

FREUDE

plus

GENUSSREISE



Zum Wohl!

Genüsse aus Nieder-
österreich im Porträt

Auf geht's!

Food-Festivals
im Frühling

Film ab!

Eine starke Kombi:
Menüs und Movies



Weinviertel, © Romeo Felsenreich

Einen Traum erfahren

Niederösterreich mit dem Rad zu erkunden verspricht Erfrischung, Energie, Action und eine Reise durch Geschichte, Kunst, Kultur und Genuss.

Um diese Themen drehen sich die fein kuratierten Rad-Entdeckertouren, in denen wir ganz unverblümt die bestgehüteten Geheimnisse der Einheimischen entlang der Strecke ausplaudern. Kleine charmante Hotels, versteckte Juwelen von Wirtshäusern und unentdeckte Kleinode warten darauf, entdeckt zu werden.

Es gibt Orte, an die man sich gedanklich gerne hinträumt. Wo Ruhe aufkommt und tiefe Zufriedenheit einkehrt. Ein Ort, an dem alles wie von selbst passiert und man ganz für sich ist. Für viele Menschen sind es das Meer oder die Berge, für manche die Wälder oder Steppen – und für alle, die schon einmal dort waren, ist es das Weinviertel. Mit seinen verträumten Weingärten, fruchtbaren Feldern und schier endlosen Weitblicken hat es alles, woraus Träume gemacht sind. Und Radfahren, das kann man dort natürlich auch.

Vorweg müssen wir eines zugeben: Alpine Gebirgspässe sucht man im Weinviertel vergeblich, dafür radelt man durch ein Land, dessen Radwegenetz schier unendlich ist. Eines der Herzstücke sind die Sternfahrten rund um Retz, wo man besonders spüren kann, dass der Wein hier sein Zuhause hat. „Dörfer ohne Rauchfang“ nennt man sie, die Weinviertler Kellergassen mit ihren historischen Presshäusern in den. Vor vielen Jahrhunderten hat die Weinkultur hier ihren Ausgang genommen. Ein Hauch von Nostalgie liegt über den ehemali-

gen Lagerstätten und alten Kopfsteinpflasterwegen, wo heute gesellige Weinfeste aller Art stattfinden. Wenig verwunderlich, dass die traditionellen Kellergassen beliebte Treffpunkte für Radfahrer:innen sind, um zu rasten, einzukehren und zu verweilen.

Und wenn man so gemütlich auf einer Hausbank vor den weißen Kalkmauern ruht und die Sonne langsam hinter den Weinbergen verschwindet, dann glaubt man fast, diesem Ort schon einmal im Traum begegnet zu sein.

Alle Rad-Entdeckertouren durch Niederösterreich hier auf einen Blick:
niederosterreich.at/entdeckertouren-rad



Retzer Windmühle, © Weinviertel Tourismus/Erwin Haiden



Pollak's Wirtshaus - Der Retzbacherhof, © Michael Reidinger



Weinviertel, © Romeo Felsenreich

Weitere Informationen über Urlaub im Bundesland Niederösterreich:
 Niederösterreich-Werbung GmbH, 3100 St. Pölten, Niederösterreich-Ring 2
 info@noe.co.at, Tel. +43/2742/9000-9000, www.niederosterreich.at

Exquisiter Geschmack und beeindruckende Optik sind entscheidende Faktoren für Genuss. Zunehmend aber auch das Gefühl, sich im Sinne von Nachhaltigkeit und Klimabewusstsein zu entscheiden. Immer mehr Produzenten setzen deshalb auf neue Arten und Sorten.

Foto: Alpengarnelen



Frische Ideen auf dem Teller

Liebe Leserinnen und Leser,



Natascha Gerold.

Foto: Frank Lübke

Impressum

Verlag | Süddeutsche Zeitung GmbH
Hultschiner Straße 8 · 81677 München
Anzeigen | Benjamin Haben (verantwortlich)
und Christine Tolksdorf (Anschrift wie Verlag)
Texte | Natascha Gerold (verantwortlich)
Gestaltung | SZ Medienwerkstatt
Titelfoto | Adobe Stock
Druck | Süddeutscher Verlag
Zeitungsdruck GmbH
Zamdorfer Straße 40 · 81677 München
Vertrieb | vertrieb.kaufdown@sz.de

wie gefallen Ihnen die Garnelen auf dem Foto oben? Herrlich, nicht wahr? Man hört förmlich das Meer rauschen! Und irrt sich gewaltig.

Denn diese Köstlichkeiten kommen nicht von fernen Fjorden oder sonst woher, sondern aus Tirol. Auch sie gehören zu den „Local Exotics“ – so werden fremde Arten und Sorten genannt, die in heimischen Gefilden gezüchtet und gezogen werden. Was es mit diesem Trend auf sich hat, der sich mit Sicherheit etablieren wird, lesen Sie ab Seite 18 in diesem Heft. Leidenschaftliche Esser und Köche zeigen sich offen für Neuzuwächse in heimischen Genusslandschaften, besinnen sich aber auch auf Ursprünge: Warum Essen mehr ist als das Stillen von Hunger und was an unseren Essgewohnheiten so existenziell ist – diesen spannenden Fragen gehen wir im Gespräch mit dem Food-Ethnologen Sebastian Schellhaas ab Seite 10 nach.

Genuss ist auch oft eine Inszenierung – idealerweise auf einem geschmackvoll gedeckten Tisch, in angenehmer Gesellschaft, in einem schönen Restaurant eines guten Hotels oder dem Lieblingslokal, das einfach zum Urlaub dazugehört. Kein Wunder, dass es

so viele Filmemacher gibt, die sich von Geschichten vor und hinter Küchenkulissen durch viele Jahrzehnte hindurch zu Meisterwerken unterschiedlichster Genres haben inspirieren lassen. Einige davon stellen wir Ihnen ab Seite 16 vor oder laden Sie ein, sie sich noch einmal anzusehen (auch viele Kinos machen aus Vorführungen von beliebten Filmen mitunter Verkostungs-Events). Denn mit sehenswerten Filmen ist es wie mit erstklassigen Speisen und Getränken: Man genießt sie öfter – und entdeckt immer wieder etwas Neues an ihnen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Freude mit unseren Themen und zahlreiche Anregungen für einen genussvollen Frühling!

Natascha Gerold
Redaktion „Genussreise“

In diesem Heft

05 Kurzmeldungen
Neues aus der Welt des guten Genusses

08 Produkttipps
Empfehlungen und Anregungen
aus der Redaktion

09 Niederösterreich
Wenn der Appetit als Kompass dient

14 Heimischer Bodenschatz
Vom Aschenputtel zum Star:
Die Steckrübe begeistert
Hobby- und Profiköche

15 Genuss unter Verschluss
Die Sous-vide-Technologie
ist vielseitig einsetzbar

16 Menus und Movies
Die Kochkunst war stets wichtige
Inspiration für Filmemacher

20 Alles Gute kommt von unten
Besondere Genüsse:
Trüffel und Wein aus Piemont

21 Über Grenzen hinweg
Food-Festivals in Österreich,
Südtirol und Bayern

22 Glosse
Wer nicht zum Essen kommt, sollte absagen.
Nicht nur, weil es Stil und Anstand gebieten.



Was haben Pizza, Paella und Bouillabaisse gemeinsam? Sie galten lange als „Arme-Leute-Essen“, bevor die Küchen der Welt sie für sich entdeckten.

Foto: Adobe Stock



Foto: Privat



Local Exotics:
Anbau und Zucht
von neuen Arten und
Sorten setzen sich
immer mehr durch.

Foto: @Holzland Wagyu /
Katrin & Georg Mayerhofer

Informiert und inspiriert

Genuss im Ganzen

Soll man das Kerngehäuse eines Apfels mitessen?

Butz, Kitsch, Griebis ... das Kerngehäuse eines Apfels hat viele Namen. Nicht nur die Bezeichnungen sind unterschiedlich, sondern auch die Antwort auf die Frage, was damit geschehen soll. Verzehren oder nicht? Dass Apfelkerne giftig sind, stimmt nur bedingt. In der Tat enthalten sie den Stoff Amygdalin, der im Körper in giftige Blausäure umgewandelt wird. Aber dieser Stoff wird nur freigesetzt, wenn man die Kerne zerbeißen würde und dazu noch in sehr großen Mengen isst. Darauf weist das Bundeszentrum für Ernährung hin. Eine Vergiftung sei auch alleine

deswegen sehr unwahrscheinlich, weil das Zerkauen der Kerne einen sehr bitteren Geschmack freisetzt. Unzerkaut kommen die Kerne übrigens genauso raus, wie sie gegessen wurden. Interessant sei aus Ernährungssicht aber das, was die Kerne einschließt, so Harald Seitz, Ernährungswissenschaftler beim Bundeszentrum für Ernährung: „Das Kerngehäuse enthält nämlich viele Ballaststoffe. Da freut sich das Verdauungssystem. Und wenn

wir von ‚gesund‘ und ‚Apfel‘ sprechen, muss man auch über die Schale reden. Ein Apfel mit Schale enthält doppelt so viel Vitamin C und Folsäure wie ein geschälter Apfel“, sagt Seitz. Ernährungswissenschaftlich und ökologisch sei der Verzehr des Gehäuses jedenfalls empfehlenswert. Zwar können Äpfel von einer Kernhausfäule befallen sein. Diese entsteht, wenn Schimmelsporen bei der Apfelblüte in den Blütenkelch gelangen. Während der Reifephase des Apfels kann der Schimmelpilz dann wachsen. Das passiert aber nur extrem selten und ist witterungsabhängig. Sollte also nur das Kerngehäuse befallen sein, kann man großzügig darum herum essen und das Kerngehäuse entsorgen.



„Nudging“ im Restaurant: Wählen wir eher kalorienarme Optionen, wenn sie in der Speisekarte fett gedruckt sind?

Foto: StockSnap/Pixabay

Wichtige Wahlfreiheit

Forschungsprojekt: mit „Nudging“ zu besserer Ernährung

Das englische „Nudging“ bedeutet soviel wie „Anstoßen“ – es wird weltweit eingesetzt, um Menschen zu bestimmten Entscheidungen zu verleiten. Forschende der Universitäten Göttingen und Bonn testeten unterschiedliche „Nudging“-Interventionen, die Entscheidungen zur gesunden und/oder nachhaltigen Ernährung fördern sollen. In einer Online-Umfrage beurteilten 451 Erwachsene fünf „Nudging“-Szenarien. Jedes Szenario gab es in zwei Varianten, die in einem Aspekt unterschiedlich gestaltet waren. Die Forschenden entdeckten, dass manche Varianten vielversprechender sind als andere. So ist die Akzeptanz größer, je weniger aufwendig es erscheint, sich gegen die vorgeschlagene Option zu entscheiden. Das trifft zum Beispiel zu, wenn Menschen vegetarische Gerichte

auf den ersten und Fleischgerichte auf den hinteren Seiten einer Speisekarte finden, im Vergleich dazu, dass sie nur eine vegetarische Speisekarte erhalten und das Angebot an Fleischgerichten aktiv anfragen müssen. Zudem wird „Nudging“ besser akzeptiert, wenn es transparent ist. So zeigten sich die Teilnehmenden der Studie offener dafür, wenn sie beim Online-Einkauf zunächst gefragt werden, ob sie einen vorgefüllten „klimafreundlichen“ Warenkorb erhalten möchten, als wenn dieser standardmäßig eingesetzt wird. Allgemein lässt sich sagen: Der wichtigste Faktor für die Ablehnung von „Nudging“ ist dessen Eingriff in die Wahlfreiheit. Mit der erwarteten Wirksamkeit steigt die Akzeptanz. Die Ergebnisse wurden in der Fachzeitschrift BMC Public Health veröffentlicht.



Foto: Adobe Stock

Lust auf Radreisen?

Sonniger Frühling in Kärnten & am Alpe Adria-Radweg

Individuelle Genussradreisen mit Gepäcktransfer & Top-Hotels

Auf der Sonnenseite der Alpen erkunden Sie bei gesunder Bewegung am Fahrrad den Alpe Adria-Radweg bis Grado oder die Naturlandschaft des sonnigen Südens von Österreich mit glasklaren Seen und bester Kulinarik.

KÄRNTEN
It's my life!

INFOS AUS DER REGION: www.kaernten.at

RadKultTour in Südkärnten - die vielfältige und imposante Kunst- und Kulturlandschaft entdecken von 10. bis 16. Juni. Erfahren Sie mehr unter www.kaernten.donautouristik.de

©Region Villach Tourismus



©Nicola Brollo

Alpe Adria - Radreise Von Kärnten ab Mallnitz ans Meer nach Grado

7 Tage | Anreise jeden Do, Fr, Sa & So 18. Mai bis 12. Okt.
6 x ÜN/Frühstücksbuffet, Gepäcktransfer, Leihrad, Tourenkarte & inkl. Rücktransfer per Bus

ab € 825,- pP im DZ*

Alle Infos online: www.adria.donautouristik.de



Kärntner Seen - Radreise Drau-Radweg von Lienz zum Wörthersee

8 Tage | Anreise jeden Do, Fr, Sa & So 12. Mai bis 22. Sept.
7 x ÜN/Frühstücksbuffet, Gepäcktransfer, Leihrad, Tourenkarte, Ticket Schloss Bruck, Rückfahrt per Bus/Bahn

ab € 669,- pP im DZ*

Alle Infos online: www.seentour.donautouristik.de



BUCHUNGSKONTAKT & INFORMATIONEN:

Donau Touristik GMBH
Lederergasse 4-12, 4010 Linz/D.
Tel. 0800 100 1147 (kostenfrei aus DE)
office@donautouristik.com

*Bei folgenden zwei Radreisen erhalten die Leser der Süddeutschen Zeitung € 30,- Rabatt bei Online-Buchung bis 10. April 2024 mit Code „SUED2AD“

Kulinarische Karrieren

Von der Straße auf die Tische der Welt – Diese Gerichte haben die richtigen Zutaten für den Siegeszug über Grenzen hinweg



In die provenzalische Bouillabaisse kommen verschiedene Fischarten.

Fotos: Adobe Stock

in eine cremige Masse aus Gruyère und Vacherin. Der Brauch, Speisen aus einem heißen Topf zu fischen, ist aber freilich viel älter und überall auf der Welt zu finden. Der chinesische Hotpot (Feuertopf) ist bereits zur Zhou-Dynastie belegt, andere datieren seine Anfänge bei den Mongolen. Beim chinesischen Fondue wandern verschiedene Leckerbissen wie Rinderfiletstreifen, Shrimps, Tofu, Lotuswurzeln und Pilze (alles roh) in die heiße Brühe. Das festliche Gemeinschaftessen heißt in Japan Shabu Shabu und findet bei uns an Weihnachten oder Silvester statt.

