

A close-up photograph of a Black man with a mustache, wearing a purple knit beanie and a dark grey sweater. He is looking towards the left, where the back of another person's head and glasses are visible. The background is a bright, out-of-focus indoor setting.

# Kochen

## mit Neuen Nachbarn

Rezepte für mehr Miteinander.

# Gesund schmeckt lecker.



ISBN 978-3-89993-884-5 • € 19,99



ISBN 978-3-89993-877-7 • € 19,99

[www.humboldt.de](http://www.humboldt.de)

**humboldt**  
...bringt es auf den Punkt.

# Begegnungen am Herd.

Kreative Küche braucht immer wieder neue Impulse, den Austausch. Gastrokritiker Robert Kroth und Spitzenkoch Tony Hohlfeld haben gemeinsam mit Köchen aus Flüchtlingsländern Gerichte aus deren Heimat gekocht.

**Monzer Alkebab** floh vor eineinhalb Jahren aus Damaskus und brachte seine Rezepte mit.



**Hassan Abakar Omar** aus der Region Darfur hat viele Gerichte von seiner Mutter gelernt.



**Neda Ramfar** liebt große Tischrunden beim Essen – so kennt sie es aus ihrer Heimat, dem Iran.



**Sudeep Poudel** hat vor der Flucht in Nepal in der Spitzengastronomie Kathmadus gekocht.

## Impressum

nobilis Esslust

## Herausgeber und Verlag:

Schlütersche Verlagsgesellschaft  
mbH & Co. KG  
Postanschrift: 30130 Hannover  
Adresse: Hans-Böckler-Allee 7  
30173 Hannover  
Tel. 0511 8550-0  
Fax 0511 8550-2403  
www.schluetersche.de  
www.nobilis-esslust.de  
ISSN 1437-6237

## Redaktion:

Annette Langhorst  
(V.i.S.d.P.)  
Tel. 0511 8550-2632  
langhorst@schluetersche.de  
Texte: Robert Kroth  
Fotos: Christian Wyrwa

## Anzeigenverkauf:

Olaf Blumenthal  
Tel. 0511 8550-2524  
blumenthal@schluetersche.de

## Leser-/Abonnement-Service:

Christian Engelmann  
Tel. 0511 8550-2424  
Fax 0511 8550-2405  
vertrieb@schluetersche.de

## Druck:

Grafisches Centrum Cuno  
GmbH & Co. KG  
Gewerbering West 27  
39240 Calbe



# Verständigung geht durch den Magen

## Liebe Freunde von nobilis Esslust,

es gibt Erlebnisse, die verändern die Sichtweise, bereichern unser Leben. Für mich persönlich haben Begegnungen mit zunächst fremden Kulturen immer zu diesen Erlebnissen gehört. Und wie Sie mich kennen, spielt dabei Essen eine große Rolle. Wie sehr hat es mein Indien-Bild geprägt, an den vielen kleinen Streed-food-Ständen auf einem der lebendigen Nachtmärkte in Mumbai verschiedenste Speisen zu probieren und mit den Menschen darüber in Kontakt zu kommen. Wie sehr mein China-Bild nach einem Besuch in einem traditionellen Teehaus in der verbotenen Stadt. Und offen gestanden: Wer versteht schon die Bayern, wenn er nicht einmal mit einem in einem Biergarten gesessen und einen Schweinsbraten gegessen hat?

Verständigung geht durch den Magen. Weil wir mit jedem Bissen eines Gerichtes auch etwas über die Kultur, die Menschen, das Land selbst erfahren, aus dem sie kommen. Auch deshalb reisen wir so gern. Und deshalb habe ich mit Köchen aus sieben verschiedenen Ländern Gerichte aus deren Heimat gekocht - gemeinsam mit Spitzenkoch Tony Hohlfeld, den die neuen Eindrücke gleich zu eigenen Gerichten inspiriert haben. Das ist der lebendige Austausch mit Menschen, die in unser Land kommen, unsere kulinarische Kultur bereichern. Und unser Leben.

Bleiben Sie neugierig.

Herzlichst  
Ihr Robert Kroth

# Kulinarische Identität

## MONZER ALKEBABE

war einen Tag  
Chef de Cuisine in  
der Schlüterschen  
Verlagsgesellschaft

Der 37-jährige Monzer Alkebabe stammt aus Damaskus und kam vor eineinhalb Jahren als Kriegsflüchtling nach Hannover. Seit knapp einem halben Jahr sind auch seine Frau und die beiden Söhne in Deutschland. Die vier lebten anfangs in Linden, mittlerweile in Seelze.

