

FREUDE

pur

GENUSSREISE

ANGEBOTE
Kaufdown.de
gesehen auf

Kirchweih

Herbstereignis mit
Spezial-Leckereien

Kurkuma

Eine farbenfrohe und
gesunde Vielkönnern

Küchenmythen

Hartnäckige
Irrtümer am Herd



Entdecken Sie Ihr Wohlfühl-Refugium,
scannen Sie einfach den QR-Code!

in balance

DAS GEFÜHL, DAS SIE MIT NACH HAUSE NEHMEN.

Nie war Erholung im Urlaub so wertvoll wie heute. Das Wellness- & Sporthotel Jagdhof hat dafür eine völlig neue Dimension der Symbiose aus Wellness, Sport und Luxus geschaffen, die Ihnen den Spielraum gibt, zu sich selbst zu finden und Ihre Bedürfnisse neu zu definieren. Für ein ganzheitliches Wohlfühlgefühl.

ÜN-Preis ab € 213 p.P. im DZ-Classic



Essen ist so viel mehr als Nahrungsaufnahme. Gerade in guter Gesellschaft, zusammen mit Freunden oder der Familie, ist es ein Erlebnis, das man oft mit schönen Erinnerungen verbindet. Aber auch im Alltag lassen sich ganz bewusst Genussmomente schaffen. Unter anderem mit der Frage, was man da eigentlich gerade in welchem Rahmen zu sich nimmt.

Foto (geniiert mit KI): Adobe Stock



Natascha Gerold.

Foto: Frank Lübke

Aus jedem Essen kann ein Fest werden

Liebe Leserinnen und Leser,

„Mahlzeit“ „Mahlzeit“ „Mahlzeit“ ... können Sie sich noch an den wunderbaren Sketch „Mittagspause“ von Gerhard Polt erinnern? Er spielt in einer Betriebskantine zur Stoßzeit. Gerhard Polt und Gisela Schneeberger verkörpern zwei Kollegen in der Warteschlange, die Konversation der beiden über „Filettöpfchen San Remo“ und „Hackbraten“ wird pausenlos durch oben genannten Zuruf unterbrochen, die Kommunikation wird immer sinnentleerter – bis zum pointierten Schluss.

Der manchmal etwas schroff anmutende Mittagsgruß unserer Arbeitswelt ist der Rumpf des Wunsches „Gesegnete Mahlzeit“. Eigentlich ein sehr schöner Wunsch, wird mit ihm doch ausgesprochen, dass das Essen dem Gegenüber gut tun soll. Wie Tischgebet und Erntedankfest ist er eine Einladung zum Innehalten, erinnert daran, dass nichts von dem selbstverständlich ist, was auf den Tisch kommt. Dabei spielt es keine Rolle, ob man gläubig ist oder nicht. Wer der Nahrung Aufmerksamkeit schenkt,

kann jede Mahlzeit, sei es die Bratwurstsemmel, der Leberkäs' oder der bunte Salat, zum kleinen Fest machen.

Bewusstes Essen ist eine Grundvoraussetzung für Genuss. Wer glaubt, ihn verlernt zu haben, kann ihn wiederentdecken. Zum Beispiel zu Hause, indem man sich den Tisch schön deckt, statt aus Staniol oder Pappe zu futtern. Zum Beispiel auf Reisen, indem man die Augen öffnet, was örtliche Restaurants, Wirtshäuser und Hotels zu bieten haben. Denn die bekannten Global Player der Systemgastonomie sind zwar an vielen Orten schnell gefunden, aber leider machen sie nicht satt. Sie nähren nicht den Körper und schon gar nicht die Seele.

Mit diesem Heft wünschen wir Ihnen viel Freude beim (Wieder-)Entdecken der Welt der Genüsse und im besten Sinne „Mahlzeit“!

Natascha Gerold
Redaktion „Genussreise“

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

In diesem Heft

06 Kurzmeldungen

Nachrichten aus Genusswelten

08 Kunst und Gastronomie

Das oberpfälzische Ehepaar Franziska Luber-Böhm und Jürgen Böhm im Gespräch

14 Goldene Zutat

Kurkuma bringt Farbe ins Gericht - doch das Gewürz kann noch mehr

16 Gaumen auf Wanderschaft

Diese Spezialitäten nähren immer wieder mal Fernweh

17 Der Herbstzeitlose

Über Landesgrenzen hinaus hat Federweißer eine große Fangemeinde

18 Falsche Freunde

Von abgeschreckten Eiern bis zum öligen Nudelwasser halten sich viele Küchenirrtümer hartnäckig

19 Produktempfehlungen

Für Sie schon mal ausprobiert

22 Glosse

Die Qual der Werkzeugwahl bei Besteck und Gläsern



**Kerba, Kirta, Kerm...
Welche leckeren
Spezialitäten gibt es wo
zur Kirchweih?**

Foto: erlebe.bayern / Guido Schmelich

**Beliebte Klassiker,
angesagte Rezepturen:
Tolle Cocktails,
von Profis empfohlen.**

Foto: Michael K. Albrecht



**Die Sinne kann man in
der Cité du Vin (Foto)
schärfen. Oder bei der
nächsten Verkostung
von Wein, Käse & Co.**

Foto: Anaka / Cité du Vin / Casson Mann /
Agence Clémence Farrell / Ich&Kar / Matière
à penser / Squint Opera / Ilusio





die FASANERIE

Ein idyllisches Kleinod

In der FASANERIE trifft Tradition auf stilvolle Moderne – für unvergessliche Momente, die lange nachwirken.



Die FASANERIE – idyllische Tradition & stilvolle Moderne

Wer gern das Besondere dem Gewöhnlichen vorzieht, dem dürfte es in der FASANERIE gefallen. Das Traditionslokal präsentiert sich im neuen, stilvoll-modernen Gewand.

Allein schon die Lage macht die FASANERIE zu einer besonderen Gastro-Adresse. Denn um die historischen Gemäuer der ehemals königlichen Fasanenzucht herum findet sich – trotz der Nähe zur Stadt – nur Wald, Wiesen und Ruhe! Hier, am Rande des Hartmannshofer Parks, unweit vom Botanischen Garten und dem Schloss Nymphenburg, lässt er sich erleben, der Mix aus traditionsreichem Haus und modernem Flair – auf hohem Niveau.

Neben fünf sehr individuell und stilvoll ausgestatteten Gasträumen in unterschiedlichen Größen und Farben bietet auch einer der schönsten Biergärten Münchens unter alten Kastanienbäumen ein reizvolles Ausflugsziel und sicher immer ein freies Lieblingsplätzchen. Eine wunderschön ausgebaut, nach oben offene Tenne bietet Platz für bis zu 250 Gäste für Familien oder Firmenfeiern aller Art.

Das Restaurant – gutes Essen und noch viel mehr ...

Unter dem Motto „Mediterran meets Bavaria“ gelingt hier der Spagat zwischen traditionell weiß-blauem Gaumenkitzel im Biergarten und der leichteren mediterranen, saisonalen Küche im Restaurant. Ungewöhnliche Akzente setzen neu interpretierte Wildgerichte, passend zum Haus.

Pächterin Martina Schotter, die bereits das Café Limulus im Nymphenburger Schloss zum Erfolg geführt hat, beschreibt: „Wir kochen qualitativ hochwertig, immer frisch, saisonal und aus der Region. Flankiert von ausgewählten Weinen möchten wir jede raffinierte kulinarische Kreation für unsere Gäste zu einem kleinen, feinen Genussgipfel machen.“ Ja, man kann sagen, die FASANERIE wird gerade mit viel Leidenschaft wach geküsst.

Die Lage – mitten im Grünen und doch in München

Wenn Sie mit dem Auto zur Fasagerie kommen, finden Sie in der Hartmannshofer Straße 20 viele Parkplätze direkt vor der Tür. Und auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln wie der U- und S-Bahn (Haltestelle München Moosach) sowie dem Bus (Haltestelle Untermenzinger Straße) erreichen Sie die FASANERIE schnell und bequem.

Unser Tipp:

Fahren Sie mit der Trambahn Linie 17 bis zur Amalienburgstraße und spazieren Sie ca. 15 Minuten durch das schöne angrenzende Wäldchen „Kapuzinerhölzl“.



Für alle, die gern „Ahh“ und „Ohh“ sagen

Sie mögen es spannend?

Definiert man eine Überraschung als „Etwas, womit Sie nicht gerechnet haben, das rasch über Sie kommt“, so ist das schon ganz nah am 4-Gänge-Überraschungsmenü der FASANERIE. Sie entscheiden sich lediglich vorab einmal für Fleisch, Fisch oder vegetarische Küche. Alles andere dürfen Sie dann ganz gespannt dem Küchenteam der FASANERIE überlassen. Ganz sicher ist, dass Vorspeise, Zwischengang, Hauptspeise und Dessert immer ein feiner Gaumenschmaus sein werden. Die Überraschung gibt es für 55 Euro pro Person. Menü nur mit Reservierung von Do.–Fr. möglich.

die FASANERIE | Hartmannshofer Straße 20 | D-80997 München | +49 89 92284 600 | info@fasanerie.de | www.fasanerie.de

Öffnungszeiten: Restaurant – à la carte

Mittwoch – Freitag 17:00 Uhr – 22:00 Uhr

Samstag, Sonntag & Feiertag 12:00 Uhr – 22:00 Uhr (durchgehend warme Küche)

Bankett – an allen Tagen möglich | Reservierungen für das Überraschungsmenü sind nur am Donnerstag und Freitag möglich



Informiert und inspiriert



Clevere Gewächse

Von Karotte über Möhre, Mohrrübe, Gelbe Rübe oder Rübli bis hin zu Wurzel – das traditionsreiche Gemüse ist unter vielen Namen bekannt

Kalorienarm, gesund und leuchtend wie der Herbst: In Orange sind Möhren zwar am bekanntesten, doch die knackige Wurzel gibt es auch in Gelb und Weiß, sogar in Rot und Violett. Auch geschmacklich ist Möhre nicht immer gleich Möhre, so die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse (BVEO): Orangefarbene Möhren schmecken leicht süßlich. Weiße Karotten sind besonders mild im Geschmack. Die gelben Karotten sind weniger süß, und die violetten besonders knackig und aromatisch. Bereits im Mittelalter waren die Vorzüge der ebenso wie Fenchel und Petersilie zur Familie der Doldenblütler gehörenden Karotte bestens bekannt. Die ersten wilden Exemplare, welche übrigens violett und weiß waren, sollen in Nordafrika, Vorderasien und Südeuropa gewachsen sein. Im 18. Jahrhundert waren es dann die Niederländer, welche erstmalig die orangefarbene Rübe aus Kreuzungen von Wildrüben züchteten. Ab diesem Zeitpunkt breitete sich die Beliebtheit der gesunden Wurzel blitzartig auf der ganzen Welt aus. Karotten sollen gut für die Augen sein. Aber stimmt das wirklich? Tatsächlich ist an diesem Mythos, welcher sich schon seit Generationen hält, zumindest etwas dran. Denn Möhren stecken voller Beta-Carotin. Dieser Vitalstoff verleiht ihnen zum einen ihre orangene Farbe und ist zum anderen die Vorstufe des lebenswichtigen Vitamins A. Und das ist in der Tat gut für unser Auge.

Neben Beta-Carotin und Vitamin A stecken in der Möhre einige weitere nützliche Vitamine und Mineralstoffe, die Körper und Immunsystem stärken sollen.
Foto: BVEO / Ariane Biller

Nachhaltig und praktisch

Im Nationalpark Bayerischer Wald kann man Trinkwasser an kostenlosen Refill-Stationen auffüllen

Die Situation kennen viele, die in der Freizeit gerne mal unterwegs sind: Man hat reichlich Flüssigkeit in den Wanderrucksack gepackt, doch die eigenen Wasserreserven sind wieder viel zu schnell zur Neige gegangen. Ferienregion und Nationalpark Bayerischer Wald halten da nun dagegen. Denn mittlerweile können Gäste in vielen Besuchereinrichtungen kostenlos Trinkwasser auffüllen. Im Rahmen der Aktion „Refill Deutschland“ kann man überall, wo der Refill-Aufkleber angebracht ist, kostenlos bestes Trinkwasser in die eigene Flasche einfüllen. Konkret kann im Nationalpark ab sofort die Trinkflasche im Nationalparkzentrum Falkenstein im Haus zur Wildnis und im Servicegebäude am Parkplatz, im Waldgeschichtlichen Museum in St. Oswald sowie im Hans-Eisenmann-Haus aufgefüllt werden. Die Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald bietet den Service in fast allen zugehörigen Touristinfos an. Eine Übersicht über die Refill-Stationen in der Nationalparkregion und in ganz Deutschland gibt es unter www.refill-deutschland.de. Weitere Informationen zum Nationalpark Bayerischer Wald unter www.nationalpark-bayerischer-wald.de.



Kostenlos, aber unschätzbar wertvoll: Im Bayerischen Wald gibt es jetzt Wiederauffüll-Stationen für Trinkwasser.
Foto: Nationalpark Bayerischer Wald

Eine Frage der Menge

Experten raten: Lieber weniger süß genießen als zum Zuckerersatz greifen

Eigentlich wissen wir es: Übermäßiger Zuckerkonsum ist gesundheitsschädlich. Doch wer Zucker reduzieren möchte, nimmt am besten weniger zuckerhaltige Lebensmittel zu sich. Anzuraten ist auch, die eigene Süßpräferenz, also die Schwelle der Wahrnehmung für Süßes, zu senken. Süßungsmittel als Zuckerersatz stellen nur die zweitbeste Lösung dar. Das hat die Ernährungsfachgesellschaft Society of Nutrition and Food Science (SNFS) mit Sitz an der Universität Hohenheim in Stuttgart geraten. Zucker hat einen schlechten Ruf, vor allem versteckt in Lebensmitteln kann er ein Problem darstellen. Andererseits gilt Zucker auch als ein geschmackvoller Bestandteil von Lebensmitteln. Einen Ausweg scheinen zunächst Süßungsmittel darzustellen. „Um Zucker und seine Alternativen ranken sich viele Mythen, die bisweilen von den Fakten weit entfernt sind“, stellt Prof. Dr. Jan Frank fest, der als Ernährungswissenschaftler an der Universität Hohenheim und Vorsitzender der SNFS fungiert. „Auch Süßungsmittel sind gesundheitlich nicht unumstritten.“ Dass dieser Weg, sich weniger Zucker anzugewöhnen, nicht einfach ist, hat ein Hohenheimer Forschungsteam bereits vor einigen Jahren festgestellt: Auf ein zu schnelles und zu deutliches Reduzieren des Zuckers reagieren die Geschmacksnerven negativ und signalisieren dem Körper, dass das Produkt nicht schmecke. Die Menschen nehmen daher eine deutliche Reduktion der Geschmacksstoffe nicht an und müssen erst langsam und schrittweise daran gewöhnt werden.



