

la carte

Mai-Juni 2026

30. Jg. - kostenlos • Das Esspapier mit
Lebensart für Kiel und Umgebung

UNSER TÄGLICH
BROT

EIN FRÜHLINGSTAG IN
ECKERNFORDE

EIS

MAIRÜBCHEN
HOFLÄDEN

LA CUCINA ITALIANA

OLIVENÖL

LABOE

HEIMATKÜCHE

KINGGLASSIE DOUBLE
MATURED SINGLE MALT



Fresh Ideas are Made in the Kitchen.

Gestalte Raum für Inspiration.

SieMatic

AM ZIEGELTEICH

Ziegelteich 23-25 | 24103 Kiel | Tel. +49 (0) 431.329 2991

www.siematic-am-ziegelteich.de

FARBENFROH

*Es wird so zart mit dem Licht und gelb und so,
und das Gras riecht wie grün.
Gras riecht immer wie grün,
wie Hoffnung eben, und das macht froh.*



(© M.B. Hermann)

Bunte, abwechslungsreiche Wochen liegen vor uns: Wenn Sie das Heft in Händen halten, sind manche von Ihnen in den Wonnemonat hineingetanz und/oder am 1. Mai, dem Tag der Arbeit, demonstrieren gegangen. „Erst unsere Jobs, dann eure Profite“, lautete das Motto, unter dem der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB) in diesem Jahr zu bundesweiten Kundgebungen aufrief.

„Es geht aber in diesem Jahr den Menschen nicht nur um ihre Jobs, sondern auch um ihre Gesundheit, die soziale Sicherheit und um ein bezahlbares Leben“, lese ich auf der Seite des DGB. Nicht nur mir rutscht, beim Lesen dieser Stichworte, wohl ein tiefer Seufzer über die Lippen ...

Weitere Feiertage stehen uns im Mai alljährlich ins Haus: „Blumen für Mama“ (Muttertag) kann, gleich zum Jahresbeginn, immer für den zweiten Mai-Sonntag in den Kalender eingetragen werden. In diesem Jahr also der 10. Mai. Der Vatertag (14. Mai), der zugleich Christi Himmelfahrtstag ist, wird alljährlich an einem Donnerstag gefeiert, 40 Tage nach Ostern. Und Pfingsten (24./25.5.) richtet sich im Kirchenjahr ebenso nach Ostern und wird 50 Tage danach gefeiert. So, das war sozusagen ein kleiner Exkurs zur kirchlichen Festordnung. In vielen Familien und Freundeskreisen werden all die Feiertage gerne für einen gemeinsamen Ausflug ins Grüne genutzt. Ob zum Picknick, zur Einkehr in einer Gaststätte, für einen Spaziergang oder die Radtour: Auf den kommenden Seiten finden Sie für Frühlingsaktivitäten vielerlei Anregungen:

- Spätestens ab Mai sitzen wir echten Norddeutschen nur noch draußen. Deshalb finden Sie in diesem Heft **Terrassen und Biergärten**, wo Sie unter freiem Himmel gut essen und trinken können.
- Eine Spritztour nach **Laboe** kann in den kommenden Wochen an blühenden Rapsfeldern vorbeiführen. Vor Ort angekommen, gibt es vieles zu entdecken. Wasser, Wolken und Wind – klar. Aber nicht nur.
- Mindestens zwei Mal im Jahr muss für mich ein Ausflug nach **Ekernförde** sein! Beim nächsten Mal will ich dort eine der vielen Stadtführungen mitmachen.
- Zum **Eis** des Jahres 2026 wurde die Sorte „Pinocchio“ gekürt. Was es damit auf sich hat? Bitte weiterblättern.
- Um Ihr Sommergefühl noch zu verstärken, haben wir uns auf den kommenden Seiten der **Küche Italiens** gewidmet. Seit Jahrzehnten schon erfreut sich diese bei uns großer Beliebtheit. Aus gutem Grund!
- Martin Reuter beschäftigt sich, hierzu passend, unter der Rubrik „Kochzutaten“ mit **Olivenöl**.
- **Hofläden** haben nun wieder so richtig Saison. Viele betreiben zudem ein Café, mit köstlichem Obstkuchen à la saison.

Ende Juni feiert Schleswig-Holstein alljährlich die Kieler Woche. Die sozusagen unsere „5. Jahreszeit“ ist. Über eine Woche lang fühlen wir Nordlichter uns dann, je nach Standort, karibisch, bayerisch, irisch, hyggelig oder oder oder. Genießen Live-Musik aus allen Genres, verfolgen die Segelregatten, erfreuen uns an Straßentheatern, werden auf der Krusekoppel für ein paar Stunden wieder zu Kindern.

Aber erst einmal genießen wir jetzt den „Mozart des Kalenders“! (Erich Kästner: Mai)

Es grüßt Sie

Kerstin Harms-Pohl

Waldshagen Adventure Golf

Adventure-Golf Fußball-Golf

Ideal auch für Ihren Firmenausflug oder Junggesell: innen-Abschied! Restaurant mit Sonnenterrasse vorhanden.

Golfanlage Gut Waldshagen zwischen Plön und Eutin, direkt am Vierer See.

Tel. 04522 - 766 766
www.spass.golf



20

6 Kurz & Neu
Neuigkeiten aus Kiel

12 Brot
Unser täglich Brot

15 Italien
La Cucina Italiana: Schlichte Raffinesse ganz ohne Pomp

18 Terrassen & Biergärten

20 Eckernförde
Ein Frühlingstag in Eckernförde

26 Eis
Gestern und heute

28 Hofläden
Hochwertige Produkte direkt vom Erzeuger



15



32 Kochzutaten
Das Olivenöl

34 Gemüse des Monats
Das Mairübchen – (m)ein Feinsliebchen

36 Laboe
So viel mehr als Fischbrötchen

40 Whisky
Innovation aus Schottland – der KinGlassie Double Matured Single Malt

42 Veranstaltungen
in und um Kiel

46 Kreuzworträtsel
Die TraumGmbH verlost ein Abendessen für 2 Personen im Wert von 60,- Euro.

46 Rezept
Louisiana-Kartoffeln

48 Impressum
und Tom-Comic

49 Der Buch-Tipp
Kaffee – mehr als nur ein Getränk

50 Tischkultur
Heimatküche war und ist und bleibt spannend!





Pernilla Kannapinn

Pernilla ist Musikerin und Vagabundin. Zusammen mit ihrem geliebten Hund „Kleine My“ zieht sie in ihrem Schneckenhaus, einem versteckten Königinnenreich auf vier Rädern, durch die Lande und verzaubert Menschen und Bühnen auf ihrer musikalischen Reise. Geige und Akkordeon, ein altes verbeultes Grammophon, mysteriöse Geschichten und Melodien begleiten sie. **Kulturladen, 29.5., 20 Uhr, Eintritt: 18 €**

FLASCHE LEER

„Ich hab kein Problem“, sagt der Schauspieler David Aschinger, gespielt von Tom Keller. Er ist im Begriff, ein Stück über einen Mann zu spielen, der ein Problem hat, und zwar ein Alkoholproblem. David Aschinger hat als Requisit eine Flasche mitgebracht, da ist schwarzer Tee drin, sieht aus wie Whisky. So ist das am Theater. Das erklärt David Aschinger, so wie er vieles erklärt: beredt, charmant und unterhaltsam. Nur eins erklärt er nicht: Warum dieser Eiertanz um eine Flasche? Warum dieses Schwitzen, dieses Sich-um-Kopf-und-Kragen-Reden, diese schonungslose Offenheit und dann wieder dieses Geflunker? Eins ist klar: „locker umgehen“, wie er behauptet, kann er nicht mit dem, was in der Flasche ist. Ein Solothaterstück über ein allgegenwärtiges Thema: Alkohol, der zum Problem wird.

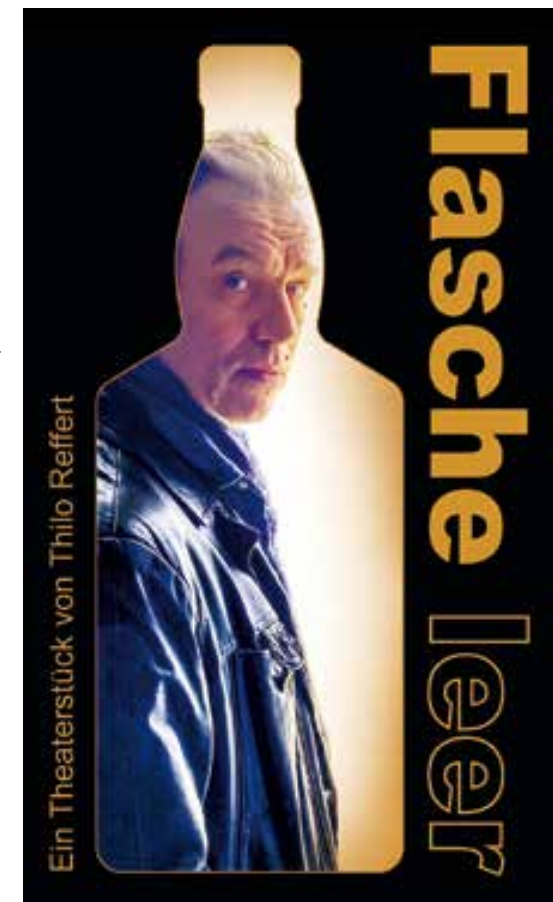
Hansa48, 8.5., 11 Uhr, 21.5., 18 Uhr, www.deich-art.de

Los Flamenquitos

Die mitreißenden Klänge erobern nicht nur Ihre Ohren, - auch Ihre Herzen. Zwei virtuose Gitarristen, begleitet von einem leidenschaftlichen Tänzer und Perkussionisten, begeistern ihr Publikum mit einer großen Bandbreite, bestehend aus traditionellem Flamenco, Klängen der Gipsy Kings, bis zu Instrumental-Improvisationen, die einen beim Zuhören ins sonnen-durchglühte Andalusien entführen. Nusret Ismailov stammt aus einer mazedonischen Roma-Familie - die Roma haben den spanischen Flamenco maßgeblich beeinflusst. Juan Fernández aus Almeria kommt aus einer andalusischen Gitano-Familie. Mit seinem Gitano-Gesang trägt er viel zur Authentizität des Abends bei. Steven Pfeffer ist in der Hamburger Jazz- und Flamenco-Szene ebenfalls ein meisterhafter Gitarrist mit jahrelanger internationaler Bühnenerfahrung.



Lutterbeker, 16.5., 21 Uhr, 20,- Euro



Ein Theaterstück von Thilo Reffert

Flasche leer

Goldschmuck verkauft man in Kiel bei Zeitanker!

Silberbesteck auch.



ZEITANKER

Inhaber Timo Keil
 Holtenauer Straße 88 • Kiel
 Tel. (0431) 565178 • www.zeitanker.eu

Neue Öffnungszeiten:
 montags–freitags 10–14 Uhr
 zusätzlich donnerstags und freitags 16–19 Uhr



Human Behaviour – Harald Duwe from a comparative point of view

Von der Kapitulation Nazi-Deutschlands bis zu seinem Unfalltod 1984 hielt Harald Duwe mit figurativer Malerei knapp 40 Jahre lang der bundesrepublikanischen Wirklichkeit einen kritischen Zerrspiegel vor. Dabei nahm er als realistischer Maler seinerzeit in der BRD die Rolle eines Außenseiters ein und wurde nur zögerlich und vereinzelt überregional wahrgenommen. Gleichzeitig ermöglichte Duwe seine gegenständliche Ausdrucksweise, die für ihn wesentlichen gesellschaftlichen Probleme und Widersprüche anschaulich und bis heute unmissverständlich zu formulieren. Harald Duwe wohnte seit 1951 in Großensee, war von 1975 bis zu seinem Tod Dozent für Freie Kunst/Malerei an der Kieler Fachhochschule für Gestaltung und erhielt 1981 den Kulturpreis der Landeshauptstadt Kiel. Die Verbindung des Künstlers mit Schleswig-Holstein und der Bezug zu Kiel sind nicht nur biografisch, Duwe macht sie insbesondere in den 1970er und 1980er Jahren auch explizit zum Bildgegenstand. 2026 wäre der Maler und Grafiker 100 Jahre alt geworden, die letzte Ausstellung in Kiel, die sich seinem Werk widmete, liegt fast genau 40 Jahre zurück – ein ganzes Bündel an Gründen, die Erinnerung an das Werk Harald Duwes wachzurufen und dem Publikum der Stadtgalerie Kiel eine herausragende Position der jüngeren schleswig-holsteinischen und Kieler Kunstgeschichte vorzustellen.

Stadtgalerie, Ausstellung bis 25.5., Kuratorenführung am 20.5.2026 um 18 Uhr

Get into the Groove

Zwei Choreografen beschenken das Ballett Kiel in „Get into the Groove“ mit neuen Werken.

Kevin O’Day vereint in seiner Karriere als Tänzer Ensembles wie das American Ballet Theatre, das William Forsythes Ballett Frankfurt und das Mikhail Baryshnikovs White Oak Dance Project. Von 2002 bis 2016 war er Künstlerischer Direktor und Ballettintendant des Nationaltheater Mannheim Ballett. Als Choreograf kann er auf mehr als 80 Ballette für namhafte Kompagnien weltweit zurückblicken. Nun kreiert er erstmals für das Kieler Ensemble und lässt in „Riffdrift“ die Tänzer*innen durch die mal energiegeladene, mal poetische Musik von Bryce Dessner treiben.

Amilcar Moret Gonzalez bewies dem Kieler-Publikum bereits 2022 mit seinem Ballett „Othello 2.0“, dass er packende Geschichten mit psychologischem Tiefgang kombiniert mit moderner Musik erzählen kann. Der ehemalige Erste Solist des Hamburg Ballett wirkt seit 2014 als Tänzer und Ballettmeister beim Ballett Kiel. Daneben choreografiert er und zeigt seine Stücke nicht nur in Kiel, sondern auch bei Gastauftritten im In- und Ausland. In seiner jüngsten Kreation „Perfect Scent“ geht es um das menschliche Ringen zwischen Gut und Böse in einer spirituellen Welt.

Musikalisch wird der Tanzabend live vom Gimimani Quartett, Vitalii Kyianytsia und Xenia Cumento begleitet.

Opernhaus, 17.5., 18 Uhr, weitere Termine und Karten unter: theater-kiel.de



Alle meine Mütter

Lena Gorelik's vielschichtiges Porträt über das Muttersein



Porträt über das Muttersein „Alle meine Mütter“ (Rowohlt) erzählt von einer besonderen, oft lebenslang komplexen Beziehung und davon, welche Mütter wir selbst zu sein versuchen. Jede Beziehung hinterlässt Spuren, denen Lena Gorelik in ihrem neuen Roman nachgeht: Eine feinfühlig Suchende nach Worten, die bezeichnen können, was es bedeutet, eine Mutter zu haben, eine Mutter zu werden, eine Mutter zu sein und vor allem zu verlieren. Ein bewegend empfindsamer Roman über die Komplexität und Facetten des Mutterseins.

Lena Gorelik wurde 1981 in St. Petersburg geboren.

Literaturhaus, 11.5., 19.30 Uhr, Eintritt 12,- / 8,- zzgl. Gebühr

FAMILIE & DAHEIM

Mittagessen

täglich frisch gekocht

Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Probieren Sie es aus: Telefon 0800-150 150 5*
oder im Internet unter www.meyer-menue.de

* nur vom Festnetzanschluss



„Real Americans“ – Lesung Rachel Khong

Lily Chen, die Heldin des Romans „Real Americans“, ist 22 Jahre alt. Im Jahr 1999 arbeitet sie als unbezahlte Praktikantin in einem hippen Medienunternehmen in New York. Auf einer Feier lernt sie Matthew kennen: Er ist charmant und wohlhabend – und Erbe eines Pharmaunternehmens. Jahre später stößt ihr Sohn bei der Suche nach seinem Vater auf Geheimnisse, die sein Leben verändern. Der Roman führt mitten hinein einerseits in fast 100 Jahre migrantischer Geschichte der USA und andererseits in die Zukunft der Biotechnologie. Und geht dabei der großen Frage nach: Was macht uns zu dem, was wir sind?



Die Veranstaltung findet auf Englisch mit deutschen Lesestellen statt. Moderation: Friederike Moldenhauer | Lesung der deutschen Textstellen: Jule Nero
Literaturhaus, 10.6., 19.30 Uhr
Eintritt 12,- / 8,- zzgl. Gebühr

Bürgerpreis SH

Der Bürgerpreis, Schleswig-Holsteins größter Ehrenamtspreis, richtet sich in diesem Jahr an Personen, Projekte, Initiativen und Vereine aus Schleswig-Holstein, die sich für Mut und Zusammenhalt einsetzen und damit täglich einen unschätzbaren Beitrag zur Stärkung unserer Gesellschaft leisten. Der diesjährige Bürgerpreis, der vom Schleswig-Holsteinischen Landtag und den Sparkassen ausgeschrieben wird, steht daher unter dem Motto „Herausforderungen begegnen, mit Mut und Zusammenhalt wachsen“. Bis zum 30. Juni 2026 können sich ehrenamtlich Engagierte bewerben oder von anderen vorgeschlagen werden. „Mindestens 40 Prozent der Schleswig-Holsteinerinnen und Schleswig-Holsteiner setzen sich täglich für den Zusammenhalt im echten Norden ein. Sie fördern Resilienz, indem sie Menschen ermutigen, Krisen zu bewältigen, ihre eigenen Stärken zu entdecken und aktiv Verantwortung zu übernehmen. Durch diese gelebte Teilhabe, verlässliche Netzwerke und gemeinsames Engagement entstehen Zuversicht, Selbstwirksamkeit und neue Perspektiven. Das möchten wir mit dem Bürgerpreis anerkennen und auszeichnen“, erläutert Oliver Stolz, Präsident des Sparkassen- und Giroverbandes für Schleswig-Holstein und Schirmherr des Bürgerpreises 2026. Landtagspräsidentin Kristina Herbst betonte die Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements für den gesellschaftlichen Zusammenhalt in Schleswig-Holstein. „Gerade in herausfordernden Zeiten zeigt sich, wie stark unsere Gesellschaft ist. Menschen übernehmen Verantwortung, stehen füreinander ein und wachsen gemeinsam über sich hinaus. Dieses Engagement macht Mut und gibt Zuversicht“, sagte Herbst, die Schirmherrin des Bürgerpreises ist. Der Schleswig-Holsteinische Bürgerpreis würdigt genau diesen Einsatz von Einzelnen, Initiativen und Projekten im ganzen Land. „Wir laden alle Engagierten herzlich ein, sich zu bewerben oder andere vorzuschlagen. Denn ihr Einsatz verdient Anerkennung und macht Schleswig-Holstein lebenswerter“, so Herbst.

Alle Informationen zur Teilnahme und die Bewerbungsunterlagen stehen unter www.buergerpreis-schleswig-holstein.de bereit.



West Side Story

Tony, Mitglied der »Jets«, und Maria, Schwester des Anführers der »Sharks«, verlieben sich bei einer Tanzveranstaltung auf den ersten Blick. Gegen alle Widerstände halten sie an ihrer Liebe fest. Doch als Tonys bester Freund Riff von Marias Bruder Bernardo erstochen wird und Tony daraufhin Bernardo tötet, ist die Tragödie nicht mehr aufzuhalten.

Opernhaus, 12.6., 7.7., 19 Uhr, Karten unter: theater-kiel.de

Sommertheater: Faust als Musical

Das sicherlich berühmteste Theaterstück in deutscher Sprache wird zum großen Open-Air-Musical an der Kieler Förde. Johann Wolfgang von Goethes „Faust“ ist das Sommertheater zum Spielzeitaufakt: Faust fühlt sich entfremdet. In seinem Genie glaubt er sich verstanden, möchte über die ihn umgebende Gesellschaft in jeder Beziehung hinauswachsen, alle Grenzen überschreiten. Für die Erfüllung all seiner Wünsche ist er bereit, einen Pakt mit dem Teufel einzugehen: Mephisto selbst erscheint, zunächst in Hundegestalt, doch schon bald äußerst menschlich, und bemüht sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln um Fausts Seele. Doch nichts genügt dem ewig Suchenden, bis er auf Gretchen trifft – am Ende das tragische Opfer des Höllentrips. Wir zeigen eine moderne Interpretation des berühmten Stoffes, vor dem Hintergrund eines theokratischen Machtstaates. Leo Schmidthals und Christian Neander, Mitglieder der legendären Indie-Rockband Selig, haben exklusiv für das Theater Kiel die Musik von großen Rocksongs bis zu ergreifenden Balladen komponiert und werden diese als Teil der Band auch live bei den Vorstellungen spielen.

