

Genussort: „Zur Lilie“ im Liliental am Kaiserstuhl



Nach meinem Urlaub möchte ich euch endlich mal wieder einen Genussort vorstellen, den ich mittlerweile mehrmals besucht habe. Falls ihr demnächst mal Urlaub im Südschwarzwald bei Freiburg oder direkt am Kaiserstuhl macht, solltet ihr euch das Arboretum im Liliental nicht entgehen lassen.

Zwischen Ihringen und Wasenweiler gelegen ist das seit 1958 von der Forstlichen Versuchs- und Forschungsanstalt Baden-Württemberg betriebene Arboretum immer wieder einen Besuch wert. Zu sehen gibt es nicht nur alle Arten von Bäumen aus

aller Welt – darunter Mammutbäume – sondern auch Orchideen, Schmetterlinge und immer wieder wunderhübsche Ausblicke, Lichtungen oder idyllische Plätze.

Am Eingang zum Arboretum steht das [Gasthaus „Zur Lilie“](#), wo man hervorragend essen kann. Die Gastgeber Nathalie und Uwe Rösch begrüßen ihre Gäste im sogenannten kleinen Schlösschen der alten Hofanlage.



Sie beschreiben ihre Küche so:

„Es erwartet Sie eine Küche, die sich nicht in eine Schublade einsortieren lassen will. Deshalb verzichten wir auf Adjektive

wie regional, badisch, mediterran, saisonal, traditionell – Es gibt das, was wir selber mögen und was der Markt hergibt. Immer frisch und eigenhändig zubereitet.

Wann immer möglich von regionalen Erzeugern, die, wie wir, mehr Bewusstsein und Achtsamkeit im Umgang mit Mensch+Tier+Natur leben wollen.“

Das Fleisch ist biologisch, weshalb ich dort schon zwei Mal Fleisch genossen habe, was ich in Restaurants normalerweise nicht tue. Alles ist frisch, kreativ zubereitet und super lecker.

Auch die Kuchen sind köstlich!





Bei schönem Wetter sitzt man herrlich auf der großen Terrasse, aber auch innen ist es gemütlich. Der hell und freundlich

gehaltene Raum mit Holzmöbeln wird liebevoll mit kleinen Blumenvasen dekoriert.

Der Service ist sehr freundlich und engagiert. Einfach so, wie es sein soll. Wir fühlen uns immer herzlich willkommen und sehr gut bewirtet. Diese Empfehlung kommt wirklich sehr von Herzen!



Wer dort essen möchte, sollte am besten vorher anrufen und reservieren. Da man dort auch feiern kann, könnte nämlich eine Geschlossene Gesellschaft einen Strich durch die kulinarische Rechnung machen.

Demnächst gibt es auch wieder etwas zu naschen hier,

versprochen! Seit meinem Urlaub sitze ich an einem neuen Buchprojekt, für das ich als Co-Autorin Texte zaubern darf. Da bleibt nicht sehr viel Zeit zum Kochen oder Backen. Aber etwas Kleines wird sicher hin und wieder entstehen. =)

Habt eine genussvolle Sommerzeit und lasst es euch gut gehen – vielleicht ja bald mal im Liliental.

Eure Judith

PS: Die Lilie sucht übrigens noch passioniertes Personal! Wer in einer wunderschönen Umgebung mit sympathischen Menschen arbeiten möchte, kann sich bei den Röschs melden! =)

Kulinarischer Streifzug in Neapel: Von Pizza Margherita und einem vegetarischen Restaurant



Ich

melde mich zurück aus dem Urlaub. 10 Tage dolce vita in Italien liegen hinter Naschkater und mir. 10 Tage voller köstlicher Pizzen, Cornetti, Gelati, Pasta. 10 Tage voller Sonne, Strand, Erholung mit tollen Menschen und wunderschönen Momenten in traumhafter Umgebung.

Demnächst werde ich euch von einer herrlichen Weinprobe in den Hügeln Kalabriens und mit Blick aufs Meer und den Stromboli berichten. Und von einem fantastischen Pastakurs, bei dem wir zwei typisch kalabresische Pastasorten kennen und formen gelernt haben.

