

Appetizer

KOCHEN
ESSEN
AUSGEHEN

FRÜHSTÜCK & BRUNCH

So startet Düsseldorf
in den Tag



FISCH

Wir haben zwei Düsseldorfer Restaurants zu gutem Fisch befragt.



MONSTER-SHAKES

Je größer und mächtiger, desto besser: der neue Trend Monstershakes

Rund um den Kugelgrill





JETZT IM ANGEBOT!

APPETIZER

Magazin samt Redaktion,
Grafikabteilung und Druck.
Heute für nur...

Nein, diese Zeitschrift kann man nicht kaufen.
Aber wir erstellen Ihnen gerne eine eigene:
Egal, ob Kundenzeitschrift, Mitarbeitermagazin oder
Imagebroschüre – wir kennen uns mit der Produktion
von Printmedien bestens aus. Sprechen Sie uns an.

Tel. 0211 97 17 40 44
www.textquartier.net



Textquartier
DÜSSELDORF

Liebe Leserin, lieber Leser

Der Sommer ist da!
Das heißt: raus in den
Garten, auf den Balkon,
in den Park – und jeden

Fitzel Sonne genießen. Und die aktuelle Ausgabe von Appetizer ist dabei Ihr perfekter Begleiter. Düsseldorfs neuestes Genuss-Magazin hat die passenden Themen für Ihren Sommer.

Jetzt, wo die Tage endlich mal wieder richtig schön lang sind, macht das gemeinsame Frühstück am Morgen wesentlich mehr Spaß als in den dunkleren Jahreszeiten. Hierbei spielt es keine Rolle, ob Sie lieber zu Hause oder in Ihrem Lieblingscafé frühstücken. Die beste Inspiration hierfür finden Sie ab Seite 12. Und was im Sommer ebenfalls nicht fehlen darf, ist der Grill! Alles hierzu gibt es ab Seite 36.

Schreiben Sie uns – per Mail oder auf Facebook ([facebook.com/appetizer.magazin](https://www.facebook.com/appetizer.magazin)). Teilen Sie uns mit, wie Sie den Sommer genießen. Und: wie Sie Appetizer finden. Alle drei Monate erscheint eine neue Ausgabe, natürlich kostenlos zum Mitnehmen. Zu finden in Restaurants, Cafés, Hotels, Feinkostläden und an vielen anderen Stellen in Düsseldorf. Wir begleiten Sie durch das Jahr.



Marius von der Forst & Markus Fasse
Chefredaktion Appetizer

Marius von der Forst
Markus Fasse



Die Tour de France in Düsseldorf! Und wir wissen, was zu diesem Event alles geboten wird. Alles hierzu bietet Ihnen die Karte in der Heftmitte. Zum Heraus- und Mitnehmen!



Chefredakteur Marius von der Forst hat sich auf die Suche nach dem perfekten Fisch gegeben. Zwei Düsseldorfer Restaurants haben ihm dabei geholfen. Mehr dazu ab Seite 20.



Appetizer und Grillhersteller Landmann verlosen diesen Kugelgrill und viele andere attraktive Preise. Machen Sie mit, auf Seite 37!



12

6 NEWS

Viele bunte Neuheiten, die besten Events und eine gute Prise Düsseldorf.

12 FRÜHSTÜCK

Entweder zu Hause oder im Café: So frühstückt und bruncht die Stadt.

20 FISCH IN DÜSSELDORF

Auf der Suche nach dem perfekten Fisch: Appetizer zu Besuch in zwei Restaurants.

24 TOUR DE FRANCE

Erfahren Sie, welche Restaurants und Geschäfte zum Grand Départ etwas Besonderes vorhaben.

32 10 FAKTEN ZU KNOBLAUCH

Die Wunderknolle hat wesentlich mehr als nur Mundgeruch zu bieten. Wir verraten es Ihnen.

36 BBQ AUF DEM KUGELGRILL

Zum 65. Geburtstag des Kugelgrills geht es auch in Appetizer heiß her.

44 MONSTERSHAKES

Auf der Suche nach dem Nonplusultra? Dann probieren Sie die mächtigen Monstershakes.

48 COCKTAILS

Geschüttelt, nicht gerührt: Düsseldorfs Bars können weit mehr als nur Caipi & Co.

54 IMPRESSUM



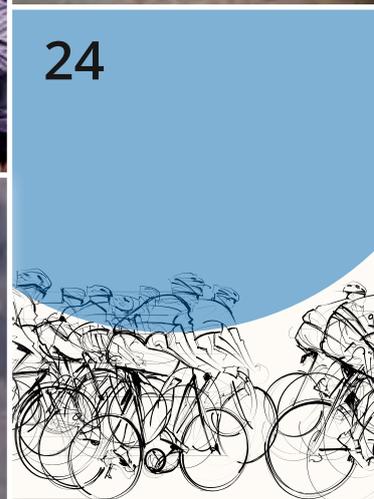
20



36



32



24



44



48

Unsere Lieblingsrezepte



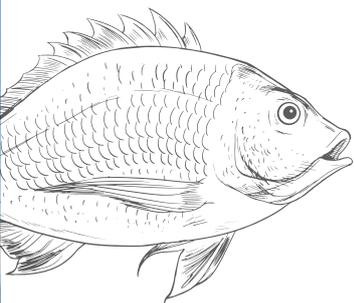
Simple, aber doch genial: American Pancakes sind der perfekte Start in den Tag.



SEITE 14

MARKUS FASSE

Appetizer-Chefredaktion



SEITE 22

Den gebratenen Wolfsbarsch musste ich sofort probieren - ein tolles Sommergericht!



DORIS BUSCH

Grafikdesignerin
Appetizer



Fotos: iuefraphoto; SaneerG; sara winter; allen185; gruizza; karandaev; Bedo-laga / iStock.com; Outdoorchef (1); Marius von der Forst; msirapho 1 / Freepik; Illustrationen: isaxar / iStock.com (1); Brgfx; Firmufilms / Designed by Freepik

Entrecote Double, über 40 Minuten indirekt gegart, ist eine Gaumenfreude für jeden Grillen.



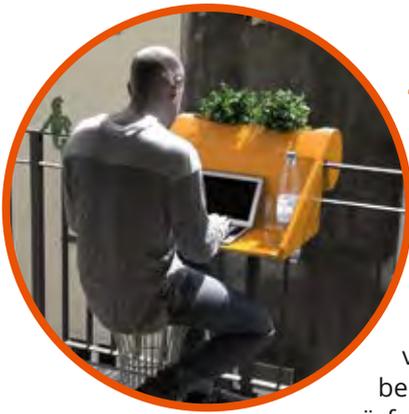
MARIUS VON DER FORST

Appetizer-Chefredaktion



SEITE 39





Der Alleskönner für den Balkon

Ist es ein Tisch? Ist es ein Blumenkasten? Ja, es ist tatsächlich beides! rephorm hat mit balkKonzept ein praktisches Möbelstück für Ihren Balkon entworfen, das sich einfach ans Balkongeländer hängen und vielseitig nutzen lässt. Ob Sie es als Pflanzenbehälter, Ablagetisch, Speisplatte oder EISwürfelbehälter verwenden wollen, ist ganz Ihnen überlassen. Erhältlich ist der wetterfeste Balkontisch aus Polyethylen in verschiedenen Farben für rund 130 Euro unter design3000.de.



Cheese time!

Tee und Kuchen sind von gestern. Abwechslung verspricht nun ein neuer Trend aus England, der zunächst etwas merkwürdig klingt: Tee und Käse sollen das neue Traumduo sein – so berichten englische Online-Magazine wie beispielsweise der Telegraph. Die Kombination von bitterem Teearoma mit cremigem Käse ist nicht nur in England angesagt: Bis nach New York hat es dieser Trend schon geschafft. Also warum der schrägen Paarung nicht auch hier eine Chance geben? Einen Versuch ist es jedenfalls wert.

DER ELEKTROGRILL FÜR ZWEI

Für zwei Personen extra den Grill anwerfen? Mit dem neuen KÜCHENminis Tischgrill für 2 ist das gar nicht mehr aufwendig. Der elektrische Tischgrill von WMF ist schnell aufgebaut, und für den Abwasch können Grillplatte und Pfanne einfach in die Spülmaschine gestellt werden. Die Antihalt-Beschichtung ermöglicht ein Fett- oder Öl-armes Grillen. Außerdem können Sie mit einem zusätzlichen Veggie-Pfännchen sichergehen, dass Fleisch und Gemüse nicht miteinander in Berührung kommen. Für rund 60 Euro eine gute Investition für alle Drinnen- und Balkon-Griller.





Rein in die Schüssel

Alles nur Müsli? Nein! In „Buddha Bowls“ (Callwey Verlag, 20 Euro) erzählt Annelina Waller, wie sie Clean-Eating-Schüsseln – zusammengesetzt aus Gemüse, Vitaminen, vollwertigen Körnern oder Getreide, Proteinen und unverarbeiteten Fetten – glücklich gemacht haben. Mit Kalifornien als Ausgangspunkt zelebriert sie in 50 einfachen, schnellen und gesunden Rezepten ihre Liebe zur Buddha Bowl. Ob Frühstück, Mittag, Abendessen oder Dessert – ein bunter Zutatenmix ist ein Muss. Für Bowl-Liebhaber und solche, die es nach dieser Lektüre vielleicht werden wollen.



Salat für unterwegs

Ob in der Pause oder beim Picknick: Ein knackiger Salat ist nicht leicht zu transportieren. Packen Sie ihn in eine Aufbewahrungsdose, ist er nach wenigen Stunden schon durchnässt – und wirklich Spaß macht das Essen

aus dem Kunststoffgefäß auch nicht. Da bietet Kilner Abhilfe: Der englische Hersteller hat mit dem Lunchglas „Food on the go“ ein praktisches Aufbewahrungsmittel geschaffen. Dressing und Dips lassen sich im eingeschraubten Edelstahlbecher unterbringen, den Salat können Sie dann ganz einfach vor Ort im 1-Liter-Glas anrühren.

„Food on the go“ ist für rund 14 Euro unter www.gartenzauber.com erhältlich.



Fotos: design3000.de; lechatnoir/stock.com; designed by Freepik (2); Callwey Verlag/Anastasia Frank; gartenzauber.com



Schmiedekunst

Die Kochmesser der neuen Serie Shun Nagare sehen nicht nur klasse aus, sondern wurden auch mit dem German Design Award 2017 Special Mention ausgezeichnet. Die Klinge mit der markanten Optik wurde aus zwei unterschiedlichen Stahlsorten vom japanischen Messerhersteller kai (kai-europe.com) zu einem Damaszenerstahl aus 72 Lagen geformt. Dies sorgt laut Hersteller für eine lang anhaltende Schnittleistung. Die hochwertige Serie bietet sechs Klingensformen, die für rund 250 bis 350 Euro erhältlich sind.





Ziehbare VW-Kühlbox

Bulli-Fans aufgepasst: Den T1 von VW gibt es jetzt auch als Kühlbox. In dem Minibus mit den Maßen 93 x 43 x 40 Zentimeter ist Platz für Eiswürfel und bis zu 24 Getränke. Mit dem ausziehbaren Griff kann die Box prima zum Grillausflug mitgenommen werden und ist damit nicht nur ein echter Hingucker, sondern auch überaus praktisch. Perfekt für jeden unternehmenslustigen Liebhaber der kultigen Autoklasse. Mit einem Preis von rund 317 Euro (online unter design-3000.de) ist die stylische Box allerdings nicht ganz billig.



Fruchtig lecker unterwegs



Der neue Smoothie Maker Mix & Go Juice aus der Explore Serie von Russell Hobbs (de.russellhobbs.com) bringt etwas mit, das nicht jeder Smoothie Maker zu bieten hat: einen Zitruspressen-Aufsatz. Da er mit zwei unterschiedlichen Presskegeln ausgestattet ist, lassen sich verschiedene Zitrusfrüchte problemlos entsaften. Das vierflügelige Edelstahlmesser verspricht außerdem eine besonders cremige Konsistenz der Smoothies. Etwa 50 Euro kostet das Gerät inklusive zweier Kunststoffflaschen. Ein Must-have für jeden Smoothie-Liebhaber.



RAUCHFREI DABEI

Der Traum eines jeden BBQ-Freundes: ein Grill, der einfach aufzubauen ist, in die Spülmaschine darf, rauchfreies Grillen ermöglicht, wenig Kohle benötigt und auch noch stylish aussieht. Und diesen Wundergrill gibt es jetzt wirklich: den kompakten Tischgrill Carlo des belgischen Unternehmens Barbecue. Für rund 140 Euro können Sie den Carlo erwerben. Im Preis enthalten ist auch eine praktische Tragetasche, in der Sie den Kompaktgrill überallhin mitnehmen können.





Fröhliche Küchlein

Cake Pops sind klein, rund und glatt. Für gewöhnlich. Der Cake Pop Maker Twist Pop von Neumärker bringt wortwörtlich Wirbel in die Kuchenwelt: Er verleiht den Törtchen eine gezwirbelte Oberfläche und bricht mit dem klassischen Cake-Pop-Look. Dazu noch von Hand ein paar kreative Verzierungen ergänzen, schon ist das abwechslungsreiche Kuchenkunstwerk fertig. Mit rund 765 Euro eignet sich der Cake Pop Maker aber weniger für den Privathaushalt, sondern vor allem für die Gastronomie.



Wein – nicht nur für daheim

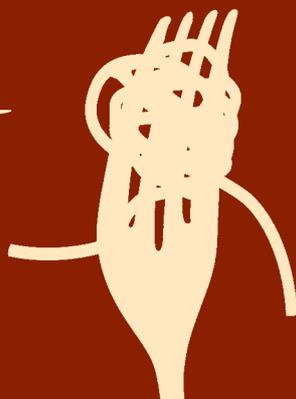
Pappbecher ade: Mit dem neuen Weinglas „Wine to go“ hat es Sagaform endlich möglich gemacht, einen edlen Tropfen auch beim Picknick stilvoll genießen zu können! Im Becher aus bruchsicherem Kunststoff inklusive garantiert dichtem Deckel kann ein Gläschen Wein jetzt problemlos mitgeführt werden. Den 0,3-Liter-Becher gibt es für rund 8 Euro unter design3000.de.



SAITTA.

GASTRONOMIE & GASTRONOMEHR

LA DOLCE VITA MIT
GIUSEPPE SAIITA.



FREUEN SIE SICH AUF DAS SAIITA-SOMMERFEST

Auch in diesem Jahr findet in Düsseldorf-Oberkassel am Barbarossaplatz wieder das beliebte SAIITA-Sommerfest statt. Und es gibt allen Grund zu feiern, denn Giuseppe Saitta feiert sein 35-jähriges Jubiläum. Neben italienischen Gaumenfreuden und sommerlichen Getränken wird es wieder ein umfangreiches Unterhaltungsprogramm, "musica italiana" und eine große Tombola für einen guten Zweck geben. Deshalb reservieren Sie sich schon einmal den folgenden Termin:

24. Juni 2017, ab 12.00 Uhr



ERLEBEN SIE ITALIENISCHE GASTFREUNDSCHAFT BEI GIUSEPPE SAIITA

SALUMERIA SAIITA	OSTERIA SAIITA	PIAZZA SAIITA	VAVELOCE DUE
Barbarossaplatz 2 40545 Düsseldorf Tel. 0211-55 27 11	Alt Niederkassel 32 40547 Düsseldorf Tel. 0211-57 49 34	Barbarossaplatz 3 40545 Düsseldorf Tel. 0211-171 51 91	Rethelstraße 143 40237 Düsseldorf Tel. 0211-64 16 35 37

SAITTA Gastronomie und Gastronomehr finden Sie in Düsseldorf-Oberkassel am Barbarossaplatz, in Düsseldorf-Niederkassel am Nussbaum und an Ihrem PC:

www.saitta.de



Festival für Feinschmecker

Das Gourmet Festival 2017 steht vor der Tür. Vom 25. bis zum 28. August erwarten Sie rund um die Kö die besten Produkte. Bei dem europaweit größtem Freiluft-Foodfestival werden Feinschmeckern qualitativ hochwertiges Essen und exquisite Getränke aus Deutschland und der ganzen Welt geboten. Mehr zu diesem Event unter gourmetfestival-duesseldorf.de.



Selbstgetrocknet

Manche Kräuter schmecken frisch am besten, andere – wie zum Beispiel Oregano – entfalten erst getrocknet ihr wunderbares Aroma. Wer selber im Garten oder Balkon viele Kräuter anpflanzt, kann sich seine Trockenkräuter sehr gut selber herstellen. Zu kompliziert? Kein Platz dafür? Hier hilft der Kräutertrockner von Gartenzauber.com (36,50 Euro). Auf drei Baumwolllagen lassen sich Kräuter, aber auch Samen oder Früchte ganz einfach, behutsam lufttrocknen.



PER RAD auf Essensuche

Mit der Kulinarischen Schnitzeljagd von Abendtüte & Friends wird Ihnen etwas ganz Besonderes geboten. Am Samstag, 24. Juni, können Sie zwischen 11 und 17 Uhr mit dem Fahrrad zu 15 Locations radeln und dort verschiedene Köstlichkeiten und Getränke genießen. Die Karten für das Event kosten einmalig 30 Euro. Wer diese aber schon bis zum 17. Juni kauft (z. B. unter abendtue-n-friends.de oder bei allen teilnehmenden Geschäften und Restaurants bucht), zahlt den Vorverkaufspreis von 20 Euro. Für alle, die kein Fahrrad haben: Der Fahrradverleih nextbike verleiht diese kostenlos an alle Teilnehmer.





