie REVISION startet

Ein Forschungsteam um Privatdozent Dr. Sven Poli von der Neurologischen Universitätsklinik Tübingen und dem Hertie-Institut für klinische Hirnforschung sowie Prof. Dr. Martin Spitzer von der Universitäts-Augenklinik Hamburg-Eppendorf untersucht jetzt im Rahmen der klinischen Studie REVISION, inwieweit das Medikament Alteplase das Gerinnsel auflösen und dadurch die Zerstörung der Netzhaut aufhalten kann. Trotz einer Vielzahl von verbreiteten Standardbehandlungen gibt es bislang keine

nachweislich wirksame Therapie, die die Krankheitsursache behandelt – anders als beim ischämischen Schlaganfall, bei dem Alteplase mittlerweile routinemäßig und erfolgreich zur Auflösung des Blutgerinnsels eingesetzt wird. „Es ist daher ein naheliegender Therapieansatz, das gleiche Arzneimittel beim Augeninfarkt einzusetzen“, erklärt Studienleiter Poli.

Die Medikamentenstudie startet jetzt am Uniklinikum Tübingen. Rund 400 Patientinnen und Patienten sollen deutschlandweit im Rahmen der Studie behandelt werden.

Notfall erkennen und schnell handeln

Ein Augeninfarkt ist selten. Umso wichtiger ist, dass ihn auch Laien und niedergelassene Medizinerinnen und Mediziner als Notfall erkennen. „Tritt eine Sehverschlechterung innerhalb von Sekunden auf und existiert ein Schatten auf dem kompletten Auge, sollte die betroffene Person unmittelbar in die nächste Augenklinik oder zentrale Notaufnahme gehen – notfalls mit dem Rettungsdienst, selbst dann, wenn der Schatten nur von kurzer Dauer ist“, appelliert Poli. Dort kann nach der Diagnose unmittelbar mit einer Behandlung begonnen werden.

Beteiligte Zentren

An der Studie beteiligte Zentren, die bis Mitte November den Projektstart initiieren, sind die Uniklinika Heidelberg, Ulm, Frankfurt, Bonn, Leipzig und die LMU München. Ab 2023 folgen die Uniklinika Hamburg-Eppendorf, Aachen, Dresden, Düsseldorf, Gießen, Göttingen, Halle, Homburg Saar, Lübeck, Münster, Regensburg, das Klinikum Ludwigshafen, die Charité Berlin, die TU München, die Augenklinik Sulzbach und das Katharinenhospital Stuttgart.

Weitere Informationen zur Studie:
www.revision-trial.de

NWD heißt ab dem 01.02.2023 Plandent

InterInterview mit Plandent Gründer und Eigentümer Heikki Kyöstilä und NWD Geschäftsführer Alexander Bixenmann



Plandent Gründer und Inhaber
Heikki Kyöstilä



NWD Geschäftsführer
Alexander Bixenmann

Herr Kyöstilä, Herr Bixenmann, NWD Nordwest Dental gehört seit 20 Jahren zur Plandent Gruppe und trägt bis heute ihren traditionellen und in Deutschland sehr bekannten Namen. Warum ändern Sie diesen Firmennamen nun in Plandent?

Heikki Kyöstilä: Seit der Gründung im Jahr 1972 hat sich Plandent zum zweitgrößten dentalen Handels- und Serviceunternehmen in Europa entwickelt. Wir feiern in diesem Jahr unser 50-jähriges Bestehen.

Seit 2002 vertritt uns unser Tochterunternehmen NWD in Deutschland, dem größten Dentalmarkt Europas. In dieser Zeit ist NWD zu einem der größten und leis-

tungsfähigsten Handels- und Dienstleistungsunternehmen im deutschen Dentalmarkt geworden und ist heute das größte Unternehmen der Plandent Gruppe.

NWD und Plandent gehören nun seit rund 20 Jahren zusammen. Dieses doppelte Jubiläum ist ein guter Zeitpunkt, diese Zusammengehörigkeit stärker zu betonen als bislang. Wir sind eine Unternehmensfamilie und wollen darum auch einen gemeinsamen Namen tragen. In Deutschland sagt man dazu „Familiennamen“, soweit ich weiß.