Unsere erste Station war allerdings Neapel, wo wir drei Tage verbrachten, bevor es mit dem Zug weiter Richtung Süden ging. Neapel entspricht allen Urteilen, die man so hört: Es ist unfassbar laut, schmutzig und gefährlich. Wobei sich zwei Punkte vor allem auf den Verkehr beziehen. Bisher habe ich solch einen höllischen Verkehr nur in Indien erlebt. Da rasen Vespas durch die engsten Gassen, abends auch gerne mal ohne Licht und bergab ohne Motor, und wenn man nicht ständig um

sich schaut und zur Seite hechtet, kann man sich an jeder Ecke drei Mal überfahren lassen. Gehupt wird am laufenden Band, auch nachts. Und die Gehwege – nun ja. Es scheint in dieser Stadt zahllose Hunde zu geben und genauso viele Besitzer, die die Hinterlassenschaften ihrer Lieblinge NICHT beseitigen...



Trotzdem fand ich Neapel überraschend schön. Die Stadt selbst hat hübsche Ecken und die Lage am Golf, eingerahmt von den zwei Inseln und überragt vom Vulkan, ist wunderschön.

Und als Naschkatze stand Neapel natürlich auf meiner bucket list: Einmal in Neapel Pizza Margherita essen – das musste schon sein! Und das taten wir, gleich am ersten Abend.

Wir kamen in einem wirklich wunderschönen Airbnb unter (wer den Tipp braucht, schreibe mir gerne eine persönliche Nachricht) und unsere Gastgeberinnen Marcella und Carolina statteten uns mit wertvollen Tipps aus, wo man gut essen kann. Also landeten wir nach unserer Ankunft nahe unserer Unterkunft in der [Pizzeria Starita](#) in der via Materdei (nahe Metro Materdei), wo ich die beste Pizza meines Lebens aß. Eine simple Margherita besteht ja nur aus Teig, Tomatensoße, Käse und Basilikum – da lenkt nichts ab, da muss jede Zutat perfekt sein. Und sie waren perfekt. Der Teig war hauchdünn und nicht trocken, der Rand etwas dicker und fluffiger, die Soße fruchtig, der Käse lecker. Es war so köstlich und ich im Himmel. Solltet ihr mal in Neapel sein – esst Pizza was das Zeug hält! Es gibt zahllose grandiose Pizzabäcker in dieser Stadt. Am besten fragt ihr Einheimische nach ihren Geheimtipps.



Zwei weitere Abende in Folge waren wir in einem Restaurant, das wir im Reiseführer entdeckt hatten: [Un sorriso integrale](#). Das vegetarisch-vegane Restaurant versteckt sich nahe der Piazza Bellini in einem Hinterhof. Wir liefen zuerst vorbei, denn am Eingang war auch kein großes Schild, sondern eine Art Poster an der Wand, das wir gar nicht beachteten.



Drinnen sitzt man herrlich ruhig (in Neapel eine Wohltat) und das Essen schmeckte uns hervorragend. Sehr zu empfehlen ist der gemischte Teller (piatto misto), der sich jeden Tag aus anderen Gerichten zusammensetzt.



Wir hatten Karottengemüse mit Ingwer und Sesam, Hülsenfrüchtesalat, geschmorte Endivien, Ofenkartoffeln, ein bisschen Pilzrisotto, Paprikagemüse mit Feta, Mangoldgemüse und ein Stück Kürbis mit Ricotta auf dem Teller. Zum Dessert gab es diverse Crostate, Kuchen aus Mürbteig mit einer Konfitürefüllung. Wer mal keine Pizza mehr sehen kann und etwas leichtes, gemüsiges haben möchte, der ist hier goldrichtig, zumal die Zutaten biologisch sind.



Nach einem Tag in dieser chaotischen und dennoch schönen Stadt, einem Tag auf dem Vesuv und einem langen Tag in Pompeii ging die Reise dann weiter nach Tropea, in die Stadt der roten Zwiebeln. Davon hier bald mehr – mit einem Rezept für köstliche selbst gemachte Pasta (ohne viel Aufwand!).

Habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

*** Beitrag enthält unbeauftragte Werbung in Form von Verlinkung ***

Streifzug in die Hauptstadt: Lecker essen in Berlin

Letzte Woche war es wie angekündigt sehr ruhig hier auf dem Blog. Wie geplant bin ich nach Berlin gefahren, um eine Fortbildung zu machen und eine Freundin zu besuchen. Die Fortbildung fiel dann leider ins Wasser, dafür hatte ich dann zwei Tage mehr Urlaub, was natürlich umso schöner war.