Ein Stück vom süßen Paradies: Experten raten zu weniger Zucker, fordern aber keinen absoluten Verzicht. Bei Feingebäck beispielsweise sollte man auf Süßungsmittel verzichten, dafür lieber weniger essen.
Foto: Pixabay

Exklusive Weine aus aller Welt entdecken

Am Samstag, 21. Oktober, findet in Kirchheim die Wein-Hausmesse bei Senti Vini statt

Eine Weltreise? Dafür braucht man nur die Strecke nach Kirchheim zurückzulegen. Am Samstag, 21. Oktober bietet Senti Vini bei seiner Wein-Hausmesse von 10 bis 18 Uhr wieder eine tolle Auswahl an exklusiven Weinen aus der ganzen Welt an. Winzer und Weinexperten beraten alle Privatkunden und Weininteressierten gerne umfassend. Karten gibt es für 15 Euro im Vorverkauf und für 25 Euro an der Tageskasse. Senti Vini Weinhandels GmbH
Am Werbering 4, 85551 Kirchheim bei München.
E-Mail: info@sentivini.de; Telefon: 089/78064660.
Weitere Infos unter www.sentivini.de/Hausmesse.



Die Welt der internationalen Weine im Mittelpunkt: Fabrizio Gallo (l.) und Marco Caligaris bei der Wein-Hausmesse von Senti Vini 2022 in Kirchheim.
Foto: Stefan Arends

LEBE FIT & GESUND

buchbar von 05.11. bis 09.11.2023

4 Übernachtungen im gewählten Zimmertyp
Täglich Schmankerlpension mit vitalem Frühstücksbuffet,
Nachmittagsnack und 5-Gänge-Abendmenü

- Einzelgespräch für eine Körperanalyse durch BIA-Körpermessung und Auswertung ca. 60 Min.
- Vortrag mit Workshop „Versteckte Essgewohnheiten entdecken und damit umgehen“ ca. 90-120 Min.
- Workshop „Meine Ressourcen ideal nutzen“
- Begleitetes Training mit modernsten Fitnessgeräten ca. 60 Min.
- Wellness auf über 2.500m²

p. P. ab € 876,-



ZUHAUSE IST DA, WO DU DICH GEBORGEN FÜHLST.

Wann hast Du Dich das letzte Mal so richtig verwöhnen lassen? Bewusst den Moment genossen, als Du im Pool schwerelos durchs Wasser gleitest oder die wohlige Wärme in der Sauna auf Deiner Haut spürst? In unserem familiengeführten Hotel warten 56 Zimmer und Suiten zwischen 25 m² und 73 m² auf Dich und Deine Lieben.

Wir sind ein kleines, aber sehr feines Hotel im Bayerischen Wald, in dem wir Euch beim 5-Gang-Abendmenü und im WALD Spa verwöhnen, nachdem Ihr Eure wohlverdienten Urlaubstage im Bayerischen Wald mit der ganzen Familie verbracht habt. Planscht im Indoor-Pool, entspannt im ganzjährig beheizten Outdoor-Pool, lasst die Seele in unseren vier Saunen baumeln oder powert Euch bei Abenteuern im Nationalpark Bayerischer Wald aus.

Entspannt Euch und tankt eine große Portion Gelassenheit, bevor Ihr erholt in Euren Alltag zurückkehrt.

Eure Diana & Stefan Brunner

*** SUPERIOR HOTEL *Eibl Brunner* 
MEIN ZWEITES ZUHAUSE.

Hotel Eibl-Brunner KG
Stefan Brunner
Hauptstraße 18 | 94258 Frauenau
Tel. 09926 / 9510
E-Mail: info@eibl-brunner.de
www.eibl-brunner.de

Tagespreis
inkl. Eibl-Brunner
Schmankerlpension
p. P. ab € 128,-

Bucht jetzt Euer
Erholungsticket!

QR-Code
scannen
und weitere
attraktive
Angebote
entdecken



Aus allem „Oans“ machen

Das Ehepaar Franziska Luber-Böhm und Jürgen Böhm sind Künstler und engagierte Gastronomen in der Oberpfalz



Frühstücksraum in alten Gemäuern: In ihren Häusern gelingt Franziska Luber-Böhm und ihr Mann Jürgen Böhm die Verbindung von Tradition und Moderne.

Fotos: Armin Sinnwell

Kunst und Gastronomie sind ein hervorragendes Gespann – mit Geschick, Fleiß, Mut und Ideen wird es vorangetrieben. Das zeigen auch Franziska Luber-Böhm und Jürgen Böhm. Beide haben Bildhauerei studiert, und betreiben mittlerweile im hübschen Städtchen Kallmünz (Landkreis Regensburg) mehrere Einrichtungen. Zu diesen gehören das Gasthaus „Zum Goldenen Löwen“, die Kulturwirtschaft „Zum Bürstenbinder“, Schloss Raitenbuch mit gehobener Hotellerie, Yoga und Sonntagscafé sowie eine hauseigene Brauerei. Im Gespräch erzählen sie vom Scheitern, der herrlichen Region Oberpfalz und der Kunst, die sich wie ein roter Faden überall bei ihnen wiederfindet.

Frau Luber-Böhm, vor der Bildhauerei haben Sie Hotelmanagement in der Schweiz studiert ... waren da schon immer zwei Herzen in Ihrer Brust?

Das ist eine längere G'schicht und gar nicht so romantisch. Es wird einem auferlegt. Wenn das Haus in sechster Generation geführt wird, dann erwarten die Eltern und der ganze Ort, dass man das traditionell macht. Ich wusste schon früh, dass ich künstlerisch begabt bin, aber mit Kunst verdient man kein Geld, also entschied ich mich für die Schweiz mit der angeblich besten Ausbildung dort. Ich habe allerdings gemerkt, dass ich nicht der Typ für diese Art der Gastronomie bin. Und danach wurde ich im ersten Anlauf an der Kunstakademie aufgenommen.

Waren die Eltern entsetzt?

Nein, sie sind ja auch künstlerisch interessiert. Und bildende Kunst, alte Sachen und neue, prägen alle unsere Häuser und auch diesen Innenhof. Übrigens ganz Kallmünz. Haben Sie die Skulptur von Adam und Eva, die Rücken an Rücken stehen, schon entdeckt?

Ja, sie ist wunderbar. Herr Böhm, Sie sind Bildhauer wie Ihre Frau und stehen in der Küche ... wo haben Sie denn das Kochen gelernt?

Ich hab's nirgends richtig gelernt, aber ich hab's mir hier in der Küche abgeschaut. Bei uns waren ja zwei Köche aus der Sterneküche beschäftigt. Deren Tricks, zum Beispiel die Gerichte kühlstellen und dann à la minute aufwärmen, die habe ich nicht übernommen. Wir kochen alles frisch. Im Winter mit der Kurzarbeit, da habe ich so richtig Kochen gelernt.

Bereuen Sie als Künstler manchmal, dass Sie die Branche gewechselt haben? Wie empfinden Sie mittlerweile die Arbeit in der Gastronomie?

Ganz ehrlich? Wir würden sehr gern einmal am Mittelmeer liegen und nur entspannen. Für Kunst bleibt uns nur wenig Zeit. Wir bereiten hier unser erstes „Eat & Art“ vor, das wird gut angenommen. Dafür haben wir in unseren Hotelzimmern ein Menü künstlerisch inszeniert, das ist eine Art kulinarische Plastik. In einem Raum bekommen Sie zum Beispiel Fingerfood auf Spiegeln und wenn Sie ihn betreten, merken Sie, es handelt sich um

eine Installation ... die man essen kann. Eine Höhle – Sie wissen vielleicht, dass wir in Kallmünz sogar ein Haus im Fels besitzen? – dient als Bar, wo unsere Destillate auf Eis liegen. Der Hauptgang wird dann an einer traditionellen Tafel eingenommen. Das Dessert ist wieder Teil einer Kunstinstallation.

Wie kam es denn zu dem Entschluss, das elterliche Erbe kreativ anzutreten?

Das war ein Prozess. Erst einmal hat Franzi Schloss Raitenbuch übernommen und ich den Bürstenbinder. Dann war es eine Notlösung, weil der Pächter vom Goldenen Löwen gekündigt hatte und die Eltern am Schlauch gestanden sind. Wir haben das dann übernommen, eigentlich wollten wir es nur verwalten. Jetzt versuchen wir alles gut zusammenzubringen, alles im „Oans“ halt.

Sie haben ja auch ein Hotel in Schloss Raitenbuch, einem ehemaligen Burggut aus dem Mittelalter ...

Das ist wie fast alle Häuser im Ort ein uraltes Gemäuer, erst war es Teil der Burganlage, dann über Jahrzehnte Schulhaus, dann hat es meine Familie übernommen und zum Hotel und Seminarhaus umgebaut. Der Yoga-Raum strahlt eine besondere Ruhe aus, das bekommen Sie nur in historischen Räumen so hin.

Ist es ein Privileg, solche historischen Häuser zu erben beziehungsweise zu besitzen?



Und was ist ein Bauernseufzer?

Das ist eine Pfälzer, also eine geräucherte Bratwurst, auch handgemacht. Im Bürstenbinder bieten wir aber auch Vegetarisches an. Zum Beispiel unseren Gemüsestrudel, außen kross, innen viel Gemüse und Schafskäse. Ob es jetzt das schlichte Essen im Bürstenbinder ist oder das feine im Goldenen Löwen – wir legen großen Wert auf Regionalität und Nachhaltigkeit.

Ein Bockerl?

Tja, mit dem Bockerl haben wir in der Pandemie unser Essen zugestellt. Blieb ja auch sonst nichts zu tun. Es war für die gesamte Gastronomie eine mittlere Katastrophe, von der sich viele nie erholt haben. Ein Bockerl, das ist einfach ein Wagen.

Woher holen Sie sich die Ideen für Ihre kreativen Gerichte?

Als wir das 450 Jahre alte Haus zum Goldenen Löwen von den Eltern übernahmen, haben wir uns viele Kochbücher angeschafft. Da kann man was draus lernen. Wir setzen den Akzent eindeutig auf vegetarisches Essen. Das unterscheidet uns schon sehr von der traditionellen Oberpfälzer Küche mit ihren Fleischgerichten.

Sie bieten ein kreatives Abendmenü mit Bierbegleitung ... das kommt bestimmt gut an in der Oberpfalz?

Das kommt gut an, zumal es das ja woanders nicht gibt. Also gutes Bier geht immer in der Oberpfalz, wir haben ja auch die Brauerei von den Eltern übernommen, unser Bier heißt wie der Grund Gänsbügl. Wir brauen Stout, sechs Sorten India Pale Ale sowie einen roten, schwarzen und weißen Gänsbügl.

Ja, das ist der Oberpfalz-Vorteil, dass es solche wunderbaren Gebäude gibt. Sie zu erhalten und sinnvoll zu nutzen, macht uns natürlich Spaß und ist ja auch Nachhaltigkeit pur – auch wenn ihre Pflege immer ein Thema ist. Es gibt staatliche Unterstützung für Denkmäler, aber vieles muss man natürlich selbst machen.

Muss man für Inspiration die Heimat verlassen haben?

Ja, schon. Aber das bedeutet nicht, dass wir anfangen, in der Oberpfalz japanische Bohnen am Zweig anzubieten. Die einfachen Produkte sind hier traditionell Produkte aus Kartoffeln wie die köstlichen Dengerlsteckerla, das sind Oberpfälzer Gnocchi aus fünfzig Prozent Mehl und fünfzig Prozent Kartoffeln, aber in Vierecken „gedengelt“. Solche herkömmlichen Speisen möchten wir bewahren. Die Oberpfalz ist Steinland, hat man früher gesagt, hier sind nur Kartoffeln gewachsen.

Was ist für Sie typisch Oberpfalz?

Der Jura. Die Oberpfalz ist die Toskana Bayerns, sagt man gerne und das stimmt unserer Meinung nach. Die Naab fließt mäandierend dahin, über ihren Auen erheben sich Wälder, aus denen Felsformationen hervorlugen. Die sind aber sanftmütig, fast neckisch, das sind liebevolle Zeichen aus Stein. An der Naab fühlt man sich einfach wohl, man kann paddeln, in ihr baden, Wasservögel beobachten. Es ist sehr idyllisch hier.

Ist die Oberpfalz ein guter Ort für Experimente?

Auf alle Fälle tut sich was in der Oberpfalz. Zum Experimentieren ist es ein glücklicher Ort. Wir haben die Räume dazu bekommen, müssen keine hohen Mieten zahlen wie in München oder Regensburg, die Lebenshaltungskosten sind niedrig. Ein bisschen fehlt noch die interessierte Klientel ... aber das kommt schon. Die Oberpfalz ist unterschätzt und auch noch unentdeckt.

Für die Nicht-Oberpfälzer: Was ist ein Bauchstecherl?

Bauchstecherl sind handgemachte Fingernudeln und ein typisches Essen in der Oberpfalz, sie sind kleiner als Schupfnudeln und werden nicht aus Kartoffeln, sondern aus Mehl gemacht. Knusprig angebraten mit Sauerkraut und einem Bauernseufzer, stärken sie Radler und Wanderer auf ihrem Weg.

Sie machen auch Whiskey aus Gerste – und was noch?