Alexander Bixenmann: Die Frage ist ja naheliegend. Wenn man schon so lange zusammengehört wie Plandent und NWD, fragt man sich natürlich, warum genau jetzt? Die Antwort ist recht simpel: Das Thema hatte sich bisher nie sinnvoll angeboten. Nun aber verändert sich der

deutsche Dentalmarkt mit einer nie da gewesenen Geschwindigkeit. Schauen Sie sich die Konsolidierungsprozesse in allen Bereichen des Dentalmarktes an. Sie brauchen Größe und Stärke, um in diesem Markt zukunftsfähig zu sein.

Auch unser Unternehmen NWD Nordwest Dental ist Teil dieser Veränderung. Wir sind in den vergangenen Jahren stark gewachsen. Insbesondere in den Bereichen Technischer Kundendienst und Praxiseinrichtung/Praxisplanung haben wir eine flächendeckende Leistungsfähigkeit erreicht, die unsere früheren Möglichkeiten weit übertrifft.

Wir sind heute deutschlandweit stark aufgestellt und fokussieren mit unserem Versprechen „einfach näher dran“ eine regionale Kundennähe, die weit über die Himmelsrichtung unseres Namens „Nordwest“ hinausgeht. Wir sind über diese namentlichen Wurzeln unseres Unternehmens hinausgewachsen.

Wenn Sie so wollen, ist uns „Nordwest“ einfach längst zu klein geworden und unsere 20-jährige Zugehörigkeit zur europäischen Plandent Gruppe ist nun ein willkommener Anlass zu sagen: Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, das stärker nach außen zu zeigen.

Was genau ist die Plandent Gruppe?

Heikki Kyöstilä: Plandent ist die Handelsguppe der Planmeca Unternehmensfamilie. Wir sind in 13 europäischen Ländern aktiv und betreiben die größte dentale Lieferkette in ganz Nordeuropa. In den nationalen Märkten sorgen die Mitarbeitenden unserer jeweiligen Plandent Gesellschaften vor Ort für die zuverlässige und schnelle Lieferung von Qualitätsprodukten für den täglichen

Dentalbedarf, für kompetenten Technischen Kundendienst und zukunftsweisende medizintechnische Ausstattung in Zahnarztpraxen und Dentallaboren. In vielen Ländern Nordeuropas sind wir Marktführer.

Wenn Plandent eine 100%ige Tochter von Planmeca ist, liegt die Frage nahe: Warum betreibt ein dentalmedizinisches Industrieunternehmen eine Handelsgruppe?

Heikki Kyöstilä: Planmeca war 1971 der Anfang, das ist richtig. 1972 haben wir schon Plandent gegründet, weil wir zahnmedizinische Praxen auch mit Verbrauchsmaterial international führender Markenhersteller, Technischem Service und Schulung umfassender unterstützen wollten. Heute ist die gesamte Unternehmensfamilie noch sehr viel umfassender. Sie besteht aus den bekannten Premiumherstellern Planmeca und KaVo, dem Dental-Instrumentenhersteller LM-Instruments, aus Planmed, unserem Spezialisten für Mammografie und orthopädische Bildgebung, Opus Systemer, unserem norwegischen Spezialisten für Praxisverwaltungssoftware, dem kanadischen Möbelhersteller Triangle Furniture Systems, dem amerikanischen CAD/CAM-Spezialisten Planmeca E4D Technologies, dem spanischen Aligneranbieter HeySmile und natürlich der Plandent Handelsgruppe.

Insgesamt sind weltweit 4.500 Mitarbeitende für die Planmeca Unternehmensfamilie tätig. Unsere Größe und unsere vielfältigen Expertisen verleihen uns enorme Stärke, wenn wir die richtigen Fähigkeiten miteinander verbinden. Das meinen wir auch, wenn Planmeca und KaVo heute gemeinsam sagen: „Stronger together“.

