

HOGA **PAGE**

Das Magazin für Hotellerie & Gastronomie



Jobbörse

Nachrichten

Einkaufsführer

Speisekartenplaner

Mit System zum Glück

Dem Erfolgsgeheimnis moderner Franchise-Konzepte
auf der Spur 14

Gutes Essen
für alle!

Insider-Tipps aus Paris 30

Einrichtungsideen 72

Vegetarisch
und vegan

Zukunft oder Wahn? 52

Clever einkaufen 46

Arbeitsplatz
Betriebsgastronomie

Adieu, Fließbandarbeit 82

James-Bond-Hotels 92

INHALT



Paris – eine
Genussreise

30

ENTRÉE

Info-Häppchen und Neues 6

HOGAPAGE GASTROPOLIS 10

Ploners Gastro-Kolumne

Automatisierung ist längst da 11

TITELSTORY

Einmal erdacht, hundertmal gemacht

Dem Erfolgsgeheimnis der
»Systemer« auf der Spur 14

SPECIAL

Weil Innovation und Service zählen
Top-Lieferanten liefern mehr
als nur Produkte 20

AROUND THE WORLD

Gutes Essen für alle!

In Paris gut zu essen, ist keine Kunst.
Dabei nicht zu verarmen,
schon eher 30

BRANCHE INSIDE

Tafeln im Hohen Haus

Wie die Abgeordneten des
Deutschen Bundestags
verköstigt werden 36

Wirtschaftsmotor oder doch eher Stiefkind?

Warum das Gastgewerbe
auf die Politik nicht gut zu
sprechen ist 40

MANAGEMENT & MARKETING

Clevere Einkäufer sparen nicht an der Qualität

Strategisches Beschaffungsmanage-
ment steigert den Gewinn 46

Das Geheimnis meines Erfolges

Martin Ho verrät im HOGAPAGE-
Talk seine Erfolgsrezepte 50

FOOD & BEVERAGE

Vegetarisch und vegan – Zukunft oder Wahn?

Fleischlos glücklich in
der Gastronomie 52

Snack it up!

Die neuesten Ideen für den (schnel-
len) Hunger zwischendurch 58

Gib dem Leben einen GIN

Gin Tonic ist seit einigen Jahren wieder buchstäblich in aller Munde. Doch die Wacholder-Spirituose kann mehr 64

The Big Five – Food-Kolumne von Andrew Fordyce

Proteinbomben: Poké-Bowls 67

TECHNIK & EQUIPMENT

Tischlein, reservier dich!

Was digitale Reservierungs-Systeme und -Portale zum Erfolg einer Location beitragen können 68

Mehr Mut fürs Ambiente

Neue Einrichtungsideen für Hotelzimmer, Gasträume und Outdoorbereiche 72

Die Wäsche macht's!

Welche Faktoren für Schlafkomfort und Wohlbefinden entscheidend sind 78



Snack it up!

58



Tischlein, reservier dich!

68



Die 007 spektakulärsten Bond-Hotels

92



36

Tafeln im Hohen Haus

KARRIERE & RATGEBER

Adieu, Fließbandarbeit!

Arbeitsplatz Betriebsgastronomie: großer Wandel, neue Chancen 82

Vielschichtiger Job für kreative Köpfe

Karriere machen als Marketing-Manager im Gastgewerbe 88

STARS & LEGENDS

Übernachten wie im Geheimdienst Ihrer Majestät

Auf den Spuren von James Bond in den spektakulärsten Hotels der Kult-Filmreihe 92

Stil schlägt Protz

Rocco Forte Villa Kennedy setzt auf unaufdringlichen Luxus 98

10 Fragen an ...

Christian Rach 104

Jetzt rede ich!

Der Grünkohl im Exklusiv-Interview 106

SERVICE

Editorial 3

Bildungskompass 87

Bücher – Lesestoff für Profis 90

News aus den Verbänden 108

HOGAPAGE Marktplatz 112

HOGAPAGE Stellenmarkt 114

Vorschau/Impressum 122

Einmal erdacht, *hundertmal*

gemacht



Dem Erfolgsgeheimnis der »Systemer« auf der Spur ...