Pizza

Ihre Weltkarriere ist umso erstaunlicher, als die Pizza eigentlich immer Pizza blieb, ein neapolitanisches (und zunächst gar nicht unbedingt italienisches) Fladengericht zum Auf-der-Hand-Essen. Für „La Pizza Verace“, die echte Pizza also, braucht es bis heute keine Veredelung, je einfacher sie ist, umso besser schmeckt sie. Aber es gibt Regeln. Vor dem Backen im 485 Grad heißen Holzofen (90 Sekunden) muss der Teig stundenlang gehen, das ist der Hauptaufwand. Der Rand muss knusprige Blasen werfen und ein bisschen verbrannt sein, der Boden hauchdünn, der Belag nicht zu üppig und aus frischen Zutaten – aber

Was haben Pizza und Bouillabaisse gemeinsam? Sie galten einst als bodenständiges Essen, Hausmanns-, oder oftmals doch vermutlich eher, Hausfrauenskost. Im Laufe der Zeit haben sie es jedoch längst in zahlreiche Küchen und Gastrobetriebe jenseits der eigenen Landesgrenzen geschafft. Es gibt noch mehr solcher Beispiele ...

Bouillabaisse

Die provenzalische Fischsuppe kostet in Cassis oder auch in ihrem Stammhafen Marseille schon mal über 50 Euro pro Person, in Feinschmeckerlokalen bis zu 100 Euro. Woran liegt das? Erstens ist der Beifang heute nicht mehr so groß, und zweitens haben sich auch die für sie typischen Fische aus der „zweiten Reihe“ kulinarisch entwickelt, darunter Rascasse und Knurrhahn; das heißt, es gibt sie inzwischen auch in Sternerestaurants. Generell gehören mindestens vier Felsenfische in den Fond aus Fischkarkassen, Safran, Orangenschale und Tomaten, dazu Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Fenchel, Thymian und Rosmarin. Teuer wird die Suppe der Fischer durch Kaisergranat oder Hummer. Sie kommt traditionell mit einer selbstgemachten Aioli sowie einer scharfen Rouille und mit Baguette auf den Tisch.

Curry

Das (oder der) klassische indische Curry ist schlicht eine Beilage zum Reis, doch die Karriere des einfachen Gerichts aus Fleisch, Fisch oder Gemüse ist beeindruckend. Von Indien aus verbreitete es sich als One-Pot-Klassiker nach England und Portugal, prägte ein Pulver gleichen Namens und wird heute in Südostasien, Japan und der ganzen Welt gekocht. Ein simples Hausmannscurry braucht nur Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Curry-



Für den feinen Geschmack kann unter anderem der Topf beim Käsefondue mit Knoblauch ausgerieben werden.

paste sowie verschiedene Gemüse, die der Reihe nach in Öl angebraten und mit Kokosmilch aufgegossen werden. Nimmt man Süßkartoffeln dazu, kann man auf den Reis im zweiten Topf verzichten. Currys auf Sternenniveau findet man zuhauf in London, und auch deutsche Chefs wie Tim Raue beherrschen Fine-Dining-Curry.

Fondue

Beim traditionellen Schweizer Fondue wird geschmolzen – und zwar Käse, was auch sonst? Schweizer Bergbauern sollen ihre Käserinden so verwertet haben, heute tunkt man in der Schweiz ehrfürchtig sein frisches Weißbrot

wie so oft, ist das Einfache nicht leicht zu machen. Sonst gäbe es ja keinen Run auf die beste Pizza der Stadt. Muss man noch erwähnen, dass die Pizza Napoletana – um genau zu sein, der Pizzaiolo (Pizzabäcker), die Pizza und deren Zubereitung – zum Weltkulturerbe gehören?

Paella

Das Traditionsgericht aus der Region Valencia, dessen Anfänge ins späte 19. Jahrhundert reichen, ist eine „comida de pobres“, die früher von Landarbeitern zubereitet und wie die italienische Carbonara über offenem Feuer gegart wurde. Bis heute gilt die dottergelbe Kruste am

Boden der großen Eisenpfanne als Delikatesse. Es gibt sie traditionell in drei Arten, mit Schnecken, Hühnchen und Kaninchen, mit Garnelen und Tintenfisch hell und, dank der Tinte, als Gericht namens „arroz negro“ (schwarzer Reis) in dunklen Farben. Grüne Bohnen, verschiedene Bohnenkerne sowie Tomaten und Paprika kommen auch noch hinein. Gewürzt wird mit Paprikapulver und reichlich Safran. In ganz Spanien gibt es inzwischen köstliche Paella, aber am besten schmeckt sie vielen daheim, jedoch nur mittags, nie abends. Inzwischen bemüht sich auch die spanische Sterneküche um die beste Kruste. Ein Gedicht! In Quique Dacostas Drei-Sterne-Restaurant in Dénia an der Costa Blanca kann man es beispielsweise kosten.

Ramen

Zu Gast in Japan stelle man sich mittags in die längste Schlange, die man vor Ort findet, denn dort gibt's die beste Nudelsuppe, die sogenannte Ramen. Die Brühe auf der Basis von Huhn- und/oder Schweineknöchel schmeckt anders als unsere Fleischbrühe, das liegt an der Sojasauce und am Ingwer, die hineinkommen, und natürlich am Anteil Dashi, einer Algenbrühe aus Kombu und getrocknetem Shiitake-Pilz. Unser Suppengrün muss leider draußen bleiben. Trotz des Aufwands ist die traditionelle Ramen ein Imbiss (weshalb man auch nie lange wartet in der Schlange), aber einer mit Raffinement. Allein die Nudeln sind in Japan eine Wissenschaft für sich, es gibt Ramen-Nudeln, die dicken Udon-Nudeln und nicht zu vergessen, die Soba-Nudeln aus Buchweizen, die im Sommer kalt in Tsuyu (gibt's im Asia-Shop) genossen werden. Nach ihrem Siegeszug in New York hat der Guide Miche-



Die japanische Nudelsuppe Ramen ist ein richtiges „Wohlfühlgericht“. Eine Ramen-Bar findet sich auch in Hamburg.

lin inzwischen 60 Ramen-Bars weltweit ausgezeichnet, die meisten davon in Tokio, aber auch eine in Hamburg.

Aufsteiger „Eisbein“

Zu den deutschen Aufsteigern in die Sterneküche zählt unbedingt Eisbein mit Sauerkraut, das in Bangkok im Restaurant Sühning serviert wird, und zwar zwischen Sand-

wichscheiben. Ein Rezept für die verwandten Gua Bao Burger mit butterzartem Schweinefleisch und Sauerkraut sowie einer köstlichen Sauce findet man im Kochbuch von Hwei-Lee Blumenthaler-Chang „Man kann alles lassen außer Stäbchen“. Die Buns schmecken übrigens wie alle genannten Speisen in der Gemeinschaft am besten. Womit auch das Erfolgsrezept für den weltweiten kulinarischen Ruhm verraten wäre.

Bettina Rubow

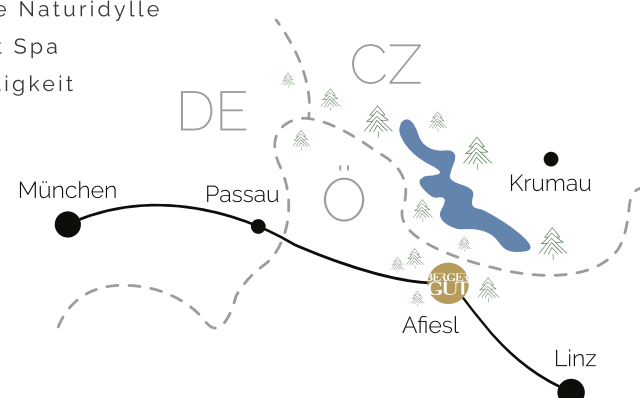
so
so naturnah
so genussreich
so zweisam



**„6+1“
SOMMERWONNE**
6 NÄCHTE
BEZAHLEN,
7 GENIESSEN
ab EUR 1176 p.P.



Zelebrierte 3-Haubenküche
Inspirierende Liebe zum Detail
Entschleunigende Naturidylle
Wellness & Privat Spa
Gelebte Nachhaltigkeit
„Adults only“



BERGERGUT
das GENUSSAFFINE PA(A)RADIES



Lasst Brote sprechen: Autor, Journalist und Food-Ethnologe Sebastian Schellhaas ist von Sauerteig begeistert.

Foto: Privat

Essen ergründen

Als Food-Ethnologe hat Sebastian Schellhaas nicht nur die Speise- und Ernährungsgewohnheiten anderer Kulturen erforscht

Er weiß, warum wir essen und wie wir essen. Und wie sich Nahrungsaufnahme als Gemeinschaftsereignis über Jahrhunderte entwickelt hat. Wir reden mit dem Food-Ethnologen Sebastian Schellhaas über Mittagspausen, die Corona-Pandemie, Sauerteigbrot, die Ordnung der Welt, Fasten-Regeln und einiges mehr. Für seine Arbeit als Tester ist Anonymität wichtig – deshalb gibt er sich hier charmant verborgen hinter selbstgebackenem Sauerteigbrot.

Herr Schellhaas, wie haben Sie heute zu Mittag gegessen? Allein, mit Kollegen oder im Homeoffice mit der Familie?

Sebastian Schellhaas (lacht): Ehrlich gesagt, überhaupt nicht. Ich esse nur sehr selten zu Mittag. Wenn, dann an meinem Stehschreibtisch in der Redaktion. In den meisten Fällen habe ich etwas von zu Hause mitgebracht.

Damit gehören Sie zur Mehrheit der arbeitenden deutschen Bevölkerung. Schon vor der Pandemie hatten sich

laut einer Studie des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft rund 57 Prozent der Berufstätigen mittags aus ihrer Brotbox versorgt, nur 21 Prozent besuchten eine Kantine, 18 Prozent verzichteten komplett auf einen Mittags-snack. Gemeinschaftliches Essen scheint im Arbeitsleben der Vergangenheit anzugehören.

Schellhaas: Ich denke, da muss man unterscheiden. In Frankfurt, wo ich lebe, ist die Finanzbranche sehr prominent. In dieser Szene ist weiterhin Lunch angesagt. Aber durch Corona hat natürlich eine starke Verschiebung hin zum Homeoffice und damit weg vom gemeinsamen Mittagstisch im Restaurant stattgefunden. Das habe ich auch von vielen Gastronomen zurückgespielt bekommen, die früher einen Mittagstisch angeboten haben, aber mittlerweile darauf verzichten.

Weil sich das Verhalten der Gäste nachhaltig verändert hat?

Schellhaas: Das mag einer von mehreren Faktoren sein. Die Kosten spielen eine Rolle, sowohl für die Restaurant-In-

haber als auch für die Gäste, der Fachkräftemangel kommt hinzu. Und außerdem die Beschleunigung unseres Arbeitslebens, die für längere Pausen kaum noch Raum lässt.

Was findet sich in Ihrer Brotbox, wenn Sie denn mal Zeit zum Essen finden?

Schellhaas: Ich gehöre zu den Leuten, die während der Pandemie ihren Hang zum Sauerteig entdeckt haben. Das heißt, ich backe selber jeden Tag ein Sauerteigbrot.

Macht das nicht sehr viel Arbeit?

Schellhaas: Nein, gar nicht. Morgens um acht wird der Sauerteig gefüttert, abends um acht Uhr setze ich den Teig an. Am nächsten Morgen um acht Uhr wird gebacken. Wenn man die Backzeit von etwa einer Stunde abzieht, beträgt der Zeitaufwand gerade mal eine halbe Stunde. Womöglich einer der Gründe, warum Brotbacken während der Lockdown-Zeiten ein richtiger Trend geworden ist.

Ein Trend, der eigentlich gut zur Hinwendung zu regionalen, saisonalen und biologisch hergestellten Lebensmitteln passt, der in den vergangenen Jahrzehnten stark gewachsen ist.

Schellhaas: Corona hat diese Prozesse noch weiter beschleunigt. Die Menschen waren plötzlich auf sich selbst zurückgeworfen, auf ihren „oikos“ (die Familien- und Wirtschaftsgemeinschaft im antiken Griechenland – Anm. d. Red.), auf den kleinsten sozialen Nenner, die Kernfamilie. Dabei wurde auch die Alltagsernährung in ein ganz anderes Licht gerückt, weil sich plötzlich alle damit beschäftigt haben.

Während die identitätsstiftende Essensgemeinschaft in der Firma, am Arbeitsplatz in dieser Zeit abnahm, wuchs die Bedeutung der gemeinsamen Mahlzeiten im Familien- und Wohngemeinschaftskreis?

Schellhaas: Ganz genau. Wenn man täglich die drei großen Mahlzeitblöcke sozusagen gemeinsam durchgemacht hat, dann beschäftigt man sich automatisch mehr damit. Dabei wurde der Trend zur saisonalen und regionalen Küche um ein weiteres Element ergänzt: die handwerkliche Zubereitung.

... wie Ihr Sauerteigbrot backen ...

Schellhaas: Das geht noch weiter: Zum Beispiel mit dem Versuch, auf dem eigenen Balkon Gemüse anzubauen, sei es ein Petersilienstrauch oder die Radieschen im Blumenkasten. Auch das ist eine Entwicklung, die Corona nicht einfach aus dem Boden gestampft hat. Das gab es auch schon vorher. Inzwischen sieht man allort Hochbeete und ähnliches. In diese Reihe gehört auch die Wiederentdeckung alter Präservierungstechniken wie das Fermentieren. Also kulturell erlernter und tradierter Techniken, mit denen man die Nutzungsdauer zum Beispiel von im Sommer geernteten Tomaten oder Gurken bis in den Winter verlängern kann.

Wir befinden uns mitten in der christlichen Fastenperiode, die an Aschermittwoch begonnen hat und am Ostersonntag endet. Auch im muslimischen und jüdischen Glauben spielt „Fasten“, also der Verzicht auf gewisse Speisen und Getränke in einem definierten Zeitraum, eine wichtige Rolle. Ist das Bedürfnis, sich zu kasteien, ein menschliches Grundbedürfnis?

Schellhaas: Der Verzicht auf Nahrung spielt eigentlich in allen Küchen, mit denen ich bislang zu tun hatte, an irgendeinem Punkt eine Rolle. Etwa in Schwellensituationen wie dem Übergang von einer Altersgruppe in eine andere ...

Wie die Aufnahme von Jugendlichen in die Erwachsenenwelt?

Schellhaas: Ja, aber nicht nur. So stiegen zum Beispiel noch bis ins 20. Jahrhundert hinein beim ostafrikanischen Volk der Luo – bei denen ich meine erste Feldforschung durchgeführt hatte – alte Menschen vom traditionellen Hirsebrei als Grundnahrungsmittel auf Hirsebier um, ein sehr schwach alkoholisches Getränk. Die grundsätzliche Frage lautet: Warum verzichten viele Kulturen zumindest phasenweise auf bestimmte Speisen? Essen ist nicht gleich Essen, wir unterscheiden zwischen Essbarem und richtigem Essen. Es gibt Dinge, die verkörpern für uns den Inbegriff einer funktionierenden Welt. Hier in Hessen ist solch ein Lebensmittelklassiker Rippchen mit Kraut, also ein Kotelett mit Sauerkraut, dazu gibt es meistens noch Kartoffelstampf. Wenn sich diese drei Komponenten auf dem Teller finden, ist für viele Hessinnen und Hessen die Welt in Ordnung. Fehlt eine Komponente, zum Beispiel das Rippchen, dann stimmt etwas nicht.