PERFEKTE PATTYS

Die neue Burgerpresse von Moesta-BBQ ist die perfekte Küchenhilfe für Ihre nächste Burgerparty. Mit ihr formen Sie ganz einfach vier Pattys gleichzeitig. Dazu einfach Hackfleisch in die Mulden geben, zudrücken und fertig. Die Silikonpresse lässt sich außerdem wunderbar auch mit Inhalt einfrieren. Spülmaschinen-, backofen- und mikrowellenfest ist sie auch noch. Für ca. 30 Euro auf moesta-bbq.de erhältlich.



Würzige Präsente

In den neuen thematischen Gewürzboxen der Würzbar (wuerzbar.de) aus Oberkassel ist für jeden etwas dabei. Im Laden in der Oberkasseler Straße 79 finden Sie zum Beispiel einen Basic-Mix für aufgeschlossene Kochanfänger, die Box Veggie-Delight für vegetarische oder vegane Gerichte oder aber einen spannenden Pfeffermix. Jede der hochwertigen Boxen (je ca. 25 Euro) enthält neun Gewürze oder Gewürzmischungen sowie passende Verwendungstipps. Ein perfektes Geschenk für alle Genießer!



Fotos: Thomas_EyeDesign; Ekaterina_Lin / iStock.com; Illustrationen: Designed by Freepik / StarLine


Textquartier
DÜSSELDORF sucht für

Appetizer

eine/n Mediaberater/in (Freelancer)

für den Printanzeigen-Verkauf
im Raum Düsseldorf (auf Provisionsbasis).

Interessiert? Dann kontaktieren Sie uns:

0211-9717404
vonderforst@textquartier.net



DIE BÄCKEREI
DER BROTFREUNDE

Hohe Straße 31 • Tel. 86 20 34 0
Mittelstraße 25 • Tel. 88 20 34 21

Der Kaffee ist fertig!

Das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit des Tages. Umso besser, wenn es abwechslungsreich ist und in einem gemütlichen Café eingenommen wird. Wir stellen tolle Rezepte und Top-Locations vor.

Die einen mögen es süß, die anderen lieber herzhaft. Während Sie noch einmal bei Croissant und Marmelade zugreift, legt Er sich die zweite Scheibe Bacon auf sein Rührei und nippt am schwarzen Kaffee. In jedem Fall ist das gemeinsame Frühstück ein toller Start in den Tag. Noch besser wird es, wenn es gesund und abwechslungsreich ist. An einem üppig gedeckten Tisch kann man wunderbar das Wochenende beginnen, sich stärken oder naschend die Zeit vertrödeln.

FÜR JEDEN GESCHMACK DAS RICHTIGE FRÜHSTÜCK

Und je mehr auf dem Tisch steht, desto mehr kann man ausprobieren. Bei den Deutschen kommen in der Regel Brötchen, Brot oder auch Croissants zusammen mit Butter, Käse, Wurst oder süßen Aufstrichen auf den Tisch. Dazu ein Ei, etwas Obst und natürlich Kaffee, Tee oder Saft. Fertig ist der perfekte Start in den Tag. Im Bistro Zicke in der Bäckerstraße 5 a kann man ein solch abwechslungs-

reiches Frühstück bekommen und einen ausgewogenen Start in den Tag hinlegen. Hungrige Frühaufsteher aus anderen Ländern schätzen allerdings ganz andere Zutaten, so beispielsweise traditionell frühstückende Japaner: Reis, eingelegtes Gemüse, gebratener Fisch, etwas Nori-Algen (das sind die, die man als quadratische, papierartige Blätter kaufen kann) und eine Miso-Suppe sind im Land der aufgehenden Sonne morgens üblich. Wer das einmal selbst ausprobieren möchte, ist im Hotel Asahi in der Kurfürsten-

TIPP

Der Begriff Frühstück reicht bis ins 15. Jahrhundert zurück und bezeichnete damals das frühmorgens gegessene Stück Brot.



Foto: xxxxxxxxxxxxxxxx

Foto: juefraphoto/iStock.com



straße 30 optimal aufgehoben. Selbst die japanischen Gäste sind von diesem landestypischen Frühstück begeistert und geben auf diese Weise quasi ein Gütesiegel aus erster Hand.

VIEL HILFT VIEL: AMERIKANISCH BRUNCHEN

Wer etwas länger ausschlafen möchte, kann sich an einem Brunch problemlos satt essen. Das Kofferwort aus Breakfast und Lunch beschreibt genau das, was sich hinter einem Bruch verbirgt: zu spät für ein Frühstück, zu früh für ein deftiges Mittagessen. Erfunden haben es die Engländer, perfektioniert wurde es aber in den USA. Da beim Brunch oft auch warme Speisen serviert werden, können sich die Amerikaner so richtig austoben: Pancakes, Hash Browns und Co. sind unumgänglich für eine ausgiebige Mahlzeit am Vormittag. Während Pancakes im Grunde fluffigere Pfannkuchen sind,

sind Hash Browns hierzulande eher unbekannt. Dabei handelt es sich um gekochte Kartoffeln, die zerhackt, gewürzt und mit Butter gebraten werden. Im Gegensatz zu Kartoffelpuffern werden sie ohne Ei und Mehl zubereitet. Dazu noch etwas Rührei und Bacon – fertig ist das amerikanische Frühstück. Wer das einmal genießen möchte, kann im Buttershaker am Worringer Platz 142 einkehren.

Wie Sie es auch einnehmen: Ein Frühstück ist der schönste Anlass, gemeinsam mit Freunden oder der Familie in den Tag zu starten. Wer lieber zu Hause als auswärts isst, kann sich mit unseren Rezepten auf diesen Seiten sein eigenes, perfektes Frühstück zusammenstellen.

Markus Fasse



American Pancakes

Ohne sie geht in Amerika beim Frühstück gar nichts: Pancakes. Die besonders zarte Variation der Pfannkuchen ist etwas dicker, aber eben auch deutlich fluffiger. Mit etwas Obst oder Sirup verfeinert sind Pancakes eine unglaublich leckere Zutat auf dem Frühstückstisch. Und so geht's:

Zutaten für 2 Personen:

200 g Mehl

1 TL Backpulver

1 Ei

1 Tüte Vanillezucker

75 ml Milch

1 EL Butter

1 Prise Salz

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 10 Minuten

Garen: 6 Minuten

- 1 Zunächst das Ei auftrennen und anschließend Mehl, Backpulver, Eigelb, Zucker und Salz in einer Schüssel gut verquirlen.
- 2 Die Milch langsam dazugießen, bis aus dem Teig eine cremige Masse wird. Dabei weiter kräftig quirlen.
- 3 Das Eiweiß steif schlagen und unter die Pancake-Masse heben.
- 4 In einer Pfanne die Butter erhitzen und den Pancake-Teig mit einem Esslöffel in die Pfanne geben. Bei mittlerer Stufe etwa 3 Minuten pro Seite goldbraun anbraten.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/29975



Porridge mit frischen Beeren

Porridge stammt aus den schottischen Highlands. Während die Schotten den Haferbrei nur für Kinder süßen, kreieren ihre englischen Nachbarn eine etwas abwechslungsreiche Frühstücksmahlzeit. So machen Sie ein gesundes und kräftigendes Porridge:

Zutaten für 2 Personen:

200 g	feine Haferflocken
je 200 ml	Milch, Wasser
2 EL	Honig
1	Banane
6 EL	Blaubeeren
je 2 EL	Chiasamen, gehobelte Mandeln

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 5 Minuten

Garen: 15 Minuten

- 1 Die Haferflocken in einen Topf geben und das Wasser sowie die Milch dazugießen. Den Brei kurz aufkochen lassen und dann bei geringerer Hitze köcheln, bis aus dem Sud ein fester Brei geworden ist.
- 2 Währenddessen die Banane schälen und in Scheiben schneiden. Die Blaubeeren waschen und abtropfen lassen.
- 3 In den warmen Porridge den Honig einrühren und jede Portion mit ein paar Beeren sowie den Bananen verzieren. Über jede Schüssel ein paar Chiasamen und Mandeln streuen.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/81975

Foto: wmaster890/istock.com


Textquartier
DÜSSELDORF sucht für

Appetizer

eine/n Mitarbeiter/in
Verkauf & Vertrieb (Telefonist/in)
auf 450-Euro-Basis

Interessiert? Dann schicken Sie
uns Ihre Bewerbung.

Mehr unter
textquartier.net/jobs



*So gut...
schmeckt der
Morgen bei Puppe*

**Der perfekte Start in den Morgen...
...Frühstück bei
für jeden was dabei...**

PÜPPI'S PETIT DÉJEUNER
Milchkaffee, offenfrische Buttercroissant,
Butter und Konfitüre

PÜPPI'S GUTEN MORGEN FRÜHSTÜCK
Kaffee nach Wahl, 3 Brötchen nach Wahl, Aufschnitt- und
Käsevariation, Konfitüre und Butter

PÜPPI'S GOURMET-FRÜHSTÜCK
Kaffee nach Wahl, 3 Brötchen nach Wahl, Aufschnitt- und
Käsevariation, Konfitüre, Butter, ein gekochtes oder ein
Rühr- oder ein Spiegelei
1 Glas Orangensaft

PÜPPI'S KINDER-FRÜHSTÜCK bis 12 Jahre
1 Kakao oder Tee, 1/2 Brötchen mit Kinderwurst,
1/2 Brötchen mit Nutella, + 1 Kinderüberraschung
(selbst auszusuchen aus der Kinderschublade)

PÜPPI'S HANDWERKER-FRÜHSTÜCK
1 Pott Kaffee, 1 belegtes Brötchen mit Butter und
Aufschnitt oder Käse nach Wahl

**ODER OFFENFRISCHE BRÖTCHEN & CROISSANTS
FÜR DEN FRÜHSTÜCKSGENUSS ZU HAUSE**

Oberkassel Luegallee 21	Tel.: 0211 / 55 18 22	So: 08.00-13.00
Niederkassel Oberkasseler Str. 164	Tel.: 0211 / 55 13 38	So: 08.00-13.00
Lörick Grevenbroicher Weg 35	Tel.: 0211 / 59 34 72	So: 08.00-12.00
Heerdt Pestalozzistr. 4	Tel.: 0211 / 600 22 21	So: 08.00-13.00
Büderich Düsseldorferstr. 3	Tel.: 02132 / 9851437	So: 08.00-13.00

Paprika-Curry-Rührei

Zutaten für 2 Personen:

je ½ grüne, gelbe, rote Paprika

3 Eier

je 1 kleine Zwiebel, kleine Knoblauchzehe

6 Cocktailtomaten

1 TL Curry

1 EL Petersilie

je 1 Prise Salz, Pfeffer

2 EL Milch

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 5 Minuten

Garen: 10 Minuten

Für viele funktioniert ein Sonntagmorgenfrühstück nur mit Rührei. Kein Problem – wie wäre es mit diesem gesunden und abwechslungsreichen Rührei? Die Kombination aus Curry und frischen Gemüsestückchen ist eine echte Überraschung.

- 1** Die Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten ebenfalls waschen und jeweils einmal der Länge nach durchschneiden.
- 2** Die Eier in eine Schüssel schlagen und mit einem Schuss Milch verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken.
- 3** Eine Pfanne mit Butter erhitzen und die Zwiebel schälen. Diese in Halbringe schneiden und samt Gemüse kurz anschwitzen. Die Knoblauchzehe schälen, pressen und dazugeben.
- 4** Das Rührei dazugeben und auf einer kleineren Stufe braten, bis es fest ist. Mit der Petersilie bestreuen und heiß servieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/07862



Skyr Creme Dessert

Nach dem Frühstück noch ein Dessert? Ideal ist da ein Mix aus groben Haferflocken, Skyr und frischem Obst. Das isländische Milchprodukt ist übrigens eine tolle Sache: sehr mager mit einer Menge Proteine. So wird daraus ein tolles Dessert.

Zutaten für 4 Personen:

200 g Sahne

400 g Skyr

100 g grobe Haferflocken

1 Pck. Sahnesteif

2 Pck. Vanillezucker

300 g frische Erdbeeren

3 TL brauner Zucker

Schwierigkeit: moderat

Vorbereiten: 15 Minuten

Garen: 0 Minuten

- 1** Zunächst einmal die Sahne mithilfe des Sahnesteifs steif schlagen. Den Vanillezucker sowie den Skyr nach und nach unterheben und abschmecken.
- 2** Die Erdbeeren waschen, putzen und in halbe Stücke schneiden. Auf vier Glasbecher verteilen und bis zur Hälfte mit Haferflocken füllen.
- 3** Das Skyr-Sahne-Gemisch darübergeben und nach Geschmack mit dem braunen Zucker süßen.
- 4** Nun die Gläser abdecken und über Nacht im Kühlschrank stehen lassen. Schließlich eine halbe Stunde vor dem Servieren herausholen, damit das Fruchtaroma optimal zur Geltung kommt.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/00163





Bäckerei Hinkel

Zugegeben: Frühstücken können Sie in der Bäckerei Hinkel zwar nicht, dafür finden Sie hier an Brot alles, was Sie für ein Morgenmahl bei sich zu Hause benötigen. Das Familienunternehmen besteht seit 1891 und hat sich als „Bäckerei der Brotfreunde“ einen Namen gemacht. Täglich werden 70 bis 80 unterschiedliche Brotarten in handwerklicher Tradition gebacken. Doch auch Fans von Kuchen, Kleingebäck und Feinbackwaren kommen hier auf ihre Kosten. Probieren Sie z. B. zu Weihnachten oder Ostern den Stollen mit Düsseldorfer Killepitsch.

Montag bis Samstag ab 6 Uhr, Sonntag geschlossen
Hohe Str. 31 (Carlstadt) & Mittelstr. 25 (Altstadt), 0211-86203413, baeckerei-hinkel.de

Café Muggel

Gemütlich, gesellig und tolles Frühstück: Das Café Muggel bietet ein schönes französisches Ambiente, um den Tag zu beginnen. Angeboten wird unter anderem ein iberisches Frühstück mit verschiedenen spanischen Wurstwaren und Olivenbrot. Aber auch das bayerische Frühstück mit Weißwürsten geht im Muggel sehr gut. Hier ist für jeden etwas dabei. Frühstücken dürfen Sie hier sogar bis 15 Uhr. Und im Sommer können Sie Ihr Frühstück auch auf der Außenterrasse vor dem Café genießen.

Montag bis Freitag ab 8:30 Uhr, sonst ab 9 Uhr
Dominikanerstr. 4 (Oberkassel), 0211-554182, cafe-muggel.de



Rosie's Bar & Kitchen

2016 hat die App „Foodguide“ ihre Nutzer nach den besten Frühstücks-Cafés befragt. Unter der Top 9 Deutschlands (!) war auch eines aus Düsseldorf: das Rosie's. Kein Wunder, denn Rosie's Bar & Kitchen besitzt eine der umfangreichsten Frühstückskarten der Stadt. Neben elf gemischten Frühstückskreationen werden auch verschiedene Sandwiches, Stullen, Eiergerichte und vieles mehr angeboten. Im Café oder auf der großen Terrasse können Sie hier bis 12 Uhr, an Wochenenden, Brückentagen und in den Ferien sogar bis 16 Uhr frühstücken.

Täglich ab 10 Uhr
Adersstr. 21 (Stadtmitte), 0211-8766666, rosies-duesseldorf.de

Holzofenbackstube der Bäckerei Puppe

Die Bäckerei Puppe setzt in ihren Filialen in Meerbusch-Büderich und Heerdt einen richtigen Holzbackofen ein. Aus Dinkel- und Roggenmehl sowie aus Urgetreiden wird dort direkt vor Ort die Holzofenkruste gebacken, ebenso die Flute, ein traditionelles Baguette. Daneben werden selbstverständlich auch die verschiedensten Backwaren angeboten. Und frühstücken kann man hier auch: Vom französisch angehauchten Petit Déjeuner bis zum rustikalen Holzofenfrühstück wird eine breite Frühstückspalette angeboten.

Montag bis Freitag ab 6:30 Uhr, Samstag ab 6 Uhr, Sonn- und Feiertag ab 8 Uhr
Pestalozzistr. 4 (Heerdt), 0211-6002221, baeckerei-puppe.de



Salumeria Saitta

Wer ein besonderes Frühstück abseits von Cafés und Buffetangeboten sucht, sollte die Salumeria Saitta besuchen. Hier können Sie sich an der Frischetheke ein original italienisches Frühstück zusammenstellen. Angeboten werden feinste italienische Wurst- und Schinkenwaren wie Mortadella, Bresaola oder Trüffelschinken. Des Weiteren können Sie aus einer Auswahl an italienischem Käse, Broten und Backwaren wählen. Und klar: Wo, wenn nicht hier, schmeckt ein Espresso oder ein Cappuccino am Morgen am allerbesten?

Montag bis Samstag ab 9 Uhr, Sonn- und Feiertag geschlossen
Barbarossaplatz 2 (Oberkassel), 0211-552711, saitta.de

HIER GIBT'S

Frühstück!

Egal, ob in der Altstadt oder anderswo:
In Düsseldorf kann man super frühstücken. Hier
gibt's die besten Locations für die wichtigste Mahlzeit am Tag.

Shennong Tea Lounge

Wer einen Altstadt-Bummel plant, kann hier mit einem Frühstück starten. Riesige Teeauswahl.

Burgplatz 2-3 (Altstadt), shennong.de

**Sugarbird Cupcakes**

Hausgemachte Törtchen, Kaffee und natürlich Frühstück. Der frühe Sugarbird bietet allerhand.

Heinrich-Heine-Allee 37 (Altstadt), sugarbird-cupcakes.de

Süße Erinnerung

Die Kombination aus Café und Veranstaltungsort ist eine schöne Sache. Frühstück gibt's natürlich auch.

Brunnenstr. 20 (Bilk), suesse-erinnerung.de

**homemade**

Lust auf Porridge? Das und mehr gibt's hier. Natürlich handgemacht.