Ketten wie Vapiano, L'Osteria und Peter Pane eröffnen eine Filiale nach der anderen. Doch Franchise-Nehmer in spe sollten sich über einige Dinge im Klaren sein, bevor sie ihr Glück im System suchen. HOGAPAGE blickt hinter die Kulissen der Systemgastronomie.

Text: Sebastian Bütow

Es dampft, duftet und zischt, jeder kann den gutge-launten Köchen zusehen, wie sie die Bestellung zubereiten. Italienische Speisen wie Pasta und Pizza landen außerordentlich schnell auf dem Teller. Wer kennt es nicht, das sogenannte Front-Cooking-Erlebnis bei Vapiano? Kaum eine Fußgängerzone oder Einkaufspassage kommt ohne eine Filiale der Kette aus, mittlerweile gibt es weltweit schon über 200 Restaurants, auf allen Kontinenten.

Als Vapiano 2002 in Hamburg gegründet wurde, mischten die sogenannten »Fresh Casual Dining«-Pioniere die Branche auf. Mit Systemgastronomie wurden bis dahin schließlich nur Fastfood-Riesen – vielleicht noch Block House und Wienerwald – in Verbindung gebracht. »Damals war die Systemgastronomie noch weitestgehend amerikanisiert, Themen wie Frische und regionale Zutaten wurden noch nicht so großgeschrieben«, sagt der ehemalige Vapiano-Boss und jetzige L'Osteria-CEO Mirko Silz.

Die Expansions-Pläne kennen buchstäblich keine Grenzen

Heute zählt Vapiano nach seinem Börsengang und fast 500 Millionen Euro Jahresumsatz zu den absoluten Marktgiganten in der Gastronomie. Und nicht wenige neue Franchise-Gründer schnitten sich von diesem Konzept eine große Scheibe ab.

Immer mehr »Systemer«, ob italienisch, asiatisch bis hin zu modernen Burger-Bratern mit stylischem Holzambiente, schreiben Erfolgsstories, verbreiten sich rasant nicht nur in Deutschland, Österreich und der Schweiz, die Expansions-Pläne kennen buchstäblich keine Grenzen. Jahr für Jahr steigen die Umsätze kontinuierlich nach oben. Was macht die »neue Systemgastronomie« so erfolgreich?

Gutes Essen für alle!

In Paris gut zu essen, ist keine Kunst.
Dabei nicht zu verarmen, schon eher.

Einige der besten Restaurants der Welt befinden sich in der Stadt an der Seine, doch wer dort einkehren will, muss tief in die Tasche greifen. Erfreulicherweise kann man in Paris auch für wesentlich weniger Geld hervorragend essen, vorausgesetzt man weiß, wo man hingeht.

Text: Wolf Demar



Leben wie ein Gott in Frankreich! Für echte Genießer gehört die französische Haute Cuisine natürlich dazu. Wer will nicht einmal bei so klingenden Namen wie Alain Ducasse, Pierre Gagnaire oder Guy Savoy zu Gast sein? Wer es moderner will, kann sich von den 3-Sterne-Köchen Alain Passard (L'Arpège), Pascal Barbot (L'Astrance) und Yannick Alléno bekochen lassen. Unvergessliche kulinarische Momente sind garantiert – doch das hat seinen Preis. Egal ob mittags oder am Abend – wenn man eines der zehn Pariser 3-Sterne-Restaurants besuchen will, werden rasch zwischen 300 und 400 Euro pro Person fällig, selbst wenn man sich bei der Weinbestellung zurückhält.

Keine Frage, der Begriff Gourmet-Tempel wurde für Pariser Luxusrestaurants erfunden. In ihrer Hauptstadt pilgern die Franzosen zu den großen Küchenchefs des Landes und huldigen ihnen. Fein essen zu gehen, ist ein Statement, mit dem man auch seinen sozialen Status manifestiert. Der hohe Preis gehört dabei zwingend dazu – sonst könnte ja ein jeder kommen. Die meisten Luxusrestaurants befinden sich an noblen Adressen im oder rund um das erste Arrondissement mit entsprechend hohen Mieten. Durch den Speisesaal stolziert zumeist ein Geschwader an (oft allzu) selbstbewussten Kellnern, die Gäste ohne Französischkenntnisse mitunter recht herablassend behandeln. Und doch werden hier Ess- und Tischkultur auf allerhöchstem Niveau zelebriert. In der Hauptstadt des guten Geschmacks gehören luxuriöse Fresstempel einfach dazu.