Daher pflegen manche Populisten die Mär, dass finstere Mächte ihren Wählern ihr Schnitzel wegnehmen wollen.

Schellhaas: Die berühmte Ethnologin Audrey Richards, quasi die Begründerin der kulinarischen Ethnologie, verdeutlichte den Unterschied zwischen Essbarem und rich-



Wir sind, was wir essen: Fehlt ein übliches Nahrungsmittel, empfinden wir dies mitunter als beunruhigend. F.: Adobe Stock

tigem Essen an einer Anekdote aus dem Volk der Bemba, die im heutigen Sambia leben. In den frühen 1930er-Jahren spazierte Richards an einer Gruppe von Männern vorbei, die vor eine Hütte saßen, vor sich einen großen Berg an abgeknabberten Maiskolben. Sie grüßte die Gruppe mit einem traditionellen Gruß, der in etwa „Habt ihr schon gegessen“ bedeutet. Die Männer antworteten, obwohl sie offensichtlich kiloweise Maiskörner verspeist hatten: „Nein, wir sind am Verhungern“. Der Grund für diese scheinbar paradoxe Antwort: Mais ist zwar essbar, aber kein „richtiges Essen“.

Siehe das oben erwähnte Schnitzel.

Schellhaas: Solche Beispiele gibt es aus vielen Kulturen. Menschen binden die Vorstellung von Essbarem und richtigem Essen an ihr Verständnis von einer richtigen, funktionalen Welt. Eine Welt, in der die Dinge im Gleichgewicht sind und in der deshalb auch klar ist, wer sie selbst sind. In dem Moment, an dem ein konstituierendes Lebensmittel auf dem Teller fehlt, geraten nicht nur diese Dinge in ein Ungleichgewicht, sondern es wird auch die eigene Identität in Frage gestellt. Plötzlich ist nicht mehr klar, welche Position ich selber in der Welt habe. Denken Sie an Flüchtlingscamps, in denen sehr viele Menschen aus den unterschiedlichsten Kulturen nicht das essen können, was sie in ihrem gewohnten sozialen Umfeld, in ihrer Heimat, in einer ganz spezifischen Gemeinschaft gegessen haben.

Keine Kontrolle über das eigene Essen zu haben, bedeutet demnach Identitätsverlust. Was bedeutet also Fasten?

Schellhaas: Fasten bedeutet Kontrolle. Der Verzicht auf bestimmte Nahrungsmittel ist ebenso relevant – also bedeutungstragend – für die eigene Identität wie „richtiges Essen“. Wobei ich mit Kontrolle nicht die Kontrolle des eigenen Metabolismus meine, sondern die Vorstellung von Kontrolle über die Welt oder zumindest über meine Rolle in der Welt. Es geht um die ganz grundsätzliche Frage: Wer sind wir? Die Antwort hat mit unserer Weltinterpretation zu tun, der Ordnung der Dinge, denen wir Bedeutung zuschreiben und in deren Geflecht wir uns verorten.

Kochen und Essen sind für diese Ordnung konstituierend?

Schellhaas: Beides sind primäre Formen dieser Ordnungsentwicklung. Wie nähern wir uns eigentlich der Welt? Das Erste, was wir mit der Welt machen, ist, dass wir uns aus ihr ernähren. Es ist quasi der erste Prozess, mit dem wir anfangen, die Welt zu unterteilen. Eine erste

Regel sozusagen, in der wir Essbares von nicht Essbarem unterscheiden. Im Laufe des Lebens, innerhalb einer Gesellschaft, erlernt man unzählige weitere Regeln.

Fastenregeln zum Beispiel.

Schellhaas: Fasten ist die Möglichkeit, diese Regeln aktiv zu nutzen, um eine bestimmte Aussage zu treffen: Um sich in bestimmter Weise zu positionieren in der Welt, bei der man eine bestimmte Veränderung antreten will.

Nichts anderes ist doch eigentlich auch eine Diät. Deren Ziel mag ein geringerer Bauchumfang sein oder bessere Blutwerte. Das Ziel heißt Selbstverbesserung, das Ergebnis ist ja auch eine soziale Botschaft an die eigene Umwelt. Wie beim Fasten. Kein Wunder, dass man die beiden Begriffe „Diät“ und „Fasten“ fast schon synonymisch verwendet.

Schellhaas: Diät ist nicht gleich Fasten. Eine Diät ist nicht immer eine Diätetik, also eine Lehre von der richtigen Art des Lebens. Das kann oft nur das sein, was man gerade eben auf Instagram aufgeschnappt hat.

Stimmt, vielen Menschen in unserer Gesellschaft mag es nicht um Diäten oder religiös motiviertes Fasten gehen, sondern um Lebensführungsregeln. „Selbstoptimierung“ könnte ein dazu passendes Stichwort sein.

Schellhaas: Es gibt ohne Zweifel bestimmte neuere Formen des Diäten- oder Fastenverständnisses, die sogar noch rigider verfolgt werden, als das bei manch religiös begründeten Fastenzeiten der Fall ist. Insbesondere, wenn ich überlege, mit wie vielen Menschen ich schon zu tun hatte, die mir mit sehr strengen Ernährungsvorstellungen begegnet sind. Aber man sollte sich bewusst machen, dass es sich dabei um eine kleine, gut situierte Gesellschaftsschicht handelt.

Apropos Fasten-Ernährung: Gibt es eigentlich eine spezifisch Frankfurter oder hessische Fastenspezialität?

Schellhaas (lacht kurz auf, überlegt): Da fällt mir eigentlich auf die Schnelle nichts Spezielles ein. Am ehesten noch „Handkäs mit Musik“: ein Käse aus Magerquark, der mit einer Marinade aus Zwiebeln, Essig und Öl, Pfeffer und Salz angemacht wird. Der ist seit einiger Zeit vor allem unter sportlichen jungen Menschen extrem beliebt. Der Punkt ist, dass Handkäs nahezu fettfrei und zugleich eine echte Proteinbombe ist – also genau das richtige für gesundheitsbewusstes Krafttraining. Und wenn man auf die „Musik“ verzichtet, riecht man danach auch nicht nach Zwiebeln.

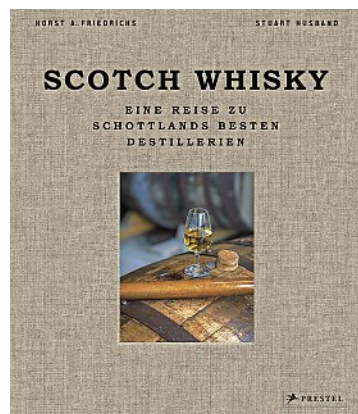
Interview: Horst Kramer

Genuss hören

Wenn Geräusche schöne Verheißungen sind

Es ist schon ein paar Jahre her, dass die Abkürzung ASMR zum ersten Mal in den Medien aufgetaucht ist. Sie bedeutet „Autonomous Sensory Meridian Response“ und meint das wohlige Gefühl, das Geräusche auslösen können. Inzwischen sind Youtube und Social Media voll davon. Um so ein schönes Erlebnis zu haben, muss man aber gar nicht online sein. Genuss kann man auch ganz analog hören: Beim Umblättern wertiger Buchseiten, beim Öffnen eines Glases mit leckerem Inhalt oder beim zaghaften oder gar ungeduldigen Biss in verführerische Snacks. Ausprobieren kann man's ja mal – am besten mit unseren Tipps.

Texte: Kai-Uwe Digel



Cover: Prestel

Junge Wilde und alte Hasen

Der Unterschied ist vielleicht auch Menschen bekannt, die nur sehr selten Spirituosen ins Glas lassen: Schnapsbrenner aus Irland und den USA drucken „Whiskey“ aufs Etikett, bei den Schotten fällt das „e“ am Schluss unters Fass. Aber es gibt so viel mehr zu erfahren. Die Herstellung ist Handwerk und Lebenseinstellung zugleich, gelebt von erfahrenen Meistern und jungen Machern. Erst recht in Schottland. Dem geistreichen Genuss von dort widmet sich das opulente Buch „Scotch Whisky – eine Reise zu Schottlands besten Destillieren“. Und das ist beileibe nicht nur was für Fans: Horst A. Friedrichs und Stuart Husband schreiben und fotografieren so überzeugend, dass das Lesen zur vergnüglichen und bildgewaltigen Entdeckungstour wird. Mehr dazu beim Prestel Verlag unter penguin.de.

Popp de Sel

Haben Sie schon mal Popcorn in der Konditorei gekauft? Wohl eher nicht. Aber in diesem Fall handelt es sich ja auch um eine „Popkonditorei“. Kleiner und feiner Unterschied – der von „Knalle“ in Berlin. In der Hauptstadt-Backstube werden die Maiskörner mit Heißluft zum Poppen gebracht, danach in Handarbeit mit wahnsinnigen Geschmackskompositionen veredelt und zum Schluss sogar nochmal in den Backofen geschoben. So entsteht der besondere Knusper. Eine überraschende Köstlichkeit, die man so nochmal ganz neu für sich entdecken kann. Zum Beispiel in der edlen Variante „Trüffel Fleur De Sel“.

Alle Sorten gibt's bei knalle.berlin.



Foto: Popkonditorei



Foto: Gorenje

Schicker Mixer

Die Küche ist ja heute fast so was wie das heimliche Wohnzimmer. Treffpunkt, Kochplatz und vor allem schick muss sie sein. Und dann kommt es doch gut, wenn der Mixer auch zum Kühlschrank

passt. „Gorenje“ hat den französischen Produktdesigner Ora-ïto dazu mit der Gestaltung einer neuen Linie beauftragt, die ganz in Schwarz und mit edlen Metall-Applikationen versehen ist. Das Design des Mixers aus der Serie ist vielleicht sogar mit am besten gelungen, er punktet aber auch mit seinen inneren Werten: Kraftvolle 800 Watt bringt er auf die Kücheninsel, rückt dem Inhalt mit vierfacher Klinge zu Leibe und ist mit der „Smart Speed“-Funktion auch immer blitzschnell fertig. Mehr dazu bei gorenje.com.



Foto: Wiberg

Würzen wie ein Profi

Gibt es eine ausgesprochene Grill-Saison? Fragt man eingefleischte Grill-Enthusiasten lautet die Antwort sicher: Nein. Die heizen ihr Equipment das ganze Jahr über auf. Und sind entsprechend ausgestattet. Für alle, die sich aber erst jetzt so langsam an den Rost wagen, ist erstmal Einkaufen angesagt. Eine Auswahl an unterschiedlichen Gewürzen muss auf jeden Fall sein, und damit man sich da nicht im Klein-Klein der Gewürzkunde verheddert, bringt die Firma „Wiberg“ ihre Expertise aus der Profiküche inzwischen auch für alle ein: Ihre „BBQ“-Mischungen sind vegan und kommen vor allem ohne Palmfett und Geschmacksverstärker aus. Es gibt sie in „Classic“ für den echten Ami-Style, als „Smoky“ für die würzige Rauchnote und in der Variante „Fruity“ für etwas Exotik am Grill.

Bei wiberg.eu gibt es auch leckere Rezepte dazu.



Foto: Barnhouse

Snack den Hafer

Die Zeiten, in denen man Hafer nur als Leckerli für Rösser kannte, sind längst vorbei. Jetzt knacken wir das Getreide auch (wieder) selbst. Nicht als Halm vom Acker, sondern deutlich lieber als „Krunchy

Snack It“ von „Barnhouse“. Gibt's im „Bruschetta-Style“ fürs italienische Gefühl, in der Sorte „Sour Cream & Onion“ für alle Zwiebel-Fans und mit Kreuzkümmel, Kurkuma und Koriander verfeinert als orientalische Variante. Bio sind sie alle – mehr dazu bei barnhouse.de.



Foto: Holz Frank

Box mit Bonus

Wie praktisch ist das denn? Ja, sehr praktisch: Eine Brotzeitbox mit Schneidebrett. Es ist eigentlich der Deckel der Box aus Edelstahl, und wenn's an die Brotzeit geht, wird darauf ganz einfach der Proviant geschnitten. Endlich keine Wackelei auf dem Knie mehr und auch kein Schneiden in der Luft – denn der Finger darf gern noch ein bisschen dranbleiben. Was das Teil sonst noch kann und die Varianten, die es gibt, finden sich bei holz-frank.com.

Alles Mango

„Fair handeln – besser leben“, das ist das Motto, das sich die „Weltpartner“-Organisation auf die Fahnen geschrieben hat. Mit Produkten aus aller Welt, die aber nicht profitgierig verramscht, sondern gerecht gewürdigt werden. Mit fairen Preisen für die Produzenten und guter Qualität für alle, die sich etwas davon kaufen. Wenn man den Geschmack von Mangos liebt, ist es ja eigentlich fast schon unfair, wieviel Auswahl es hier gibt – da fällt die Entscheidung so was von schwer. Oder man packt sich einfach alles in den Korb, denn lecker ist jedes Produkt aus der Serie. Übrigens auch der Ananas-Smoothie, der sich da so frech mit aufs Bild gemogelt hat. Alle Infos zur Herkunft und zum Inhalt gibt's bei weltpartner.de.



Foto: Weltpartner

Direkt vom Hof

Okay, dieser Hof ist nicht direkt nebenan, aber Artischocken wachsen nun mal meist eher unter südlicher Sonne. In diesem Fall auf dem Landgut von „La Selva“ in der Toskana. Dort werden sie direkt nach der Ernte auch gleich verarbeitet – zum herzhaften Snack oder als besondere Beilage zum mediterranen Mahl.



Foto: La Selva

In Bio-Qualität, aber nicht in Öl eingelegt, sondern in einer fruchtigen Lake aus Weissessig, Salz und Zitrone. Mehr Infos dazu unter laselva.bio.



Bei „Culture Bites“ im Regensburger Haus der Bayerischen Geschichte treffen sich die Feinschmecker. Foto: Haus der Bayerischen Geschichte / www.altrofoto.de



Das Tourenereignis „European Street Food Festival“ ist mittlerweile eine junge Tradition bei den österreichischen Nachbarn geworden. Foto: European Street Food Festival



Im Rahmen der Bozener Freizeitmesse kann man beim „Street Food Festival“ Köstlichkeiten aus Südtirol genießen. Foto: Marco Parisi

Frühlingsgenuss über Grenzen hinweg

Auf Food-Festivals bei uns und den Nachbarn gibt es neue und bewährte Köstlichkeiten

Dieses Jahr fällt sie auf einen Mittwoch. Am Mittwoch, 20. März ist Tag- und Nachtgleiche, wenn die Sonne den Äquator passiert, kurzum: dann dürfen wir offiziell vom Frühling sprechen. Viele Menschen freuen sich auf die Outdoor-Zeit, halten sich gerne öfter draußen auf, wo sie gerne anderen Menschen begegnen. Wahrscheinlich sind Food-Festivals in dieser Jahreszeit deshalb so beliebt. Im Bayerischen Wald und in der Oberpfalz, Österreich und Südtirol gibt es auch in diesem Frühjahr zahlreiche kulinarische Events, die genau das bieten: faszinierendes Essen und eine gesellige Atmosphäre an der frischen Luft. Die Auswahl an solchen Veranstaltungen ist groß, deshalb lohnt es sich, zwecks Planung einen Blick auf einige Food-Festivals in jenen Regionen zu werfen.