Die Destillerie macht uns richtig Spaß. Vor allem beim Gin. Whiskey macht sich fast ganz allein, wenn man ihn in ein gutes altes Weinfass steckt. Wir arbeiten nur mit Single Casks wie in Europa üblich. Beim Gin muss man in der Küche experimentieren: Tun wir noch ein bisschen Sanddorn oder von dem Gewürz hinein oder wird das zu viel? Traditionell macht man ja Gin, um die Wartezeit auf den Whiskey zu überbrücken.

Wer sind denn Ihre Gäste?

Bei uns speisen überwiegend Hausgäste von hier oder von Schloss Raitenbuch. Die sind in der Regel aufgeschlossen für kulinarische Neuerungen. Dennoch müssen wir zugeben, dass es nicht leicht ist in einem kleinen Ort wie unserem. Früher kamen viele Regensburger nur zum Abendessen, aber die trinken jetzt alle nichts mehr oder nur wenig. Die Gäste essen und gehen. Da tut sich die Gastronomie schwerer, zumal auch wir unter einem dramatischen Personalmangel leiden.

In Ihrem Hofladen bieten Sie neben Bränden und Bier auch selbstgemachte Fruchtaufstriche und Gebäck an ...

Ja, auch da arbeiten wir ständig an unserem Konzept und versuchen es zu verbessern. Der Laden heißt jetzt Workshop, ein Gehilfe soll darin arbeiten, die Kunden sollen sehen, dass wir hier alles von Hand herstellen. Vegane Aufstriche, Konfitüren, Entenpasteten.

Sie kochen und brauen, brennen feine Schnäpse, backen Kuchen und Brot, sanieren alte Gemäuer ... muss man Künstler sein, um all das zu stemmen? Oder nur gut verwurzelt in der Heimat und sehr fleißig?

Nein, man muss nicht sonderlich verwurzelt sein, man muss nur verrückt genug sein, sich das alles zuzutrauen, oder naiv ... Wir sind von allem ein bisschen und waren am Anfang sicherlich naiv. Wir arbeiten gefühlte 48 Stunden am Tag und gehen die Dinge künstlerisch an. Jedes unserer Gästezimmer ist anders, wir machen nicht nur, sondern haben eine Idee oder ein Konzept, das wir dann gelegentlich über den Haufen werfen müssen, weil es nicht funktioniert. Das Oans ist ein großes Experiment.

Interview: Bettina Rubow



Oben: Franziska Luber-Böhm und Jürgen Böhm. Unten: Der Wirtsgarten vom Goldenen Löwen in Kallmünz.

Herbstzeit ist Kirchweihzeit

Ob Kärwa, Kirta oder Krischta – das eigentlich religiöse Fest ist eine feste Größe in vielen Veranstaltungskalendern nicht nur in Bayern. Dazu gibt es Spezialitäten, die in verschiedenen Regionen mit großem Genuss verspeist werden

Kerwerede in der Pfalz, der Kerbebaum im Saarland oder die Kirchweihmärkte allerorten. Bekanntestes Münchner Beispiel hierfür ist die Oktober-Version der Auer Dult, die Kirchweihdult.

Die Gans oder Ente als Hauptgang, in Bayern mit Knödeln und Blaukraut, in Schwaben mit Spätzle und Blaukraut, hat sich in den meisten Gegenden durchgesetzt. Schmalzgebäck ebenso, in Altbayern die Kirta-Nudeln, in München Auszogne vom Viktualienmarkt, andernorts Küchle oder Krapfen. In schwäbisch-alemannischen Regionen sind auch „Dinnete“, ein Sauerteig-Rahmfladen, und „Greana Krapfa“ beliebt, eine Variante der Maultaschen mit Fleischfüllung.

Heilige auf den 365 Tagen drängelten). Der Kirchweihstag lag hingegen im Ermessen des Ortsbischofs. Sprich: Wann der Weiheakt in den Terminkalender des Bischofs passte.

Da jede Kirche und Kapelle geweiht werden musste und jede einem anderen Heiligen anvertraut wurde, gab es in einem Dorf, einer Stadt oder einem Landstrich praktisch rund um das Jahr gute Gründe zu feiern. Wobei das Patronizium eher seinen sakralen Charakter bewahrt zu haben schien, während sich die Kirchweihfeierlichkeiten zu „Allerweltsfesten“ entwickelten – zum größten und wichtigsten Fest des Jahres, das oft mehrere Tage dauerte.

„A richtiger Kirta dauert bis zum Irda (Dienstag), wann sies duat schicka, aa bis zum Migga (Mittwoch)“, zitiert der Bayerische Landesverein für Heimatpflege einen alten Spruch auf seiner Seite www.brauchwiki.de.

Im Zeitalter der Aufklärung waren es die Landesfürsten, die sich an der ständigen Feierei ihrer Untertanen stießen. Denn die Kassen der Herrschenden waren wegen der vielen Kriege leer. Könige und Co waren dringend auf eine fleißige Bevölkerung angewiesen, die für Steuereinnahmen sorgte. Schon Ende des 18. Jahrhunderts schaffte daher der bayerische Kurfürst Maximilian Joseph (1756 – 1825) einige Feiertage ab. Kaum war er König (von Napoleons Gnaden), verfügte er am 23. Oktober 1806, dass das Kirchweihfest künftig „in allen Pfarrkirchen am nämlichen Tage, am dritten Sonntage im Oktober gleichförmig gefeyert werden“ soll. Sowie, dass die Feste der Filialkirchen, Nebenkirchen und Kapellen „ohne Ausnahme“ aufgehoben sind.

Der Termin ist sicherlich kein Zufall: Die Ernte ist eingefahren, die Bauern haben mehr Zeit. Es dauerte wohl Jahrzehnte, bis sich die Regel allorts durchsetzte. Letztendlich führten die staatlichen Regelungen zu verbrieften Rechten: Liebhart weist daraufhin, dass Ludwig Thoma in seiner Dachauer Zeit als Notar und Anwalt einige Verträge notariell beurkundete, in denen die Sonderrationen an Speis und Trank für Diensthofen und Austräger für diesen Tag verbrieft wurden. In Altbayern und im Gebiet des Erzbistums Augsburg setzte sich die Regel der Wittelsbacher im Laufe des 19. Jahrhunderts mehr oder weniger vollständig durch.

Die Oberpfälzer und Franken hielten (und halten) es anders: Hier feiern weiterhin viele Gemeinden ihre Kirchweih zu ihrem eigenen Termin, irgendwann zwischen Frühjahr und Herbst, entweder am Namenstag des Schutzheiligen oder am tatsächlichen Jahrestag der Weihe. Mit weitreichenden Folgen: „Bis heute gibt es (allein) im Landkreis Amberg-Weizsach von April bis November an die 120 Kirchweihfeste, bei denen auch ein Kirwabaum ausgeplant wird“, heißt es auf der amüsanten und informativen Seite www.wandern-essen.de des Oberpfälzers Wolfgang Maul. Der „Kirwabaum“ ist ein herbstlicher Bruder des Maibaums, um den sich nördlich der Donau einige eigene Bräuche ranken. Dort gibt es übrigens auch den „Kirwabären“ mit seinen Begleitern, die Hex und den Treiber – eine Art Knecht Rupprecht mit Helfern. Mehr noch: Die pfliffigen Franken und ihre Oberpfälzer Nachbarn nahmen den dritten Oktober einfach als weiteren „Feier-Tag“ in ihren Kalender auf. In habsburgischen Tirol, inklusive Südtirol, interessierten sich Einwohner sowieso nicht um die Regelungen bei ihren nördlichen Nachbarn. Statt von Kirchweih spricht man hier vom „Kirchtag“ und seinem Fest, wie übrigens auch in Kärnten. Es gibt hier auch einen Kirchweihbaum: Er wird je nach Region „Kirschtamichl“ oder „Kirchtamichl“ genannt. Tatsächlich ziert oft eine Stroh-puppe mit Hut den Baum.

In vielen bayerischen Städten und Ortschaften gibt es inzwischen nur noch die „Wirtshaus-Kirchweih“. Doch sie ist mindestens so populär wie ehemals die Bauern-Kirmes und der Kirta-Tanz. Nicht zuletzt wegen der guten Gans und der Auszogne.

Horst Kramer



Kirchweihkiachl, Auszogne, Knieküchle, Kirchweihnudel ... für das herrliche in Fett ausgebackene Hefegebäck gibt es fast so viele Namen wie für die Kirchweih.
Foto: erlebe.bayern / Guido Schmelich

Zur alljährlichen Kirchweih ging es in unserem Haus wie in einem Wirtshaus zu“, erinnert sich der Schriftsteller Oskar Maria Graf (1894 – 1964) in seinem autobiographischen Roman „Das Leben meiner Mutter“ (1940 im Exil veröffentlicht). Graf war der Sohn eines Bäckers und wuchs in Aufkirchen am Starnberger See auf. „Es aßen jetzt nicht mehr nur die alten Verwandten gemütlich in der Stube (...). Nun kreischten die übermütigen Kurgäste (...), die Köchinnen und fürstlichen Diener wurden protzenhaft reich bewirtet. Unausgesetzt hatten Mutter, Leni, Theres und Emma alle Hände voll zu tun, um die gierigen Gäste zu bedienen.“ Gegessen wurde „Braten“ – genauer wird der Autor leider nicht. Dazu gab es Knödel, Brezen und Schmalznudeln. Von Gans oder Ente ist bei Graf keine Rede.

Beim Kirchweihfest vermischen sich Öffentliches und Privates, reichlich Essen und Trinken spielen eine Hauptrolle. Die Abtrennung der öffentlichen Feiern von ihren rituellen Wurzeln geht wohl weit zurück, wie um 1600 zahlreiche Bilder niederländischer Maler wie Pieter Bruegel d. J. (1564 – 1638) dokumentieren, die das Sujet „Bauernkirmes“ drastisch illustrierten.

„Kirchweih“ wird je nach Region unter den verschiedensten dialektalen Bezeichnungen gefeiert: in West- und Mitteldeutschland als „Kermes“ oder „Kirmes“ von „Kirchmesse“, in Altbayern „Kirta“ von „Kirchentag“, in Schwaben „Kirbe“, im Fränkischen „Kerwa“, „Kerba“, „Kirwa“ von „Kirchweih“ wie auch „Kerb“ oder „Kerwe“ in der Pfalz.

So vielfältig die Bezeichnungen, so bunt sind die regionalen Bräuche: der Kirtatanz in Altbayern, die satirische

In Franken werden besonders deftige Kerwa-Gerichte verspeist wie das Krenfleisch (Fleisch mit Meerrettichsoße), ebenso Blut- und Leberwürste, Presssack, Schlachtplatte, Braten oder die „Schäufelra“, also eine flache Schweineschulter, im Topf in der Röhre gebraten. Mit Beilagen wie Sauerkraut mit Speck, Wirsinggemüse in Sahnesauce oder Blaukraut und „Klöß“. Als Nachspeise oder zum nachmittäglichen Kaffee sind auch „Küchla“ beliebt.

Im Südtiroler Pustertal ist eine der lokalen Spezialitäten der „Kirschtakropfn“, also der Kirchweih-Krapfen, der allerdings weder süß noch rund ist, sondern groß, lang, aus einem dünnen Teig gezogen und herzhaft: Er wird mit Kümmel in Öl gebacken. Andere Pusterer Spezialitäten, die am Kirschtage gerne genossen werden, sind die süßen „Nigilan“ – süße luftige Krapfen, die in Osttirol als „Niegelen“ bekannt sind – oder die „Tirschtlan“ (Osttirol: Tirtlan), ebenfalls ein Schmalzgebäck, das mit Kraut oder Spinat mit Topfen gefüllt wird. Oft werden die Tirschtlan zusammen mit einer Gerstensuppe serviert.

„Das Fest als solches ist schon in der Spätantike bekannt“, erklärt der Historiker Prof. Wilhelm Liebhart. Spätestens seit dem Mittelalter sind es sogar zwei Feste: zum einen das „Patronizium“, der Namenstag der Kirche – des Heiligen, der seine schützende Hand über das Gebäude und die Gemeinde legt. Das zweite Fest feiert den Tag, an dem der Ortsbischof die neue Kirche weihte und die neue Gemeinde dem Herrgott anempfahl. Das ist der eigentliche Kirchweihstag. Der Patroniziumstag steht von vorneherein fest, denn der Heiligenkalender ändert sich nicht (mal davon abgesehen, dass sich im Laufe der Zeit immer mehr



Online Bonuscode
ONLINE BONUSCODE:
SZ2023
25€
JETZT EINLÖSEN AUF
WWW.SCHREINERHOF.DE
Exklusiv für SZ Leser



Unsere Highlights

- „Water Fun Area“ mit Wellenbad, Strömungskanal, 100m-Röhrenrutsche, Wasserklettergarten u.v.m.
- Adults-only Wellness mit Private Spa, Saunawelt & Infinity Pool
- Bademantel-Bistro mit leckeren Snacks und Getränken
- Wellnessanwendungen für die ganze Familie
- Indoor-Erlebnisland mit Kino, Softplayanlage, Kids-Kart u.v.m.
- Reitschule, Ponyreiten und Bauernhoferlebnis
- Animationsprogramme für die ganze Familie
- Liebevolle Baby- und Kinderbetreuung ab 0 Jahren
- All Inclusive Premium



Bauernherbst

Bauernhoferlebnis zur wunderschönen Herbstzeit inkl. Früh-Anreise- und Spät-Abreise-Paket.

2 Nächte All-Inclusive Premium

ab 970,- €

für 2 Erwachsene und 1 Kind (unter 7 Jahre)



Famihotel Schreinerhof
Schreinerhof 1
94513 Schönberg
Tel: +49 (0)8554 942940
E-Mail: info@schreinerhof.de

www.schreinerhof.de



DE-ÖKO-037
EU-Landwirtschaft



MAUTH PFLICHT

WER GENUSS KULTIVIERT, MUSS DIESE BIERE LIEBEN

IM JAHR 2020 GEGRÜNDET UND MITTLERWEILE MIT 4 SORTEN
(HELLES, DUNKLES, ROTFUCHS WEISSE, EISVOGEL PILSENER)
AUF DEM MARKT: **KANZEL BRÄU – DIE HAUSBRAUEREI DES
GASTHAUS-HOTEL***S FUCHS IN MAUTH**

MEIN WIRTSCHAUS

★★★★S
FUCHS
HOTEL • GASTHAUS



Unten ein bayerisches Wirtshaus. Oben ein stylisches Hotel. Und dahinter: eine kleine, feine Hausbrauerei.