Bilker Allee 209 (Bilk), homemade-we-eat-fine.com

**Die Geißel**

Amerikanisch, vegetarisch – alles da. Samstag von der Karte, sonntags als Buffet.

Aachener Str. 58 (Bilk), geissel-in-bilk.de

Laura's Deli

Laura's Deli bietet teilweise ein warmes Frühstück inklusive Avocado-Eier und Superfood-Bowls.

Carlsplatz 1 (Carlstadt), laurasdeli.com

**Zicke**

Die Zicke ist bei Düsseldorfern eine beliebte Adresse zum Frühstück und liegt zudem nah am Rhein.

Bäckerstr. 5 a (Carlstadt), bistro-zicke.de

dreiRaum

Bei einem Glas Prosecco gibt es im dreiRaum am Wochenende ab 10 Uhr verschiedene Frühstücke.

Volksgartenstr. 15 (Derendorf), dreiraumbistro.de

**A.nni**

Vollkornstulle oder doch lieber eine Käseplatte? A.nni bietet ein sehr individuelles Frühstück.

Platanenstr. 22 (Flingern), cafe-anni.de

**Kausal**

Auf der Flurstraße serviert man bereits ab rund 3 Euro das „Flur Frühstück“.

Flurstr. 101 (Flingern), facebook.com/kausal.cafe

**Rosie's**

Verschiedene Frühstücke laden hier zur Einkehr wie z. B. die skandinavische Variante mit Räucherlachs.

Adersstr. 21 (Friedrichstadt), rosies-duesseldorf.de

Julian's bar and restaurant

Für Langschläfer: Bis 14:30 Uhr kann man hier einen Brunch bekommen.

Speditionsstr. 11 (Hafen), julian-s.de

**Muggel**

Lust auf eine Weißwurst mit süßem Senf? Das und mehr gibt's im Muggel in Oberkassel.

Dominikanerstr. 4 (Oberkassel), cafe-muggel.de

Sweet Time

Das Landhaus-Café auf der Belsenstraße bietet ein abwechslungsreiches Frühstück.

Belsenstr. 18 (Oberkassel), cafesweettime.de

Kwadrat

Im modernen Ambiente wird ebenfalls ab 10 Uhr am Wochenende das Frühstück serviert.

Blücherstr. 51 (Pempelfort), kwadratgmbh.com

**Birdie & Co.**

Wer auf Joghurt- oder Açaí-Bowls steht, ist hier richtig.

Marc-Chagall-Str. 108 (Pempelfort), birdieco.de

**Barco**

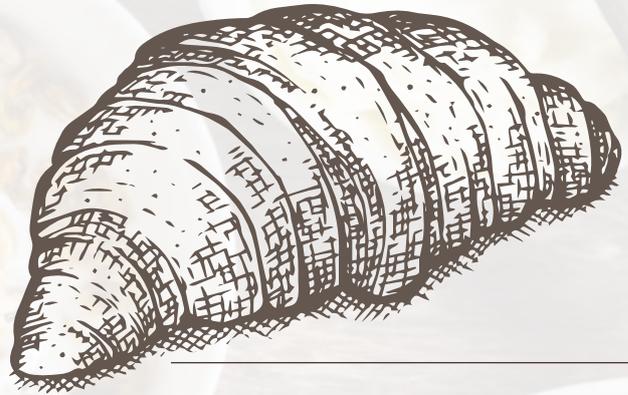
Im Herzen der Stadt kann man hier u. a. ein englisches Frühstück genießen.

Charlottenstr. 51 (Stadtmitte), barco-lounge.de

**Kaffee Uhlenbusch**

Gemütlich und in direkter Nähe zur Schadowstraße. Nach dem Frühstück also auf zum Shopping.

Klosterstr. 34 (Stadtmitte), u-dasrestaurant.de



Wanna Waffel & Kumpir

Wer es mal abwechslungsreich mag: Waffeln. In allen Farben und Formen.

Graf-Adolf-Str. 39 (Stadtmitte),
facebook.com/pg/wannawaffelkumpir



Kleinhaus

Gegrillte Sucuk auf Eier-Toast mit Käse und vieles mehr. Wer es türkisch mag, ist hier richtig.

Gladbacher Str. 5 (Unterbilk),
kleinhaus.eu

Schlosscafé Benrath

Frühstücken am Benrather Schloss – täglich zwischen 10 und 14 Uhr möglich – ist auch optisch ein absoluter Genuss.

Benrather Schlossallee 108 (Benrath),
www.schloss-benrath.de/besuchen/schlosscafe-benrath/

Buttershaker

Direkt am Worringer Platz liegt das amerikanische Restaurant. Lecker: das deftige Frühstück!

Worringer Platz 142 (Stadtmitte),
buttershaker.de

Matilda

Am Wochenende gibt es hier ein umfangreiches Frühstücksbuffet.

Regenbergstr. 2 a (Gerresheim),
facebook.com/cafematildagerresheim



Café Nikan

Spitzen Kaffee zu leckeren Paninis genießen – und dabei beim Kuchenbacken in der offenen Küche zuschauen.

Ackerstraße 75 (Flingern),
cafe-nikan.de

Covent Garden

Direkt an der Hauptschlagader Unterbilks gibt's hier die Speisen auch zum Mitnehmen.

Bilker Allee 126 (Unterbilk),
facebook.com/CoventGardenCoffee



Café Hüftgold

Neben dem besonders leckeren Kuchen bietet das Café Hüftgold auch täglich ein frisches Frühstück an.

Ackerstraße 113 (Flingern),
cafehueftgold.de

me and all hotel

Ein fabelhafter Blick über Düsseldorf: Nicht nur Hotelgäste sind hier in der Lounge auf der elften Etage zum Frühstück eingeladen.

Immermannstraße 23 (Stadtmitte),
duesseldorf.meandallhotels.com

Es gibt keine zweite Chance für einen ersten Eindruck.

Als Kommunikationsdesigner gestalte ich Erscheinungsbilder und Kommunikationslösungen, die Unternehmenswerte sichtbar und verständlich machen, helfen, Vertrauen und Sympathie aufzubauen, um Marken zu schaffen, die nicht unbemerkt bleiben. Gerne können wir uns bei einem unverbindlichen Kennenlern- und Beratungsgespräch dazu unterhalten! Mehr Informationen unter Tel. 0211 / 77 92 99 93 und www.robinnickel.de.



FISCHEN WIE IN *Italien & Japan*

Wie vielfältig Fisch zubereitet werden kann, zeigen ein italienisches und ein japanisches Restaurant in Düsseldorf. Wir haben dort über die Schultern gesehen – und geben zudem Tipps, wie Sie frischen Fisch erkennen.

Appetizer zu Gast

*Fisch auf italienische und japanische Art:
Wir warfen einen Blick in die Küchen
vom **VaVeloce due** in Düsseldorf-Zoo
und vom **4 Seasons** in Kaiserswerth.*



QUALITÄT ERKENNEN



Fingerdruck

Wie frisch ist ein Fisch tatsächlich? Ein Fingerdruck auf den rohen Fisch genügt: Wirkt das Fleisch noch fest und bleibt keine Druckstelle zurück, handelt es sich um gute Ware.



Kiemen begutachten

Ziehen Sie am Kopf die locker sitzenden Kiemendeckel hoch und begutachten Sie die Kiemen. Sind sie in einem schönen Bordeaux-Rot, dann ist der Fisch frisch.



Schuppen kontrollieren

Streichen Sie beim Fisch mit der Hand über die Schuppen. Wenn die Schuppen glänzen und am Tier haften, können Sie sicher sein, dass es sich um frische Ware handelt. Lösen sich die Schuppen leicht, hat der Fisch seine besten Zeiten schon hinter sich.





Gelegentlich stehe ich auch selber am Herd. Das habe ich von meinem Vater, der früher viel und gerne gekocht hat.



GIUSEPPE SAITTA

VaVeloce due

Von der Autobahn einmal quer durch Düsseldorf, ein paar morgendliche Staus umfahren. Sothirios Zoidis, Lieferant bei der Kölner Wildlachs-Räucherei Bremer, hat heiße Ware im Gepäck. Gut verstaut in einem Styropor-Karton, in viel Eis gebettet, liegt ein fangfrischer Wolfsbarsch. Das Ziel: das VaVeloce due in der Rethelstraße.

AUF DIE SCHNELLE, ABER ERSTKLASSIG

Das VaVeloce due ist Giuseppe Saittas jüngster Ableger. Seit Ende 2015 gibt es seine italienischen Gerichte und Feinkostprodukte auch in Düsseldorf-Zoo. Hier kann mittags oder abends im Restaurant oder draußen auf der mediterranen Terrasse gespeist werden. Aber alles unter der Prämisse, dass es schnell auf den Tisch

kommt, damit man zum Beispiel nach der Mittagspause wieder pünktlich auf der Arbeit ist. Kein Wunder also, dass das Restaurant VaVeloce – zu Deutsch: Es geht schnell – genannt wurde.

Hochwertige Lebensmittel sind für VaVeloce due eine Selbstverständlichkeit. Und wenn dann Sothirios Zoidis am Telefon erzählt, dass erstklassige Ware reinkommt, dann zögert Giuseppe Saitta nicht lange: Der gelieferte Wolfsbarsch kommt nicht aus der Zucht, sondern frisch aus dem Atlantik. Dann wird er – ohne Umweg über das französische Rungis, dem größten Fischmarkt der Welt – direkt nach Deutschland verfrachtet.

VaVeloce due:

MIT DEM HANG ZUM BESONDEREN

Rethelstr. 143 (Düsseldorf-Zoo), vavelocedue.de



Keine 20 Stunden nach dem Fang liegt nun der riesige Wolfsbarsch in der Küche des VaVeloce due. Küchenchef Giulio Longo wartet nicht lange: Er macht den Fisch sauber und beginnt, ihn zu filetieren. Der Koch arbeitet bereits seit acht Jahren für Saitta. Als das VaVeloce due eröffnet wurde, übernahm Longo den Posten des Chefkochs. In Windeseile zaubert er nun mit seiner Crew mehrere Gerichte aus dem Wolfsbarsch. Dass diese nicht auf der üblichen Mittags- oder Abendkarte aufgelistet sind, verwundert nicht: Immerhin erhält das VaVeloce due nicht täglich eine solch exquisite Lieferung. Und so ist der fangfrische Wolfsbarsch – in Frankreich auch Loup de Mer, in Italien Branzino genannt – ausschließlich auf der Tageskarte zu finden. Und, wer weiß, vielleicht auch bei Ihrem nächsten Besuch.

Foto: SanerG/Stock.com; Marius von der Forst



Wolfsbarsch auf Strauchtomaten
Dieses Rezept von Giulio Longo, Chefkoch im VaVeloce due, ausschließlich online unter appetizer-magazin.de/58474.

Ein Fisch, drei Gerichte: Giulio Longo macht aus dem Wolfsbarsch ein zitronenfrisches Carpaccio, dann ein Tatar mit Limetten und Avocado und zuletzt ein Wolfsbarsch-Filet auf einem Bett aus fruchtigem Cocktailtomaten-Sugo.





4 Seasons:

MIT SORGFALT UND ZEIT ZUBEREITET

Kaiserswerther Markt 37 (Kaiserswerth), 4seasonskaiserswerth.de

Es sind die Details, die Feinheiten, auf die im 4 Seasons in Kaiserswerth am meisten geachtet wird. Wenn das japanische Restaurant mittags die Türen öffnet, bereiten die Sushi-Köche des 4 Seasons den Fisch mit großer Konzentration für das beliebte Sashimi vor. Bei diesem Gericht, das im Gegensatz zu Sushi auf Reis verzichtet, muss der Fisch korrekt zerlegt und weiterverarbeitet werden. Mithilfe eines sehr scharfen Messers, eines geübten Auges und viel Erfahrung gehen die Köche ans Werk. „Gerade bei Sashimi muss man genau auf den Faserverlauf achten, damit es beim Essen so schön im Mund zerfällt und sich der Geschmack voll entfalten kann“, erklärt Inhaberin Satoko Yano.

Bereits seit 21 Jahren bietet das 4 Seasons sowohl in der Mittagszeit als auch abends eine hochwertige japanische Küche an. Der Name ist dabei Programm: Passend zur jeweiligen Jahreszeit kommen bestimmte Zutaten und Zubereitungsarten zum Einsatz, die die übliche Speisekarte entsprechend erweitern.

DIE JAPANISCHE KÜCHE VERSTEHEN UND GENIEßEN

„Unser Ziel ist es, dass unsere Gäste die japanische Küche verstehen und genießen“, sagt Satoko Yano. „Unser erfahrenes Küchenteam versteht es, den ursprünglichen Geschmack jeder Zutat hervorzuheben, jedes Gericht mit Sorgfalt und Zeit zuzubereiten.“ Und so befassen sich die Köche umfassend mit dem Fettanteil, der Muskeldichte, der Reinheit sowie auch der Farbsättigung der Fische, bevor sie sie weiterverarbeiten. Das sind alles Sachen, die einen erheblichen Einfluss auf den Geschmack haben. Ob Sie nun Thunfisch, Aal oder Jakobsmuscheln entweder als Sushi, Sashimi oder kurz angegrillt genießen: Das 4 Seasons bietet Genussmomente für alle, die guten Fisch zu würdigen wissen. Egal, ob Sie Fisch roh, mariniert, zart angegrillt, gekocht oder gebeizt mögen – beim 4 Seasons werden Sie fündig.

Fotos: 4 Seasons



DREI KUNSTWERKE ZUM ESSEN

Wir stellen drei wirklich außergewöhnliche Speisen vor, die das 4 Seasons abseits der japanischen Küchen-Standards anbietet.



AVOCADO GYOKAI-MORI

Dieser Salat aus Fisch und Avocado wird mit japanischer Mayonnaise (die ganz anders schmeckt als die Mayonnaise hier) garniert. Oben drauf wird Tobiko gesetzt, der knusprige Roggen von Fliegenden Fischen. Bei den Gästen vom 4 Seasons ist dieses Gericht aktuell besonders beliebt.



IKA MENTAI

Hierbei handelt es sich um Sashimi vom Tintenfisch. Dieser muss dafür sehr frisch

sein, darf nicht riechen und sollte einen angenehm weichen und sämigen Biss haben. Serviert wird er in Streifen geschnitten, auf Rettich gebettet und mit Pollackrogen garniert, der mit Chili geschärft wird. Ika Mentai ist eine perfekte Vorspeise, die im 4 Seasons auch nur im Sommer angeboten wird.

TAKONUTA-AE

Nuta ist eine Soße aus Miso, Reisessig und Senf, die zu gedünstetem Lauch, rohem Thunfisch, Tintenfisch oder Oktopus gereicht wird. Letzteres, TakoNuta-Ae genannt, ist ein ur-traditionelles Beilagengericht. Ganz wichtig hierbei ist die Verarbeitung des rohen Oktopusses: Die äußere Haut muss entfernt und das Fleisch vor dem Kochen (in Reiswein, Reisessig und Sojasauce) gut mit Salz massiert werden. Das allerdings erfordert einiges an Fingerspitzengefühl: Die Massage sollte gründlich sein, aber ist man dabei nicht behutsam, wird der Oktopus schließlich viel zu zäh.



FRANKREICH

zu Gast

Das berühmteste Sportereignis Frankreichs startet dieses Jahr in Düsseldorf. Wir verraten, welche Attraktionen das große Event noch bietet – auch kulinarisch.



Am 1. und 2. Juli ist es soweit – dann ist die Tour de France zu Gast in Düsseldorf. Das ist gar nicht mal so ungewöhnlich, denn die Grand Départ, zu Deutsch „die große Abfahrt“, findet in jedem Jahr an einem anderen Ort statt. Schon seit 1903 gibt es die Tour de France, und ursprünglich begann sie immer in Paris. Doch seit den 1950-ern wird der Auftakt immer wieder an anderen Orten – auch außerhalb Frankreichs – abgehalten: Bereits in Köln, Frankfurt und Berlin startete das berühmte Radrennen. Da die letzte deutsche Grand Départ schon lange zurückliegt (1987 in Berlin), ist es schon ein Ereignis, dass das Rennen dieses Mal in Düsseldorf startet.

STRASSENFESTE UND RETRO-EVENTS

In der Landeshauptstadt ist das Thema Radfahren schon seit einigen Monaten präsent. Und jeder darf mitmachen: So konnten die Bürger im Vorfeld besondere Events rund um die Tour planen und einreichen. Unter dem Begriff „Strecken-

»

LICHTERFEST IN BENRATH

Am 30. Juni findet in Benrath der offizielle Empfang der Grand Départ statt. Er wurde bewusst mit dem diesjährigen Lichterfest am Schloss Benrath kombiniert, sodass sich klassische Musik und ein grandioses Feuerwerksspektakel erleben lassen. Damit auch der Genuss nicht zu kurz kommt, kann man unter schloss-benrath-lichterfest.de zusätzlich zu den Tickets auch Picknickkörbe erwerben: Für 83 Euro erhalten Sie neben Tellern und Gläsern für zwei Personen Champagner, frisches Landbrot, eine feine Salami- und Käseauswahl und weitere Extras. Wer mag, kann sich auch selber etwas Passendes zu essen und trinken mitbringen. Grillen ist jedoch nicht gestattet.



Foto: © Landeshauptstadt Düsseldorf/Frank Bodenmüller

belegung“ finden beispielsweise Straßenfeste und Retro-Partys statt, und auch sonst gibt es im gesamten Stadtgebiet etwas zu erleben.

Wenn das berühmteste Sportevent Frankreichs zu Gast in Deutschland ist, dann muss natürlich auch der Gaumen auf seine Kosten kommen. Kein Wunder also, dass einige Restaurants, Cafés und Feinkostläden zur Grand Départ besondere Leckereien anbieten. Sie dürfen gespannt sein, was sich Düsseldorfs Gastronomen und Einzelhändler einfallen lassen. Ein paar dieser Aktionen finden

Sie auf Seite 30. Hier stellen wir Ihnen außerdem die wichtigsten offiziellen Attraktionen zur Grand Départ vor.

