

Genuss-Magazin



GRÜNE BOHNEN
Backpulver für die Farbe

Grüne Bohnen behalten ihre leuchtende Farbe, wenn man einen Teelöffel Speisenaatron oder Backpulver ins Kochwasser gibt. Darauf macht der Verbraucherinformationsdienst aid in Bonn aufmerksam. Nach dem Waschen und Putzen – also dem Abschneiden der Enden sowie dem Entfernen etwaiger Fäden – sollte das auf die gewünschte Größe geschnittene Gemüse etwa zehn bis 15 Minuten lang in Salzwasser garen. Foto: dpa

NEUE STUDIE DER LMU
Eiweiß & Babynahrung

Bekommen Babys sehr eiweißreiche Säuglingsnahrung, haben sie als Kind häufiger mit ihrem Gewicht zu kämpfen. Das wiesen Forscher der Ludwig-Maximilians-Universität in einer neuen Studie nach. Die Wissenschaftler verfolgten den Body-Mass-Index (BMI) und die Gewichtszunahme von zwei Gruppen von Kindern, die als Babys Brei mit unterschiedlichem Eiweißgehalt bekamen. Mit sechs Jahren wurden die Kinder erneut untersucht. Kinder, die sehr eiweißreich ernährt wurden, hatten einen deutlich höheren BMI.

Redaktion Essen & Trinken

E-Mail: essenundtrinken@tz.de
Telefon: 089/530 65 22
Fax: 089/530 65 67
Postfach 80282 München



Unter Deck: Hier gibt's heute Abend Musik mit Vinyl-Garantie Foto: fkn

Aufwärmen fürs Wochenende

Einst war der Donnerstag ausgehtech-nisch ja der kleine Freitag: Die Clubs waren voll, bevor am Wochenende auch das Umland in die Stadt zum Feiern einfiel. Druck im Job und Anwesenheitspflicht in der Freitags-Vorlesung an der Uni haben die Begeisterung fürs Partygänger fürs Donnerstags-Clubbing merklich abflauen lassen – aber man kann ja gegensteuern ... Wer auf Musik aus der Konserve steht: **Unter Deck** (Oberang 26) präsentiert **Marc Meden** „the glorious vinyl addicts“ mit Tanz- und Easy-Listening-Sound ausschließlich von Vinyl-Scheiben. Los geht's schon um 21 Uhr. Das **Harry Klein**, über die Stadtgrenzen hinaus bekannt für solide bis innovative Techno- und House-Unterhaltung, sperrt die Hütte sogar schon um 20 Uhr auf. Muss ja auch so sein – das Motto hier heißt schließlich „AbAcht“. Studenten lockt man mit freiem Eintritt.



Thomas Ofswald
party gaenger
Die Nacht-Kolumne

Zudem sind donnerstags vor allem Live-Konzerte auf dem Vormarsch. Bereits seit zwei Jahren gibt die **Bar Gabanyi** (Beethovenplatz 2) ihre Mini-Bühne für anspruchsvolle Live-Unterhaltung frei. Heute um 20.30 Uhr gastiert dort das Quintett **Sonore Wandbehänge**. Und im Nachtclub des **Bayerischen Hofes** spielt ab 21 Uhr Stargitarist **Dominic Miller** plus Band. Viel Spaß!

partygaenger.de **UNDERCOVER**

Der Bachmeier ★ Fruchtiges Dessert

Tiramisuper!

Es ist ein süßer Klassiker, aber neu interpretiert. Aus Löffelbiskuits, Mascarpone, Eiern und weiteren feinen Zutaten zaubert uns Hans Jörg Bachmeier, der Küchenchef des **Blauen Bocks am Viktualienmarkt**, eine verführerische Nachspeise. Der TV-Koch erklärt, wie einfach es geht. **Wir meinen: Tiramisuper!**

Einfach und raffiniert zugleich ist das Rezept für eine Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu, das mir unsere Pâtissière Michaela kürzlich präsentiert hat.

Zuerst kommt das Fruchtpüree dran: Die Hälfte der Erdbeeren wird mit Zitronensaft und 40 g Zucker fein püriert und durch ein Sieb gestrichen, den gewaschenen Rhabarber schneide ich in kleine Stücke und koche alles in einem kleinen Topf gemeinsam auf. Nun nehme ich den Topf vom Herd, der Rhabarber kann noch weich ziehen. Anschließend lasse ich das Püree auskühlen.

Für die Creme weiche ich zunächst die Gelatine in kaltem Wasser ein und schlage anschließend die Sahne, danach das Eiweiß mit dem Zucker auf.