Dieser Dreiklang macht das Gasthaus-***S-Hotel FUCHS und die KANZEL BRÄU zu einem außergewöhnlichen Ort für Urlaub, Genuss und Entspannung – eingebettet in die unberührte Natur des Bayerischen Waldes. Drinnen: Herzliche Gastfreundschaft. Gleich nach dem Reinkommen wie daheim sein. Sich die hochwertige, regionale und bisweilen ausgefallene Küche und dazu das zapfrische Bier aus der öko-zertifizierten KANZEL BRÄU in den Sorten Hell, Dunkel, Weiße und Pilsener schmecken lassen. Ausspannen im modern-behaglichen Hotel mit feinem Wellness-Bereich. Und draußen von der Nationalpark-Gemeinde Mauth aus zu allen Jahreszeiten Wildnis und Abenteuer erleben. Der FUCHS ist Ihr perfektes Quartier im Bayerwald-Revier.

reinkommen
genießen
daheim sein

ANGEBOT

3 TAGE ZU ZWEIT

Unser FUCHS-Angebot zum Kennenlernen:
3 Tage/2 Nächte mit Frühstück im Komfort-
Doppelzimmer und inkl. 1 x freiem Eintritt
zum Baumwipfelpfad.

ab **€ 260,-** pro Zimmer



MEIN HOTEL

Leuchten auf dem Teller

Kurkuma ist köstlich und gibt Gerichten und Getränken eine herrliche Farbe. Zwar sind medizinische Effekte umstritten, in richtigen Maßen genossen ist die Gelbwurz aber wohltuend



Power-Trunk und It-Getränk: Die „Golden Milk“, auch als „Kurkuma Latte“ bekannt, kommt eigentlich aus der ayurvedischen Heilkunst und soll unter anderem das Immunsystem stärken. Foto: Adobe Stock

Die Gelbwurz, bekannter als Kurkuma, gehört zu den Lebensmitteln, die als Superfood gefeiert werden. Als Pulver, frisch geriebene Wurzel oder zu allerlei Präparaten verarbeitet, gilt die Pflanze als Lebenselixier und Wundermittel, das gegen allerlei Beschwerden hilft.

Fest steht, dass Kurkuma eine wichtige Zutat für Curry-Mischungen ist und einen schönen gelben Farbton liefert, der Speisen optisch ansprechend macht. Voll im Trend liegt die Goldene Milch oder Kurkuma-Latte aus Milch, gemixt mit Kurkuma und weiteren Zutaten. Sie schmeckt nicht nur köstlich und wärmt den Körper, sondern soll auch noch sehr gesund sein. In der ayurvedischen Lehre gilt das Getränk seit Jahrhunderten als heilend, anregend und reinigend.

Die Gelbwurz gehört zu den Ingwergewächsen und stammt ursprünglich aus Indien, wo die Pflanze schon seit Jahrtausenden angebaut und genutzt wird. Bis heute ist Indien das Land, in dem das meiste Kurkuma angebaut wird und die Bewohner verbrauchen auch etwa 80 Prozent der weltweiten Ernte. Hierzulande findet man Kurkuma vor allem als Pulver im Regal von Geschäften, das aus dem gemahlenden Wurzelstock gewonnen wird. Die Pflanze selbst kann bis zu einem Meter hoch werden und hat schöne rosarote Blüten.

In Indien wird meist getrocknete Kurkuma verwendet, während etwa in Thailand die frisch geriebene Knolle in der Küche zum Einsatz kommt. Im Westen spielt Kurkuma eine Rolle als Bestandteil von Currypulver, als billiger Ersatz für Safran oder als Farbstoff in der Lebensmittelindustrie, etwa für Senf. Bis zur Entwicklung der modernen chemischen Industrie wurde Kurkuma zum Färben von Papier, Salben und Firnissen verwendet. Kurkumapapier diente als Indikator um Alkalien nachzuweisen, die es, sofern vorhanden, braunrot färbten. Die Gelbwurz gilt in Indien als heilig und wird in der traditionellen Ayurveda-

Heilkunst zu den heißen Gewürzen gerechnet, denen eine reinigende und energiespendende Wirkung zugesprochen wird. Der Wurzelstock, auch Rhizom genannt, wird als pflanzliche Arznei verwendet. Er enthält Curcuminoide, die der Knolle ihre gelbliche Farbe verleihen. Hauptsächlich kommt dabei Curcumin vor. Daneben findet sich ätherisches Öl.

Die medizinische Wirkung ist gleichwohl umstritten. Ob frisch oder getrocknet und zu Pulver gemahlen, enthält die Kurkumawurzel nur etwa sechs Prozent des Polyphenols Curcumin. Weil es nicht wasserlöslich ist, gelangt nur etwa ein Prozent aus dem Verdauungstrakt ins Blut. Es gelangt also wenig in die Zellen, wo es wirken könnte. Zudem wird Curcumin im Körper durch Enzyme schnell abgebaut.

Einfach die Menge zu erhöhen, wäre auch nicht ratsam. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) empfiehlt sogar, täglich nicht mehr als zwei Milligramm Curcumin pro Kilogramm Körpergewicht zu verzehren. Andernfalls können Blähungen, Durchfall, Übelkeit oder Schmerzen im Verdauungstrakt auftreten. Wer frische Kurkumawurzel und das Gewürz nicht mag, kann zu Kurkuma-Extrakten greifen, die als Kapseln erhältlich sind. Auch dabei sollte die Dosis nicht überschritten werden. Mit erfolgversprechenden Effekten wurde der Inhaltsstoff Curcumin in vielen wissenschaftlichen Untersuchungen getestet. Das Problem ist, dass es sich um Versuche in der Petrischale handelte, in denen Kurkuma das Wachstum von Krebszellen hemmte und den frühzeitigen Zelltod auslöste. In Tierversuchen verbesserte Curcumin die Hirnleistung und verhinderte experimentell erzeugte Alzheimer-Veränderungen im Gehirn.

Bloß sind Resultate aus Zellkultur- und Tierversuchen nicht einfach auf den Menschen übertragbar. Dazu wären mehr klinische Studien am Menschen notwendig. Bei solchen Tests wirkte Curcumin gegen Entzündungen, schützte Knorpel und senkte Cholesterin. Kritiker bemängeln

jedoch, dass die wenigen Studien begrenzt aussagekräftig seien, wegen einer zu kleinen Teilnehmerzahl oder weil eine Kontrollgruppe fehlte, um Zufallseffekte auszuschließen. Außerdem seien in den meisten klinischen Studien sehr viel höhere Tagesdosierungen als empfohlen eingesetzt worden. Ähnlich umstritten sind Curcumin-Produkte mit verbesserter Bioverfügbarkeit.

Wer Gerinnungshemmer, Chemotherapeutika oder Medikamente gegen Lebererkrankungen einnimmt, sollte sich vor der Einnahme von Curcumin-Präparaten beraten lassen. Denn Curcumin kann die Wirksamkeit von Medikamenten beeinflussen und auch zu Leberschäden führen. Auch Schwangere, Stillende und Menschen, die unter Gallensteinen leiden, sollten auf Extrakte verzichten, denn diese fördern die Gallensaftproduktion in einem Ausmaß, das im schlimmsten Fall eine Kolik auslösen kann.

Nichtsdestotrotz ist aber klar, dass Kurkuma Magen und Darm helfen kann. Das Gewürz regt die Verdauung an und hilft gegen Völlegefühl und Blähungen. In Indien wird Kurkuma bereits seit Jahrtausenden erfolgreich bei Magen-Darm-Entzündungen eingesetzt. Über gute Erfahrungen berichten Naturheilkundler bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen und beim Reizdarmsyndrom. Laboruntersuchungen zeigen, dass Kurkuma leicht entzündungshemmend wirkt. Vielleicht hilft die Gelbwurz auch bei Arthrose, mindert etwa Schmerzen und Steifheit am Knie. In diesem Fall ließe sich, natürlich in Absprache mit Arzt oder Ärztin, der Bedarf an Schmerzmitteln und Kortison verringern.

Während sich über die medizinische Wirkung also trefflich streiten lässt, ist der kulinarische Effekt von Kurkuma unbestritten. Es verleiht Gerichten, Suppen oder Dips eine herrlich gelbe Farbe und feinherbe Geschmacksnote. Auch dabei gilt jedoch, alles mit Maß. Zuviel Kurkuma kann dazu führen, dass mancher Gast das ansonsten köstliche Curry ein wenig zu bitter findet.

Rezepte dafür gibt es in Hülle und Fülle, für Carnivoren, Vegetarier und Veganer. Ein einfaches veganes Kurkumacurry lässt sich aus Blumenkohl, Kichererbsen, Zwiebel und Knoblauch zaubern, mit etwas Gemüsebrühe und Zitronensaft, versehen mit Mandelblättern und frischem Koriandergrün als Dekoration. In der vegetarischen Version verwendet man Sahne aus Kuhmilch, vegan bieten sich Produkte aus Soja oder Hafer an. Ein schönes Gericht mit Huhn ergibt sich in Kombination mit grünen Bohnen, Lauchzwiebeln, Champignons und Reis. Dazu lässt sich schnell eine selbstgemachte Currypaste fabrizieren. Man nehme geschälte und grob gehackte Kurkumawurzel, dazu eine Zwiebel, eine Tomate, etwas Chili und eine Knoblauchzehe, die zusammen mit Sojasoße, Pflanzenöl und zum Beispiel Agavendicksaft püriert werden.

Sehr zu empfehlen ist die Kurkuma-Latte, wobei der Zusammensetzung kaum Grenzen gesetzt sind. Während Veganer auf Pflanzenmilch schwören, lässt sich das Getränk auch mit Kuhmilch servieren. Puristen schwören auf angewärmte Milch mit etwas Kurkumapulver und vielleicht etwas Honig für diejenigen, die Süßes nicht missen wollen. In ausgefeilten Varianten kann eine Goldene Milch um eine Prise geriebene Muskatnuss oder gar schwarzen Pfeffer bereichert werden, oder auch mit Kokosöl oder Agavendicksaft. Wer geriebene Kurkumawurzel verwendet, püriert diese mit den anderen Zutaten in einem Mixer und wärmt die Milch anschließend auf. Zur Krönung lässt sich noch ein Milchschaumer einsetzen.

Peter Bierl

Die weite Welt der Cocktails

Zwei Bartender geben Einblick ins Einmaleins der Profis und verraten, was vor und hinter dem Tresen aktuell angesagt ist

Der wohl berühmteste Cocktail der Filmgeschichte dürfte der Martini sein. Wie jeder Filmfan weiß, bevorzugt Ian Flemmings Roman- und Filmheld James Bond seinen Martini „gerührt, nicht geschüttelt“. Was aber genau bedeutet das? Worin liegt der Unterschied? Welches sind überhaupt die angesagtesten Cocktails? Und wie viele gibt es überhaupt? Zwei, die das ganz sicher wissen, sind Max Maier und Barnabas Albrecht. Maier arbeitet als stellvertretender Bar- und Lobbymanager, Albrecht als Bar-Supervisor in der Jahreszeiten Bar des Hotels Vier Jahreszeiten Kempinski in München.

„Es gibt tatsächlich einen ganz markanten Unterschied zwischen einem gerührten und einem geschüttelten Martini“, sagt Max Maier und erklärt: „Wenn der Martini im Shaker geschüttelt wird, zerbricht das Eis und setzt Wasser frei, das sich dann mit dem Gin, oder, wenn man das lieber mag, mit dem Vodka vermischt und so den Cocktail ein wenig weicher macht. Wird der Drink hingegen gerührt“, so der Experte weiter, „bleibt er im Geschmack etwas härter, kräftiger.“ James Bond, er bevorzugt Vodka für seinen Martini, trinkt ihn sogar ohne Eis, wenngleich eisgekühlt.

Die Olive ist kein Muss

„Der Original Martini muss übrigens nicht unbedingt mit der klassischen Olive garniert sein“, ergänzt Barnabas Albrecht, „auch mit Zitrone ist es ein klassischer Martini.“ Von großer Bedeutung hingegen ist der Anteil des Gins beziehungsweise des Vodka, zu dem der trockene Vermouth hinzugefügt wird, und der aus der Spirituose erst einen Martini macht.

Apropos Martini: Es ist der Cocktail, der sich so nennt, nicht zu verwechseln mit dem gleichnamigen Vermouth-Produzenten. „Welchen Vermouth man zu seinem Drink nimmt, ist also reine Geschmackssache“, versichern Maier und Albrecht. Aber: Je weniger Vermouth im Cocktail ist, desto mehr ist er „dry“, also trocken. Ein berühmter Martini aus dem James-Bond-Universum ist der Vesper Martini. „Das war tatsächlich ein Drink für harte Kerle, bestand er doch aus einer Mischung aus halb und halb Gin und Vodka, der man Vermouth oder auch Lillet zufügte, Letzterer ein Mix aus 85 Prozent Wein und 15 Prozent Frucht-Mazerat aus Orangen und Zitrusfrüchten.“ Der Name ist auf die Figur Vesper Lynd zurückzuführen – in sie verliebt sich Bond und benennt später den Drink nach ihr. Der Vater, besser noch der Urgroßvater des heutigen Martinis war übrigens der „Martinez“, ein Drink mit Gin oder Genever, den es bereits im späten 19. Jahrhundert gab, erstmals erwähnt ihn O. H. Byron in seinem Ratgeber „The Modern Bartender's Guide“ im Jahr 1884.



Bar-Supervisor Barnabas Albrecht beim Mixen eines Cocktails ...



