

DAS MENÜ

„Schwarzwald-Viagra“ belebt die Sinne

Schon vor über 2 000 Jahren besang der Dichter Ovid die Brennessel „als bestes Aphrodisiakum der Welt“ – und den „Zucker“ bändigt die brennende Nessel überdies. Hier als prickelndes Elixier nach einem raffinierten Rezept aus dem Schwarzwald.

Radieschen auf Schwarzbrot für den ersten Hunger

Statt mit dick machendem Weißbrot starten wir mit einem kräftigen Schwarzbrot der Kölner Traditionsbäckerei „Zimmermann“. Gute Butter sorgt für den Geschmack, die Senföle der Radieschen, des Schnittlauchs räumen den Magen auf.

Sauerampfer-Suppe gibt den Vitamin-Kick

„Wer ihn esset bekommt einen guten Magen, und das bringt die Lust“ – so schwärmt der Volksmund vom Sauerampfer, der Blut reinigenden Vitamin-C-Bombe. Die basische Gemüsebrühe weist die Harnsäure in ihre Schranken.

„Spargel-Grün-Weiß“ entfaltet die volle Vitalkraft der fitten Stangen

Der zarte weiße Spargel wird serviert mit einer Sauce des vitaminreicheren grünen Spargels. Das früher als Heilmittel in Apotheken verkaufte Gemüse entwässert, strotzt vor Folsäure und Gefäßablagerungen vorbeugendem Vitamin E.

„Hanswurst“ zügelt den „Zucker“

Der stärkste natürliche Blutzucker-Balancier ist Bockshornklee, der jedes Curry adelt. Peter Metternich von der Kölner Naturmetzgerei „Hennes“ würzt damit die fettarme „Hanswurst“ und serviert die Currywurst mit Stevia-veredeltem Ketchup.

„Halver Hahn“ kräht für die Kölsche Seele

Ein prächtiges Beispiel für den Kölschen Wortwitz: Der „halbe Hahn“ ist ein gut gereifter alter Gouda mit einem Roggenbrötchen, dem „Röggelchen“. Im Gouda schlummert viel Knochen stärkendes Kalzium – und ganz viel Geschmack!

„Malzmühle spezial“ mit viel Hopfen und vitaler Hefe

Exklusiv für diesen Abend braut Malzmühle-Braumeister und Bier-Sommelier Andree Vrana ein naturtrübes Bier frisch aus dem Keller mit besonders viel Nerven stärkendem Hopfen und schön machenden B-Vitaminen der natürlichen Hefe.

Genuss-Autor Hans Lauber („Schlemmen wie ein Diabetiker“, „Schönkost“) führt durch den Abend – zusammen mit Braumeister Andree Vrana und Metzger Peter Metternich und natürlich „Malzmühle“-Chefkoch Dieter Reiff.

Die fünf Gänge plus „Schwarzwald-Viagra“ kosten 33 Euro, Kölsch und das Spezialbier gehen extra. Anmelden können Sie sich ab sofort per Mail bei Mark Spiller unter diabetes@rosenbaum-nagy.de oder telefonisch unter 0221 5 77 77 58.