Für Monzer Alkebabe sind es keine Fotoalben, sondern Rezepte, die aus einer anderen Zeit in Syrien künden. Das ist es, was er den täglichen Nachrichten entgegensetzen hat. Für sich selbst. Und für neue Freunde in Deutschland, die seine Stadt als die kulturelle und kulinarische Metropole wahrnehmen sollen, die Damaskus viele tausend Jahre war und immer sein wird.

Für ihn ist die syrische Hauptstadt Damaskus Geburtsort, vor allem aber seine kulinarische Heimat. Denn die Küche Syriens zählt als beste des Vorderen Orient. Sie ist tief verwurzelt in einem kulturellen Erbe des Genießens.





# Babaganoush

Syrische Auberginencreme mit Granatapfel

## Zutaten

für 4 Personen

4 Auberginen

3 Tomaten

1 Zwiebel

1 Granatapfel

Petersilie

Granatapfelsirup

Salz

## Zubereitung:

Die Auberginen mit klarem Wasser abwaschen und jeweils mit einer Messerspitze mehrmals einstechen. Die Auberginen anschließend auf ein Blech geben und bei 200 Grad Ober- und Unterhitze 20 Minuten im Ofen grillen, bis sie weich sind.

In der Zwischenzeit Tomaten, Zwiebeln und Granatapfel vorbereiten: Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten schälen und ebenfalls würfeln. Zum Herausbrechen der Granatapfelkerne den Granatapfel vierteln und anschließend mit Löffel oder Messerrückseite auf die Schale klopfen.

3 Esslöffel Granatapfelkerne, gewürfelte Tomaten und Zwiebeln in eine Schale geben.

Die Auberginen aus dem Ofen nehmen und die Schale entfernen. Die Zutaten zusammen mit dem Granatapfelsirup vermengen.

Die Petersilie waschen und klein hacken.

Mit einer Prise Salz das Gericht abrunden.

## Die Frucht der Götter

Es empfiehlt sich, den Granatapfel zunächst auf der Arbeitsfläche zu rollen, ihn dann mit einem Messer zu halbieren und die Kerne zum Beispiel mit einem Holzlöffel aus der lederen Schale zu klopfen. Die weiße Haut um die Kerne sollte man nicht probieren.







# Mamounie

## Syrischer Grießpudding

### Zutaten

für 4 Personen

200 g Grieß

4 EL Ghee oder Butter

600 ml Wasser

200 g Zucker

200 Mozzarella

50 g Wallnüsse

Eine Prise Zimt

1 EL

Orangenblütenwasser

### Zubereitung:

Grieß und Ghee in einem Topf erhitzen, bis das Ghee geschmolzen ist und sich mit dem Grieß vermengt. Etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Gleichzeitig Wasser, Zucker und Orangenblütenwasser in einen weiteren Topf geben und ebenfalls zum Kochen bringen, bis sich der Zucker aufgelöst hat und die Flüssigkeit klar ist.

Anschließend 2/3 des Orangenblüten-Zuckerwassers und den Grieß zusammenfügen und gut verrühren. Die Masse in eine Form geben und mit dünn geschnittenen Mozzarella-Scheiben bedecken. Den Rest des Zuckerwassers darübergeben und abschließend mit Zimt und Wallnüssen bestreuen.

### Serviertipp

Den Mozzarella zuerst mit Brot verzehren und anschließend die Grießmasse löffeln.  
Das Gericht schmeckt heiß und kalt.



# Kreativ und würzig

**HASSAN  
ABAKAR OMAR**  
war einen Tag  
Chef de Cuisine am  
Hannover Airport.

Hassan Abakar Omar kommt aus einem kleinen Dorf bei Al-Fashir, der umkämpften und gebeutelten Hauptstadt der sudanesischen Region Darfur. Flüchtling zu sein, ist für die Menschen auch innerhalb des Sudan traurige Realität. Seit Beginn des Bürgerkrieges und der Konflikte in Dafur sind 2,6 Millionen von ihnen auf der Flucht, zum Teil in Zeltlagern untergebracht.

Hassan Abakar Omar übersetzt die Gerichte aus der Heimat mit Einfallsreichtum auf das Sortiment, das Geschäfte in Deutschland anbieten. Und bleibt dennoch seiner Küche treu.

Auch in Lybien, wohin Hassan zunächst auswanderte, arbeitete er zwei Jahre in einem Restaurant. Die Küche war eher international. In Europa hat er bereits verschiedene Stationen hinter sich. Und seit 2013 auch in Deutschland. Bis vor kurzem hat er in einem Camp in der Mitte Hannovers regelmäßig für seine Landsleute gekocht.