Esskultur im Wandel

Natürlich können nur die wenigsten Pariser regelmäßig in derart teuren

Restaurants speisen. Die kulinarische Heimat für das normale Volk war und ist das Nachbarschafts-Bistro, wo man nicht nur Klassiker wie Zwiebelsuppe und Steak frites in guter Qualität bekommt, sondern auch wechselnde saisonale Spezialitäten, die oft die regionale Herkunft des jeweiligen Wirts widerspiegeln. Doch das klassische Bistro ist in der Krise. Dafür gibt es viele Gründe. Zum einen gibt es auch in Paris Massentourismus, was für die Gastronomie nicht immer ein Segen ist. Vor allem in stark frequentierten Lagen bekommt man in Bistros oft mittelmäßige Qualität zu stark überhöhten Preisen. Wenn ein Betrieb mehr von Lauf- als von Stammkundschaft lebt, wird oft auch mit vorproduzierter Convenience-Ware gearbeitet.

Die hohen Lohnnebenkosten für Mitarbeiter und die gesalzenen Mieten machen Restaurantbesuche sehr teuer. Bei einem stagnierenden Einkommensniveau können sich viele Pariser den täglichen Bistro-Besuch einfach nicht mehr leisten. Gleichzeitig hat sich in den letzten 30 Jahren das Fast-food-Angebot ähnlich stark wie im restlichen Europa ausgeweitet. Für viele Pariser ist »Le Burger« eine beliebte Alternative zum Plat du jour geworden. Und als internationale Metropole verfügt Paris auch über zahlreiche asiatische Ethno-Lokale, die sehr günstige Menüs anbieten.

Systemgastronomie à la Paris

Vergleichsweise günstig isst man auch in den vier Pariser »Relais de l'Entrecôte«-Niederlassungen. Das Erfolgsgeheimnis dieser sehr ansprechenden Form von Systemgastronomie liegt in der radikalen Beschränkung des Angebots: Es gibt Entrecôte mit Pommes frites und sonst nichts! Lediglich bei den

A man with dark hair and a mustache, wearing a brown blazer over a white shirt, is seated in front of a wall covered in colorful graffiti. The graffiti includes various words and phrases like 'YOU WANT', 'DOMINIA', 'FRANZ WEST', 'HACCAWI WIEN', and 'MARTIN'. The man has a serious expression and is looking directly at the camera.

Das Geheimnis meines Erfolges

Martin Ho spricht mit HOGAPAGE im fünften Teil der Serie über Vorbilder, Erfolge und Misserfolge

Es gibt erfolgreiche Gastronomen, es gibt sehr erfolgreiche – und es gibt die wirklichen Big Player, die mit ihren Konzepten nicht immer konventionelle Wege gegangen, dabei stetig gewachsen sind und in der Branche nachhaltige Spuren hinterlassen haben. Im Gespräch mit HOGAPAGE erklären gastronomische Entrepreneure ihr Erfolgsrezept.

Interview: Clemens Kriegelstein

»Der Gast ist der Star des Abends«

Martin Ho ist als 2-jähriges Kind mit seinen Eltern aus Vietnam nach Wien ausgewandert. Als 19-Jähriger hat er 2005 sein Interesse an der Gastronomie entdeckt und mit dem »DOTS Experimental Sushi« den Grundstein für ein inzwischen auf sieben Restaurants und ein Hotel gewachsenes Gastro-Imperium gelegt. Neben den mittlerweile zwei DOTS-Lokalen, in denen Gäste u.a. Sushi mit außergewöhnlichen Zutaten genießen können, tischt Ho u.a. authentisch-vietnamesische Pho auf, führt einen Hip-Hop-Club und hat sich im Sommer 2018 sogar seinen Traum vom eigenen Boutique-Hotel in der Wachau erfüllt (www.dots-lounge.com).