SELBER SCHWITZEN

Während die einen neugierig auf das Event warten, treten die anderen lieber selber in die Pedale. Beispielsweise lädt die NRW-Stiftung vom 20. bis zum 27. Juli zum gemeinsamen Radeln durch das Ruhrgebiet und das Bergische Land ein (nrw-radtour.de). Und wer lieber in Düsseldorf bleiben möchte, sollte einen Blick auf die kostenlose Fahrrad-App „RADschlag“ werfen. Hier finden Sie etliche Routen für Ihre eigene Tour durch Düsseldorf und das Umland. Unser Tipp: Gehen



KARTE ZUM MITNEHMEN

Auf den folgenden vier Seiten finden Sie die Karten für die erste und zweite Etappe sowie die besten Attraktionen rund um die Tour de France in Düsseldorf. Wenn Sie mögen, können Sie diese mittlere Doppelseite auch heraustrennen und gefaltet mit sich führen.

Sie's gemütlich an. Nehmen Sie sich einen guten Wein mit, ein paar kulinarische Köstlichkeiten und machen Sie am Rhein oder am Grafenberger Wald ein kleines Picknick. Übertreiben Sie es aber mit dem guten Tropfen nicht.

Marius von der Forst



Radler-Riegel selbstgemacht

Isomaltulose ist eine Alternative zu Zucker und kommt in geringen Mengen in Honig oder im Zuckerrohr vor. Sie ist nicht so süß wie normaler Zucker, sorgt aber für einen konstanteren Blutzuckerspiegel und stellt dem Körper Glukose für einen längeren Zeitraum zur Verfügung. Mit diesem Profi-Kohlenhydrat können Sie zum Beispiel eigene Fitnessriegel erstellen. Sie finden Isomaltulose in Apotheken, Sportfachgeschäften und diversen Onlineshops.

Zutaten für 10 Riegel

- 360 g Cashewkerne (ungesalzen)
- 400 g Datteln (getrocknet und entkernt)
- 40 g Isomaltulose
- 1 Prise Salz

Schwierigkeit: mittel
Vorbereiten: 10 Minuten
Garen: 0 Minuten

- 1 Cashewkerne und getrocknete Datteln in einen Mixer geben. Darin einige Minuten zerkleinern.
- 2 Sind die Nüsse und Datteln zu einer festen Masse ohne große Stückchen verklumpt, werden die Isomaltulose und Salz hinzugefügt. Pürieren Sie alles ganz kurz. Eventuell einen Schluck Wasser hinzugeben, wenn die Masse zu fest ist.
- 3 Nun die Masse auf ein Backpapier geben, dort ausstreichen und dann im Gefrierfach für 1-2 Stunden kühlen lassen. Anschließend zu Riegeln schneiden und im Kühlschrank aufbewahren. Die Radler-Riegel halten sich dort für mehrere Wochen.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/47636

1. Etappe am Samstag, 1. Juli 2017

TOUR DE FRANCE

Die Tour de France 2017 beginnt am Samstagnachmittag, 1. Juli, mit einem Einzelzeitfahren über 14 Kilometer durch das Düsseldorfer Stadtgebiet. Die Fahrer starten mit zeitlichem Abstand von bis zu drei Minuten. Der Etappengewinner ist derjenige, der die Strecke am schnellsten schafft.

Ziel **Start**

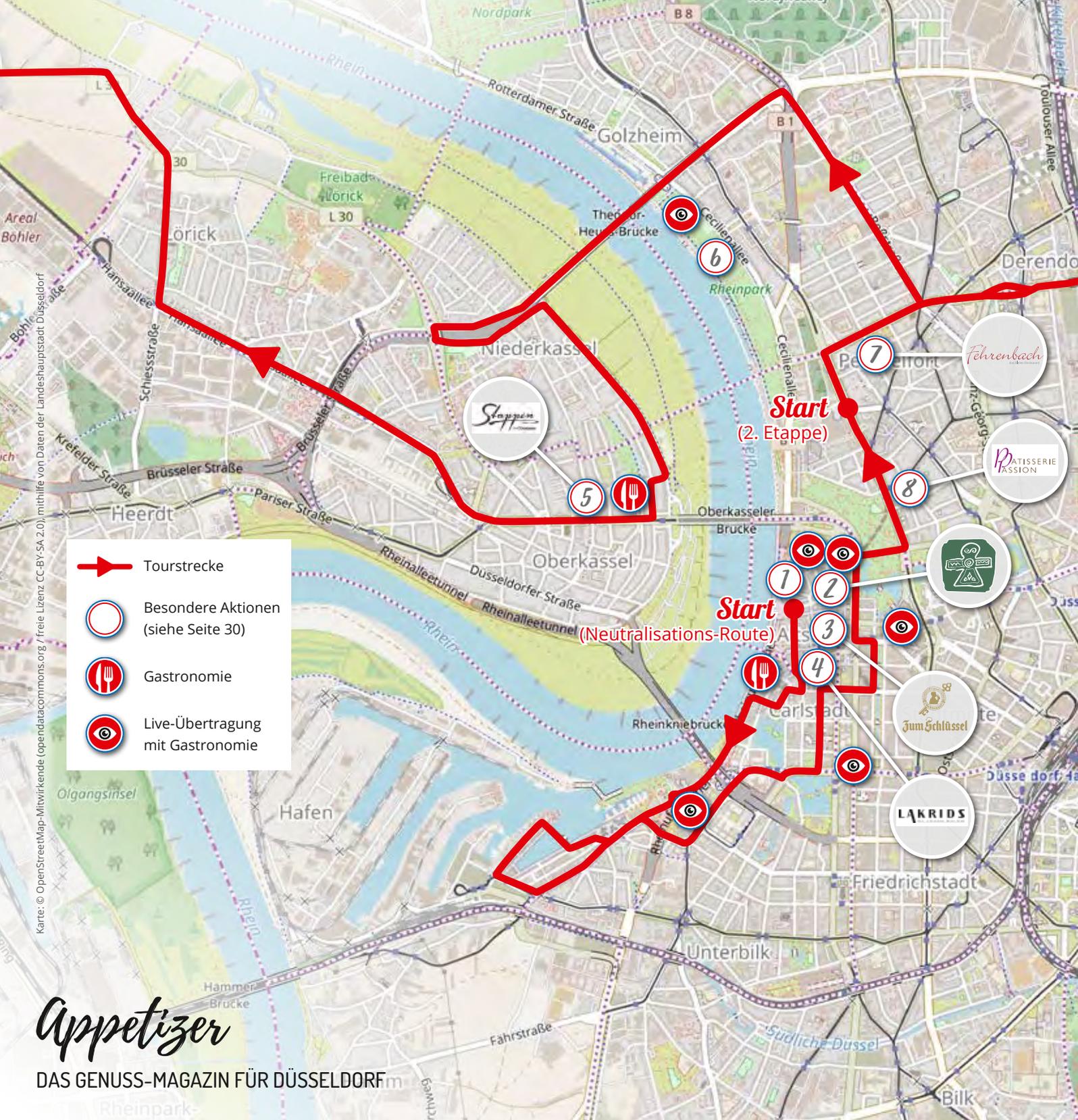
-  Tourstrecke
-  Besondere Aktionen (siehe Seite 30)
-  Gastronomie
-  Live-Übertragung mit Gastronomie

Karte: © OpenStreetMap-Mitwirkende (opendatacommons.org / freie Lizenz CC-BY-SA 2.0), mithilfe von Daten der Landeshauptstadt Düsseldorf

Appetizer

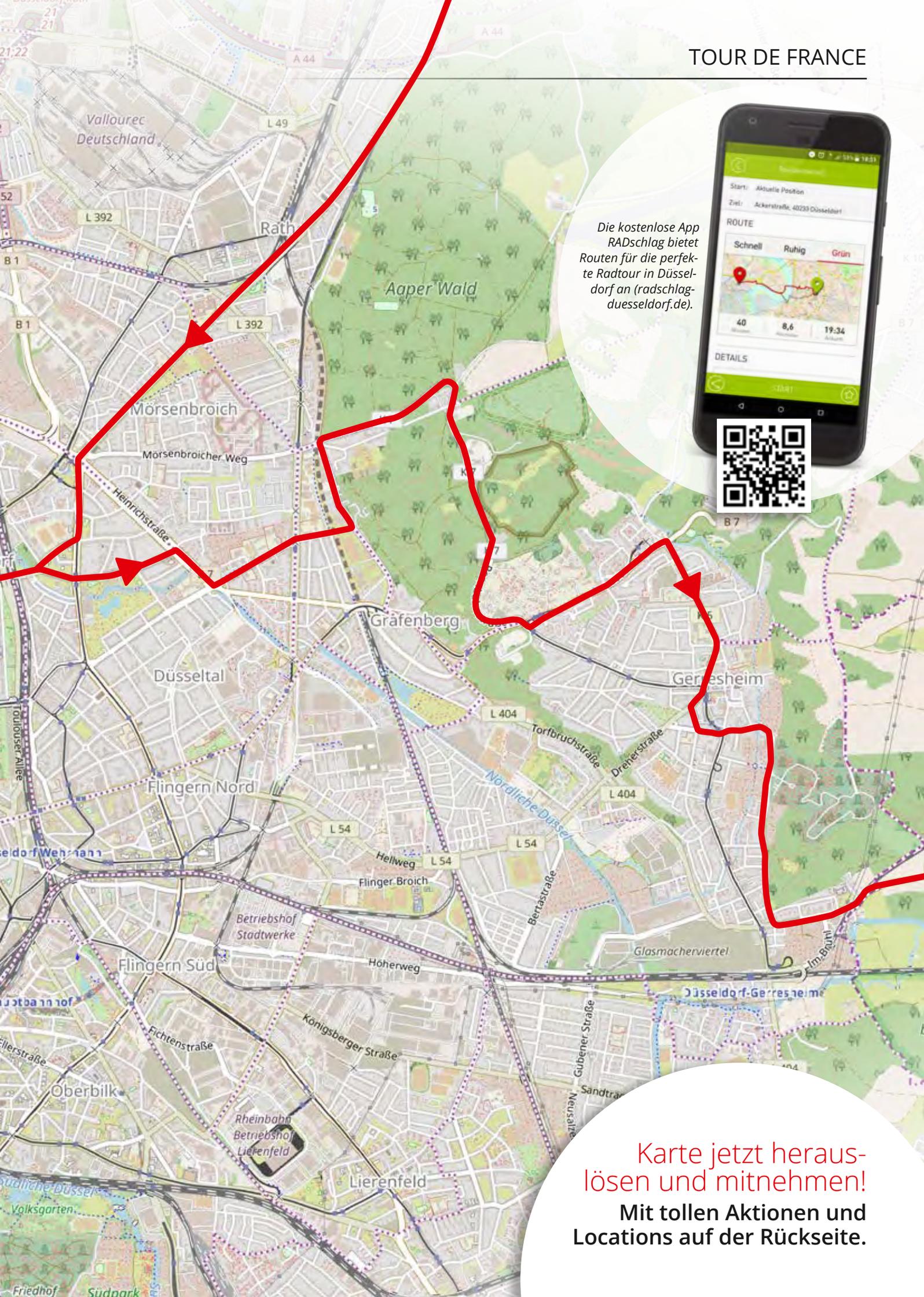
DAS GENUSS-MAGAZIN FÜR DÜSSELDORF

Bevor es mit der 2. Etappe richtig losgeht, startet am Sonntagvormittag, 2. Juli, am Burgplatz eine Werbekarawane und anschließend die sogenannte „Neutralisation“, bei der die Radler ohne Zeitmessung durch die Stadt fahren. Der richtige Start ist dann mittags in der Fischerstraße. Die Route verläuft dann über Mettmann und Ratingen wieder durch Düsseldorf hindurch. Über Neuss, Mönchengladbach und Aachen verläuft die Etappe bis nach Lüttich in Belgien.

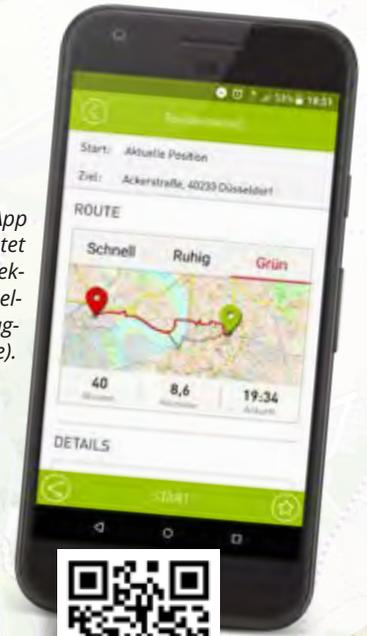


-  Tourstrecke
-  Besondere Aktionen (siehe Seite 30)
-  Gastronomie
-  Live-Übertragung mit Gastronomie

Karte: © OpenStreetMap-Mitwirkende (opendatacommons.org / freie Lizenz CC-BY-SA 2.0), mithilfe von Daten der Landeshauptstadt Düsseldorf



Die kostenlose App
RADschlag bietet
Routen für die perfekte
Radtour in Düsseldorf an ([radschlag-
duesseldorf.de](http://radschlag-duesseldorf.de)).



Karte jetzt heraus-
lösen und mitnehmen!
Mit tollen Aktionen und
Locations auf der Rückseite.

Besondere Attraktionen bei der Tour de France

1



BÜHNE AM BURGPLATZ

Ein besonderer Eventort ist der Burgplatz in der Altstadt. Hier startet nicht nur die Neutralisations-Route der 2. Etappe: Am Donnerstagabend, 29. Juni, werden hier die einzelnen Radteams präsentiert.

Burgplatz (Altstadt)
duesseldorf.de/letour

2



O'REILLY'S

Zur Tour de France bietet O'Reilly's Irish Pub am 30.6. und am 1.7. Live-Musik an. Außerdem können Sie aktuell bis zum 1.7., 20 Uhr, an einer Verlosung teilnehmen. Zu gewinnen gibt es zwei Mountainbikes.

Mutter-Ey-Str. 1 (Altstadt), 0211-8639085
oreillys.com

3

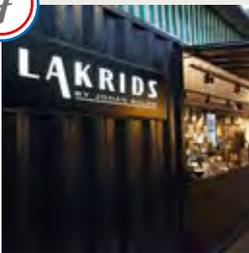


HAUSBRAUEREI ZUM SCHLÜSSEL

Im Herzen der Altstadt, nahe der Tourstrecke, befindet sich die Hausbrauerei „Zum Schlüssel“. Genießen Sie ein frischgezapftes „Original Schlüssel“, und schlemmen Sie sich durch die typisch rheinische Küche.

Bolkerstr. 41-47 (Altstadt), 0211-8289550
zumschluessel.de

4



LAKRIDS BY JOHAN BÜLOW

Auch Radfahrer brauchen zwischendurch mal was zum Naschen. Dieses Jahr feiert Lakrids 10-jähriges. Besondere Specials warten auf Sie. Holen Sie sich zwei kostenlose Flowpacks – mit dem Code „Appetizer“.

Carlsplatz 26 (Carlstadt), 0211-3027670
lakrids.nu

5

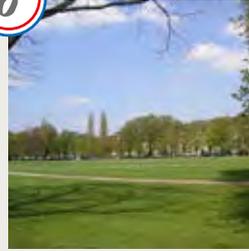


STAPPEN DÜSSELDORF

Vom 1.6. bis 2.7. bietet das Stappen zur Tour de France ein exklusives französisches Menü an. Zudem findet am 2.7. ein Public Viewing statt – samt französischen Leckereien und einem Glas Cremant.

Luegallee 50 (Oberkassel), 0211-93077600
stappen-oberkassel.de

6



BÜRGERWIESE RHEINPARK

Mit Blick auf den Rhein findet im Rheinpark ein großes Public Viewing mit Gastronomie-Angeboten und Mitmachaktionen statt. Hier können Sie die 1. Etappe am Samstag sogar live erleben.

Rheinpark (Golzheim)
duesseldorf.de/letour

7



RESTAURANT FEHRENBACH

Genuss auf hohem Niveau erleben Sie im Fehrenbach, dem „kleinen Restaurant“. Speziell zur Grand Départ 2017 bietet Ihnen „das kleine Restaurant“ ein ausgewähltes, französisches Drei-Gänge-Menü an.

Schwerinstr. 40 (Pempelfort), 0211-9894587
restaurant-fehrenbach.de

8



PÂTISSERIE PASSION

Feinste französische Pâtisserie gibt es hier nicht nur zur Tour de France, sondern ganzjährig: Ob Törtchen, Tartelettes, Macarons, Pralinen oder Schokoladen – in der Pâtisserie Passion werden Sie fündig.

Kaiserstr. 34a (Pempelfort), 0211-17835563
patisseriepassion.de

Keine Textidee?



Textquartier DÜSSELDORF

Wir schreiben Ihre Story.

Egal, ob einzelne Texte fürs Web oder ganze Broschüren: Das Textquartier kümmert sich darum.

Mehr Infos unter:
www.textquartier.net

Foto: LHD/Ingo Lammert

Anzeige

Anzeige

Anzeige

Anzeige

Anzeige

Anzeige

Anzeige

Illustration: stevanovicigor / iStock.com; Foto: CC BY-SA 3.0/Flickr (CC BY-SA 3.0)

DAS ESSEN DIE PROFIRADLER

Wie ernährt sich eigentlich ein Profi-Radsportler, der bei der Tour de France teilnimmt? Appetizer fragte die Düsseldorfer Ernährungsberaterin Pauline Neumann vom nls Ernährungsinstitut.