MFG5 Gelände, Premiere am 21.8., 20 Uhr, weitere Termine unter: theater-kiel.de/

UNSER TÄGLICH BROT

Es ist eine ganz normale Bestellung: „Zwei Knackfrische, ein Roggen, ein Dinkel-Vollkorn und ein Laugen. Und noch ein Korn an Korn bitte.“ Die Tüte mit den knusprigen Frühstücksbrötchen und dem duftenden Brot wandert über den Tresen der Bäckerei, zusammen mit der Auskunft: „Ich hab Ihnen ein Laugen mehr reingetan, die sind heute ein bisschen klein geraten.“ Das dazugehörige Kopfkino, das hierbei im Hintergrund läuft, mögen wir sehr: Ein Bäcker, der das Jahrhunderte alte Handwerk erlernte, hat in guter alter Handwerksarbeit mein Brot und meine Brötchen gebacken.

Viele von uns nutzen allerdings mittlerweile die Backshops der Discounter. In der Regel aus Kostengründen. Denn ein Brot vom Discounter kostet oft nur halb so viel, manchmal

sogar nur ein Drittel im Vergleich zum Bäckerbrot. Das ist ein großer Unterschied.

Aus dem Zeitvertreib Brotbacken während der „Corona-Zeit“ ist bei vielen ein Standard geworden. Die Kostenersparnis spielt hierbei in der Regel eine wesentliche Rolle.

Brot ist uns Deutschen traditionell wichtig. Es ist ein Stück Heimat, das im Urlaub oder gar bei längeren Auslandsaufenthalten durchaus vermisst wird. Das kommt nicht von ungefähr, denn Deutschland ist weltweit das Land mit der größten Brotvielfalt. Etwa 3200 Brotspezialitäten umfasst das deutsche Brotregister, das beim Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks zusammengetragen worden ist. Dieses bildete die Grundlage für einen Antrag bei der UNESCO: Seit Dezember 2014 ist „Die Deutsche Brotkultur“ sogar als immaterielles Kulturerbe von der UNESCO anerkannt.

Wir lieben unser Schwarzbrot, Pumpernickel, Laugen-, Weizen-, Roggen-, Kartoffel-, Milch-, Holzofen-, Sauerteigbrot und noch viele mehr. Und wir kreieren immer neue Brottrends: Eiweiß- und Low-Carb-Brot, glutenfreies Brot oder Omega-3-Brot.

Schaut man sich den deutschen Brotmarkt an, stößt man zunehmend auf eine verwirrende Gemengelage. Denn dass es den kleinen Bäckerladen um die Ecke noch gibt, ist nicht mehr selbstverständlich. Bäckereien im Sinne von lokalen Handwerksbetrieben, die nachts arbeiten und morgens ihre Ware verkaufen, sind auf dem Rückzug. Industriell gefertigtes Brot ist auf dem Vormarsch. Die Zahl der Handwerksbäckereien sank in den letzten 12 Jahren von rund 12.600 auf etwa 8900 Betriebe = ein Rückgang von ungefähr 30%, in nur 10 Jahren. (Stand 2024, s. www.baeckerhandwerk.de).

Die Gründe hierfür sind gut dokumentiert:

- Konkurrenz durch Discounter- & Supermarkt-Backstationen
- steigende Kosten (Energie, Personal, Rohstoffe)
- Fachkräftemangel
- Nachfolgeprobleme bei kleinen Familienbetrieben (Quelle: siehe oben)

Die Gesamtzahl der Verkaufsstellen bleibt allerdings hoch (über 40.000), denn große Betriebe (in Kiel z.B. Bäckerei Günther und Steiskal) betreiben in der Regel viele Filialen.

Was für viele andere Lebensmittel gültig ist, gilt ebenso für Brot: Wir, die Verbraucher, erwarten eine große Vielfalt, die jederzeit und überall zu kaufen ist. Ein kleiner Betrieb kann das nicht leisten. Industriell arbeitende Großbäckereien tüfteln daran, dem Konsumenten genau diesen Wunsch zu erfüllen. Malzextrakt beispielsweise färbt Brot dunkler, es erscheint „vollkorniger“. Zugeseetzte Enzyme bewirken in Brot und Backwaren laut Verbraucherzentrale „verbesserte Teigeigenschaften und Verarbeitungsfähigkeit, Krustenstabilität, größeres Volumen, bessere Haltbarkeit, verbesserte Eigenschaften von tiefgekühlten Teigen und Backwaren (Gefrier-Tau-Stabilität)“. Farbe, Konsistenz, Aroma und Haltbarkeit – im Zuge eines möglichst großen Absatzes ist in der Brotindustrie Standardisierung gefragt. Wo der Teig produziert wird, ist dabei marginal geworden. Teiglinge werden zum Teil in Polen oder Frankreich gefertigt, tiefgekühlt und nach Deutschland gefahren. Hier werden sie nur noch in den Ofen geschoben; selten von ausgebildeten Bäckern, sondern von Aushilfen oder angelerntem Verkaufspersonal. Aber machen wir uns nichts vor: Auch nicht jede kleine Bäckerei arbeitet nur mit Hefe, Mehl und Wasser. Hier gibt es genauso den Einsatz von Backmischungen statt Handwerk.

Uns allen ist bewusst, dass lokale Bäckereien nicht so preisgünstig produzieren können wie Großbetriebe. Aber: Sie können individuelle Kundenwünsche bedienen und bieten Arbeitsplätze vor Ort. Und: Das traditionsreiche deutsche Brot ist hier entstanden. In den kleinen lokalen Bäckereien zwischen Schleswig-Holstein und Bayern.

Vielleicht wird es bei dem Brot eine ähnliche Entwicklung geben wie beim Fleisch: Wir genießen unser preis-„wertes“ Lieblingsbrot bewusster. Und unterstützen, mit dem Kauf, einen regionalen Bäcker unseres Vertrauens.

Das Passader Backhaus

In jedem Jahr kürt das Deutsche Brotinstitut eine Brotsorte zum Brot des Jahres. In diesem Jahr ist es das Roggenbrot: Ein Brot, das seit jeher im Norden zuhause ist. Auch im Passader Backhaus spielen Brote aus und mit Roggen eine zentrale Rolle. Denn dieses Getreide kommt mit kühlerem Klima und leichteren Böden gut zurecht. Damit ist es wie geschaffen für den Anbau zwischen Ostsee, Hügeln und Wind. Schon vor der Bäckereigründung wuchs der Bio-Roggen der Familie Göttsch auf den Feldern am Passader See.

So wundert es nicht, dass das Roggenschrotbrot das erste Brot war, mit dem die Firmengründerin des Passader Backhauses, Susan Göttsch, 1987 den Grundstein für den Erfolg der Vollkornbackwaren aus der Probstei legte. Der Klassiker ist ein typisch norddeutsches Schwarzbrot. Verfeinert mit etwas Dinkel, nussig durch Sonnenblumenkerne und Leinsaat, herzhaft im Geschmack. Für eine ganze Reihe weiterer Passader Brotsorten ist Roggen die wesentliche Zutat: Roggenfein, Dinkel-Hafer, Dinkel-Amaranth, das Sprossenbrot sowie die Roggenmischbrote Krustenlaib, Bauern- und Sonnenblumenbrot. Roggenbrote



Alles Käse und mehr

Eigentlich schade, dass der holsteinische Käse-Fan so gut auf den Wochenmärkten mit den Produkten vom Hof Berg aus der hofeigenen Biolandproduktion versorgt wird. In Kiel auf Blücher und Exer, in Eckernförde, in Klausdorf/Schwentinental, Preetz und Plön, ebenso in Eutin, Malente und Neustadt bekommt der Freund aromatischer Gaumenfreuden alles, was sich aus Milch machen lässt. Außerdem beim Schlemmerfreund, Edeka in Schönberg und Lütjenburg und diversen Bioläden in Kiel lassen sich die Milchprodukte erwerben. Und noch mehr – auch das Fleisch von Rindern und Ochsen aus hofeigener Aufzucht wird vermarktet, wie der Käse ist es genauso in vielen Restaurants der Region erhältlich. Ja, wirklich schade, dass wir so gar nicht mehr nach Dannau fahren müssten ..., aber doch besser sollten!

Passend zum Hofverkauf (aus dem Marktwagen heraus) freitags von 16-18 Uhr. Dort vor Ort muss man einfach mal gewesen sein, gerade im Frühling lohnt der Ausflug in die Holsteinische Schweiz. Ja, und wenn Sie dann schon mal da sind, können Sie gleich den frühlingsfrischen Bärlauchkäse mitnehmen, den Kuhrella probieren (sollten Sie unbedingt!), und saure Sahne, Milch und Joghurt für die frische Frühlingsküche sind auf jeden Fall zu empfehlen. Der älteste Biolandwirtschaftsbetrieb (seit 1979!) freut sich auf Ihren Besuch. Neben dem Käseeinkauf bietet sich ebenso ein Blick hinter die Kulissen an, wenn die Kühe gemolken, die Jungviecher gefüttert oder die Kälber bei ihren Müttern getränkt werden.

Hof Berg, Dorfplatz 3 in 24329 Dannau
www-hof-berg.com, Bestellungen sind auch
telefonisch unter 04383-420 oder per Mail auf
der Homepage möglich



Unsere Brotvielfalt mit Roggen



halten sich lange frisch. Zudem gewinnen sie, mit einigen Tagen Lagerung, noch an Geschmacksintensität. Weil dieses Brot nachreift, wie ein guter Käse.

In der Backstube gibt sich das Getreide eigenwillig. Es braucht Erfahrung, Fingerspitzengefühl und Zeit, um hieraus ein gutes Brot zu backen. Denn ein Naturprodukt hat, je nach Witterung, Erntebedingungen und Lagerung, unterschiedliche Backeigenschaften. Die Bäcker müssen die Rezepte daher immer wieder anpassen. Die Wassermenge, Teigtemperatur, Reifezeit und den Backverlauf sorgfältig aufeinander abstimmen. Ernährungsphysiologisch ist Roggen eine richtige Kraftnahrung, weil er reich an Mineralstoffen, Vitaminen und Ballaststoffen ist. Letztere fördern eine gesunde Darmflora, sättigen lange und lassen den Blutzuckerspiegel nur langsam ansteigen. Dieses Getreide verbindet in Passade Landwirtschaft und Backstube, traditionellen Genuss und Gesundheit. Somit steht es für all das, was das Selbstverständnis des Passader Backhauses ausmacht. Achten Sie einmal bewusst auf den aromatischen Brotduft, wenn Sie ein frisches Roggenschrotbrot anschneiden – Leeecker!

Dörpstraat 11, 24253 Passade,
Telefon: 0434444652, www.passader-backhaus.de

LA CUCINA ITALIANA: SCHLICHTE RAFFINESSE GANZ OHNE POMP





italiens Küche, das ist Spaghetti Bolognese, Pizza Margherita und Tomate-Mozzarella, oder? Ja, aber doch noch so viel mehr. Denn schließlich reichen die Wurzeln der kulinarischen Traditionen dieses Landes bis in die römische Antike zurück. Man kann den alten Römern vieles nachsagen, aber sie verstanden es, zu feiern und genussvoll zu speisen.

Was im Ausland in einem italienischen Restaurant angeboten wird, kann naturgemäß nur ein kleiner Ausschnitt aus den vielfältigen Kochtraditionen der einzelnen Regionalküchen sein: von der Emilia-Romagna über das Piemont und Umbrien, bis runter nach Apulien und Sizilien. Die alte kulinarische Grenze zwischen Nord- und Süditalien – Olivenöl im Süden und Butter im Norden – hat sich verwischt. Und die ursprünglich aus Neapel stammende Pizza findet man mittlerweile in ganz Italien.

Trotzdem erhalten sich die Regionen ihre lokalen Gepflogenheiten. Peperoncinos spielen in den Abruzzen eine große Rolle, wenn das traditionelle Sugo mit Tomaten, Bauchspeck, Peperoncino und Pecorino zubereitet wird. Der ligurischen Küche verdanken wir das bei uns beliebte „Pesto alla Genovese“. In Ligurien wird dieses bevorzugt mit Trofi gegessen: kurze, gedrehte Nudeln mit spitzen Enden. Überhaupt Pasta. Allein die Betrachtungen über diesen doch simplen Teig aus Hartweizengrieß, Salz und Wasser füllen ganze Abhandlungen. Es gibt Nudeln in einer fast unendlichen Formenvielfalt und weil

jede Form auf Saucen anders reagiert, schmeckt jede Pasta ein wenig anders. Das Gourmethandbuch berichtet von mehr als 200 Sorten und listet dann 59 unterschiedliche Formen auf: von Alfabeto – Buchstaben für Kindersuppe, über Chioccioline – Gehäuseförmige Pasta, hin zu Pappardelle – breite Pastabänder in kurzen Stücken, Rotolo – gefüllte, eingerollte Flachpasta und so weiter und so fort. Trüffel gelten in Italien als eine besondere Delikatesse. In Mittelitalien sind die schwarzen Pilze eine schon fast alltägliche Küchenzutat.

Und wem von uns ist schon bekannt, dass im Piemont viel Reis angebaut wird? Denn für ein gutes Risotto braucht es geeigneten Reis, wie z.B. Arborio, Vialone oder Carnaroli. Normaler Langkornreis ist ungeeignet.

Echter Balsamico-Essig, der Aceto Balsamico Tradizionale di Modena, muss den Stempel vom „Tradizionale Konsortium“ haben und wird in genormte Kugelflaschen gefüllt. Die an sich schnöde Tomate wird mit dem Mozzarella zur Insalata Caprese. Caprese stammt ursprünglich von Capri und schmeckt mit Büffelmozzarella besonders aromatisch. Es gibt viele Geschichten rund um die Cucina Italiana zu entdecken. Den flüssigen Genussmitteln, von Espresso über Wein bis zu Grappa und Trester, wurden gleichfalls zig Bücher gewidmet.

Wie heißt es so treffend? In keinem anderen Land wird mit so viel schlichter Raffinesse so perfekt, ganz ohne Pomp gekocht.

Flintbeks Perle

Seit 2002 bringt das La Perla nun schon italienische Lebensart nach Flintbek. Arturo und Maria Bee, zwei Italiener, die sich in Kiel kennen- und lieben lernten, haben sich hier ihren Traum vom eigenen Ristorante erfüllt. Bis heute ist das La Perla ein echter Familienbetrieb. Denn beide Kinder sind in den elterlichen Betrieb mit eingestiegen: Sohn Alessandro steht als Chefkoch in der Küche, während Tochter Lorena die Gäste im Service verwöhnt. In gemütlicher Atmosphäre genießen Gäste bei Familie Bee klassische italienische Küche: von knuspriger Steinofenpizza (alternativ auch aus Dinkelmehl) über frische Pasta bis hin zu Fleisch- und Fischgerichten. Natürlich werden hier Antipasti und ein leckeres Dessert, wie Tiramisu, ebenso angeboten. Die Speisekarte hat sich, in den fast 25 Jahren, stets an den Wünschen der vielen Stammgäste orientiert. So verbindet sich im La Perla eine traditionell-italienische Küche mit herzlicher Gastfreundschaft. Ein Essen hier wärmt Bauch und Herz zugleich.



Mittwoch bis Montag ab 17 Uhr, Dienstag Ruhetag
www.restaurant-la-perla.de; Tel.: 04347 710 200

Italienische Küche mit Tradition

„Giardino“ heißt übersetzt Garten. Für Serafino D’Aloia und seine beiden Brüder steht der Name ihres Restaurants auch für ihre italienischen Wurzeln. Die Familie stammt aus einem Dorf nordöstlich von Neapel und bringt seit über 20 Jahren ein Stück italienische Esskultur nach Schönkirchen.

Für Serafino D’Aloia ist Kochen eine große Leidenschaft. Gemeinsam bieten die Brüder ihren Gästen eine abwechslungsreiche Auswahl an Gerichten aus ganz Italien an – von Pizza und Pasta bis hin zu Fleisch- und Fischspezialitäten. Frische Zutaten, möglichst aus der Region, spielen dabei eine zentrale Rolle. Ergänzt wird die Karte durch regelmäßig wechselnde Spezialitäten.

Auch die Weinauswahl ist geprägt von der Herkunft: Viele Tropfen stammen aus Italien und werden von der Familie selbst importiert.

Neben dem Restaurantbetrieb gibt es großzügige Räumlichkeiten für Feiern. Zudem übernimmt Familie D’Aloia Catering für private und geschäftliche Anlässe. Bei gutem Wetter lädt der Außenbereich – der „Giardino“ – zum Verweilen ein. In unmittelbarer Nähe der Marienkirche.

www.giardino-schoenkirchen.de,
Telefon: 04348-400



Monatlich wechselnde italienische Spezialitäten

Genießen Sie italienische Gastfreundschaft und italienisches Essen, das tatsächlich auch von echten Italienern frisch zubereitet wird. Auch unser Catering steht Ihnen zu Diensten, rufen Sie uns an.

Öffnungszeiten:
 Dienstag bis Sonntag 12.00 Uhr bis 14.30 Uhr
 und 17.00 Uhr bis 23.00 Uhr
 Montag ist Ruhetag

Giardino
 Ristorante & Pizzeria
 Catering

Dorfstrasse 4, 24232 Schönkirchen, Telefon (04348) 400
 Service ganz wie Sie ihn wünschen - sprechen Sie uns an!

Ristorante - Pizzeria
La Perla

Öffnungszeiten:
 Mi bis Mo ab 17 Uhr - Di ist Ruhetag
 Dorfstraße 2 • 24220 Flintbek
 Tel. (04347) 71 02 00 • www.restaurant-la-perla.de



Bato's Spezialitäten

Restaurant am Flughafen

Jugoslawisches Restaurant
 Boelckestraße 100, 24159 Kiel • Telefon: 0431-888 215 88
www.batos-flughafen-restaurants.de • email: batosrestaurant72@gmail.com

Richtung der Küche: Balkan-Spezialitäten
Spezialitäten der Küche: Spezialitäten aus dem Balkan sowie aus der regionalen Küche, Internationales, individuell an Ihren Wünschen orientiert, alles aus eigener Herstellung

Getränkesspezialitäten: Weine aus dem Balkan
 Vom Fass: Bitburger, Köstritzer und Benediktiner Weizenbier

Der Tipp des Monats: einmal im Monat: Steak satt und Balkanküche satt - Termine können Sie unserer Website entnehmen

Besonderes: Von der Terrasse als auch im Restaurant haben Sie einen wunderbaren Ausblick auf das Flugfeld.

Sitzplätze: innen 100 und im Freien 100

Öffnungszeiten: Mo und Mi - Fr 11.30-15.00 und 17.30-22.30 Uhr, Di ist Ruhetag, Sa und So 11.30-22.30 Uhr



BLOCK HOUSE

Willestraße 4-6, 24103 Kiel
 Telefon: 0431 587 84 31



Richtung der Küche: amerikanisch

Spezialitäten der Küche: unser Rib-Eye Mastercut, zart gereifte Hochrippe 330 g, der Stolz unserer Fleischer, vom Lavasteingrill, mit frisch geriebenem Meerrettich und unserer berühmten original Baked Potato mit Sour Cream, dazu ein ofenfrisches BLOCK HOUSE Brot und vorweg ein knackfrischer Salat.

Getränkesspezialitäten: Maracuja Spritz mit Aperol, Maracujasaft und Prosecco sowie unsere Cranberryschorle.

Reservierung: 363 Tage im Jahr geöffnet!

