

Gib mir Fünf!

Schneebedeckte Wälder, Polarlichter und Elche: Der Norden hat nicht nur geografisch jede Menge zu bieten. In Schweden, Island & Co. kommen dazu echte Schmankerl auf den Tisch – von der duftenden Waffel bis zur Lachssuppe – das gibt's auch bei uns.

CMY

HIER ESSEN WIR LABSKAUS, ZIMTROLLEN & CO.



Hej Stockholm!

Das Café Stockholm am Hauptbahnhof ist ein echter Geheimtipp. Das Ehepaar Niklas (aus Schweden) und Julissa Josefsen (aus Venezuela) haben ein quetschbuntes, mega gemütliches Lokal geschaffen. Zum Essen gibt es einen Mix aus schwedischen und südamerikanischen Leckerbissen – mittags etwa für 8,50 Euro eine feine Lachssuppe, abends u.a. schwedische Sandwiches z.B. mit Fleischbällchen (5,50 €).

► Café Stockholm, Lämmerstr. 6, 80335 München, Mo. bis Fr. 11.30 bis 14 Uhr, Di. bis Fr. 17 bis 20 Uhr

GUTES aus dem NORDEN



Moin in Schwabing

Nordisch by nature ist das Team der Agnes Neun in Schwabing zwar nicht. Trotzdem gibt es hier traditionelle nordische Spezialitäten. „Ich wurde bei meiner Geburt wohl falsch in Bayern abgegeben“, lacht Chefin Karin Drews, die das Lokal mit ihrem Mann und ihren Kindern führt. „Mein Herz gehört in den Norden.“ Für 14,90 Euro kann man hier sogar Labskaus bestellen, mit Rollmops, Spiegelei und Salzgurke. Wer lieber Fisch mag, greift zum Sylter Matjesteiler mit Speckbohnen und Bratkartoffeln (14,90 Euro), ab vier Personen gibt es auf Vorbestellung Knoblauchhähnchen (pro Portion 15,50 Euro).

► Agnes Neun, Agnesstr. 9, 80798 München, Tel. 089/271 19 95, Mo. bis So. 17 bis 1 Uhr

Süße Versuchung

Was wäre eine Kaffeepause im Norden ohne eine Zimtschnecke? Dann ab zur Zimtschneckenfabrik! Frischer geht nicht: Im Backstubenverkauf gibt es (neben anderen süßen Versuchungen) die Schnecken je nach Sorte ab 1,80 Euro. Wer gar nicht genug kriegen kann, bucht gleich den zweistündigen Backkurs (Termine nach Vereinbarung, 16 bzw. 24 Euro).

► Zimtschneckenfabrik, Chiemgastr. 81, 81549 München, Fabrikverkauf Mo. bis Fr. 8 bis 14 Uhr, Sa. 11 bis 14 Uhr, So. 14 bis 17 Uhr, info@zimtschneckenfabrik.de



Kaffeepause auf schwedisch

Die Schweden lieben ihre gemütlichen Cafés. Wer nicht so weit fahren will, sollte einen Abstecker ins zauberhafte Kafé Fika in der Nymphenburger Straße machen. Hier gibt es die typischen Zimtschnecken und veganes Bananenbrot (je 2,50 Euro). Perfekt wird die schwedische Kaffeepause mit einem Cappuccino (2,50 Euro) oder Espresso (1 Euro). Tipp: das wechselnde Mittagsgesicht.

► Kafé Fika, Nymphenburger Str. 25, 80335 München, Mo. bis Fr. 8 bis 18 Uhr, Sa. 10 bis 18 Uhr



Eisblaues Island

Die Halb-Isländerin Stephanie Bjarnason führt in der Au das Café Blá (auf deutsch Blau)! Hier gibt es frische Waffeln (z.B. mit Sahne, Bananen und Beeren oder Rote Beete Hummus, je 5,20 Euro), hausgemachte Kuchen oder die typischen Zimtrollen (1,50 Euro). Der hausgemachte Espresso heißt Álfrún (Elfengeheimnis), Frühstück mit Heißgetränk kostet ab 6,90 Euro.

► Café Blá, Lilienstr. 34, 81669 München, Mo. bis Fr. 9 bis 18 Uhr, Sa./So. 9.30 bis 18 Uhr

Fotos: Oliver Bodmer, Marcus Schlaf (2), Philipp Gülland, Hans Jörg Bachmeier, Christina Meyer, Alexandra Schellnegger, PR

Hier gibt's jede Woche Rezepte oder Küchentipps

Wammerl mit Senfkrautsalat

Einfaches Gericht für kalte Tage

Sehr rustikal und zugleich delikat ist mein Wammerl mit Senfkrautsalat – ein Gericht für kalte Wintertage.