... und hier die fertigen Köstlichkeiten (von links): Ein Espresso Martini, ein Negroni mit Trüffel und ein alkoholfreier Kombucha Highball. Fotos: Michael K. Albrecht

Bis zu 70 Rezepte im Kopf

Doch genug vom Martini. Es gibt ja noch unzählig viele andere Cocktails in der Barwelt. Wie viele es wohl genau sind, lässt sich kaum einschätzen, aber: „Etwa 60 bis 70 klassische Rezepte sollte ein guter Bartender schon im Kopf haben“, erläutert Max Maier. „Dazu kommen dann vielleicht noch bis zu zwölf ‚Signature Drinks‘“, fügt Barnabas Albrecht hinzu.

Unter Signature Drinks versteht man Cocktails, die eigene Kreationen der Bar sind, denen der Bartender somit seinen eigenen Stempel aufdrückt, seine Unterschrift, seine Signatur also, daruntersetzt. Auch der sogenannte „Twist“ auf Klassiker ist in guten Bars immer wieder an-

gesagt. Der Bartender nimmt also einen klassischen Cocktail und verändert ihn ein klein wenig durch eine besondere Zutat. Ein gutes Beispiel dafür ist der Negroni mit Trüffel. Dabei handelt es sich um den klassischen Negroni, bei dem auf den Eiswürfel eine hauchdünne Scheibe Trüffel kommt, das ergibt sowohl einen optischen als auch einen geschmacklichen Effekt. „Das funktioniert also ähnlich, wie in einem guten Restaurant, wo sich der Koch immer wieder neue Kreationen einfallen lässt. Nichts anderes machen wir hier in der Bar“, erläutert Max Maier. Dazu sitzt das Bar-Team immer wieder zusammen und bespricht neue Drinkvarianten. „Die Arbeit eines guten Teams hinter der Bar ist also nicht nur das Mixen und servieren der Cocktails, sondern geht weit darüber hinaus“, so Barnabas Albrecht. Hier sei aber, fügt Maier hinzu, oberstes Prinzip: Qualität vor Quantität. „Auch hier ist es eben wie in einem guten Restaurant. Auf der Getränkekarte müssen gar nicht so viele Signature Drinks oder Eigenkreationen stehen, lieber nur einige wenige, dafür aber ganz besondere“, führt Maier aus.

Gibt es Moden, so etwas wie den einen „Cocktail der Saison“? „Das kann man so nicht sagen“, sind sich Maier und Albrecht einig. „Nach wie vor ein großer Renner und einfach immer hipp ist der Aperol Spritz“, erklärt Max Maier. „Aber das ist schon seit Jahren so, er ist also nicht der Drink des Jahres.“ „Wie der Aperol Spritz hat sich aber inzwischen auch der Espresso Martini, der ursprünglich aus London, der Barstadt schlechthin, kommend, etwa seit den 2000er-Jahren immer mehr zum Trend-Cocktail entwickelt. Auch der schon erwähnte Negroni hat sich einen Platz auf der oberen Skala geschaffen“, fügt Barnabas Albrecht hinzu. „Sie ergänzen somit die ganz alten Klassiker, wie den Whisky Sour, Manhattan, Old Fashioned, Margarita, Sex on the Beach oder den klassischen Hemingway-Drink Daiquiri und viele andere.“ Auch seien die „Exoten“, etwa Caipirinha oder Mojito, nach wie vor in jeder Cocktailbar sehr gefragt, wissen die zwei Fachleute.

Wesentlich ist: Damit ein Cocktail die Bezeichnung verdient, muss er aus drei bis fünf „flüssigen Zutaten“ bestehen, Wasser gehört nicht dazu, wenn man einmal vom langsam vor sich hinschmelzenden Eiswürfel absieht. In letzter Zeit erfreut sich hingegen der alkoholfreie Kombucha, dem man auch positive Eigenschaften für die Gesundheit zuschreibt, ebenfalls immer größerer Beliebtheit. Dabei handelt es sich um ein Gärgetränk, das durch Fermentierung aus gesüßtem, koffeinhaltigem Tee und einer Kombucha-Kultur, einem sogenannten Teepilz, hergestellt wird. Dem Getränk, das kalt getrunken wird, sagt man eine antibiotische Wirkung nach. Generell geht der Trend, so die beiden Cocktail-Experten, stark zu guten, aber alkoholfreien Drinks.

Michael K. Albrecht

Gaumen auf Wanderschaft

Es gibt Leute, die reisen immer der Nase nach oder dem Gaumen oder auch dem Magen, je nachdem, wo man gutes Essen verortet. Wir haben es ihnen nachgetan und geprüft, wo was in Europa am besten schmeckt – ohne jeden Anspruch auf Vollständigkeit.

England



Scones eignen sich wunderbar in herzhafter Kombination, aber auch mit Süßem, beispielsweise mit Clotted Cream und ihrer dicken rahmartigen Konsistenz sowie Erdbeermarmelade zum Frühstück oder Nachmittagstee. Foto: Adobe Stock

Ein Curry schmeckt in Indien am besten ... nun ja, das kann man sich irren. Denn in der europäischen Curry-Hauptstadt London schmeckt ein Curry zum Niederknien, cremig, gemüsesatt und scharf zugleich, Paddington Bear hätte seinen „bit of a mouthful but oh so delicious“-Moment. Das Schönste an einem indischen One-Pot-Dinner aber ist, dass man am frühen Nachmittag noch easy diverse Häppchen zum Afternoon Tea mit einigen Tassen köstlichen Tees genießen kann. Bloß leider nicht mehr im Kensington Palace Café, da das gerade renoviert wird, aber im Fortnum & Mason im eleganten Innenhof der Börse wird ebenfalls ein Low Tea serviert, der keine Wünsche offenlässt. Die Website des königlichen Traditionskaufhauses klärt darüber auf, dass vor etwa zwei Jahrhunderten die Duchess of Bedford aufgrund einer kleinen Hungerattacke zwischen Lunch und Dinner ihre Freunde zum Tee und einem „light refreshment“ einlud – und damit eine Tradition begründete, die bis heute vor allem in England Bestand hat. Der Unterschied zwischen High und Low Tea besteht übrigens in der Uhrzeit. Während ein Low oder Afternoon Tea am Nachmittag serviert wird, erfüllt der High Tea die Funktion eines Abendessens. Inspiration für daheim: Scones und Clotted Cream zum Tee.

Frankreich

Frankreich ist berühmt für seine Haute Cuisine, aber auch für seine traditionelle Landküche, bloß leider kann man auch fast nirgends so schlecht essen wie in Frankreich. Wer sich allerdings ein bisschen auskennt, fragt Passanten, kehrt in den Routiers-Gaststätten am Straßenrand ein oder konsultiert gleich den Guide Michelin. Denn natürlich kann man in Frankreich vorzüglich speisen. Auch die berühmten Steak Frites können absolut köstlich sein, etwa in einer beliebigen Kleinstadt in einem gut gefüllten Bistro. Das Elsass punktet traditionell mit seiner berühmten Choucroute garnie, in Reims bewundert man die Kathedrale und taucht danach ehrfürchtig einen rosa-farbenen Biscuit (biscuit rosé) in sein Glas Champagner und in ganz Frankreich bekommt man eine köstliche Paté, deren Genuss in der Kombination mit einem Chinon-Wein (einem Roten von der Loire) und frisch gebackenen Baguette kaum zu toppen ist. Die Weine Frankreichs sind wie die Weine Italiens legendär, aber auch Cidre und Poi-

ré, der Apfel- und der Birnenschaumwein aus der Normandie, warten nur darauf, getrunken zu werden. Dann die Käse, Pont-l'Évêque, Camembert und Livarot aus der Normandie, Comté aus dem Jura, Bleu d'Auvergne ... Jede Region Frankreichs hat ihre Delikatessen. Mit einer einzigen gigantischen Ausnahme: Andouillette, lassen Sie die Finger davon.

Inspiration für daheim: Hors d'oeuvre oder Vorspeise. Nie würden Franzosen den Gang vor dem Hauptgericht ausfallen lassen und wenn's nur einige Oliven sind.

Italien

Italien steht auf Platz eins der international beliebtesten Küchen, wie eine Yougov-Umfrage aus dem Jahr 2018 ermittelte. 85 Prozent der über 25.000 Befragten liebt Pizza & Pasta, in Italien selbst natürlich TUTTI (minus 1 Prozent). In Italien schmeckt einfach alles überall garantiert gut, egal ob Südtiroler Speck, Prosciutto di Parma, Gorgonzola oder Arancini (sizilianische Reisbällchen). Fast jede italienische Stadt kann mit eigenen Delikatessen punkten, in Siena kommt man ebenso wenig um Ricciarelli, ein auf der Zunge schmelzendes Mandelgebäck, herum wie in Neapel um die Pizza und in Rom um Trippa alla romana (Kutteln). Und was wäre Venedig ohne seine Stehbars, in denen man köstliche Cicchetti zu seinerombra (Glas Wein) bekommt, das sind Crostini mit unterschiedlichem Belag oder auch frittiertes Fingerfood wie Stockfischbällchen und andere Köstlichkeiten in Carrozza (im Teigmantel). Inspiration für daheim: eigentlich alles aus Italien, die Zubereitungsarten, die Vielfalt an Gemüse, das Öl, der Wein – und die glücklichen Genießer.

Holland & Belgien



Fritjes met Stoverij – der Schmoreintopf mit Pommes Frites ist ein belgisches Nationalgericht. Foto: Adobe Stock

Beide Landesküchen haben keinen sehr guten Ruf. Zu Unrecht, denn man isst erstens in Flandern und in der Wallonie immer schon gut und zweitens in Holland zunehmend besser, und das nicht nur indonesisch. Außerdem lieben Kinder die Lebensmittel dort, Vla (dickflüssigen Pudding) aus Tüten, die vielen Sorten Hagelslag (Streusel) und Lakritz, den Honigkuchen mit dicken Stückchen Kandis und Ingwer (gibt's auch ohne Ingwer) und die Loempia (chinesische Frühlingssrollen), um nur eine kleine Auswahl zu nennen. Wunderbare Moules Frites und belgisches Biergulasch (Stoverij beziehungsweise Carbonade Flamande) bekommt man in Brüssel im Volle Gas, einem Gasthaus an der Place Fernand Cocq. Belgi-

sche Fritten mit einem Topping aus rohen Zwiebeln und Sweet-Sour-Sauce schmecken aber auch auf die Hand super (beim Maison Antoine in Etterbeek, wo Angela Merkel immer ihre Fritten aß). Und dann wäre noch der Käse aus Holland erwähnenswert, wenn auch nicht mit dem Schweizer Käse zu vergleichen, ebenso wie das belgische Bier. Inspiration für daheim: Traditionelle Gerichte müssen ab und an sein, auch wenn sie nicht mehr ganz in die Zeit passen.

Skandinavien

Dänemark isst Smørrebrød zur „Frohkostpause“ (Mittagspause), Schweden Köttbullar und Zimtschnecken und Finnland Karjalanpiirakka (Piroggen) ... ja, das stimmt und stimmt auch wieder nicht, weil die Küchen dieser Länder und generell Skandinaviens so viel mehr hergeben. Köstlich sind etwa in Schweden oder Norwegen herzhaft Waffeln mit Lachs, begleitet von Salat und einer Joghurtsauce oder auch in einer anderen Variante mit Krabben, rosa Kaviar und ebenfalls Salat. Smørrebrød ist ein Kosmos für sich und heißt auch so, Stjerneskud, Dyrlægens natmad oder Sol over Gudhjem (Sternschnuppe, Das Nachtmahl des Tierarztes oder Sonne über Gudhjem). Als Brotbelag wechseln sich Matjes, Krabben, paniertes Fischfilet, Roastbeef sowie Leberwurst mit Roter Beete ab, um nur einige Möglichkeiten zu nennen. Das Topping besteht aus Kräutern, Sprossen, Aspik (Sky) und Salat. Die dänische Küche ist traditionell deftig und fleischlastig, Flæskesvær, Schweinekrusten-Stückchen als Snack, zeugen noch davon. Dennoch bekommt man in Kopenhagen Bowls und Hafermilch-Latte wie bei uns. Inspiration für daheim: Belegte Brote im dänischen Stil lassen sich leicht zu Hause nachmachen.

Spanien

Tapas in Granada oder Madrid sind ein Augenschmaus und erfreuen jeden Gaumen. In den Tapas-Lokalen deutscher Großstädte gibt es zwar auch Pimientos de Padrón (eine besondere Paprikasorte, in Öl ausgebacken), Albondigas (Fleischklößchen), Patatas Bravas (knusprige Ofenkartoffeln), Oliven und Gambas al Ajillo (Garnelen in Knoblauchöl), das Beste an der spanischen Tapaskultur kennt man bei uns hingegen nicht. In Andalusien werden köstliche Gerichte aus aller Welt miteinander fusioniert und in Mini-Portionen für bezahlbare vier bis acht Euro pro Gericht serviert. Man muss sich beim Restaurantbesuch also nicht für ein einziges Gericht entscheiden, wie zum Beispiel für den Pulpo a la Gallega, das Schweinefilet auf Süßkartoffelpüree (solomillo de cerdo con puré de boniato) oder auch die in Andalusien bekannte und extrem leckere Salmorejo Cordobés (eine kalte, dickflüssige Suppe, die dem Gazpacho ähnelt, aber fast wie eine Sauce schmeckt), sondern kann einfach drei bis vier Gerichte pro Person bestellen und sich durch die Karte schlemmen. Das Gleiche gilt dann für die Desserts. Köstlich!

Für internationale Gerichte gilt als Inspiration für daheim: Immer wieder mal mutig sein und ein bisschen personalisiertes Foodpairing ausprobieren: Zum Beispiel eine Schlesische Graupenwurst (Krupniok) mit Kimchi aus Korea kombinieren.

Bettina Rubow

Der Herbstzeitlose

Jedes Jahr kehrt der junge Wein so verlässlich wie die kühle Jahreszeit wieder

Nun stapelt er sich wieder in etlichen Wein-geschäften und Supermärkten. Nur dort – denn vor Internethandel schützt ihn ge-wissermaßen sein Naturell: es gärt wie wild in der Flasche, wobei sich mehr und mehr Kohlensäure bildet. Aus diesem Grund darf das Behältnis nicht ganz dicht abschließen, der Wein würde einem bald schon um die Ohren fliegen. Federweißer ist im Übrigen kein Ladenhüter, eher ein so genannter „Schnelldreher“. So beliebt, dass da schon mal flott die Regale geräumt sind.

