

GUT




FÜR ALLE

Auch wenn der Begriff zunehmend inflationär gebraucht wird und keine Sonntagsrede mehr ohne ihn auskommt: Nachhaltigkeit ist und bleibt ein brandheißes Thema. Und viele (Bio-) Unternehmen in der Region meinen es sehr ernst mit ihrem Bemühen um Nachhaltigkeit.





Beispielsweise das **Bioweingut Lenz**. Das Unternehmen hat sich in den letzten Jahren in der Region Iselisberg-Neunforn-Ossingen auf über 17 Hektar eigene Rebflächen vergrößert. Um den qualitativen Herausforderungen gewachsen zu sein, planten Roland und Karin Lenz 2013 eine Neuausrichtung der Produktionsräume, darunter Barrique- und Kühlkeller, sowie ein Verkostungsraum mit Weinlounge. Mit der Fertigstellung Ende 2015 ist das Weingut schweiz- und weltweit jetzt das erste, das energieautonom wirtschaftet.

Bei der Realisation des Bauvorhabens stand klar die Nachhaltigkeit im Vordergrund. Neben der Minergiebauweise wurde das Energiekonzept für sämtliche Gebäude neu ausgearbeitet und aus einer Vielzahl von Varianten eine Energieanlage mit folgenden Komponenten gebaut: Gut gedämmte Gebäudehülle des Neubaus, zentrale Erdsonden-Wärmepumpe , hochisoliertes Kühlhaus mit Abwärmenutzung, Fernleitungsnetz für Heizung und Warmwasser zur Erschließung aller Gebäude, neue Photovoltaik-Anlage mit langer Lebensdauer, Stromspeicher mit einer Batterie von 230 KW/h Bruttokapazität, Lastmanagementsystem für Wärmepumpe und Kühlhaus.



Mit den neuen Anlagen erwirtschaftet das Weingut einen Energieüberschuss. Da man möglichst viel von der erzeugten Energie auch selbst wieder verbrauchen möchte, wurde mit finanzieller Unterstützung des Kantons Thurgau und interessierter Kreise der erste private netzdienliche Batteriespeicher der Region gebaut. Ein Vorzeigeprojekt, weit über die Region hinaus.

Ebenfalls mehr als „ein bisschen Bio“ macht der Orsinger **Biowein-Importeur Peter Riegel**: Seit Jahren ist man hier in nahezu allen Unternehmensbereichen um Nachhaltigkeit bemüht. Ein Großteil der Dachfläche ist extensiv begrünt. Auf dem Dach der großen Lagerhalle **2** produziert eine Photovoltaik-Anlage einen Überschuss an Strom, der ins öffentliche Netz eingespeist wird. Das Regenwasser wird zur Bewässerung der Außenanlagen und für die Toilettenspülung genutzt. Und durch die optimale Ausrichtung und Isolierung der Gebäude erbringt sich eine Klimaanlage.

Einer der Großen auf dem Bio-Sektor in der Region ist der **Naturkostgroßhändler Bodan** in Überlingen. Hier wird fortlaufend in Nachhaltigkeit investiert. Photovoltaik und Begrünung auf den Dächern, Regenwassernutzung, hochwirksame Wärmedämmung, Nutzung von Abwärme, Geothermie, der Verzicht auf konventionelle Kältemittel und energiesparende Kühlung sind bei Bodan Standard. Darüber hinaus setzt Bodan auf umweltschonende LKW mit geringer Lärmemission. Das Unternehmen verfügt mittlerweile über vier so genannte CryoTech-Anhänger **3**: Sie sind mit flüssigem CO₂ gekühlt, das aus einer natürlichen

Mineralquelle stammt. Die Überlinger waren die Ersten in Deutschland, die diese Technologie einsetzten. Momentan bereitet man sich auf die erste EMAS-Zertifizierung vor, die in diesem Jahr umgesetzt werden soll. Bodan ist übrigens eines der Pionier-Unternehmen der Gemeinwohl-Ökonomie.