Haben Sie ein gastronomisches/unternehmerisches Vorbild?

Gastronomisch inspiriere ich mich immer wieder neu auf meinen Reisen und entdecke neue Trends und Ideen. Ich habe großen Respekt vor jedem Koch; da gibt es keine einzelne Persönlichkeit. Unternehmerisch sind die Vorbilder in meiner Familie zu finden, die mit viel Fleiß, Willen und Engagement ihren Weg in und aus Vietnam gemacht haben.

Was war Ihre größte Hürde auf dem Weg zum Erfolg?

Ich habe bei null und ohne Vorwissen begonnen. Diese Unvoreingenommenheit war oft ein Vorteil. Ich musste auch sehr viel lernen; von Küchenabläufen bis zur Buchhaltung. Auf dem Weg habe ich viele Fehler gemacht, die eine wertvolle Lehre waren. Ich hoffe aber, dass ich keinen ein zweites Mal mache.

Gibt es Dos & Don'ts für ein erfolgreiches Gastronomiekonzept?

Der Gast ist der Star des Abends und steht im Mittelpunkt! Trotzdem darf sich das Konzept nicht biegen und muss unverwechselbar und eigenständig bleiben.

Was würden Sie einem jungen Koch raten, der vom eigenen Lokal/Unternehmen träumt?

Oft beginnt die Karriere in federführenden Häusern, wo man sehr viel lernen kann. Dann braucht es eine klare Vision, eine gute Rechnung und ein stringentes Konzept. Leistungsbereitschaft, Leidenschaft, Selbstdisziplin sind ein Muss.

Wie hat sich Ihr Geschäft in den letzten zehn Jahren verändert?

Wir haben von der reinen Gastronomie erweitert und sind in das Club-Geschäft eingestiegen, haben auch ein Hotel eröffnet und kürzlich ein Multi-Konzept-Projekt verwirk-

licht. Grundelemente sind immer gleich: ausgezeichneter Service, hohe Qualität und eine starke Kunstkomponente.

Auf welchen Erfolg sind Sie besonders stolz?

Ich bin glücklich darüber, nach wie vor Gäste der ersten Stunde regelmäßig in unseren Häusern zu begrüßen. Sehr stolz sind wir auf unsere über 250 Mitarbeiter, die großteils langjährig in der Unternehmensgruppe sind.

Was war Ihr größter unternehmerischer Fehler?

Mein jugendlicher Leichtsinn war Fehler und Antrieb zugleich. Meine Umbaupläne sind nach wie vor zeitliches Harakiri, und alles wird auf die letzte Sekunde fertig. Das wird sich nie ändern!

Gibt es Dinge, die Sie heute anders machen würden?

Heute würde ich nie mehr so unvoreingenommen und ungeplant an ein Projekt rangehen wie an das erste DOTS auf der Mariahilfer Straße. Heute sitzen wir über großen Budget-Plänen und kalkulieren jeden Euro ganz genau.

Wie oft schauen Sie persönlich in all Ihren Lokalen/Betrieben vorbei?

Ich mache jeden Abend eine Runde durch die Betriebe und schaue nach dem Rechten, rede mit meinem Team und vergewissere mich, dass es den Gästen gut geht.

Wie viele Stunden hat Ihr Arbeitstag im Schnitt?

Deutlich mehr als zwölf Stunden (lacht). Ich arbeite mit großer Freude und Begeisterung fast rund um die Uhr, weil unsere Betriebe auch von früh bis spät offen haben. 

VEGETARISCH UND VEGAN

Zukunft oder Wahn?

Kann man in der Gastronomie fleischlos glücklich werden?



Von der verstaubten Makrobiotik der Siebzigerjahre war es ein langer Weg zum In-Food der Großstädter. Jetzt ist es ein Lifestyle-Thema geworden. Wie können Gastronomen von der Lust an vegetarischer und veganer Ernährung profitieren?