Food-Festivals in Österreich

Wiener Genuss-Festival

Bis zu 150.000 Besucher lockte das Wiener Genuss-Festival in den vergangenen Jahren an. Sicherlich liegt der Grund für diese Anziehungskraft auch an der heiteren Atmosphäre des Wiener Stadtparks. Das 14. Wiener Genuss-Festival findet 2024 am Muttertag-Wochenende vom 10. bis 12. Mai statt und besteht aus über 150 Ständen lokaler und regionaler Produzenten. Angeboten wird ein breites Spektrum, das von süßen Leckereien bis hin zu herzhaften Speisen reicht.

Genuss Festival Wien, Stadtpark, 10. bis 12. Mai

European Street Food Festival

Den „Genuss aus aller Welt“ möchte das Tourprojekt „European Street Food Festival“ seinen Besuchern beschermen. Food-Trucks, Köche und Aussteller aus verschiedenen Ländern präsentieren hier ihre Spezialitäten, darunter findet sich fast alles: asiatische Gerichte, Burger, Grillgerichte und Bio-Speisen. Auch Vegetarisches und Veganes wird vor Ort frisch zubereitet. Seit 2015 ist das große Speise-Ereignis in ganz Österreich unterwegs, **im Frühjahr unter anderem in Asten (16. und 17. März), Schladming (30. März bis 1. April), Zwettl (13. und 14. April), Ried im Innkreis (6. und 7. April), Innsbruck (27. und 28. April), Bruck an der Leitha (18. bis 20. Mai) und Murau (25. und 26. Mai).**

Veganmania

Mehr als nur ein Food-Festival: Vom 30. Mai bis 2. Juni werden nicht nur pflanzliche Kreationen der österreichischen und internationalen Küche angeboten. Es finden sich ebenso Stände mit nachhaltig produzierter Kleidung und Kosmetik, neue Lebensmitteltrends und viel Musik.

Veganmania am Museumsquartier Wien, 30. Mai bis 2. Juni.

Food-Festivals in Südtirol

Schenner Dorfmarkt

Am 11. April findet auf dem Raiffeisenplatz der kleinen Gemeinde Schenna der jährliche Dorfmarkt statt. Hier gibt es ausschließlich kulinarische Produkte von lokalen Erzeugern. Das Angebot reicht von deftigen Bauernkräpfen über Honig bis hin zu Handwerksprodukten aus Holz oder Schafswolle. Im Kontrast zu den meist viel größeren Food-Festivals auf dieser Liste fällt der Schenner Dorfmarkt zwar überschaubar aus, dafür eignet er sich für Ruhe liebende Feinschmecker, die den authentischen Charme genießen möchten.

Schenner Dorfmarkt, Raiffeisenplatz, 11. April.

Freizeitmesse, Street Food Festival Bozen

Mit diversen Live-Acts sowie einer Graffiti-Show, bei der regionale Künstler ihr Talent auf der Bühne unter Beweis stellen, wartet das Street Food Festival in Bozen auf, das im Zuge der Freizeitmesse stattfindet. Vom 25. bis 28. April finden sich hier 14 Food-Trucks ein, die größtenteils italienische Spezialitäten, aber auch internationale Küche anbieten. Das Besondere: Auch bei schlechtem Wetter bleibt man trocken, denn die Picknick-Area ist überdacht.

Street Food Festival Bozen, Messe Bozen, 25. bis 28. April.

Food-Festivals in der Oberpfalz und im Bayerischen Wald

Street Food Festival Straubing

Gegen Frühlingsende findet zum vierten Mal das Street Food Festival Straubing statt. Vom 7. bis 9. Juni finden

sich auf dem Festplatz in Straubing viele Food-Trucks mit einer breiten Auswahl an internationalen Spezialitäten, von herzhaften Gerichten bis hin zu süßen Leckereien ein. Neben den vegetarischen, veganen und glutenfreien Speisen gibt es Live-Musik und eine Hüpfburg für Kinder.

Street Food Festival Straubing, Festplatz am Hagen, 07. bis 9. Juni.

„Culture Bites“

im Regensburger Haus der Bayerischen Geschichte Köstliche Kreationen mit Stern verheißt das Gourmet-Festival „Culture Bites“ im Haus der Bayerischen Geschichte Regensburg. Zehn Top-Gastronomen der Region kochen an 15 Ständen für (kultur-)hungrige Foodies auf. Live-Musik und Show-Acts begleiten durch den Abend. Dazu gibt es Drinks aus den besten Bars Regensburgs. Laut Tourismusverband Ostbayern verspricht das Line-up „ein großartiges Kulinarik-Event“. Das Gourmet-Festival Culture Bites findet am 15. und 16. März ab 19 Uhr statt. Das kulinarische Angebot ist an beiden Abenden jeweils gleich. Wer dabei sein möchte, benötigt ein Ticket. Dieses kostet 239 Euro pro Person und Abend und bietet All-Inclusive-Genuss mit Essen, Trinken und Unterhaltung. Informationen, Rahmenprogramm und Tickets unter www.culture-bites.de.

Culture Bites im Haus der Bayerischen Geschichte Regensburg, 15. und 16. März.

Wochen- und Bauernmärkte im Bayerischen Wald

Als letzten Tipp hier noch eine Reihe von Wochen- und Bauernmärkten, wie sie vor allem in mittelgroßen Gemeinden wöchentlich stattfinden. Denn besonders dort gibt es oft traditionelle und lokal hergestellte Speisen der einheimischen Bevölkerung – nachhaltiger geht es kaum:

Bauernmarkt Bad Kötzting, Marktplatz, jeden Dienstag, 8 bis 12.30 Uhr.

Wochenmarkt Regen, Stadtplatz, samstags 7 bis 12 Uhr.

Wochenmarkt Viechtach, Stadtplatz, jeden Mittwoch, 7 bis 12 Uhr.

Bauernmarkt Cham, Marktplatz Cham, jeden Samstag, 8.30 bis 12.30 Uhr.

Bauernmarkt Zwiesel, Jahnparkplatz, jeden Samstag 6 bis 12 Uhr.

Grünwochenmarkt Grafenau, Stadtplatz, jeden Freitag, 7 bis 13 Uhr.

Raphael Ostertag



TVB Ausseerland Salzkammergut

GF Pamela Binder
Pratergasse 388
8990 Bad Aussee
Tel.: +43 3622 54040 0
info@ausseerland.at
ausseerland.at

© Fotos: TV Ausseerland Salzkammergut - Tom Lamm | Susanne Einzenberger

Ausseerland Salzkammergut

Kulinarik für Sommerfrischler

Wer sich nicht schon auf den ersten Blick in die Natur im Ausseerland Salzkammergut verliebt hat, der tut es spätestens beim Essen und Trinken. Zwischen Altaussee und Bad Mitterndorf wissen die Gastronomen, dass die Liebe durch den Magen geht. Sie verwöhnen ihre Gäste mit regionalen Schmankerln, regional hergestellten Produkten und kulinarischen Schätzen aus Wald, Wiese und Wasser.

Sommerfrische im Ausseerland steht für atemberaubende Landschaft, Berge und Seen, für all die Farbtöne, die darin zu finden sind und die Herzen höherschlagen lassen. Sommerfrische steht ebenso für Begegnung, Kultur und kulinarischen Genuss, der an den Abenden für Spaß und Stimmung sorgt. Und dafür, die Seele einfach einmal baumeln zu lassen und sich im wahrsten Sinne des Wortes „eine lange Weile“ zu gönnen.

Unter blauem Himmel bieten sich auch herrliche Wanderungen in der Region an.

Die Natur präsentiert sich saftig grün, die Kräuterwiesen duften betörend und die Wälder spenden Schatten. Nichts erdet und entspannt den Geist so unmittelbar wie ein ergiebiges Waldbad! Wer am Morgen bereits mit der Wanderung startet, kann zum Abschluss des Tages noch seine Füße in den kühlen Bächen und Flüssen baden – ein Hochgenuss! Fürs leibliche Wohl sorgen dann die WirtInnen auf den urigen Hütten mit ihren regionalen Schmankerln und Erfrischungen.

Kulinarische Spezialitäten

Das Ausseerland ist Österreichs geografischer und kulinarischer Mittelpunkt zugleich. Aus den herrlichen Seen wird frischer Fisch wie zarter Seesaibling – ein kulinarischer Naturschatz – gefischt.

Frischer Fisch am Tisch: Der Saibling und auch die Forelle vereinen zentrale Elemente von Tradition und moderner Kochkunst wie kaum ein anderes Gericht. Diese beiden Fische werden aufgrund ihres zarten Geschmacks gerne sanft gebraten, geräuchert, gebeizt oder sorgen mittlerweile

sogar roh für Begeisterung. Der Kreativität sind ohnehin keine Grenzen gesetzt, wie GastronomInnen des Ausseerlands immer wieder eindrucksvoll unter Beweis stellen.

Apropos Fisch: Leidenschaftliche KöchInnen können sich die Seebewohner von der Fischerei Ausseerland auch direkt nach Hause liefern lassen und selbst zubereiten. Zur Auswahl stehen frischer Fisch oder auch geräucherte Saiblinge.

Das ist Dein Moment im Ausseerland.



Erlebnisregion Hochsteiermark

GF Ute Gurdet
Herzog-Ernst-Gasse 2
8600 Bruck an der Mur
Tel.: +43 3862 55020
tourismus@hochsteiermark.at
hochsteiermark.at

© Fotos: TV Hochsteiermark - Robert Maybach | Tom Lamm

Erlebnisregion Hochsteiermark

Der Natur und Kulinarik auf der Spur

Die Hochsteiermark ist ein wahres Paradies für Feinschmecker und Genießer. Wenn es stimmt, dass die Liebe durch den Magen geht, dann muss man sich in die Hochsteiermark verlieben. In der waldreichsten Region der Steiermark wird die Kunst des guten Essens und der Kulinarik nicht nur gepflegt, sondern zelebriert.

Die Vielfalt der kulinarischen Angebote spiegelt die Region selbst wider. Von traditionellen Wildspezialitäten von Hirsch, Reh, Gams & Co. sowie knusprige Backhendl, Fedlkoch und Käsespätzle bis hin zu innovativen Gerichten wie den „Hochsteirernudeln“ werden hochwertige Produkte aus der Region von kreativen Köchen zu wahren Kunstwerken verarbeitet. Die sechs hochsteirischen Haubenköche sowie die Hüttenwirte, die Wilden Wirte und die Streuobstwirte stehen für höchste Qualität und bieten eine breite Palette an kulinarischen Genüssen.

Bründlweg & Baumhäuser

Ein Besuch am Pogusch ist ein absolutes Muss. Hier erwartet die Gäste nicht nur der höchstgelegene Barfußweg der Steiermark, „der Romantische Bründlweg“, sondern auch das bekannte Wirtshaus Steirereck. Dort zaubert der Drei-Haubenkoch Heinz Reitbauer mit regionalen Zutaten wahre Gaumenfreuden auf den Teller, wobei je nach Wochentag verschiedene Schwerpunkte von Fisch bis zum steirischen Milchkalb gesetzt werden. Geschlafen wird in Vogel- oder Baumhäusern.

Höhenluft & Kräuterduft

Die Hochsteiermark ist nicht nur ein Paradies für Feinschmecker, sondern auch für Wanderer, Naturliebhaber und Outdoor-Enthusiasten. Die Aflenzler Bürgeralm ist in ihrer Vielfalt der Pflanzen ein ganz besonderes Gebiet. Auf Schritt und Tritt begleitet vom Duft von Arnika, Enzian, Thymian, Goldrute oder Baldrian erfährt man von Regina Müller alles über die Heilkraft der Kräuter und erlernt die Herstellung von Hausmitteln und Kräuterprodukten.

Wurzelspeck & Wiesendudler

Der Wurzelspeck wird von der Fleischaufbereiter Aigner in Aflenz nach einem alten, traditionellen Familienrezept hergestellt. Er reift drei Wochen in Trockenbeize mit auserlesenen Gewürzen, danach wird er heiß geräuchert und gebraten. Serviert wird er als bodenständiger Appetizer. Probieren sollte man auch den Wiesendudler, ein erfrischender Kräutertrank aus erlesenen hochsteirischen Kräutern, der nach einem einfachen Rezept auch selbst herzustellen ist.



**SCHLADMING
DACHSTEIN**

TVB Schladming-Dachstein
GF Mag. FH Mathias Schattleitner
Ramsauerstraße 756
8970 Schladming
Tel.: +43 3687 23 310
info@schladming-dachstein.at
schladming-dachstein.at

© Fotos: TV Schladming-Dachstein - Gerald Grünwald | Mathias Gartner

Schladming-Dachstein

Voller Genuss & Leere Teller

Egal ob es eine gemütliche Wanderung oder eine anspruchsvolle Mountainbiketour ist – am Ende werden in der Region Schladming-Dachstein in der Steiermark alle Naturliebhaber mit landschaftlichen und kulinarischen Highlights belohnt.

Traumhafte Bergkulisse. Glasklares Quellwasser. Raffinierte Almkulinarik. In der Region Schladming-Dachstein kann man die Natur mit allen Sinnen erleben. Bei einer Vielzahl von Wanderungen und Radtouren lässt sich Bewegung bestens mit Gaumenfreuden verbinden. Die meisten Touren führen an gemütlichen Berghütten und Almen vorbei und laden zum Zwischenstopp und Verweilen ein. Dort wird mit herzlicher Gastfreundschaft serviert und es können steirische Köstlichkeiten, so manche Spezialitäten und kulinarische Wahrzeichen der Region – wie der Ennstaler Steirerkas g.U. – genossen werden. Egal ob man sich

für eine herzhaft Spezialität der Region oder für einen Kaffee mit hausgemachter Mehlspeise entscheidet, alles über 1.000 Metern Seehöhe schmeckt bekanntlich noch viel besser.

Mit etwas Glück sieht man auf der Alm, wie regionale Produkte hergestellt werden, wie beispielsweise der für die Region typische Steirerkas. Dieser reift für rund 3 Wochen heran und bekommt dadurch sein einzigartiges, grau-braun marmoriertes Aussehen und die klumpig-bröselige Konsistenz. Sein würziges Aroma ist die ideale Zutat für Steirerkasnock'n, auf dem Steirerkasbrot oder in den Steirerkrapfen.

Schladming-Dachstein

Almkulinarik-Genuss-Touren

Wandern oder Radfahren und die regionale Kulinarik genießen? Das lässt sich entlang der Schladming-Dachstein Genuss-Touren ganz einfach verbinden. Viele Wanderrouen oder Biketouren führen an einer der Hütten vorbei, die regionale Köstlichkeiten oder Almkulinarik-Gerichte servieren. Das Projekt »Almkulinarik by Richard Rauch« verspricht besondere Rezepte, die von den Hüttenwirten und Wirtinnen gemeinsam mit dem Starkoch Richard Rauch – bekannt aus der TV-Show »Die Küchenschlacht« – kreiert werden. Das Besondere: Jedes

Gericht enthält eine ausgewählte Zutat, die sich entweder rund um die Alm finden lässt oder selbst produziert wird.