Nachhaltigkeit geht auch sehr gut im Kleinen – wie bei **Vida Eat Different** in Konstanz. Das Geschäftskonzept des Unternehmens mit Restaurant, Liefer- und Cateringservice dreht sich komplett um Nachhaltigkeit. Fast alle Speisen haben Bio-Qualität, sind auf jeden Fall aber aus Produkten regionalen Ursprungs und möglichst vegan (auch wegen der schlechten CO₂-Bilanz der Tierhaltung). Ausgefahren wird mit Elektroautos, einem Erdgasfahrzeug und E-Bikes. Der Strom ist öko und die Verpackungen recycelbar. Die Becher für Smoothies und Salatsaucen bestehen aus Maisstärke.

Das Unternehmen in der Region, das geradezu zum Synonym für Nachhaltigkeit wurde, ist sicher die **Randegger Ottilienquelle**. Der konsequente Verzicht auf Plastikflaschen steht hier an erster Stelle: Die Mehrweg-Glasflaschen können bis zu 50 Mal wieder befüllt werden. Energie bezieht das Unternehmen bei gutem Wetter aus einer eigenen Photovoltaik-Anlage, ansonsten aus dem solarcomplex-Wasserkraftwerk der Aach in Singen. Die Energie für die Flaschenreinigungsmaschine gewinnt Randegger durch die Verbrennung von Holzpellets.

TEXT: CLAUDIA ANTES-BARISCH

NACHHALTIGKEIT

Der Begriff Nachhaltigkeit stammt übrigens aus der Forstwirtschaft und meint dort, dass nicht mehr Holz geschlagen werden darf, als nachwächst. Auf die politische Bühne schaffte es das Wort 1987 im Abschlussbericht der Weltkommission für Umwelt und Entwicklung. Dort heißt es: „Nachhaltige Entwicklung ist Entwicklung, die den Bedürfnissen der heutigen Generation entspricht, ohne die Möglichkeiten künftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen und ihren Lebensstil zu wählen.“

ADRESSEN:

www.weingut-lenz.ch
www.riegel.de
www.bodan.de
www.eatdifferent.de
www.randegger.de

Eine Auswahl weiterer Unternehmen, die nachhaltig arbeiten:

Zazou Drinks, Konstanz,
www.zazoudrinks.com

Camphill Dorfgemeinschaft Lehenhof, Deggenhausertal,
www.lehenhof.de

Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Lautenbach,
www.dorfgemeinschaft-lautenbach.de

Hofgemeinschaft Heggelbach, Herdwangen,
www.hofgemeinschaft-heggelbach.de

Haettelhof, Konstanz, www.haettelhof.de

Müllerhof, Allensbach-Kaltbrunn,
www.biohof-mueller.de

Pestalozzi Kinder- und Jugenddorf Wahlwies, www.pestalozzi-kinderdorf.de



Wir bedanken uns für das entgegengebrachte Vertrauen
DARAUf STOSSEN WIR AN - 19 MILLIONEN FLASCHEN IN 2015

und wünschen Ihnen auch im neuen Jahr guten Genuss mit unseren Produkten.

Besuchen Sie unseren neuen Internetauftritt. www.mineralwasser.de





GERÜCHTEKÜCHE

D – Friedrichshafen | cab. Jetzt hat auch Friedrichshafen einen Bio-Supermarkt.

Michael Ganster und Birghitta Miglietta, die seit 25 Jahren einen Bioladen am Buchhornplatz betreiben, sind mit „Bio am See“ in einen 500 Quadratmeter großen Bio-Supermarkt im Metzquartier gezogen. Das Bistro wurde ebenfalls umgesiedelt. Die Unternehmer können sich der Treue ihrer Kunden sicher sein, zumal etliche von ihnen über Genussrechte in den neuen Laden investiert haben.