Und selbstverständlich wurde in Berlin auch wieder fleißig gefuttert, denn in einer internationalen Großstadt gibt es ja eine unfassbar reiche kulinarische Landschaft.



Diesmal konnte ich allerdings gar nicht so viele kulinarische Streifzüge machen, denn einmal waren wir zu einem wahren Festbankett in einer WG eingeladen. Eine Freundin und ein

Freund meiner Gastgeberin hatten mit ihrer WG ein Abendessen mit Freunden geplant und ein Goldenes Herbstdinner gekocht. Sogar eine handgeschriebene Menükarte hing an der Wand. Der Tisch war liebevoll dekoriert mit Blättern, Eicheln, Kerzen und einem Herbststrauß. Und das Essen war fantastisch! Wäre es ein Restaurant gewesen, hätte ich es euch auf jeden Fall empfohlen. So kann ich aber nur noch einmal „Danke“ sagen, dass ich dabei sein durfte und euch allen empfehlen, doch auch mal einen gemütlichen Abend mit Freunden, selbst gekochtem Essen und gutem Wein zu machen. Gemeinschaftliches Essen macht doch einfach noch viel mehr Spaß!



Am Abend zuvor luden wir erwähnte Gastgeberin des Herbstmenüs zu einem französischen Abend ein, denn sie hatte Geburtstag. Da ich sie von unserem gemeinsamen Sommerurlaub in Cassis kannte, war das umso passender.

Wir aßen in der französischen, genauer gesagt bretonischen, [Crêperie „La Bigoudène“](#).



Dort kann man authentische bretonische Buchweizengalettes, aber auch Crêpes und herzhaftes Salate genießen. Die meisten Produkte stammen aus der Bretagne oder Frankreich. Cidre wird

klassisch in der „*bolée*“ serviert, einer schalenartigen Tasse. Die Galettes sind glutenfrei und werden in diversen leckeren Varianten angeboten, wie auch die süßen Crêpes zum Nachtisch. Wer Galettes und Cidre liebt, wird hier definitiv auf seine Kosten kommen.



Nachdem ich dieses Jahr ein Rezept für das [E-Rezeptebuch der Stadtfarm](#) beigesteuert hatte, wollte ich die Gelegenheit nutzen und das Urban-Farming-Projekt besichtigen. Die Stadtfarm baut Gemüse, Salat und Kräuter an – in der Stadt, für die Stadt. Außerdem werden im Aqua-Terra-Ponik-Verfahren auch Afrikanische Catfish gezüchtet, die wenig Platz brauchen, gute Futterverwerter sind und auch noch köstlich schmecken. Nachhaltiger Fisch aus Deutschland also.

Die liebe Janine führte mich ein wenig auf der Farm herum und zeigte mir die Gewächshäuser, die Fischbecken, den kleinen Marktstand im Besucherzentrum, wo man einkaufen kann, und wie das Wasser der Fischbecken gereinigt und dann in der Pflanzenzucht verwendet wird. Wer sich für das Projekt interessiert, kann jederzeit vorbei kommen oder sogar eine

Führung buchen.

Die Stadtfarm liegt im Landschaftspark Herzberge im Bezirk Lichtenberg. Dort gibt es Schafweiden, Wiesen, Wäldchen und für eine Großstadt erstaunlich ländlichen Frieden, um mal kurz durchzuatmen. Eine Stippvisite lohnt sich!





Am letzten Tag war ich noch mal in Charlottenburg unterwegs und frühstückte im Café „[Die Stulle](#)“. Das Café ist urgemütlich eingerichtet. Kronleuchter hängen an der stuckverzierten Decke des Altbaus, an schönen Tagen kann man draußen sitzen und die recht ruhige Carmerstraße beobachten. Zu Essen gibt es allerlei Köstlichkeiten, wie der Name schon sagt, viele reich belegte Brote, Stullen eben. Man bekommt aber auch Pancakes, Bowls, Kuchen, Zimtschnecken, und und und. Ich hatte das Cleaneating Breakfast, eine Stulle mit Spinatrührei, Kürbis, Speck, diverser Rohkost, Sprossen, Kresse und einer fantastischen Honig-Senf-Soße. Zum Reinlegen. Eine Zimtschnecke passte danach leider nicht mehr in den Bauch, aber ich nahm mir eine mit für die Reise am nächsten Tag und hatte ein genussreiches Frühstück in der Bahn.