Text: Gabriele Guetzer

Die Müslis von einst sind, wie die Grünen, längst gesellschaftsfähig geworden – auch wenn beide sicherlich noch immer nicht jedermanns Geschmack treffen. Erik Arnecke, Einsteiner im Philipp Soldan im Relais & Château Hotel Die Sonne Frankenberg (www.sonnefrankenberg.de), »findet es gut, dass seit einigen Jahren eine intensive Auseinandersetzung und Identifikation mit dem

Thema Ernährung stattfindet«. Im Philipp Soldan sei man aber wieder »zur Normalität zurückgekehrt«, will sagen, er kann mit und ohne Fleisch spannende Gerichte kreieren.

Diese Zweigleisigkeit, kombiniert mit der erfolgreichen Partnerschaft mit nachhaltig arbeitenden Produzenten und Lieferanten, dürfte ein Erfolgskonzept mit Zukunft sein.

Welche Tricks und Tipps gibt's für die problemlose Umsetzung in der herkömmlichen Küche noch, ohne dass man gleich drei Hardcore-Veganer einstellt?





Mehr Mut fürs Ambiente

Neue Einrichtungsideen für Hotelzimmer, Gasträume
und Outdoorbereiche

Wer in ein Hotel oder Restaurant geht, will nicht einfach nur schlafen oder essen. Gäste wollen überrascht werden, sie erwarten den Wow-Effekt. Eine wichtige Rolle spielen dabei die Einrichtung der Räume und das Mobiliar für drinnen und draußen. HOGAPAGE hat sich umgehört, welche Einrichtungstrends angesagt sind. *Text: Eva Schiwarth*



ben. Holz als natürliches und vielseitiges Material ist und bleibt deshalb ein großes Thema für die Inneneinrichter.

Robustes und Schickes für draußen

Der Outdoor-Bereich wird mehr und mehr zum Wohnzimmer, hier machen vor allem eine gute Beschattung und komfortable Sitzmöbel den Wohlfühlfaktor aus. Stühle, Lounger und Sofas für die Terrasse sind nicht mehr so voluminös, statt dicker Polster bestehen die Sitzflächen häufig aus robusten Kunststoff-Geflechten. »Flechtoptik ist im Außenbereich nichts Neues. Durch innovative Designs und speziell bearbeitete Oberflächen präsentieren sich die beliebten Outdoor-Klassiker jedoch in einem neuen Licht. So wird beispielsweise ein aufgerautes Geflecht eingesetzt, das eine natürliche Struktur und Haptik aufweist«, sagt Maurus Reisensthal, Geschäftsführer und Art Director bei Go In .

Dies entspricht auch den Anforderungen an die Outdoor-Möblierung nach durchdachter Funktionalität: Wetterfest sollte sie sein, stapelbar und leicht zu transportieren. Auch der angesagte Retro- und Vintage-Stil ist inzwischen im Outdoor-Bereich angekommen.

Egal ob Naturlook, Retromix oder die Neu-Möblierung von Freisitz und Terrasse – die neue Einrichtung sollte im Idealfall eine glaubwürdige Geschichte erzählen. Es bringt nichts, einem Hotel ein Konzept überzustülpen, nur weil es gerade im Trend ist. Der Hotelier oder Gastronom und seine Mitarbeiter müssen hinter dem Konzept stehen. Erst dann wird aus einem Einrichtungskonzept auch Atmosphäre.

Gemütlich oder trendy, lässig oder luxuriös, edel oder heimelig: Für die Atmosphäre sorgen Möbel, Farben, Stoffe, Dekorationen, Tabletop-Produkte. Es lohnt sich, diese Elemente regelmäßig zu überprüfen, nicht nur auf Funktionalität, sondern auch auf die Optik. Denn die Gäste wollen sich rundherum wohlfühlen. Erst dann konsumieren sie auch, bleiben länger und kommen wieder.