Sein Erfolgsgeheimnis steckt nicht zuletzt in seinem ein-malig süffig-fruchtigen Charakter und dem kleinen Extra in Form von wenig Alkohol. Rauscher, Brauser, Britzler, Sauser ... diese Spitznamen haben ihren Ursprung im prickelnden Nass, schließlich steckt viel Kohlensäure im Glas. Der erfrischend junge Wein wird meist aus weißen Trauben gewonnen, und steckt noch in den Wein-Kin-derschuh, dass er eher wie Traubensaft schmeckt. Mit der Reifung zu Hause nimmt er aber in wenigen Tagen mehr den Charakter eines Weines an. Vor allem, wenn er außerhalb des Kühlschranks aufbewahrt wird – dann verleiht sich die Hefe besonders viel Zucker ein, der Al-koholpegel steigt dafür, in spätestens einer Woche auf bis zu elf Prozent. Ab diesem Zeitpunkt sind nur noch ein oder zwei Gläser angeraten. Der vormals so leckere „Sau-



„Halb noch Traubensaft, halb schon Wein, erfreut Federweißer den Gaumen mit seiner fruchtigen Süße und seinem spritzigen Temperament. Meist wartet er von Ende September bis Mitte November auf durstige Kundschaft.“ Foto: Pixabay

ser“ wird nun zum „Rauscher“, der, sobald richtig durch-gegoren, eher fad schmeckt.

Federweißer ist seit ewigen Zeiten ein saisonales Kult-ge-tränk, das mit seinen anfangs rund vier bis sechs Pro-

zent Alkoholgehalt bei Sofortgenuss mehr als nur ein Glas erlaubt. Wer dabei dennoch (zu) tief ins Glas blickt, sieht leichten Nebel oder Schwebeteilchen. Kann, muss jedoch nicht am Zuviel des Kultgetränkes und somit am getrübbten Blick liegen. Vielmehr kommt das von der überreichlich vorhandenen Hefe. Sie verwandelt Zucker in Alkohol – und sorgt für den federartigen Tanz in der Flüssigkeit. Damit wäre geklärt, woher der Name Federweißer stammt.

Es stellt sich die Frage, warum Federweißer und sein „roter Verwandter“ (vor allem in Baden-Württemberg wird er auch aus roten Trauben gepresst), so gerne gesüffelt werden. Laut dem Deutschen Wein Institut (DWI) presst man Federweißen vorrangig aus schnell reifenden Trauben, die wiederum nicht für gute spätere Weißweine stehen.

Unser Tipp: trinkt man den „älteren Bruder“ Wein zu Fisch, Fleisch, Käse und Pasta, harmonisiert Federweißer erstklassig mit herbstlichen Genüssen wie Zwiebel- und Flammkuchen oder Quiche. Er passt auch zu Pizza-Traubenkuchen oder überhaupt eher fruchtige Pizzen (Hawaii und Co) Gourmets stehen beim Federweißen auf ein Risotto mit Trüffeln oder zu Taubenbrüstchen, Wachteln und Perlhuhn nebst eher fruch-tigen Saucen.

Christoph Trick

POSTWIRT

LANDHOTEL

★★★★S

*Natur, Genuss, Wellness, Familien, Golf...
im Bayerischen Wald*

HERBSTGENUSS
buchbar bis 29.11.2023
5 Übernachtungen inkl. Halbpension
Eintritt zum Baumwipfelpfad am Nationalpark
Führung mit dem Ranger durch das Tierfreigelände
1x 5-Gang-Herbstmenü in unserer Vinothek
1x vitalisierende Gesichtsbildung
1x Ganzkörpermassage mit warmen Aroma-Öl
1x Brotzeitsackerl inkl. „Gipfelproviant“
1x Eintritt und Führung im Schnapsmuseum
Penninger Waldkirchen
p. P. im DZ ab 730 €

HAPPY WEEKEND
buchbar bis 20.12.2023
2 Übernachtungen inkl. Halbpension
1 x Postwirt's „Zenzerl“ zur Begrüßung
Nutzung des Vitalbereichs mit
Schwimmbad und 3 Saunen
Kostenlose Nutzung von Waldbahn und
Igelbussen u.v.m.
Nicht an Feiertagswochenenden,
Weihnachten oder Silvester buchbar
p. P. im DZ ab 228,00 €

ANGEBOT 5=4
Sonntags-Montags Spezial
5 ÜN inkl. Frühstück oder HP
5 Übernachtungen buchen, nur 4 bezahlen!
bei Anreise Sonntag oder Montag
Nutzung des Vitalbereichs mit Schwimmbad
und 3 Saunen
Kuscheliger Leihbademantel auf dem Zimmer
Kostenlose Nutzung von Waldbahn
und Igelbussen u.v.m.
p. P. im DZ ab 320,00 €

Loslassen & Entspannen in der unberührten, wilden Natur des Bayerischen Waldes

In unserem Landhotel verbinden sich Tradition und Moderne zu einem Genuss für alle Sinne. Während Ihrer Auszeit verwöhnen wir Sie mit Köstlichkeiten aus Küche & Weinkeller und unserer bayerischen Gastfreundschaft. Finden Sie im Postwirt Ihr perfektes Platzerl für einen unvergesslichen Urlaub im Herzen des Bayerwalds.

Von sprudelndem Nudelwasser und abgeschreckten Eiern

Es gibt Koch-Tipps, die sich hartnäckig halten, obwohl sie in Wirklichkeit nicht stimmen – der allergrößte Irrtum hat aber nichts mit Lebensmitteln zu tun

Trotz Fertigkost und Lieferservice wird hierzulande häufig gekocht. Mehr als ein Drittel der Bevölkerung bereitet regelmäßig eine Speise zu. Die Lockdowns während der Coronapandemie dürften dazu beigetragen haben. Es gibt jede Menge Rezepte im Internet, dazu Influencer in den sozialen Medien, aber auch das klassische Kochbuch und viele Rezepte, die in der Familie oder unter Freunden kursieren. Dabei wird so mancher Küchenirrtum tradiert.

„Fleisch scharf Anbraten für den Porenverschluss“

Etwa die Auffassung, Fleisch müsse scharf angebraten werden, damit sich die Poren schließen. Dabei besteht ein Stück Fleisch aus Muskelfasern und hat keine Poren, die sich schließen könnten. Was nicht heißt, dass scharfes Anbraten falsch wäre. Es erzeugt den beliebten Bratgeschmack und eine resche Kruste, die auch optisch etwas hermacht. Es empfiehlt sich also, Fleisch scharf anzubraten, und dann im Ofen auf niedriger Temperatur zu garen. Dazu gibt es die Variante „rückwärts garen“, also das Fleisch erst in den Ofen zu schieben und am Schluss in der Pfanne anzubraten.

„Abgeschreckte Eier lassen sich leichter pellen“

Ein weitverbreiteter Irrtum besagt, dass Eier nach dem Kochen mit kaltem Wasser abgeschreckt werden müssen, damit man sie leichter pellen kann. Der Grad der Mühsal hängt aber davon ab, wie frisch ein Ei ist. Grundsätzlich lassen sich frische Eier schlechter pellen, da die Schale noch stärker an das Innere gebunden ist. Das Abschrecken empfiehlt sich jedoch, wenn man weichgekochte Eier haben will, denn kaltes Wasser beendet den Kochvorgang.

„Tiefkühlware ist nicht frisch“

Klar, frisches Obst und Gemüse ist lecker und gesund, ebenso fangfrischer Fisch oder Meeresfrüchte. Bloß leben die meisten nicht auf einem Bauernhof oder am Meer oder einem See. Im Normalfall vergehen etliche Tage zwischen Ernte und Zubereitung, bei Lagerung und Transport verflüchtigen sich manche Nährstoffe. Bei manchen Lebensmitteln kann man deshalb durchaus auf Tiefkühlkost zurückgreifen. Gemüse und Obst werden nach der Ernte bei minus 40 Grad schockgefrostet und behalten etwa 80 Prozent der Nährstoffe und Vitamine. Der Fisch würde ohnehin vergammeln. Ganz schlecht ist die Methode, tiefgekühlte Lebensmittel im warmen Wasser aufzutauen. Verständlich, dass man zu dieser Maßnahme greift, wenn man schlicht vergessen hat, die Nahrung rechtzeitig aus dem Eisschrank zu nehmen. Ist aber gefährlich, weil sich bei dieser Methode gesundheitsschädliche Bakterien und Salmonellen schneller vermehren. Besser ist es, das Fleisch oder den Fisch im Kühlschrank langsam auftauen zu lassen.



Sprudeln bis zum Schluss? Bei Nudelwasser ist das nicht zwingend notwendig.

Foto: Adobe Stock

Nudelmythen

Dank der Bereicherung des Speiseplans durch die mediterrane Küche avancierte die Nudel inzwischen zu den Lieblingsgerichten der Deutschen. Knapp zehn Kilogramm verspeist jeder und jede statistisch betrachtet im Jahr. Deutlich weniger als die Italiener mit rund 23 Kilogramm, aber immerhin. Um die „schnelle Nudel“ ranken sich allerdings einige der am meisten verbreiteten Irrtümer.

Etwa der Mythos, dass Öl ins Kochwasser gehört. Das muss eine deutsche Idee sein, denn Italiener nehmen die al dente gekochte Pasta aus dem Kochwasser und geben diese direkt in die vorbereitete Sauce, damit die Pasta diese gut aufnehmen kann. Was die Pasta braucht, damit sie nicht klebt, ist ein großer Topf mit viel Wasser, in dem sie sich frei bewegen kann.

Während viele Irrtümer der Großmutter in die Schuhe geschoben werden, geht die Annahme, das Nudelwasser müsse die ganze Zeit über sprudelnd kochen, eher auf die Werbeindustrie zurück. Auf jeden Fall handelt es sich um eine Energieverschwendung, die sich viele aus der älteren Generation gar nicht leisten konnten. Zumal Nudeln streng genommen gar nicht gekocht werden brauchen, aber Wasser aufnehmen müssen. Es genügt jedenfalls, das Wasser zum Kochen zu bringen, dann die Pasta reinkippen, Deckel drauf und den Herd ausschalten. Es empfiehlt sich bei dieser Methode jedoch, die Nudeln öfter umzurühren.

Die Energieeffizienz wird nicht gesteigert, wenn Salz erst zugegeben wird, wenn das Wasser kocht, weil es sonst län-

ger dauern würde. Das ist falsch, die Kochzeit wird nicht durch Salz beeinflusst. Wichtig ist, dass überhaupt und reichlich Salz im Wasser ist, sonst schmecken die Nudeln fade und können auch durch eine kräftige Sauce kaum gerettet werden.

„Löffel als Sektflaschen-Verschluss“

Was nicht funktioniert, ist der Trick, mit einem silbernen Löffel das Entweichen von Kohlensäure aus einer offenen Sektflasche zu blockieren. Ein Löffel, egal aus welchem Metall, leitet zwar die Kälte des Kühlschranks etwas schneller in die Flasche und verzögert dadurch den Austritt der Kohlensäure, bloß ist der Effekt so schwach, dass der Sekt schal wird. Besser ist es, das Getränk gleich zu genießen oder einen richtigen Sektflaschenverschluss zu nutzen.

„Alkohol verflüchtigt sich beim Kochen“

Ein schöner Traum ist die Vorstellung, Alkohol würde beim Kochen restlos verdunsten. Eine Sauce mit Rotwein ablöschen oder diesen gleich zum Einkochen dazugeben, mag das Resultat verbessern, etwa bei einer Bolognesesauce oder Chili con oder sin carne. Aber nach kurzem Ablöschen bleiben etwa 85 Prozent des Alkohols zurück und selbst nach einer Stunde sind es noch rund 35 Prozent. Also Vorsicht und erst checken, ob Kinder oder Alkoholranke am Tisch sitzen.

„Männer kochen besser als Frauen“

Wohl der größte aller Küchenirrtümer. Das Vorurteil hält sich, weil uns in der Regel allerlei männliche Stars präsentiert werden, etwa Paul Bocuse oder Jamie Oliver. Abgesehen davon, dass das meiste Essen immer noch von Frauen zubereitet wird, während sich Männer im Haushalt fein zurückhalten, liegen die Gründe für dieses Vorurteil vermutlich in der Geschichte der Kochkunst und in den aktuellen Arbeitsbedingungen in der Gastronomie. Angeblich liegt das Verhältnis von Männern zu Frauen in deutschen Restaurant-Küchen bei 10:1. Das Vordringen von Frauen in diese Männerbastion wird durch deren Regeln behindert. In Umfragen unter Spitzenköchen und -köchinnen werden der raue Umgangston genannt, dass es für Frauen nicht angenehm ist, mit lauter Männern zu arbeiten und Frauen wie überall mehr leisten müssen, um als gleichwertig anerkannt zu werden. Dazu kommen lange Arbeitszeiten, ferner Arbeit an Sonn- und Feiertagen sowie am späten Abend. Dabei haben Frauen die Kochkunst entscheidend geprägt. Katharina de Medici etwa, die zwar nicht selbst kochte, aber die italienische Küche nach Frankreich brachte. Als der Guide Michelin in Frankreich 1933 zum ersten Mal Restaurants mit drei Sternen auszeichnete, waren zwei Frauen dabei, Eugenie Brazier, die die Sterne für ihr Restaurant in Lyon 33 Jahre lang verteidigt hat, und Marie Bourgeois vom La Mère Bourgeois in Priay. Bei Brazier lernte der junge Bocuse die Geheimnisse der Kochkunst kennen. *Peter Bierl*

Wir schmecken den **Moment**

Gaumenschmeichler von gesund bis verführerisch

Ein lustvoller Augenblick mit feinsten Schokolade, der spicy Kick fürs Pfannengericht oder die prickelnde Feier eines ganz besonderen Tages: All das – und noch viel mehr – steckt drin in unseren Tipps für eine abwechslungsreiche Zeit zum Genießen.

