

Kulinarischer Streifzug in Köln - Teil 2: Frühstück im Café Franck, Stadtbummel, Bunte Burger und und und



Den zweiten Tag begannen wir mit einem richtigen Frühstück bei Anika um die Ecke. Das „[Café Franck](#)“ bietet gemütliche Atmosphäre im Stil der vierziger Jahre. Die Karte ist sehr originell gestaltet mit Fotos, Zitaten und ultimativen Tipps aus Hausfrauenratgebern von damals. Das Frühstück ist einfach und traditionell deutsch, dabei aber sehr liebevoll angerichtet und mit viel Obst dekoriert. Der Kaffee ist ebenfalls sehr gut und in der [Vitrine](#) stehen so viele verschiedene Kuchen, dass man am liebsten 10 Stunden bleiben möchte, um all diese köstlich duftenden Backwerke auch noch probieren zu können.

Frisch gestärkt bummelten wir los durch Köln-Ehrenfeld. Dort gibt es viele süße Cafés und Läden zu entdecken. Bei „[Zeit für Brot](#)“ duftete es ganz himmlisch und man kann dort nicht nur

zahlreiche Brotsorten kaufen, sondern auch einen Kaffee trinken, Backwaren vor Ort genießen und den Bäckern hinter einer Scheibe bei ihrem Handwerk zusehen.

Das „[Café Schwesterherz](#)“ fanden wir sehr einladend. Es wird sicher irgendwann ausprobiert, wenn ich wieder mal in Köln bin.

Im „[Café Ehrenfeld](#)“ machten wir ein kleines Päuschen, tranken einen sehr guten Cappuccino und entspannten auf alten Sesseln mit Blick auf die Straße.



Natür

lich muss man auch ein wenig klassisches Sightseeing machen, wenn man Köln besucht! Und so stand für diesen Tag der Dom auf dem Programm. Der beeindruckende gotische Bau ist innen erstaunlich hell, fand ich, und am Spannendsten war für mich das recht neue Fenster von Gerhart Richter im Südquerhaus, das völlig abstrakt aus Farbquadraten besteht. Fällt Licht durch das Glas, wirft es bunte Farbflecken auf den Kirchenboden.



In

der Nähe des Doms kauften wir uns bei „[Don Gelati](#)“ ein Eis (köstliche Pistazie!) und spazierten Richtung Rhein, wo wir an der Promenade entlang schlenderten. Dort findet man die Bilder, für die Köln bekannt ist und die man immer im Fernsehen sieht: die Rheinbrücke mit den zahllosen Schlössern, auf der Züge den Fluss überqueren; das Schokoladenmuseum mit seinem kleinen Tropenhaus; die Kranhäuser, die mit ihrer Architektur einen spannenden modernen Kontrast zu den alten Hafengebäuden bilden. In einem von ihnen soll Lukas Podolski wohnen, habe ich erfahren. Muss nett sein, da oben eine Wohnung zu haben. Ein weiter Blick über Fluss und Stadt dürfte garantiert sein.



Zurück

in der Nähe des Doms genossen wir noch eine ganze Weile das Seifenblasenspektakel, das dort von mehreren Seifenkünstlern geboten wurde. Da gab es riesige Blasen, die lange in der Luft schwebten und kleine Mädchen förmlich herausforderten, so hoch zu springen und sie platzen zu lassen. Da gab es hunderte kleine Blasen, mit einem Seil mit viiielen Schlaufen erzeugt, die alle Menschen in der direkten Umgebung in eine Wolke aus bunten durchsichtigen Kugeln hüllten.



Abend

s trafen wir uns bei „[Bunte Burger](#)“ mit drei von Anikas Mitbewohnerinnen und Sonjas Besucher. Das Restaurant in Ehrenfeld verwöhnt gesundheitsbewusste Naschkatzen mit veganen

Burgern, die aus hausgemachten Bratlingen, Saucen und vielen bunten Zutaten bestehen.