Sitzplätze: 142 innen, davon 8 Plätze Hochtisch und 7 Plätze Tresen. Außen: 50

Öffnungszeiten: So - Do: 12.00 Uhr bis 22.00 Uhr, Fr + Sa: 12.00 Uhr bis 23.00 Uhr



La Bodega del Sol

Brunswiker Straße 54 • 24105 Kiel
 Tel.: 0431-560 12 21 • www.la-bodega-del-sol-kiel.de

Richtung der Küche: spanisch

Spezialitäten der Küche: gebratenes arg. Rindfleisch mit Zwiebeln, selbstgemachte Croquetas mit Schinken oder Champignons, gebratene Meeresfrüchte, Paella (nur auf Vorbestellung - einen Tag im Voraus), Pulpo a la Gallega, gefüllte Champignons mit Schafkäse und Käse überbacken

Getränkesspezialitäten: Bideona Viura de Cabezadas aus der Region Rioja auch als tinto Bideona Tempanillo de laderas aus der Region Rioja.

Der Tipp des Monats: Thunfisch in Sesamkruste, Plátanos mit Avocado und Torreznos, Salpicón de mariscos.

Reservierung: online auf unserer Web-Seite für die Terrasse als auch im Restaurant.

Sitzplätze: 60 innen, 34 Terrasse

Öffnungszeiten: Montag geschlossen, Di-So 17-24 Uhr



TraumGmbH

Restaurant - Disco - Kino - Events
 Grasweg 19, 24118 Kiel, Tel.: 0431-54 44 50
www.traumgmbh.de • Instagram: @traumgmbhkiel

Richtung der Küche: rustikale Küche mit modernen Einflüssen

Spezialitäten der Küche: Unsere beliebte Traumpanne mit drei saftigen Schweinemedallions, frisch in der Eisenpfanne serviert, dazu knackiges Gemüse, goldbraune Bratkartoffeln und feine Sauce Hollandaise. Außerdem erwartet Sie unser klassisches, hausgemachtes Wiener Schnitzel, knusprige Pizza aus dem Buchenholzofen sowie abwechslungsreiche saisonale Gerichte.

Getränkesspezialitäten: Frisch gezapfte Fassbiere aus sechs verschiedenen Hähnen sowie eine abwechslungsreiche Auswahl an kreativen Cocktails - von klassisch bis modern.

Sitzplätze: 307 innen, 160 draußen

Öffnungszeiten: Mo - Do 16.00 - 22.00 Uhr. Fr & Sa ab 16 Uhr.

Sonn- & Feiertag: 12.00 - 22.00 Uhr

EIN FRÜHLINGSTAG IN ECKERNFÖRDE



Es ist noch ein büschen frisch an diesem Samstagvormittag. Aber die Sonne scheint an einem blauen Himmel. Meine Kinder und ich schlendern zuerst am pittoresken Eckernförder Hafen entlang. An der Kaikante wird frischer Fisch, direkt vom Kutter, verkauft: „Guckt mal hier, habt ihr den schon mal gesehen? Wir bekommen einen kugelrunden Seehasen gezeigt: „Den fängt man nicht oft“, berichtet uns der Fischer. Wir nehmen uns bei ihm eine Tüte voll frischem Butt mit. Als nächstes, im Ostsee-Info-Center direkt an der Promenade, die Plattfische streicheln und Seesterne in die Hand nehmen? Auf diese mit Schmunzeln gestellte Frage bekomme ich ein empörtes „Mama!“ zur Antwort. Weiß ich ja: So etwas kommt für Jugendliche natürlich(!) nicht mehr infrage.

Obwohl wir aus dem nahen Kiel kommen, fühlt sich für uns Eckernförde immer wie Urlaub an. Liegt das an den kleinen alten Fischerhäusern? Dem Strand, mitten in der Stadt?

Zurück auf dem Rathausplatz statten wir dem dortigen Museum einen Besuch ab. Die aktuelle Sonderausstellung „HORIZONT. Aktuelle angewandte Kunst aus Schleswig-Holstein“ läuft noch bis zum 7. Juni. Kurz überlegen wir, ob wir spontan eine Stadtführung buchen sollen. Aber diese starten erst ab Mitte Mai. Dann aber regelmäßig und teilweise bis Ende Oktober. Während wir weiterbummeln, liest meine Tochter uns die möglichen Themen einer Führung vor. Da wären, zum Beispiel:

- Die klassische Stadtführung Eckernförde
- Eckernförde in den goldenen 20er Jahren
- Geheimnisvolles Eckernförde
- Auf den Spuren der Sprotte
- Mit Stine dörch dat ole Eckernför (auf Plattdeutsch und nur als private Gruppenführung buchbar)

(siehe: www.ostseebad-eckernfoerde.de/stadtfuehrungen-touren)

An einer der Führungen werden wir auf jeden Fall bei unserem nächsten Eckernförde-Ausflug teilnehmen, beschließen wir einstimmig.

Wobei, es gibt hier im Sommer jede Menge zu erleben: Vom 22.-25. Mai finden die Sprottentage statt, am 7. Juni der Fischmarkt am Hafen, im Juli/August folgen ein Wikingerfest, ein Elektro-Festival, das Piratenspektakel und vieles mehr (siehe: www.ostseebad-eckernfoerde.de/veranstaltungskalender).

Wie gut, dass Eckernförde nur 30 km von Kiel entfernt ist. Dann werden wir in den kommenden Monaten eben öfter herfahren.

Bummeln macht hungrig, stellen wir fest und



wer in Eckernförde auf Besuch ist, „muss“ Fisch essen – ganz gleich, ob nun in Form eines Fischbrötchens oder eines frisch zubereiteten Tellergerichts in einem der (Hafen-)Restaurants. Natürlich kämen alle anderen Geschmäcker, dank des vielfältigen gastronomischen Angebots, ebenso auf ihre Kosten. Aber wir vier lieben Fischbrötchen. Zumal danach auf jeden Fall noch ein leckeres Eis reinpasst. Satt und zufrieden schlendern wir noch durch ein paar der schönen Geschäfte. So viele inhabergeführte Läden, mit Angeboten abseits der „Massenware“, haben wir in Kiel nicht (mehr). Da kein Ausflug nach Eckernförde ohne den Kauf einer Naschi-Tüte für die Rückfahrt enden darf, sind unsere letzten Stationen die Bonbonkocherei und der Bären-Treff.

Meine Kinder versuchen, dort „heimlich“ eine Tüte Rote-Rosen-Fruchtgummis zu kaufen. Schließlich ist ja bald Muttertag (10. Mai).

Das Fazit unseres Tages lautet einstimmig: Das kommodige (gemütliche) Eckernförde ist immer wieder eine Reise wert.



Gut Ludwigsburg – Wild und mehr

Zwischen Schlei und Ostsee liegt die Gemeinde Waabs. Hier befindet sich das Gut Ludwigsburg. Nur wenige Autominuten von Eckernförde entfernt. Der erste bekannte Besitzer des Guts war der Ritter Sievert Sehestedt, der zwischen 1396 und 1424 auf dem damals „Kohöved“ genannten Besitz lebte. Über die Jahrhunderte wechselte das Anwesen mit seinen



Ländereien vielfach den Besitzer. Seit 1950 ist es nun im Besitz der Familie Carl. In den schönen Räumen des barocken Gebäudes kann privat gefeiert und Urlaub gemacht werden. Regelmäßig finden Konzerte statt. So gibt es hier

am 25. Mai ab 17 Uhr eine „Aufforderung zum Tanz“. Das „trio con brio“ (Flöte, Violoncello, Klavier und Klarinette) spielt schwungvolle Werke der Romantik und Belle Epoque. Ein Restaurant und Café befindet sich in der „Alten Rucherei“. Ebenso gehört ein Hofladen dazu, in dem unter anderem Produkte aus Wildschwein-, Dam-, Reh- und Sikawildfleisch aus eigener Jagd verkauft werden. Mittwochs finden aktuell ab 17 Uhr Führungen durch das Herrenhaus statt. Im Anschluss wird, auch Wildfleisch, gegrillt: Ein Besuch auf Gut Ludwigsburg lohnt sich also in vielerlei Hinsicht!

www.gut-ludwigsburg.de,
Telefon: 04358-989 833

Das Treib-Gut – Ein magischer Ort

... mit der wohl schönsten Terrasse der Eckernförder Bucht. Passend zur Adresse „Kiekut I“ erwartet Sie ein la-Ausblick, der jeden Besuch besonders macht. Wunderschöne Sonnenuntergänge verbinden sich mit einer modernen regionalen Küche, die durch frische Ideen und ein feines Gespür für besondere Momente überzeugt. Im Gastraum trifft Tradition gekonnt auf Moderne. An frischeren Tagen kann man sich hier entspannt treiben lassen. Mit Blick auf Wolken und Meer. Das Team des Treib-Guts, angeführt von Elisa im Service und Torsten in der Küche, weiß genau, worauf es jeweils ankommt. Ob ein entspanntes Dinner in besonderer Atmosphäre, ein Stück vom „besten Käsekuchen an der Küste“, einem Sundowner mit Meerblick: All das ist möglich. Und natürlich können Sie das Treib-Gut auch exklusiv buchen, für ein Event mit Freunden, Familie oder Kollegen. Mit weitem Blick über die Eckernförder Bucht ist dies ein Ort zum Ankommen und Genießen. In einzigartiger Lage – direkt am Meer.

www.restaurant-treibgut.de;
Telefon: 04351-88 95 613



Buddha's Kitchen
Wok & Bowl - Sushi

**AUTHENTISCH ASIATISCH
MIT HAFENBLICK**

Hafenspitze 2, • 24340 Eckernförde
04351 46 98 400
Öffnungszeiten: täglich 12-22 Uhr

10 Jahre

FischZeit
Die Fischbrötchen-Manufaktur

**Noch nicht da gewesen?
Dann wird's aber „Fisch“-Zeit!**

FischZeit - die Fischbrötchenmanufaktur
Kieler Str. 67, 24340 Eckernförde
Telefon 04351-734 4031
Di-Fr 10-18 Uhr, Sa 11-17 Uhr, So/Mo Ruhetage
mail: info@fischzeit.com • www.fischzeit.com

Gut Ludwisburg



- Hofcafé „Alte Raucheret“
- Hofladen
- „Bunte Kammer“ (standesamtliches Trauzimmer)
- Ausrichtung von Festen im „Goldenen Saal“, „Gewölbekeller“ sowie im Hofcafé
- Appartements
- Schloßführungen in der Saison mittwochs um 17 Uhr und sonntags um 15 Uhr

Mehr Infos unter www.gut-ludwisburg.de

Kontakt: Familie Carl - Gut Ludwisburg - 24369 Waabs
 Tel.: 04358-9 88 18 • Fax: 04358-9 88 20 • Mobil: 0177-747 14 17
 email: carl@gut-ludwisburg.de

Buddhas Kitchen – Asiatische Küche mit Hafenblick

Knapp zwei Jahre ist das Restaurant jetzt vor Ort und zählt bereits zu den beliebtesten Adressen der Stadt. Da sind sich Einheimische und Touristen einig. Buddhas Kitchen überzeugt mit seiner vielseitigen, kreativen und frischen Küche. Serviert werden Gerichte mit Einflüssen aus verschiedenen Ländern Asiens. Von Sushi und Sashimi (roher, fein geschnittener Fisch ohne Reis) über Currys, Bowls sowie gebratene Nudel- und Reisgerichte bis hin zu kleinen Tapas zum Teilen. Dazu kreieren die Köche verschiedene Saucen und Dips, die den Gerichten zusätzliche Tiefe verleihen. Auch die vietnamesische Pho-Suppe, eine aromatische Brühe mit Reismudeln und frischen Kräutern, gehört zum festen Angebot.



Geführt wird das Lokal von dem Gastronom Duy Nguyen, der in Kiel bereits seit Jahren erfolgreich ein vietnamesisches Restaurant betreibt. Mit seiner Buddhas Kitchen hat er in Eckernförde ein kleineres Pendant geschaffen, das sein bewährtes Konzept entspannt-stilvoll in Szene setzt. Hinzu kommt die besondere Lage an der Hafenspitze. Wo sonst lässt sich authentisch asiatische Küche in schönster maritimer Atmosphäre genießen?

www.facebook.com/buddhaskitcheneckernforde/; Telefon: 04351-46 98 400

Treibgut

Restaurant
im Kiekut

Die Wahrheit liegt auf dem Teller.

Genießen Sie eine moderne, regionale Küche in frischer, freundlicher und maritimer Atmosphäre.



Öffnungszeiten:
 Do & Fr ab 17 Uhr, Sa & So ab 12 Uhr
 warme Küche 12-14 Uhr, dann wieder ab 17 Uhr

Kiekut 1 • 24340 Altenhof • Tel.: 04351 - 88 95 613
info@restaurant-treibgut.de
www.restaurant-treibgut.de

FischZeit

In der maritim eingerichteten Fischbrötchen-Manufaktur in Eckernförde geht man gern „an Bord“. Denn Kapitänin Margitta Kolbow steuert ihr kleines Genuss-Schiff seit nunmehr 10 Jahren mit viel Herzblut. Und sorgt dafür, dass jedes Brötchen frisch zubereitet auf die „Flosse“ kommt. Ob in der Kapitänssecke, auf dem Sonnendeck oder außer Haus – die Auswahl ist groß: Backfisch, Räucherlachs, Matjes, Krabbensalat, hausgemachte Fischfrikadellen und noch einiges mehr. Ein Alleinstellungsmerkmal der FischZeit ist das Dinkelbrötchen, zusätzlich zu der üblichen Weizenversion, sowie die Vielfalt an hausgemachten Saucen. Remoulade, Honig-Senf und Apfelzwiebel sind hierfür nur Beispiele. Auch Tellergerichte, wie die Fischsoljanka, sind sehr beliebt. Der „Naschteller“ ist perfekt, um sich einmal quer durch die Karte zu probieren. Serviert wird er mit einem Knusperbaguette. Für Fischbrötchen-Fans ist es ein MUSS, bei einem Aufenthalt in Eckernförde hier vor Anker zu gehen.



Di-Fr 10-18 Uhr, Sa 11-17 Uhr, So/Mo Ruhetage
www.fischzeit.com; Telefon: 04351-734 4031



Urlaub im Ostseebad Eckernförde

Lebensfreude wie Sand am Meer





Urlaub mit Kids
in der Region



Veranstaltungen
in der Region



Urlaub mit Hund
in der Region



Wohnmobilplatz
Eckernförde

www.eckernförderbucht.de - info@ostseebad-eckernfoerde.de



GESTERN UND HEUTE



Die diesjährige Eiszeit hat bereits begonnen: herrlich! Da macht es auch nichts aus, dass manche Eisdielen, oft mangels Genehmigung, draußen keine Tische haben. Kurzerhand wird dann halt der nebengelegene Hauseingang zum Sitzplatz gemacht. Da sitzt es sich, aufgrund der Stufe, bequemer als auf dem Gehweg. Ob Groß oder Klein, – hoffentlich bald – in Badelatschen vom Strand kommend, in der Mittagspause, zum Feierabend: Hier treffen sich alle, vereint im Genuss der handgemachten Köstlichkeiten. Neben den seit Jahrzehnten beliebtesten Sorten Vanille, Schokolade und Erdbeere, gibt es von Jahr zu Jahr Spannenderes beim Streifzug durch die Eisdielen zu entdecken. Sorten wie Limette-Minze, Rhabarber-Buttermilch, Indischer Zimt, Cheesecake, Snickers oder Grieß haben alle ihre Fans. Kein Eistresen, der nicht zumindest ein oder zwei Sorten dieser Art vorrätig hat. Vegane Varianten gehören ebenfalls in jeden Eis-Tresen. Und verschiedene Schokoladensorten, mit unterschiedlichen Kakao-Anteilen, sind fast schon Pflicht.

Eisherstellung erfordert viel Gefühl und Kenntnisse. Jede kleine Eismanufaktur in Kiel hat da ihre eigenen Rezepte. Viele haben um die 60 bis 100 verschiedene Sorten im persönlichen Rezeptbuch, schließlich sind die Familienunternehmen oft seit Jahrzehnten im Eisgeschäft. Im Tresen sind rund 20 Sorten zu finden, manchmal nachmittags andere als am Vormittag. Hier wird frisch produziert.

Die Union der italienischen Speiseeishersteller in Deutschland (Uniteis) kürt bereits seit über 25 Jahren ein Eis des Jahres. In diesem Jahr heißt es „Pinocchio“: Milcheis mit einem Erdbeersorbet vermischt und mit schokoladenüberzogenen, gekrümelten Grissini (dünne Brotstangen) bestreut, die die Nase symbolisieren sollen. Sie wissen doch wer Pinocchio ist? Eine Marionette, die von einer Fee in einen lebendigen kleinen Jungen verwandelt wird. Und dessen Nase immer in die Länge wächst, wenn er lügt. Die italienischen Eisdielen haben einiges dazu beigetragen, diese Figur auch bei uns so bekannt zu machen. Denn schon immer gab es hier einen Kindereisbecher gleichen Namens, den als symbolische Nase eine Eiswaffel ziert. Weil sich in diesem Jahr der Geburtstag von Pinochios Schöpfer, dem Schriftsteller und Journalisten Carlo Collodi, zum 200. Mal jährt, ehrt Uniteis ihn mit einer eigenen Eissorte. Der Roman „Die Abenteuer des Pinocchio. Geschichte

einer Marionette“ zählt zur Weltliteratur und wurde in 240 Sprachen übersetzt. Die ARD zeigte erstmalig 1968 eine Pinocchio-Aufführung der Augsburger Puppenkiste im Fernsehen. Die vier Episoden wurden über Jahrzehnte wiederholt. Die Älteren von uns, mich eingeschlossen, erinnern sich bestimmt noch.

Uniteis e.V. wurde ein Jahr später (1969) in Köln gegründet und verzeichnet aktuell rund 1000 Mitglieder mit etwa 2200 Eisdielen in ganz Deutschland. Deutsche Konditoreien, die eigenes Speiseeis herstellten, gab es schon vor den italienischen Eisdielen. Die Eisläden, in ihrer heutigen Form, wurden aber ganz entscheidend durch italienische Einwanderer geprägt. Aber schon vor der großen „Gastarbeiter“-Zuwanderung in den 1950er und -60er Jahren, entwickelten Familien aus Norditalien bereits im 19. Jahrhundert ein „Winterhandwerk“: Männer wurden, aus wirtschaftlichen Gründen, zu einer Art wanderndem Eismacher. Denn für die Eisherstellung brauchte es nur wenig. Und in Österreich, der Schweiz und Deutschland fand sich rasch ein großer Absatzmarkt. Im Frühjahr gingen sie in ihre Dörfer zurück und arbeiteten in der Landwirtschaft.

Die Bezeichnung Eisdielen ist übrigens eine Wortschöpfung der 1950er Jahre, die kenntlich machen sollte, dass es sich hierbei um ein offenes, unkompliziertes Ladenlokal handelt. In dem ausschließlich Eis verkauft wird.

Nun aber zurück in die Gegenwart.

Denn an dieser Stelle möchten wir allen Eisverkäufer*innen ein Dankeschön sagen, die trotz langer Schlangen und in aller Ruhe aussuchender Kundschaft – jeden Alters – gut gelaunt ihren Job machen. ■



Eiswerk Schilksee

Café

Fliegender Holländer 19/21 • 24159 Schilksee • Tel.: 0431 - 373443

Richtung der Küche: Eis-Café

Spezialitäten der Küche: Eis aus eigener Herstellung, seit 1972 in Schilksee, ohne künstliche Farben, mit natürlichen Zutaten und unser Eis für Veganer, Milch aus der Region

Getränkesspezialitäten: diverse Kaffeesorten

Der Tipp des Monats: Der Tipp der Jahrzehnte ist natürlich unser Spaghetti-Eis - immer frisch, mit eigens hergestellter Erdbeersauce.

Sitzplätze: innen ca. 30, außen 30

Öffnungszeiten:

Mai bis September tägl. 10 - 18 Uhr
ab 18 Uhr Außer-Haus-Verkauf

59.920N + 10.169E
**EISWERK
SCHILKSEE**

HOCHWERTIGE PRODUKTE DIREKT VOM ERZEUGER

Für viele von uns sind Wochenmärkte die! Anlaufstelle, wenn wir uns mit frischen, unverarbeiteten Lebensmitteln eindecken möchten. Eindeutiger Nachteil ist, dass wir nicht jederzeit dort einkaufen können, sondern uns nach den begrenzten „Öffnungszeiten“ der Märkte richten müssen. Für Arbeitnehmer nicht immer einfach. Zum Glück bieten einige Produzenten ihre Produkte auch in einem Hofladen an. So können wir flexibler Waren einkaufen, die vor Ort produziert werden, frisch sind und keine langen Transportwege überstehen mussten.