**Bio am See | Quartier Metzstraße 1,
D-88045 Friedrichshafen
www.bioamsee.de**

1 CH – Wagenhausen-Kaltenbach | cab. Der im Thurgauer Kaltenbach lebende

Künstler Rainer Schoch hat zusammen mit seiner Frau ein Kochbuch herausgegeben, das mit seinen Akten illustriert ist: ein erotisches Kochbuch. Unter dem Titel „Köstliche Verführung“ finden sich neben einer kleinen Farbenlehre Gerichte, die zusammen mit den Bildern die Fantasie anregen und zu erotischen Genüssen führen. Oder, so der Künstler: „Dieses Buch soll Anregungen bieten für eine liebevolle Partnerschaft, Tipps für die Verführung des Partners geben und viel Freude spenden beim Betrachten der Bilder.“

Zu bestellen unter: www.art-schoch.ch/de/buecher/index.php

2 CH – St. Gallen | cab. Ein Kochbuch der besonderen Art.

Kochabende mit Migranten haben Mitglieder des Jugendrotkreuzes Kanton St. Gallen auf die Idee gebracht, ein gemeinsames Kochbuch zu machen, um zu zeigen, „dass hinter unseren Einwanderungsstatistiken Menschen mit bewegenden Geschichten stehen“. In dem Buch mit dem Titel „Gerüchteküche“ erzählen die Köchinnen und Köche auch über ihre Beweggründe, weshalb sie in die Schweiz gekommen sind, berichten von ihrem Alltag und davon, was sie von ihrer Zukunft erwarten. Entstanden ist ein reich bebildertes Buch mit typischen Gerichten aus den jewei-

ligen Heimatländern der Teilnehmer und bewegenden, interessanten und teils tragischen Geschichten. Mit dem Kauf der „Gerüchteküche“ unterstützt man die Integrations-Projekte des Jugendrotkreuzes Kanton St. Gallen.

www.srk-sg.ch/Aktuell/Geruechtekueche



1



2



CH – Kreuzlingen | cab. Nach der beendeten Sanierung des Kranken- und Pflegezentrums Wellingtonia wurde auch das dortige Restaurant wieder eröffnet. Das frühere Aglio e Olio bleibt allerdings Vergangenheit. Unter der Regie von Benjamin di Gallo firmiert das Lokal jetzt unter dem Namen „Pizza Handwärc“ und bietet Pizzen nach original neapolitanischer Rezeptur an: Kürzer und heißer gebacken, mit Tomaten aus Italien und Mozzarella di Bufala.
Pizza Handwärc | Konstanzerstrasse 34, CH-8280 Kreuzlingen | +41 (0)71 677 40 41 | www.pizzahandwaerch.com | Do-Sa 11.30-14 Uhr + 17.30-22 Uhr

3 CH – Schwägalp | cab. Nach zweijähriger Bauzeit wurde jetzt das neue Hotel am Fuß des Säntis eröffnet. Im 42 Millionen Schweizer Franken teuren Gebäude aus Alpstein-Beton hat die Bauherrin, die Säntisbahn, auch die Infrastruktur für den Betrieb der Schwebbahn zum Ostschweizer Hausberg untergebracht. Das alte Hotel soll abgerissen werden. „Säntis – das Hotel“ verfügt über 68 Zimmer, einen Wellnessbereich

und Seminarräume. Das Hotel-Restaurant bietet 250 Plätze und eine große Außenterrasse mit Blick auf den Säntis. Der Sichtbeton der voluminösen Fassade wurde aus Aushubmaterial vor Ort hergestellt.
www.saentisbahn.ch

CH – Rorschacherberg | cab. René Engler, Sandro Vladani und Monika Gerster haben sich vom Schloss-Hotel Wartensee verabschiedet. René Engler und Monika Gerster

wollen sich, wie es heißt, „wieder zu 100 Prozent dem Restaurant Candela in St. Gallen widmen“, während Sandro Vladani „im In- und Ausland in verschiedenen Stermelokalen kochen und neue Inspirationen sammeln“ wird. Als Nachfolger übernimmt Eugen Diethelm am 1. Januar 2016 als Direktor die Leitung. Im gastronomischen Angebot wird sich damit auf jeden Fall einiges ändern. Das Schloss, das sich im Besitz des aus Rorschacherberg stammenden Urs Räbsamen befindet, wurde im 13. Jahrhundert erbaut und beinhaltet ein Hotel, zwei Restaurants und Räumlichkeiten für Bankette und Seminare.