Die Atmosphäre in der Stulle ist sehr entspannt und herzlich, man wird sehr persönlich und mit Leidenschaft bedient und merkt sofort, dass hier Leute mit Herzblut arbeiten.

Die Küche verwendet regionale, frische und nachhaltige (Bio-)Produkte. Auch für Vegetarier und Veganer gibt es ein tolles Angebot.

Wer in der Nähe ist, sollte dort unbedingt mal vorbei schauen und auch ich werde beim nächsten Berlintrip definitiv wieder dort
essen!



Den letzten Abend verbrachten wir in der [Markthalle IX](#) in Kreuzberg, auch Eisenbahnmarkthalle genannt. Dort finden Wochenmärkte statt und donnerstags ab 17 Uhr kann man sich beim „Street Food Thursday“ durch ein vielfältiges, internationales Street Food-Angebot schlemmen.

Gleich werde ich endlich mal wieder einen Kuchen backen, also gibt es hier demnächst auch mal wieder was zum Naschen. =)

Ich wünsche euch einen genussvollen Sonntag, macht es euch gemütlich!

Eure Judith

***** Beitrag enthält unbeauftragte und unbezahlte Werbung in Form von Gastronomie-Vorstellungen/-verlinkungen. *****

Genussort in Frankfurt: Himmlische Pizza bei „Da Cimino“



Schon seit letztem Jahr schlummert dieser Tipp in meinem Archiv und eher zufällig fielen mir diese Fotos wieder in die Hände. Dabei wollte ich euch den Insider-Tipp nicht vorenthalten! Meine liebe Freundin Katrin, die ich vor einigen Jahren in New York kennen lernte und die in Frankfurt lebt, hat mich vergangenes Jahr schon zum zweiten Mal beherbergt und mir bei dieser Gelegenheit auch gezeigt, wo es ihrer Meinung nach die beste Pizza Frankfurts gibt. Über solche pauschalen Aussagen lässt sich ja immer streiten – es ist eben alles Geschmackssache – aber ich kann euch versichern, ganz vorne dabei ist diese Pizzeria auf jeden Fall. Von außen wirkt das [Da Cimino](#) eher unscheinbar, ja gar nicht mal wirklich einladend und wer als Tourist in Manhattan unterwegs ist,

wird sie nicht zufällig finden, denn sie befindet sich nicht wirklich in einer Touristenstraße mit Sehenswürdigkeiten. Dafür finden jedoch viele Studenten und junge Leute den Weg dorthin und wer einmal dort gegessen hat, weiß warum. Für einen sehr guten Preis bekommt man eine großartige Pizza aus dem Holzofen mit knusprigem Teig und frischen Zutaten. Groß ist das Lokal nicht. Dafür abends rappellvoll. Innen gibt es Stehtische und einige Sitzgelegenheiten, außen in einem kleinen Hof Biertische, wo man an lauen Sommerabenden wunderbar sitzen kann. Die fertigen Bestellungen werden ausgerufen und man holt sein Essen an der Theke ab.



Die Auswahl ist super, nicht nur bei der Pizza, sondern auch der Pasta, und ich konnte mich wie so oft nicht entscheiden, weil vieles so lecker klang. Verlockend fand ich zum Beispiel die Pizza Caprese mit frischen Tomaten, Mozzarella und Basilikum. Oder Salmone mit frischem Lachs und Zwiebeln. Am Ende wählte ich Nummer 33a mit Tomaten, Mozzarella, frischem Rucola und Parmesan für 8 Euro.

Katrin hatte nicht zuviel versprochen. Es schmeckte göttlich!

Wer nicht unbedingt in einem gemütlichen Restaurant essen muss oder sich in Frankfurt etwas Feines mitnehmen möchte, um es zum Beispiel in einem nahen Park oder am Main zu füttern, der ist hier goldrichtig. Preis-Leistungs-Verhältnis: Knaller. Geschmack: Wie in Italien.