Die regelhafte Spezialisierung der Bauern würde allerdings bedeuten, dass ein „echter“ Hofladen nur ein sehr begrenztes Sortiment anbieten könnte. Überdies hat nicht jeder Erzeuger die räumlichen und personellen Möglichkeiten. Oder die verkehrstechnisch sinnvoll gelegene Anlaufstelle.

Deshalb hat es sich bewährt, dass befreundete Höfe, mit anderem Anbau und/oder Tierhaltung, ihre Waren an einem Ort gemeinsam anbieten. Aus dem Hofladen wird durch Vernetzung also ein „Höfeladen“, in jeder denkbaren Größenordnung. Beispiel: Das Gemüse stammt vom eigenen Hof, saisonal, frisch, direkt vom Feld. Die Kartoffeln vom Spezialisten, dem Kartoffelbauern. Die Möhren, die in sandigem Boden besser gedeihen als auf Lehm, vom Bauern mit Sandboden. Die überirdischen Gemüsesorten wachsen gerne auf Lehm-/Lössboden, kommen also von jenem Erzeuger. Vom Getreidebauern ist der Weg der Körner mit einem Umweg über den Bäcker verbunden. Mancher Ackerbauer verarbeitet seine eigenen Ölfrüchte wie Raps oder Leinsaat in eigener Ölmühle und stellt diese den Hofläden zur Verfügung. Der Bauer, der Vieh hält, steuert Fleisch und dessen Produkte bei. Milch von Kuh, Ziege oder Schaf wird selbst verarbeitet oder zur Molkerei/Käserei befördert. Und kommt von dort dann in den Hofladen. Gutsbesitzer mit eigenem Jagdrevier liefern Wildbret, der Imker Honig und die mit Bienenhaltung verbundenen Erzeugnisse. Der Hühnerhalter stellt die Eier in den Laden zum Verkauf und so weiter. Lebensmittel, wie eingekochte Menüs im Weckglas, Marmelade und Säfte, finden sich oft ebenso im Sortiment.

Außerdem gibt es saisonale Verkaufsstellen, wie aktuell die Spargel- und Erdbeerwagen.

Die kleinsten „Hofläden“ sind die Stände am Straßenrand, bestückt mit Gemüse der Saison und mit einer Kasse. Hier paart sich Selbstbedienung mit Ehrlichkeit. Für diese Art Einkauf muss man denn schon ein bisschen weiter raus, aufs platte Land.

Wenn Sie, trotz der hohen Benzinpreise ..., gerne über Land fahren (Sonntagsausflug), halten Sie in den kommenden Wochen die Augen offen. Links und rechts der Straße lässt sich einiges an Leckereien finden.





Bioland

Wischhof
Frisches aus Sehestedt

- regionale Produkte aus hofeigener Gärtnerei
- frische Salate und Kräuter, wechselnde Rohkost und leckeres Kochgemüse
- Vielfalt durch Ergänzung mit Obst und Gemüse von anderen anerkannten Biohöfen der Region
- außerhalb der Saison erweitern wir unser Angebot mit Bio-Produkten aus wärmeren Regionen Südeuropas
- Kisten mit verschiedenen Sortimenten in jeweils drei verschiedenen Größen
- wöchentliche Belieferung frei Haus



Wischhof GbR
Antje Prümm & Jörg Manz
Hammer 4, 24814 Sehestedt
Telefon 04357 9959-55
Telefax 04357 9959-56
E-Mail: mail@wischhof.com
www.wischhof.com



Gutshof Steinwehr

Das ist purer Genuss. Den gibt es von Mai bis August auf dem Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr in Bovenau, direkt am Nord-Ostsee-Kanal zu erleben. Auf dem Obstbaubetrieb befinden sich ein Gartencafé, ein Hofladen und viele Selbstpflückplantagen. In entspannter Atmosphäre im Sonnenschein oder im Schatten der Bäume und mit Blick auf die Obstplantagen lassen sich die Leckereien bei einem frisch gebrühten Kaffee, Kaffeespezialitäten, Tee und Kakao besonders gut genießen. Die Torten, Kuchen und Waffeln werden mit frisch gepflücktem Obst bestückt und in liebevoller Handarbeit zubereitet. Für die kleinen Gäste gibt es einen Spielplatz mit Sandkiste, Rutsche und Schaukeln. Zur Erfrischung nach einem anstrengenden Pflückerlebnis sorgt eine Kugel Eis für Abkühlung. Wer nicht selbst pflücken mag, erhält das tagesfrische Obst im kleinen, aber feinen Hofladen. Neben den Steinwehner Erzeugnissen wie Fruchtaufstriche und Säfte aus der eigenen Ernte finden außerdem zahlreiche Produkte von Erzeugern aus der Region Platz in den Regalen. Eier vom Hühnerhof Krey oder auch Spargel vom Spargelhof Schäfer aus Wiemersdorf. Neu in diesem Jahr: ein Angebot frischer Blumen zum Verschenken oder zur eigenen Freude.

www.himbeerhof.de, Telefon: 04357-241



Der Wischhof

Seit 2009 bewirtschaften Antje Prümm und Jörg Manz den Bioland-Wischhof in Sehestedt. „In unseren Gewächshäusern und auf den Feldern wachsen Gemüse, Obst, Getreide und Hackfrüchte“, erfahre ich von Antje Prümm. „Unsere kleine Heidschnuckenherde haben wir von unserem Vorbesitzer übernommen. Die Tiere sind ein unverzichtbarer Teil des Hofkreislaufs, weil sie den nötigen Dünger liefern, der unsere Böden nährt.“ Einige wenige Tiere werden zu Ostern und Weihnachten im nahe gelegenen Holtsee geschlachtet. Für dieses zarte, mild schmeckende Fleisch wirbt der Wischhof dann gezielt auf seiner Seite. „In unserer Gärtnerei bauen wir ganzjährig 50 bis 60 verschiedene Gemüse und Kräuter an.“ Sorten, die im hiesigen Lehmboden nicht gut gedeihen, wie zum Beispiel Möhrengemüse, werden von regionalen Bioland-Betrieben zugekauft. Neben der nachhaltigen Bewirtschaftung ist dem Paar die Nähe zu ihrer Region wichtig: Seit einigen Jahren bestücken sie deshalb unterschiedliche Abokisten mit ihren Produkten. „Und wir liefern bis vor die Haustür.“ Dieses Angebot wird, neben Privathaushalten, ebenso sehr gern von Firmen/Büros, Schulen und Kindergärten genutzt.

www.wischhof.com, Telefon: 04357-99 59 55



Wildfleisch Grillen? Aber ja!

Für viele Menschen gilt Wildfleisch traditionell als typisches Essen für die kältere Jahreszeit. Das hat auch seinen Grund: Da bedingt durch die Jagdzeiten das meiste Wildfleisch im Herbst und Winter anfiel, wurde es auch in dieser Zeit verzehrt, denn es gab noch keine Tiefkühltechnik. Die Tradition im Verzehr von Wildfleisch hat also gar nichts mit der Grilleignung von Wildbret zu tun, denn diese ist exzellent. Wild bringt durch die verschiedenen Wildarten sowie die unterschiedlichen Teilstücke Vielfalt auf den Grill. Dazu kommen die besonderen Stärken von Wildfleisch: Es ist ein reines Naturprodukt, ist besonders zart, fettarm und hat Charakter, nämlich Eigengeschmack. In der diesjährigen Grillsaison, also von Anfang Mai bis Ende September, können unsere Kunden Grillgut vom Reh, Damwild oder Wildschwein vorbestellen. Wir bereiten dieses dann grillfertig zu, also in Steaks geschnitten, gewürzt und mariniert. Unser Bratwurstsortiment erweitern wir um den Gutsherrnseufzer, der neben geschmackvollem Wildfleisch und Rauch etwas Käse im Brät enthält. Natürlich wird es dann auch wieder unser Wild-Cevapcici geben. Bestellformulare finden Sie im Hofladen und auf unserer Webseite. Wenden Sie sich an Detlev von Bülow.

www.bossee.de, Telefon: 04305-991 993; E-Mail: info@bossee.de



DER WILD-HOFLADEN
WILD & WILDSPEZIALITÄTEN



grillfertiges Wildfleisch
geschnitten und mariniert
- auf Vorstellung

...
Wildfleisch
z.B. Rücken, Keule, Filet
Wild-Bratwurst
Wild-Cevapcici
Saucen & Chutneys



GUT BOSSEE

Öffnungszeiten:
Samstag 11⁰⁰ bis 14⁰⁰ Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

24259 Westensee
T: 04305-991 993
www.bossee.de

Erdbeer- und Himbeerhof auf Gut Steinwehr



Obst selbst pflücken: Erdbeeren ab Juni, Himbeeren, Süßkirschen, Brombeeren, Johannisbeeren, Aroniabeeren ab Juli

Gartencafé & Hofladen: Mai - August
aktuelle Öffnungszeiten unter:
www.himbeerhof-steinwehr.de/aktuelles

Steinwehr 20 24796 Bovenau
Telefon 04357 241 www.himbeerhof.de





DAS OLIVENÖL

Ö ist ein wichtiges Grundnahrungsmittel, da beißt die Maus keinen Faden ab. Ohne Öl geht gar nichts. Die wichtigsten Vitamine der Möhre zum Beispiel werden von unserem Körper nur aufgeschlossen, wenn Öl oder Fett mit im Spiel ist. Karotte ohne Fett ist so gesund wie Wellpappe. Behaupte ich mal so. Eines der wichtigsten europäischen Öle ist das Olivenöl. Nicht jeder mag seinen Geschmack. Es darf aber nicht unerwähnt bleiben, dass Olivenöle sehr unterschiedlich schmecken. Einige sind auf der

Zunge so penetrant, dass man sich fragt, wie sowas auf den Tisch oder ins Essen gelangen soll. Und zu welchem Zweck. Andere sind von unermesslicher Milde und verfügen über ein dermaßen einschmeichelndes Aroma, dass man es maximal mit einem guten Weißbrot zu sich nehmen möchte. Alles andere wäre Vergewaltigung. Natürlich sind schon die regionalen Unterschiede gewaltig. Ein Olivenöl aus Spanien schmeckt anders als eines aus Griechenland. Und das Öl, was man in Italien so hervorragend fand und dort kaufte, wird zuhause nicht zwingend genauso gut schmecken. Das allerdings hat psychologische Gründe.

Man war halt unbeschwert und glücklich im Urlaub und zuhause ist alles ... was auch immer.

Olivenöl wird aus der Olive gewonnen. Der Vorgang des Gewinnens ist sehr unterschiedlich. Es gibt eine Art der Ölgewinnung, bei der man die sehr reifen Oliven einfach zusammenpackt, in ein Netz oder Tuch, und unter ihnen einen Bottich aufstellt. Da läuft dann das Öl von ganz alleine aus den Früchten. Es gibt außerdem eine Methode, wo die Oliven auf Matten ausgelegt und gestapelt werden. Auch hier ist das Eigengewicht für den Ölaustritt verantwortlich. Diese Art ist diejenige, bei der am wenigsten Kraft aufgewendet wird, um die Olive ihres Saftes zu entledigen. Dieses Öl ist – wenn die Olive an sich eine schöne und leckere ist – das Beste, was man bekommen kann. Irgendwann tropft natürlich nichts mehr von selbst aus den Oliven, dann kann man sie noch ordentlich pressen. Da kommt nochmal einiges zusammen, und sogar dieses Öl ist von guter Qualität. Es handelt sich in beiden Fällen um „Natives Olivenöl Extra“, zumindest heißt es auf Deutsch so. Wir Germanen sind da stets etwas holzig in der Namensgebung. Der Italiener sagt „Extra Vergine“, was viel schöner klingt. Extra Natives Olivenöl ist das Maß aller Dinge, es kann dauerhaft satt und glücklich machen. Natürlich ist auch das industriell hergestellte „Extra Vergine“ ein sehr gutes Öl! Lediglich die Romantik bleibt da etwas auf der Strecke. Ein Öl, das nur als Nativ, also ohne „Extra“, bezeichnet wird, ist als zweitklassig zu betrachten. Wir unterscheiden bei uns also zwischen Nativ Extra, Nativ und einfach Olivenöl. Letzteres hat kaum noch Charakter und Geschmack.

Die „normale“ Herstellung besteht aus dem Mahlen der Oliven, ganz unspektakulär. Sogar die Kerne werden mitgemahlen. Dann wird der ganze Brei ordentlich gequetscht und am Ende erhält man eine Mischung aus Olivenöl und Wasser. Das Wasser wird vom Öl getrennt und das Öl wird verkauft, nachdem die Trübstoffe abgefischt oder herausgefiltert wurden. Tatsächlich muss der Herstellungsprozess innerhalb von vier Stunden nach der Ernte erfolgen, wenn man ein optimales Öl erhalten möchte.

Alle weiteren Herstellungsprozesse, die vor allem mit den Resten der Ersten Pressung oder minderwertigen Oliven vollzogen werden, ergeben immer noch recht brauchbare Öle. Diese Raffinierung des Öls ergibt sogenannte Tresteröle. Damit kann man sich die Haare einschmieren, die glänzen dann schön. Aber natürlich finden sie ebenso in der Küche Gebrauch, und nicht zu knapp. Wer sich jedoch einmal ins Extra Vergine verliebt hat, wird schwerlich mit einem Tresteröl klarkommen. Ein passionierter Hobbykoch würde mit einem 2-Euro-Supermarkt-Ölivenöl nicht mal seine kranke Kuh einreiben.

Olivenbäume können mehrere hundert Jahre alt werden,

wenn ihnen der Boden gefällt, auf dem sie stehen. Es gibt eine sehr alte Methode, bei der alle 10 bis 15 Jahre so ein Baum auf den Stock gesetzt, also sehr stark gekürzt wird. Das hat man früher zur Holzgewinnung gemacht. Solche Bäume können tatsächlich weit über tausend Jahre alt werden. Heutzutage lässt man aber die Finger davon. Ein gesunder Olivenbaum ist Gold wert und wird nur vom Fachmann sensibel beschnitten.

Ein gutes Olivenöl schmeckt mir am besten auf Weizenbrot mit einer Prise Salz. Steinsalz. Man kann das Brot auch anrösten und vor dem Beträufeln mit Olivenöl eine Knoblauchzehe übers Brot streifen – das macht die Sache perfekt. Viel mehr braucht man nicht, wenn eine Weinflasche in der Nähe ist. Finde ich.

Ansonsten lässt sich die gesamte südeuropäische Küche mit Olivenöl meistern. Und mit Olivenöl kann man außerdem braten. Es breitete sich mal die Panik aus, dass man um Gottes Willen nicht mit Olivenöl braten soll, es würde zu schnell verbrennen und dann bilden sich Giftstoffe und wenn man das dann isst, fällt man Tod um und kriegt Krebs. Oder umgekehrt. Jedenfalls ist das völliger Quatsch. Die Bratfähigkeit eines Öles wird nach dem Rauchpunkt bemessen. Wenn also ein Öl von sich aus in der Pfanne noch nicht raucht, kann man darin braten. Was danach oder beim Braten raucht, raucht nicht, sondern qualmt – es ist Wasserdampf. Gutes Olivenöl kann sogar – halten Sie sich fest – ÜBER seinen Rauchpunkt hinweg erhitzt werden, denn es ist sehr stabil in seiner molekularen Beschaffenheit und zerfällt weniger schnell als ein industriell raffiniertes Billigöl. Ein gutes Olivenöl bleibt viermal länger stabil als normale gängige Pflanzenöle. Der Rauchpunkt von Olivenöl liegt bei etwa 195 Grad Celsius. Schon weit darunter genügt die Temperatur zum Braten und sogar zum Frittieren. Eine Fritteuse erhitzt das Öl nur bis 160° oder knapp drüber. Machen Sie mal Pommes aus guten Kartoffeln in gutem Olivenöl. Mit etwas Rosmarin, Salz und Pfeffer. Ein Traum! Der Fachmann frittiert natürlich in der hohen Pfanne ...

Darum macht es also wirklich wenig Sinn, spezielle Bratöle mit Olivenöl zu kaufen, denn die angeblich zum Braten besser geeigneten Öle sind es gar nicht. Schmecken tun diese Öle übrigens auch nicht. Und von aromatisierten Ölen halte ich ebenso wenig. Sowas sollte man selbst frisch zubereiten, mit guten Bio-Zitronen und frischen Kräutern. Der geschmackliche Unterschied zu fertigen Aroma-Ölivenölen ist dramatisch. Man braucht also nur EIN gutes Olivenöl in der Küche, und da sollte man sich tatsächlich mal durchprobieren, welches man am liebsten mag. Ich gebe zu: Ich habe zwei. Ein spanisches und ein italienisches Olivenöl. Das griechische würde ich nie nutzen, das genieße ich beim guten Griechen.

Es gibt nur ein Tabu für das Olivenöl: Die asiatische Küche. Hier hat Olivenöl rein gar nichts verloren. Es zerstört den Charakter eines jeden fernöstlichen Gerichtes.

In unserer Küche hat es jedoch bis heute nicht nur seine Berechtigung, sondern wird eigentlich viel zu selten genossen, denn es enthält jede Menge mehrfach ungesättigte Fettsäuren, mal nicht die viel gepriesenen Omega-3-, sondern Omega-9-Fettsäuren, die das Herz-Kreislaufsystem stärken und gesund halten. Das bedeutet weiter: Cholesterin runter, Genuss hoch. Eine Win-Win-Situation sozusagen.

Nun schmeißen Sie nicht gleich all Ihre billigen Öle weg. Ich wüsste auch gar nicht wohin. Sie können damit immer noch ihre kranke Kuh einreiben. Wenn sie mal quietscht. ■ Martin Reuter



Das Mairübchen – (m)ein Feinsliebchen

Letzterer aus der Romantik stammende Ausdruck für die Liebste kam mir so in den Sinn und schien mir passend zum Rübchen. Denn ähnlich erging es dem Mairübchen: Es war einst vor der Einführung der Kartoffel ein verbreitetes Gemüse, das dann altmodisch oder „dichterisch veraltet“, wie der Duden zu Feinsliebchen sagt, geworden ist. Das Mairübchen, da können wir uns freuen, ist eine alte Kulturpflanze, die wiederentdeckt wurde. Besonders bei den Biobauern fand sie Anklang und bei deren Kunden Gefallen. Auf dem Markt findet sich schon jetzt Gewächshausware, ab Mitte Mai dann wieder die Rübchen vom Feld.

Vor Jahren nach Frankreich ausgewanderte Freunde von uns, Biobauern im Quercy, kennen sie schon lange. Ihre Erfahrung: Kohlrabis, die in Deutschland nicht wegzudenken sind, mögen Südfrenzen nicht, wird nicht gekauft, wenn sie diesen anbieten. Die Alternative heißt dort Navet(te)s und das sind: Mairübchen.

Hier wie dort werden sie angeboten in Reinweiß, in Weiß mit rosa-lila Bäckchen oder goldfarben als „Boules d'or“. Sie gehören zu den Kohlgewächsen, sind also Kreuzblütler. Wer im eigenen Garten oder auf dem Balkon Rübchen anbauen möchte, sollte darauf achten, dass dort vorher kein anderer Kreuzblütler gewachsen war. Mairübchen sind genügsam. Sie



lieben lehmigen, humusreichen oder sandigen Boden, Sonne oder Halbschatten, aber bitte 10-15 cm Abstand zueinander, um schöne, runde Wurzeln auszubilden. Gerne nach oder neben Bohnen, Erbsen und Dill. Aussaat ab März und Juli/August für Herbst. Nach etwa acht Wochen sind sie erntereif.

Vielleicht haben Sie schon mal von Stielmus gehört – das sind die aromatischen Blätter samt Stielen von den Mairübchen –, die in Westfalen traditionell mit Genuss verspeist werden, zubereitet wie Spinat oder als Zutat von Salat. Oder kennen Sie Teltower Rübchen, die eher ein Herbstrübchen sind und aus Brandenburg stammen?