Natürlichkeit mit klaren Formen

Viele Einrichtungstrends in der Gastronomie und Hotellerie kommen heute aus dem Living-Bereich. »Sehr gefragt sind nach wie vor Gestaltungen mit Naturmaterialien, mit Holz, Stein, dazu Erd- und Naturfarben. Dies spiegelt den allgemeinen Lebensstrend der Menschen wider, die weg von der Wegwerfmentalität hin zu bewusstem Konsumieren und Produzieren wollen«, meint Uwe Mayer, Vertriebsleiter Hoteleinrichtungen bei Baur Wohnfaszinationen in Höchenschwand im Schwarzwald. »Nicht wenige Häuser machen momentan einen Cut und modernisieren die Einrichtung der Zimmer und öffentlichen Bereiche.« Gerade traditionell ausgerichtete Häuser hätten zwar noch genügend Stammgäste, denen der klassische Einrichtungsstil noch gefällt, so Mayer. Doch er empfiehlt, sich zu fragen, was die Gäste in zehn oder 15 Jahren wollen. Zeitlos und in vielen Situationen passend sind klare, einfache Formen und dezente Far-

Der Gastgartenausstatter

Schindler
Anton Schindler e.K.

Deisingerstr. 37
91788 Pappenheim
09143 - 83 19 0



Fuggerstr. 1
91154 Roth
09171 - 981 67 60



Sitzmöbel



Liegen



Markisen



Schirme



Metallbau

Unser Service

- Bemusterung vor Ort
- Planung
- Lieferung mit Montage

www.welt-der-gartenmoebel.de



Adieu, Fließbandarbeit!

Arbeitsplatz Betriebsgastronomie: großer Wandel,
neue Chancen



Kantinenjobs waren lange Zeit als eintönige Fließbandarbeit für mäßig Ambitionierte verschrien. Und heute? Der Wandel der Betriebsgastronomie weg von der lieblosen Abfertigungshalle mit Schnell-und-günstig-Kost hin zum Wohlfühl- und Genuss-Treffpunkt der Belegschaft und externer Gäste hat zu einer erheblichen Aufwertung der Tätigkeiten der Leute, die dort arbeiten, geführt. Für wen und wo hier welche neuen Job-Chancen warten – hier sind die Antworten.