Zu den Pink Potatoes Chips oder den handgeschnittenen Pommes gibt es köstliche Saucen, zum Beispiel Zitronengras- Aioli, die ich supergut fand. Wir bestellten je eine Portion für alle mit Aioli und einer Veganaise.

Bei den Burgern hat man die Qual der Wahl, denn eigentlich klingt alles lecker.

Ich entschied mich für den **Alibaba Persia Burger** mit Kichererbsenbratling, Sesam-Dattelpesto, gebratener Aubergine, gebratenem Blumenkohl, karamellisierten Zwiebeln, Salat und frischer Minze.

Die anderen bestellten:

♥ **Don Corleone Italo Burger** mit Rucola, Polentabratling, Tomaten, Zucchini, Pinienkernen.

♥ **Desperado Tex Mex Burger** mit Schwarze Bohnen-Polenta-Bratling, Avocado, Tomate, Jalapenos.

♥ **Bob Marley Karibik Burger** mit Schwarze-Bohnen-Reis-Bratling, Mango, gebratener Süßkartoffel und Banane, karamellierte Zwiebeln und Hanf-Chili-Pesto.

♥ **Mutter Teresa Charity Burger** mit Weizen-Vollkorn-Bratling, Salat, Möhre, Gewürzgurke, Tomate, karamellierte Zwiebeln, Ketchup-Senf-Pesto.

Zum Abschluss orderten wir Kaffee, den es mit diversen Pflanzenmilchsorten gibt und eine Mousse au chocolat, die absolut phantastisch war. Man merkte null, dass sie vegan war (Seidentofu) und sie war so cremig und schokoladig, dass wir alle begeistert kosten ließen.

Jedes Gericht schmeckte uns großartig und man merkt, dass alles frisch und zeitnah zubereitet wird. Die Zutaten sind komplett biologisch, es gibt keine Zusätze und Allergiker finden eine ausführliche Tabelle der Inhalte am Ende der Speisekarte.

Nicht zu vergessen der Service, der wirklich top war! Sehr freundliche, lockere Mitarbeiter, die uns mit einem Gruß aus der Küche verwöhnten, Extrawünsche erfüllten und Wohlfühlatmosphäre schufen.

Es machte rundum Spaß, dort zu essen!



Nach dem Essen besuchten wir ein kostenloses Konzert in der Stadt, das im Rahmen der an diesem Wochenende stattfindenden Gamescom gespielt wurde. Es handelte sich um „[La brass banda](#)“, einer Gruppe bayrischer Jungs, die mit ihren Blasinstrumenten moderne, buntgemischte und sehr originelle Gute-Laune-Musik machen.

Ausklang fand unser Tag in einem Irish Pub, wo wir bei Kilkenny, Guinness und Birnencider die laue kölsche Sommernacht genossen.

Mein Wochenendbesuch in der spannenden Stadt ging leider seinem Ende zu. Ich werde aber auf jeden Fall wieder kommen, das war mir spätestens an diesem Abend klar. Es gibt noch so viel zu entdecken – und zu essen. =)

Bald gibt es noch den dritten, letzten Teil meiner Reise. Bis dahin lasst es euch gut gehen und habt eine genussvolle Zeit!

Eure Judith

Kulinarischer Streifzug in Köln – Teil 1: Hippe Cafés, originelle Läden und ein Street Food Festival



Hier bin ich wieder. Ich weiß, es war letzte Woche sehr ruhig hier. Viele von euch haben es hoffentlich gar nicht bemerkt, weil sie im Urlaub sind und es sich dort gut gehen lassen! =)

Seit einer Woche hat meine alte Küche neue Besitzer und wird in einer Studenten- WG nun hoffentlich noch viele Abenteuer und Feste erleben.

Meine Naschkatzenwenigkeit schaut nun allerdings ins Leere. Deswegen habe ich beschlossen, erstmal weg zu fahren. Da eine liebe Studienkollegin leider das Bett hüten muss (dies aber hoffentlich in froher Erwartung ihres Nachwuchses und nicht völlig frustriert ob dieser letzten ungeplant eintönigen Schwangerschaftswochen), zog ich den Trip nach Köln vor und reiste am Freitagnachmittag mit dem Fernbus ab.

