

WIEN-EXTRA

Bio- logisch

LUNDERBEERE

G'sunde Kost Im „Suppito“ wird täglich frisch aufgekocht. Andrea Scholdan (l.) und Laurence Koblinger sorgen mit herzhaften Suppen und Eintöpfen für Kulinarik mit Power-Effekt.

Gesundheit tanken. Die Wiener Bio-Szene wird laufend größer und überrascht mit innovativen Ideen. Wir haben die besten Adressen für Sie besucht.

Bio gedanklich mit fadem Essen und schmutziger Ladenatmosphäre zu verbinden ist anachronistisch. „Wir sind schon lange weg vom Körndlesser-Image“, lacht Andrea Scholdan. Seit mittlerweile fünf Jahren führt die Ärztin mit Partnerin Laurence Koblinger, einer ehemaligen Galeristin, die angesagteste Suppen-Tankstelle Wiens. Leider kann man im „Suppito“ nicht essen, dafür umso mehr Nahrhaftes, abgefüllt in Halb-Liter-Glasflaschen, mitnehmen. „Als wir unsere Manufaktur

Süßes, zubereitet nach den fünf Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin, gekocht mit Granderwasser, verfeinert und gewürzt nach westlichem Wissen.

Ebenfalls auf Teamwork setzen die Gesundheitspsychologin Michaela Rußmann und die Biologin Sandra Kirch. Im Dezember letzten Jahres setzten sie ihren Lebenstraum einer „BioWerkstatt“ in die Tat um. Auf durchgestylten 110 Quadratmetern bieten die Gastronominnen seitdem ein umfangreiches biologisches Sortiment sowie eine Genuss-Bar, an der täglich frische



Löffelweise Suppen als Seelennahrung, im „Suppito“ wahlweise mit Kokos, Roten Rüben oder Kürbis in Granderwasser feinst zubereitet.

eröffneten, ahnten wir nicht, welchen Erfolg wir damit haben würden. Unser Wunsch, eine Wohlfühlküche zu schaffen, die nicht nur die Sinne befriedigt, sondern auch den Körper stärkt, hat sich erfüllt“, freut sich Scholdan. Das köstliche Ergebnis: selbst gekochte Suppen, Sugos, Eintöpfe und

Smoothies, Limonaden und Säfte gemixt werden. Entweder man isst im gemütlich gestalteten Gastbereich oder nutzt die Möglichkeit des „take-away“ (natürlich im biologisch abbaubaren Einweggeschirr). Viel frisches Gemüse, aber eben nicht jeden Tag, und Getreide stehen ▶

BioWerkstatt.
Sandra Kirch
und Michaela
Rußmann punk-
ten mit kreativer
Naturkost.



Die Bio-Welle macht auch vor Burgern nicht Halt – in der Burggasse.

► auf dem Speiseplan. „Der Trend geht vermehrt in Richtung gesunder Ernährung. Tofu und Soja dienen als schmackhafter Fleischersatz.“ Auch auf Süßes will man nicht verzichten: Die zwei Mehlspeisen, die pro Woche im Angebot stehen, gehen weg wie warme Semmeln.

Im früheren „Noi“, wo einst Denise Amann aufkochte, eröffnete letzten Sommer ein lässiger Bio-Laden. Das Ambiente im „Rasouli“ ist zwar fast gleich geblieben – noch immer wird rund um die offene Küche auf ein paar Holztischen gekocht –, genusstechisch darf man jedoch noch mehr erwarten. „Was auf den Teller kommt, besteht hauptsächlich aus naturbelassenen Produkten“, so Chefin Daniela Krois, die zusammen mit ihrem Freund Rasouli Feroz den Laden schupft. „Wir leben unsere Ideologie, bieten eine kreative Crossover-Küche.“

Dass selbst satte Burger auf der Bio-Welle schwimmen



Burgermacher.
Barbara Kunze
serviert in
ihrem Bio-Bur-
ger-Laden ge-
sunde Laberln
und Salate (o.).

Tewa. Die
Lokale am
Naschmarkt
und Karmeliter-
markt mit vege-
tarischer Multi-
kulti-Kost (l.).

können, zeigen Jan Bahr und Barbara Kunze. Die beiden „eingefleischten Laberl-Fans“ und Absolventen der „gastromischen Wissenschaften“ im benachbarten Italien sind mit ihrem Laden „Die Burger-

macher“ bereits in aller Munde. Kreative Rezeptideen und entsprechendes Handwerk lockten Genussfans an. „Natürlich bereiten wir alle Zutaten eigenhändig zu – vom selbst faschierten Fleisch bis

zur eigens gemixten Mayonnaise“, so Kunze.

Multikulti-Küche.

Tewa bedeutet auf Hebräisch „Natur“ und steht für bewusstes, frisches sowie saisonales Essen und Trinken. Wahlweise am Wiener Naschmarkt oder Karmelitermarkt sorgen Bagels, Wraps, Salate, Falafel und Hummus in den gleichnamigen Lokalen für gesunde Vielfalt.

Im „Köstlich“ in der Färbergasse ist's dagegen eher familiär. Mutter Miroslava kocht, ihr Sohn steht hinter der Budel. Serviert wird, was in der Vitrine steht, vom Linsengröstl bis zum Erdäpfelpüree. Kaum wo in Wien schmeckt vegane oder vegetarische Kost besser. Aber auch die einfache, bodenständige Küche bewährt sich als Erfolgsrezept des kleinen Ladens, der vor kurzem erweitert wurde. In der angrenzenden „Saladbox“ gibt's herrliche Salate von der Schwiegertochter zum Selbermixen.

■ Andrea Wipplinger

BIO-LOKALE IN WIEN

Kraftnahrung in der City

Rasouli. Leckerer Bio-Essen, vom Schwarzwurzel-Risotto bis zu pikanten Hühnerkeulen mit Linsen, ab € 2,90. 1160 Wien, Payergasse 12, www.rasouli.at

Die Burgermacher. Burger auf Bio-Trip, Bio-Fleisch, Frischkäse, Ketchup und Mayonnaise selbst gerührt, ab € 7,50. 1070 Wien, Burggasse 12, www.dieburgermacher.at

BioWerkstatt. Großes Bio-Sortiment heimischer Erzeuger, täglich veganer Mittagstisch, Kaffee und Kuchen, Happy Hour zwischen 15 und 18 Uhr, Menü € 7,50. 1010 Wien, Biberstr. 22A, www.biowerkstatt.com

Suppito. Halbliterflaschen, gefüllt mit Suppen oder Sugo, gekocht nach den 5 Elementen: von Krautsuppe bis zu Paradeiser-Kokos-Suppe, € 6,80 pro Flasche. 1060 Wien, Girardigasse 9, www.suppito.at

Tewa. Für Liebhaber multikultureller Küche, Tagesteller ab € 6,80. Gleich zweimal in Wien: 1060 Wien, Naschmarkt Stand 672; 1020 Wien, Karmelitermarkt 26–32, www.tewa672.com

Köstlich. Kleiner, familiärer Bio-Laden mit Reformhaus, wo noch die Mama kocht. Speisen ab € 4,30. 1010 Wien, Färbergasse 8, www.koestlich.biz