Tipp: Mit der Schladming-Dachstein Sommercard kommt man ganz einfach und ohne viel Anstrengung mit den Sommerbergbahnen oder Wanderbussen zu den Hütten und Almkulinarik-Partnern.



**Thermen-
& Vulkanland
Steiermark**

TVB Thermen- & Vulkanland
GF Christian Contola
Hauptstraße 2a
8280 Fürstenfeld
Tel.: +43 3382 55100
info@thermen-vulkanland.at
thermen-vulkanland.at

© Fotos: Thermen- & Vulkanland - Harald Eisenberger

Thermen- & Vulkanland Steiermark

Sehnsucht nach paradiesischem Genuss

Im Thermen- & Vulkanland kommen die Feinschmecker und Schleckermäulchen voll und ganz auf ihre Kosten. Hier reiht sich eine Genussmanufaktur an die nächste und in den Buschenschänken, Gasthäusern und Haubenlokalen warten regionale Spezialitäten darauf verkostet zu werden. Bewegung in der sanft hügeligen Landschaft und das belebende Thermalwasser ergänzen den Urlaub im Südosten der Steiermark.

Die Kulinarikhochburg auskosten

Das kulinarische Angebot im Sehnsuchtsland im Südosten der Steiermark ist einzigartig. Entlang der „Vulkanland Route 66“ laden Erlebniswelten ein, bei der Erzeugung der herausragenden Produkte dabeizusein – sei es die Schokoladenmanufaktur Zotter, die „Vulcano Schinken Welt“ oder das „House of Whiskey, Gin und Rum“. Mit Gaumenfreuden aus Spargel, Käferbohne, Kren und Holunder verwöhnen die Gasthäuser, Restaurants, Buschenschänken und exquisite Haubenlokale. Für Weinlieb-

haberInnen ist die Auswahl an WinzerInnen und Vinotheken schier unendlich.

Die inspirierende Landschaft entdecken

Auf 6.000 Genusskilometern gibt es die verschiedensten Radtouren in der sanften Hügellandschaft im Südosten der Steiermark zu entdecken. Genusswandererinnen und Genusswanderer können sich über zahlreiche Themenwanderwege freuen und am Wegesrand laden immer wieder gemütliche Einkehrstopps zur Pause – denn bekanntlich schmeckt

inmitten der Weinberge die Brettljause mit einem Glas Sauvignon Blanc besonders gut. Eine Fülle von Ausflugszielen sorgt für Abwechslung im Thermen- & Vulkanland. Geschichtsträchtige Orte, Burgen und Schlösser oder auch die historischen Städte Bad Radkersburg und Fürstenfeld warten nur darauf, entdeckt zu werden. Zudem begeistert eine vielfältige Veranstaltungskultur die Gäste und Einheimische gleichermaßen.

Wohlfühlspaß für die ganze Familie

Das Thermen- & Vulkanland bietet auch im Sommer ein abwechslungsreiches Freizeitangebot. Ob Badespaß in den zahlreichen Badeseen und Freibädern oder Erholung in den sechs Thermen der Region - Parktherme Bad Radkersburg, Therme der Ruhe Bad Gleichenberg, Thermenresort Loipersdorf, Rogner Bad Blumau, Heiltherme Bad Waltersdorf und H₂O Hotel-Therme-Resort – hier ist für jeden etwas dabei.

Es ist einfach zu schön, um nicht da zu sein.

Heimischer Bodenschatz

Früher wurde die Steckrübe mit schweren Zeiten und Mangelwirtschaft in Verbindung gebracht. Doch Sterne- und Hobbyköche gleichermaßen entdecken die Pluspunkte der Knolle wieder und bringen sie auf den Tellern groß raus

Über einen langen Zeitraum wurde sie aus der Küche, erst recht vom Profifherd, verbannt. Mittlerweile ist die Steckrübe wieder äußerst gefragt. Die überraschend vielseitige Feldfrucht mit dem angenehm erdigen Aroma auf den klassisch-deftigen Eintopf zu reduzieren, wäre



Steckrüben-Kürbispuffer sind eine herrlich schmeckende Zubereitungsvariante. Foto: BVEO / Ariane Bille

auch eine glatte Unterforderung. Denn aus dem ebenso nährstoffreichen wie kalorienarmen Gemüse lassen sich mit ein wenig Fantasie immer wieder neue, überraschend köstliche Kreationen herauskitzeln. Darauf weist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse (BVEO) hin.

So passt die Steckrübe ebenso gut in asiatische Currys und Wok-Gerichte wie in die saisonale Landküche oder die „feine“ Küche. Und als Püree, gedünstete Gemüsebeilage, panierte Knusper-Sticks, Rösti, Steckrüben-Risotto mit Parmesan, Steckrüben-Burger oder einfach roh in den Salat geraspelt läuft sie erst so richtig zur Höchstform auf und offenbart ihre vielfältigen Qualitäten. In Kriegszeiten waren Steckrüben das Nahrungsmittel schlechthin. Als guter Kohlehydratlieferant sicherten sie vielen Menschen das Überleben. Bis zum Überdruß, denn mancherorts war sie schlicht Grundlage für alles, was gegessen wurde. Sei es Brot, Marmelade, Püree, Auflauf oder Sauerkrautsatz. Selbst Kaffee wurde aus Steckrüben gebrüht. Folglich wurde die mit dem Begriff Mangelernährung assoziierte Steckrübe so schnell wie möglich vom Speiseplan der Nachkriegsküche gestrichen. Mittlerweile hat sich das Rübenimage glücklicherweise komplett gedreht, denn die Steckrübe erlebt aktuell ihre kulinarische Renaissance.

Saison von September bis März

Lange haben Fans unter den Hobby- und Profiköchen nicht mehr Zeit, denn die Saison der Steckrübe geht von September bis März. Das Gewächs hat sonnige Plätze ebenso gern wie halbschattige, hat keine besonderen Ansprüche an den Boden und mag es kalt. Das macht die auch als „Schwedische Rübe“ bekannte Feldfrucht besonders pflegeleicht. Sie tarnt sich aber auch unter so unterschiedlichen Namen wie Runkelrübe, Butterrübe, Erdkohlrabi, Wruke, Dotsche oder Ramanken. Neben unterschiedlichsten Namen ist auch die Sortenvielfalt der Knolle bemerkenswert! Je nach Sorte variieren Form, Farbe und Geschmack.

Steckrüben mit weißem Fleisch sind meist weniger geschmacksintensiv als die gelbfleischigen Rüben, die den Gaumen mit einem leicht süßlich-herben Aroma erfreuen. Steckrüben enthalten relativ viel Wasser, sind kalorienarm und sättigend. Das weiß-gelbliche Fruchtfleisch ist reich an wichtigen Mineralien, Eiweiß, Traubenzucker und vor allem Beta-Carotin, das im Stoffwechsel wichtige Zellschutzfunktionen erfüllt. Dazu kommen außerdem noch Senföle und das für die Stärkung des Immunsystems wichtige Vitamin C. BVEO/bda



Erlebnisregion Graz

Kopf aus, Urlaub an!

Die Erlebnisregion Graz steht für Genuss, Kultur und pures Lebensgefühl.

Summer in the city – Sommer in der Kulturhauptstadt Graz!

Das fröhliche und bunte Treiben in dieser im Süden Österreichs gelegenen Stadt macht Lust auf mehr – auf mehr Urlaub. Im UNESCO-Weltkulturerbe trifft Alt auf Neu. Gotik, Renaissance und Barock mischen sich in der liebenswerten Grazer Altstadt mit moderner Architektur. Das symbolische Bindeglied dafür ist die Murinsel. Ein Blick in die mehr als 80 Innen- und Arkadenhöfe mit ihrem mediterranen Flair bringt pure Urlaubsstimmung. Ganz automatisch überkommt einen die Shopping-Laune. Und danach sorgen lässige Gastgärten für die „Erholung“ und bei den vielfältigen Veranstaltungen wie

La Strada – einem erstklassigen internationalen Straßenkunst-Festival – wird man verzaubert.

Wer zum ersten Mal hier ist, MUSS auf den Schlossberg. Schließlich hat nicht jede Stadt so einen grünen Berg mitten im Zentrum, der zu Fuß, per Bahn oder per gläsernem Lift mitten durch den Felsen erreichbar ist. Kein Wunder, die Grazer lieben ihren Schlossberg mit dem Uhrturm als weithin sichtbares Wahrzeichen und den Blick über die rote Dächerlandschaft. Vom Berg geht's am schnellsten mit der Schlossberggrutsche – der höchsten Underground-Rutsche der Welt – wieder hinunter. Aber Stopp! Bevor es runtergeht,

noch unbedingt kurz im 4-D-Erlebniskino über die Stadt „fliegen“. Unten angekommen, sorgen die Murpromenade, die Murinsel und eine Mur-Floßfahrt für coole Erfrischungen.

Kulinarische Stadtrundgänge – was für ein Genuss!

Es ist kein Zufall, dass Graz die einzige Genusshauptstadt Österreichs ist. Hier kann man einfach alles genießen: vor allem die ausgezeichnete Kulinarik, Bars, einladende Schanigärten (Gastgärten), beinahe an jeder Ecke Lokale und die kulinarischen Stadtrundgänge für alle, die hinter die Kulissen blicken wollen.

Top-Ausflugsziele

Von Stadt auf Land in 10 Minuten: Unmittelbar vor den Toren von Graz warten das Österreichische Freilichtmuseum Stübing, der Österreichische Skulpturenpark, die Lurgrotte als größte wasserdurchströmte Tropfsteinhöhle Österreichs oder die majestätischen Pferde in der Lipizzanerheimat mit Lipizzaner-Erlebnis und viel Kletterpark-Action. Bei uns kommt alles von Herzen und die Kombination von Stadt auf Land bringt Abenteuer, Spaß und Gaumenfreude in den Urlaub.

Denn genau das haben Sie sich verdient: Kopf aus, Urlaub an!



Tourismusverband Region Graz

GF Mag. Susanne Haubenhofner
Messeplatz 1 / Messeturm, 8010 Graz
Tel.: +43 316 8075-0
info@regiongraz.at
regiongraz.at
#visitregiongraz

Genuss unter Verschluss

Das Sous-vide-Garen bietet Gerichte mit Geling-Garantie

Wie wäre es, wenn Gemüse endlich mal so richtig nach Gemüse schmecken, Obst ganz herrliche Aromen entfalten und Fleisch immer butterzart und à point gegart auf den Teller kommen würde? Die gute Nachricht: Da gibt es etwas, das dies alles kann! Sous-vide- oder Vakuum-Garen heißt diese magische Methode. Dafür werden die gewünschten Zutaten in eine spezielle Folie vakuumiert, eingeschweißt und in einem Wasserbad sanft erhitzt, niemals aber über dem Siedepunkt. Entwickelt wurde das Verfahren vom französischen Profikoch Georges Pralus schon in den 1970er-Jahren für die perfekte Zubereitung seiner Foie Gras. Seitdem ist die Kochen-unter-Verschluss-Methode aus Profiküchen nicht mehr wegzudenken.

Nicht nur Fleischliebhaber schätzen die Gerichte aus den Vakuumbeuteln, auch für die vegane Küche ist die Zubereitungsart eine enorme Bereicherung, bestätigt der Münchner Profikoch und Meister der veganen Küche, Sebastian Copien: „Sous vide ist Geschmacksexplosion statt verkochtem Gemüse, verstärkt den Eigengeschmack von Gemüse, Gewürzmischungen oder einer Marinade. Dem schlechten Ruf durch zu hohen Plastikverbrauch kann man inzwischen durch kompostierbare Tüten problemlos vorbeugen“, sagt er. Auch Sternekoch Tim Raue ist begeistert – in seinem Kochbuch „Rezepte aus der Brasserie“ stellt er ein französisches, sous vide gegartes Bœuf Bourguignon vor und schwärmt, dass es durch die Technik „unfassbar weich und gallertartig“ werde. Auch das bayerische Böflamott oder andere lange Schmorgerichte werden dadurch butterzart.

Ebenso Fisch – was bei Hobbyköchen für Erleichterung sorgen dürfte, die sich beim Braten, Grillen oder Backen schwertun, das leckere Filet oder auch den ganzen Fisch auf den Punkt zu garen. Denn ein, zwei Minuten zu lange in der Hitze und schon ist der Fisch trocken – schade um das tolle Essen. Wer Früchte und Süßes liebt, kommt bei



Dank entsprechendem Zubehör ist die Sous-vide-Methode nicht nur Profis vorbehalten.

der Methode ebenfalls auf seine Kosten. Ob Erdbeeren, Äpfel, Birnen oder Nektarinen, gerne auch aromatisiert mit Kräutern wie Rosmarin: Das Eigenaroma potenziert sich spürbar, die Konsistenz ist herrlich, es gibt keine Überzuckerung oder Verwässerung der so eingemachten Früchte. Auch der Klassiker aus der französischen Dessertküche, Crème brûlée, wird perfekt. Mit der konventionellen Zubereitung

in kleinen Förmchen im Wasserbad und Ofen ist eine solche Konsistenz wegen der unregelmäßigen Hitze beim Backen oft schwierig hinzubekommen.

Apropos Ofen: Wer denkt, dass die Sous-vide-Methode nur in Profiküchen möglich ist oder man ein eigenes Einbau-Dampfgargerät braucht, täuscht sich. Mit dem Sous-vide-Stick gibt es inzwischen einen ganz einfach anwendbaren, praktischen Helfer für den Privathaushalt. Wie eine Art Tauchsieder wird er in ein ausreichend großes, mit Wasser gefülltes Behältnis gestellt, so hält man die Temperatur des vorher in Folie vakuumierten Kochguts auf der gewünschten Temperatur konstant. Auf rund 56 Grad Celsius für Kurzgebratenes, rund 65 Grad für Schmorgerichte mit wenig Collagen, 72 Grad für Schmorgerichte mit viel Collagen (Bäckchen, Ochsenschwanz) und 85 Grad für Gemüse, Kartoffeln und Obst.

Neben der neuen Geschmacksvielfalt spielt Sous vide zudem bei gesunder und bewusster Ernährung eine entscheidende Rolle, weil bei der Niedrigtemperatur-Garmethode mehr Vitamine und Mineralstoffe erhalten bleiben. Der Profikoch Heiko Antoniewicz beschäftigt sich mit diesem Garverfahren schon seit vielen Jahren und hat dazu ein umfassendes Kochbuch herausgegeben, das 2023 nochmals neu aufgelegt wurde: „Sous vide: Das umfassende Standardwerk.“ Darin präsentiert er 50 komplexe Gerichte für sous vide gegarte Fisch-, Fleisch- und Gemüsegänge sowie Desserts und umfassende Grundrezepte. Außerdem berichtet er über seine Erfahrungen aus der Praxis. Es sind vor allem Antoniewicz' kleine Tipps am Rande, die das Buch so nützlich machen, von Vakuum, Temperatur und Garzeit bis zu Abkühlung und Lagerung des eingeschweißten Garguts. Denn auch das ist charmant: Mit der Vakuumiermethode lässt sich vieles gut vorbereiten, etwa Fleisch, das vor dem Essen dann nur noch ganz kurz gebraten wird oder Eintöpfe, die vor dem Servieren nochmal schnell erhitzt werden müssen.