Was Plandent und damit den Dentalhandel betrifft, ist es essenziell zu verstehen, dass wir europäisch aufgestellt sind. Plandent unterstützt zahnärztliche Praxen und Dentallabore in 13 Ländern Europas. Gerade im Handel bedeutet Größe Stabilität und Sicherheit. Das gilt heute mehr denn je. Globale Krisen erschüttern glo-

bale Lieferketten. Wir haben das in den letzten beiden Corona-Jahren gesehen und wir sehen es auch heute, wo asiatische oder osteuropäische Entwicklungen sich auf die Lieferfähigkeit von Händlern und Herstellern weltweit auswirken.

Wir geben als Plandent eine europäische Antwort auf diese Herausforderungen. Gemeinsam sind wir viel stärker als einzelne nationale Handelsgesellschaften. Diese Stabilität hilft uns in den Märkten, in denen wir operieren. Auch dort gibt es ja viel eigene Dynamik. Deutschland ist hier ein gutes Beispiel. Kaum irgendwo sonst in Europa ist die Veränderungsdynamik aktuell so hoch. Wichtig zu verstehen ist, dass die nationalen Plandent Unternehmen sich immer auf die jeweiligen Strukturen vor Ort einstellen können. Direkte Nachbarmärkte sind in Europa teils sehr unterschiedlich strukturiert. Da gibt es stark ausgeprägte Kettenstrukturen oder viele unabhängige Kund*innen, große und eher kleinere Praxen und Labore, verschiedene Gesundheitssysteme, rechtliche und medizinische Rahmenbedingungen oder teilweise einfach stark unterschiedliche Besiedlungsdichten. Das ergibt schon große operative Unterschiede. Ganz zu schweigen von der eigentlichen Marktgröße. Darum sind Deutschland und NWD für Plandent so wichtig. Hier agieren wir im größten Dentalmarkt Europas und vermutlich auch im anspruchsvollsten. Plandent operiert in unterschiedlichen Märkten mit starken Tochtergesellschaften, die sich dem nationalen Markt optimal anpassen können. Solche Strukturen sind flexibler als global einheitlich gesteuerte Unternehmen.

In unseren Märkten zu einer stabilen Handels- und Servicesituation beizutragen, liegt im eigenen Interesse der ganzen Unternehmensfamilie. Beispielsweise für Planmeca und KaVo, die sich klar zum pluralistischen Fachhandel in Deutschland bekennen, um den technischen Service für unsere Kund*innen verlässlich sicherstellen zu können. Stabilität ist die Voraussetzung für hohe Qualität im Kundendienst. Und Qualität ist der Kern aller unserer Bestrebungen.

www.nwd.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 Plaß (Kulinarik, Reise, Foto)
Dr. Alexander Pohlmann (Gastronomie und Hotels)
Albin Thöni (Südtirol Spezialist für Wein und Gastronomie)

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

Erscheinungsort:
48165 Münster

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

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

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

Kein erhöhtes Risiko für Gürtelrose nach COVID-Impfung

Die Sorge wegen vermeintlicher Nebenwirkungen hält viele Menschen noch immer von der Impfung gegen SARS-CoV-2 ab. Auch im Hinblick auf eine mögliche impfassozierte Herpes-Zoster-Erkrankung (Gürtelrose) ist dies aber nicht gerechtfertigt, wie gerade eine große Auswertung von über 2 Mio. Geimpften zeigte. Die Ergebnisse machen eine klare Aussage, dass die COVID-Impfung nicht mit einer erhöhten Rate von Herpes Zoster assoziiert ist. Eine ergänzende Kohortenanalyse zeigte darüber hinaus auch kein erhöhtes Impfrisiko für Herpes Zoster verglichen mit der Influenza-Impfung aus der Zeit vor der Pandemie.