Dies gestaltete sich schwieriger als erwartet. Der Bus kam erstmal über eine Stunde zu spät. Ich stand also voll gepackt

in der von den Bussen noch zusätzlich aufgeheizten Schwüle des Busbahnhofes und schwitzte, was das Zeug hielt. Als der Bus endlich kam, wurde es nicht besser. Die Klimaanlage ging nicht. Wir saßen apathisch da und der Schweiß lief in Sturzbächen. Es war schlicht nicht auszuhalten. Etwas später kam die Anlage dann doch in Schwung und alle atmeten auf. Bis der Busfahrer verkündete: *„Liebe Fahrgäste, wir müssen leider die Klimaanlage ausschalten. Der Motor ist schon viel zu heiß, es sind eben 37 Grad. Bitte entschuldigen Sie die Unannehmlichkeit.“* ... Glücklicherweise öffnete dann der Beifahrer den Notausstieg an der Busdecke, so dass uns die restliche Fahrt über ein Luftzug die Haare verwuschelte. Ich schloss die Augen und stellte mir vor, am Bug eines Schiffes zu stehen.

Endlich in Köln angekommen, begann mein wunderbares Wochenende. Meine Brieffreundin holte mich am Bahnhof ab und in ihrer hübschen WG in einer 60er Jahre Wohnung machten wir uns kurz frisch, bevor wir zu einem Grillpicknick im nahen Park aufbrachen, um die Rückkehr ihrer Mitbewohnerin Sonja aus New York zu feiern. Es gab diverse vegane Grillstücke, einen Couscous-Salat, Rote Beete-Salat, Guacamole, Hummus, Dipps, Fladenbrot, Schoko-Himbeer-Kuchen. Etwas weiter entfernt wurde Musik gespielt. Irgendwann begann ein heftiges Wetterleuchten und kurz darauf strömte ein Sommerregen herab und beendete unseren gemütlichen Abend im Grünen.

Am kommenden Morgen ließen wir den Tag gemächlich angehen. Wir verquatschten uns beim Kaffeetrinken auf dem Balkon mit den Mitbewohnerinnen sowie dem Patenkind von Sonja, das zu Besuch war. Dann brachen wir gegen Mittag auf und spazierten durch das Belgische Viertel Kölns.



Dort gibt es unzählige kleine Cafés und sehr schöne Läden für endloses Stöbern und verzücktes Entdecken. Wer gerne einrichtet, seine Wohnung dekoriert oder Kunst aufhängt, wird sich bei „[Schee](#)“ wohlfühlen und viele Kaufwünsche entwickeln. Bei „[Siebter Himmel](#)“ kann man ebenfalls viel „Schönes entdecken“, zum Beispiel tolle Koch- und Backbücher, Kinderliteratur, Kleidung, Wohnungsdeko, hübsche Karten und Geschenkpapiere, ... Wen das alles durstig macht, der findet beim [Limodealer](#) ein paar Ecken weiter sicher eine Erfrischung, die seinem Geschmack entspricht.



In einer meiner tausend Genusszeitschriften hatte ich von dem

[Café Miss Päpki](#) gelesen, das sich in diesem Viertel befindet. Wir stießen eher zufällig darauf, als wir um den Brüsseler Platz herum schlenderten. Dort aßen wir einen kleinen bunten Salat mit Schafskäse und einer Scheibe feinem Nussbrot und teilten uns einen Zupfkuchen, denn wir wollten Platz lassen für das Food-Truck-Festival, das für den Abend auf dem Programm stand.



Das Café ist romantisch- verspielt eingerichtet, serviert Essen und Getränke auf altem Porzellan aus Omas Zeiten und bietet eine nette Auswahl an Kuchen und kleinen herzhaften Sachen. Es ist sehr hip, entspricht dem Zeitgeist und romantischen Retrogeschmack und man kann dort gut genießen und verweilen. Überwältigt war ich jedoch wider Erwarten nicht. An den kommenden Tagen sollte ich für mich noch viel spannendere und herzlichere Gastronomie entdecken.