Barbara Brubacher



Fisch, Fleisch, Geflügel, Gemüse, sogar Desserts, wie zum Beispiel Crème brûlée, gelingen mit dem Vakuumgaren.

Fotos: Adobe Stock

Menüs und Movies

Kino und Kochen haben eine lange gemeinsame Geschichte

Kulinarische Genüsse auf der Leinwand gibt es in vielfältigen Formen, ob als deftige Landküche in „Die Köchin und der Präsident“, süße Nachspeise wie in „Sterne zum Dessert“, als Blick in exotische Kochtöpfe in „Eat Drink Man Woman“ oder als tödlichen Genuss wie in „Das grosse Fressen“ oder „Delicatessen“.

Gaumenschmaus und Augenschmaus liegen in vielen Filmen nah beieinander, und viele erfolgreiche Koch-Geschichten wie „Julie & Julia“ schrieb das Leben selbst. Ein kurzer Streifzug durch die Kochtöpfe der Filmgeschichte.

Französischer Koch-Kult

Vor einigen Wochen ist der französische Film „Geliebte Köchin“ angelaufen, mit Juliette Binoche in der Hauptrolle. Auf dem letztjährigen Filmfest in Cannes erhielt der historische Koch-Film, der Ende des 19. Jahrhunderts spielt, den Regiepreis. Auf einem französischen Landgut versammelt sich eine befreundete Herren-Runde Gourmets, um sich von der Köchin Eugénie mit ländlichen Köstlichkeiten bekochen zu lassen. In detailnahen Einstellungen zelebriert der Film französische Kochkultur. Bekanntlich geht Liebe durch den Magen, und bei soviel leiblichen Genüssen ist sie im Film praktisch unausweichlich. Seit 20 Jahren ist Eugénie Köchin bei Dodin, dem Besitzer des Landguts, der selbst ein leidenschaftlicher Koch ist. Sein beharrliches Drängen, ihn zu heiraten, lehnt sie ab. Denn Eugénie will ihre Freiheit nicht aufgeben und hegt keinerlei Absichten, Dodin zu heiraten. Also beschließt dieser, etwas zu tun, was er noch nie zuvor getan hat: Für sie zu kochen. Neben den schauspielerischen Leistungen beeindruckt die kulinarischen Kunstwerke – kreiert von Sternekoch Pierre Gagnaire.

Wahre Koch-Geschichten

Feinen Augenschmaus auf der Leinwand gibt es auch in dem französischen Film „Sterne zum Dessert“, der vergangenes Jahr in den Kinos lief. Erzählt wird die wahre Geschichte des arabischstämmigen Heimjungen Yazid aus einem Pariser Vorort, der zum gefeierten Spitzen-Pâtissier aufsteigt und 2014 den Titel als „Weltmeister der Eisdesserts“ erringt. Bis es soweit ist, muss er durch die harte Schule eines renommierten Pariser Restaurants. Der Film feiert das leidenschaftliche Pâtissier-Genie, dem das Talent in die Wiege gelegt zu sein scheint.

Der Weg einer unbekanntenen Köchin aus der Provinz in den Élysée-Palast ist das Thema von „Die Köchin und der Präsident“ von 2012, der in Ansätzen auf der Biografie der Köchin Danièle Mazet-Delpeuch beruht, der Leibköchin von François Mitterrand: Hortense Laborie (Catherine Frot) aus dem Périgord wird als Leibköchin des französischen Präsidenten engagiert, da ihm ein Faible für die unverfälschte französische Landküche nachgesagt wird. Der Präsident ist begeistert von ihren Kochkünsten, die ihn an ein Lieblingskochbuch seiner Kindheit erinnern. Doch selbst er muss sich seinen Leibärzten beugen, die zu weniger kalorienreicher Kost raten. Die Finanzprüfung bemängelt Hortense Fahrten zur Beschaffung der frischen Zutaten, und das Protokoll der männerdominierten Zentralküche erschwert ihr das Leben. Als auch noch Gerüchte einer Affäre mit dem Präsidenten die Runde machen, vergeht Hortense der Spaß am Kochen – für immer? Auf einer wahren Geschichte beruht auch einer der er-



Frau am Herd mit Eigensinn: Szenenbild aus „Geliebte Köchin“ mit Juliette Binoche als Eugénie; © 2023 Curiosafilms / Gaumont / France2 / Cinma. Foto: Carole Bethuel



Bradley Cooper als Spitzenkoch in der Komödie „Im Rausch der Sterne“. Foto: Wild Bunch Germany



„Sterne zum Dessert“ basiert auf einer wahren Geschichte und ist ab 26. April auf DVD und Blu-ray erhältlich. F.: 24Bilder

folgerichsten Koch-Filme überhaupt: Die Komödie „Julie & Julia“ mit Meryl Streep und Amy Adams in den Hauptrollen kam 2009 in die Kinos. Sie spielen die Autorin Julie Powell (Amy Adams) und die Köchin Julia Child (Meryl Streep), die 1949 mit ihrem Ehemann nach Frankreich kommt, sich an einer Kochschule in Paris einschreibt und für die französische Küche begeistert. Sie sammelt immer mehr Rezepte und möchte ein Kochbuch veröffentlichen. Doch Verlage schrecken vor dem Umfang des Buchs mit knapp 700 Seiten zurück. Nach zehn Jahren ist es endlich soweit. Mit ihrem Kochbuch und ihrer Kochshow „The French Chef“ wird Child in den 60er- und 70er-Jahren einem breiten amerikanischen Publikum bekannt und beeinflusst die Essgewohnheiten zahlreicher Amerikaner. Parallel zu ihrer Geschichte wird die von Julie Powell erzählte, einer jungen, bislang erfolglosen Romanautorin, die 2002 in einem Selbstversuch beschließt, innerhalb eines Jahres alle 524 Rezepte ihres Koch-Idols Julia Child nachzukochen und darüber in ihrem Blog berichtet, der zunächst als Riesenflop im Netz herumdümpelt. Doch die Dinge entwickeln sich und stellen nicht nur Julies Ehe auf eine harte Probe.

Egozentriker am Herd

Dass Kochen nicht nur Freude bringt, sondern vor allem in renommierten Restaurants ein rauer Ton und ein beinhardter Konkurrenzkampf herrscht, ist das Thema des Films „Im Rausch der Sterne“ von 2015 mit Bradley Cooper in der Hauptrolle. Der Chefkoch in einem französischen Restaurant wird gefeiert wie ein Rockstar und führt einen exzessiven Lebensstil. Mit aller Macht will er seinen dritten Michelin-Stern erreichen. Als er dabei seine Mitarbeiter immer weiter in den Wahnsinn treibt, wird ihm gekündigt. Im Londoner Restaurant seines Freundes Tony, gespielt von Daniel Brühl, versucht er einen Neuanfang. Für seine ambitionierte Küche möchte er die attraktive und begabte Köchin Helene gewinnen. Doch dafür muss er erst lernen, im Team mit ihr zu arbeiten. Auch in dem deutschen Film „Bella Martha“ mit Martina Gedeck in der Hauptrolle von 2001 geht es um eine perfektionistische Küchenchefin in einem französischen

Restaurant, die der Überzeugung ist, die beste Köchin der Stadt zu sein. Ihr bisheriges Leben, das sich fast ausschließlich ums Kochen dreht, wird auf den Kopf gestellt, als ihre Schwester bei einem Autounfall stirbt und sie ihre achttjährige Nichte Lina bei sich aufnimmt. Um ihr Restaurant dennoch weiter am Laufen zu halten, stellt sie den italienischen Koch Mario ein, gespielt von Italiens Superstar Sergio Castellitto. Der bewundert ihre Kochkünste, doch die einfachen italienischen Gerichte schmecken Lina besser als die raffinierten Gerichte Marthas ... Die Geschichte von Martha wurde für die amerikanische Produktion „Rezept zum Verlieben“ mit Catherine Zeta-Jones und Aaron Eckhart in den Hauptrollen adaptiert, der wiederum 2007 bei uns in den Kinos lief.

Die dunkle Seite der Genüsse

Die Schattenseiten kulinarischer Gaumenschmausereien im Übermaß, die zu Völlerei und Dekadenz führen, sind ein beliebtes Thema der Filmgeschichte. Einen handfesten Skandal rief 1973 der Film „Das grosse Fressen“ von Marco Ferreri hervor. Vom Leben im Überfluss gelangweilt, treffen sich die angegrauten Bonvivants in einer abgelegenen Villa um sich, umgeben von Callgirls, zu Tode zu fressen. Fressgier und Sexualtrieb werden in diesem Film auf die Spitze getrieben dargestellt mit Sequenzen, die auch heute noch schockieren.

„Erst kommt das Fressen, dann die Moral“ – Die makabre Seite der Fresslust thematisieren Jean-Pierre Jeunet und Marc Caro 1992 in ihrer schwarzen Komödie „Delicatessen“ in magischen Bildern. Keiner fragt den Fleischer Clapet in dem heruntergekommenen Mietshaus, woher er in knappen Zeiten seine hervorragende Ware bekommt, die

die Mägen der Bewohner füllt. Doch immer wieder verschwinden die Concierges in dem Haus. Als der Clown Louison die vakante Stelle antritt, verliebt sich Clapets Tochter in den schrägen Vogel und hofft, sein Schicksal abwenden zu können.

Einer Abrechnung mit dem Kult der Spitzenküche gleicht die bitterböse Satire „The Menu“ von 2022 mit Ralph Fiennes in der Hauptrolle als Sternekoch. Er hat eine Schar selbsternannter Gourmets auf sein Anwesen auf einer abgelegenen Insel eingeladen. Dort instruiert er wie ein autokratischer Sektenführer mit militärischem Drill seine Küchencrew und hat für seine betuchten, illustren Gäste ein außergewöhnliches Menu vorbereitet.

Fremde Kochwelten

In „Madame Mallory und der Duft von Curry“ von 2014 spielt Helen Mirren die Besitzerin eines Gourmet-Tempels in einer französischen Kleinstadt und rümpft die Nase über den jungen indischen Koch Hassan Kadam, der sich erdreistet, ausgerechnet auf der anderen Straßenseite sein indisches Restaurant zu eröffnen. Als sie schließlich doch einen Bissen seines Omeletts probiert, erkennt sie sein erstaunliches Talent.

Zum Kultfilm wurde 1994 die taiwanische Komödie „Eat Drink Man Woman“ von Ang Lee. Zum Partner fürs Leben und um die essentiellen Bedürfnisse zu erfüllen, muss auch die Kochkunst passen – so das Hauptmotiv des feinfühligsten Films. Er erzählt die Geschichte des verwitweten Meisterkochs Herr Zhu aus Taipeh, der seinen Geschmacksinn verloren hat, und seiner drei erwachsenen Töchter, die, jede für sich, auf der Suche nach ihrem Glück sind.

Wolfram Seipp

Film-Leckerbissen à la carte

Die Auswahl an Leckerbissen der Filmgeschichte in chronologischer Reihenfolge

- 1973: **Das grosse Fressen** Regie: Marco Ferreri
- 1992: **Delicatessen** Regie: Jean-Pierre Jeunet, Marc Caro
- 1994: **Eat Drink Man Woman** Regie: Ang Lee
- 2001: **Bella Martha** Regie: Sandra Nettelbeck
- 2007: **Rezept zum Verlieben** Regie: Scott Hicks
- 2009: **Julie & Julia** Regie: Nora Ephron
- 2012: **Die Köchin und der Präsident** Regie: Christian Vincent
- 2014: **Madame Mallory und der Duft von Curry** Regie: Lasse Hallström
- 2015: **Im Rausch der Sterne** Regie: John Wells
- 2022: **The Menu** Regie: Mark Mylod
- 2023: **Sterne zum Dessert** R.: Sébastien Tulard
- 2024: **Geliebte Köchin** Regie: Tran Anh Hung

Wolfram Seipp



© Günter Strand Photography



Afrikanischer Flair in den steirischen Weinbergen

Jedes Guesthouse mit privatem Pool

Einzigartig sind die beiden Häuser in vielerlei Hinsicht: Vom exklusiven Beach-House-Flair, beheiztem Infinity-Pool, Sauna-Haus, Relaxbereich bis hin zum exklusiven Whirlpool. Das „Farmhouse & Pool“ bietet Platz für bis zu 4 Personen, das „Beachhouse & Pool“ für bis zu 7 Personen. Hier genießt man zusätzlich die großzügige Garten-Lounge mit Liegeflächen, Pool-TV, Outdoor-Küche und bunten Pölstern aus Mosambik – inspiriert von 6-Star-Luxus-Strandhäusern.

Julianhof Premium Guesthouse & Spa

Wieden-Klausen 32 | A-8345 Straden | Tel.: +43 (0) 664 142 05 55 | info@julianhof.at | www.julianhof.at

Von weit her und doch daheim

Oliven aus Österreich, Garnelen aus Bayern und Shiitake aus Südtirol:
Anbau und Zucht von „Local Exotics“ liegen weiter im Trend



Über den Tellerrand hinauszublicken ist doch eine sehr sympathische Eigenschaft. Sie kann Ansporn dafür sein, sich neuen Herausforderungen zu stellen, das Altbewährte neu zu denken, oder einfach mal eine Idee umzusetzen und Neues zu wagen.

Reisen können sich da zu echten Beschleunigern für zunächst vielleicht etwas verrückt erscheinende Einfälle entwickeln. So wie im Fall von Thomas Barth und seinem Kumpel Patrick Kirschner, die eine Studienreise nach Italien dazu inspiriert hat, Melonen in Oberbayern anzubauen. Eigentlich werden die unter südlicher Sonne und im mediterranen Klima besonders lecker, aber Bayern ist schließlich auch irgendwie der Süden, und so haben sich die beiden einfach voller Tatendrang ans Werk gemacht. Mehrere Jahre ist das nun schon her, und inzwischen wurden die beiden für ihren Mut durch respektable Erntenerfolge und die große Nachfrage belohnt. Darüber hinaus können sie sich auch ein bisschen selbst auf die Schulter klopfen, mit ihrem Ideenreichtum andere inspiriert zu haben, denn bayerische Melonen kommen mittlerweile ja nicht mehr ausschließlich aus dem Dachauer Land.