Wiederholt gab es in der Literatur Berichte über Herpes Zoster (Gürtelrose) in der Folge von COVID-19-Impfungen, so dass in Fachkreisen wie unter Laien über einen ursächlichen Zusammenhang diskutiert wurde. Herpes Zoster kann prinzipiell jeder bekommen, der zuvor schon einmal Windpocken hatte. Das Windpocken-Virus (Varicella-Zoster-Virus/VZV) persistiert lebenslang latent im Körper und kann durch verschiedene Auslöser reaktiviert werden, wobei es dann aber nicht erneut zu Windpocken, sondern zur Gürtelrose kommt. Eine VZV-Reaktivierung kann z. B. bei (vorübergehender) Abwehrschwäche oder bei älteren Menschen aufgrund der absinkenden VZV-Antikörperspiegel entstehen.

Erste Analysen von Impfnebenwirkungen zeigten zwar einen Anstieg der Berichte über COVID-19-Impfung-assoziierte Herpes-Zoster-Infektionen; es war dabei jedoch nicht klar, ob diese Fälle auf eine vermehrte Berichterstattung zurückzuführen waren oder auf einen echten Anstieg der Inzidenz. Eine am 16. November erschienene große retrospektive Kohortenstudie der University of California, San Francisco, ging daher speziell dieser Frage nach [1]. Analysiert wurden Gesundheitsdaten der US-amerikanischen

OLDW-Datenbank („Optum Labs Data Warehouse“) von 2.039.854 gegen SARS-CoV-2 geimpften Menschen (BioNTech/Pfizer, Moderna oder Johnson-Johnson, in der Zeit 12/2020 – 6/2021). Das mittlere Alter der Geimpften betrug $43,2 \pm 16,3$ Jahre, 50,6% waren weiblich. Von der gesamten Kohorte wurden 1.451 Personen mit einer Herpes-Zoster-Diagnose in die primäre STRI-Analyse („self-controlled risk interval“) eingeschlossen, dabei wurde die Häufigkeit von Herpes-Zoster-Diagnosen im „Risikointervall“ (30 Tage nach der ersten oder zweiten Impfdosis) ermittelt und mit späteren Intervallen verglichen („Kontrollintervall“ 30-60 Tage nach der Impfung). Die Ergebnisse wurden außerdem verglichen mit dem Herpes-Zoster-Risiko nach Influenza-Impfung aus zwei historischen Kohorten vor der Pandemie (1/2018 – 12/2019) und in der frühen Pandemie-Phase (3/2020 – 11/2020). Die Auswertung erfolgte adjustiert im Hinblick auf Alter, vorbestehende immunologische Beeinträchtigungen und Art des Impfstoffs.

Im Ergebnis war die COVID-Impfung nicht mit einem erhöhten Risiko für eine VZV-Reaktivierung assoziiert (Inzidenzratenverhältnis IRR 0,91; $p=0,08$). Die Inzidenz war auch nicht höher als in der supplementären Kohortenanalyse nach Influenza-Impfung in der Zeit vor der Pandemie (1. COVID-Impfung HR 0,78; $p<0,001$; 2. COVID-Impfung HR 0,79; $p<0,001$) oder in der frühen Pandemiephase (1. COVID-Impfung HR 0,89; $p=0,05$; 2. COVID-Impfung HR 0,91; $p=0,09$). „Demnach war eine Gürtelrose nach Corona-Impfung bei weitem nicht so häufig wie es anfangs in der Berichterstattung den Anschein hatte“, schlussfolgert Prof. Dr. Peter Berlit, Generalsekretär der DGN.

Auch andere vermeintliche Impfkomplicationen, über die es immer wieder Fallberichte gab (z. B. Myokarditis oder Guillain-Barré-Syndrom), wurden inzwischen in großen Studien evaluiert. So zeigte

eine Analyse von über 5 Mio. vollständig geimpften Personen aus Israel [2], dass es bei 182.605 geimpften Adoleszenten zu 20 Myokarditiden kam, von denen nach CDC-Kriterien („Center for Disease Control“) neun Fälle als wahrscheinlich bis sicher eingestuft wurden. Die Inzidenz betrug somit 4,8/100.000 Geimpfte; die Verläufe waren mild, die stationäre Behandlung lag bei median 2-4 Tagen und der Follow-up zeigte auch nach sechs Monaten eine gute Prognose.