FRÜHSTÜCK

- Grundsätzlich sollte das Frühstück reich an Kohlenhydraten sein mit überwiegend stärkehaltigen Nahrungsmitteln. Zum Beispiel Getreideflocken, Brot, Teigwaren, Reis, Obst oder Gemüse.
- Etwa drei Stunden bis zum Tourstart: z. B. Müsli mit Milch oder fettarmem Joghurt
- 1-2 Stunden vor dem Start: schnell verfügbare Kohlenhydrate wie z. B. helle Brötchen mit Honig (aber ohne Butter oder Margarine!)
- Der Energiegehalt sollte 200-400 kcal betragen.
- Die Sportler sollten gründlich kauen, um die Verweildauer im Magen zu verkürzen.
- Nicht übermäßig trinken



WÄHREND DER TOUR

- Bei Belastung > 1 Stunde: 40-60 g Kohlenhydrate pro Stunde
- Besonders gut sind kohlenhydratreiche Getränke
- Ballaststoffe sollten vermieden werden. Sie bleiben länger im Magen, quellen auf, erhöhen das Volumen im Magen-Darm-Trakt und verstärken die Gasbildung



NACH DER TOUR

- Ziel ist es, das Kohlenhydrat-Depot schnell wieder aufzufüllen und den Wasser- und Mineralstoffhaushalt wieder auszugleichen.
- Bei geringem Hunger empfehlen sich Fruchtsaftgetränke, Pudding und andere Süßspeisen.

ABENDESSEN

- Hier empfehlen sich leicht verdauliche, vollwertige Kohlenhydrate, z. B. Kartoffeln, Naturreis oder Vollkornnudeln.
- Auch eine kleine Portion (ca. 125 g) fettarmes, eiweißreiches Nahrungsmittel sollte gegessen werden, z. B. Fisch, Fleisch, Joghurt, Quark oder Käse.
- Dazu: etwa 0,5 Liter reinen Obstsaft oder 1:1 mit Wasser verdünnt.
- Als Nachtisch gibt es Obst oder Obstsalat, ggf. mit etwas Joghurt oder Quark.



PAULINE NEUMANN

Diplom-Ökotrophologin
aus Düsseldorf

Bei Bergetappen müssen die Sportler ausreichend viel Flüssigkeit sowie leicht verdauliche Kohlenhydrate zu sich nehmen. Sehr gut sind hier kohlenhydratreiche Getränke mit 6-8 Prozent Zucker.

Die Wunderknolle

Knoblauch hilft nur gegen Vampire? Falsch gedacht! Diese Pflanze vertreibt Blutsauger mindestens genauso gut wie auch manch eine Krankheit. Lesen Sie zehn Fakten zu „Knofi“, die Sie bestimmt noch nicht kennen.



1. Uraltes Gewächs

Der uns bekannte Knoblauch aus dem Supermarkt soll schon über 5000 Jahre alt sein. Damals wurde er vermutlich das erste Mal in Zentralasien angebaut. Von dort gelangte er dann über das Mittelmeer zu uns nach Europa.



3. Den Geruch mildern

Um eine intensive Knoblauch-Fahne loszuwerden, helfen schon ein oder zwei Gläser Milch. Wer keine Milch mag, kann auch zu frisch gepresstem Zitronensaft mit Wasser greifen. Beide Drinks überdecken für kurze Zeit den Knoblauch-Mief. Schuld am Gestank ist der schwefelhaltige Knofi-Inhaltsstoff Allicin. Da man nach dem Genuss sprichwörtlich aus allen Poren müffelt, sollte man den Knoblauch also lieber nur mitkochen – und nicht mitessen.

2. Gesunder Fitmacher

Das Zwiebelgewächs ist in Maßen verzehrt ein richtiger Knüller in Sachen Gesundheit. Es enthält nicht nur viele wichtige Vitamine, darunter A und B, sondern auch die Mineralstoffe Kalium und Selen. Daneben stecken sogar sekundäre Pflanzenstoffe wie Sulfide in der Knolle. Durch diese entzündungshemmenden Inhaltsstoffe kann Knoblauch Infektionskrankheiten wie Erkältungen oder Magen-Darm-Beschwerden vorbeugen und hilft, sie wieder loszuwerden. Darüber hinaus hat die Knolle auch eine positive Wirkung auf unser Herz-Kreislauf-System. Die im Knoblauch enthaltenen Schwefelverbindungen senken Blutdruck und Cholesterin und verbessern die Blutfettwerte.



Weltweit existieren mehrere Hundert Arten von Knoblauch. Eine davon ist der chinesische Einzelzehenknoblauch, der etwas milder im Geschmack und Geruch ist.



NINA JEAN NORIN

leidenschaftliche
Knoblauchliebhaberin

4. Die perfekte Lagerung

Unter idealen Lagerbedingungen kann Knoblauch fast ein Jahr lang halten. Die Knollen sollten dabei möglichst kühl und trocken aufbewahrt werden. Dazu eignet sich im Sommer auch das Gemüsefach vom Kühlschrank. Eine bereits angebrochene Knolle sollte innerhalb von zwei Wochen aufgebraucht werden, da die einzelnen Zehen sonst austrocknen. Grundsätzlich gilt auch beim Knoblauch: je frischer und saftiger, desto besser. Sonst geht nicht nur der Geschmack, sondern auch die darin enthaltenen Vitamine verloren.



5. Namensgebung

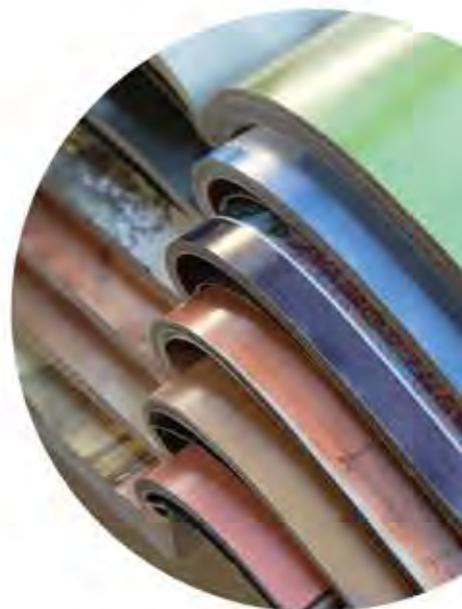
Die Bezeichnung „Knoblauch“ leitet sich vom althochdeutschen Namen „chlobi“ ab. Das bedeutet in etwa so viel wie „gespaltener Stock“ und ist auf die einzelnen Knoblauchzehen innerhalb der Knolle zurückzuführen.



So begeistert?



Dieses Magazin gefällt Ihnen?
Wir machen auch eins für Sie.



Egal, ob Mitarbeitermagazine oder Kundenzeitschriften: Die Print-Experten vom Textquartier Düsseldorf helfen Ihnen bei der Umsetzung von eigenen Magazinen – von der Konzeption bis zum Druck.

Sprechen Sie uns an.

**www.textquartier.net
0211 97 17 40 44**



Textquartier
DÜSSELDORF



6. Knoblauchland des Altertums

Die alten Ägypter haben den Knobfi lange Zeit verehrt. Sie haben die Knolle als heilige Pflanze angesehen und den Pharaonen als Grabbeigabe mit auf den letzten Weg gegeben. Anders sah man das bei den Griechen: Bei ihnen war es verboten, einen Tempel zu betreten, wenn man gerade Knoblauch verzehrt hatte. Der Grund: Man hätte die Götter erzürnen können.



7. Die Vanille der Armen

In manchen Gegenden Österreichs bezeichnet man Knoblauch auch als „Vanille des armen Mannes“. Dabei handelt es sich um ein sprachliches Relikt aus der Zeit, in der echte Vanille nur den obersten Gesellschaftsschichten zugänglich war.



Würzige Knoblauchmayonnaise

Egal, ob zu Crackern, Pommes oder Rohkost: Diese Knoblauchmayonnaise passt zu fast allem und ist sehr schnell gemacht. So bringen Sie die richtige Knobfi-Würze auf den Teller:

Zutaten für eine große Portion

- 200 ml Sonnenblumenöl
- 1 Ei
- 1 TL Senf
- ½ Zitrone
- 1-2 Knoblauchzehen
- ½ Gurke
- 1 Stängel frischer Dill
- eine Prise Salz, Pfeffer

Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 2 Minuten
Garen: 0 Minuten

- Das **Sonnenblumenöl** in einen Mixer geben und das aufgeschlagene **Ei** hinzugeben.
- Nun kommen der **Senf**, eine Prise **Salz** und gemahlener **Pfeffer** dazu. Auch der Saft von einer halben **Zitrone** darf nicht fehlen.
- Anschließend die Zutaten auf niedriger Stufe verquirlen, bis die Masse cremig wird.
- Je nach Geschmack ein bis zwei **Knoblauchzehen** ausdrücken und zur Creme dazugeben. Dann nochmals kräftig umrühren.
- Wer möchte, kann die Creme noch mit frischem **Dill** und ein paar Gurkenscheiben verfeinern – und fertig ist die Mayonnaise!



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/25815

Fast vergessen ...



**Das Textquartier
macht auch
Imagebroschüren.**



**Wir helfen Ihnen bei der Erstellung
Ihrer Imagebroschüre –
von der Konzeption bis
zum Druck.**

Sprechen Sie uns an.

**www.textquartier.net
0211 97 17 40 44**


Textquartier
DÜSSELDORF



8. Lust & Liebe

Der mittelalterlichen Klosterheilkunde zufolge soll Knoblauch die Liebeslust steigern. Laut Talmud kurbelt er zumindest die Durchblutung und die Spermaproduktion an.

Übrigens stammt der Aberglaube, Knoblauch könne Vampire verscheuchen, aus dem Mittelalter. Wissenschaftler vermuten, dass dahinter Porphyrien – eine Gruppe von Stoffwechselerkrankungen – stecken, die mit fehlendem roten Blutfarbstoff zusammenhängen. Daran Erkrankte wollten sich



9. Vampirmythos

damals mit dem Trinken von Blut Linderung verschaffen. Auf Knoblauch musste in diesem Fall verzichtet werden, denn die Knolle verschlimmert die Krankheit nachweislich. Das erkannten die Menschen auch schon im Mittelalter und folgerten daraus, dass alle Kreaturen, die Blut trinken müssen, Knoblauch meiden, also auch Vampire.



10. Arzneiklassiker

Knoblauch hat sich bereits seit dem Mittelalter als Heilpflanze gegen unangenehme Fußprobleme bewährt. Dazu wird eine Zehe (nicht die an Ihrem Fuß!) zerdrückt und dann auf die befallene Stelle aufgetragen. Nun lässt man die Masse antrocknen und wiederholt die Prozedur so lange, bis der Pilz verschwunden ist. Im Zweifel aber doch lieber einen Arzt aufsuchen.



BBQ AUF DEM KUGELGRILL

BIS DIE KUGEL GLÜHT

65 Jahre Kugelgrill,
25 Jahre Gas-Kugelgrill:
Wir haben uns den
runden BBQ-Klassiker
einmal genauer ange-
sehen – und verraten,
warum sich ein Kugel-
grill lohnt.



Je wärmer es im Sommer wird, desto öfter holt auch der Düsseldorfer seinen Grill hervor. Ob im Garten, auf dem Balkon, im Park oder am Rhein: Grillen gehört zum Sommer einfach dazu und wird immer beliebter. Die aktuelle Auswahl an Grillgeräten ist enorm. Ein Modell, das in den letzten Jahren immer häufiger in den Gärten zu sehen ist, ist der Kugelgrill, der in diesem Jahr schon seinen 65. Geburtstag feiert. Auch die gasbetriebene Variante weilt schon einige Zeit unter uns und begeht ihr 25. Jubiläum.



Die Mutter aller Kugelgrills: das Modell von 1952.

Foto: Weber

Foto: Valeria_aksakova / Freepik



DIE ERFINDUNG DES KUGELGRILLS

In den 1950-er Jahren war das Grillen als Hobby bei weitem nicht so populär wie heute: In Nordamerika wurde gelegentlich gegrillt, in den südlichen Staaten der USA kam besonders auf dem Land der Smoker zum Einsatz, während in den Städten des Landes vor allem gemauerte Grills genutzt wurden. Doch wenn das Wetter mal nicht mitspielte, brachte ein Ziegelstein-Grill gar nichts: Bei Regen konnte man ihn nicht verschieben, stand der Wind schlecht, wirbelte er die Asche hoch und fachte die Glut viel zu stark an. All dies nervte den in Chicago le-

benden George Stephen so sehr, dass er über eine Alternative nachdachte. Schließlich wollte der Grill-Fan und Vater von zwölf Kindern auch bei schlechtem Wetter seine Steaks grillen können. Und dann kam ihm die Idee vom Kugelgrill, in den USA Kettle genannt.

George Stephen arbeitete damals bei Weber Brothers Metal Works, einem Betrieb, der Schiffsbojen aus Metall herstellte. Aus einer solchen Boje bastelte Stephen 1952 den ersten Kugelgrill. Dieser war nicht nur mobil und allwettertauglich, sondern punktete

auch mit einer etwas anderen Art zu Grillen. Dank des Deckels verwandelte sich der Grill in einen Umluftofen, in dem das Fleisch schonender gegart werden konnte als auf dem offenen Grillrost. Damit war das Grillen bei indirekter Hitze geboren, was die Palette an möglichem Grillgut erheblich erweiterte. Ebenfalls durchdacht: Die Glut wurde nicht nur einfach in die Kugel gelegt, wo sie nach und nach erstickt wäre. Stattdessen halfen eine untere Lüftungszufuhr sowie ein Kohlen-gatter dabei, dass die Glut besonders effektiv gesteuert werden konnte. Der Weber-Kugelgrill war geboren. »

VERLOSUNG LANDMANN'S NEUESTER KUGELGRILL

Seit mehr als 50 Jahren schon versorgt uns LANDMANN mit einem umfangreichen Angebot an Grillgeräten und praktischem Zubehör. Auch der Kugelgrill ist bei LANDMANN nicht mehr wegzudenken. Der Markenhersteller aus Norddeutschland ruht sich dabei nie aus, sondern arbeitet daran, seine Kugelgrills immer weiter zu verbessern. Die neueste Entwicklung ist die innovative Kugelgrillserie Kepler. Und das Top-Modell der Serie, den Kepler 600, können Sie nun gewinnen!

JETZT GEWINNEN

Appetizer verlost zusammen mit LANDMANN den Kepler 600 im Wert von 259 Euro. Der Zweitplatzierte gewinnt eine Grillschürze und ein Paar hochwertige Grillhandschuhe (zusammen im Wert von 40 Euro). Die Plätze 3 bis 5 erhalten je ein Exemplar von „Das große LANDMANN-Kugelgrillbuch“ (je 25 Euro). Sie möchten gewinnen? Besuchen Sie appetizer-magazin.de/landmann und nehmen Sie am Gewinnspiel teil.



Anzeige



GRILLEN IN DEUTSCHLAND

Heute ist der Kugelgrill, kurz auch Kugel genannt, nicht nur in den USA sehr beliebt, sondern kommt auch bei uns oft zum Einsatz. Dies brauchte aber seine Zeit, denn erst ab 1966 wurden

Kugeln in Deutschland im großen Umfang hergestellt. Vorreiter war hier das Unternehmen Landmann mit Sitz in der Nähe von Bremen, das noch heute im Familienbesitz ist. Zunächst schätzten die praktisch veranlagten Deutschen vor allem den Deckel als Regenschutz. Mit den Jahren lernten die hiesigen Grillfreunde aber auch das indirekte Grillen kennen und lieben.

GAS STATT KOHLE

Was aber Grillhersteller Weber nicht im Angebot hat, ist ein gasbetriebener Kugelgrill. Gasgrills sind vor allem großformatige Kochstationen in Quaderform, aber

»

GRILLEN AUF DEM KOHLE-KUGELGRILL

Ein Kugelgrill ist besonders vielseitig. Sie können damit wie auf jedem anderen Grill brutzeln – oder aber auch raffinierte Speisen zubereiten, die bei indirekter Hitze und gegebenenfalls auch bei sehr niedriger Temperatur garen sollen. Wir zeigen, wie es geht.



1. Direkt grillen

Kohle rein, mit Zunder und Zugluft zum Glühen bringen, und dann loslegen. Ja, so simpel lässt sich ein Kugelgrill nutzen. Wer die Glut noch schneller hinbekommen will, bereitet diese mithilfe eines Anzündkamins vor (siehe Seite 42). Was Sie aber unbedingt tun sollten: Verteilen Sie die Glut nicht gleichmäßig auf dem Kohlenrost. Platzieren Sie in einer Hälfte nur sehr wenige Briketts; gegebenenfalls reicht es sogar aus, diesen Bereich komplett leer zu lassen. Wieso? Diese sogenannte Zwei-Zonen-Glut hilft Ihnen, Speisen zur selben Zeit unterschiedlich stark zu garen. Ein anständiges Steak zum Beispiel benötigt sehr hohe Temperaturen (heiße Zone), soll dann aber in der kühleren Grillzone ein wenig nachgaren. So machen es die Profis.



2. Indirekt grillen

Das indirekte Grillen arbeitet ebenfalls mit mehreren Hitzezonen, doch hier kommt auch der Deckel zum Einsatz: Legen Sie beispielsweise ein empfindliches Fischfilet auf eine Stelle am Rost, unter der keine Glut liegt, sondern eine Aluschale für den herabtropfenden Fleischsaft. Schließen Sie dann den Grill, entsteht eine Art Umluft-hitze, die den Fisch sanfter gart. Dies wird indirektes Grillen genannt. Für diese Garmethode ist ein Kugelgrill wie geschaffen.