Die Eigelbe werden in den Mascarpone untergerührt, die Gelatine löse ich im Amaretto auf und hebe sie zum Mascarpone. Nun rühre ich noch vorsichtig die geschlagene Sahne und hebe, noch vorsichtiger, das geschlagene Eiweiß unter die Mascarpone-masse.

Nun schneide ich die restlichen Erdbeeren in feine Scheiben und gebe sie zum ausgekühlten Fruchtpüree. Die Biskuits werden kurz in Kaffee eingelegt, aber nur so lange, wie sie noch knusprig bleiben.

Jetzt brauche ich nur noch vier bis sechs Gläser, am besten niedrige Tumbler (Whiskybecher), in die ich abwechselnd etwas Creme, Fruchtpüree und den Biskuit fülle, bis das Glas einigermaßen voll ist und oben eine Schicht Creme aufliegt.

Wer mag, kann die Gläser noch mit einer halben Erdbeere garnieren und mit Kakaopulver bestreuen. ★

An Guadn wünscht Ihr

Hans Jörg Bachmeier



Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu

Zutaten:
Für vier bis sechs Portionen

- 125 g Erdbeeren
- 40 g Zucker
- Saft von 1 Zitrone
- 1 mittlere Stange Rhabarber
- 12 Löffelbiskuits
- 2 Tassen ausgekühlter Kaffee oder 2 doppelte Espresso

- 250 g Mascarpone
- 100 g Sahne
- 1 Blatt Gelatine
- Eiweiß und Eigelb getrennt (von zwei mittelgroßen Eiern)
- 60 g Zucker
- 4cl Amaretto



Süße Sünde: So sieht das feine Dessert aus

Fotos: Steffen Leiprecht, fkn

Königlicher Hirschgarten

Täglich geöffnet von 9.00 – 24.00 Uhr
Durchgehend warme Küche von 11.00 – 22.00 Uhr
Terminänderungen vorbehalten!

8. 5. 2014 ab 18.00 Uhr Des Waidmanns Heil € 13,80 pro Person	9. 5. 2014 ab 18.00 Uhr Pasta Italiana € 12,30 pro Person
10. 5. 2014 ab 18.00 Uhr Das Feinste vom Spanferkel € 11,80 pro Person	11. 5. 2014 von 11.00–14.30 Uhr Muttertagsbrunch € 19,80 p. P., € 12,50 Kinder bis 12 J.
11. 5. 2014 ab 18.00 Uhr Spargelbuffet € 17,80 pro Person	12. 5. 2014 ab 18.00 Uhr Rund um die Roulade € 12,50 pro Person

Auf geht's in unseren Biergarten, leckere Schmankerl und eine Maß Bier genießen!

Pächter: Johann Eichmeier • Hirschgarten 1 • 80639 München • Tel. 0 89 / 17 99 91 19
Fax 0 89 / 17 99 91 17 • www.hirschgarten.de • restaurant@hirschgarten.de

Ausgezeichnet ★
Hier schmeckt's uns ...

Champor

Sie wollen mal kurz nach Malaysia? Kein Problem: Zweimal abbiegen vom Mittleren Ring, schon sind Sie da. Aber Vorsicht, hier im Champor geht's heiß her. Gekocht wird original (natürlich für jeden Gast frisch) – und das bedeutet: scharf! Wer damit seine Schwierigkeiten hat, ist mit den nur als pikant gekennzeichneten Speisen gut bedient. Bei uns war das ein Yellow Chicken Curry (Hühnerbrustfilet mit Ananas und Kartoffeln, 9,95 Euro), das europäische Gaumen nicht irritiert. Von der feurigen Seite der Karte probieren wir das Tamarind Dry Chili Beef (fein geschnittenes Rind in Tamarinden-Chili-Sauce, 12,90 Euro) – wirklich scharf ... Aber, und das macht eben die gute Küche des Champor aus: Hinter dem Feuer warten interessante, ungewohnte Aromen. Ein Geschmackserlebnis! Zu trinken gibt es neben bayerischem übrigens auch Singha- und Tiger-Bier, perfekt fürs Fernwehfeeling. Als Nachspeise haben wir Ondeh Ondeh genossen, ein malaiisch-indonesisches Dessert – auch das überzeugte. Fernost pur, und das mitten im Denninger Flachbau. ★ KH

Service: [Icons]
Preis/Leistung: [Icons]
Ambiente: [Icons]

Maximal fünf Mützen möglich

Champor, Warthestr. 5, Mo. bis Fr.: 11.30 bis 14.30 und 18 bis 23.30 Uhr, Sa. 18 bis 24 Uhr. Unbedingt reservieren, Tel. 99 31 77 64