

DAS LIEBEN WIR JETZT

Veganes Reisen, Chia-Öl und Aromenspiele. Unsere aktuellen Favoriten ...

VEGGIE HOTELS WELTWEIT VEGAN WELCOME

Vegane Ernährung auf Reisen leicht gemacht! Während Veganer im Urlaub früher oft auf Unverständnis stießen, sind sie heute in immer mehr Hotels und Pensionen gern gesehene Gäste. Das neue Projekt „Vegan Welcome“ hilft dabei, Unterkünfte mit verlässlich tierfreiem Angebot zu filtern. Im Hotelverzeichnis werden nur Häuser gelistet, die mindestens ein veganes Gericht, oft aber auch mehrgängige Menüs anbieten. Also dann: ab in den genussvollen Urlaub! www.vegan-welcome.com



GENUSS PUR
Eine Auszeit im „Hotel Schwarzschnied“, Südtirol

BIO-CHIA-SALATÖL SUPERFOOD

Power-Chias jetzt auch in flüssiger Form: Das native, kalt gepresste Öl mit mild-nussigem Geschmack ist reich an mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren und eignet sich besonders für die kalte Küche wie für Salate, Smoothies oder Rohkost.



www.vitaquell-shop.de

TOP-TERMINE

- 26.–27. 11. VEGGIE WORLD, BERLIN www.veggieworld.de
- 05.–06. 12. VEGANER WEIHNACHTSMARKT, HANNOVER, www.weihnachtsmarkt-hannover.com
- 17.–18. 12. THE GREEN MARKET, BERLIN www.weihnachteninberlin.de

89,7%

ALLER BEFRAGTEN GABEN ALS MOTIV FÜR IHRE VEGANE ERNÄHRUNG DEN TIERSCHUTZ AN.
(Quelle: Elsevier)

Fotos: PR, 6; VeganWelcome/Schwarzschnied, 3

KURZINTERVIEW MIT HEIKO ANTONIEWICZ DIE ENTDECKUNG DER UNENDLICHEN AROMENVIELFALT

Flavour Pairing, die Wissenschaft von Aromen, ist derzeit in aller Munde. Heiko Antoniewicz ist Pionier dieser innovativen Kochkunst. Er konzipiert anhand eines Harmoniegefüges neue Gerichte. Uns erklärt er, worauf es ankommt. *slowly veggie!*: Flavour Pairing ist der neue Foodtrend! Was ist das genau? **Heiko Antoniewicz:** Das gezielte Mischen von Aromen. Ich höre auf mein Bauchgefühl und verbinde es mit der wissenschaftlichen Lehre der Aromaharmonie. Damit schaffe ich immer wieder Neues. *slowly veggie!*: Was fasziniert Sie so an dieser Methode?

Antoniewicz: Mich begeistert die große Vielfalt und die unendlichen Aromapaarungen, die man erschaffen kann.



slowly veggie!: Was ist derzeit Ihre liebste Geschmackszusammenführung? **Antoniewicz:** Der Kombination aus Mango und Olivenöl kann ich gerade nicht widerstehen – das ist einfach perfekt!

slowly veggie!: Welche Aromen harmonieren generell gut miteinander? Kaffee bietet viel Potenzial für kreative Ideen. Mit fast 1000 Schlüsselaromen funktionieren die meisten Paarungen mit anderen Lebensmitteln. Toll ist es zum Beispiel, die Röststoffe von Kaffee zu nutzen, um Gemüse zu aromatisieren. Legen Sie dazu einfach Wurzelgemüse in einer säurebetonten Kaffee-Vinaigrette ein.

slowly veggie!: Ihr Tipp für Hobbyköche zu Hause?

Antoniewicz: Verarbeiten Sie hochwertige Produkte wie gutes Olivenöl und reife Früchte! Die intensiven Aromen stecken nämlich immer im Detail.



VEGANE PIZZA FÜR ALLE SOZIOÖKONOMIE

Unter dem Motto „Genuss gegen Spende“ heizt das „Vistro“ in Hamburg-Bramfeld seine Pizzaöfen an. Je nach Verdienst kann man den Preis für sein Gericht selbst bestimmen. Zudem gibt es eine Spendenwand, an der Bons für bereits bezahlte Pizzen hängen – für alle, die knapp bei Kasse sind. Zutaten der veganen Pizza? Alle aus Überproduktion des Bio-Bauernhofs Gut Wulksfelde. www.vistro-hamburg.de

VERWERTET
Das „Vistro“ kocht mit Zutaten aus Überproduktion



GRÜNDERTEAM
Die drei Freunde Beatrice, Philipp und Friederike



VEGGIEKISTE
Neben vegetarischen Boxen gibt es Bio-Obst- & Gemüseboxen extra fürs Büro.

der Lebensmittel stehen an erster Stelle“, finden die drei. Sie legen in ihrem Online-Lebensmittelhandel größten Wert auf Transparenz. „Wir wollen eine Nähe zwischen Produkt, Erzeuger und Endverbraucher herstellen und dadurch den Lebensmittelhandel weniger anonym gestalten“, erzählen sie. Wie sie das machen? Beatrice, Philipp und Friederike lernen alle Erzeuger persönlich kennen und überzeugen sich vor Ort von deren Leidenschaft bei der Arbeit. Sie setzen auf einen offenen Austausch und teilen auf ihrem Blog Interviews und Geschichten rund um die Menschen, die hinter den Produkten stehen. www.gegessenwirdimmer.de

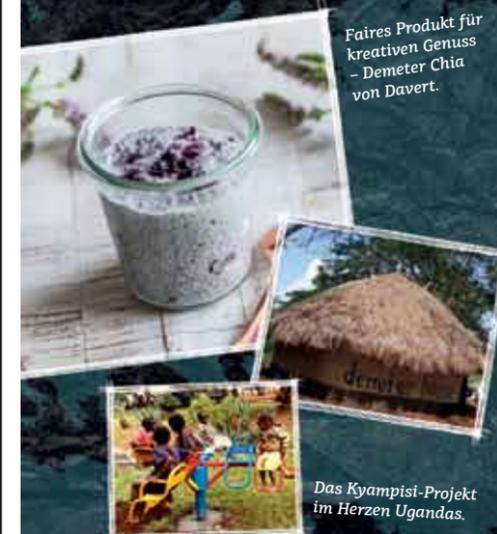
GEGESSEN WIRD IMMER FÜR MEHR TRANSPARENZ

Mit ihrem Firmennamen haben die Gründer Beatrice, Philipp und Friederike sicher recht: Gegessen wird tatsächlich immer. Besonders am Herzen liegt ihnen dabei, dass der Konsument auch weiß, woher seine Lebensmittel kommen. „Der Erzeuger, sein Handwerk und der Fokus auf die Qualität

demeter



Demeter-Chia Neu & Nur von Davert



Faires Produkt für kreativen Genuss – Demeter Chia von Davert.

Das Kyampisi-Projekt im Herzen Ugandas.

Uganda

Neu
im Bioladen



Endlich gibt es Chia in Demeter-Qualität. Jetzt entdecken. www.davert.de

Vielfalt für die kreative Küche