3. Garen bei Niedrigtemperatur

Ein Klassiker des Grillens ist das US-amerikanische Barbecue. Hier werden Fleisch und Fisch ebenfalls indirekt gegrillt – dabei aber „low and slow“, also niedrig (temperiert) und langsam gegart. Die Temperaturen im Grillraum liegen meist zwischen 100 und 130 Grad Celsius. Und das konstant über Stunden! Hier ist viel Übung gefragt. Mit dem Zugluftregler unten im Kugelgrill steuern Sie, wie viel Sauerstoff an die Glut kommt. Und mit dem Regler im Deckel oben können Sie die Temperatur feinjustieren. Probieren Sie es aus!

Fotos (2): Heel Verlag/Thomas Schultze



Weber Performer Premium GBS

Ein Kugelgrill der Höchstklasse ist der Performer Premium GBS von Weber (499 Euro). Praktisch ist hier vor allem die extragroße Arbeitsfläche, die ab diesem Jahr sogar mit hitze-, kratz- und korrosionsbeständiger Beschichtung in den Handel kommt. Im Gerät integriert ist zudem ein hintergrundbeleuchteter LCD-Timer, der sich abklemmen und mit sich tragen lässt. Und mit dem One-Touch-System im Inneren der Kugel können Sie mit einem kurzen Handgriff die Asche in den extragroßen Aschetopf wischen. Beachtenswert ist der Rost: Bei Webers Gourmet BBQ System (kurz GBS) lässt sich die Mitte des Rosts herausnehmen und mit einem Pizzastein, Wok oder anderem optional erhältlichen Zubehör erweitern.

Landmann Kepler 600

Der deutsche Markenhersteller Landmann präsentiert diese Saison eine neue Grillserie namens Kepler, benannt nach einem kohleschwarzen Planeten. Einer der drei Grillgeräte ist der Kepler 600, der schon von Haus aus mit jeder Menge Extras ausgestattet wurde. Features wie ein übergroßer Ascheauffangtopf oder ein gusseiserner Grillrost zum Aufklappen an mehreren Stellen sind für einen Grill dieser Preisklasse (259,- Euro) keine Selbstverständlichkeit. Zudem sind im Paket schon praktische Kohlekörbe enthalten, mit denen sich direkte und indirekte Grillzonen besser abgrenzen lassen.



**DIESEN
GRILL JETZT
GEWINNEN!**

Mehr auf Seite 37



Entrecôte Double vom Kugelgrill

Das Entrecôte – auch Rib-Eye-Steak genannt – wird aus der Hohen Rippe herausgeschnitten. Ist es dabei besonders groß, wird es Entrecôte Double genannt.



Zutaten für 4 Personen:

1,2 kg	Entrecôte Double vom Jungtier
60 ml	Wasser
je 20 ml	helle und dunkle Sojasoße
100 ml	Cognac
je 1 EL	Worcestersoße, Zitronensaft, brauner Zucker

Schwierigkeit: anspruchsvoll

Vorbereiten: 10 Minuten

Garen: 40 Minuten

- 1 Wasser, Sojasoßen, Cognac, Worcestersoße, Zitronensaft und Zucker gut vermischen. Ggf. das Fleisch auf 5 Zentimeter herunterklopfen. Dann 8 Stunden in der Cognacmarinade im Kühlschrank ziehen lassen.
- 2 Vor dem Grillen das Fleisch herausnehmen. Die Marinade durch ein feines Sieb schütten und anschließend auf dem Herd so lange köcheln lassen, bis zwei Drittel der Flüssigkeit verdampft sind.
- 3 Den Grill für zwei Grillzonen (direkt und indirekt) vorbereiten und auf 220 °C vorheizen. Das Entrecôte nun abtrocknen und bei direkter Hitze für 5 Minuten pro Seite scharf angrillen.
- 4 Anschließend das Entrecôte mit der Cognacmarinade bepinseln und von nun an indirekt – also unter geschlossenem Deckel und nicht direkt über der Glut bzw. Gasflamme – weitergrillen. Stellen Sie dabei eine Aluschale oder ähnliches unter das Fleisch, um den Bratensaft aufzufangen.
- 5 Nach 15 Minuten den Grill öffnen, das Fleisch wenden und erneut mit der Marinade bestreichen. Grill schließen und weitere 40 Minuten grillen, bis es im Kern ca. 54 °C heiß ist.
- 6 Ist das Fleisch schließlich fertig, nehmen Sie es vom Grill, wickeln es in Alufolie und lassen es fünf Minuten ruhen. Derweil den Bratensaft aus der Aluschale in einem Topf einkochen. Dann das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit der Soße beträufeln.



REZEPT AUCH ONLINE

appetizer-magazin.de/12788

GEWÜRZ-SHOP & FEINKOST • GEWÜRZSEMINARE • TÄGLICH FRISCHER MITTAGSTISCH



- Mittagstisch täglich frisch gekocht (auch vegetarisch und/oder vegan)
- Raffinierte Gewürze aus aller Welt
- Essige, Öle, Salze, Tee und feine Schokoladen
- Feinkost von kleinen Manufakturen
- Exklusive kleine Weinauswahl
- Gewürzseminare & Catering

INGO
HOLLAND
GEWÜRZE

MITTEN
IN
OBERKASSEL

BBQ AUF DEM KUGELGRILL

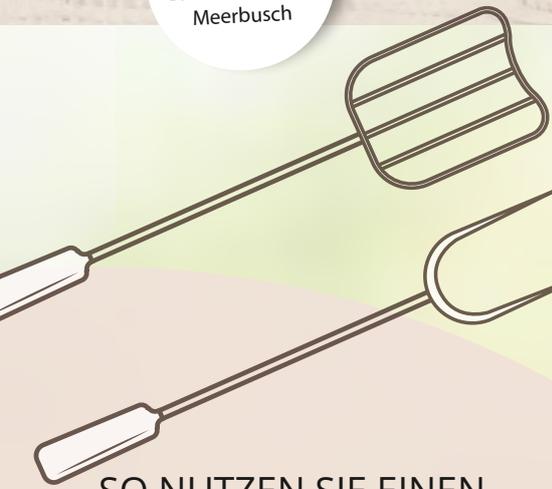
Outdoorchef Ascona 570 G

Der Ascona 570 G ist das perfekte Gerät für Gaskugelgriller. Dank der zwei ringförmigen Gasbrenner und des Easy-Flip-Trichtersystems lässt sich die Hitze sehr gut regulieren. Direkt wie indirekt gegrillte Gerichte sind hier kein Problem. Die Arbeitsfläche aus massivem Holz ist bestens geeignet, um Grillgut, Marinaden und mehr abzustellen. Ebenfalls praktisch beim Ascona ist das Deckelscharnier: Beim Öffnen muss man den Deckel nicht in der Hand halten oder irgendwo ablegen und hat deshalb immer beide Hände frei.

Erhältlich im Flammkontor, Breite Straße 10, Meerbusch

Rösle Gas-Kugelgrill No. 1 G60

Ein praktischer Gasgrill für die Terrasse oder den Balkon ist der No. 1 von Rösle (499 Euro). Mit einem Rostdurchmesser von 60 cm bietet er viel Platz für Grillgut. Direktes und indirektes Grillen ist mit dem Kugelgrill kein Problem; dank der beiden Gasbrenner lässt sich die Temperatur auch sehr gut nach unten regulieren. Durch das praktische Deckelscharnier bleibt der Deckel beim Öffnen am Grill und muss nicht immer in der Hand gehalten oder weggelegt werden.



funktionieren sie auch als Kugel? Der Engländer Mike Lingwood, wohnhaft in Spanien, war ein eingefleischter Kugelgriller, liebte aber auch den Komfort eines Gasgrills, der sauberer ist und schneller starten kann. So konstruierte Lingwood anno 1992 – also vor genau 25 Jahren – den ersten Gaskugelgrill. Er gründete die Firma Outdoorchef, die heute in der Schweiz sitzt und neben Gaskugelgrills auch viele andere Grills erfolgreich herstellt.

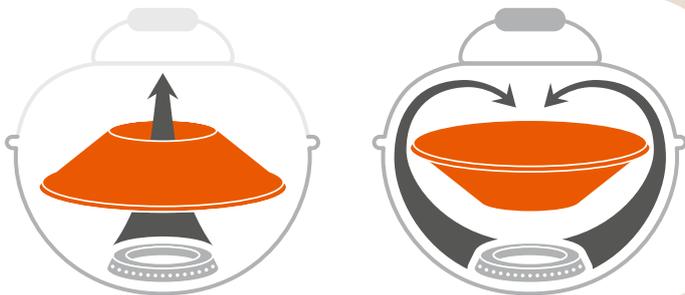
Wie in der Autoindustrie werden sie mit immer neuen Extras ausgestattet, um die Käufer bei Laune zu halten. Weber beispielsweise hat schon vor längerer Zeit mit dem Gourmet BBQ System einen Rost entwickelt, dessen Mitte sich herausnehmen und mit einem Pizzastein, einem Wok, einer Grillplatte oder vielen anderen Extras ergänzen lässt. Und der deutsche Hersteller Moesta-BBQ hat eine ringförmige Erweiterung konstruiert, mit der aus einem Kugelgrill ein Churrasco- oder Pizzaofen wird (siehe Seite 43). Die Kugelgrills selber gibt es heute in den verschiedensten Größen und Arten. Ob kompakt für unterwegs oder mit Strom betrieben: Ein Ende ist noch längst nicht in Sicht.

Marius von der Forst

SO NUTZEN SIE EINEN GASKUGELGRILL

Gas ist ein sehr guter Brennstoff fürs Grillen. Warum? Es ermöglicht eine sehr hohe Hitze, was für viele Gerichte, wie Steaks oder Pizza, ideal ist. Deswegen verwundert es nicht, dass Unternehmen wie Outdoorchef und Rösle einen Gaskugelgrill anbieten.

Kugelgrills – ob mit Kohle oder Gas betrieben – sind auch heute noch sehr beliebt.



Es lässt sich hierauf auch indirekt grillen, indem man die Hitze entsprechend umleitet. Die Grills von Outdoorchef beispielsweise besitzen hierfür einen großen Metalltrichter. Je nachdem, wie der Trichter in den Grill gesetzt wird, wird die Hitze entweder mittig konzentriert (direktes Grillen) oder über die Außenseiten geleitet (indirektes Grillen). Dieses System wird Easy Flip genannt.

Und das Grillen bei Niedrigtemperatur? Das ist aufgrund der Form und Größe eines Kugelgrills in Kombination mit der starken Gashitze nicht immer einfach.

Am besten nutzen Sie einen Grill mit zwei Gasbrennern. Diese sind ringförmig im Kugelgrill verbaut: einmal klein in der Mitte und einmal größer drum herum. Stellen Sie den kleineren Brenner auf niedrige Temperatur, den anderen lassen Sie aus. Mit dem Trichter in indirekter Grillstellung können Sie so auch niedrige Temperaturen erzeugen. Der große Vorteil gegenüber einem Kugelgrill mit Kohle: Sie müssen nicht immer die Temperatur kontrollieren und nachjustieren! Hat der Grill einmal die richtige Temperatur, hält er sie über Stunden konstant.

SÜSS UND WÜRZIG: DER TRAPPER MIX

Das universelle Grillgewürz gibt es nicht? Doch: Der Trapper Mix von Terre Exotique besteht aus Gewürzen wie Knoblauch, Zwiebeln, Koriander und Ahornsirupkörnern. Letztere karamellisieren auf Steaks, Lachsfilets oder Bratkartoffeln und sorgen so für ein süßlich-herbes Aroma. Erhältlich ist es für 9,80 pro Dose in der Würzbar in der Oberkasseler Straße 79 (in Oberkassel).





Lachs von der Planke

Für den Südtiroler Profikoch Roland Trettl ist der Gaskugelgrill deshalb so praktisch, weil er im Handumdrehen einsatzbereit ist. Kein Wunder also, dass er speziell hierfür ein paar Gerichte kreiert hat – wie zum Beispiel den Lachs mit Orange und Fenchel von der Holzplanke. Diese, fürs Grillen konzipierten Holzbretter sind im Fachhandel erhältlich.

Zutaten für 4 Personen:

je 1 Lachs-Mittelstück, Grill-Holzplanke (am besten Erle), Bio-Orange, Fenchel-Knolle

2 Basilikumzweige

2 EL Olivenöl

Flockensalz

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 10 Minuten

Garen: 15 Minuten

1 Die Holzplanke mindestens 1 Stunde wässern. Derweil den Lachs säubern, von Gräten befreien und in Form schneiden.

2 Die Orangen heiß abwaschen, in Scheiben schneiden und halbieren, den Fenchel putzen und in Streifen schneiden.

3 Den Lachs auf die Planke legen, auf dem Fisch Orangen und Fenchel verteilen und die Hälfte des Basilikums zupfen und darüberstreuen.

4 Den Grill bei indirekter Stellung mit dem großen Brenner auf mittlerer Stufe etwa 10 Minuten aufheizen.

5 Die mit dem Lachs belegte Planke auf den Grill legen und bei geschlossenem Deckel 15 Minuten garen. Mit Flockensalz bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Das restliche gezupfte frische Basilikum darauf verteilen.

BBQ AUF DEM KUGELGRILL

Dass der Geschmack des Essens besser wird, wenn ich es auf Kohle grille, ist für mich kompletter Blödsinn. Wichtig ist, dass man den Grill beherrscht und gute Lebensmittel verwendet.



ROLAND TRETTL

TV-Koch und Outdoorchef-
Markenbotschafter



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/70140



Der einzige Grillaufsatz für Pizza, Rotisserie, Pan'BBQ und Churrasco!

Besonders große Hitze und eine konstante Temperatur für Pizza im 3 Minuten-Takt auf deinem Kugelgrill.

Der Smokin' PizzaRing ist gleichzeitig die Basis-Ausstattung für Moesta Rotisserie, Churrasco' BBQ, Pan'BBQ und die Garraumerweiterung.

Mehr Informationen und aufregende Rezeptideen auf www.moesta-bbq.de

PIMP YOUR KUGELGRILL

ONLY MIT MOESTA BBQ!



ROTISSERIE
SMOKIN' PIZZARING

BBQ SET
CHURRASCO

PAN'BBQ

BIG
SMOKE

SMOKIN' PIZZARING

THE NEW WAY TO GRILL



Foto: Designed by Freepik / icomp

LESESTOFF FÜR GRILLER

Der Kugelgrill

Ein Buch, das sich vor allem dem Kugelgrill widmet: Die mehrfach prämierten Deutschen Grill- und BBQ-Meister des Teams GutGlut erklären hier alles, was mit dem Grillen (allgemein sowie auch konkret auf dem Kugelgrill) zu tun hat. Mit jeder Menge Rezepte (24,99 Euro im Heel Verlag).



GrillChef 4 seasons

Speziell für Gaskugelgriller geschrieben: Der Hersteller Outdoorchef bietet in diesem Buch Tricks und Tipps für gutes Gelingen auf dem Grill sowie ausreichend Informationen zu Rind, Schwein und Co. Mit jeder Menge Rezepte für jede Jahreszeit – auch für den Winter. Das Buch ist im Fona-Verlag erschienen und kostet 19,90 Euro. Wer sich das Geld sparen möchte: Aktuell gibt es das Buch geschenkt, wenn man im Flammkontor in Mettmann einen Gaskugelgrill kauft.



Weber's Grillen mit Briketts & Holzkohle

Auf 240 Seiten widmet sich Jamie Purviance, amerikanischer Profi-Griller und Autor der verschiedensten Weber-Grillbücher, dem Grillen mit Kohle. Natürlich kommt in dem Ratgeber (24,99 Euro bei Gräfe und Unzer) auch der Kugelgrill nicht zu kurz: Je Menge Tipps und Rezepte helfen Ihnen beim Umgang mit Ihrer Kugel.



DIE AUSTRÜSTUNG DES GRILLERS

Ob Kugel oder nicht: Diese sechs Accessoires sind für einen Grillen unverzichtbar. Übrigens: Diese Produkte lassen sich auch sehr gut verschenken!

DER ANZÜNDKAMIN



Foto: weber.com

Das Nonplusultra des Grillers ist der Anzündkamin wie z. B. der Rapidfire von Weber (etwa 25 Euro). Einfach ein paar brennende Naturanzünder unter den mit Briketts gefüllten Kamin stellen. Per Kaminzug wird die Kohle ruck, zuck zur Glut.

DIE GRILLZANGE

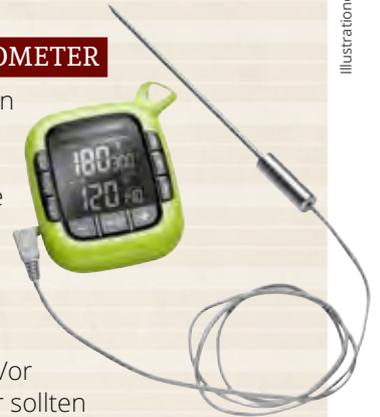
Dass die Zange zum Grill gehört, weiß jedes Kind. Aber welche ist die Richtige? Hier ist der Gang zum Fachhändler dringend angeraten. Nehmen Sie ein paar Modelle in die Hand und prüfen Sie, wie gut sich jedes einzelne anfasst, wie es verarbeitet ist und wie einfach es sich bedienen lässt. Eine gute Zange liegt perfekt in der Hand, ist nicht zu kurz und besteht an der Spitze aus solidem Metall. Unsere Empfehlung: die extralange Barbecue-Grillzange von Rösle (etwa 35 Euro).



Illustration: Designed by Freepik

DAS KERNTHERMOMETER

Ist das Steak gar oder schon megatrocken? Ein Kernthermometer wie der Gourmet Check von Outdoorchef hilft dabei, die genaue Temperatur des Grillguts zu ermitteln. Wer komplexere Grill-Sessions plant, sollte nicht darauf verzichten.