Da Cimino

Adalber Straße 2960486

Frankfurt am Main

Streifzug durch die Hauptstadt: 3 Tage Essen & Trinken in Berlin



Hacke

sche Höfe & eine Straße nahe dem Mauerpark

Wir sind schon wieder zwei Wochen zuhause von unserem Trip in die pulsierende Hauptstadt. Aber erst an meinen letzten zwei faulen Ostertagen habe ich Zeit und Ruhe gefunden, die Fotos zu ordnen und unsere Tage dort so richtig zu rekapitulieren. Grund der Reise war meine langjährige Brieffreundin, die zum runden Geburtstag eingeladen hatte und gleichzeitig ihre neue Wohnung einweihte. Dank ihr bin ich schon ganz schön herum gekommen, wohnte und/oder studierte sie doch in Maastricht (der einzige Ort, wo ich sie nicht besuchen konnte), Essen, Wuppertal, Düsseldorf, Salamanca und Köln (die Reihenfolge kriege ich ehrlich gesagt nicht mehr so ganz auf die Reihe), bevor es sie nach Berlin verschlug. Da ich lange nicht mehr dort war, fand ich ihre neue Heimat nicht schlecht, denn da gibt es so viel zu entdecken, dass einem sicher nie langweilig wird, auch wenn ich sie dort öfter als einmal besuchen kann.

Naschkater und ich reisten freitags an und trafen nach der Ankunft noch Katers Bruder beim Tiergarten, wo wir im Biergarten „[Schleusenkrug](#)“ [Müller-Breslau-Str.1, S-Bahn: Tiergarten, U-Bahn: Bahnhof Zoo] etwas tranken. Bei gutem Wetter kann man dort vor oder nach einem Spaziergang oder Zoobesuch großartig sitzen, etwas essen (die Speisekarte las sich sehr viel versprechend) oder sogar mit einem Frühstück für den Tag starten.



Abends gingen wir in ein vegetarisches Restaurant essen. Die ganze Gegend um das „[Café V](#)“ [Lausitzer Platz 12, U-Bahn: Görlitzer Bahnhof] herum bot tolle Restaurants und Bars wohin das Auge blickte und wären wir alleine gewesen, hätten wir uns sicher nicht entscheiden können. So aber lag unser Ziel fest und das war gut so, denn das Ambiente war sehr schön und vor allem das Essen war fantastisch! Die Karte mit all den kreativen Gerichten machte die Wahl wirklich schwer und alles schmeckte so köstlich, dass ich glatt noch einmal da essen würde, wenn ich in Berlin bin – obwohl es dort unzählige Möglichkeiten gibt, die es zu entdecken gilt.

Ich hatte übrigens Spinatbällchen mit Mandeln, dazu Spätzle und Champignonrahm. Naschkater wählte das Saitanschnitzel mit Rosmarin-Kartoffelecken und Paprikasoße. Davor teilten wir uns einen Vorspeisenteller, an dem man sich schon hätte satt essen können.



Danach ging es ins [Limonadier](#) [Nostitzstr. 12, U-Bahn: Gneisenaustraße], eine trendige Bar im Stil der 20er mit aufmerksamem Service, hausgemachter Limonade und sehr guten Drinks, von Klassikern bis hin zu Ausgefallenem. Einziges Manko der Location: Es darf geraucht werden. Allerdings gibt es eine so gute Lüftungsanlage dort, dass man hinterher trotzdem nicht komplett wie ein Räucherschinken riecht. Für Liebhaber guter Drinks absolut empfehlenswert.



Am kommenden Tag zog ich mit meiner Freundin los zum Mauerpark, wo ein riesiger Flohmarkt auf Schnäppchenjäger wartete. Einige **Foodtrucks** versorgten die Massen mit Leckereien und Erfrischungen und auch Handwerkliches gab es reichlich zu bewundern und zu kaufen. Mir fiel ein wunderschöner Stoffbeutel ins Auge, den ich vom Fleck weg kaufte.

Bei schönem Wetter ist der **Mauerpark** auf jeden Fall einen Besuch wert, denn dort tummeln sich Musiker und Künstler aller Art, die spontan kleine Konzerte geben. Trommler heizen Tanzwilligen ein, Schreibmaschinenpoeten verkaufen spontane Gedichte an Vorbeikommende und Sonnenhungrige grillen oder genießen den Tag auf der Wiese.