Die vielseitigen Rübchen kann man mit Schale essen, wenn sie frisch und weich ist, wenn sie holzig ist, besser schälen. Roh gerieben im Salat, oder kurz angeröstet, angedünstet als Vorspeise oder Beilage kann man leckere Varianten zubereiten. Sie enthalten B-Vitamine, und Vitamin C, Phosphor, Calcium, Kalium, Natrium und Zink. Sie sind ballaststoffreich und vorwiegend unter ihrer Schale befinden sich Senföle, die die leichte Schärfe, wenn sie roh verzehrt werden, ausmachen. Diese und die Wirkung der Senföle, die als Antioxidantien gelten, also als entzündungshemmend und antikanzerogen, gehen beim Erhitzen verloren. Immerhin wird das Gemüse dadurch tauglich für Babynahrung. Doch hier und jetzt versuchen wir, durch nur kurzes Anrösten und auch die Rohvariante die Antioxidantien für uns zu bewahren.

Deshalb möchte ich ein Carpaccio mit rohen Rübchen anbieten. Und eine lauwarmer Variation aus der Pfanne vorstellen. ■ Claudia Lazar



Navette-Carpaccio

für 4 Portionen
Zubereitung 20 Min.
Wartezeit 60 Min.

3 Mairübchen inkl. Blätter
5 EL Walnussöl
½ Biozitrone, Saft und Zesten
1 TL Schwarzkümmel
½ TL Meersalz
Cayennepfeffer nach Geschmack
Walnusskerne als Deko

- Das Grün der Rübchen abschneiden, waschen und mit den Stielen feinhacken. Die Rübchen waschen, schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden (Brotschneidemaschine) oder hobeln.
- In einem Schraubglas für die Marinade Walnussöl, Zitronensaft, die Hälfte der kleingeschnittenen Zitronenzesten, Schwarzkümmel, Salz und ein Drittel des Blattgrüns anschiüteln. Mit Cayennepfeffer abschmecken.
- Rübchenhobel und etwas Grün in einer Schüssel mit der Marinade übergießen und vermengen, dann etwa 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.
- Auf Tellern anrichten, garnieren mit dem Rest des Blattgrüns und den verbliebenen Zitronenzesten. Mit frischem Baguette ein Genuss.

Lauwarmer Rübchen mit Apfel

für 4 Personen
Zubereitungszeit 30 Min.

3 Mairübchen (gerne golden und weiß)
3 Frühlingszwiebeln
2 EL Rapsöl zum Anbraten
1 rotbackiger Apfel
etwa 100 g mildes Joghurt
½ Biozitrone (Saft und Zesten)
1 EL Walnussöl
Salz, Pfeffer nach Belieben

- Das Kraut der Mairübchen abschneiden, waschen, trockenschütteln und einige Blätter für etwas später beiseitelegen, den Rest in ein feuchtes Tuch einschlagen und im Kühlschrank lagern, um es im nächsten Salat dazuzugeben.
- Die Rübchen schälen und in ca. 2 cm kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, die Würzelchen entfernen, evtl. welke Blätter ebenso. Dann die grünen Teile beiseitelegen. Die weißen Enden in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Rübchen in der Pfanne mit dem Rapsöl anbraten. Etwas salzen. Unbedingt Bratvorgang beenden, bevor es nach Kohl riecht, also nur kurz braten, bis zur Bissfestigkeit der Rübchen. Dann auf Tellern anrichten.
- Inzwischen die Sauce mixen. Zu gleichen Teilen wie das Grün der Frühlingszwiebeln das Kraut der Rübchen in den Mixer geben. Joghurt, Biozitrone, 1 EL Walnussöl, Salz und Pfeffer nach Geschmack zufügen und gut durchmischen.
- Einen Apfel waschen und mit Schale unter Aussparung des Kerngehäuses grob raspeln.
- Die gebratenen Rübchen auf den Tellern mit dem Apfelgeraspel und den Zitronenzesten bestreuen. Dann die Joghurtsauce vorsichtig darübergeben, wie zarte Tupfen, und servieren.
- Pur genießen als feine Vorspeise oder als Gemüse zu Reis oder Gerstengraupen bzw. Thermogerste, zu finden in Bioläden.



SO VIEL MEHR ALS FISCHBROTCHEN

Die kleine Gemeinde auf dem Ostufer der Kieler Förde wurde bereits im Jahre 1240 in einer Urkunde des Klosters Preetz erwähnt. Zu der Zeit trug sie noch den ostseeslawischen Namen „Lubodne“, was Schwanenort bedeuten könnte. Weist dies womöglich darauf hin, dass Schwäne, an diesem Ort auf der Kieler Förde, schon vor fast 800 Jahren auffallend präsent waren? Schwäne gelten als ortstreu, wenn sie unverändert gute Lebensbedingungen vorfinden. Wie dem auch sei: Der Schwan ist seit 1959 sogar das Wappentier von Laboe. Und ebenso die „Hauptfigur“ auf den gezeichneten Laboe-Bildern des Illustrators Wolfgang Slawski (www.amarillu-design.de).

1850 bekam Laboe dann einen richtigen Hafen. Und zu den Olympischen Spielen 1936 kam an der Südmole ein weiterer dazu. Im gleichen Jahr wurde das markante und weithin sichtbare Wahrzeichen von Laboe eröffnet: das 85 Meter hohe Marine-Ehrenmal. Das U-Boot, zu seinen Füßen am Strand, liegt

dort seit den Olympischen Spielen 1972. Gleichfalls ein großer Touristenmagnet. Seit 1865 gehört Kiel, knapp 20 km von Laboe entfernt, zu den wichtigsten Militärhäfen in Deutschland. Und dies wird nicht nur hier, sondern an vielen Orten der Kieler Förde sicht- und spürbar ...

Seit etwa 1914 spielt der Tourismus in Laboe eine immer größer werdende Rolle. Unterdessen ist er für den Ort bereits seit vielen Jahrzehnten der mit Abstand wichtigste Wirtschaftszweig. Bevor das Wirtschaftswunder ab den 1950er Jahren Urlaub außerhalb des eigenen Bundeslandes finanziell möglich machte, fuhren auch die Kieler gern hierher in die Sommerfrische. Urlauber, die zum ersten Mal nach Laboe reisen, beeindruckt vor Ort der 3 km lange weiße Kurstrand mit seiner Promenade ganz besonders. Was wir Einheimischen sehr gut nachfühlen können. Denn uns zieht es bei gutem Wetter für einen Tagesausflug ebenso scharnweise hierher. Viele nutzen, von Kiel aus, den Dampfer. Denn

so gibt's noch eine Mini-Kreuzfahrt inklusive. Alternativ lädt der Fördewanderweg zu einer maritimen Fahrradtour ein. Beim Herinradeln, und ebenso von Bord gehend, empfängt uns sogleich die idyllische Hafentatmosphäre. Hier gibt's überdies mehrere Fischbrötchen-Anbieter, um uns für das Kommende zu stärken. Entlang der Promenade, Richtung Ehrenmal, reiht sich dann eine bunte Vielzahl an Gastronomie nebeneinander auf. Und kulturell gibt es hier einiges zu entdecken: Zwischen der ehemaligen Lesehalle und der Schwimmhalle steht das Freya-Frahm-Haus. Seit 2010 befindet sich das auffallend hübsche weiße Haus im Besitz der Gemeinde: Freya Frahm selbst hatte testamentarisch verfügt, ihr Haus solle Laboe erhalten bleiben. Ein Förderverein sorgt seit 2012 dafür, dass hier regelmäßig Ausstellungen, Lesungen und andere kulturelle Veranstaltungen stattfinden. Bis zum 10. Mai läuft die Ausstellung „Am Rande der Wellen – Malerei, Lyrik und Musik im Dialog“, die die Arbeiten von Cornelia Maiwald (Malerei), Anna Moneke (Lyrik) und Nicolas Kozuschek (Musik) sicht- und hörbar werden lässt. Im Anschluss daran werden surrealistische Bilder des gebürtigen Belgiers Olivier Lamboray gezeigt. Und der Juni widmet sich dann den Bildern von vier Kieler Künstlerinnen. Nach wie vor ist ein Besuch der Ausstellungen im Freya-Frahm-Haus kostenlos (www.freya-frahm-haus.de). Schon seit 1986 ist das plattdeutsche Theater „Lachmöwen“, am Kurpark gelegen,

ein weiterer kultureller Anlaufpunkt. Die plüschig-roten Theatersessel dort haben übrigens eine ganz besondere Geschichte: Als das Hamburger Ohnsorg-Theater 2011 aus seinen alten Räumen auszog, hatten die „Lachmöwen“ das Glück, dessen geschichtsträchtiges Gestühl übernehmen zu können. Aber nicht nur die Bestuhlung, sondern ebenso der berühmte rote Vorhang, die Wandlampen und sogar die Bühnenbretter zogen von Hamburg nach Laboe um. Für das neue Stück „Brandstiftung“ sind die Karten zur Premiere am 31.07. bereits ausverkauft. Danach gibt es aber, bis Ende Oktober, noch viele weitere Spieltermine (www.lachmoewen.de).

Auch wenn von den alten Bauern- und Fischerhäusern kaum noch eines steht, hat sich die Gemeinde ihren dörflichen Charme bewahrt. In Liedform klingt das so:

...
**Wo Möwen kreischen und die alten Häuser steh'n,
 Liegt's romantisch, an der Bucht in Luv und Lee,
 was kann so schön sein, wie das Land rund um Laboe.**
 ...
 (aus dem „Laboe-Lied“)

Na, denn man to: Auf nach Laboe!



KOFFIEHUIS
Café & Galerie

Hausgebackene Kuchen der Saison,
alle Kaffeesorten aus fairem Handel.
Große Außenterrasse direkt an der Förde
im Landschaftsschutzgebiet.

www.koffiehuis-laboe.de
An der Au 2 • (K30 zwischen Laboe und Stein)
24235 Laboe • Telefon (04343) 77 68

ÖFFNUNGSZEITEN
Mittwoch bis Samstag 13.30 - 18 Uhr, Sonn- und Feiertags ab 13 Uhr

Aus dem Räucherofen direkt in den Mund

Die mobile Fischräucherei von Jens Seydel steht direkt am Hafenplatz in Laboe. Hier gibt es Fischbrötchen mit Aussicht und täglich frischen Fisch von A-Z. Rund 16 verschiedene Sorten Räucherfisch warten darauf, für Zuhause mitgenommen oder direkt vor Ort verschmaust zu werden. Wählen können wir überdies zwischen einer Honig-Senf-Sauce, Remoulade oder Ketchup und Mayonnaise. Sobald die Sonne scheint, bildet sich vor dem Verkaufstresen eine geduldig wartende Schlange. Jetzt, in der Vor-saison, sind die Urlauber noch in der Minderzahl. In der Hauptsaison gehen hier aber schon mal bis zu 800 Fischbrötchen über den Tresen. Räucherfischplatten kreieren Jens Seydel und sein Team gerne zur Mitnahme, ganz nach unseren Wünschen. Damit könnten wir unsere Lieben zu einem Brunch bestimmt erfreuen. Geräuchert wird nachts in der Fischbude, alles wird vor Ort ganz frisch selbst gesalzen und eingelegt – und so schmeckt es auch. Die Qualität der Fischleckereien hat sich schon weit über die Landesgrenzen hinaus herumgesprochen: „Wir liefern unseren Räucherfisch sogar bis nach Spanien und Italien“, so Jens Seydel. Räuchern liegt dem Laboer übrigens quasi im Blut, denn schon sein Vater hat privat Fisch geräuchert.



**Mobile Fischräucherei, Laboe Hafenplatz,
Telefon: 0175-150 74 57**

Ein Kaffeehaus direkt am Meer

Das Koffiehuis liegt idyllisch zwischen Laboe und Stein. Direkt im wunderschönen „Naturerlebnisraum Dünenlandschaft Laboe“. Martina Bührmann, die das Café bereits seit 1986 betreibt, backt hier ihre Kuchen und Torten vor Ort selbst. Der Käsekuchen und die Cappuccino-Torte gehören zu den Ganzjahres-Lieblingen der Gäste, erfahre ich. Wenn der hie-



sige Rhabarber erntereif ist und bald danach die regionalen Erdbeeren, werden sie im Koffiehuis zu köstlichen Leckereien verbacken: „Mein tolles Team und ich freuen uns schon auf die kommende Saison.“ Gereicht werden dazu Kaffeevariationen, Tees oder Schokoladen. Kühle Getränke gibt's natürlich ebenso. Martina Bührmann bevorzugt regionale Produkte und diese, wenn möglich, in Bio-Qualität. Ihre Gäste wissen dies zu schätzen. Bei gutem Wetter wird natürlich auf der sonnigen Terrasse gegessen. Mit Blick über die Dünen, Richtung offenes Meer: Alternativ findet sich auch ein nordisch-gemütlicher Innenraum. Mittwoch bis Samstag hat das Café von 13.30-18 Uhr geöffnet. Am Sonntag bereits ab 13 Uhr.

Übrigens: Das Koffiehuis war ursprünglich ein Pavillon, der zur Eröffnung des Nord-Ostsee-Kanals an anderer Stelle errichtet wurde.

www.koffiehuis-laboe.de, Telefon: 04343-77 68



DIE ERINNERUNG AN GUTE QUALITÄT WÄHRT LÄNGER ALS DIE KURZE FREUDE AM NIEDRIGEN PREIS.



- Räucherspezialitäten komplett aus eigener Herstellung frisch aus dem Ofen verkauft
- frisch aufgeschnittene Fischbrötchen, die Lust auf Me(e)hr machen
- frei von Zusatzstoffen wie Stabilisatoren oder Konservierungsstoffen

Jensi's Fischräucherei
Am Hafen 1 • 24235 Laboe • Mobil: 0175 - 15 07 457



Bistro PETITE ME(E)R

Vor 5 Jahren hat der gebürtige Elsässer Mario Moritz am Probs-teier Platz sein Restaurant Petite Tini eröffnet. Dies hat mittlerweile einen großen Stammkundenkreis in Laboe. Und wird von Einheimischen und Urlaubern gleichermaßen geschätzt. Seit 40 Jahren lebt der leidenschaftliche Gastronom und Gastgeber seinen Beruf. „In Frankreich dauert eine Ausbildung wie meine 7 Jahre. Eine bessere Grundlage hätte ich nirgendwo anders in der Welt bekommen.“ Nach dieser Zeit ging es direkt nach Deutschland. Mario Moritz' großer Wunsch war es, irgendwann ein eigenes Restaurant am Meer zu haben. Das Petite Tini kam diesem Traum schon ziemlich nahe.

Aber erst seit ein paar Wochen empfängt er nun seine Gäste zusätzlich noch in direkter (!) Strandlage. „Alle Gerichte aus dem Petite Tini werden auch im Bistro serviert“, erfahre ich. Die nur im Bistro servierte Currywurst besteht aus Curry-Brät und ist „keine Bratwurst mit Ketchup und Currypulver“. Hiervon gibt es ebenso eine vegane Variante. Die Pommes frites werden in einer Salzlake eingelegt, dann schockgefroren und für die Bestellung knusprig-frisch serviert.

„Ich habe fünf Strandkörbe fest dazu gemietet, in denen meine Gäste typisch norddeutsch verweilen können. Mit einem Strand-Frühstück kann hier der Tag starten“, freut sich Mario Moritz.

Im PETITE ME(E)R empfängt er seine Gäste aktuell täglich von

11-18 Uhr. Geleitet auch hier mit einer weißen, gestärkten Jacke: „Gastgeberqualitäten sind ja schließlich nicht abhängig von der Räumlichkeit. Ich möchte an beiden Orten meinen persönlichen Stil sicht- und spürbar werden lassen.“

Natürlich bietet er weiterhin in seinem Restaurant, am Probs-teier Platz, seine beliebten Klassiker an: Allen voran die Elsässer Flammkuchen. Ergänzt von Coq au Vin und weiteren Köstlichkeiten. Donnerstags ist hier ganztägig geöffnet. An den anderen Tagen ab 15.00 Uhr. Am Sonntag kann von 8.00-11.00 Uhr französisch gefrühstückt werden.

Im Restaurant und nun zusätzlich noch direkt am Strand: Mario Moritz und sein Team freuen sich darauf, Sie als Gast zu begrüßen.

PETITE ME(E)R – Strandstraße 7b, in Laboe





INNOVATION AUS SCHOTTLAND

DER KINGLASSIE DOUBLE MATURED SINGLE MALT

In den letzten 20 Jahren sind etwa 50 neue Whiskybrennereien in Schottland gegründet worden. Die meisten davon sind klein und häufig s.g. Single Estate- oder Craft-Distilleries. Eine davon ist INCHDAIRNIE, die seit ihrer Gründung entgegen allen Richtlinien innovative Whiskys und andere Brände herstellt. Auf der letzten Whiskymesse bin ich auf ihre KinGlassie-Abfüllungen aufmerksam geworden, von denen ich Ihnen den „Double Matured“ vorstelle.

Die Geschichte von INCHDAIRNIE beginnt Anfang der 2010er Jahre. Der schottische Whisky erlebte gerade

einen Aufschwung und man suchte in der Gegend von Leslie in Fife einen Bauplatz. Dort gab es am Fluss Leven früher viele Mühlen und das Gelände der alten Prinlows Mill schien für die Errichtung einer neuen Brennerei geeignet. Bis 1957 betrieb dort die Firma Fergus & Co. die Mühle, deren Name kurzerhand adaptiert wurde. Leider ist das Gelände von Überschwemmungen bedroht und so erwarb man 2013 auf die andere (Süd-)Seite des Hügels, auf höher gelegenem Areal, ein neues Grundstück. Im Folgejahr begann der Bau der Brennerei und Ende 2015 floss der erste Rohbrand aus den Brennblasen. Dieser firmiert unter dem Namen StrathEnry und wird von der Brennerei nicht selbst vermarktet, sondern geht in die Blend-Industrie. 2016 wurde der erste Single Malt für die Eigenabfüllung gebrannt, und zwar nur aus Gerste aus der Gegend.

Die Jahreszeiten spielen beim Herstellungsprozess eine entscheidende Rolle. Sommergerste und Wintergerste haben einen unterschiedlichen Eiweißgehalt und das macht sich in der Fermentation und letztendlich auch aromatisch bemerkbar. Vor der Fermentation wird die Würze durch einen Maischefilter gedrückt, was zu einer höheren Zuckerkonzentration führt (High Gravity Wort). Diese Technik wird in nur zwei Brennereien in Schottland genutzt (die andere ist Teaninich). Die Fermentation findet zu allen vier Jahreszeiten außerhalb des Gebäudes statt. Es werden saisonale Hefestämme verwendet, die aromatisch das Beste aus der Würze herausholen, aber natürlich unterschiedliche Fermentationszeiten haben. Durch diese unterschiedlichen Prozesse ergeben sich am Ende unterschiedliche Rohbrände, die je nach ihrer eigenen Art dann das passende Fassmanagement erhalten.

Die Rohbrände ab 2016 werden als 12-jähriger Vintage Single Malt Whisky erhältlich und immer eine Kombination der Brände des ganzen Jahres sein. Damit möchte man die Komplexität des Whiskys maximieren, was ein sehr interessanter Ansatz ist. Seit 2017 gibt es zwei weitere Whiskys bei INCHDAIRNIE: der KinGlassie aus rauchigem Gerstenmalz und der RyeLaw aus 53% Gersten- und 47% Roggenmalz. Der RyeLaw kam 2024 als erster Whisky unter dem Namen der Brennerei auf

den Markt, der KinGlassie Ende 2025. 2019 wurde aus Hafer ein Brand destilliert, 2021 einen aus Weizen und einen aus Sauermais (Sour Mash). Diese sollen unter dem Namen PrinLaws vermarktet werden. 2022 hat man sechsstufige Wintergerste und dunkel geröstetes (dark kilned) Gerstenmalz zum Brennen verwendet, das sonst für dunkles Ale-Bier Verwendung findet. Das ergibt Noten von Biskuit, Malz und natürlich einen Haufen Röstaromen.

