

Genuss-Magazin



VIEL TRINKEN WICHTIG
Wasser griffbereit stellen

Viel trinken ist wichtig! Jeder Erwachsene sollte laut der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement in Saarbrücken mindestens 1,3 Liter am Tag trinken. Wer Probleme hat, auf die Menge zu kommen: Oft hilft ein einfacher Trick. Stellen Sie Wasser daheim oder in der Arbeit in sicht- und griffbare Nähe und nehmen Sie auch zu Spaziergängen und zum Einkaufsummel Flaschen mit.

Foto: dpa

IN GALTÜR
Olympiade zum Käse

Was es alles gibt: In Galtür (Österreich) findet am 27. September die 20. Internationale Käseolympiade statt. Über 100 Senner aus Österreich, Deutschland, Südtirol und der Schweiz kämpfen hier in fünf Kategorien um die goldene Sennerharfe. Lust auf einen Ausflug dorthin? Besucher können Kostproben ergattern, dazu gibt's Musik und ein buntes Programm. Mehr Infos unter www.galtuer.com/de/almkaeseolympiade-galtuer.



ANGEBOT BIS SEPTEMBER
Kaffeeklatsch im Luitpold

Noch bis September lädt das Café Luitpold (Briener Str. 11) jeden Montag zum Kaffeeklatsch: Von 14.30 bis 18.30 Uhr gibt es dann ein Stück Kuchen oder Torte nach Wahl und dazu so viel Kaffee, wie man möchte für 5,90 Euro.

UMFRAGE DER GfK
Kalorienzählerei nervt

Den meisten Deutschen geht es auf den Geist, wenn andere dauernd ihr Gewicht im Blick haben: Laut einer neuen Umfrage des Marktforschungsinstituts GfK stört die Kalorienzählerei mehr als 70 Prozent der 1977 befragten Personen! Mehr als 75 Prozent der Befragten gaben sogar an, beim anderen Geschlecht ein paar überflüssige Kilos besser zu finden als Hungerhaken.

Redaktion Essen & Trinken

E-Mail: essenundtrinken@tz.de
Telefon: 089/530 65 22
Fax: 089/530 65 67
Postfach 80282 München

Bachmeiers Rezepte ★ Mit Schwammerl

Einfach guad!

Gutes muss nicht immer kompliziert sein! Heute verrät uns TV-Koch Hans Jörg Bachmeier vom Restaurant Blauer Bock ein simples Rezept für geröstetes Bauernbrot mit Steinpilzen. Ob als Vorspeise

zum Abendessen, als Zwischenmahlzeit oder zum Mitnehmen in den Biergarten – so schmecken die Schwammerl immer und überall. Die tz wünscht Ihnen viel Spaß beim Nachkochen!



Die Saison ist eröffnet: Aus Steinpilzen lassen sich viele Gerichte zaubern

Steinpilze gehören für mich zum Besten, was man in der Natur finden kann. Sie haben so viel Aroma, dass sie bei ganz simplen Zubereitungsarten perfekt zur Geltung kommen – zum Beispiel auf geröstetem Bauernbrot. Dafür gebe ich vier EL Olivenöl in eine vorgeheizte beschichtete Pfanne und röste darin den Rosmarin und die halbe Knoblauchknolle, die ich noch mal in vier Stücke geschnitten habe, leicht an. Wenn der Knoblauch ein wenig Farbe angenommen hat, lege ich das Brot dazu, röste die Scheiben an, nehme sie heraus und stelle sie warm. Nun gebe ich in dieselbe Pfanne noch mal zwei EL Olivenöl und röste die geschälte und in feine Streifen geschnittene Schalotte an, gebe rasch die geputzten und in Scheiben geschnittenen Steinpilze dazu und brate sie ebenfalls an. Nun kommt die Butter dazu und ich lasse alles leicht Farbe annehmen, bevor ich mit Salz und Pfeffer



fer würze und die grob gehackte Petersilie unterschwenke. Zum Anrichten gebe ich je eine Brotscheibe auf einen Teller, verteile Knoblauch und Rosmarin daneben und verteile die Steinpilze auf die Brote. Noch mal mit etwas grobem Meersalz und Pfeffer aus der Mühle nachwürzen, noch ein paar Tropfen Olivenöl drüberträufeln und dann gibt's bei diesem wunderbaren Duft kein Halten mehr. ★