4 D – Hagnau | cab. Dem Winzerverein Hagnau wurde der Staatsehrenpreis für hervorragende Leistung im Weinbau verliehen. Es handelt sich dabei um die erstmalige Verleihung der Staatsehrenpreise des Landes Baden-Württemberg für das Anbaugebiet Baden. Mit berechtigtem Stolz nahmen Vorstand Karl Megerle, Geschäftsführer Tobias Keck und Kellermeister Jochen Sahler die Auszeichnung von Wolfgang Reimer, dem Leiter des Landwirtschaftsamtes Baden-Württemberg, in der Landesregierung entgegen.



Kreuzlinger Jazz Nights @ SIX
 immer donnerstags live
 freier Eintritt

HOTEL

Café|Bar

LiveMusic
Dancing

**HOTEL
SIX**

Hauptstrasse 6
 8280 Kreuzlingen
 www.hauptstrasse6.ch



5 D – Ravensburg | po. Christian Henze veredelt in den „Schlemmerseiten“ regionale Rezepte mit seinen Gourmet-Tipps.

Was so eine Prise Muskat oder ein Spritzer Limettensaft alles ausmachen können! Kempens Spitzkoch verleiht 30 leckeren Rezepten von Lesern der Schwäbischen Zeitung den kulinarischen Schliff und macht sie zu richtigen Gourmetspeisen. Lust selbst den Kochlöffel zu schwingen und dabei noch Gutes zu tun? Mit jedem Exemplar werden die Führungsnachwuchskräfte und Cross-Media Volontäre von Schwäbisch Media unterstützt. Die „Schlemmerseiten“ können an den Geschäftsstellen des Schwäbischen Verlags oder online bestellt werden.

„Schlemmerseiten – Regionale Lieblingsrezepte vom Starkoch veredelt“, Schwäbischer Verlag, www.schwaebische.de/schlemmerseiten-bestellen

D – Konstanz | cab. Neue Pächter für die Wendelgard. Halil Kurtishaj und Shpendim Ademi haben die altehrwürdige Weinstube in der Niederburg übernommen. Die beiden bekannten Konstanzer Gastronomen haben nicht vor, am bewährten Konzept viel zu ändern. Aus der Küche kommen deutsch-mediterrane Gerichte, so Halil Kurtishaj, Pizza, Flammkuchen, Schweizer Rösti, Steaks vom heißen Stein. Was es vorher nicht gab, ist der unter der Woche täglich wechselnde Mittagstisch und die durchgehend warme Küche von 11.30 bis 22 Uhr. Geöffnet ist außer Sonntag immer bis um 24 Uhr. Zur Wendelgard | Inselgasse 5, D-78462 Konstanz | +49 (0)7531 91 74 88, www.zur-wendelgard.de

D – Friedrichshafen | cab. Zusammen mit seinem Koch hat Ralf Felder zwei Tonics entwickelt. Zur Entstehungsgeschichte erzählt der Inhaber des Restaurants Felders, er trinke gerne Gin Tonic, habe aber mit den gängigen Tonics ein wenig gehadert. Machte sich darum mit seinem Mitarbeiter daran, ein eigenes Tonic herzustellen. Herausgekommen sind derer zwei: Eins für den Sommer, fruchtig, spritzig, mit einem spürbaren Anteil an Zitrone und Chinarinde und passend zu einem Gin, der eher nach Citrusfrüchten als nach Wacholder schmeckt. Das Winter-Tonic dagegen kräftiger und mit einem Touch Quitte, wird bestenfalls mit einem wacholderlastigeren Gin gemixt. Der – noch vorläufige – Name der Tonics: K 42. Auf den Markt kommen beide, wenn Ralf Felder den richtigen Partner für die Abfüllung gefunden hat. Zusammen mit der Brennerei Senft in Salem arbeitet er derzeit noch an einem Gin als Begleiter für das Sommer-Tonic.