INCHDAIRNIE ist mit einer Hammermühle ausgestattet, weil diese Mühle auch mit anderen Getreidearten gut klarkommt. Wie erwähnt gibt es einen (Meura-)Maischefilter. Die Kapazität der Brennerei wurde 2025 von 2 auf 4 Mio. l Alkohol p.a. verdoppelt. Das Herzstück des Brandes fließt durch doppelte Kondenser, was einen höheren Kupferkontakt ermöglicht und aromatische Unreinheiten ausmerzt. Ergänzt werden die Pot Stills durch eine Lomond-Brennblase, die Möglichkeiten für mehrfaches und experimentelles Brennen bietet. Es gibt 14 Lagerhäuser, in denen unterschiedlichste Fässer lagern. Das Motto von INCHDAIRNIE ist, dass sie mit ihren Innovationen die Grenzen von Aromen erweitern möchten („built to push the boundaries of flavour“). Bisher sind sie auf dem besten Weg genau dorthin.

Im Mai 2025 kamen die zwei limitierten Single-Malt-Abfüllungen KinGlassie auf den Markt. Beide sollen jedes Jahr als Vintage-Abfüllungen erscheinen. Die Whiskys sind rauchig und 8 Jahre alt, wobei der „Raw“ in Bourbonfässern reift, während der andere „Double Matured“ zusätzlich 3 Jahre in Amontillado-Fässern reift. Der Rauch (Gerstenmalz mit 50 ppm Phenol) ist angenehm komplex und nicht dominant. Diese angenehme, ja fast schon elegante Rauchigkeit wird durch die ehemaligen Bourbonfässer mit klassischen Aromen ergänzt. Der aromatische Clou ist dann das Finish in Amontillado-Fässern, die den Whisky mit rotfruchtigen Aromen ergänzen. Dieser Whisky ist ein idealer Begleiter für einen schönen Sonnenuntergang im Garten. Der Feuerkorb brennt, es wird langsam frisch und man zieht sich die Decke über die Schultern. Dann kommt dieser Whisky ins Glas. Herrlich. Sláinte! (Prost) ■

Ihr Whiskykenner Thom Glas

KINGLASSIE „DOUBLE MATURED“

*Fife Single Malt Scotch Whisky
Jährliche Limited Edition Originalabfüllung
(INCHDAIRNIE Distillery)*

Alter: 8 Jahre alt (dist. 2017)

Alkohol: 46,3% Vol.

Gerstenmalz aus der Region Fife:
*heavily peated (50+ ppm, Spezifikation:
Highland Peat)*

Fassmanagement: 5 Jahre Ex-Bourbon-,
dann 3 Jahre 1st. Fill Amontillado-Fässer
ungefärbt, nicht kalt filtriert

Preis: um 72,- Euro / 700 ml

VERKOSTUNGSNOTIZ (verkostet wurde in
einem handelsüblichen Nosingglas / Snifter)

ERSTE NASE (vor dem ersten Schluck):

Zuerst frische Noten von Zitrone, Orangen- und Rosenblüten. Die Frische wird mit klassischen Scotch-Noten wie frisch geschnittenem Apfel und Vanille ergänzt. Dann kommt ein wunderbarer Rauch wie von einem Grillrost, der mit kaltem Rauch, Asche mit Muschelkalk gepaart ist. Kombiniert wird dieses Aromaspektrum mit Nougat, Zigarrentabak, Zedernholz, Haselnüssen und Mandelcreme. Ein paar Gewürznoten, rote Früchte und grüne chlorophyllartige Noten ergänzen die bunte Vielfalt, die dieser Whisky bietet.

GESCHMACK: eine angenehm fast seidige Textur. Mineralisch und frisch. Dann helle Früchte (Apfel und Birne) und eine komplexe Rauchigkeit, wie angekohlte Eichenbohlen, ein benutzter Grillrost und Zigarrenasche. Auch Noten von Cerealien, Vanille und leicht angebranntes Karamell gibt es zu entdecken. Dazu kommen noch Haselnüsse bzw.

Nougatcreme und eine dezente Rotfruchtigkeit (ist das rote Johannisbeere?). Als Höhepunkt gibt es einen leichter Schärfe-Peak von weißem Pfeffer. Für einen acht Jahre jungen Whisky sind die vielen Aromen wunderbar ausgewogen und der Alkohol gut eingebunden.

NACHKLANG: ein mittellanger Nachklang, leicht mundtrocknend, mit dezenten Noten von Ananas, sowie den schon bekannten Raucharomen. Eichenholz, Zigarrentabak, Zedernholz und frische helle und rote Früchte klingen nach.

ZWEITE NASE (die vordergründigen Aromen, die verdeckt waren, können nun zum Vorschein kommen): Die Nase hat nun einen etwas kräutrigen Aspekt. Leichte Minz- und Mentholnoten gesellen sich hinzu.

FAZIT: Ein äußerst gelungener Single Malt Whisky, der mit acht Jahren schon zeigt, wofür diese Brennerei steht – Komplexität und Innovation. Ich freue mich schon jetzt darauf, wenn INCHDAIRNIE ältere Whiskys in die Flasche bringt.

**MAI
1 FREITAG**

➔ **Ausstellung** 10:00 Flandernbunker - erweiterte Öffnungszeiten, täglich von 10-17 Uhr Flandernbunker 10:00 "Der Gewölbekeller" - Kostbarkeiten aus dem Alten Kiel, vom 29.9.2024 bis 31.12.2027; Öffnungszeiten: Di bis So 10-18 Uhr Warleberger Hof ger 10:00 "Gestern, heute, morgen". Perspektiven auf die Sammlung des Kieler Stadt- und Schifffahrtsmuseum, vom 30. Nov. 2025 bis 25. Okt. 2026; Öffnungszeiten: Di bis So 10-18 Uhr Warleberger Hof ger 11:00 "Am Rande der Wellen" - Malerei, Lyrik und Musik im Dialog; mit Arbeiten von Cornelia Maiwald, Anne Moneke, Nicolas Kozuschek, bis 10. Mai 2026; Öffnungszeiten: Mi-Sa 13-18 Uhr; So/Feiertag 11-18 Uhr FreyaFrahmHaus 11:00 Human Behaviour - Harald Duwe from a comparative point of view, vom 7.3.-24.5.2026; Öffnungszeiten: Di, Mi, Fr 10-17 Uhr; Do 10-19 Uhr; Sa, So + Feiertage 11-17 Uhr Stadtgalerie 11:00 Prima Kunst: Hülya Braasch: Love Game, performative Rauminstallation; bis 24.5.2026 Stadtgalerie ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Vagina Monologe, von V ehemals Eve Ensler KomoedWil 20:00 Gastspiel: DeichArt: Tartuffe oder Von der Lust, sich manipulieren zu lassen, nach Molière; Backbord Lounge maritim ➔ **Messe-Feste** 20:00 Ska Reggae Latin Baltique Festival Kiel: ein Abend - fünf Bands, Saal Pumpe ➔ **Tanzen** 21:30 Karaoke, im Restaurant TraumGmbH 22:00 Schlager Party / Doppeldecker Party TraumGmbH

2 SAMSTAG

➔ **Ausstellung** 14:00 Öffnungszeiten des Computermuseums: immer Sa + So 14-18 Uhr, letzter Einlass: 17 Uhr FHComputermuseum ➔ **Kinder** 11:00 Das Traumfresserchen von Michael Ende, ab 3 J. Werftpark ➔ **Markt** 13:00 Pflanzenflohmarkt für fröhliche Naturfreund*innen, + Kuchenbuffet in der Kneipe Hansa48 ➔ **Musik** 19:00 Kuult - Fallschirmvertrauen-Tour Ersatztermin Raecherei 19:00 Soli-Karaoke der Refugee Law Clinic Kiel #2, + Kuchenbuffet in der Kneipe Hansa48 19:00 Symphonic Drop: Philharmonisches Orchester Kiel feat. Beauty & the Beats, 2. Con-spirito-

Konzert Schloss 20:30 Erik Cohen mit deutschsprachigem Rock, Saal Pumpe ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Vagina Monologe, von V ehemals Eve Ensler KomoedWil 19:00 Ballett: Get into the Groove, Tanzabend von Kevin O'Day und Amilcar Moret Gonzalez Opernhaus 19:30 Das andere Geschlecht, Jugend; nach Simone de Beauvoir Werftpark 20:00 Nito Torres: "Nützt ja Nix!", Comedy, Kabarett, Kwatsch und Qualität Lutterbeker ➔ **Theater-Comedy** 20:30 Ellen Babic, von Marius von Mayernburg; Studio Schauspielhaus 20:30 Fräulein Smillas Gespür für Schnee, von Peter HF8eg; Studio Schauspielhaus ➔ **Tanzen** 23:00 Nightcreatures - die Kult-Gothic-Party, Roter Salon Pumpe 23:00 Ü25 & Ü25 We love Techno TraumGmbH

3 SONNTAG

➔ **Ausstellung** 11:00 Vernissage: "Urban Sketchers Kiel" - Thema Kieler Woche mit stadtbekannter Gruppe, Eintritt frei Leuchtturm 14:30 Sonntagsführung durch die Dauerausstellung: Kiels Geschichte als Hafenstadt ... und als Ort des Segelsports, jeden Sonntag Eintritt frei Schifffahrtsmuseum ➔ **Kinder** 12:00 Der Mond und das Boot, ab 2 J. Werftpark 14:00 Nixe Kieliane sucht die Ostsee-Perle, ab 5 J. Werftpark ➔ **Markt** 12:00 Curvy Flohmarkt, bis 16 Uhr, Saal Pumpe ➔ **Sport** 14:00 Bring The Trash Out - Street Dance Battle - Zeige deine Skills, Eintritt frei Raecherei ➔ **Theater-Comedy** 11:00 Open Dance Class - Ballettraining für Laien ab 18 Jahren., Anmeldung bei Jean Marc Cordero (openclasskiel@gmail.com); Ballettsaal Opernhaus 18:00 West Side Story, Musical von L. Bernstein in 2 Akten Opernhaus 19:00 Gastspiel: Max Goldt liest aus "Aber?" Schauspielhaus 19:30 Gastspiel: Tausendundeine Nacht - Der Anfang und das glückliche Ende, Konzert-Lesung mit Übersetzerin Claudia Ott und Hadi Alizadeh (Perkussion) Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 11:30 Flandernbunker - Führung, immer am 1. Sonntag des Monats Flandernbunker

4 MONTAG

➔ **Musik** 20:00 STATT-Quartett pur!, im STATT-Café KulturForum ➔ **Theater-Comedy** 19:00

Oper EXTRA: Klarinette? Na klar! Mit Mozart im Mai, im 1. Foyer Opernhaus 20:00 Schauspiel EXTRA: Reihe 17: Rotes Sofa mit Daniel Karasek Schauspielhaus

5 DIENSTAG

Kino 19:30 QueerKinoKiel zeigt: Dramarama, DE 2020, Komödie, Drama Hansa48 ➔ **Sport** 20:45 THW Kiel - HC Nexe (CRO), European League 2025/26 Merkur Ostseehalle ➔ **Theater-Comedy** 20:30 Ellen Babic, von Marius von Mayernburg; Studio Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 15:00 Menschenrechte sind nicht verhandelbar - mehr Mut zur Inklusion, Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung; auch um 18.45 Uhr KulturForum 19:30 "Die Enthusiasten" - Markus Orth feiert die Kunst des Erzählens Literaturhaus ➔ **Messe-Feste** 20:00 Guitar Heroes Festival mit The Commoners (Kanada) Joldelund

6 MITTWOCH

➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde: Virtuos: Blockflöte und Orgel mit Werken von Albinoni, Telemann u.a., mit Annette von Stritzky und Volkmar Zehner. Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche 20:00 Beslik, Roter Salon Pumpe ➔ **Theater-Comedy** 19:30 Das andere Geschlecht, Jugend; nach Simone de Beauvoir Werftpark 20:00 Viel Lärm um nichts - Das Musical, nach William Shakespeare Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 15:00 "Rechtliche Betreuung als Ehrenamt", bis 16.30 Uhr mit Svenja Voß BuergerKrons 20:00 "there is a table in this house" - an interactive choreo-reading with artist, writer, and curator hn.lyonga, through the sharing of food we will explore themes of "neighbouring" and coming together in times of crisis; Eintritt frei Hansa48 ➔ **Tanzen** 22:00 Cheap Cheap Club & Karaoke, bis 24 Uhr alle Drinks zum 1/2 Preis TraumGmbH

7 DONNERSTAG

Kino 18:00 CineMare: "The Wind in her Hands" plus Vorfilm: "Drift Bottles And Ships", DE 2020, Komödie, Drama Hansa48 20:00 CineMare: "GUTS" plus Vorfilm: "Tiger Eyes", "Buoyancy", DE 2020,

Komödie, Drama Hansa48 ➔ **Musik** 12:05 Orgelmusik zur Marktzeit, Volkmar Zehner, Orgel Nikolaikirche 18:00 Benefizkonzert des Kieler Knabenchors, Eintritt frei, Spende erwünscht Nikolaikirche 19:30 MilleniumKid auf Schwerelos-Tour, Saal Pumpe ➔ **Theater-Comedy** 11:00 "Flasche leer", ein Theaterstück von Thilo Reffert für Erw. und Jugendl. ab 14 J. Hansa48 19:30 Das andere Geschlecht, Jugend; nach Simone de Beauvoir Werftpark 20:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 19:30 Irgendwas mit Möwen - Die Kieler Slam-Lesebühne, mit assemble ART KulturForum 19:30 Schreiblabor mit Janine Adomeit, Schreibwerkstatt für junge Erwachsene ab 18 Jahren Literaturhaus

8 FREITAG

➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, Gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche 16:00 Biergarten Eröffnung TraumGmbH ➔ **Musik** 18:00 Eröffnung - Frequenz-Festival 2026, Eintritt frei KulturForum 20:00 vocellize - mit Singer-Songwriterin Sarah Sieprath und Cellist Benjamin Seock Leuchtturm ➔ **Theater** 18:00 Literatur-Speed-Dating für Erwachsene. Bringen Sie 2/3 Lieblingsbücher mit ..., Anmelden bei Tel. 901-3437 oder Mail: stadtuecherei.event@kiel.de Stadtbuecherei 23:00 Soli Bingo und Zersteigern & Verstören Hansa48 ➔ **Sport** 19:00 Salsa Weekend Kick Off, Tanzkurs und Party mit Kleo & Jonas; Halle 1 TraumGmbH ➔ **Theater-Comedy** 11:00 "Flasche leer", ein Theaterstück von Thilo Reffert für Erw. und Jugendl. ab 14 J. Hansa48 19:00 Die Vagina Monologe, von V ehemals Eve Ensler KomoedWil 19:00 Comedyflash - Die Stand Up Comedy Show - Live, Eintritt frei Raecherei 19:00 La Cage aux Folles - Ein Käfig voller Narren, nach dem Buch von Harvey Fierstein Opernhaus 19:30 Ballett: Giselle - zum letzten Mal - Tickets unter 0451 / 36 96 00, Choreografie von Jean Coralli, Jules Perrot und Marius Petipa TheaterLuebeck 20:00 Florian Hacke: "Authentischkeit",

Stand-Up - Satire Lutterbeker 20:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann Schauspielhaus 20:30 Anatomy of failing. Ein Abend über das Leben - Uraufführung, Stückentwicklung von Anna-Elisabeth Frick Schauspielhaus 22:00 Oper EXTRA: Auf ein Getränk mit ... Fausto Israel, im 1. Foyer; Eintritt frei Opernhaus ➔ **Vortrag-Führung** 20:00 Musikalische Lesung: "Vaterland? Ein Schiff kommt nach Hause", zum Jahrestag der Nazi-Bücherverbrennung Paul-Gerhardt-Gemeinde ➔ **Messe-Feste** 20:00 Guitar Heroes Festival mit Krissy Matthews Gitarmania (UK, NL, ISL, USA, CH) Joldelund ➔ **Tanzen** 19:00 Special Dance Night für Erwachsene mit und ohne Behinderungen, Roter Salon Pumpe 19:30 Die frühe Party - Give Me Five, Orange Club; alle Longdrinks für 5 Euro TraumGmbH 20:00 Ü60 Party, Saal Pumpe 21:30 Karaoke, immer freitags im Restaurant - Eintritt frei TraumGmbH 22:00 90s Party, Halle 1 TraumGmbH 23:00 Juicy, Orange Club TraumGmbH

9 SAMSTAG

➔ **Kinder** 10:30 Kleine Krabber für die Aller kleinsten, 1-3 J. Stadtbuecherei 12:00 Das kleine Ich bin Ich, ab 3 J. Werftpark ➔ **Musik** 17:00 Europakonzert mit der Europa-Union und Chor Kronshagen BuergerKrons 18:00 3. Klassisch-beflügelt-Konzert Ansgarkirche 20:00 Kulturrausch: folkBALTICA Doppelkonzert: Baltic Sea String Band und Ordseglarna, Eintritt frei KulturForum 20:00 Siina Suutarinen Quartet mit finnischem Jazz und Gesang, Saal Pumpe 20:00 Live! The 50 Kaitenz; Support tba, 60s GaragePunk, PowerPop aus Osaka, Japan Hansa48 21:00 Frequenz-Festival // Bild-Ton-Symbiosen: Zwischen Erinnerung und Vergessenem., Live-Zuspiel zum Film von Gor Margayan mit Ilia Viazov, Sven Lütgen und Leonid Kharlamov Hansa48 21:00 Frequenz-Festival // External Operator (Performance), mit dem Trio Ilia Viazov (RU); Paulina Andrzejak (PL); Diego Alejandro Morales Castillo (NI). Hansa48 ➔ **Sport** 10:00 Geistliche Wanderung: Gemeinsam Schritt für Schritt (ca. 8 km): Kieler Stadtgrenze, Elmschenhagen, Rönne, Treffpunkt: Nikolaikirche, keine Anmeldung erforderlich, gutes Schuhwerk und Verpflegung für eine Tagestour

Nikolaikirche 19:00 Tanzfabrik - Slow Foxtrott mit Christoph Möller, Halle 1 bis 22 Uhr TraumGmbH ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Vagina Monologe, von V ehemals Eve Ensler KomoedWil 19:00 La forza del destino - Die Macht des Schicksals - Premiere, Oper von Giuseppe Verdi; Einführung um 18.15 Uhr im 2. Foyer Opernhaus 20:00 Kay Ray mit der Kay-Ray-Show, Comedy etc. Lutterbeker 20:00 Prima Facie - Suzie Miller, Gerechtigkeit vor Gericht? Porträt einer jungen Strafverteidigerin Schauspielhaus 20:30 Fräulein Smillas Gespür für Schnee, von Peter HF8eg; Studio Schauspielhaus ➔ **Tanzen** 22:00 Ü30 Ambiente & Ü30 Rock, Halle 1+2; Ausweiskontrolle TraumGmbH

10 SONNTAG

➔ **Kinder** 12:00 Kindertheater mit Christian Kock, Kino TraumGmbH 14:00 Der Sturm, sehr frei nach Shakespeare; ab 5 J. Werftpark 14:00 Der Sturm, sehr frei nach Shakespeare; ab 5 J. Werftpark ➔ **Musik** 18:00 Crippled Symmetries: re.petition - re.cycling - re.setting, Werke von Petra Strahovnik und Ana Maria Rodriguez / Juan Felipe Waller. Mit dem Ensemble KNM Berlin KulturForum 18:00 Meisterkonzert: Sarod & Tabla aus Indien, Benefizkonzert zur Unterstützung der Mandelzweig-Projekthilfe auf den Teeplantagen von Assam. Eintritt frei, Spende erwünscht Nikolaikirche ➔ **Sport** 15:00 THW Kiel - Füchse Berlin, Bundesliga Merkur Ostseehalle ➔ **Theater-Comedy** 11:00 Open Dance Class - Ballettraining für Laien ab 18 Jahren., Anmeldung bei Jean Marc Cordero (openclasskiel@gmail.com); Ballettsaal Opernhaus 16:00 L'elisir d'amore - Der Liebestrank, Gaetano Donizetti/Felce Romani nach Eugène Scribe - mit Kinderbetreuung Opernhaus 18:00 Viel Lärm um nichts - Das Musical, nach William Shakespeare Schauspielhaus