ALUSCHALEN

So simpel und doch ein praktisches Hilfsmittel: Vor allem Holzkohle-Griller sollten Aluschalen einsetzen, damit Fett und Fleischsaft beim indirekten Grillen nicht in die Asche tropfen.



Foto: Thomas Schultze

GRILLHANDSCHUHE

Mal eben den heißen Rost anheben, um etwas Holzkohle nachzulegen. Oder bei einem Outdoorchef-Kugelgrill den Trichter wenden, um von direkter zu indirekter Hitze zu wechseln. In solchen Momenten sind hitzebeständige Handschuhe unerlässlich. Unser Tipp: die neuen GrillGloves No.1 von Moesta-BBQ (moesta-bbq.de). Sie wurden im Vorfeld von mehreren Grillbloggern getestet und halten bis zu 500 Grad aus.



SMOKING CHIPS

Mit geschredderten Holzstückchen, unter Grillern Smoking Chips genannt, können Sie im Grill für leichte Raucharomen sorgen. Das deutsche Unternehmen Axtschlag beispielsweise bietet Smoking Chips in etlichen Geruchsnoten an – von Kirschholz bis hin zur kräftigen Walnuss. Der einfachste Weg, Smoking Chips zu verwenden: einfach in Alufolie schlagen, diese mit Löchern versehen und das Päckchen auf den Rost oder die Glut legen. Wenn Sie die Chips vorher wässern, geben sie über längere Zeit ein milderer Aroma ab. Die Axtschlag-Chips finden Sie z. B. im Flammkontor in der Breite Straße 10 in Meerbusch.



MOTZE DEN KUGELGRILL AUF!

Ein Kugelgrill lässt sich vielfältig einsetzen. Gemessen an seiner kompakten Form bietet er wohl den größten Funktionsumfang unter den Grilltypen. Aber zwei Grillern aus dem ostwestfälischen Löhne hat das immer noch nicht gereicht – und so gründeten sie vor fünf Jahren die Firma Moesta-BBQ und erfanden den Smokin' Pizzaring. Dieser Metallring wird so auf den Kugelgrill montiert, dass er zwischen Grill und Deckel sitzt. Da der Ring auf einer Seite offen ist, kann man hier sehr gut Grillgut vom Rost nehmen, ohne gleich den Deckel öffnen zu müssen. So wird verhindert, dass der Grill zu schnell auskühlt.



Die ursprüngliche Idee war es, mit dem Pizzaring – der Name sagt es ja schon – Pizza zu machen. Schließlich bietet ein Grill viel mehr Hitze als ein gewöhnlicher Backofen und ist deshalb zum Pizzabacken wie geschaffen. Mithilfe eines Pizzasteins und einer Pizzaschaufel lassen sich die belegten Fladen sehr gut grillen. Und dank der Erfindung von Moesta-BBQ muss nun der Deckel auch nicht mehr geöffnet werden.

Das Besondere am Pizzaring ist aber, dass er mittlerweile mannigfaltig erweitert werden kann.

- Beispielsweise können Sie die Öffnung mit einem optional erhältlichen Metallband verschließen; dann nutzen Sie den Pizzaring schlichtweg als Vergrößerung des Grills – was gerade fürs Smoken praktisch ist.
- Oder Sie setzen auf den Ring einen Aufsatz für Churrasco-Spieße. Stehen Sie auf brasilianisches BBQ oder auf russischen Schaschlik, dann ist das Churrasco'BBQ Set genau das Richtige für Sie.
- Sie mögen Paella? Auf den Pizzaring lässt sich auch eine große Stahlpfanne setzen. Das Pan'BBQ ist auch für Bratkartoffelfans praktisch.
- Hähnchen oder Spießbraten gefällig? Grills mit automatisiertem Rotisserie-Spieß sind nicht neu – aber auf Kugelgrills doch eher selten zu finden. Mit dem Rotisserie-Set können Sie nun aber auch die Kugel entsprechend pimpen.

Die Produkte sind online unter moesta-bbq.de oder aber bei Amazon zu erwerben. Sie sind für Kugelgrills mit einem Rostdurchmesser von 47 bis 67 cm erhältlich – unabhängig vom Hersteller. Je nach Funktionsumfang und Grilledurchmesser kosten sie zwischen 99 Euro (der reine Pizzaring) bis 349 Euro (Premium-Set mit Rotisserie).



BEIM KAUF AUSGEWÄHLTER GAS-KUGELGRILLS GRATIS ZUBEHÖR STARTERPAKET SICHERN!



Breite Straße 10
40670 Meerbusch
Tel.: 02159/2071

autorisierter
OUTDOORCHEF
Fachhändler



Monströöö!

Groß, bunt und mit dicker Sahnehaube: Monstershakes hören hier noch längst nicht auf. Appetizer zeigt, welche Varianten es gibt und welche Toppings es auf die Spitze treiben.



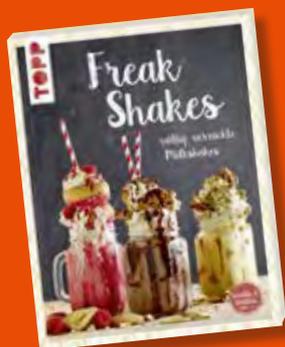
Eine Tasse heiße Schokolade mit Keksen und Brownies gefällig? Oder doch lieber einen Erdnussbutter-Marmeladen-Milchshake mit Zuckerwatte oben drauf? Bei Monstershakes, die man auch Freak-Shakes nennt, sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Der Trend der gigantischen Süßgetränke kommt aus Australien, genauer gesagt: aus dem Café Pattisez. Über Instagram wurden die riesigen Milch-Sensationen bekannt, inzwischen bekommt man sie auf der ganzen Welt. Natürlich sind die Kalorienbomben auch hier aufgeschlagen und sorgen bei passionierten Trinkern für leuchtende Augen. Wer nun einen Traum aus Milch und Schokolade selbst probieren möchte, ist bei What's Beef in der Immermannstraße oder Uerdinger Straße genau richtig.

ES ZU HAUSE AUCH MAL ÜBERTREIBEN

Die Fusion aus Milchshake und Dessert lässt sich auch selber machen. Viele Zutaten hat man meistens ohnehin schon zu Hause oder bekommt sie im Supermarkt um die Ecke. Hauptbestandteile sind Eiscreme und Milch, dazu darf alles, was Sie gerne auf Ihrem Monstershake haben möchten. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf: Wie wäre es beispielsweise mit zerkleinerten Oreos und Gummibärchen als Topping? Grenzen sind hier keine gesetzt. Aber Achtung: Die Monstershakes sehen nicht nur bombastisch aus, sondern sind auch echte Sattmacher! Für den Anfang kann es also ratsam sein, sich erst einmal einen Freakshake zu teilen. Für den Einstieg finden Sie tolle Rezepte auf diesen Seiten. *Nesrin Eva Yavuz*

Freak-Shakes

(kreativ & köstlich) -
völlig verrückte Milchshakes



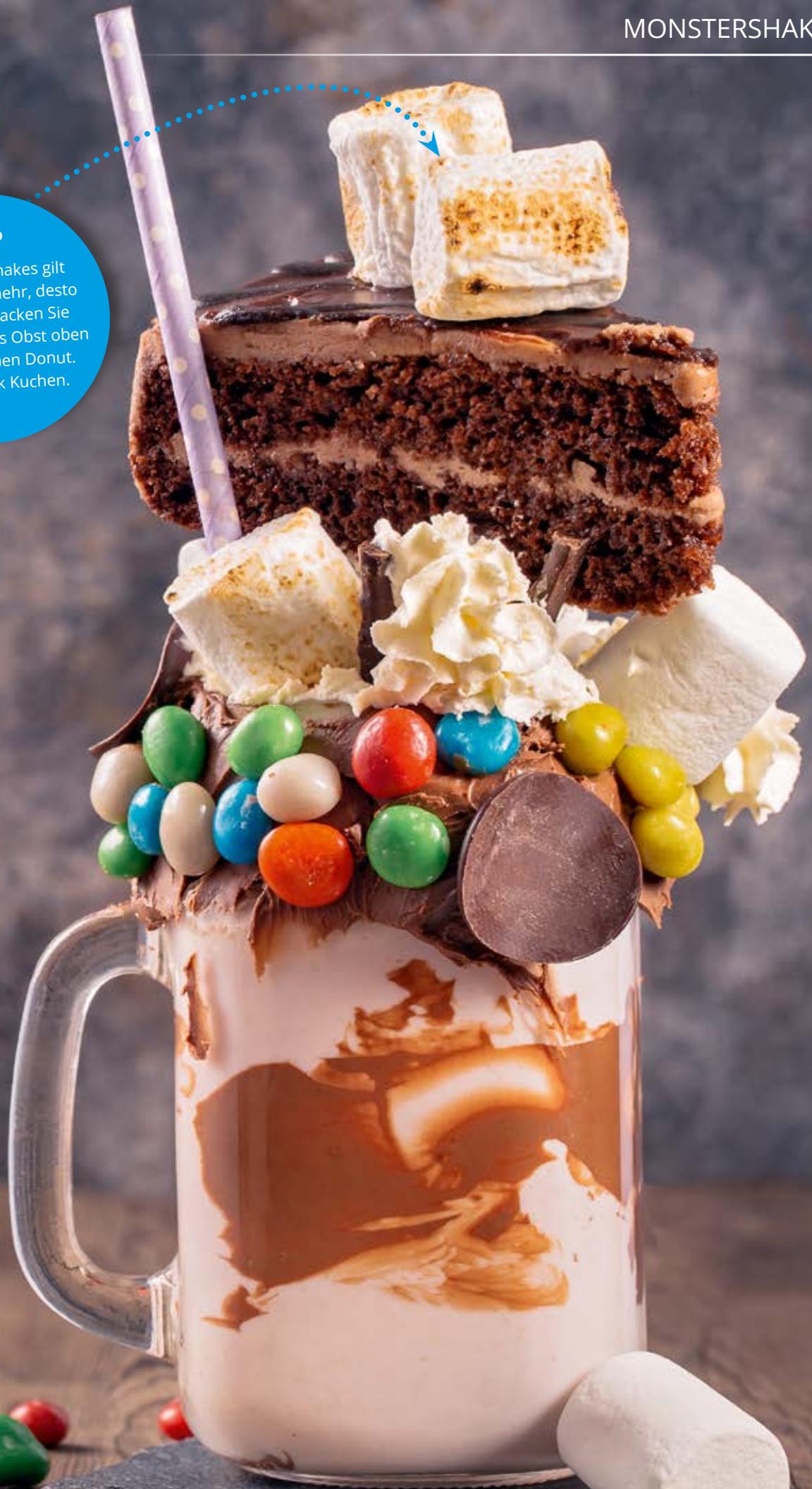
Der Monstershake-Hype greift um sich. Wer mehr über diesen wahnwitzigen Trend wissen will, kann einen Blick in dieses Rezeptbuch aus der Reihe Topp-Kreativ vom Frech Verlag werfen. Erscheinungstermin ist der 14. Juni dieses Jahres.

ISBN: 978-3772480386
Preis: 9,99 Euro



TIPP

Bei Monstershakes gilt das Motto: je mehr, desto besser! Also packen Sie ruhig noch etwas Obst oben drauf. Und einen Donut. Und ein Stück Kuchen.



Vanille-Erdbeer-Streusel-Bombe

Die wunderbare Kombination von Vanille und Erdbeere ist natürlich auch bei den Monstershakes total angesagt. Doch das reicht nicht, denn oben drauf kommt noch allerlei Süßes.

Zutaten für einen Shake

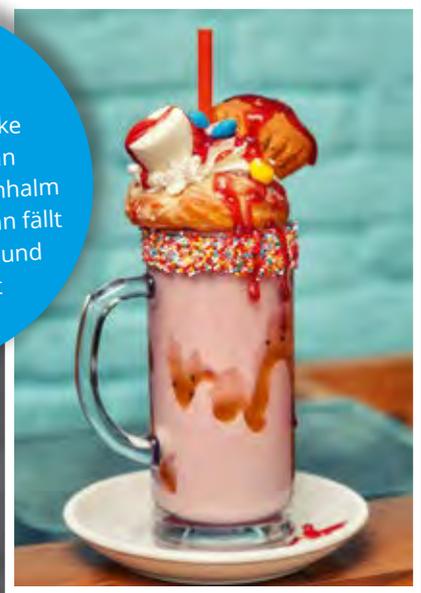
- 200 ml Milch
- 3 Kugeln Vanilleeis
- 3 Kugeln Erdbeereis
- 1 TL Zucker
- 1 EL Wasser
- Erdbeermarmelade
- Schlagsahne, Donut, Streusel, Marshmallows und Smarties

Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 10 Minuten
Garen: 0 Minuten

- 1 Die **Milch** und jeweils zwei Kugeln Vanille- und **Erdbeereis** in einem Mixer verrühren.
- 2 Die **Erdbeermarmelade** an der Innenseite eines großen Glases verteilen.
- 3 Das restliche Eis in das Glas geben und den Milch-Eis-Shake dazugießen.
- 4 Aus dem **Zucker** und dem **Wasser** einen klebrigen Sirup anrühren und mit einem Pinsel am oberen Glasrand anbringen. Diesen Teil des Glases mit den Streuseln verzieren.
- 5 Schließlich den **Donut** auf den Glasrand legen, mit der **Schlagsahne** ein Häubchen aufsetzen und das Ganze mit **Smarties** und **Marshmallows** verzieren.

TIPP

Am besten lässt sich ein Monstershake genießen, wenn man zunächst mit dem Strohhalm anfängt zu trinken. Dann fällt das Topping ins Glas und kann ausgelöffelt werden.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/08909



Double-Schoko-Freak

Ob mit weißer, heller oder dunkler Schokolade: Dieses Rezept ist ideal für echte Schokoliebhhaber. Die Toppings betonen den Double-Schoko-Shake und runden ihn auf besondere Art und Weise ab.

Zutaten für einen Shake

- 100 g Vollmilchschokolade
- 100 ml Sahne
- 240 ml Milch
- 4 Kugeln Schokoladeneis
- Schlagsahne, Oreos und Schokoladenstreusel

Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 10 Minuten
Garen: 2 Minuten

- 1 Die **Sahne** kurz erhitzen und über die **Schokolade** gießen. Kurz schmelzen lassen und dann rühren, bis eine glatte Masse entstanden ist.
- 2 Etwas von der gewonnenen Schokoladensahne mit **Milch** und zwei Kugeln **Eis** in einem Mixer verrühren. Vorher aber etwas von der geschmolzenen Schokoladenmischung aufheben.
- 3 Die restliche geschmolzene Schokolade an der Innenseite eines Glases herunterlaufen lassen.
- 4 Nun zwei Kugeln **Schokoladeneis** in das Glas geben und die Schokoladenmischung dazugießen.
- 5 Mit der **Schlagsahne** ein Häubchen aufsetzen und mit **Oreos** und **Schokoladenstreuseln** verzieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/12949



Veganer Kokos-Caramel- Shake



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/76766

Ein ordentlicher Monstershake ist zwar unglaublich verlockend, enthält jedoch in der Regel viele tierische Produkte. Viele Leute wollen oder müssen darauf verzichten. Dieser freakige Shake beispielsweise kommt ganz ohne Tierisches aus.

- 1 Zunächst wird der vegane **Caramelsirup** gekocht: **Zucker** in einen Topf geben und unter Rühren und bei mittlerer Temperatur auflösen. Parallel das **Wasser** kochen und dann vorsichtig zum Zucker schütten. Gut umrühren. Herunternehmen und abkühlen lassen.
- 2 Vom erkalteten Sirup 2 EL am Glasinneren verteilen. Dann eine Kugel **Vanilleeis** in das Glas geben.
- 3 In einem Mixer das restliche Eis, drei **Eiswürfel**, **Milchersatz** und 4 EL **Caramelsirup** gut verrühren.
- 4 In ein großes Glas drei weitere **Eiswürfel** geben und den frisch gemixten Shake darübergießen. Mit der veganen **Schlagsahne**, dem restlichen Caramelsirup und den veganen **Schokoraspeln** verzieren.

Zutaten für einen Shake

250 ml Kokosmilch

2 Kugeln veganes Vanilleeis

6 Eiswürfel

120 g Zucker

120 ml Wasser

Vegane Schlagsahne
(z.B. Kokosnussahne)

Schokoraspeln

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 13 Minuten

Garen: 3 Minuten

Muggel

CAFE
DOMINIKANERSTRASSE 4
BAR
40545 DÜSSELDORF
RESTAURANT
TELEFON 0211-55 41 82

Appetizer

Wir wollen dich!

Lüsst auf ein Praktikum bei *Appetizer*?

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir jederzeit Redaktionspraktikanten, die sich von Genuss- und Ernährungsthemen, aber auch von Fotografie, IT und Kultur angezogen fühlen.

Interessiert? Dann schicke deine Bewerbung an bewerbung@textquartier.net

Mehr unter textquartier.net/jobs

Textquartier
DÜSSELDORF

TIPP

Short, long - wie bitte?
 Unser kurzer Vokabel-
 Exkurs auf Seite 56
 erklärt die wichtigsten
 Cocktail-Begriffe.



Shake it!

Cocktails sind der optimale Sommer-Drink. Mit diesen kalten Getränken in Hand und Kehle lassen sich die warmen Tage viel besser aushalten.