Danach durchstreiften wir die angrenzenden Straßen, holten uns einen Smoothie im hippen „[Superfoods & Organic Liquids](#)“ und aßen nach einer Verschnaufpause im Park im französischen Bistro „[Café Fleury](#)“ zu Abend [Beide Kastanienallee, U-Bahn: Rosenthaler Platz]. In der Kastanienallee gibt es überhaupt allerhand zu entdecken, ein Streifzug lohnt sich.



Am letzten Tag aßen Naschkater und ich dort noch einmal zu Mittag und zwar im **Vietnam Village** [Oderbergerstr.7, Tram: Schwedter Straße, U-Bahn: Eberswalder Str.], wo man nicht nur in schön gestalteter Atmosphäre sitzen, sondern auch hervorragend essen kann. Es gibt dort auch Mittagstisch für ca. 8 Euro mit tollen Kreationen, frischen Zutaten und vielen vegetarischen und sogar veganen Gerichten.

In der Kastanienallee gibt es übrigens einen rein englischen **Buchladen**. Wer Bücher also gerne in Originalsprache liest, kann dort hervorragend stöbern! [[Love Story of Berlin](#), Kastanienallee 88] Ein paar Meter weiter gibt es sogar einen feministischen Buchladen [*Buchladen zur schwankenden Weltkugel*, Kastanienallee 85]. Generell finden Leseratten in Berlin alles, was das Herz begehrt. Nicht nur **fremdsprachige Buchläden**, sondern auch Antiquariate, die sich auf Englisches spezialisiert haben (Eine kleine, sicher unvollständige, Liste findet ihr [HIER](#)) und andere besondere Lädchen, wie zum Beispiel eine Krimibuchhandlung (Liste [HIER](#)).

Ein Café in Kreuzberg, das mich auch sehr begeisterte, heißt

Café Freudberg [Körtestr. 34, U-Bahn: Südsterne]. Dort gibt es wunderbare selbst gemachte Kuchen, viele vegan, die alle so gut aussehen, dass man die Wahl hat. Wir entschieden uns für einen Avocado-Rührkuchen mit weißer Schoki, einen veganen Beerenkuchen mit Creme und einen weiteren veganen Kuchen, den ich gerade leider vergessen habe. Köstlich waren alle drei! Wer bei schönem Wetter kommt, sollte nicht nur zur Kuchenauswahl einmal nach drinnen gehen, sondern auch wegen des Wandgemäldes, das den Innenraum zu etwas Besonderem macht.

An einem Abend lernte ich direkt bei Anika um die Ecke den „[Pizza Teigmeister](#)“ kennen. Der kleine Laden mitten auf der Straße nennt sich kleinste Pizzeria der Welt und macht hervorragende Pizza zu gutem Preis. Bei warmem Wetter kann man das knusprige Stück gleich vor Ort verspeisen und noch ordentlich Chiliöl darüber träufeln, wie sich das gehört. Aber auch mitnehmen und zum Beispiel an der nahen Spree essen kann man die Pizzen. Wer in **Moabit** unterwegs ist und Hunger bekommt, sollte in der Levetzowstraße 10 [U-Bahn: Hansaplatz, Bus: Solinger Straße] vorbei gehen!



Am Hauptbahnhof entdeckte ich übrigens auch eine Zweigstelle des „[Café Haferkater](#)“, dessen Spezialität frisches, hausgemachtes schottisches Porridge in allen Varianten ist. Leider habe ich es nicht geschafft, dort zu essen, aber wer in Berlin ein gesundes Frühstück sucht, wird dort sicherlich fündig.

Wer von euch gute Tipps für kulinarische Streifzüge in Berlin hat, der lasse doch bitte einen Kommentar da, ich freue mich über jeden Hinweis, was ich bei meinem nächsten Besuch ansteuern kann, egal ob Restaurant, Bar, Café oder Foodtruck!!

Ich hoffe, euch hat meine kleine Reise durch die Hauptstadt gefallen und wünsche euch ein genussvolles Osterfest! Macht es euch schön!

Eure Judith