

UNSERE ELF DER WOCHE



Ahoi, Matrosé!
Es war reiner Zufall, dass Alexandra Herget, David Stoltzenberg und Fritz von Seidel Rosé und Mate zusammenkippten. Die Kombination kam so gut an, dass sie Matrosé in Flaschen abfüllten. Darin ist Mate-Tee aus dem brasilianischen Urwald und Roséwein aus der Pfalz. Abgeschmeckt mit Minze, Zitronensaft und Zucker, könnte es ein neues Kultgetränk werden. Biozertifiziert und vegan ist es auch. 8 x 0,33 Liter inklusive Pfand ca. 16 Euro*. Erhältlich über www.frinks-drinks.com

Nasenschmeichler
Die Berliner Richy Ugwu und Arinze Odenigbo wollen mit ihrem Malztrunk „Berliner Malz“ den Marktführern Kara- und Vitamalz Konkurrenz machen. Und zwar in Bioqualität und mit weniger Zucker. Und das schmeckt man: Das Malz steigt einem beim ersten Öffnen direkt in die Nase, es riecht nach Karamell. Im Abgang schmeckt es leicht herb mit einer subtilen Süße wie dunkles Brot, wenn man es lang genug kaut. Ca. 1,90 Euro*, erhältlich über www.foodist.de



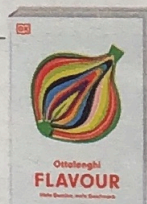
Zischenzeit
Wer's klassisch mag, trinkt die prickelnden Limos von San Pellegrino, z. B. Blutorange oder Grapefruit. Ca. 1 Euro für 0,33 Liter bei Rewe



Gesund snacken
Das ist der Anspruch der britischen Manufaktur aus Leicester. Die „Eat Real“-Chips aus Hummus, Linsen oder Quinoa können mit herkömmlichen Chips mithalten. Sie sind kalorienärmer und ohne Konservierungsstoffe. Ca. 2,80 Euro für 135 Gramm. Erhältlich bei Edeka oder Rewe



Suchtgefahr
Die neuen Schoko-Crunchies der Hamburger Familie Gartmann gibt's u. a. in den Geschmacksrichtungen Minze, Lakritze und salziges Karamell. Vorsicht: Suchtgefahr. 125 Gramm ca. 2,85 Euro. Erhältlich bei Rewe oder Edeka



Geschmackvoll
Das Herzstück von Yotam Ottolenghis Küche ist Gemüse. Sein neues Kochbuch „Flavour“ enthält 100 unkomplizierte Rezepte wie Aubergine Dumplings alla Parmigiana, Miso-Butter-Zwiebeln, würzige Pilzlasagne oder Gemüseschnitzel. (Dorling Kindersley, 29,95 Euro)



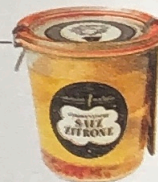
Die glorreichen Sieben
Die Ideen gehen Jamie Oliver nie aus: In seinem aktuellen Buch interpretiert er Lebensmittel „7 Mal anders“, etwa Hähnchenbrust als Burger, Klöße, Suppe, gefüllt mit Chorizo, aus der Pfanne oder knusprig gebraten. (Dorling Kindersley, 26,95 Euro)



Geht süß ...
Unsere Vorfahren haben zermahlenes Getreide mit Wasser wohl schon vor etwa 12 000 Jahren gegessen. Heute nennen wir das sättigende Frühstück Haferbrei oder Porridge. Das gibt's in unzähligen Varianten. Süß etwa in den Geschmacksrichtungen Beere, Zimt, Nuss von Kölln. 375 Gramm ca. 2,80 Euro. Erhältlich bei Rewe oder Edeka



... und deftig
Wer's herzhaft mag, probiert die Sorten des Hamburger Start-ups „The Oat Factory“. Ihr Porridge „Break Oat“ gibt's als Tikka Masala, Oriental, Gemüsefrikassee, Broc & Cheese und mediterran. In Bioqualität. Ca. 3 Euro. Erhältlich bei Rewe oder Edeka



Hakuna Matata
Ursprünglich legte man Zitronen ein, um sie zu konservieren. Heute verleihen sie jedem Gericht den gewissen Pep. Passt auch zu Zitronenrisotto oder in Salaten. Marokkanische Salzzitronen von Hakuna Matata, 500 Gramm für 10,90 Euro (www.hakuma.net)



Erbststück
Eher süß mit Vanillenoten und klimafreundlich: Der Erbsenprotein-Drink des Berliner Start-ups Vly ist eine nachhaltige, gesunde Alternative zur Kuhmilch. Ca. 2,50 Euro pro Liter, bei Rewe oder Edeka

Karamellduft,
Salzzitronen
und Linsenchips
aus Leicester:
Mit diesen
Produkten wird
der graue Herbst
genießbar

S



Ahoi, Matrosé!

Es war reiner Zufall, dass Alexandra Herget, David Stoltzenberg und Fritz von Seidel Rosé und Mate zusammenkippten. Die Kombination kam so gut an, dass sie Matrosé in Flaschen abfüllten.

Darin ist Mate-Tee aus dem brasilianischen Urwald und Roséwein aus der Pfalz.

Abgeschmeckt mit Minze, Zitronensaft und Zucker, könnte es ein neues Kultgetränk werden. Biozertifiziert und vegan ist es auch.

8 x 0,33 Liter inklusive Pfand ca. 16 Euro. Erhältlich über www.frinks-drinks.com*

RE

IE



Nasenschmeichler
Die Berliner Richy Ugwu

Ge
Das ist de
schen Mar
Die „Eat K
mus, Linse
mit herkö
halten. Si
und ohne
Ca. 2,80 l
Erhältlich

Die neuen
Hamburg
gibt's u. a. i
tungen Mi
ges Kara
gefahr. 125
Erhältlich