Einmal mehr haben ihn die Engländer erfunden: Ein „Cocktail“ wurde erstmals um 1800 auf der Insel namentlich erwähnt und bezeichnete zunächst nur einen ganz bestimmten Drink. Der erste Cocktail war ein „stimulierendes Getränk aus Spirituosen aller Art, Zucker, Wasser und Bitter“. Dieser Trunk war demnach also nur eine leicht abgewandelte Form des Sling, der mit Kräuterbitter gewürzt wurde. Herauskam ein „Cocktail“, der in etwa mit dem heutigen Old Fashioned vergleichbar ist. Dabei handelt es sich um einen der klassischsten Cocktails. Zunächst als Whiskey Cocktail, später als Old Fashioned Whiskey Cocktail bezeichnet, besteht der Shortdrink noch heute aus einer Spirituose, Zucker,

Wasser bzw. Eis sowie Cocktailbitter. Dass bekannte Drinks auch kreativ variiert werden können, beflügelte das Aufstreben der Cocktails. Spätestens mit der ersten Sling-Variation war der Mix-Hype ausgebrochen.

DAS GROSSE MISCHEN

Schon bald entstanden weitere Abwandlungen, die ebenfalls „Cocktail“ genannt wurden. Das Wort wurde schließlich zum Gattungsbegriff. In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts avancierte „Cocktail“ zunehmend zum Oberbegriff für fast alle alkoholischen Shortdrinks. Vor allem in Fachkreisen wird das Wort noch heute in diesem engen Sinn verstanden: meist stark alkoholische

Shortdrinks, ohne Eis im Stielglas serviert und gleichsam als Abgrenzung insbesondere zu den größeren Longdrinks. Aber der Begriff wandelte sich erneut: Im allgemeinen Sprachgebrauch wird seit der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts Cocktail als eine Sammelbezeichnung für fast jedes alkoholische Mixgetränk verwendet. Auch nicht-alkoholische Drinks fallen nun unter den Begriff Cocktail, solange nur genug Zutaten zu einem Getränk gemischt werden.

SCHNELL GEMACHT

Die nunmehr teils üppigen Longdrinks mit Schirmchen, mehreren Strohhalmchen und Obststückchen »



Cocktails gibt's an fast jeder Ecke in Düsseldorf. Aber für welche Bar lohnt sich der gezielte Besuch wirklich? Wir stellen fünf spannende Cocktail-Locations vor.

ELLINGTON

Für alle, die abseits der Altstadt einen guten Drink suchen, ist die Bar Ellington wie geschaffen. Die Karte bietet weit mehr als die Standards unter der Cocktails. Dazu etwas Retro-Style und gelegentlich ein wenig Jazz.
Scheurenstr. 5 (Stadtmitte),
Facebook: Bar Ellington



CAPELLA BAR & CIGAR LOUNGE

Unter der Woche gibt es hier viel Live-Musik. Gäste dieser extravaganten Bar haben Zugang zu einem begehbaren Humidor mit 124 verschiedenen Zigarren.
Königsallee 11 (Stadtmitte), capellahotels.com

VIEW SKYLOUNGE & BAR

Hoch über den Dächern von Düsseldorf eine fantastische Aussicht genießen. Mit einem Martini in der Hand entfaltet der Blick über die Stadt besonders gegen Abend die perfekte Wirkung.
Speditionsstr. 9 (Hafen), theview-duesseldorf.de



BAR ALEXANDER

Mitten im Herzen von Unterbilk liegt diese sehr beliebte Bar. In dem stilvollen, saloon-artig eingerichteten Gästeraum ist es sehr gemütlich - und fast immer voll. Früh erscheinen!
Düsselstr. 71 (Unterbilk), bar-alexander.com



LIQ BAR

In dieser stilvollen Bar regiert die Farbe Schwarz: Das gemütliche und unaufgeregte Ambiente sorgt für ein tolles Feeling. Hier genießt man einen Old Fashioned besonders elegant.
Parkstr. 26 (Pempelfort), liq-bar.com

am Rand sind also eine sehr moderne Interpretation eines Cocktails. Aber egal, ob mit oder ohne Deko: Cocktails gibt's in den verschiedensten Farben und Formen. Während moderne Klassiker wie Long Island Ice Tea, Caipirinha oder Mojito jeder kennt, sind viele leckere Kombinationen eher unbekannt. Lassen Sie sich daher ruhig von den Cocktails auf diesen Seiten überraschen. Mit diesen Drinks kommt garantiert Urlaubsfeeling auf, ganz ohne die Koffer packen zu müssen. Das Beste an diesen Cocktails ist: Sie müssen kein professioneller Barkeeper sein,

um sich einen erfrischenden Urlaubstraum zu mixen.

Einfache Drinks benötigen nur die eine oder andere Zutat und ein großes Glas zum Mischen. Ob der unwiderstehliche „Verrückter Julep“, ein kräftiger „Torino Angel“ oder ein fruchtig-kreativer „Le Gurk“: Sie entscheiden, wohin die Genussreise geht. Und wenn Sie sich einmal vom Profi verwöhnen lassen wollen: Kein Problem! Wir stellen fünf Bars vor, in denen Sie vom Fachmann den perfekt gemixten Cocktail Ihrer Wahl bekommen können. *Markus Fasse*

Great Banana Dream



Kaum ein Obst sorgt für das gewisse Südseefeeling wie eine reife Banane. Mit diesem Cocktail kombinieren Sie die fruchtige Leckerei mit einem kräftigen Kahlúa. Eine echte Abwechslung, die wie folgt gelingt.

Zutaten für 2 Cocktails

- 160 ml Bananensaft
- 20 ml Kahlúa (ein mexikanischer Kaffee-Likör)
- 60 ml weißer Rum
- jeweils 1 Schuss Schlagsahne, Kokossirup

Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 5 Minuten

1 Den **Rum** mit einer Handvoll Eiswürfel, dem **Bananensaft**, dem **Kokossirup** und einem Schuss **Sahne** in einen Shaker geben. Alles gut miteinander mixen.

2 Ein Glas mit ein paar Eiswürfeln befüllen und den Cocktail darübergießen.

3 Nun noch den **Kahlúa** dazugeben und den Traum aus Banane servieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/00680



Turiner Engel

Ein Cocktail mit Martini ist eine Klasse für sich. Der edle Turiner Engel ist stark und entfaltet durch den Cranberrysaft eine fruchtige Note. So wird er gemixt.

Zutaten für 2 Cocktails

je 40 ml Triple Sec, Limettensaft

je 80 ml Martini, Cranberrysaft

60 ml brauner Rum

etwas brauner Zucker

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 5 Minuten

- 1 Das Glas im Kühlschrank für etwa 10 Minuten kühlen.
- 2 Alle Zutaten in einen Shaker geben und mit Eiswürfeln gut vermischen.
- 3 Das Glas aus dem Kühlschrank nehmen und den Rand mit etwas Wasser benetzen. Den braunen Zucker auf einen flachen Teller streuen. Schließlich den Glasrand in den braunen Zucker tauchen.
- 4 Den Cocktail eingießen und direkt servieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/47011

Verrückter Julep

Eigentlich ist der Julep ein alkoholischer Cocktail aus Minze, Bourbon Whiskey, Zucker oder Zuckersirup. Natürlich dürfen auch zerstoßene Eiswürfel nicht fehlen. Mit diesem Rezept wird der Julep kreativ abgewandelt.

Zutaten für 1 Cocktail

60 ml Kirschwasser

2 TL Honig

3 Blätter Salbei

1 Schuss Sprudelwasser

Schwierigkeit: einfach

Vorbereiten: 5 Minuten

- 1 Den Honig samt Salbei und Sprudelwasser im Glas gut verrühren.
- 2 Das gleiche Glas mit einer Handvoll Eiswürfel befüllen.
- 3 Abschließend nur noch das Kirschwasser darübergießen und ordentlich verrühren. Wer mag, kann den Drink mit ein paar Kirschen garnieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/38343



Kleiner Exkurs:

Der Cocktail-Slang



SHORTDRINK

Bei einem Shortdrink handelt es sich um ein Mischgetränk mit eher geringem Volumen. 50 bis 100 Milliliter sind ein üblicher Rahmen. Die meisten klassischen Cocktails

sind Shortdrinks, wie etwa der Old Fashioned. Shortdrinks gibt's in vier typischen Richtungen: klassische stark alkoholische Shortdrinks mit meistens Wodka, Gin oder Whiskey, Dessert-Cocktails, Champagner-, Prosecco- oder Sektmischungen und Kurze.



LONGDRINK

Wird ein Shortdrink umfangreicher, wird aus ihm ein Longdrink. Diese Getränke haben für gewöhnlich ein Volumen ab 160 Milliliter und bestehen aus zwei Komponenten: der Spirituose (in der Regel zwischen 20 und 40 Milliliter) und dem Filler (zu Deutsch „Füllstoff“). In einem Tumbler oder einem etwas höheren, zylinderförmigen Glas mit Eis

serviert, ist beispielsweise der Gin Tonic der wohl bekannteste Longdrink-Vertreter.



COCKTAIL-SHAKER

Ohne ihn geht gar nichts: Der Shaker (zu Deutsch etwa „Schüttler“) ist für den Barman das wichtigste Utensil, um einen Cocktail zu mischen. Der Schüttelbecher dient vor allen Dingen dazu, die flüssigen

Zutaten kräftig zu mischen. Das Schütteln von Cocktails wurde übrigens erst in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts üblich. Vorher wurden die Zutaten in einem Becher verrührt oder von einem Glas in ein anderes geschüttet.

SHOT

Wenn's schnell gehen soll: Shots oder Kurze sind nur 20 bis 40 Milliliter stark und bestehen meistens aus Korn, Schnaps, Tequila, Ouzo oder einem Likör. Man trinkt sie in einem Zug und verknüpft den Genuss gerne mit dem einen oder anderen Ritual. Ein in Düsseldorf sehr beliebter Shot ist der Killepitsch oder der Sauerkirchlikör Krumme.



DIE WICHTIGSTEN GLÄSERTYPEN

Für jeden Cocktail gibt's das perfekte Glas. Mit der Zeit haben sich neben den zahlreichen Variationen auch die Gläser gewandelt. Dies sind die wichtigsten Varianten, von denen es auch weitere Abwandlungen gibt.



MARTINGLAS

Das Martinglas ist eine spezielle Form der Cocktailschale und seit den 1930er Jahren verbreitet. Sie wird wegen der Form auch Cocktailspitz oder Y-shaped Martini Glass genannt. Hierin passen zwischen 150 und 200 Milliliter eines prickelnden Cocktails. Von der Menge her passt üblicher Martini-Cocktail besonders gut in diese Gläser. Daher der Name.

MARGARITAGLAS

Diese Variante einer Cocktailschale ist optimal für eine Margarita geeignet. Zum Servieren ist das Glas idealerweise vorgekühlt und mit einem Salzrand versehen. Besonders in den USA ist das Margaritaglas eine weit verbreitete Variante der Cocktailschale.



HURRICANE-GLAS

Dieser Vertreter ist ein eher hohes, bauchiges und geschwungenes Glas mit kurzem Stiel. Besonders aufwändigere Cocktails wie Coladas oder andere tropische Fancy-Drinks passen in das rund 700 Milliliter fassende Hurricane-Glas.



GLASBECHER

Bauchige Gläser mit Henkel sind ein guter Allrounder für verschiedene Cocktails. Ob Bowle oder Punsch: In einem Glasbecher ist eine Menge Platz, durch die gedrungene Optik kommen Eis und Zutaten besonders gut zur Geltung.

TUMBLER

Das Glas für einen Old Fashioned: Der Tumbler ist ein kurzes Trinkglas mit einem dicken Boden. Der Name (zu Deutsch: taumeln, stürzen) geht zurück auf sein ursprüngliches Design: Der Boden war rund geformt, sodass das Glas beim Abstellen umfiel. Heutige Tumbler-Böden sind aber meist abgeflacht.





Le Gurke

Cocktails können erfrischend sein und Spaß machen – besonders, wenn sie einen kreativeren Weg gehen. Wie wäre es mit einem kuriosen Drink mit Gurke? Dieser

fruchtige Gin-Cocktail geht auf die Kappe von Barmann Axel Klubescheidt aus Essen.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/90914

- 1 Zunächst die **Salatgurke** gut waschen und in grobe Stücke zerkleinern. Da der Le Gurk eine „grüne Note“ haben soll, sollte die Schale dranbleiben. Die Gurkenstücke in den Shaker oder ein großes Glas geben.
- 2 Den **Zitronen-** und **Apfelsaft** dazugeben und die Gurken mit einem Mörser zerstoßen.
- 3 Anschließend **Holunderblütensirup** und **Gin** ebenfalls ins Glas oder in den Shaker geben. Alles mit etwas Eis gut vermischen und eiskalt servieren.

Zutaten für 2 Cocktails

½	Salatgurke
je 40 ml	Zitronensaft, Holunderblütensirup
80 ml	Apfelsaft
100 ml	Gin



Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 5 Minuten



BAR & KITCHEN

ADERSSTR. 21
 40215 DÜSSELDORF
 TEL: 0 211 - 876 66 66
 EMAIL: ROSIES@MAIL.DE
 WWW.ROSIES-DÜSSELDORF.DE



Japanisches Restaurant

4 SEASONS

Kaiserswerther Markt 37 | 40489 Düsseldorf
www.4seasonskaiserswerth.de

Appetizer

EINEN MOMENT, BITTE ...

Wir messen gerade noch
 Ihren Anzeigenplatz aus.

Hochwertiges und
 emotionales Werbeumfeld!

Lange Verweildauer!

Einfach unkompliziert!

Überzeugt? Dann los!
 Jetzt werben und
 Rabatte kassieren.

Rufen Sie uns an!

0211 9717 40 44
appetizer-magazin.de/werben



Waldmeister- Secco



Die einen lieben es und die anderen hassen es. Wir finden, dass Waldmeister super in einen Cocktail passt. Er verleiht dem Getränk nämlich nicht nur eine erfrischende Note, sondern sieht auch noch richtig cool aus.

Zutaten für 2 Cocktails

40 ml	Gin
40 ml	Waldmeistersirup
8	Eiswürfel
350 ml	Prosecco
2	Minzstängel
etwas brauner Zucker	

Schwierigkeit: einfach
Vorbereiten: 5 Minuten

- 1 Das Glas für etwa 10 Minuten im Kühlschrank kühlen.
- 2 Den **braunen Zucker** auf einem Teller verteilen, den Glasrand mit etwas Wasser befeuchten und dann das Glas umgedreht in den Zucker tauchen.
- 3 Jeweils vier **Eiswürfel** in die Gläser geben.
- 4 **Gin** und **Waldmeistersirup** vermischen, auf die Gläser verteilen und dann **Prosecco** auffüllen.
- 5 Mit **Minze** verzieren.



REZEPT AUCH ONLINE
appetizer-magazin.de/79819

Appetizer
3/17
erscheint Anfang
September. Kostenlos in
Düsseldorfs Gastroszene
und Lebens-
mittelläden.



Fotos: designed by Mrsiraphol - freepik.com (2); Teka77, scieltialfo/iStock.com

Impressum

Appetizer

DAS GENUSS-MAGAZIN FÜR DÜSSELDORF

Erscheinungsweise: dreimonatlich



Verlag, Herausgeber und Redaktion:
Textquartier Düsseldorf GmbH
Wiesenstr. W21
40549 Düsseldorf
Tel.: 0211 97 17 40 44
Fax: 0211 97 17 40 56
Mail: redaktion@appetizer-magazin.de

Geschäftsführung und Chefredaktion:
Markus Fasse, Marius von der Forst

Autoren: Marlene Jordan, Nina Jean Norin,
Nesrin Eva Yavuz

Schlusskorrektur: Martina Stein

Grafische Konzeption:
Doris Busch Grafikdesign

Layout: Doris Busch, Silvia Kretschmer

Fotograf: Robin Nickel

Anzeigenverkauf/Kooperationen:
Marius von der Forst
Tel.: 0211 97 17 40 49
Mail: vonderforst@textquartier.net
www.appetizer-magazin.de/werben

Vertrieb:
Tel.: 0211 97 17 40 44
www.appetizer-magazin.de/auslegen

Coverfotos: klenova; Yingko;
stockyimages; KatarzynaBialasiewicz /
iStock.com; Icon: Freepik / flaticon.com

Bildnachweise:

Einige Bilder in diesem Produkt wurden mit Creative Commons lizenziert und entsprechend gekennzeichnet (mit CC in den Credits). Zur genauen Bedeutung des jeweiligen CC-Lizenzcodes siehe www.creativecommons.org/licenses.

Für unverlangte eingesandte Manuskripte, Datenträger, Bilder und Materialien übernehmen der Verlag und die Redaktion keine Gewähr. Eine Haftung der Richtigkeit der Veröffentlichung kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion nicht übernommen werden. Jeglicher Haftungsanspruch muss daher grundsätzlich abgelehnt werden. Vervielfältigungen und Nachdrucke – auch auszugsweise – dürfen nicht ohne Genehmigung des Verlags erfolgen.

Es gelten die Mediadaten Nr. 2 vom 12. April 2017
(www.appetizer-magazin.de/mediadaten).

Druck:
WIRmachenDRUCK GmbH, Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang



Appetizer

Mit uns liegen Sie richtig!

Lassen Sie uns Ihre Arbeit machen.
Wir verbreiten Ihre Werbebotschaft optimal im ganzen Stadtgebiet.
Ein Anruf genügt!

*Hochwertiges und emotionales Werbeumfeld
Lange Verweildauer
Einfach unkompliziert*

Überzeugt? Dann los! Jetzt werben und Rabatte kassieren.
Wir freuen uns auf Sie!

0211 9717 40 44
appetizer-magazin.de/werben
kontakt@appetizer-magazin.de

Einfach schön heiraten.

Dekoration und Konzepte
für anspruchsvolle
Hochzeiten und Events.

www.coeur-leger.de

coeur *leger*

Neu:
Das HappyHourTicket!



Für 2,99 € durchs Nachtleben.

Günstiger als ein Drink:

- Von 18 bis 6 Uhr beliebig viel durch deine Stadt fahren
- Nur über App oder OnlineShop!

www.rheinbahn.de



Rheinbahn