www.felders-restaurant.de

D – Singen/Radolfzell | cab. Zika Bibulovic wechselt in das Hotel am Stadtgarten in Radolfzell. Zwölf Jahre hat er in Singen das Hotel Victoria und das Restaurant La Passione geführt. Sein Nachfolger ist Jens Sauerstein, der das Haus im gleichen Stil weiterführen wird.

ZITHER-KLÄNGE, KÄSEFONDUE & KUNST



Im Harlekin dürfen sich Genießer und Kulturfans auf reichlich kulinarische Genüsse und absolute Meisterwerke freuen. Während Doncho Donchev, ein junger, internationaler Künstler aus Bulgarien, noch bis Ende Januar seine filigranen Werke im Harlekin ausstellt, unterhält das „Trio vom Rheinfall“ die Gäste am 21.01. musikalisch. Emil Waser, Edmund Schädler und Josef Eberhardt begeistern das Publikum ab 19 Uhr mit romantischen Zitherklängen und wundervollen Melodien. Kulinarischer Höhepunkt des Abends ist das feine Käsefondue. Das schweizerische Nationalgericht rundet den gemütlichen Abend genussvoll ab.

Auberge Harlekin
Gailinger Straße 6, D-78244 Gottmadingen
+49 (0)7734 63 47
www.auberge-harlekin.upps.at
Mi-Sa ab 17.30 Uhr, So 11-15 Uhr, Mo+Di Ruhetage



SCHLOSS WARTEGG

CH – Rorschacherberg | Bio im Schloss! Das Schlosshotel Wartegg in Rorschacherberg bietet feine Bio-Küche in geschichtsträchtigen Mauern, eingebettet in eine der schönsten Parkanlagen der Ostschweiz.

Ein wenig bedauern wir es schon, dass wir erst nach Sonnenuntergang in Wartegg eintreffen, denn so entgeht uns ein Spaziergang im angrenzenden historischen Englischen Park, einem nationalen Gartendenkmal. Auch den Bodensee-Panoramablick von der Gartenterrasse müssen wir im Dunkeln vorerst auf ein andermal verschieben. Schloss Wartegg, 1557 erbaut, schaut auf eine wechselvolle Geschichte mit häufigen Besitzerwechseln zurück. So diente es unter anderem Zita, der letzten Kaiserin des Habsburgerreiches, nach den Wirren des Ersten Weltkriegs kurzzeitig als Exilort. 1994 wechselten die Besitzer dann das letzte Mal: Die heutigen Schlossherren, Familie Mijnsen, weckten das historische Gebäude aus seinem Dornröschenschlaf. Behutsam nach baubiologischen Kriterien renoviert, präsentiert es sich heute als Bio-Schlosshotel, das nicht nur mit seinem regem kulturellen Angebot (vom „Kulturverein Schloss Wartegg“ im schlosseigenen Konzertsaal gestaltet) Familien und Tagungsgäste aus der gesamten Schweiz und den Bodensee-Anrainerstaaten anzieht. Dabei gibt man sich betont kinderfreundlich mit großem Spielplatz und Indoor-Spielezimmer. Bei unserem Besuch werden wir von den äußerst liebenswürdigen Servicemitarbeitern im kleinen, in hellen Farben gehaltenen Schloss-Restaurant mit einem Kürbisschaumsüppchen als Gruß aus der Küche begrüßt. Die Schlossküche unter Leitung von Küchenchef Sandro Zimmermann hat sich nicht nur dem Slow Food-Gedanken verschrieben, die Zertifizierung durch Bio Knospe und Goût Mieux ist im Bio-Hotel so selbstverständlich, dass man kein großes

