

18
19



FOTOS: PETER VON FELBERT

Das München-Gefühl

„KITCHEN2SOUL“:

Villa Kunterbunt

Hier kann man sich versenken, schmökern und die Welt vergessen. Oder Vorträge und Seminare besuchen. Oder einfach lecker essen. Betreiber des originellen Lokals mit den drei Standbeinen (Food, Seminare, Buchladen) sind die Ärztin Tatjana Reichhard und ihre Freundin aus Kindertagen, Katrin Große, die Berufserfahrung aus der Hotellerie mitbringt. Für die Bücher ist Buchwissenschaftler Markus Schäfer zuständig. Er schraubte auch jede der Obstkisten an die Wand, in denen die Bücher bestens zur Geltung kommen. Die zauberhafte Mischung aus Shabby Chic und Villa Kunterbunt profitiert enorm vom Zusatzgeschäft durch die Bereitstellung als Seminarort und Eventlocation. Schlörstraße 4, 80634 München, www.kitchen2soul.com

Leicht, unbeschwert – und vor allem gesund. Die Health-Welle hat die Münchner Gastro-Szene mit aller Kraft erreicht und prägt die neuen nachhaltigen Food-Konzepte der Stadt. Mit handwerklicher Perfektion geht es währenddessen im flüssigen Bereich zu. Acht Beispiele für das aktuelle München-Feeling.

Text: Karin Lochner

Wie kostbare Edelsteine berührt Andreas Postrach die warmen Bohnen in seinem Trommelröster. Er begutachtet und sortiert penibel aus. Wer ihn beobachtet, begreift sofort: Kaffee rösten, das ist eine Handwerkskunst, eine, die man erlernen muss, um sie zu so unaufgeregter Perfektion reifen zu lassen, wie sie Postrach in seinem Rösterei-Café „Gang-und-gäbe“ zelebriert. Der verführerische Duft lockt die Kundschaft zuhause ins Haus. Handwerkliche Leidenschaft, Kennerschaft, strikte Qualitätsorientierung – das sind Punkte, mit denen man im Jahr 2016 in der Gastronomie stärker punkten kann als je zuvor. Postrach und viele seiner Münchner Gastrokollegen machen es vor.

André Meier und Ella Sinds beispielsweise. Statt Kaffee haben sie sich den Highballs verschrieben, die sie den Gästen – höchst individuell gefertigt – in ihrer neuen Bar „The High“ servieren: hübsch dekoriert in schmalen, etwas kleineren Gläsern. „Wir wollen, dass die Gäste durchprobieren“, sagt

das Paar. Sämtliche Sirupe und Essenzen setzen die Gastgeber selbst an. Die Kräuter dafür bezieht die supermoderne Bar aus dem Nachbarhaus, vom „Wurzelepp“, einem der ältesten Münchner Reformhäuser.

Die neue Selbstinszenierung

Immer mehr Lokale inszenieren sich gekonnt in den sozialen Medien. Facebook, Twitter, Pinterest, Instagram sind mindestens so wichtig wie die Homepage selbst. Selbstinszenierung ist mit der veränderten Mediennutzung ein wichtiger Marketingfaktor geworden. Emotionen, Bindung, User Experience – danach verlangen die Konsumenten. Mit einem Post an die Facebook-Freunde werden schnell mal Hunderte von potentiellen Stammkunden erreicht oder Crowdfunding-Kampagnen gestartet. Ein Erfolgsbeispiel aus München ist „Urban Soup“, eine urbane Version der traditionellen Münchner Suppenküche, die dem ungesunden Fastfood den Kampf angesagt hat. Online und offline. Acht Suppen stehen





„GANGUNDGÄBE“: *Hautnah am Geschehen*

Bei seinem Grundprodukt, den Bohnen, ist Andreas Postrach die Qualität ebenso wichtig wie fair gehandelte Ware. Seine Rösterei ist nicht nur Werkstatt und Lager, sondern gleichzeitig Laden und Café. Handgerösteter Kaffee ist bekömmlicher als industriell gefertigter. Wenn Postrach ans Werk geht, befreit er die Bohnen von ihren Reizstoffen, kitzelt durch den Röstprozess das Aroma und mit ihnen die Seele des Anbaugebiets heraus. Es sei unnötig, bei Magenproblemen zu einem Schonkaffee zu greifen, so Postrach. Sein Kaffeeangebot ist daher auch attraktiv für Gesundheitsbewusste, die auf ihre tägliche koffeinhaltige Stimulanz nicht verzichten mögen. Kapuzinerstr. 12, 80337 München, www.gangundgaebe.de