Zutaten 4 bis 6 Personen

- * ca. 1,5 kg frisches Wammerl (Schweinebauch)
- * 3 TL Meersalz
- * 1 Kopf Spitzkraut (ca. 1,5 kg)
- * 0,1 l Weißwein
- * 1 EL Senfkörner
- * 1 Lorbeerblatt
- * 2 EL Weißweinessig
- * 1 bis 2 TL scharfer Senf
- * Salz, Zucker

So einfach das Rezept auch sein mag, es braucht Zeit. Keine Arbeitszeit, sondern Zeit, in der das Fleisch ruhen kann. Ich lege den Schweinebauch 16 bis 24 Stunden nicht abgedeckt in den Kühlschrank, so kann die Haut trocknen, das ist sehr wichtig. Am nächsten Tag heize ich das Backrohr auf 180 Grad vor und steche die Haut des Wammerls mit einer nicht zu dünnen Nadel im Abstand von ein bis zwei Zentimetern ein, bevor ich die Schwarte gründlich mit dem Meersalz einreibe. Nun packe ich das Fleisch rundherum so mit Alufolie ein, dass die Schwarte nicht bedeckt wird. Ich schiebe das Fleisch für eine Stunde in den Ofen.

Für den Krautsalat koche ich die Senfkörner mit dem Lorbeerblatt im Weißwein etwa 15 Minuten weich. Anschließend lasse ich den Sud etwas abkühlen und schmecke ihn kräftig mit Weißweinessig, Senf, Zucker und wenig Salz ab. Den Krautkopf könnte ich nun fein hobeln, ich mache es aber noch genauer: Ich trenne die Blätter einzeln ab, schneide die dicken Blatttrippen heraus, rolle die Blätter ein und schneide sie in feine Streifen, die ich mit einem TL Salz vorsichtig verknete und mit dem Würz-sud marinieren.

Wenn der Schweinebauch eine Stunde lang gegart hat, ist es Zeit, ihn heraus zunehmen und mit einem spitzen, scharfen Messer die Schwarte rautenförmig einzuritzen. Nun kommt das Fleisch noch mal für eine Stunde in den Ofen. Wenn die Schwarte schön knusprig ist, nehme ich das Wammerl heraus, schneide es in nicht zu dünne Scheiben und lege jeweils zwei davon auf einen Teller mit dem Krautsalat.

► Hans Jörg Bachmeier (53) ist seit 2004 Chefkoch im Restaurant Blauer Bock und hat seit 2012 eine Kochsendung im BR.



ZU TISCH, SCHÄTZCHEN...

Die Lieblings-Lokale der tz-Redaktion

► Osteria Allegro

Das Ecklokal an der Einsteinstraße/Braystraße hat in seiner Vergangenheit viele Wechsel mitgemacht. Seit einiger Zeit hält sich hier der Italiener Osteria Allegro – und das mit viel Erfolg! Kein Wunder, haben es die Chefs doch geschafft, das Restaurant in ein gemütliches Wohlfühl-Lokal zu verwandeln: Auf den kleinen Tischen rot-weiße Tischdecken, ein schneller und zuvorkommender Service und eine wunderbar authentische Küche – von Antipasti wie Vitello Tonnato (10,90 Euro) über Pizza aus dem Steinofen, hausgemachte Gnocchi und Pasta bis hin zum cremigen Tiramisu (5,50 Euro) als Nachtisch. Besonders zu empfehlen ist ein Besuch in der Mittagspause: Täglich gibt es drei Menüs zur Auswahl, die aus Pizza, Pasta oder Fisch bzw. Fleisch und



Christina Meyer mit Ehemann Matthias

einem Beilagensalat bestehen (ab 7,50 Euro). Wir freuen uns auch schon wieder auf den Sommer, wenn man schön im Außenbereich vor dem Haus sitzen kann.

► Osteria Allegro, Einsteinstr. 143, 81675 München, Tel. 089/87 76 76 65, täglich 11 bis 24 Uhr

Schicken Sie uns Fotos Schreiben Sie uns einige Zeilen über Ihr Lieblingslokal an essenund-trinken@tz.de