An Guadn wünscht Ihr

Hans Jörg Bachmeier

Geröstetes Bauernbrot mit Steinpilzen

Vorspeise für 4 Personen

- 4 Scheiben bestes Bauernbrot
- 4 EL Olivenöl
- 1/2 Knoblauchknolle
- 2 Zweige Rosmarin

- 2 EL Olivenöl
- 400 g frische Steinpilze
- 2 Schalotten
- 80 g Petersilie
- 50 g Butter
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Fleur de Sel/grobes Meersalz
- etwas Olivenöl zum Beträufeln



Fotos: Steffen Leiprecht (3), fkn

TV-Koch Hans Jörg Bachmeier serviert die Pilze auf Brot

Liebesnacht mit Papis Loveday

Nix los im August, weil sich die Partygänger und Veranstalter in den Urlaub abgesetzt haben? Von wegen! Dem bevorstehenden Feiertag und damit verbundenem extralangen Feierwochenende sei dank, dass den Daheimgebliebenen trotzdem nächstens nicht langweilig wird.



So kämpft das Crux heute mit einem fetten Summer-Jam gegen das Sommerloch an, für das der gut beleumundete HipHop-Club eigens die Homepage in der Ledererstraße verlässt und wie im Vorjahr das komplette Muffatwerk (Zellstraße) mit seinen vier Areas anektiert. Mit schwerem Bleifuß steht dabei das Crux Soundsystem in der

Halle auf dem Gaspedal, das beim Summer Jam sein offizielles Kickoff feiert. Denn zum ersten Mal feuern die Crux-DJs der ersten Stunde, **Dan Gerous, Notfx, Pretty Boy und Tommy Montana**, zusammen am Mischpult ihre Soundsystem-Show ab und verschmelzen ihre DJ-Skills mit ihren Eigenschaften als Feiertagsbiester. Ebenfalls am Start: **Djane Te-reza**, sowie ihre männlichen Kollegen **Harris aka Djbinichnich, Maxxx und Hotsauce**.

Aufgrund des morgigen Feiertags verlässt Model **Papis Loveday** seinen angestammten Freitagstermin, um bereits heute ab 22 Uhr eine neue Ausgabe seiner exaltierten Love-



Das senegalesische Model Papis Loveday lädt heute ins Jack Rabbit

Foto: fkn

night im **Jack Rabbit** (Schwanthalerstraße 2) zu begehnen. Nach den Erfahrungen der vergangenen „Liebesnächte“ dürften sich hier wieder gut gebaute Mitbürger beider Ge-

schlechter weitgehend nackt machen und zur Erbauung des Publikums lasziv im Takt des DJs drehen. Auch der ein oder andere Feuerkünstler wird sein Werk verrichten.



Ausgezeichnet ★ Hier schmeckt's uns ...

Dreiviertelzwölf

Dreiviertelzwölf: Nicht nur die perfekte Zeit, um in die Mittagspause zu starten, sondern auch ein süßes kleines Bistro mitten im schönen Neuhausen. Die wenigen Tische im Café und die sonnigen Plätze davor sind schnell voll, daher lohnt es sich, fürs Mittagessen frühzeitig vorbeizukommen. Die Besitzer nehmen jeden freundlich in Empfang und vermitteln das Gefühl, mehr ein Freund als ein Gast zu sein. Das Angebot reicht vom leckeren Cappuccino (2,30 Euro) und kleinen Snacks wie Piadine mit Schinken und Käse oder Rührei mit Schafskäse und Tomaten bis zum roten Thai-Curry (ab 6,90 Euro)



Service	★★★★★
Preis/Leistung	★★★★★
Ambiente	★★★★★

Maximal fünf Mützen möglich



nen-Lasagne (6,90 Euro) oder verschiedene Quiches mit einem großen Salat (5,40 Euro). Zu trinken empfiehlt sich im Sommer die selbstgemachte Hölunder-Johannisbeer- oder die Ingwer-Limetten-Limonade (3,50 Euro), als Abschluss lohnt sich der täglich frisch gebackene Kuchen (ab 3 Euro). ★ JUW

ro) mit üppig Gemüse. Täglich gibt's auch fantastische abwechslungsreiche Angebote wie Spaghetti-Ragout (6,90 Euro), Aubergi-

Dreiviertelzwölf
Schulstr. 42
80634 München
Mo. bis Fr. 8 bis 18 Uhr
Tel. 089/28 97 95 77