FOTOS: CHRISTIAN ROTHE



FOTOS: NINA JAFARI

„CALL SOUL“: *Lässige Barmanufaktur*

Die besondere Atmosphäre im Kellerlokal in Altschwabing entsteht, weil genau hier das Herzstück des Hauses beheimatet ist, die Barmanufaktur der „Grimm Spirits“. In Handarbeit entstehen edle Liköre, die pur oder in erfrischenden Eigenkreationen als Cocktails neuartige Geschmackserlebnisse versprechen. Wer mag, kann beim Abfüllen der Hausmarken zuschauen. Die beiden Betreiber, Alex und Adnan Alija, sind Cousins und ergänzen sich ideal: Alex wirkt im Service, Adnan steht hinter der Bar. Ihre Leidenschaft für Gin Tonic verbindet sie zudem, wie beim Blick auf die Cocktaillkarte deutlich wird: Sie weist allein sieben Gin Tonic Specials auf. Biedersteiner Straße 6, 80802 München, www.callsoul.de

bei dem Start-up zur Auswahl: Zum Trinken aus dem wiederverwertbaren Schraubglas oder als Online-Bestellung mit Lieferservice. „Urban Soup“ ist in den Sozialen Netzwerken so präsent, dass Geschäftsführer Tim Maiwald sich mit einem Augenzwinkern amüsiert: „Es wirkt, als hätten wir 300 Angestellte“, dabei gibt es nur die beiden Gründer, Tim Maiwald und Daniel Schmel, sowie ein paar studentische Hilfskräfte. Mit dem geschickten Online-Marketing haben sie ihrem zwanglosen Health Food bereits eine beachtliche Präsenz auf Münchens Straßen verschafft. Der Sprung in andere Großstädte ist fest angepeilt.

Enorme Präsenz im Netz zeigt auch „Zodiac Pizza“. Die gesamte Entstehungsgeschichte vom

Umbau bis zum ersten Kunden wurde auf Facebook gepostet. Die Story ist ja auch ungewöhnlich genug, schließlich bietet „Zodiac Pizza“ astrologische Pizzavarianten an. Eine in München bisher einzigartige Idee. Zubereitet wird alles mit Bio-Zutaten, alle Pizzen sind vegetarisch, oder auf Wunsch auch gleich vegan. Die Idee stammt vom Mutterhaus in Essen, das es seit 1987 gibt. Als Grundgetreide wird Dinkel frisch gemahlen, Weizenmehl gibt es gar nicht.

Clean Eating kommt

Was die vegetarische Bewegung angeht, hat wohl kaum ein Laden derart für Aufsehen gesorgt wie das „Tian“, in das keineswegs nur

Vegetarier kommen. „80 Prozent der Gäste essen Fleisch“, sagt Marco Stevanato. Hier wird so gut vegetarisch und vegan gekocht, dass durchaus ein Stern rausspringen könnte, wie im gleichnamigen Mutterhaus in Wien. Von Dienstag bis Freitag gibt es mittags eine unkomplizierte Bistroküche und Business Lunch. Gourmet Dining dafür abends, so werden viele Zielgruppen angesprochen. Auch auf der Speisekarte des „Tian“ ist sichtbar: Regional ist und bleibt das neue Bio.

Immer mehr Münchner lieben ihr Essen unkompliziert und ehrlich, das Schlagwort „Clean Eating“ macht die Runde. Der neue Food-Trend ist beispielsweise bei Judith Huber in ihrer



FOTOS: CHRISTIAN HARTMANN



„THE HIGH“: *Shake, rattle and roll*

Ella Sinds und André Meier eröffneten im Mai Münchens erste Highball-Bar „The High“ im magischen Dreieck zwischen Viktualienmarkt, Gärtnerplatz und Isar. Klare Formen, helles Interieur, eine türkis leuchtende Barplatte oder die von alten Kirchenlampen inspirierten Hängeleuchten sind Eyecatcher im Lokal. Ebenso wie die Beleuchtung der Spirituosen. Natürlich auch, weil davor – auf dem stylish verspiegelten Tresen – André Meier shakt, rüttelt und rührt. Nach langen Jahren in der Gastronomie (u.a. „Zephyr“) hat er sich mit seiner Lebensgefährtin den Traum von der eigenen Bar erfüllt. Und erobert zielsicher die Herzen von entspannten Nachtschwärmern.