Aufhebens darum macht. Die Zutaten für die Gerichte der bewusst klein gehaltenen Speisekarte kommen wenn möglich aus der Region, bzw. aus dem biodynamisch bewirtschafteten Schlossgarten. Dazu Fisch aus Wildfang sowie Pilze und Kräuter aus Wildsammlung. Auch bei der ansprechenden Weinauswahl wird fast ausschließlich auf Bio gesetzt, und das von namhaften Winzern. Als Vorspeise bekommen wir hausgemachte Tagliolini mit butterweichem, konfiertem Freiland-Poulet und erstaunlich aromatischem Schweizer Trüffel. Unseren Hauptgang serviert uns der Küchenchef höchstpersönlich: Rücken und Schulter vom Weiderind im Duett. Der Rücken rosa gebratenen unter der Kräuterkruste, die Schulter so zart geschmort, das man sie mit der Gabel zerteilen kann. Dazu eine aromatische Aronia-Rotwein-Sauce, Kartoffelstock und Rüeblli aus dem Schlossgarten. Wir sind zufrieden! Der Schokoladenkuchen als Dessert nennt sich hier „Petit Gâteau du Château“ und ist gar nicht so klein, dafür aus bester Valrhona-Schokolade und mit flüssigem Kern, wie es sich gehört. Zum Abschluss wählen wir dann noch einen Schweizer Kirsch aus dem kleinen Bio-Spirituosenangebot des Schlosses.

Fazit: Nachhaltigkeit und Entschleunigung auf dem Teller: Die Bio-Zutaten der Schlossküche sind nicht nur nachhaltig produziert und schonend zubereitet, sie überzeugen auch geschmacklich auf ganzer Linie. Auch haben wir selten einen so liebenswürdigen und tiefenentspannten Service erlebt wie hier.

Von-Blarer-Weg 1,
CH-9404 Rorschacherberg
+41 (0)71 858 62 62, www.wartegg.ch
geöffnet Mo-So 12-13.30 Uhr und
18-21 Uhr, kein Ruhetag
Hauptgerichte 33-46 SFr.

TEXT & FOTO: SALOMON LOEB

Die akzent-
Löffel-Legende:



würig!

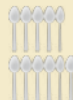


satt.



gut.

mmmmh!



lecker!

spitzel!



Barbarossa
Hotel | Restaurant



TEA TIME PLEASE:

Königlich Genießen mit erlesenen Teesorten, hausgemachten Scones, Petit Fours und Sandwiches.

Jeden Samstag Nachmittag von 15.00 – 17.30

Speisen wie zu Konzilszeiten

Ein Erlebnis mit Monika Küble und Henry Gerlach

Wenn die alte Patrizier-Familie Muntprat zum Mahl lädt, wird das Mittelalter lebendig.

27.2.2016, 19.00 Uhr:

69,- Euro inkl. Apéro

Drei Gang-Patrizier-Menü inkl. Apéro

Jazz Abend

Beschwingte Klänge in kalten Nächten mit den „Traditional Jazz-friends“ Jeden Freitag Abend bis zum 11.03.2016 und außer Weihnachten, Neujahr und Fastnacht im Stauferkeller. Beginn 20:00 Uhr, Einlass ab 19:00 Uhr

A Capella Dinner

Ein Ohr- und Gaumenschmaus! Während eines genussvollen 3-Gänge Menüs, erleben Sie das „Zell-A-Capella“ Gesangensemble, welches Ihnen nur mit Ihren Stimmen einen heltern Abend beschert. Samstag, den 20.02.2016, 19:00 Uhr

Barbarossa Hotel | Restaurant

D - 78462 Konstanz

Obermarkt 8 - 12

T: 0049 (0) 7531-12 89 90

info@hotelbarbarossa.de

www.hotelbarbarossa.de