Auch der Verein „Unsere Bayerischen Bauern“ weist mit seinem Motto „Heimat der Vielfalt“ beständig auf die Kreativität seiner Mitglieder hin. Fast schon mit einer gewissen Selbstverständlichkeit bieten sie immer häufiger Erzeugnisse an, die man hierzulande vielleicht nicht unbedingt vermuten würde. So stammen zwar etwa 80 Prozent der weltweiten vertriebenen Haselnüsse aus der Türkei, sie werden aber auch auf mehreren hundert Hektar in Bayern angebaut. Auch das Fleisch der eigentlich



Oben: Jean-Frédéric Waldmeyer aus Feuchtwangen ist einer der wenigen Pioniere des Safranbaus hierzulande. Links: Ebenfalls in Mittelfranken baut Martin Stiegler (Foto) in Gonnersdorf/Cadolzburg Haselnüsse an und arbeitet mit anderen befreundeten Haselnussanbauern aus Bayern zusammen. Unten: Im Bamberger Versuchsbetrieb für Gemüseanbau der Bayerischen Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau (LWG) werden beeindruckende Ingwerernten aus der Erde geholt. Fotos: J.-F. Waldmeyer / www.deutschersafran.com; Martin Stiegler / www.franken-genuss.com; LWG Veitshöchheim

japanischen „Wagyu“-Rinder, das exotische Gewürz Safran oder sogar Garnelen, die in nachhaltiger Aquakultur gezüchtet werden, kommen nun auch aus dem Freistaat. Im Nachbarland Österreich ist eine neue Aqua-Farm 2019 sogar mit dem „Tiroler Innovationspreis“ ausgezeichnet worden.

Doch das war es noch nicht mit dem Genuss, der aus dem alpenländischen Wasser kommt: „Alpenkaviar“ nennt Helmut Schlader aus Oberösterreich sein Produkt vom Stör, das man ja eigentlich eher aus Geschichten über die High Society kennt. Es sind wohl aber einfach die Freundinnen und Freunde guten Essens, sowie Köchinnen und Köche aus der Spitzengastronomie, die neben der Qualität auch die regionale Verfügbarkeit zu schätzen wissen. Die Störe wachsen nach Schladers Angaben in naturnahen Teichen auf und ziehen später in große Holzbecken um, durch die frisches Gebirgswasser geleitet wird. Nach der Geschlechtsreife wird der Rogen gewonnen und je nach gewünschter Sorte mit etwas Salz angereichert.

Und selbst wer zum Fisch noch mehr Schärfe braucht, der wird in Österreich fündig: Auch der berühmte Wasabi wächst nicht mehr ausschließlich in Japan, sondern seit Kurzem auch in einer Indoor-Farm im Burgenland. Ein Start-up-Unternehmen macht daraus scharfe Paste und scharfes Pulver – und überraschenderweise auch einen Gin, dessen Meerrettich-Note mit dem Wacholder im Schnaps tatsächlich gut harmonieren soll.

Gesunde Pilze und aromatische Blätter

In der Wachau in Niederösterreich wachsen inzwischen sogar Olivenbäume. Zumindest auf dem Anwesen der Familie Zizala, die neben ihrem Marillengarten und ihrem Weinberg nun auch Olivenhaine bewirtschaftet. Die Sorte, die eigentlich überwiegend in Spanien und Portugal gepflanzt wird, kommt mit dem hiesigen milden Klima und der Kultivierung auf den typischen Wachauer Mauer-Terrassen so gut klar, dass sie seit 2020 auch Früchte liefert. Zusätzlich werden auch die Olivenblätter verarbeitet: Zu einem fruchtig-herb schmeckenden Tee, dem verschiedene gesundheitsfördernde Eigenschaften zugeschrieben werden.

Auch Pilze sollen ja ziemlich gesund sein. Sie punkten mit Spurenelementen und Vitamin D und krönen viele traditionelle Gerichte Südtirols. Typisch dafür sind Steinpilz oder Eierschwammerln, von dort kommt aber jetzt auch ein Exemplar, das nicht nur außerordentlich aromatisch ist, sondern in seiner asiatischen Heimat als Heilpilz gilt: Der Shiitake. Die mitteleuropäischen Wälder zählen nicht zu seinen Habitaten, darum wird er hier gezüchtet. Zum

Beispiel südöstlich von Bozen in Aldein, auf einem historischen Hof auf 1500 Höhenmetern, wo man streng auf Bio-Qualität achtet und der Anbieter sogar Führungen durch sein – wie er es bezeichnet – „kleines, aber feines Pilz-Reich“ anbietet. Den Shiitake gibt es frisch geerntet im Ganzen, eingelegt in schmackhafter Lake oder auch getrocknet, sodass man sich auch immer einen kleinen Vorrat anlegen kann.

Superfood von hier

Auch wenn wir den Alpenraum verlassen, finden sich weitere Beispiele für das Exotische vom heimischen Feld. Wie die gerne als „Superfood“ bezeichnete Quinoa. Ein Scheingetreide aus den Anden, das seit seiner großen Beliebtheit aber auch in Norddeutschland, im Donauried oder sogar im etwas größeren Stil im Rheinland angebaut wird. Eine ähnliche Karriere hat auch der Ingwer gemacht, und zwar schon bevor ihn ein ehemaliger TV-Koch in nahezu jede Pfanne geworfen hat.

Ingwer ist ein wichtiger Bestandteil der asiatischen Küche, gilt als kraftvoller Unterstützer fürs Immunsystem und kommt nicht mehr nur aus China, Indien oder den Fidschi-Inseln, sondern immer häufiger aus Mecklenburg-Vorpommern, der Lüneburger Heide, der Pfalz, und einmal mehr aus Bayern. In Bamberg hat die Bayerische Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau bereits vor sieben Jahren mit einem Versuchsprojekt zum Anbau begonnen, das zum Vorbild für viele Betriebe geworden ist, die die gesunde Wurzel seither anbieten. Allerdings muss man für die heimische Variante etwas Geduld aufbringen: Geerntet wird erst wieder ab September.

Kai-Uwe Digel



Oben: Ursprünglich kommen Wagyu-Rinder aus Japan, werden aber auch erfolgreich in Niederbayern auf dem Großthanner Hof gezüchtet. Unten: Wasabi entsteht unter anderem im österreichischen Burgenland. Fotos: @Holzland Wagys / Katrin & Georg Mayerhofer; Phython IQ



Grüß Gott aus Bodenmais,

wir möchten Ihnen gerne „...unser pfundig's Hotel mit Herz!“ vorstellen.

Bei uns sind Sie mittendrin im Wander-, Rad- und Winterparadies Bayerischer Wald mit all seiner landschaftlichen und kulturellen Vielfalt.

Unser Bestreben ist es, dass unsere Gäste unvergessliche und erlebnisreiche Urlaubstage bei typisch bayrischer Gastlichkeit genießen. Dazu gehört neben behaglichen Zimmern, einem schönen Wellnessbereich, unserem lauschigen Biergarten und einer typisch, bayrischen Küche natürlich auch das entsprechende Tages- und Abendprogramm.

Mia dadn uns gfrein, wenna kemmts und heißen
Sie schon jetzt herzlich willkommen.

Rainer Pfeffer mit Team

Serienhotel
BAYERISCHER WALD
Rothbacher Hof
...unser pfundig's Hotel mit Herz!

Pfeffer's GmbH
Rainer Pfeffer
Miesleuthenweg 10
94249 Bodenmais
Tel.: (09924) 9520

www.rothbacher-hof.de

Wanderurlaub im Bayerischen Wald

- » Begrüßungsschnapslerl
- » Frühstück und Halbpension (4 Gänge-Menü)
- » Bayerischer Abend mit einem bayerischem Schmankerlbuffet, bayerischer Musik und einem Bayerwaldwettbewerb. (samstags)
- » Täglich geführte Wandertouren (über TI Bodenmais)
- » Fahren Sie kostenfrei mit Bus und Bahn ab Hotel
- » 5 % beim Friseur am Rothbach im Hotel
- » Freie Saunanutzung incl. Saunatuch
- » Lunchpaket für unsere Wanderer 1 x pro Aufenthalt
- » Kostenlose Wanderkarte
- » Gratis WLAN während des gesamten Aufenthalts

4 Tage/3 Übernachtungen ab 242,89 € incl. HP

7 Tage/6 Übernachtungen ab 476,78 € incl. HP

„aktivCARD im Preis enthalten“ p. P. im Doppelzimmer (Zimmer Rothbach) zzgl. Kurtaxe

Verlängerungsnacht pro Person 79,00 € incl. HP



Alles Gute kommt von unten

Zwischen Ligurischem Meer und Monte Rosa gelegen, bringt die Erde des Piemont Weltklasse-Genüsse hervor – Trüffel und herausragende Weine, Letztere gelagert in unterirdischen „Kathedralen“

Auf der Fahrt von Mailand Richtung Turin, Hauptstadt des Piemont, stehen sie erhaben da: Wie eine Wand ziehen sich die schneebedeckten Viertausender des Monte Rosa dahin. Auch einen Blick auf den Monviso erhaschen wir unterwegs, der elegante Dreitausender soll das Logo von Paramount Pictures inspiriert haben.

Ziel der Reise ist die Region Monferrato. Zwar nah an Frankreich, ist diese begnadete Hügellandschaft bei uns eher unbekannt. So untouristisch sogar, dass die Einheimischen die Köpfe zusammenstecken, wenn ein Kleinbus voller Touristen durch die Dörfer kurvt. Die Leute sind verschlossener hier, heißt es. Man geht nicht einfach so seinen Nachbarn besuchen, sondern sagt eine Woche vorher Bescheid. Schließlich muss man sich erst kennenlernen.

Dabei zählt das aufstrebende Monferrato zu den wichtigsten Weinvierteln Italiens. Klingende Namen wie Barbera, Barolo, Barbaresco oder Nebbiolo entstammen diesen sanften Hügeln. Neben klassischen Rotweinen bringen die Böden hervorragenden Spumante hervor. Als Mekka für Weinfans gilt der 10.000-Einwohner-Ort Canelli in der Provinz Asti, denn hier haben sich drei der größten Kellereien angesiedelt: Gancia, Contratto und Coppo. Berühmt für ihre wertvollen Tropfen, sind diese großen Namen ebenso für ihre unterirdischen Keller bekannt. Sogenannte Wein-Kathedralen mit Tunneln von bis zu 20 Kilometer Länge, die sich in den Tuffstein bohren und längst zum Unesco-Kulturerbe zählen. Die passende Feuchtigkeit, gemäßigte Temperaturen rund 30 Meter unter der Erde, dazu die raumgreifende Stille – wer im Rahmen einer Verkostung durch die spärlich beleuchteten Gänge wandert, versteht sofort, warum diese Hallen „Kathedrale“ genannt werden.

Zurück im Sonnenlicht, probieren wir andächtig die irdischen Schätze. „Wir sind nicht bekannt für das Blending,



Trüffelhund Camilla (links) hat einen Schatz gefunden: riesige Trüffel, die mehrere Hundert Euro wert sind.

Fotos: Franziska Horn

das Mischen also, dafür aber für 100 Prozent reine Trauben“, sagt Sommelier Luigi vom Label Coppo und schenkt ein – in diesem Fall einen frischen Spumante, gekeltert nach der „metodo classico“, die italienische Version der „méthode champenoise“. Ein paar Straßenzüge weiter öffnet Sommelier Riccardo im Hause Contratto eine Flasche Millesimato, einen Jahrgangs-Spumante von 2013, gemacht mit 80 Prozent Pinot Noir-Trauben, fein perlend und etwas mineralisch, das bleibt in Erinnerung. Dazu einen heimischen Formaggio di Castelmagno, den es nur im Piemont gibt, fertig ist der Aperitivo! 1867 gegründet, ist Contratto der älteste Spumante-Produzent Italiens. „Die Keller wurden einst per Hand gegraben. Früher hat jeder Bauer Wein für den Eigenbedarf angebaut und fünf Liter am Tag getrunken, um den Kalorienbedarf zu decken“, erzählt Riccardo.

Für Menschen, die ein gut gemachtes Vitello Tonnato lieben, erweist sich ein Piemont-Trip als Reise zum Ursprung des Genusses: Denn vom „Fuße des Berges“ kommen sie her (nichts anderes bedeutet der Name Piemont), die mit Thunfischsauce überzogenen Kalbfleischscheiben. Hier, wo maritime (Thunfisch) auf ländliche Einflüsse (Kalbfleisch) treffen und ungewöhnliche Verbindungen eingehen.

Am schönsten ist diese Landschaft im Spätherbst, wenn Nebelschwaden die Täler zwischen sanften Hügeln bedecken. Dann ist Zeit zur Ernte der kraftvoll schmeckenden Haselnüsse. Nicht umsonst wurde das weltbekannte

Nutella hier im Piemont als „Crema da Spalmare“, Haselnusscreme, erfunden. Im Herbst ist auch die beste Zeit zur Trüffelsuche, zum Beispiel im kleinen Dorf Bergamasco. 750 Einwohner, ein Restaurant, kein Hotel, aber ein altes Castello aus dem 11. Jahrhundert gibt es, das dem Adelsclan der Gonzaga gehörte, später dann Carlo Leva, unter anderem Produktionsdesigner der Sergio-Leone-Filme. Empfang beim Bürgermeister, das halbe Dorf ist dabei. Seit 1999 feiert man immer am zweiten Sonntag im Oktober die Fiesta di Tartufo, das Trüffel fest. Die Akteure der Jagd nennt man hier Trifulau (Trüffelsucher) und Tabui (Trüffelhund). Wir folgen Gianpaolo Guastavigna und Hundedame Camilla, ein Lagotto Romagnolo – diese Tiere gelten als wahre Trüffelhunde. Ausgewachsen und trainiert erschnüffeln sie kostbare Preziosen aus der feuchten waldigen Erde, die viel Bares einbringen. „Die Tartufi wachsen spontan, nicht an bestimmten Stellen, das macht das Finden so schwierig“, erklärt Gianpaolo. Stracks läuft Camilla voraus, über die Felder und hinein in einen Hain aus Gelso, Maulbeerbäumen also. „Guarda bene, Topolina!“, ruft Gianpaolo, was soviel heißt wie „Schau gut hin, Mäuschen!“. Prompt fängt Camilla zu buddeln an und da, in rund 20 Zentimetern Tiefe, eine große Knolle! „Nicht kaputt machen“, mahnt das Herrchen und legt den Tartufo mit einem speziellen Haken namens Zapetta frei. Bravo, Camilla! Rund 250 bis 350 Euro bringt ein „Etto“ vom weißen Trüffel ein, das sind 100 Gramm, eine wahre Delikatesse von Mutter Natur.

„Der schwarze Sommertrüffel heißt Scorzone und wird von Juni bis Ende August geerntet, der weiße folgt im Herbst und Winter“ sagt Gianpaolo und serviert, zurück im Dorf, handgehacktes Tatar vom Piemonteser Fassona-Rind, eine Rasse, die er persönlich züchtet. Darauf ein paar hauchdünne Raspel vom weißen Tartufo ... Fazit dieser Reise? Alles Gute kommt von unten! Franziska Horn



Die ehrwürdigen Gewölbe der „Wein-Kathedrale“ von Contratto lassen auf große Tropfen hoffen.