Blumenstraße 15, 80331 München,
www.drinkourballs.de

„Plan B Eatery“ zu erleben. Eine rundum gesunde Speisekarte und Essen im Glas erwartet den Gast, für das die Betreiberin nur natürliche, saisonale und unverarbeitete Lebensmittel verwendet. Raffinierter Zucker und Lebensmittel mit künstlichen Zusatzstoffen sind tabu. Ihr gastronomisches Konzept setzt zusätzlich auf Superfoods wie Chia-Samen, Quinoa und Ingwer, die Puddings, Pasta und Smoothies in energiereiches und schmackhaftes Fastfood verwandeln.

Ein weiterer Trend ist das gemischte Konzept: Das Lokal ist nicht nur Restaurant, sondern auch Buchladen und Veranstaltungsort für Vorträge und Seminare. So wird die Location auch an Ruhetagen voll genutzt. Die Mundpropaganda multipliziert sich mit allen Geschäftsfeldern. Erfolgreicher Vertreter in der bayerischen Hauptstadt ist das „Kitchen2Soul“ von Tatjana Reichard und Katrin Große.



WIE MAN EINEN COCKTAIL-WETTBEWERB GEWINNT

mit Torsten Spuhn

Eindrücke von der
Cointreau Academy in Angers



„Wenn ihr spontan eine Drink-Idee habt: Schreibt sie auf!“

Torsten Spuhn

Bei der „Cointreau Challenge 2016“ im französischen Angers, Geburtsstadt des traditionsreichen Orangenlikörs, erlebten die zwölf deutschen Finalisten spannende Präsentationen vier erfahrener Bartender-Kollegen. „Wie gewinnt man einen Cocktail-Wettbewerb?“ Niemand kann diese Frage so gut beantworten wie Torsten Spuhn vom „Modern Masters“ aus Erfurt: Er hat schon viele Competitions für sich entschieden.

„Ich mache die einfachen Dinge richtig“, begründet Torsten Spuhn seinen nachhaltigen Erfolg. Reist der sympathische Erfurter zum Cocktail-Kräfte messen an, müssen sich die Mitbewerber warm anziehen. Es fängt mit der gründlichen Vorbereitung an, und in dessen Zentrum steht das Produkt, so Spuhn: „Ich lese mich ein, analysiere Drinks von Kollegen und beschäftige mich umfassend mit der Spirituose: Was ist ihr Hauptaroma? Welche spannenden, aktuellen Flavours passen dazu?“ Zu prüfen, ob der eigene Drink tatsächlich einzigartig ist oder zufällig schon von jemand anderem erfunden worden ist, gehöre ebenso zu den Hausaufgaben wie das aufmerksame Lesen der Wettbewerbsregeln: „Wie viel Zeit habe ich? Welche Kriterien muss ich erfüllen?“ Punktabzüge sind zu vermeiden. Praktischerweise hat jeder Bartender, so wie Spuhn sein schmuckes „Modern Masters“, eine Bar zur Hand, in welcher sich der Ablauf im Vorfeld live und vor Gästen testen lassen kann. Sein Rat, wenn es vor die Jury geht: Gastgeber sein wie immer! „Stellt Juroren ein Glas Wasser hin, sucht den Augenkontakt, bewegt euch elegant.“ Mit einem kleinen Giveaway zum Drink oder einem Rezeptkärtchen zum Nachlesen halte man sich in Erinnerung, so sein Geheimtipp. Spuhn bringt sogar Zutaten, die der Veranstalter stellt, selbst mit – um auf Nummer sicher zu gehen. Nur beim Eis ist das etwas schwierig ...

