

FEINSCHMECKER  
**Foodie**

DER  
**FEINSCHMECKER**

# Foodie

ESSEN, TRINKEN, AUSGEHEN

**SPECIAL:**

**Grüne Küche**  
**25 tolle**  
**Veggie-Rezepte**

Clever kochen  
mit Resten  
Suppenhits

Lecker und  
schnell gekocht:  
**Asien für**  
**Anfänger**

Mit Wow-Effekt:  
**Fruchtige**  
**Desserts**

Geniale Rezepte:  
Supergesund & leicht

# Herbst mit viel Genuss!

Köstliche Schmortöpfe, kreative Pilz-Gerichte und saftige Zwetschgen

**AUSGEHEN!**

Die besten

**40**

neuen Lokale  
in Deutschland

&

Insider-Tipps

**MÜNSTER**

Karamellisierte  
Süßkartoffeln  
mit Feldsalat

# Inhalt

Happy & healthy: Foodbloggerin  
Lynn Hoefler mag gesunden Genuss –  
etwa mit selbst gemachten Müsliriegeln (S. 50)



## Rezepte

### 14 **Orient-Express** ✓

1001 Nacht auf dem Teller: starke Aromen ohne Fisch oder Fleisch

### 22 **Foodies Favorit Eggs Benedict**

Der US-Klassiker mit Ei und Spinat macht aus dem Frühstück ein Fest

### 24 **No Waste in der Küche** ✓

Aus altbackenem Brot, Gebäck, aus Blättern und Strünken lässt sich etwas Leckeres zubereiten

### 26 **Asia Quick** ✓

Pfiffige Gemüsegerichte mit Soja, Soba & Co – wenig Aufwand, viel Geschmack

### 32 **Kochschule: Soup Kitchen** ✓

Drei Suppen von Denise Schuster unter dem Motto: *from root to leaf!*

### 38 **Foodies Favorit Kabeljau mit Pestokruste**

Zarter Fisch, herzhaftes Beilagen

### 40 **Hut ab: Pilze**

Delikate Grüße aus dem Wald mit Omelett, Buchteln und Burger

### 44 **„Kochhaus“-Rezept** ✓

Herbstlicher Pastateller mit Kürbis, Feta und Salbei

### 46 **Wohlfühlküche**

Satt und zufrieden mit Schmortöpfen: Kartoffelpüree und Ei, Chili-Huhn und *ossobuco*

### 50 **Blogger-Rezept** ✓

Gesunder Frühstücksriegel von Lynn Hoefler

### 52 **Zwetschgen**

Schnitzel, Puffer, Cupcakes mit den saftigen Früchtchen

### 56 **Foodies Favorit Röstbrot mit Birne** ✓

Schnelles Abendessen mit Stulle

### 58 **Exotische Desserts** ✓

Showtime für Hingucker aus Kokos, Mango und Orangen

## Lifestyle

### 12 **Kolumne**

Judith Liere über die Hipsterisierung des Essens

### 64 **Nachhaltige Konzepte** ✓

Ideen für die Zukunft: vom No-Waste-Café zum Upcycling-Hotel

### 68 **Chips im Test**

Unsere Top 5 – mit Sorten aus Supermärkten und Bioläden

### 70 **Drei grüne Start-ups** ✓

Schmuck aus Fischernetzen, Bier und Marmelade für den guten Zweck

### 74 **Fragen an 3 Biobauern** ✓

Was bewegt junge Landwirte?

## Getränke

### 78 **Bei der Weinlese**

Wir haben Trauben im Weinberg geerntet und überraschende Erkenntnisse gewonnen

### 81 **Wein-Know-how**

Wie finde ich den Wein, der mir schmeckt? Hip-Hop-Sommelier Antonios Askitis weiß es

## Hardware

### 76 **To go – ohne Plastik** ✓

Für unterwegs oder fürs Büro: schickes Mehrweg-Geschirr

## Travel

### 82 **City-Trip Münster**

Zwei Bloggerinnen zeigen uns die lebendige Food-Szene

### 86 **Ausgehen**

Neueröffnungen von Sylt bis München. Specials: Hamburg-News, Pizzerien, Repair-Cafés

### 94 **Inside Reykjavík**

13 Tipps für die Trendmetropole im hohen Norden. Auch für Veggies

**Auf dem Vulkan**



**Boomtown Reykjavik: Die Stadt hat mehr zu bieten als Geysiere – hübsche Architektur, tolle Bars, Cafés, Lokale**

## Vermischtes

### 3 **Editorial**

### 6 **Magazin**

### 36 **Rückblick BBQ-Festival**

### 62 **FOODIE-Feinkostshop**

### 93 **Impressum**

### 98 **Absacker und Vorschau**

✓ Dieses Symbol steht für unsere grünen Themen

# Magazin

*Tipps und Trends, Schönes und Nützliches:  
News zum Thema grüner Lifestyle für euch entdeckt*



## **Pflanzt euch mal hin!**

Früher tankte man hier Benzin, jetzt nur noch gute Luft: Rund 400 Pflanzen gibt's in der historischen Tankstelle „Winkel van Sinkel“ jetzt in Hamburg. Zelda Czok (M.) hat ihr blühendes Geschäft im Amsterdamer Lifestyle konzipiert. Kraftstoff soll es auch bald wieder geben – aber nur für Elektroautos. [www.winkelvansinkel.de](http://www.winkelvansinkel.de)