Auf dem Rückweg liefen wir noch am [Café Kunstbruder](#) vorbei. Dort sind die Wände mit Street Art geschmückt, die man teilweise auch auf Leinwänden erwerben kann. In diese Mischung aus Café und spezieller Galerie schnupperte ich allerdings nur kurz hinein, denn wir wollten weiter. Die Idee fand ich als Street Art-Fan jedoch sehr originell und ich werde gerne noch mal wieder kommen und bei einem Kaffee den Blick über die Wände und Kunstwerke schweifen lassen.



Gegen

Abend trafen wir dann noch zwei Mädels und machten uns auf zum Festival „New Generation of Street Food“. Etwas abseits, in einem Gewerbegebiet, in dem sich auch Europas größter Nachtclub seiner Art befindet, dessen Größe mich doch etwas beeindruckte, als wir vorbei liefen.



Das

Gelände selbst ist etwas ganz Besonderes. Mit „[Odonien](#)“, „...hat der Künstler Odo Rumpf eine einzigartige Verbindung aus Freiluftatelier, Werkstatt, Veranstaltungsort und Kulturzentrum geschaffen. Mitten in Ehrenfeld, zwischen Eisenbahntrasse und Europas größtem Eroscenter gelegen, besticht das Gelände durch seinen eigenwilligen Charme.“

Man betritt diesen Ort und kann stundenlang schauen. Da sind alte Autos, aus denen Kunstwerke geschaffen wurden. Verrosteter Schrott liegt herum, Metallfiguren aus verschiedensten Gegenständen stehen zwischen alten Geräten, ausgemusterten Fahrzeugen und den Food-Trucks.

Das Festival war Neulingen gewidmet, die zuvor noch nicht an einem solchen teilgenommen hatten. Da gab es vegetarisches Sushi, arabischen Hummus, Berliner Currywurst mit Pommes. Dort lockten Pulled Beef Sandwiches, karibische Hot Dogs und handgemachte Topfenknödel. Ich kann euch gar nicht alles aufzählen, was es dort zu entdecken und zu probieren gab!

Wo anfangen? Erstmal waren wir ein bisschen ratlos.

Zum Glück waren wir zu viert (ich kann nur jedem empfehlen, in einer Gruppe zu solch einem Festival zu gehen!!) und konnten uns alle interessanten Gerichte teilen.



Wir kosteten den Hummus Mexiko von „Mashery Hummus Kitchen“ mit schwarzen Bohnen, Tomaten-Koriander-Salsa und Avocado. Dazu gab es Oliven, eingelegte Gurken und Fladenbrot. Hummus geht ja immer! Und mit dieser Salsa und den Gurken: Lecker!!

Dann testeten wir am „[Kimbap Spot](#)“ koreanische Kimbap-Sushi-Rollen classic mit Spinat, Rettich, Gurke, Möhre, Ei und zweierlei Saucen, dazu ein pikanter Sojasprossensalat und Scheiben eingelegten Rettichs. Wunderbar schmeckte das!

Weiter ging es mit „[Berlin's Tasty](#)“ handgeschnittenen Pommes

mit Schale, einem Pulled Beef Sandwich von der „Futter Flotte“ und einem Tempeh- Burger aus Reis, der uns jedoch leider nicht überzeugte. Dafür war das Pulled Beef zart, aromatisch und mit tollen Saucen gewürzt und auch die Pommes waren lecker.

Den Abschluss bildeten die handgemachten Topfenknödel von „Knödel Rausch“, die mit Aprikosen gefüllt waren bzw. mit Ziegenkäse und die mit ihrem Topping aus Nussbröseln, geschmolzener Butter und einem Hauch Lavendel ganz köstlich schmeckten!