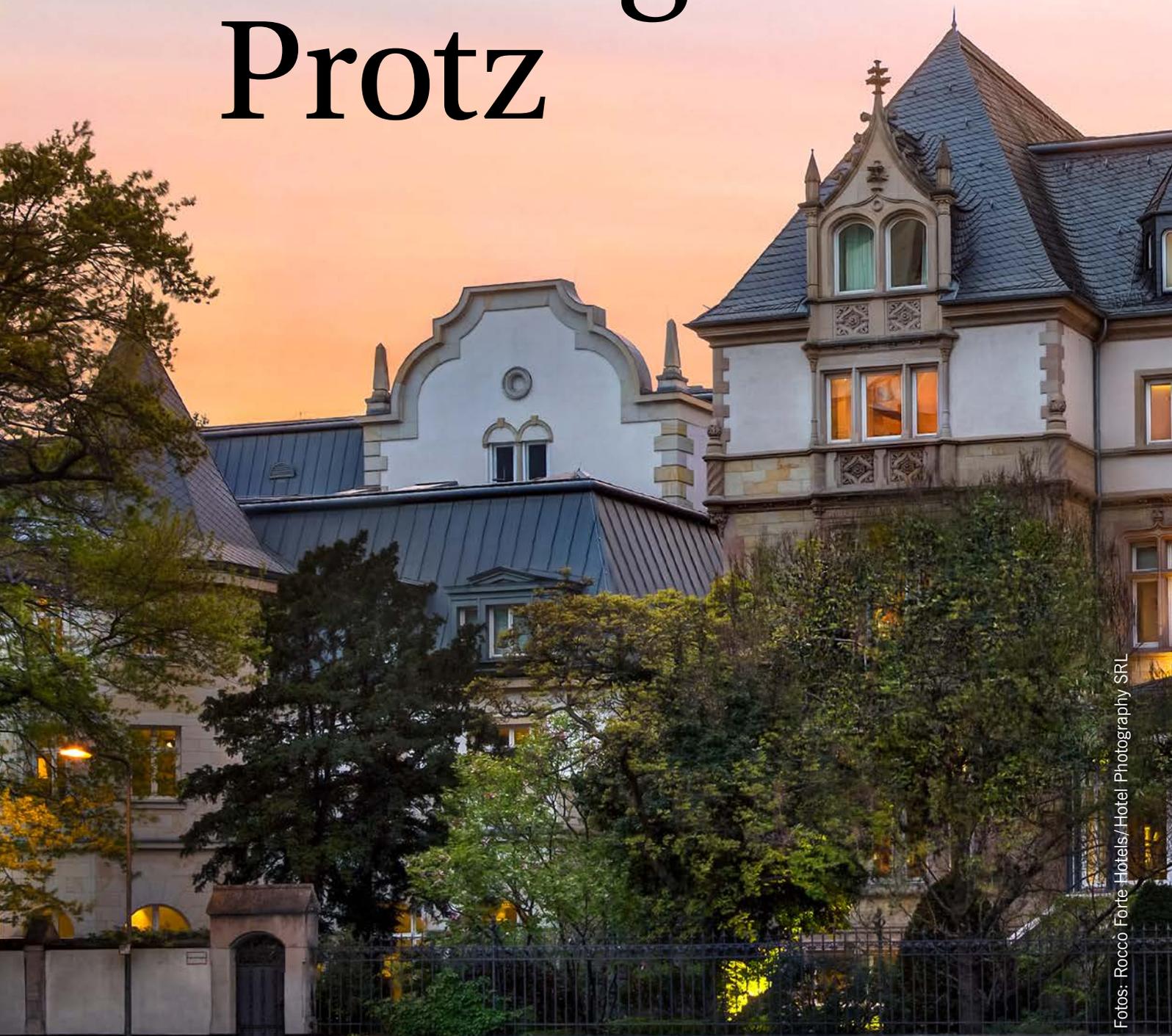
Text: Petra Sodtke

Kantine oder Spitzenlokal? Das ist kaum mehr zu unterscheiden, wenn man in modernen Betriebskantinen wie jenen des Küchengeräteherstellers Rational in Landsberg am Lech, bei Bahlsen in Hannover, in der »Elbe«, der Kantine des Handels- und Dienstleistungskonzerns Otto in Hamburg, oder im »Iki« am Erste-Bank-Cam-

pus in Wien diniert: Das Essen ein Magenschmaus (frisch, regional, saisonal, nachhaltig dominiert), das Interieur ein Augenschmaus, das Kantinenpersonal adrett gekleidet und offensichtlich bestens geschult, in der Küche werkeln topausgebildete, erfahrene Köche.

Im einladend-kommunikativen Ambiente genießen Chefs, Azubis und (meist auch) externe Gäste Seite an Seite abwechslungsreiche Kost wie getrüffelte Pasta mit Rucola und Pecorino, Holunderblütenparfait, gesunde Bowls, hebräi-

Stil schlägt Protz



Fotos: Rocco Forte Hotels/Hotel Photography SRL



Rocco Forte Villa Kennedy setzt auf unaufdringlichen Luxus

Dass ihre Geschichte maßgeblich für den Charakter einer Immobilie verantwortlich ist, spüren die Gäste des 5-Sterne-Luxushotels Rocco Forte Villa Kennedy in Frankfurt, sobald sie die Lobby betreten. Charmant und stilvoll empfängt der ehemalige Herrnsitz seine anspruchsvolle Klientel im noblen Stadtteil Sachsenhausen – und lässt dabei keine Wünsche offen.

Text: Daniela Müller

JETZT REDE ICH!



*Der Grünkohl
im Exklusiv-
Interview*

Deftige Hausmannskost? Diesen Ruf hat der GRÜNKOHL längst hinter sich, mittlerweile gilt er als mega-cool. Im Exklusiv-Interview spricht er über seinen Image-wandel, Promi-Fans und seine kultische Verehrung in Norddeutschland.

Meine Großmutter hat immer gesagt, dass Sie erst richtig köstlich schmecken, nachdem Sie den ersten Frost abbekommen haben. Stimmt das wirklich?