11 MONTAG

➔ **Musik** 18:30 TO MY STARS mit dem polnischen Spoldzielnia Muzyczna Contemporary Ensemble, mit zeitgenössischer Musik KulturForum 20:00 Folk-Bühne live & unplugged, im STATT-Café; Eintritt frei KulturForum ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Gastspiel: Die Odeladélise - ein Chansonabend, im 1. Foyer Opernhaus 20:00 Schauspiel EXTRA: Reihe 17: Jazz

- Lyrik - Prosa, eine Lesung über Jazz mit Jazz Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 19:30 "Alle meine Mütter" - Lena Goreliks vielschichtiges Porträt über das Muttersein Literaturhaus 20:00 Christin Jugsch: Plan A wird durchgezogen!, Saal Pumpe

12 DIENSTAG

➔ **Kinder** 16:00 Bilderbuchkino: "Sommer, Sonne, Wasserdieb?", ab 3 J. StadtbuechereiMettenhof ➔ **Theater** 20:00 Sea-Eye PubQuiz, Ziel: Spenden für die Seenotrettung Hansa48 ➔ **Theater-Comedy** 18:00 Aufbau-3 Tages-Workshop Improtheater, Seminarraum Pumpe ➔ **Vortrag-Führung** 18:00 Reproduktive Selbstbestimmung und Gesundheit im Fokus - Aktuelle Herausforderungen in SH, Podiumsdiskussion, Galerie Pumpe

13 MITTWOCH

➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde: Jagdmusik Europas mit Werken von Schantl, Steidle, Rochar u.a., mit den Parforcehornbläsern Rendsburg/Schleswig. Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche 20:00 Bosse - Hallentour 2026 Merkur Ostseehalle 20:00 Live: Svavar KnFatur, Folkindiealtrocksinger-songwriter aus Nordisland Hansa48 ➔ **Theater-Comedy** 19:30 Gastspiel: H.C. Hoth: Faust I, der Tragödie erster Teil; Studio Schauspielhaus 20:00 Prima Facie - Suzie Miller, Gerechtigkeit vor Gericht? Porträt einer jungen Strafverteidigerin Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 19:30 "Es ist Demokratie! Erfreut euch!", mit Prof.in Dr. Paula Diehl, Institut für Sozialwissenschaften BuergerKrons ➔ **Tanzen** 21:30 Trash Karaoke, freier Eintritt mit Kostüm! Orange Club TraumGmbH 22:00 Cheap Cheap Club Himmelfahrt, bis 24 Uhr alle Drinks zum 1/2 Preis TraumGmbH

14 DONNERSTAG

➔ **Musik** 20:00 Pressluft Hanna & DJ Jijan - PLH Ultra Tour, Saal Pumpe ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Oper EXTRA: Ballettgala 2026 Opernhaus 20:00 Arsen und Spitzenhäubchen, Joseph Kesselring Schauspielhaus ➔ **Vortrag-Führung** 19:30 Der Original Kieler Poetry Slam, mit assemble ART KulturForum ➔ **Tanzen** 22:00 Circus Minimus Party, Roter Salon Pumpe

22:00 Abi-Party aller Kieler Schulen, ab 16 J. mit Mutzizettel! TraumGmbH

15 FREITAG

➔ **Ausstellung** 18:00 Vernissage: "Blaue Träume" - surrealistische Malerei von Olivier Lamoray FreyaFrahmHaus ➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, Gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche ➔ **Musik** 20:00 Nasse Heimat mit Akkordeonbegleitung, Roter Salon Pumpe 20:00 The Regulators, Blues-Rock & more by their own rules Lutterbeker 21:00 Safrara (Ghana) mit Reggae-Perlen KulturForum ➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Frau des Michelangelo, von Eric Assous KomoedWil 19:00 LUFT Theater: Die Geschichte der Fluchttiere - Premiere, in Ukrainisch mit deutschen Übertiteln Hansa48 19:00 La forza del destino - Die Macht des Schicksals, Oper von Giuseppe Verdi; Einführung um 18.15 Uhr im 2. Foyer Opernhaus 20:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann Schauspielhaus 20:30 Anatomy of failing. Ein Abend über das Leben - Uraufführung, Stückentwicklung von Anna-Elisabeth Frick; Studio Schauspielhaus ➔ **Tanzen** 21:30 Karaoke, immer freitags im Restaurant - Eintritt frei TraumGmbH 22:00 Kryptika TraumGmbH 23:00 Gays and Friends, jeden 3. Freitag im Monat queer feiern TraumGmbH

16 SAMSTAG

➔ **Ausstellung** 13:00 "Blaue Träume" - surrealistische Malerei von Olivier Lamoray, bis 31. Mai 2026; Öffnungszeiten: Mi-Sa 13-18 Uhr; So/Feiertag 12-18 Uhr FreyaFrahmHaus ➔ **Kinder** 14:00 Piratenmolly, Ahoi! Vom Mädchen, das auszog, Seemann zu werden, ab 4 J. Werftpark ➔ **Musik** 20:00 Los Flamenquitos, zwei Gitarren und ein tanzender Perkussionist Lutterbeker 20:00 Black Rosie (beste deutsche AC/Ü Frauen Coverband), Quotime (erfolgreichste Tribute to Status Quo Show) Joldelund ➔ **Theater** 21:30 Bingo Abend im Restaurant TraumGmbH ➔ **Theater-Comedy** 14:00 Cavalluna - Tor zur Anderswelt - Pferdeshow, Passion for Horses; auch um 19 Uhr Merkur Ostseehalle 19:00 Die Frau des Michelangelo, von Eric Assous KomoedWil 19:00 La Cage aux Folles - Ein Käfig voller Narren - zum letzten Mal in dieser Spielzeit!, nach dem Buch von

Harvey Fierstein Opernhaus
20:00 Die queer students group lädt zur Tuntenshow Hansa48
20:00 Jeder stirbt für sich allein, von Hans Fallada Schauspielhaus
20:30 Ellen Babic, von Marius von Mayernburg; Studio Schauspielhaus
22:00 Oper EXTRA: Bühne für Demokratie: Queerbeat!, Im Anschluss an die Vorstellung im 1. Foyer Opernhaus
➔ **Tanzen** 22:00 Oldschool Beats ft. DJ Tomekk, Saal Pumpe
22:00 80er & Lost Souls, Halle 1+2 TraumGmbH

17 SONNTAG

➔ **Kinder** 12:00 Oh, wie schön ist Panama - szenische Lesung nach dem Original v. Janosch, ab 3 J. Werftpark
➔ **Essen** 11:00 Frühstück bei Live-Musik mit Sven Jesse und maritimen Chansons, nur mit Anmeldung Leuchtturm
➔ **Musik** 11:00 7. Philharmonisches Konzert: Istanbul, Einführung um 10.15 Uhr Schloss
20:00 Heisskalt, Saal Pumpe
➔ **Theater-Comedy** 11:00 Open Dance Class - Ballettraining für Laien ab 18 Jahren., Anmeldung bei Jean Marc Cordero (openclasskiel@gmail.com); Ballettsaal Opernhaus
13:00 Cavalluna - Tor zur Anderswelt - Pferdeshow, Passion for Horses; auch um 19 Uhr Merkur Ostseehalle
16:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann; mit Kinderbetreuung. Nachgespräch: Psychoanalyse & Theater; zum 50. Mal; Eintritt frei Schauspielhaus
17:00 Junges Theater EXTRA: EinBlick: Frankenstein Werftpark
18:00 Ballett: Get into the Groove, Tanzabend von Kevin O'Day und Amilcar Moret Gonzalez Opernhaus
19:30 Anatomy of failing. Ein Abend über das Leben - Uraufführung, Stückentwicklung von Anna-Elisabeth Frick; Studio Schauspielhaus

18 MONTAG

➔ **Musik** 19:00 7. Philharmonisches Konzert: Istanbul, Einführung um 18.15 Uhr Schloss
20:00 STATT-Quartett plus special guest, im STATT-Café KulturForum
➔ **Theater-Comedy** 20:00 Schauspiel EXTRA: Reihe 17: Elisabeth, von Mareike Fallwickl Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 19:30 "Der amerikanische Albtraum. Faschismus made in USA", Klaus Brinkbäumers Buch zur aktuellen Entwicklung in den USA Literaturhaus

19 DIENSTAG

➔ **Kinder** 18:00 Nirgendwo im Irgendwo - eine Stückentwicklung des

Kidsclub Werftpark - Premiere, ab 8 J. Werftpark
➔ **Theater-Comedy** 18:00 Aufbau-3 Tages-Workshop Improtheater, Seminarraum Pumpe
20:00 Das Tagebuch der Anne Frank (14+J.), Mono-Oper in 2 Akten von Grigori Frid Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 18:00 Wortlaut - die Lesebühne im Literaturhaus, mit vier von einer Jury ausgewählten Autor*innen Literaturhaus
19:00 Pint of Science - Global science festival, Englisch Hansa48
20:00 Stammtisch Italiano, Eintritt frei Hansa48

20 MITTWOCH

➔ **Kinder** 16:00 Junges Literaturhaus - "Leseratten" - Erarbeiten der Lesetipps von Neuerscheinungen, Teilnahme frei, Anmeldung erbeten Literaturhaus
18:00 Nirgendwo im Irgendwo - eine Stückentwicklung, ab 8 J. Werftpark
Kino 19:00 FilmFörde #89 zeigt: "Beule - zerlegt die Welt", D 2022/2025; Komödie von Janek Rieke KulturForum
➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde: Trio total: Swing, Tango, Chanson mit Akkordeon, Kontrabass und Geige, mit Karsten Schnack, Wolfram Nerlich, Catalin Mugar. Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche
➔ **Sport** 15:00 Kulturführung mit Walter Arnold - über den Südfriedhof, nur mit Anmeldung, Tel. 0431/24850-280 od. vhs@kronshagen.de BuergerKrons
➔ **Theater-Comedy** 19:00 La forza del destino - Die Macht des Schicksals, Oper von Giuseppe Verdi; Einführung um 18.15 Uhr im 2. Foyer Opernhaus
20:00 Der blinde Passagier, von Maria Lazar; Vorgespräch um 19 Uhr mit Dr. Gerhard Ulrich (em. Landesbischof) Schauspielhaus
20:00 Szenenexpress, Improtheater TraumGmbH
➔ **Vortrag-Führung** 10:00 "Sicher und mobil im Alter", Eintritt frei mit Anmeldung Leuchtturm
18:00 U20 Slam Kiel, Roter Salon Pumpe
18:00 Kuratorenführung: Human Behaviour - Harald Duwe from a comparative point of view, vom 7.3.-24.5.2026; öffnungszeiten: Di, Mi, Fr 10-17 Uhr; Do 10-19 Uhr; Sa, So + Feiertage 11-17 Uhr Stadtgalerie
➔ **Tanzen** 22:00 Cheap Cheap Club & Karaoke, bis 24 Uhr alle Drinks zum 1/2 Preis TraumGmbH

21 DONNERSTAG

➔ **Kinder** 18:00 Nirgendwo im Irgendwo - eine Stückentwicklung, ab 8

J. Werftpark
➔ **Musik** 12:05 Orgelmusik zur Marktzeit, Volkmar Zehner, Orgel Nikolaikirche
➔ **Theater** 15:00 Spielenachmittag für alle, bis 17.30 Uhr StadtteilbuechereiGaarden
➔ **Theater-Comedy** 18:00 "Flasche leer", ein Theaterstück von Thilo Reffert für Erw. und Jugendl. ab 14 J. Hansa48
19:00 L'elisir d'amore - Der Liebestrank, Gaetano Donizetti/Felce Romani nach Eugène Scribe Opernhaus
20:00 Der zerbrochene Krug, von Heinrich von Kleist Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 16:00 Junges Literaturhaus - "Texte unter der Lupe" - monatliche Schreibwerkstatt für Jugendl. und junge Erw., Teilnahme frei, Anmeldung erbeten. Leitung: Christopher Ecker Literaturhaus
17:00 öffentliche Führung: Human Behaviour - Harald Duwe from a comparative point of view Stadtgalerie
➔ **Messe-Feste** 15:00 Kiel ist viel! Bist du auch dabei? Vortrag, Theater, Poetry Slam, Mitmachstände ..., zum bundesweiten Aktionstag "Zusammenhalt in Vielfalt", bis ca. 21 Uhr; Eintritt frei KulturForum

22 FREITAG

➔ **Kinder** 15:30 Kamishibai für Kinder: "Die kleine Raupe Nimmersatt", ab 3 J. Stadtbuecherei
18:00 Nirgendwo im Irgendwo - eine Stückentwicklung, ab 8 J. Werftpark
➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche
➔ **Musik** 20:00 Johanna Zeul; rhythmisch, wild, verrückt, Rock, Punk, Folk, Funk, ein kleines bisschen Comedy Leuchtturm
21:00 Kneipenkonzert #141 mit Pathfinders Of Mosh, RomanticLovelyFireplaceRockPunkMetal Hansa48
➔ **Sport** 17:00 Kräuterspaziergang im Domänental, Treffpkt. Parkplatz Domänental, Claus-Sinjen-Straße mit Arno Ketelsen; Anmeldung: Tel. 901-5200 oder info@foerde-vhs.de BuergerKrons

23 SAMSTAG

➔ **Kinder** 14:00 Oh, wie schön ist Panama - szenische Lesung nach dem Original v. Janosch, ab 3 J. Werftpark
➔ **Musik** 20:00 Berliner Weisse / + Los Fastidios + Uppercuts, Saal Pumpe
➔ **Sport** 19:00 Tanzfabrik - Rumba mit Christoph Möller, Halle 1 bis 22 Uhr TraumGmbH
➔ **Theater-Comedy** 18:00 Spotlight Milie, Improshow; auch um 21 Uhr Hansa48
19:00 Die Frau des Michelangelo, von Eric Assous KomoedWil
19:00 La forza del destino - Die Macht des Schicksals, Oper von Giuseppe Verdi; Einführung um 18.15 Uhr im 2. Foyer Opernhaus
19:30 Die, die wir lieben, die uns bleiben, uns verfolgen, (14+J.); Studio Schauspielhaus
20:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann Schauspielhaus
20:00 Der Sandmann, von E.T.A. Hoffmann Schauspielhaus
20:30 Anatomy of failing. Ein Abend über das Leben - Uraufführung, Stückentwicklung von Anna-Elisabeth Frick; Studio Schauspielhaus
➔ **Tanzen** 20:00 Mamma Mia - Abba auf Europa-Tour Party Motto, Mitsing-Konzert TraumGmbH
22:00 Ü30 Ambiente & Ü30 Rock, Halle 1+2; Ausweiskontrolle TraumGmbH

24 SONNTAG

➔ **Musik** 20:00 Fin Tango mit Uusikuu Lutterbeker
➔ **Sport** 18:00 Fin Tango: Tanzkurs I mit Leena+Mika Lutterbeker
19:00 Fin Tango: Tanzkurs II mit Leena+Mika Lutterbeker
➔ **Theater-Comedy** 18:00 L'elisir d'amore - Der Liebestrank, Gaetano Donizetti; Einführung im 2. Foyer um 17.15 Uhr Opernhaus
19:00 Arsen und Spitzenhäubchen, Joseph Kesselring Schauspielhaus
➔ **Tanzen** 22:00 Summer Opening pres. by Bachblüten, Halle 1+2; Bachblyten Aftershow TraumGmbH

Hoffmann Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 18:45 "Je oller, je doller": Best Age Whiskys zwischen 15 und 30 Jahren, Lernen über und mit Whisky, ab 18 J., Teilnahmegebühr 45 80/Pers.; Anmeldung: Tel. 901-5200 oder info@foerde-vhs.de BuergerKrons
➔ **Tanzen** 19:00 Ü50 Party: Tanzen wie früher - Dresscode: Anzug, Retro-Outfit oder Glitzerkleid - egal TraumGmbH
20:00 TanzBAR #63 mit Benno Zucker, im STATT-Café KulturForum
21:30 Karaoke, immer freitags im Restaurant - Eintritt frei TraumGmbH

25 SONNTAG

➔ **Kinder** 15:30 Bilderbuchkino: "Der schaurige Schusch", ab 4 J. Stadtbuecherei
16:00 Bilderbuchkino: "Lieselotte im Regen", ab 3 J. StadtteilbuechereiMettenhof
➔ **Musik** 20:00 SingBAR, im STATT-Café KulturForum
➔ **Theater** 20:00 Doppelkopfabend Hansa48
➔ **Theater-Comedy** 18:00 Aufbau-3 Tages-Workshop Improtheater, Seminarraum Pumpe

26 DIENSTAG

➔ **Kinder** 15:30 Bilderbuchkino: "Der schaurige Schusch", ab 4 J. Stadtbuecherei
16:00 Bilderbuchkino: "Lieselotte im Regen", ab 3 J. StadtteilbuechereiMettenhof
➔ **Musik** 20:00 SingBAR, im STATT-Café KulturForum
➔ **Theater** 20:00 Doppelkopfabend Hansa48
➔ **Theater-Comedy** 18:00 Aufbau-3 Tages-Workshop Improtheater, Seminarraum Pumpe

27 MITTWOCH

➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde: Paul Gerhardt zum 350. Todestag: Choräle zum Mitsingen und Zuhören, Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche
18:30 Phil Out 4 Max
➔ **Theater** 19:30 Spieleabend, Eintritt frei Leuchtturm
➔ **Theater-Comedy** 20:00 Am Ende Licht, von Simon Stephens Schauspielhaus
20:30 Ellen Babic, von Marius von Mayernburg; Studio Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 17:00 Onleihe Sprechstunde - bei allen Fragen gibt es Hilfestellung bis 18 Uhr, Anmeldung per Mail: stadtbuecherei.onleihe@kiel.de od. Tel. 0431-901-3437 Stadtbuecherei
18:00 Paul Gerhardt zum 350. Todestag: gesungene Theologie Nikolaikirche
20:00 3. Ausgabe Federkiel Latenight-Literaturshow@Hansa48 Hansa48
➔ **Tanzen** 22:00 Cheap Cheap Club & Karaoke, bis 24 Uhr alle Drinks zum 1/2 Preis TraumGmbH

28 DONNERSTAG

➔ **Kinder** 16:00 GameDay für Kinder von 6-12 J., Gaming-Aktionen mit Switch, PS4, WiiU und vielem mehr StadtteilbuechereiGaarden
➔ **Musik** 12:05 Orgelmusik zur Marktzeit, Volkmar Zehner, Orgel Nikolaikirche
20:00 Live: Principles of Joy (Heavy Soul from France), + Support: Soultuz (DJ Set in der Kneipe) Hansa48
➔ **Theater-Comedy** 19:30 Between Volga and Void, Tanztheater mit Kristina Schleicher KulturForum
19:30 Die, die wir lieben, die uns bleiben, uns verfolgen, (14+J.); Studio Schauspielhaus

29 FREITAG

➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche
➔ **Musik** 20:00 Landslide, Folk-Rock mit mehrstimmigem Gesang Lutterbeker

20:00 Pernilla Kannapinn, Musikerin und Vagabundin - wie aus dem Märchen Leuchtturm
➔ **Sport** 13:00 Baltic Sea Darts Open, European Tour 2026; auch um 19 Uhr Merkur Ostseehalle
16:00 Denken und Bewegen - Brainwalk im Domänental mit Marion Assmann, Treffpkt. Parkplatz Domänental, Claus-Sinjen-Straße mit Arno Ketelsen; Anmeldung: Tel. 901-5200 oder info@foerde-vhs.de BuergerKrons
➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Frau des Michelangelo, von Eric Assous KomoedWil
19:00 La forza del destino - Die Macht des Schicksals, Oper von Giuseppe Verdi; Einführung um 18.15 Uhr im 2. Foyer Opernhaus
19:30 Between Volga and Void, Tanztheater mit Kristina Schleicher KulturForum
20:00 Gastspiel des Theaters Lübeck: Hafensstraße, im Anschluss Nachgespräch Schauspielhaus
20:30 Foxfinder - Dawn King, im Studio Schauspielhaus
➔ **Vortrag-Führung** 16:00 Junges Literaturhaus - "Die Insel der Schlassocks", Kinderbuchlesung mit Nils Mohl ab 8 J. Literaturhaus
➔ **Tanzen** 20:00 Hansis Tanztreff #12 Hansa48
21:00 Date Night: Tanzen, Flirten, Verlieben, ab 18 J.; Halle 1 TraumGmbH
21:30 Karaoke, immer freitags im Restaurant - Eintritt frei TraumGmbH
22:00 K-Pop Party, Halle 2 TraumGmbH