Danac

h waren wir zum Platzen satt und saßen noch ein Weilchen träge da, bevor wir die spannende Location verließen und uns auf den Heimweg machten.

Wer gerne Neues probiert und kulinarisch weltreisen möchte, dem kann ich solch ein Food Festival nur ans Herz legen! Ein Fest für Naschkatzen! =)

Soviel von meinem ersten Tag in Köln! Demnächst geht es weiter mit Tag 2...

Habt eine genussvolle Zeit,
eure Judith

**** Beitrag enthält unbeauftragte und unbezahlte Werbung in**

Form von Gastronomieempfehlungen, Nennung von Geschäften und Verlinkungen **

Feines Resteessen: Pizzateilchen & ein (veganer) Streifzug durch Freiburg



Letzt
es Wochenende hatte ich Besuch von einer lieben Freundin aus Heidelberg und habe mit ihr die Stadt durchstöbert. Sie ist Veganerin, also haben wir unsere Naschkatzennasen nach veganen Oasen ausgestreckt.



Ein

paar Impressionen von Freiburg, Frühjahr 2015

Auf dem Freiburger Münstermarkt verkauft der [Lakritz-Pirat](#) schwarzes Naschwerk in allen Formen und Varianten. Leider nicht vegan, denn es war Bienenwachs dran. Das war also eher was für mich beziehungsweise für meinen Naschkater, für den ich nach einer Kostprobe eine Tüte Lakritzfudge kaufte. Das kannte ich bisher nicht und ich war hellauf begeistert! Ob es bis zu Katers Rückkehr aus Bella Italia überlebt, weiß ich nicht...

Im [Café Huber](#) gab es reichlich Auswahl an veganen Kuchen und Quiches, gefüllten Taschen, Bratlingen und feinen Frühstücken, so dass uns die Entscheidung schwer fiel. Wir aßen samstags Kuchen zu Mittag und sonntags kamen wir zum Frühstück wieder und verputzten herzhafte Frittata (Naschkatze) und vegane Quiche (Irene) mit genialem Artischockensalat dazu.



Da

wir am Abend ihrer Ankunft Pizza gemacht hatten und ich noch Reste übrig hatte, gab es gestern ein improvisiertes Resteessen, denn ich muss meinen Kühlschrank leeren. In Kürze gibt es für uns eine neue Küche und die alte kommt diese Woche zu ihren neuen Besitzern.

Ich nahm also, was da war: Pizzabrötchen, die ich aus dem restlichen Teig gebacken hatte, Toastbrot, restliche Tomatensoße, Artischocken aus der Dose, Zucchinieste.

Ich denke nicht, dass es dafür ein Rezept braucht. Dieses Reste- Gericht kann und kennt sicher jeder. Aber manchmal muss man sich an solch einfache Dinge mal wieder erinnern. Für alle, die so was lange nicht mehr gemacht haben, hier also meine Reste-Idee der Woche. =)

Nehmt, was ihr da habt, um **Brot- oder Toastscheiben oder halbe Brötchen** zu belegen.

Eine **Pizzassoße** ist schnell gemacht aus einer **Dose Tomatenstücken**, die man mit **Knoblauch, Salz, Pfeffer** und **Kräutern** schnell püriert. Das Gleiche geht zurzeit natürlich toll mit einer handvoll **frischer Tomaten** und vielleicht etwas **Tomatenmark**. Wenn gar nichts im Haus ist, geht auch nur Tomatenmark. Dann braucht man einiges, das man mit Wasser zu einer Paste verrührt und natürlich würzt.

Als **Belag** geht alles an Gemüse, Peperoni, Oliven, jeglicher

Käse, der vorhanden ist. Möglichst klein geschnitten, damit es drauf passt und halbwegs gar wird.

Käse raspeln oder in Stückchen darauf legen. 15-25 Minuten in den Ofen, bei 180-200°C.[nurkochen]



Man kann sich natürlich auch aus Resten den Klassiker machen: Hawaii! Das muss ja nicht immer auf Toast sein, sondern Schinken, Käse und Ananas passen ja auch super auf Baguette, Brötchen oder eine Scheibe Brot.

