



(GE)SÜNDE(R). Den schlechten Ruf von Fast Food kann man kaum als Verleumdung bezeichnen: Es ist tatsächlich oft zu fett, zu salzig, zu minderwertig. Sie können trotzdem nicht darauf verzichten? Sündigen Sie ruhig ab und zu mal – aber bereiten Sie Burger, Sandwich und Kebab lieber selbst zu: mit qualitativ hochwertigen Zutaten. Viele Anregungen finden sich in *Junk Food: Aber richtig!* (Edel, € 13,40).

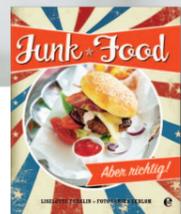
REISE Tipp

SINN-VOLL. Bei einem Städtetrip die besten kulinarischen Angebote zu finden, ist für Ortsunkundige schwer. Hilfe bieten Themenreisen von *Pauli's Places* – etwa nach Bologna, wo Ihnen Ihr persönlicher Foodguide die Vielfalt der regionalen Küche zeigt.

INFOS: 5 ÜN inkl. Ausflüge, Sprach- und Kochkurs ab € 1.710,- p. P., paulis-places.de.



Gourmet NEWS



Buch TIPP



BEE FOR ME.

Sie wollen wissen, wo Ihr Honig herkommt? Mit einer Bienenpatenschaft bei *Mein Honig* erhalten Sie Ihren persönlichen Honig (Sie dürfen sogar „mitkern“) regelmäßig per Post – nachdem Sie „Ihrer“ Bienenkönigin, die Sie auch in OÖ besuchen können, einen Namen gegeben haben.

INFOS: € 308,- pro (Bienen-) Jahr inkl. Versand, meinhonig.at.



3x

Kochen für Anfänger

Ihr Kind zieht aus? Hier die besten Bücher für Küchen-Debütanten. „Mama, wie kocht man das?“-Anrufe lassen sich wohl trotzdem nicht vermeiden ...



1. WHEN MARCUS LEFT. Einfache, aber geniale Scheibmaiersche Familienrezepte – persönliche Kommentare von Mutter und Sohn inklusive. *Edition Scheibmaier*, € 10,90.



2. KOCHEN: SO EINFACH GEHT'S. Die vielen Step-by-Step-Fotos machen das Nachkochen besonders leicht. Ab 2.9., *GU Verlag*, € 25,70.



3. JUNG & HUNGRIG. Jungkoch Callum Hann verrät die wichtigsten Basics, dazu gibt's Tipps für Einkauf und Küchenausstattung. *Hölker Verlag*, € 15,40.

REDAKTION Katrin Scheibelhofer FOTOS Le Foodink, Ulrika Ekblom, Sophie Schillik for PP, beige stellt



Die Kuh vor der Haustür.

Vergessen Sie pseudo-„tierfreundliches“ Bio-Fleisch aus dem Supermarkt. Bestellen Sie lieber bequem auf porcella.at (ab € 90,- ist die Zustellung in ganz Österreich und Deutschland sogar kostenlos). Geboten werden Fleischraritäten niederösterreichischer Bio-Landwirte – vom Waldviertler Blondvieh (siehe Bild) bis zum Turopolje-Schwein, aus artgerechter Haltung und stressfreier Schlachtung. Wir hoffen, die Idee macht Schule!



ÖL MIT STIL. Chic: Die limitierte Edition des hochwertigen spanischen Olivenöls von Oliviers & Co. gibt es ab 3.9. auf vente-privee.com.



LOKAL Tipp

WINE AND DINE. Eine echte Empfehlung, auch für Nicht-Hotelgäste, ist das Restaurant *La Veranda* im Sans Souci Wien. Tipp: Jeden letzten Donnerstag im Monat (ab 26.9.) präsentiert ein anderer Gastwinger seine Weine persönlich. 5-Gänge-Menü mit Weinbegleitung um € 150,- p. P., sanssouci-wien.com.

MEHR GOURMET-NEWS FINDEN SIE AUF WIENERIN.AT

Frisch, knackig & nachhaltig!



Für eine gesundheitsbewusste Frau ist die richtige Ernährung unerlässlich. Frisches Obst und Gemüse tut nicht nur der Figur gut, sondern hält auch den Körper fit. Besonders gut schmeckt das Gemüse, wenn es so richtig frisch und knackig ist. Aber damit dem so ist, bedarf es neben möglichst kurzen Transportwegen auch einer optimalen Verpackung. *Zurück zum Ursprung* hat die ideale Lösung gefunden, damit Ihr Gemüse lange frisch und schmackhaft bleibt und zudem auch noch die Umwelt schont.

UMWELTBEWUSST

Damit auch unsere nachfolgenden Generationen die Vielfalt und Schönheit der Natur genießen können, setzt *Zurück zum Ursprung* bei der Verpackung von frischem Bio-Gemüse den Schwerpunkt auf die Verwendung von biologisch abbaubaren Rohstoffen. Auf Tassen und Folien aus Kunststoff wird weitgehend verzichtet und stattdessen auf Folien aus Zellulose (Holz), Tassen aus Karton und Sackerl aus Papier gesetzt. So kann bei der Verpackung eine große Menge an Plastik eingespart werden. Seit 2013

geht *Zurück zum Ursprung* in Sachen Nachhaltigkeit noch einen Schritt weiter. Holz, das bei der Auslichtung von Wäldern anfällt und für eine anderweitige Weiterverarbeitung wie z. B. Möbel nicht geeignet ist, wird als Zellulosenetz für Bio-Zwiebeln verwendet. Das tut nicht nur der Umwelt gut, sondern auch den Zwiebeln, denn durch die atmungsaktiven Fasern bleiben sie länger frisch und knackig. zurueckzumursprung.at

„Wenn wir konsequent den Weg der Nachhaltigkeit gehen, werden wir unserer Verantwortung für diese Welt und unsere Nachkommen gerecht.“

(Werner Lampert, Bio-Pionier)