Auch in Bezug auf das Guillain-Barré-Syndrom gibt es Entwarnung: Eine epidemiologische Studie aus Mexiko (12/2020 – 10/2021) ergab bei 81.842.426 Impfdosen (mit sieben SARS-CoV-2-Impfstoffen) eine GBS-Inzidenz von 1,19/1.000.000. Die GBS-Inzidenz war somit niedriger als vor der Pandemie (2019) mit 7,1/1.000.000 Personenjahren.

Literatur

[1] Akpandak I, Miller DC, Sun Y et al. Assessment of Herpes Zoster Risk Among Recipients of COVID-19 Vaccine. JAMA Network Open 2022; 5 (11): e2242240. doi:10.1001/jamanetworkopen.2022.42240

[2] Witberg G, Magen O, Hoss S et al. Myocarditis after BNT162b2 Vaccination in Israeli Adolescents. N Engl J Med 2022 Nov 10; 387 (19): 1816-1817 doi: 10.1056/NEJMc2207270. Epub 2022 Oct 19.

[3] García-Grimshaw M, Galnares-Olalde JA, Bello-Chavolla OY et al. Incidence of Guillain-Barré syndrome following SARS-CoV-2 immunization: Analysis of a nationwide registry of recipients of 81 million doses of seven vaccines. Eur J Neurol 2022 Nov; 29 (11): 3368-3379 doi: 10.1111/ene.15504. Epub 2022 Aug 2.

Woher kam Omikron?

Vor einem Jahr wurde sie erstmals in Südafrika entdeckt: eine neue Variante von SARS-CoV-2, die später als Omikron bekannt wurde und sich in kürzester Zeit über den ganzen Erdball verbreitete. Bis heute ist unklar, wo und wann dieses Virus genau aufkam. Eine jetzt im Fachmagazin Science* veröffentlichte Studie der Charité – Universitätsmedizin Berlin mit afrikanischen Kooperationspartnern zeigt: Omikron-Vorläufer gab es auf dem afrikanischen Kontinent schon deutlich vor dem ersten Nachweis von Omikron.

Seit Beginn der Pandemie verändert sich das Coronavirus. Den bisher größten Sprung in der Evolution von SARS-CoV-2 konnten Forschende vor einem Jahr beobachten, als eine Variante entdeckt wurde, die sich durch mehr als 50 Mutationen vom Erbgut des ursprünglichen Virus unterschied.

Um mehr über die Entstehung von Omikron herauszufinden, entschlüsselten die Forschenden zusätzlich bei rund 670 Proben das virale Erbgut. So entdeckte das Team mehrere Viren, die unterschiedlich starke Ähnlichkeiten mit Omikron aufwiesen, aber eben nicht identisch waren. „Unsere Daten zeigen, dass Omikron verschiedene Vorläufer hatte, die sich miteinander mischten und zur selben Zeit und über Monate hinweg in Afrika zirkulierten“, erklärt Prof. Drexler. „Das plötzliche Auftreten von Omikron ist also nicht auf einen Übertritt aus dem Tierreich oder die Entstehung in einem immunsupprimierten Menschen zurückzuführen, auch wenn das zusätzlich zur Virusentwicklung beigetragen haben könnte“, sagt Prof. Drexler.

*Fischer C et al. Gradual emergence followed by exponential spread of the SARS-CoV-2 Omicron variant in Africa. Science 2022 Dec 01. doi: 10.1126/science.add8737

Originalpublikation, Institut für Virologie, Charité-Experten unterstützen Kolumbien bei SARS-CoV-2-Diagnostik (PM v. 22.12.2021)

Darolutamid mit ADT und Docetaxel erhöht die Gesamtüberlebensrate bei Patienten mit metastasierendem, hormonsensitivem Prostatakrebs

Kurz & fundiert

- Patienten mit metastasierendem, hormonsensitivem Prostatakrebs
- Kombinationstherapie aus Androgenentzugstherapie und Docetaxel mit Darolutamid
- Phase-III-Studie
- Zugabe von Darolutamid führte zu höherer Gesamtüberlebensrate und Verbesserung sekundärer Endpunkte
- Keine signifikanten Unterschiede bei Nebenwirkungen im Placebo-Vergleich

In einer Phase-III-Studie wurde die Zugabe von Darolutamid zu Docetaxel und Androgenentzugstherapie (ADT) bei Patienten mit metastasierendem, hormonsensitivem Prostatakrebs untersucht. Die Gesamtüberlebenszeit war bei Darolutamid mit ADT und Docetaxel signifikant höher als bei Placebo mit ADT und Docetaxel.