30 SAMSTAG

➔ **Sport** 13:00 Baltic Sea Darts Open, European Tour 2026; auch um 19 Uhr Merkur Ostseehalle
➔ **Theater-Comedy** 19:00 Die Frau des Michelangelo, von Eric Assous KomoedWil
19:00 Don Pasquale, Oper von Gaetano Donizetti Opernhaus
19:30 Between Volga and Void, Tanztheater mit Kristina Schleicher KulturForum
19:30 Frankenstein - Premiere, Jugend; frei nach Mary Shelly Werftpark
➔ **Tanzen** 20:00 Ukrainische Soli-Party & Karaoke in Kiel Hansa48
23:00 Blaulichtparty Kiel: Action, Beats, Specials, Halle 1 TraumGmbH

31 SONNTAG

➔ **Kinder** 12:00 Kindertheater zum Mitmachen mit Christian Kock, Kino TraumGmbH
➔ **Musik** 18:00 Englische Kathedralmusik - Konzert zur Wiedereinweihung der sanierten Orgel, mit Werken von Stanford, Ireland u.a. mit Roger Sayer (Orgel, London), Kieler Knabenchor, Volkmar Zehner (Dirigent) Nikolaikirche



lacarte

Wir suchen:

- freie Radakteur*innen mit Erfahrung und/oder großem Talent
- Magazinverteiler*innen gesucht

Wir bieten: ein sympathisches Team und eine attraktive Vergütung

Bewerbung an: redaktion@lacarte.de

oder

Bahnhofstr. 12
24253 Probsteierhagen
Tel. 04348-91 92 582

Rätselaufklärung vom Vormonat

Gewonnen? Das Lösungswort war ...
„SAUERKRAUT“



Die Gewinner:
Marco Boldt
Waltraut Effmann
Peter Hack

17 MITTWOCH

➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde, Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche

➔ **Vortrag-Führung** 19:00 Pump up the Mic - Regio Slam Kiel, Roter Salon Pumpe
19:30 Andrea Paluch liest: "Ruth Berlau: alles für einen", in der Gemeindebücherei Kronshagen BuergerKrons

➔ **Tanzen** 22:00 Cheap Cheap Club & Karaoke, Halle 1; bis 24 Uhr alle Drinks zum 1/2 Preis TraumGmbH

18 DONNERSTAG

➔ **Musik** 12:05 Orgelmusik zur Marktzeit, Volkmar Zehner, Orgel Nikolaikirche

19 FREITAG

➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche

24 MITTWOCH

➔ **Musik** 17:00 Die halbe Stunde, Eintritt frei, Spende erbeten Nikolaikirche
19:00 Nacht der Chöre, mit der Heinrich Schütz-Kantorei Kiel, dem Vokalensemble Kiel, dem SanktNikolaiChor Kiel, und weiteren Chören aus dem Kirchenkreis Altholstein Nikolaikirche

25 DONNERSTAG

➔ **Musik** 12:05 Orgelmusik zur Marktzeit, Volkmar Zehner, Orgel Nikolaikirche

26 FREITAG

➔ **Ausstellung** 18:00 Vernissage: "Sommerbrise" - Aquarelle zwischen Dünen und Meer von Wiebke Meier FreyaFrahmHaus
➔ **Essen** 10:00 coffee to stay: bleiben, kaffee, begegnung, gespräche, jeden Freitag von 10-13 Uhr Nikolaikirche

➔ **Tanzen** 22:00 Doppeldecker Party / Ü16, Halle 1 TraumGmbH
23:00 Gays and Friends, jeden 3. Freitag im Monat queer feiern TraumGmbH

27 SAMSTAG

➔ **Ausstellung** 14:00 "Sommerbrise" - Aquarelle zwischen Dünen und Meer von Wiebke Meier, bis 12. Juli 2026; geöffnet: Mi-Sa 14-18 Uhr, So/Feiertag 11-18 Uhr FreyaFrahmHaus

29 MONTAG

➔ **Musik** 20:00 Konzert zur Wiedereinweihung der sanierten Orgel mit Werken von Bruckner, Guilmant, Smetana, mit dem Kieler Kammerorchester, Orgel und Imre Sallay Nikolaikirche

30 DIENSTAG

➔ **Vortrag-Führung** 10:50 Exkursion zur NordArt 2026 nach Büdelsdorf, Bitte auf Interessentenliste setzen lassen. VHS-Feierabendkreis: Anmeldung, Tel. 0431/24850-280 od. vhs@kronshagen.de BuergerKrons

DIE ORTE

Alte Meierei am See - Postfeld Honigkamp 16, 24211 Postfeld, Tel. 04342 - 8 44 77, www.alte-meierei-am-see.de

Ansgarkirche Waitzstraße 56, Kiel, Tel. 56 26 64

Bürgerhaus Kronshagen Kopperpähler Allee 67, Kronshagen, Tel. 24 85 02 21

FH Computermuseum Bunker Eichenbergskamp, Eichenbergskamp 8, 24149 Kiel, Tel. 210-1741

Flandernbunker Kiellinie 249, 24106 Kiel, Tel.: 0431-260 630 9, www.mahnmalikilian.de, info@Kriegszeugen.de

Freya-Frahm-Haus Förderverein, Strandstraße 15, 24235 Laboe, Tel. 04343-8579, Frau Lübeck; www.freya-frahm-haus.de

Hansafilmpalast Hansastr. 48, 24118 Kiel, Tel. 564657, www.hansastrasse48.de

Jerds Juke Joint Joldelund Bahnhofstr. 1, 25862 Joldelund, Tel. 0172-977 47 08, https://www.jukejoint.joldelunder.de

Theater die Komödianten Wilhelminenstr. 43, Kiel, Tel. 553401, www.komoediantentheater.de, Kartenvorverkauf: Konzertkasse Streiber & Touristinformatio

KulturForum und STATT-Café in der Stadtgalerie Neues Rathaus, Andreas-Gayk-Str. 31, Kiel, Karten Tel. 901-3400

Kultururladen Leuchtturm An der Schanze 44, Kiel-Friedrichsort, Tel. 39 68 61

Kulturspeicher SH Schleswig-Holsteinische Landesbibliothek im Kulturspeicher, Wall 47/51, 24103 Kiel, Tel. 0431-69677-13, E-Mail: landesbibliothek@shlb.landsh.de

Literaturhaus Literaturhaus Schleswig-Holstein, Schwanenweg 13, 24105 Kiel, Tel. 0431-5796840, www.literaturhaus-sh.de

Lutterbeker Dorfstraße 11, Lutterbek, Tel. 04343-94 42, www.lutterbeker.de

Maritim Hotel Bellevue Bismarckallee 2, 24105 Kiel, Tel. 3894-0

Max-Tau-Schule Odensestr. 6, 24109 Kiel

Merkur Ostseehalle Europaplatz 1, 24103 Kiel

Nikolaikirche Alter Markt, Kiel, Tel. 9 50 98

Opernhaus Rathausplatz 4, 24103 Kiel, Vorverkauf 901 901, www.theater-kiel.de

Paul-Gerhardt-Gemeinde Ivensring 9, 24149 Kiel, Tel. 0431-2036

Pumpe Haßstr. 22, 24103 Kiel, Tel. 2 00 76 41

Räucherei Preetzer Str. 35, Kiel-Gaarden, Tel. 77570-34 od. -24

Schauspielhaus Holtener Str. 103, 24105 Kiel, Tel. 88 66 80, Vorverkauf 901 901

Kieler Schiffahrtsmuseum Wall 65, Kiel, Tel. 901-3428, tgl. 10-18 Uhr

Schloss Hagen Schlossstraße 16, 24253 Probsteierhagen, Telefon: 04348-91888; www.schloss-hagen.de

Zentrale Stadtbücherei Andreas-Gayk-Straße 31, 24103 Kiel, Tel. 9 01 34 37, http://www.kiel.de/stadtbuecherei

Stadtgalerie, -bilderei Andreas-Gayk-Straße 31, 24103 Kiel, Tel. 0431 / 901-3400; www.stadtgalerie-kiel.de

Stadtteilbücherei Gaarden Elisabethstraße 64; Kiel-Gaarden, Tel. 73 66 01

Stadtteilbücherei Mettenhof Vaasastraße 43, Kiel-Mettenhof, Tel. 52 40 75

Theater Lübeck Beckergrube 16, 23552 Lübeck, Tel. 0451-399 600; www.theaterluebeck.de

Traum Kino Grasweg 19, Kiel, Tel. 544450, www.traumgmbh.de/kino.htm

WarlebergerHof Danische Str. 19, Kiel, 24103, Tel.: 04319013425, www.museen.de/kieler-stadtmuseum-kiel.html

Theater im Werftpark Ostring 187a, 24143 Kiel-Gaarden/ Ellerbek, Gruppenvorbestellung erbeten, Tel. 760400, Vorverkauf 901901

DER BUCH-TIPP

KAFFEE MEHR ALS NUR EIN GETRÄNK



Kaffee ist längst nicht mehr nur ein Genussmittel, sondern ein Spiegelbild unserer globalisierten Welt. Zwischen Anbau und Aufbereitung, zwischen traditionellen Handwerksmethoden und modernster Technologie spiegelt sich die Vielschichtigkeit dieses Alltagswunders wider. In einer Zeit, in der Nachhaltigkeit und Verantwortung zunehmend in den Vordergrund treten, stellt sich die Frage: Wie können wir Qualität und Verantwortung im Kaffeehandel sichern – ökologisch, sozial und rechtlich? Und was kann Künstliche Intelligenz, wenn es um echten Geschmack geht? „Das große Buch vom Kaffee“ (Frankfurter Allgemeine Buch) ist eine umfangreiche, ansprechend bebilderte Darstellung von allem, was mit Kaffee zu tun hat. Es verbindet Handwerk mit Hightech, Genuss mit Gewissen und mit Tiefe.

Ein Buch für alle, die ganz genau verstehen wollen, was die Welt des Kaffees heute ausmacht – und morgen prägen wird. Ein ideales Geschenk für Kaffeeliebhaber. Der Deutsche Kaffeeverband ist die Interessenvertretung einer ganzen Branche: Rund 380 Unternehmen aus allen Gliedern der Wertschöpfungskette – von Nachhaltigkeitsorganisationen über Röstereien bis hin zu Maschinenbauern, Logistikern und Laboren – finden hier eine gemeinsame Stimme. Der Verband ist eine Institution, die mit Auszeichnungen wie „Verband des Jahres“ (2014, 2018, 2024) nicht nur intern glänzt, sondern auch öffentlich sichtbar ist.

Kaffee – mehr als nur ein Getränk
Das große Buch vom Kaffee
Frankfurter Allgemeine Buch
400 Seiten, Hardcover
€ 32,00 (D)
ISBN: 978-3-96251-244-6
Deutscher Kaffeeverband e.V.



IMPRESSUM

Herausgeber (V.i.S.d.P.)
à la carte - Verlag
Nils Petersen
Bahnhofstraße 12
24253 • Probsteierhagen
Redaktion und Anzeigen
0 43 48-9 19 25 82
0 43 48-9 19 25 83
info@lacarte.de www.lacarte.de

Layout & Anzeigengestaltung
German Romani

Text und Fotos
Kerstin Harmsen,
Thom Glas,
Martin Reuter,
Claudia Lazar,
Jutta Kürtz,
Ulrike Preuß

Das „la carte“ erscheint zweimonatlich und wird kostenlos bei Gewerbetreibenden im Erscheinungsgebiet verteilt und ausgelegt. Redaktionsschluss ist der 16. des jeweiligen Vormonats. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlags. Keine Gewähr für die Richtigkeit der Termine und Mittagstisch-Angebote. Keine Haftung für die Verletzung von Rechten Dritter an Anzeigenmaterial. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht immer die Meinung der Redaktion wieder.

à la carte-Verlag
Bahnhofstraße 12,
24253 Probsteierhagen

Absender

Name _____

Straße _____

Ort _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

1 2 3 4 5 6 7 8 9

10 11 12 13 14 15 16

Die TraumGmbH verlost ein Abendessen für 2 Personen im Wert von 60,- Euro.

Forstbaumschule
 Kochfabrik



Wer an der Verlosung teilnehmen möchte, frage hier das Lösungswort zum Kreuzworträtsel von Seite 46 ein: bis zum **31. MAI 2026** zuschicken

Die Karte bitte ausschneiden und bis zum **31. Mai 2026** zuschicken oder faxen 0 43 48-9 19 25 83. Nur eine Teilnahme pro Person, doppelte werden aussortiert. Aufkleben erhöht die Masse, aber nicht die Chance. ... Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Haben Sie ein Restaurant gewählt? Dann lösen wir Sie bevorzugt dort aus (das gelingt natürlich immer, dann gewinnen Sie auch in einem der anderen Restaurants).



Heimatküche war und ist und bleibt spannend!

Der Begriff „Heimat“ erlebt einen Hype! In Museen, Kunstvereinen und in der Werbung, im politischen Diskurs, auf Theaterbühnen und sogar auf Kanzeln. Auch in der Tiefkühltruhe! Und – dieser Tage hab' ich's entdeckt – sogar auf der Fußmatte vor der Haustür!

Heimat erlebt eine Renaissance als Gegenentwicklung zu Globalisierung und Internationalität. Allen nur denkbaren Reden gibt der Begriff kulturelle Substanz. Und den Menschen Identität. Denn Heimat hat immer einen individuellen geistigen, sozialen, religiösen und naturräumlichen Bezug. Und jeder oder jede erlebt „seine“ Heimat mit allen Sinnen. Denn Heimat kann man sehen und riechen, schmecken, hören und fühlen. Heimat ist Geschichte und Erinnerung, aber genauso Gegenwart und eine Planung in die Zukunft. In der heutigen inter- und multikulturellen Gesellschaft ein spannendes Thema.

Verständlich: Das gibt es ebenso lange schon – die „Heimatküche“. Bei einer der beliebten Kochshows tobten sich dieser Tage die Küchenkünstler bei dem Thema „Kindheitserinnerungen“ aus. Traditionelles, Altbewährtes wurde auf moderne, raffinierte Weise zubereitet. Tolle Ergebnisse kamen da auf die Teller und die Gourmetlöffel! Und so etwas wie die Initiative „Heimatküche 2.0“ diskutiert, wie regionale Zutaten und Zubereitungsmethoden im 21. Jahrhundert zukunftsfähig bleiben.

Klar, dass es da seit Jahrzehnten traumhafte Bücher gibt! Ganze Kompendien, die alle Erinnerungen umsetzen und den aktuellen Köchinnen und Köchen zeigen, wie es unseren Müttern und Großmüttern gelungen ist, so unverwechselbar Leckereres zuzubereiten. Mit dem immer ganz persönlichen „Man-nehme-Geheimnis“!

Leibspeisen von einst finden wir in der Heimatküche – die Klassiker wie den Gänsebraten und bei uns im Norden den bewährten Doppelbraten (Rind und Schwein zusammen geschmort) und natürlich die „Goosküül söötsuur“. Und dann haben wir den großartigen „Großen Hans“ in der Zapfenform, mit Speck und Sauerkirschen dazu. Oder Backobst. Wenn das junge Gemüse den Garten füllte, gab es „Schnüsch“. Und wenn der Schinken zu Ende ging und die würzigen Kochbirnen reif waren, aßen wir „Grönen Heini“ (Birnen, Bohnen und Speck). Oder es gab mal Senfeier und die leckersten Pfannkuchen der Welt! Dorsch mit Senfsoße und Heringe und Matjes. Und bei Festen kam die köstliche „Frische Suppe“ = „Hochzeitssuppe“

oder eine sehr gehaltvolle „Wiensupp“ in großen Kummern auf den Tisch. Lecker die roten und grünen Grützen und die geschichteten Cremes. Und die wunderbarste Zitruspeise „Ich lass Dich nicht“! ... Und wie dann auch gebacken wurde!

Unsere Heimatküche war – ist! – einfach großartig. Und sie „lebt“! Die fleißig schreibenden und kochenden und backenden Genussmenschen der letzten 50 Jahre haben dafür gesorgt!

Und dann wird leider ein neues norddeutsches Kochbuch so angepriesen: „Ich habe dieses Kochbuch geschrieben, weil sich keiner mehr um die schönen Rezepte unserer Großmütter und Mütter kümmert. Sie gehen alle verloren!“ So die – mir noch nicht bekannte – Autorin.

Irrtum, liebe Kollegin!!!

Durch mein langes, sehr aktives Leben (auch) als Food-Autorin, Verfasserin von sehr speziellen Kochbüchern und als landesweite Referentin kulturgeschichtlicher Vorträge – unter anderem über kulinarische Reisen durch den Norden – kenne ich die Fakten. „Heimatküche“ wird seit Jahrzehnten publiziert. In ganz Deutschland mit großartigen regionalen Sammlungen!

Mitte der 70er Jahre gab es einen Verleger in Münster, der eine ganze Landeskochbücher-Serie startete. Er machte ungewöhnlich schöne Bücher, die stets mit einem farblich regional passenden Stoff bezogen waren, die Rezepte wurden auf ein gebrauchtes Fettflecken-Papier gedruckt, viel Handschriftliches stand dazwischen – wie früher. Und historische Abbildungen. Die Autorinnen und Autoren waren Kenner aus der Region, die Geschichte(n) erzählen konnten! Ja, ich gehörte auch dazu! Was für tolle Bücher präsentierten da ab Mitte der 1970er Jahre unser kulinarisches Erbe! In Millionen-Auflagen!

Und es passierte noch etwas: Der Landfrauenverband, der Tausende von Mitgliedern in den deutschen Regionen hatte, auch in Schleswig-Holstein, startete landesweit mit regional typischen, teilweise sogar handschriftlichen Landfrauen-Kochbüchern! Unendlich viele fleißige Landfrauen verfassten sagenhafte regionale Kochbücher. Unglaubliche Auflagen wurden gedruckt. Diese Landfrauen-Kochbücher wurden zu wahren Fundgruben! Ich entdeckte viel längst Vergessenes. Wie verschieden doch die Regionen und ihre Spezialitäten waren! Im Übrigen konnte man sich landauf, landab herrlich über die „richtigen“ Rezepte streiten, wie beispielsweise über den norddeutschen Grünkohl, wie er „korrekt“ gekocht werden musste ... Super! Die heimliche Küche wurde dokumentiert, ein sehr wesentliches Kapitel unserer Geschichte! Sogar die Küche aus dem deutschen Osten. Denn die Familien, die nach dem Krieg bei uns eine neue Heimat gefunden hatten, brachten in die Landfrauenvereine ihre Kultur aus beispielsweise Pommern, Schlesien und Ostpreußen mit. Auch ihre Heimatküche!

Und nun sind wir – küchentechnisch – aktuell überrollt worden von der großen Zahl der Migrantinnen und Migranten! Da gibt es wieder viel zu staunen! Denn die Familienmütter aus den Fluchtgebieten bringen uns sehr ungewohnte kulinarische Erlebnisse! Für sie – vergessen wir das nicht – ist es ein Stück Heimat, eine Erinnerungskultur, erfüllte Sehnsucht nach ihrer Heimat. Ihre Heimatküche! Ihre Identifikation. Selig-machend mitsamt allen Geschichten, die sie dazu erzählen. Eine spannende neue Art der Heimatküche! Eine Herausforderung für uns!

Ja, Heimat betrifft jeden von uns – und sie ist immer aufs Neue lebendig! ■ Jutta Kürtz



www.lacarte.de/mittagstisch



Bild von KI erstellt



Immo wieder Sparkasse!

**Kaufen. Bauen. Finanzieren.
Verkaufen. Modernisieren.**

Alles aus einer Hand.
Alles mit Plan. Alles mit uns.
Damit auch Sie sagen:
Immo wieder Sparkasse.

Weil's um mehr als Geld geht.



Förde Sparkasse