Wenn der Appetit als Kompass dient

Vom Heurigen bis zur Haubenküche – in Niederösterreich gibt es für Feinschmecker Gaumenfreuden in Hülle und Fülle zu entdecken

Ein herzhafter Biss in einen Marillenknödel, dazu ein Birnenmost oder ein Glas Grüner Veltliner – eine unwiderstehliche Kombination, typisch für Niederösterreich. Die sechs Regionen des größten österreichischen Bundeslands – Waldviertel, Weinviertel, Donau Niederösterreich mit der Wachau, Mostviertel, Wienerwald und Wiener Alpen – wetteifern zur Freude aller Foodies um kulinarische Meriten. Hochwertige Lebensmittel, ehrlich produziert und inszeniert, kommen von saftigen Almen, aus prachtvollen Weingärten mit blühenden Obstbäumen und aus kristallklaren Seen. Viele Völker haben hier ihre kulinarischen Spuren hinterlassen. Angereichert mit dem Habsburger Erbe und den Einflüssen aus dem nahen Tschechien und der Slowakei ergibt sich so eine unverwechselbare kulinarische Tradition, die stetig im Wandel ist. Es folgen sechs Vorschläge für Entdeckertouren in Niederösterreich:

Bestes von der Birne

Im Mostviertel dreht sich das ganze Jahr alles um die Birne. Kein Wunder, denn 300.000 blühende Birnbäume inspirieren zu feinen Kreationen: Ob sortenreiner Birnenmost, limitierte Einzelbaumabfüllung, Bio-Birnen-Desertwein oder als innovatives Menü bei der Veranstaltungsreihe „Mostviertler Feldversuche unter Birnbäumen und freiem Himmel“ – nur das Beste von der Birne kommt auf den Tisch. Hüter der Mostbirne sind die sogenannten Mostbaroninnen und -barone. Dabei handelt es sich um ausgewählte Betriebe, die die Qualität ihrer Birnen mit besonderen Angeboten verknüpfen. Bei ihnen oder in gut sortierten Regionalläden gibt es von Chutney bis Senf diverse weitere Spezialitäten von der Mostbirne zu entdecken.

Lebensader Donau

Wer sich von der Wachau über das Kamptal bis nach Carnuntum durch die Weinbaugebiete an der Donau kostet, dem eröffnet sich von Sonne bis Urmeer ein ganzer Kosmos an Geschmäckern. Bei „Genuss on Tour in der Wachau“ lassen sie sich allesamt zu Fuß, mit dem Fahrrad oder auf einer Zille, dem traditionellen Holzboot auf der Donau, entdecken. Nicht vorbei kommt man an der Wachauer Marille, ein geschütztes und geschätztes Kulturgut. In Knödel gepackt, mundet sie zu den vielen Weltklasseweinen, die in den sechs Weinbaugebieten kultiviert werden. Ihre charmanten Rieslinge oder spritzigen Veltliner lassen sich am besten in den urtümlichen Kellergassen oder in den unzähligen Gasthäusern und Heurigen genießen.

Wiese, Wald und Weinkultur

Die zwischen Mollands und Langenlois, zwischen Zöbing und Hadersdorf gelegene Region gleicht einer grünen Schatzkammer. Endlos erstrecken sich im südöstlichen Waldviertel, im Kamptal, die Weingärten. Die hier herrschenden besonderen Boden- und Klimabedingungen



Foto: Niederösterreich Werbung/ Ian Ehm



Foto: Weinstraße Weinviertel / Robert Herbst



Foto: Niederösterreich Werbung/ Julius Hirtzberger

nutzen die Waldviertler Winzerinnen und Winzer, um große Terroirweine hervorzubringen. Auf Radtouren lassen sich nicht nur altherwürdige Schlösser erkunden, sondern bei kulinarischen Zwischenstopps neben Weingütern auch die vielen Wirtshäuser, Vinotheken und Kellergassen auf ihre Edelbrände, Rieslinge und Veltliner hin testen.

Geschmacklicher Gipfelsturm

Der Köstlichkeit letzter Schluss? Keineswegs. Ein Aufstieg in die Wiener Alpen ist nicht nur sportlich, sondern auch kulinarisch zu empfehlen. In den Wirtshäusern, Cafés und beim Heurigen bieten sich Entdeckern überraschende Spezialitäten, die es nur hier gibt, wie zum Beispiel Bier aus Brotresten, ein Verjus-Drink aus unreifen Weintrauben oder CO₂-neutral produzierter Apfelmost. Nicht zu vergessen Topfen vom Tiroler Grauvieh oder Fleisch vom Schneebergland-Schwein. Tatkräftigen und mutigen Betrieben und Gastronomen gebührt dafür die Anerkennung.

Köstliche Inszenierungen

Das Weinviertel trägt seine Spezialität schon im Namen. An der 120 Kilometer langen „Weinstraße Südliches Weinviertel“ wachsen zum Beispiel die Reben für ausgezeichnete Grüne Veltliner, Zweigelt oder Pinot Noirs. Am besten erwirbt und verkostet man sie vor Ort auf Weingütern, in Bauernläden und Greisslereien, kleinen Lebensmittelgeschäften, und unter freiem Himmel genießt man sie am stilvollsten an den „Tafeln im Weinviertel“, zu denen Spitzenköche und Winzer einladen. Ein wahres Weinkulturgut sind die berühmten Kellergassen mit ihren Presshäusern, Schauplätze für rauschende Verkostungen und Feste.

Wienerwald

Kaum etwas verkörpert die österreichische Wein- und Genussskultur wie der „Heurige“. In den traditionellen Weinlokalen wird der junge, neue Wein zelebriert. Der Ursprung der Heurigenkultur liegt in der sich vom südlichen Stadtrand Wiens bis südlich von Baden erstreckenden Thermenregion Wienerwald. Beim gemütlichen Zusammensein genießt man in Haubenlokalen und Buschenschanken Weinraritäten wie Zierfandler und Rotgipfler.

Tipp

Der weite Land-Guide Kulinarik-Edition bietet Einkehr-, Ausflugs- und Übernachtungstipps und kann kostenlos bestellt oder heruntergeladen werden unter <https://www.niederoesterreich.at/der-weite-landguide-kulinarik>. Niederösterreich lässt sich kulinarisch entdecken unter www.niederoesterreich.at/entdeckertouren-kulinarik.


 DEM „NO-SHOW-BUSINESS“ EIN ENDE!

RESERVIERT

Foto: Adobe Stock

Eigentlich einfach:
Wer nicht kommen
kann, sagt ab –
offenbar zu viel
Aufwand für manche
Gäste. Immer weniger
Gastrobetriebe nehmen
dies einfach so hin.

Reserviert, nichts passiert

Einen Tisch für sich freizuhalten ist wichtig für Gast und Gastronom. Wer da nicht auftaucht, ohne Bescheid zu geben, zeigt wenig Stil. Und hat sicher die falsche Strategie

Fairness wird gerne und überall hochgehalten. Trotzdem ist es mit dieser manchmal so eine Sache. Auf dem Fußballplatz oder bei anderen körperbetonten Sportarten, beispielsweise beim Handball oder Basketball, wird sie wie selbstverständlich auf dem Platz eingefordert. Was nicht heißt, dass es automatisch auch immer fair zugeht. Wird man dennoch bei unfäirem Verhalten erwischt, dann gibt's in der Regel von Schiedsrichterin oder -richter eine Gelbe Karte, eine Verwarnung, eine Zeitstrafe, eine Rote Karte oder im schlimmsten Fall andere spürbare Disziplinarmaßnahmen. Und: Wer will schon unfair sein? Will sich gerne vom Widersacher nachsagen lassen, mit unlauteren Mitteln eigene Vorteile herausgeschunden zu haben? Niemand vermutlich, zumindest nicht öffentlich. Schauen wir auf ein anderes Spielfeld, nämlich das der Gastronomie, wo alltäglich auch mit harten Bandagen um die Kundschaft ausgeschrieben, gebacken, geschnippelt, gebraten, gekocht und geputzt wird. Auch hier erwarten alle beteiligten Player nicht mehr und nicht weniger als: Fairness. Die Kundschaft zu Recht auch Fairness bei der Preisgestaltung für Speisen und Getränke. Besitzerinnen und Betreiber von Kaffeehäusern, Gaststätten oder Restaurants wiederum dürften von ihren Gästen ebenfalls Anstand erwarten. Zum Beispiel dann, wenn ein oder mehrere Plätze oder Tische für einen bestimmten Tag und eine bestimmte Uhrzeit reserviert

wurden. Immer häufiger haben es Profi-Gastgeberinnen und -Gastgeber hier mit einem Phänomen zu tun: dem sogenannten „No-Show“. Zuvor Buchende kommen nicht, sagen aber auch nicht ab.

Dieses Verhalten ist auch dem Deutschen Hotel- und Gaststättenverband (DEHOGA) bekannt. Er beobachtet es unter anderem auch bei Messegästen, die gleich in mehreren Restaurants reservieren, aber logischerweise nur in einem zu Mittag oder zu Abend essen. Weil die Zahl der No-Show-Gäste wächst, ergreifen Gastronomen immer häufiger Gegenmaßnahmen. Ohne Absage zum vereinbarten Speisetermin nicht erscheinen – wer das so praktiziert, ist sich offenbar nicht bewusst, mit welchem finanziellen und organisatorischen Aufwand die Auslastungsplanung eines Restaurants verbunden ist. Jede/r Unternehmer/in, so die Empfehlung der DEHOGA, sei deshalb gut beraten, die Gäste aufzuklären, damit diese „Unsitte“ der No-Shows eingedämmt werden kann.

Doch vielen Profis ist die „No-Show“-Nummer mittlerweile offenbar zu bunt geworden: Interessant ist in diesem Zusammenhang das Ergebnis einer Umfrage des nordrhein-westfälischen Landesverbandes der DEHOGA unter 270 Branchenvertretern. Tenor: Jeder Neunte der befragten Gastgeber in Nordrhein-Westfalen verlangt als Konsequenz eine No-Show-Gebühr, gut sieben Prozent der befragten Betriebe verlangen Vorkasse, vier Prozent lassen sich bei der Buchung die Kreditkartendaten geben

und buchen ab, wenn die Gäste ohne Absage ausbleiben. Restaurants bauen auch zunehmend entsprechende Klauseln zu No-Shows in ihre Geschäftsbedingungen ein oder führen Listen, auf denen vermerkt wird, wer häufiger ohne Absage nicht erschienen ist. Solche Gäste werden mitunter nicht mehr akzeptiert.

Was viele Gäste nicht wissen oder bedenken: Eine Reservierung ist sowohl für den Gastwirt als auch für den Besucher verbindlich. Kommt ein Gast nicht und kann der Gastronom nachweisen, dass es ihm nicht möglich war, den Tisch weiterzugeben, so ist der Gast schadensersatzpflichtig. Derartige Hinweise auf die Verbindlichkeit einer Reservierung am Telefon oder per E-Mail sind, wie oben erwähnt, vom Verband empfohlen und gut gemeint, aber letztlich doch nicht immer hilfreich, anders wäre No-Show wohl kaum immer noch so populär.

So bleibt nur, beharrlich an die viel beschworene Fairness zu appellieren: Je zeitiger Informationen über Änderungen oder Absage bei den Profis aufschlagen, desto flexibler können diese planen. Und wer korrekt seinen Tisch abbestellt, wer weiß, bekommt mal ganz unverhofft einen freien Platz – zum Beispiel beim nächsten Städtetrip, wenn Hunger oder Müdigkeit spontan auftauchen.

Wer scheitert da schon gerne am Empfang, weil alle Tische besetzt oder reserviert sind ... von Gästen, die dann doch nicht kommen?

Rudi Kanamüller



www.hotel-neue-post.de



Servus & Grazie di

**SIE SUCHEN ERHOLUNG IN EINEM ANGENEHMEN UMFELD? SIE WÜNSCHEN SICH HERZLICHEN SERVICE?
SIE MÖCHTEN DIE NATUR AKTIV GENIEßEN? SIE LASSEN SICH GERNE VERWÖHNEN?**

All das finden Sie hier in Bodenmais mitten im Bayerischen Wald unterm Arber. Im Wohlfühlhotel Neue Post können Sie den Alltag hinter sich lassen, authentische Gastfreundschaft erleben und sich auf ein vielfältiges Freizeitangebot freuen.

Die Neue Post ist „**IHR DAHOAM**“ für eine kleine Auszeit und idealer Ausgangspunkt für kurze und lange Wanderungen und Ausflüge zu vielen Sehenswürdigkeiten.

Abwechslung wird auch im Hotel groß geschrieben: Unsere Wellnesslandschaft mit Sole- und Aromadampfbad, Kräuterstadl, finnischem Saunastadl, Infrarotkabine, Hallenbad mit direktem Ausgang zur Gartenanlage und Liegewiese lädt zum Entspannen ein. Das Highlight des Hauses ist der große Außenwhirlpool – für Sommer- und Wintergäste.

Unser Kosmetik- und Massageteam wird Ihren Aufenthalt zudem mit wohltuenden Anwendungen abrunden.

Lassen Sie den Tag in der gemütlichen Atmosphäre unserer Stuben Revue passieren oder bei einem Glas Wein im Kaminzimmer ausklingen. Wir freuen uns auf Sie zu jeder Jahreszeit.



SCHNUPPERTAGE ♥

- 3 Übernachtungen inklusive Verwöhhpension
(Frühstückbüfett, nachmittags Kaffee, Kuchen & Snack, 4 Gang Wahlmenü am Abend)
- 1 Ganzkörper-Naturholzmassage
(sanfte Faszienbehandlung 40 min.)
- Fitnessprogramm, täglich wechselnd

AB EURO 356,00 p.P.

WOIDWUNDER ♥

- 3 Übernachtungen inklusive Verwöhhpension
(Frühstücksbüfett, nachmittags Kaffee, Kuchen & Snack, 4 Gang Wahlmenü am Abend)
- 1 Alpienne Honigpeeling, 1 Alpienne Rückenmassage, 1 Alpienne - entspannendes Honig-Zirbenbad
- Fitnessprogramm, täglich wechselnd

AB EURO 426,00 p.P.



6 x Gold für spanische Superklasse

VINOS

Das Beste aus Spanien



GOLD
Berl. Wein
Trophy

GOLD
Mundus
Vini

GOLD
Gilbert &
Gaillard

GOLD
Berl. Wein
Trophy

GOLD
Gilbert &
Gaillard

GOLD
Mundus
Vini

ÜBER
50%
KENNENLERN-
RABATT

STATT ~~62,65 €~~
29,99 €*

SCHOTT
ZWIESEL

Inklusive
**GLÄSER
SET**

VERSANDKOSTENFREI* BESTELLEN: vinos.de/freude



**Beste Fachhändler
Spanien 2023**



**Schnelle Lieferung mit DHL
in 1-2 Werktagen**



**Top-Bewertungen
4,9/5 Sterne bei Trustpilot**

ZUM PAKET



*Gratisversand gilt beim Vinos-Erstkauf, ansonsten kommen 2,99 € Versand je Bestellung hinzu. Angebot enthält 6 Weine aus Spanien à 0,75l/Fl. und 2 Gläser von Schott Zwiesel. Sollte ein Wein ausverkauft sein, wird automatisch der Folgejahrgang oder ein mind. gleich-/höherwertiger Wein beigelegt. Aktueller Paketinhalt unter vinos.de/freude. Angebot ist gültig, solange der Vorrat reicht. Es gelten unsere AGB. Grundpreis pro Liter: 6,66 €. Preise verstehen sich inkl. MwSt. Wein & Vinos GmbH, Hardenbergstr. 9a, 10623 Berlin, 030 330 855 05 (Mo-Fr 9:00-17:30 Uhr). **Vorteilsnummer: 38139**