Seid kreativ und egal was dabei entsteht: habt eine genussreiche Mahlzeit!

Eure Judith

Elsässische Genusswelt: Une petite promenade à Strasbourg

Diese Woche konnte ich meinen ersten Ausflug ins benachbarte Elsass machen. Schon lange habe ich eine enge Beziehung zu

Frankreich, seiner Sprache, Kultur und natürlich auch Küche. Für eine original französische Baguette würde ich einiges stehen und liegen lassen, denn sie ist mit keinem deutschen Produkt gleichen Namens vergleichbar! Und wo schmeckt ein Pain au chocolat besser, als im Land der feinen Pâtisserie?



Bevor es ans Genießen ging, machten wir uns jedoch erst einmal mit einem Besuch des archäologischen Museums Appetit auf folgende Gaumenfreuden. Das Museum ist überraschend groß und bietet eine reiche Sammlung von Zeugnissen aus Ur- und Frühgeschichte bis zur römisch- keltischen Zeit.

Nach dieser geballten Wissensaufnahme brauchten auch unsere Mägen Inhalt und wir machten uns auf die Suche nach elsässischen Genüssen. Das Wetter war stabil und so eroberten wir uns einen kleinen runden Tisch vor der [Winstub Le clou](#) in einer kleinen Gasse nicht weit vom Münster entfernt. Dort standen typisch elsässische Gerichte auf der Karte. Wir bestellten Bibeleskäs (Quark) mit Bratkartoffeln, Zander auf Sauerkraut (seltsame Kombination, aber sehr lecker) und Kalbsschnitzel in Champignonrahmsauce.



Unser

Dessert wollten wir in einer der *boulangeries* oder *pâtisseries* kaufen, die überall die Luft versüßen und Naschkatzen mit ihrem Duft anlocken. Voller Begeisterung drückte ich mir die Nase an Fensterscheiben platt und bewunderte die kleinen Kunstwerke aus Mürbteig, Brandteig, Früchten, Cremes und Schokolade. Ein paar Schritte weiter zeugte ein Krokodil aus Laugenteig von der Backkunst einer Bäckerei.

Es wurde dann auch ein recht reichhaltiger Nachtisch: wir verließen eine *boulangerie* mit einem Schoko- Eclair, einer Pudding- Schoko- Schnecke, einem Pain au chocolat, einer Mandelmeringue (und einem Baguette fürs Frühstück am nächsten Morgen). Ok, wir aßen nicht alles sofort auf – das Eclair überlebte bis abends und das Schokocroissant bis zum Frühstück.

Auf einem kleinen Platz gönnten wir uns einen Café au lait und ließen uns dann ein wenig treiben. Überall war street art zu finden, wenn man ein wenig die Augen dafür öffnete. An mehreren Wänden entdeckten wir Kunst aus Schallplatten, woanders hingen *paste ups*, aufgeklebte Poster, und auch geklebte Mosaike und gesprayte Motive schmückten die Mauern.



Wir entdeckten den Laden „*Le village de la bière*“, in dem es zahllose Biere aus aller Welt mit teilweise sehr lustigen oder kreativen Etiketten gibt. Einen ähnlichen Laden kannte ich bereits aus Metz.

In der [Librairie farfafouilles](#) an der Place Saint Etienne (ein Paradies für Comicfans!) erstand ich zwei französische Tim und Struppi- Comics und freute mich wie ein kleines Kind darüber. Ich besitze alle Bände auf Deutsch und konnte früher nicht genug von den Geschichten des mutigen Reporters Tim bekommen. Auch heute noch lese ich sie immer mal wieder gerne – wenn ich die Möglichkeit habe, auf Französisch.



Im

„Le coeur d'Alsace“ probierten wir vom französischen Nougat und dem *pain d'épices*, das es dort in großer Vielfalt gibt, mit Kirschen, mit Feigen, mit Ingwer, ... Ein nicht ganz preiswertes, aber unglaublich aromatisches und eben auch typisch französisches Mitbringsel.