www.cointreau.com





„URBAN SOUP“: *Gesundes aus dem Schraubglas*

Suppe hat in München eine lange Tradition. Graf Rumford beglückte Ende des 18. Jahrhunderts die Münchner mit der Armenspeisung aus der nach ihm benannten Rumfordsuppe. Gut 200 Jahre später begeistern Daniel Schmel und Tim Maiwald (Foto) mit ihrer Auswahl von acht verschiedenen Suppen die Münchner erneut. Mit dem unkomplizierten Trinken aus dem Schraubglas: Gleich an Ort und Stelle, mitgenommen oder geliefert. Die Monogastronomie ist auf Wachstum ausgerichtet. Um einen zweiten Store zu eröffnen, starteten die jungen Unternehmer eine Crowdfunding-Kampagne. Als gutes Omen dürfte gelten, dass die erste Filiale in der nach dem Vater aller Münchner Suppenküchen benannten Rumfordstraße liegt. Rumfordstraße 7, 80469 München, www.urbansoup.de



FOTOS: URBAN SOUP

22
23



FOTOS: DANIEL SCHVARCZ



„TIAN“: *Himmliche Überraschung*

Eine unaufdringliche Lektion in Nachhaltigkeit auf höchstem Gourmet-Niveau möchte das vegetarische Lokal mit den 60 Plätzen seinen Gästen bieten. Das zeigt schon die Wahl des Küchenchefs Christoph Mezger, der zuvor in den Südtiroler Stuben am Platzl gekocht hat. Tischdecken in pastellfarbenen Tönen und dicke Verpolsterungen an den Wänden sorgen für eine angenehme Akustik, die Voraussetzung, so Geschäftsführer Marco Stevanato, dass sich die Gäste fallen lassen können. Die Speisekarte verrät nur die einzelnen Zutaten, nicht etwa, ob ein Gericht als eine Suppe oder Terrine, gekocht oder roh auf den Tisch kommt. Experience Taste als kulinarische Überraschung. Frauenstraße 4, 80469 München, www.taste-tian.com/restaurant/de/muenchen



„ZODIAC PIZZA“: *Sternzeichen auf dem Teller*

Pionier im Bereich Bio und vegetarische Ernährung war Familie Golestan bereits seit den Achtzigerjahren. Die Familie flüchtete damals aus Persien nach Essen und eröffnete bald schon das Mutterhaus mit den astrologischen Pizzen, die sich augenzwinkernd (und keineswegs dogmatisch) an den Sternzeichen orientieren. Wichtiger als das Horoskop der Gäste ist die Verwendung biologischer Zutaten. Sohn Roobin Golestan will das kulinarische Erbe seiner Eltern bewahren. Mit der ersten Filiale außerhalb Essens und den penibel dokumentierten Rezepten seiner Mutter ist die Basis geschaffen, damit „Zodiac Pizza“ weiter wachsen kann. Schulstraße 42, 80634 München, www.pizza-zodiac.com



FOTOS: DANIEL REITER



FOTOS: DANIEL REITER

„PLAN B EATERY“: *Superduper Natur*

Münchens erstes „Clean Eating“-Restaurant. Salopp gesagt: „Iss nichts, was deine Ur-Oma nicht gekocht hätte“. Nur natürliche, saisonale und unverarbeitete Lebensmittel werden verwendet. Raffinierter Zucker und Lebensmittel mit künstlichen Zusatzstoffen sind tabu. Clean Eating wird in der Praxis häufig mit Superfoods kombiniert. So auch in Judith Hubers Imbiss. Die Speisekarte weist diverse hoch potente Zutaten auf, wie Pudding aus Chia-Samen, Birkenzucker oder Raw-Schokotörtchen. Mancher Rohstoff soll wahre Wunder wirken und beinhaltet beispielsweise die zwanzigfache Menge an Antioxidantien (eine Stoffwechsel-Waffe gegen die freien Radikale) oder süßt intensiv, ohne Karies zu verursachen.

Schellingstraße 115, 80798 München, www.planb-eatery.de

VIVE LA FRANCE!

Das Bremer Spirituosen Contor empfiehlt hanseatische Zurückhaltung und Alkoholgenuss bitte erst ab 18 Jahren.
Import durch Bremer Spirituosen Contor GmbH @ info@bsc-bremen.de @ www.bsc-bremen.de

GENERALIMPEUR FÜR DEUTSCHLAND