Darolutamid ist ein Androgenrezeptor-Inhibitor. Dies bedeutet, dass der Wirkstoff an Sexualhormone wie Testosteron bindet und so die Stimulierung des Wachstums von Prostatakrebszellen hindert. In früheren Studien konnte durch das Medikament bereits eine höhere Gesamtüberlebensrate bei Patienten mit nicht metastasierendem, kastrationsresistentem Prostatakrebs erzielt werden.

Wirkung auf metastasierenden, hormonsensitiven Prostatakrebs

In einer internationalen Phase-III-Studie wurde nun die Wirkung von Darolutamid in Kombination mit Androgenentzugstherapie (androgen-deprivation therapy, ADT) und Docetaxel auf metastasierenden, hormonsensitiven Prostatakrebs untersucht. Für die Studie wurden die Teilnehmer zufällig 1:1 in eine Docetaxel- (zweimal 300 mg täglich) und eine

Placebo-Gruppe aufgeteilt und erhielten jeweils zusätzlich ADT und Docetaxel. Insgesamt nahmen 1 306 Patienten an der primären Analyse teil.

Höhere Gesamtüberlebensrate mit Docetaxel

Das Risiko, an der Erkrankung zu sterben, war am Ende der Datenerfassung in der Docetaxel-Gruppe um 32,5 % geringer als in der Placebo-Gruppe (Hazard Ratio: 0,68; 95% KI: 0,57 – 0,80; p<0,001). Zudem wurden in der Docetaxel-Gruppe bessere Ergebnisse bezüglich der sekundären Endpunkte erzielt.

Das Nebenwirkungsprofil sah bei beiden Gruppen ähnlich aus und die Häufigkeit der am meisten auftretenden, unerwünschten Ereignisse (also solche die bei ≥10 % der Patienten auftraten) war in beiden Gruppen während der sich überschneidenden Behandlung mit Docetaxel am höchsten. Die Häufigkeit von unerwünschten Ereignissen des Grades 3 oder 4 betrug 66,1 % in der Darolutamid-Gruppe und 63,5 % in der Placebo-Gruppe. Neutropenie war das häufigste unerwünschte Ereignis des Grades 3 oder 4 mit 33,7 % in der Darolutamid- und 34,2 % in der Placebo-Gruppe.

Die Autoren schlussfolgerten, dass bei metastasierendem, hormonsensitivem Prostatakrebs das Gesamtüberleben durch die Kombination aus Darolutamid mit ADT und Docetaxel im Vergleich zu Placebo mit ADT und Docetaxel signifikant erhöht werde, wobei bessere Ergebnisse bei den sekundären Endpunkten und ein ähnliches Nebenwirkungsprofil erzielt werden.

www.deutschesgesundheitsportal.de



ERWECKEN SIE IHREN SINN FÜR IBÉRICO

JAMONES
IBÉRICOS AUS SPANIEN

DIE BOTSCHAFTER
EUROPAS
IN DER WELT

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

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

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



   [jamonesibericos_eu](https://www.instagram.com/jamonesibericos_eu)

#awakeyouribericosense www.jamonesibericoeu.eu



VON DER EUROPÄISCHEN
GEMEINSCHAFT
KOFINANZIERTE KAMPAGNE

#EUAgripromo

DIE EUROPÄISCHE UNION UNTERSTÜTZT
KAMPAGNEN, DIE LANDWIRTSCHAFTLICHE
TRADITIONEN FÖRDERN.

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



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