Es gibt sicher noch viel mehr zu entdecken, denn Strasbourg ist voller kleiner Läden, Bäckereien und Cafés. Ich bin definitiv wieder angefüttert, was Frankreich betrifft und plane schon nächste Streifzüge durch das Elsass auf der Suche nach französischen Leckereien und elsässischen Genüssen. Über Tipps freue ich mich natürlich!! =)

Euch wünsche ich eine genussreiche Zeit!

Bis bald,
eure Judith

Integrativ, individuell,

originell: Das Bistro Lebensreich der Lebenshilfe Grünstadt

Schon länger möchte ich von einem Projekt berichten, das es wert ist, beworben zu werden. Meine Mutter erfuhr vor einiger Zeit von dem originellen [Bistro der Lebenshilfe](#) und erzählte mir nach ihrem ersten Besuch dort davon.

In dem Bistro mit integriertem Laden wird Integration und Individualismus gelebt. Es gibt selbst gemachte Marmeladen, Chutneys und Pestos aus der Küche sowie allerhand Dekoartikel oder aufgearbeitete Möbel aus der Werkstatt der Lebenshilfe zu kaufen. Inmitten dieses bunten Angebotes kann man frühstücken, frischen Mittagstisch genießen oder einen Kaffee trinken, begleitet von einem Stück Kuchen oder einer Waffel.



Als ich das erste Mal da war, konnten wir sogar draußen sitzen. Dort gibt es ein paar überdachte Tische, die zum Frischluftgenießen und Sonnen einladen. Aber auch drinnen fand ich es sehr schön. In dem großen hellen Raum gibt es viel zu entdecken, ich finde ihn jedoch trotzdem nicht überladen. Man

kann sich nur seinem Essen widmen, man kann aber auch während des Wartens ein wenig herum spazieren und die diversen Produkte betrachten. Vielleicht braucht man ja gerade noch ein Geschenk? ;)

Die kleine Karte bietet für jeden etwas. Es gibt Vegetarisches, Fischiges, Fleischiges und die Option, Gerichte vegetarisch zu bestellen, sofern unkompliziert machbar.

Der Mittagstisch ist variabel, man kann die täglich wechselnden Gerichte im 3-Gänge-Komplettpaket haben oder nur zwei Gänge nach Wahl ordern.

Was ich bisher aus der Lebenshilfe-Küche gekostet habe, war durchweg lecker. Der Salat ist sehr fein angemacht und liebevoll mit Blüten dekoriert und aus persönlicher Erfahrung kann ich sagen, dass die Penne Rigate mit sonnengetrockneten Tomaten, Pinienkernen, Rucola, Ziegenkäse (und Serranoschinken; für mich ohne), die Kartoffelsuppe sowie der gefüllte Tagespfannkuchen auf Ratatouille sehr genießbar waren!



Ich finde solche Projekte, in denen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam und gleichberechtigt arbeiten und kreativ sind, ganz wunderbar und unterstütze so etwas mit Freuden. Wenn das dann auch noch so einfach und genussvoll möglich ist, indem man in sympathischer Umgebung etwas essen

geht – umso besser, oder? =)

(Man kann auch dort feiern, denn der Raum ist zu mieten; oder man lässt sich für eine Feier vom [Catering](#) des Hauses verköstigen.)



Für die Fotos danke ich der lieben Karin Heindl, eine der Verantwortlichen im Lebensreich, die mal eine Nachbarin von mir war und die sie mir liebenswürdigerweise zukommen ließ, da ich vor meinem Umzug nicht mehr selbst dort vorbei schauen konnte. Was ich aber bei einem Besuch in der Heimat sicher mal wieder nachholen werde.

Euch diesen Genuss- Ort vorzustellen, war mir eine kleine Herzensangelegenheit und ich hoffe, viele von euch schauen mal dort vorbei.

Ich wünsche euch eine genussvolle Zeit,
eure Judith