Texte: Kai-Uwe Digel,
Fotos: Hersteller



Praline im Glas

Die „Praline im Glas“ ist eigentlich ja echt eine kleine Sünde, aber sie ist es wert: Beste Zutaten und stimmige Kombinationen verschmelzen im Mund zum sinnlichen Erlebnis. Und das in so vielen Sorten – da wird jede ihre Freunde finden. Besonders gelungen ist beispielsweise die Variante „Crema Catalana und Rote Johannisbeere“: Samtig-süß und kraftvoll fruchtbetont. **Alle Varianten bei goldhelm-schokolade.com.**



Von Japan inspiriert

„Mugi“ bedeutet auf Japanisch „Gerste“ – und das ist auch die einzige Zutat des gleichnamigen Tees aus dem schwäbischen Merching. Mehr braucht es nicht. Kein Zucker, keine Zusatzstoffe, einfach nur Gerste aus biologischem Anbau. Aufgebrüht entfacht er einen einzigartigen nussigen Geschmack und ganz ohne Wasser taugt er sogar als

gesünderer Knabber-Snack, als Topping für den Frühstücksjoghurt oder als überraschende Backzutat. **Mehr dazu bei mugi-minded.de.**



Nur für Kids

Oliveöl dürfte für die meisten Kinder jetzt nicht unbedingt zu den bevorzugten Leckereien gehören – bis sie vielleicht den ersten Löffel von diesem ganz besonderen aus dem Norden Andalusiens probieren. Mit seinen fruchtig-süßen Aromen ist „Nobleza Del Sur“ speziell für Kids kombiniert, schmeckt im Salat genauso wie im Gemüse, und könnte sogar eine prima Ergänzung für die Babynahrung sein. **Zu beziehen über Sunday.de.**

Leckereien zum Advent

Okay – wir sind vielleicht noch nicht ganz so in vorweihnachtlicher Stimmung, aber nachdem es ja bereits schon im August die ersten Lebkuchen im Supermarkt gegeben hat, kann man jetzt im Herbst ja zumindest schon mal darüber nachdenken, mit welchem Adventskalender man sich diesmal auf das Fest des Jahres vorfreuen könnte. Und Freude könnte tatsächlich auch das Leitmotiv des ersten Adventskalenders von „Andronaco“ gewesen sein. Hinter jeder der 24 Türchen verbirgt sich eine hochwertige und freudvolle Köstlichkeit der Experten für italienische Spezialitäten, die in diesem Jahr ihr 40. Jubiläum feiern. Welche es genau sind, wird selbstverständlich noch nicht verraten. **Was es aber sein könnte, findet sich bei andronaco-shop.de.**



Sensationell fruchtig

Dass Ingwer „sensationell!“ schmecken kann, das wissen wir spätestens seit ein bestimmter TV-Koch gefühlt jedes seiner Gerichte damit und mit genau diesem Ausruf verfeinert hat. Nur die Raspelei ist immer etwas lästig, und ein paar zusätzliche Impulse mehr können ja auch nicht schaden. Die liefert jetzt das „Ingwerzeug“ von „Fatmas Hand“: Eine

Art flüssige Paste aus Ingwer, Orange, Apfel, Zitrone und Kurkuma, in der es auch richtig knackige Ingwer-Stückchen gibt. Alle Zutaten sind bio-zertifiziert und schmecken in ihrer Kombination im Tee, als Shot oder auch in Bowls, Gemüsegerichten und Marinaden spicy und fruchtig-frisch. **Mehr bei fatmashand.com.**

Likör von heute

Wer bei Likör noch immer Omas leicht angestaubte Flasche in der Glasvitrine vor Augen hat, muss dringend umdenken. Denn zeitgemäße Liköre wie etwa „Jos Garden Red“ aus Schwarzer Johannisbeere, Orange und feinen Kräutern haben gar keine Chance mehr, lange zu stehen. So einen nimmt man her – schließlich zaubert der Biolikör auch jetzt noch sommerliche Momente ins Glas, als „Sprizz“ an prickelnden Tagen zum Beispiel. **Was sonst noch damit geht, steht bei brennerei-ehringhausen.de.**



Stimmungsvolle Kreuzfahrten zur Weihnachtszeit

Passau - Wien - Budapest mit der 4***Sup. MS Primadonna

Wenn die Donaustädte festlich geschmückt im Lichterglanz erstrahlen, bietet eine Flusskreuzfahrt zur besinnlichen Jahreszeit ein einmaliges Erlebnis. An Bord des einzigen Donau-Katamarans erwartet Sie erstklassiger Service, wohltuende Entspannung im Wellnessbereich, vielseitiges Unterhaltungsprogramm im Bordtheater und kulinarische Spezialitäten im Panoramarestaurant.

DIE SCHÖNSTEN WEIHNACHTSMÄRKTE

Passau – Melk – Wien – Linz – Passau

Leistungen

- Advent-Kreuzfahrt mit 4 x ÜN/Vollpension
- Bahnreise aus ganz DE oder Parkplatz
- Transfer zum/vom Schiff in Passau
- Freie Benutzung Whirlpool, Sauna, Kneippbecken
- Glühweinempfang an Bord
- 2 Unterhaltungsabende im Bordtheater
- Ausflüge: Eintritt Kloster Melk, Eintritt Kunsthistorisches Museum Wien, Konzert Brucknerorgel Linz

Termine 2023

Do, 30. Nov. - Mo, 4. Dez.
Mo, 4. - Fr, 8. Dez.

Preise pP in der jeweiligen Doppelkabine

Hauptdeck-Achtern	€ 420,-
Hauptdeck	€ 570,-
Oberdeck mit Balkon	€ 850,-
Promenadendeck mit Balkon	€ 890,-

WEIHNACHTSFEST AM PREMIUM-SCHIFF

Passau – Wachau – Budapest – Bratislava – Wien – Linz – Passau

Leistungen

- Weihnachts-Kreuzfahrt mit 6 x ÜN/Vollpension
- Bahnreise aus ganz DE oder Parkplatz
- Transfer zum/vom Schiff in Passau
- Freie Benutzung Whirlpool, Sauna, Kneippbecken
- 2 x Hydrojet-Massage pro Kabine
- Glühweinempfang an Bord
- 4 Unterhaltungsabende und stimmungsvolle Weihnachtsfeier
- Ausflüge: Stadtrundgang & Konzert Krems, Stadtrundgang & Eintritt Primatialpalast Bratislava, Eintritt Schatzkammer Wien, Pöstlingbergbahn und Konzert Brucknerorgel Linz

Termin 2023 Fr, 22. - Do, 28. Dez.

Preise pP in der jeweiligen Doppelkabine

Hauptdeck-Achtern	€ 908,-
Hauptdeck	€ 1.046,-
Oberdeck mit Balkon	€ 1.489,-
Promenadendeck mit Balkon	€ 1.539,-

Infos & Buchung

Donau Touristik GMBH
Lederergasse 4 - 12, 4010 Linz | Tel. kostenfrei aus DE: 0800 100 11 47
primadonna@donautouristik.com | www.advent.donautouristik.de



Leseraktion
Süddeutsche Zeitung
€ 30,- Rabatt pP
mit Code „SZADV23“
bei Buchung bis 31.10.23



Ab in die Genuss-Schule!

Die verführerische Reise der Sinne will geübt sein. Feinschmecker lassen sich mittlerweile auf vielen Geschmacksgebieten trainieren



Ob Wein, Käse oder Schokolade: Wer einmal bei einer professionellen Verkostung dabei war, wird Genuss- und Lebensmittel danach auf andere, intensivere Weise sinnlich wahrnehmen.

Foto: Adobe Stock

Verkostungen liegen im Trend. Längst werden nicht nur Weine, Sekte oder Biere detailliert geschmeckt, auch Käse-, Gin- oder Whisky-Proben sind für viele Sinn und Sahnehäubchen einer Reise oder kulinarischen Exkursion. Wer ins portugiesische Porto reist, ohne an dem berühmten Portwein zu nippen, oder eine Reise durch Irland oder Schottland unternimmt, ohne ein wenig den Geheimnissen der Whiskyherstellung auf die Spur zu kommen, lernt das Land nicht richtig kennen. Eine Italien- oder Frankreichreise ist für viele, neben Tempeln, Kirchen und Stränden auch eine kulinarische Entdeckungsreise. Hierzulande braucht man sich mit lukullischen Gegenden auch nicht verstecken. Das Frankenland mit seinen hervorragenden Weinen und Bieren, Mosel, Rheingau oder die Pfalz sind heimische Sehnsuchtsorte für Genießer.

Die Mutter aller Degustationen

Der Kenner schwenkt konzentriert das Glas und lässt den Wein zirkulieren, damit Aromen und Bouquet in seine Nase strömen können. Dann erst wird langsam ein vollmundiger Schluck genommen, der leicht geschlürft und gekaut alle Geschmacksrezeptoren auf der Zunge und im Gaumen erreichen soll. Gedeht ausatmend holt der Kenner das Glas betrachtend zu seiner Beurteilung des Weines aus. Die folgt einem eigenen Kanon: etwas säurelastig im Abgang oder Noten von Johannisbeere, Sauerkirsche, erdige Noten oder Lakritz und viele weitere Nuancen und Aromen können vom Kenner herausgeschmeckt und betitelt werden. Damit sich die Aromen voll entfalten können, ist auch das richtige Weinglas wichtig. Es sollte eine breite Schale haben und sich zum oberen Rand hin verjüngen. Rotwein sollte in großen, bauchigen Gläsern, Weißwein in kleineren und schlankeren Gläsern verkos-

tet werden. Das Weinglas sollte am Stil angefasst werden, nicht nur weil das vornehmer aussieht, sondern auch damit sich der Wein in der Hand nicht erwärmt. Der Wein im Glas sollte nämlich die richtige Temperatur haben: Für Weißweine liegt die optimale Temperatur zwischen 9 und 11 Grad, für Roséweine zwischen 11 und 13 Grad. Leichte Rotweine sollten bei 14 bis 16 Grad und schwere Rotweine bei Temperaturen von 16 bis 18 Grad gekostet werden. Mit etwas Erfahrung können die primären Aromen der verschiedenen Rebsorten und die sekundären Aromen des Gärungsprozesses erkannt werden. Auch die Reifezeit und den Alkoholgehalt des Weines können erfahrene Verkoster recht genau abschätzen. Von der Farbe des Weines lassen sich erste Rückschlüsse auf die Rebsorte und das Anbaugebiet ziehen. Um Weine beurteilen zu können, ist ein fundiertes Wissen über Weinsorten, Winzer und Herstellungsprozess notwendig. All dies kann man auf Weinseminaren lernen und erfahren. Der Gaumen lässt sich trainieren. Um beim Verkosten die Weine unterscheiden zu können, sollte nach jedem Glas Wein der Mund mit Wasser ausgespült und ein Stück Weißbrot gegessen werden. Weindegustationen finden am besten ohne Essensbegleitung vor dem Mittag- oder Abendessen statt. Ein leichtes Hungergefühl steigert die Sensibilität des Geschmacks- und Geruchssinnes. Ein angenehmes, ruhiges Ambiente mit gutem, natürlichem Licht und guter Luft gehört zu einer gelungenen Verkostung. Raucher sollten für den Tag auf ihr Laster verzichten. Auch zu viel Parfüm macht es unmöglich, die vielfältigen Aromen der Weine zu erkennen.

Bei einer Weinverkostung sollten nur einige Weine angeboten werden. Degustationen auf einem Weingut ermöglichen einen guten Überblick der angebotenen Weine und Jahrgänge, sodass man einen direkten Bezug bekommt zu dem „Terroir“ – den besonderen Bedingungen, unter denen der Wein vor Ort wächst. Um mehr über das je-

weilige Anbaugebiet zu erfahren, sind Wanderungen oder Radtouren von einer Degustation zur nächsten auf weiteren Weingütern beliebt. Die Wege führen oft direkt durch die Weinberge durch reizvolle, hügelige Landschaften mit schönen Ausblicken. Viele Weingüter bieten Übernachtungsmöglichkeiten. Es werden auch organisierte, fachkundige Führungen mit Weinproben, Verpflegung mit lokalen Produkten und vorgebuchten Hotels angeboten.

Neue Geschmackswelten mit Gin, Whisky, Käse und Schokolade

Gin war vor rund 15 Jahren out. In den Münchner Bars war er nahezu verschwunden. Er galt als Getränk angestaubter britischer Adliger oder bestenfalls als Malaria- prophylaxe in den Tropen. Seit einigen Jahren boomt in München heimischer Gin, wie etwa „The Duke“, der durch die Zugabe von Hopfen und Malz zur bayrischen Spirituose mit weißblauem Rautenmuster erkoren wurde. Die vielfältigen Geschmacksrichtungen des „Wacholderschnapses“ können in zahlreichen Münchner Bars bei Verkostungen und Seminaren erforscht werden. Da Gin auch Hauptbestandteil vieler Longdrinks und Cocktails ist, erfährt man auch deren Zubereitung.

Wie der Gin feiert auch der heimische Whisky ein Comeback. Marken wie „Slyrs“ vom Schliersee oder der Oberpfälzer Stonewood-Whisky, der mit seiner 200-jährigen Tradition als ältester bayerischer Whisky gilt, sind jedem Kenner heimischer Whiskysorten ein Begriff. Auf Seminaren und „Tastings“ kann man mehr über die verschiedenen Aromen, die aus den einfachen Grundelementen Gerste, Quellwasser und Torffeuer gezaubert werden, und die Geheimnisse der Whiskyherstellung erfahren. Und auch, dass nicht nur in Schottland oder Irland, sondern in vielen Regionen der Welt hervorragender Whisk(e)y hergestellt wird. Kombiniert werden Whiskyproben auch mit Schokoladen- und Käsedegustationen. Beide gelten als Traumpaare für besondere Geschmackserlebnisse.