Jein. In der Tat hieß es immer, dass durch den Frost ein Teil der in mir enthaltenen Stärke in Zucker umgewandelt würde, weshalb ich dann nach den ersten Minusgraden besser schmecke. Man weiß jetzt aber genau, dass Frost, also Minusgrade, und Stärke keine Rolle spielen. Richtig ist, dass eine späte Ernte und kühle Temperaturen mich erst in Hochform bringen. Ich kann aber auch »erfrieren« – allzu lange sollte man mich nicht bibbern lassen, wenn's draußen richtig kalt wird.

Vor einigen Jahren litten Sie noch unter einem Ruf als Beilage von deftigen Wurst-Speisen. Mittlerweile sind Sie ein Star in coolen Cafés, weil Grünkohl-Smoothies die Herzen junger Leute höherschlagen lassen.

Ach wissen Sie, alle reden vom sogenannten »Superfood«, also von Chia-Samen, Afa-Algen oder Goji-Beeren und weiß der Teufel was. Die Wahrheit ist: Das ist alles überteuertes, dummes Zeugs. Wenn hier einer Superfood ist, dann bin ich das. Und das wusste schon Ihre Großmutter! Dass ich jetzt wieder »in« bin, fing in den USA an. Die Amis nennen mich »Kale«, das klingt irgendwie cool! Und nicht so bieder wie »Grünkohl«.

Was kann man denn noch Schönes mit Ihnen anstellen außer Smoothies und den klassischen Gerichten?

Knusper-Grünkohl! Zupfen Sie knackige Blätter von mir in kleinen Stücken vom Strunk, gut waschen. Dann vermischen Sie die mit etwas Olivenöl, Zitronensaft, Meersalz und Sesamkörnern. Ab aufs Backblech bei 150 °C. Sie werden staunen. Kartoffelchips haben fertig! (Lacht.) Michelle Obama outete sich kürzlich in einer US-Talkshow als Grünkohlchips-Junkie, das empfinde ich als eine große Ehre.

Gesunde Chips – das klingt verlockend.

Ich bin eines der basischsten Lebensmittel überhaupt. Für ein Gemüse enthalte ich enorm viel Protein, das es mit der Wertigkeit von Fleisch aufnehmen kann, dazu Omega-



3-Fettsäuren. Ich entgifte, bin sogar entzündungshemmend. Schon die alten Griechen schwörten auf mich, wenn sie einen Alkoholkater hatten. Hippokrates zum Beispiel kochte eine Brühe aus Grünkohlblättern gegen Magenschmerzen, Durchfall, Husten und Heiserkeit. Im antiken Rom wurde ich so geschätzt, dass Bauern, die beim Anbau auf mich setzten, zu sehr wohlhabenden Leuten wurden.

In einigen norddeutschen Städten wie Bremen und Oldenburg haben Kohlfahrten eine lange Tradition. Was hat es mit diesem Brauch auf sich?

Das kann ziemlich Spaßig sein! Früher fuhren wohlhabende Geschäftsleute im Winter mit der Kutsche raus aufs Land, um mich zu feiern und zu genießen. Am Ende des Ausflugs wurde in einem Gasthof geschlemmt und gefeiert. Heute hat der Bollerwagen die Kutsche abgelöst. Aber damals wie heute ist das Ziel des lustigen Wanderausflugs ein Lokal, in dem zum Abschluss ein Grünkohllessen zelebriert wird.

Warum ist der Ausflug so lustig?

Auf dem Weg wird das eine oder andere Schnäpschen vernichtet. Auch jede Menge alberne Spiele gehören immer dazu, wie etwa Kartoffel-Hockey oder Teebeutel-Weitwurf. Der krönende Abschluss ist dann natürlich immer die Wahl zur Kohlkönigin und zum Kohlkönig. Wer gekrönt wird, hat die Ehre, die nächste Kohlfahrt organisieren zu müssen. Sogar unsere Bundeskanzler Gerhard Schröder und Angela Merkel hatten schon die Grünkohlkrone auf. Kein Witz! Eine Kohlfahrt ist eben ein bisschen wie die norddeutsche Antwort auf den Karneval – und hier bin ich der Star!

Grünkohl, wir danken Ihnen für das Gespräch.

Text: Sebastian Bütow