Mittlerweile werden nicht nur Craft-Biere, sondern auch Craft-Käse angeboten. Die „Münchner Käse Manufaktur“ etwa hat sich auf die Herstellung besonderer Käse-Sorten wie „Blau-Weißer-Portugiese“ oder „Fetter Ludwig“ spezialisiert, die sie auf Käseverkostungen als „Craft-Käse“ vorstellt. Neben Bioheumilch von glücklichen Kühen aus dem Umland soll bei den Degustationen auch die gesamte handwerkliche Herstellung transparent aufgezeigt werden. Ziel der drei jungen Gründer ist eine „gläserne Käserei“. Ihre Craft-Käsesorten werden auch zusammen mit Craft-Bieren verkostet.

Über 40 Biersorten und über 4000 Biermarken findet man allein in Bayern. Und natürlich gibt es geführte Touren für Touristen, die wissen wollen, wie zum Beispiel ein Helles eigentlich schmeckt. Doch Bier ist so viel mehr. Wer nach Franken reist und in einer Wirtschaft „ein Bier“ bestellt, wird einen fragenden Blick der Bedienung ernten. „Weißbier“ und vielleicht „Helles“ oder „Pils“ ist Nicht-Franken noch geläufig, doch was ist mit „Rauchbier“, „Ungespundetes“ oder „Zwickel“, die es dort auch gibt? Bier hat mit rund 8000 Aromastoffen zehnmal so viele Geschmacksnoten wie Wein. Ein Biersommelier wie der Gilchinger Markus Sailer, Deutscher Meister der Biersommeliers von 2015 und Doktor der Chemie, kann die meisten der gut 8000 Aromastoffe des Bieres identifizieren.

Wolfram Seipp



Herbstgenuss & Wellness intensiv

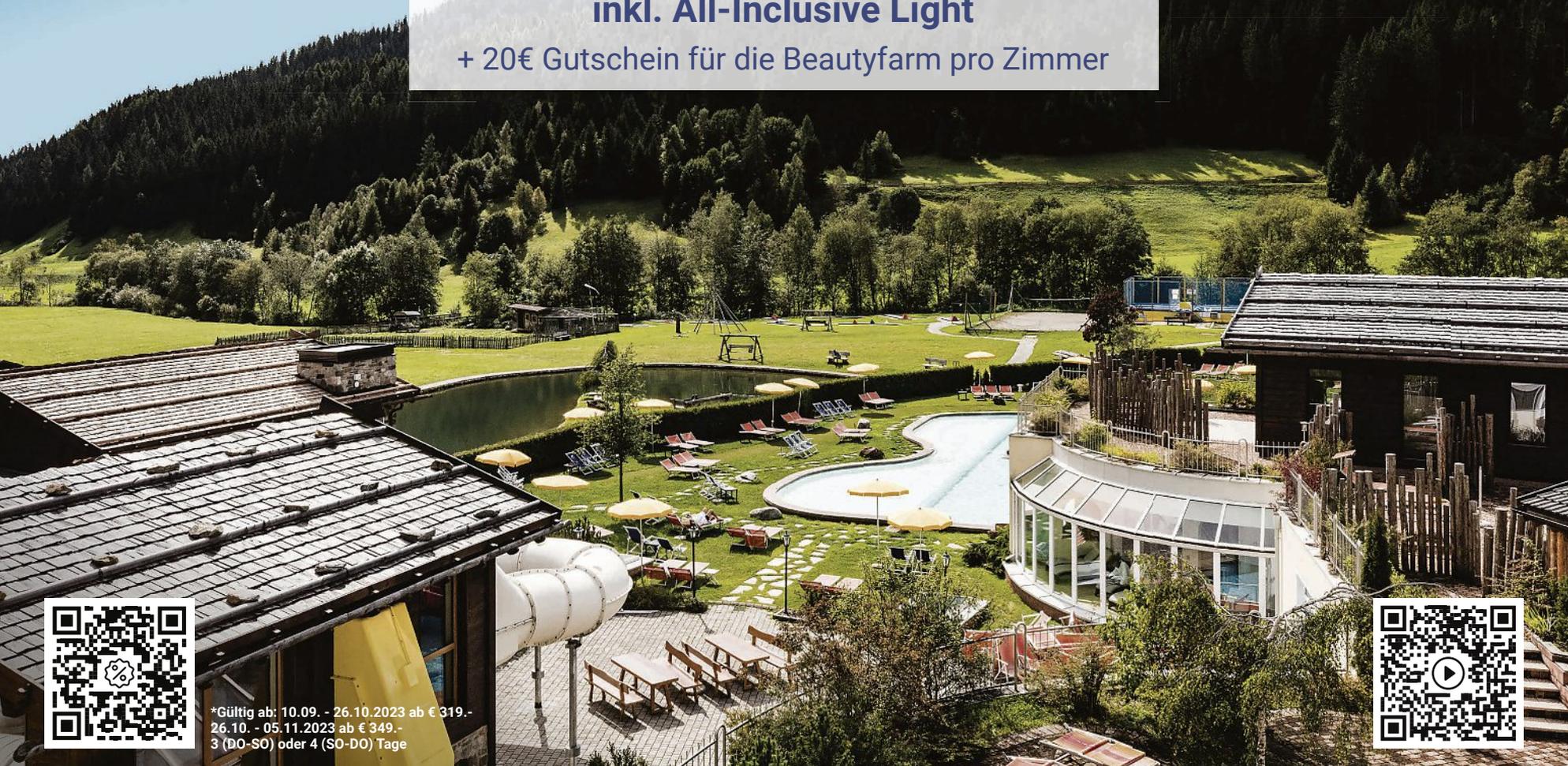
im ****Schneeberg Family Spa Resort

TOP ANGEBOT

4 Tage ab 319€* pro Person

inkl. All-Inclusive Light

+ 20€ Gutschein für die Beautyfarm pro Zimmer



*Gültig ab: 10.09. - 26.10.2023 ab € 319.-
26.10. - 05.11.2023 ab € 349.-
3 (DO-SO) oder 4 (SO-DO) Tage



Die ganze Urlaubsvielfalt Südtirols
unter einem Namen www.schneeberg.it



Info: +39 0472 656232 info@schneeberg.it



OH SCHRECK! WELCHES BESTECK?

Ist die kleine Gabel jetzt dran? Brauche ich das große Messer noch? Solche Fragen können das schönste Dinner trüben. Am besten ist es wohl, sich nicht verrückt machen zu lassen. Und wer verschmaufen und vielleicht jemanden fragen möchte, legt sein Besteck über Kreuz auf die Position 8 Uhr und 20 Minuten. Die Servicekraft kennt dieses Pausenzeichen und kommt später nochmal vorbei.

Foto: Adobe Stock

Die Qual der **Werkzeugwahl**

Gerne sagt man der Einladung zum mehrgängigen Menü zu. Doch spätestens nach dem Aperitiv wird klar: Vor den Genuss haben die Götter viele Messer, Gabel und Gläser gesetzt

Tja, mit den feinen Kreisen, das ist schon so eine Sache. Um eine Eintrittskarte in diese oder zumindest einen davon zu bekommen, gilt es manchmal, verschiedene Hürden zu nehmen. Zum Beispiel beim Essen und Trinken. Da reicht es nicht etwa, ein Schnitzel von einem Kotelett, ein gebratenes Hähnchen von einer Ente oder einen Rinderbraten von einem Rehrücken unterscheiden zu können, von Fisch und Meeresfrüchten einmal ganz zu schweigen. Man muss auch in der Lage sein, sich zu all diesen Köstlichkeiten mittels der bereitliegenden und richtigen Werkzeuge Zugang zu verschaffen. Als da wären, von Messer und Gabel einmal abgesehen, Suppenlöffel, Kaffeelöffel, Dessertlöffel und -gabel, unter Umständen Hummer-, Fisch- oder Schneckenbesteck, vielleicht

liegt da auch ein Austernmesser, das mit blitzender Bosheit zu fragen scheint: „Na du, weißt du überhaupt, wer ich bin ...?“ Glücklicherweise legen gute Restaurants die Dramaturgie nach der Bestellung sichtbar zurecht, sodass man sich bestecktechnisch eigentlich nur von Gang zu Gang von außen immer mehr in Richtung Teller bewegen muss. Da könnte man aber ins Stolpern geraten: Sobald nur das eine Messer oder nur die spezielle Gabel benötigt wird, wirft die Asymmetrie auf der Tafel vielleicht neue Fragen auf.

Wer das falsche Besteck zum vorliegenden Essen außer Haus benutzt, gerät rasch in den Verdacht, ein Ignorant zu sein. Abgesehen vom ruinierten Ruf, hat man bei einem solchen Fehlgriff mitunter schwere Kämpfe auszufechten. Das glauben Sie nicht? Dann versuchen Sie doch einmal, einer Schnecke, im Gehäuse wohlgermerkt, mit Messer und Gabel zu Leibe zu rücken.

Weniger verhänglich scheint es zunächst, wenn man sich mit gewöhnlichem Messer und gewöhnlicher Gabel über einen Fisch hermacht. Funktioniert zwar, aber Vorsicht: Ihre Tischnachbarn werden Sie schief anschauen, denn wozu gibt es schließlich das Fischbesteck? So kann es also durchaus passieren, dass man vor einem reich und festlich gedecktem Tisch sitzt und um Fassung ringt. Was tun? Schließlich kann man ja schlecht von zu Hause selbstgeschmierte Butterbrote mitbringen, in die Hand nehmen und ungeniert verzehren. Und so dürfte schon so mancher Fine-Dining-Neuling ob seiner Angst, nicht zurande zu kommen, einen Migräneanfall vorgetäuscht, sich flugs erhoben und aus dem Staub gemacht haben. Und selbst wenn

man sich bei der Benutzung des Bestecks einigermaßen wacker gehalten hat, gibt es auf dem Tisch ein weiteres Mysterium: Eine ganze Batterie von Gläsern bäumt sich da vor einem auf. Und gut möglich, dass das wohlbekannteste und so vertraute Bierglas nicht dabei ist, denn, wie eingangs erwähnt, wir befinden uns ja in den feinen Kreisen, hier wird an der Tafel durchaus, aber nicht so regelmäßig Bier getrunken. Da gibt es Champagner, Rot-, Weiß- und Roséwein, Portwein und Cognac, Kaffee und, nun gut, auch Wasser.

Warum fällt es uns eigentlich so schwer, uns als nichtwissend zu outen und die Fachleute vom Service höflich um Hilfe zu bitten? Ist diese Art von Unkenntnis in unseren Gefilden tatsächlich so störend wie, zum Beispiel, hörbares Aufstoßen oder lautstarke Flatulenzen?

Natürlich gibt es entsprechende Schulungen, auch online, sodass sich niemand unvorbereitet ins Besteckgefecht stürzen muss. Und wer sich partout nicht die Blöße geben und nach dem richtigen Werkzeug fragen will, kann ja, bevor er frustriert den Heimweg antritt, im schlimmsten Fall vor dem Termin noch zur Imbissbude eilen. Da gibt es dann entweder Holzbesteck oder Standardmesser und -gabel. Man kann das Objekt seiner Begierde, ohne sich mit vorsichtigem Um-sich-Blicken rückversichern zu müssen, auch einfach in die Hand nehmen und herzhaft hineinbeißen – und keiner schaut einen dabei schräg an. Die Gefahr dabei: Sich so unbeobachtet und so wohl zu fühlen, dass Senf und Ketchup ihrer Wege gehen und zielsicher als gut sichtbare Kleckse auf dem neuen Hemd landen. Was im Nobelrestaurant noch größere Aufmerksamkeit erregen könnte als die falsche Besteckwahl. *Michael K. Albrecht*



Schenken Sie
GENUSS & WELLNESS
mit unserem neuen
Gutschein-Shop auf
www.zumkoch.de

Es sind eben die DETAILS, die ein
Hotel zum GENIESSERHOTEL machen.



WOCHENEND-HOPPER

2 Übernachtungen inkl. Koch´s Finest 3/4 Pension
Begrüßungsgetränk
Pro Person Honig-Rückenmassage
oder Gesichtsbildung „Pur“ (je 40 Minuten)
Abschiedsgeschenk für Zuhause
z.B. **p. P. im DZ Standard 305 €**
Anreisetage: Freitag oder Samstag



KURZE AUSZEIT

3 Übernachtungen inkl. Koch´s Finest 3/4 Pension
Begrüßungsgetränk
Wellnessgutschein p.P. 50,00 € zur freien Wahl
der Anwendungen
Abschiedsgeschenk für Zuhause
z.B. **p. P. im DZ Standard 402 €**
Anreisetage: Donnerstag & Freitag



HERBST-SCHNÄPPCHEN

4 Übernachtungen inkl. Koch´s Finest 3/4 Pension
davon 1x Koch´s Finest p. P. geschenkt
Begrüßungsgetränk
Wellnessgutschein p.P. 50,00 € zur freien Wahl
der Anwendungen
Badetasche für den Aufenthalt
Abschiedsgeschenk für Zuhause
z.B. **p. P. im DZ Standard 414 €**

KELLEREI BOZEN

DIE PRESTIGE KELLEREI AUS SÜDTIROL

Mit modernsten Kellerverfahren, technischem Know-how, jahrzehntelanger Erfahrung und viel Liebe zum Produkt bringt die Kellerei Bozen, deren Ursprung ins Jahr 1908 zurückgeht, unverwechselbare Weine von höchster Qualität und regionalem Charakter hervor und wurde so zu einem der Spitzenbetriebe Italiens. „Unser tägliches Ziel ist es authentische Qualitätsweine zu erschaffen, die durch ihren Facettenreichtum neue, einzigartige Geschmackserlebnisse hinterlassen“, so Önologe Stephan Filippi.

Besuchen Sie uns und erleben Sie die Vielfalt im Glas.

KELLEREI BOZEN

Moritzinger Weg 36, 39100 Bozen, Italien
Tel. +39 0471 270909, info@kellerei-bozen.com



Probierpaket „Kellerei Bozen“ aus Südtirol

Jetzt exklusiv im Fachhandel bestellen: www.sentivini.de/bozenpaket

69,90€

inkl. MwSt. zzgl. Versand
8,90€ mit DHL (D)
Inhalt: 4,5L (15,53€/L)



www.sentivini.de Weine online shoppen



SENTI VINI