# Sudanesischer Lammeintopf

Die sudanesische Küche ist pikant und zum Teil sehr scharf. Der Koriander verleiht dem Rezept eine besondere Note.

## Zutaten

für 4 Personen

1 Kilo Lammfleisch,  
klein geschnitten

5 bis 6 Zwiebeln

2 bis 3

Knoblauchzehen

3 bis 4 Paprika  
(gemischt  
rot, grün, gelb)

Tomatenmark

1 Bund

frische Petersilie

1 Bund

frischer Koriander

Pfeffer, Salz

Wasser

## Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein hacken. Gemeinsam mit dem Tomatenmark in Öl anbraten. Das Fleisch mit in die Pfanne geben, kurz mitbraten und mit zwei Tassen Wasser ablöschen.

30 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Die Paprika waschen, würfeln und dazugeben. Etwa 1 Stunde auf mittlerer Temperatur köcheln lassen.

Die Kräuter waschen und klein gehackt dazugeben. Dieser schmackhafte Lammeintopf wird mit Fufu und hausgemachtem Okra-Brot serviert.



Ein Rezept von Hassan Abakar Omar







Nepalesische Küche bei MTU: Geschäftsführer Holger Sindemann (2.v.l.) mit Gastkoch Sudeep Poudel (links), Robert Kroth, Tony Hohlfeld und Küchenchef Martin Austmann

# Kulinarische Begegnungen

Neda Ramfar aus Teheran  
hat den Kontakt  
zu Bahlsen-Mitarbeitern  
in der Essensausgabe sicht-  
lich genossen ...





Syrische Spezialitäten in der Schlüterschen: Geschäftsführer Stefan Schnieder (2.v.l.) mit Gastkoch Monzer Alkebebe, Robert Kroth und Tony Hohlfeld bei der Kostprobe.

Das Neue-Nachbarn-Kochbuch  
war mit den Gastköchen  
und ihren Rezepten jeweils in den  
Essenszeit-Betriebsrestaurants bei Bahlsen,  
am Flughafen, bei MTU Maintenance und in  
der Schlüterschen Verlagsgesellschaft.



Gemeinsamer Genuss  
in der Schlüterschen:  
Monzer Alkebebe  
im Kreis der  
Verlags-Mitarbeiter.

Teamwork:  
MTU-Geschäftsführer  
Holger Sindemann mit  
Robert Kroth





Sudanesische Küche am Hannover Airport: Flughafen-Chef Dr. Raoul Hille in der Küche mit Hassan Abakar Omar und den beiden Autoren des Neue-Nachbarn-Kochbuch.



Hassan Akabar Omar kochte Fufu – ein Grundnahrungsmittel im Sudan und eine neue Geschmackserfahrung.





Der Geschmack des Orients bei Bahlsen: Der geschäftsführende Gesellschafter Werner M. Bahlsen mit Essenszeit-Chef Dietmar Hagen, Tony Hohlfeld und Robert Kroth beim Mahl.

„Eine Kantine ist barrierefrei. Hier isst einfach jeder gemeinsam mit jedem. Rezepte sind wichtiger Bestandteil jeder Kultur. Mit ihrem Essen haben die vier Köche vielen Menschen gezeigt, welche Bereicherung andere Einflüsse sind“, sagt Robert Kroth.



Sudeep Poudel hat das große Interesse der MTU-Mitarbeiter an der nepalesischen Küche seiner Heimat genossen.

Begeisterung auch hinter den Kulissen:  
Die Stimmung in der Bahlsen-Kantine war ausgelassen.



# Persische Küche

**NEDA RAMFAR**  
war einen Tag  
Chef de Cuisine  
im Bahlsen  
Betriebsrestaurant.

Neda Ramfar, geborene Ipakchi, was übersetzt „Seide“ heißt, kam bereits 1991 mit ihrer Familie nach Deutschland, seit 15 Jahren lebt sie in der Region Hannover.

Die Kontrolle der religiösen und ideologischen Konformität durchdringt alle Lebensbereiche der Menschen im Iran und beschneidet die Freiheit des Einzelnen. Für Neda Ramfar aus Teheran war das der Grund, aus ihrem Land zu fliehen. Die Freude an der Küche ihrer Heimat ist davon unberührt. Der Einfallsreichtum, mit dem sie traditionelle Gerichte modern interpretiert und dabei immer auch einen Blick in die große Kultur ihres Landes preisgibt, fasziniert.

Im September letzten Jahres hat sie ihren eigenen Partyservice „Orientalische Küche“ eröffnet.

Die persische Küche gleicht einem Märchen aus 1001 Nacht – verführerisch, immer wieder überraschend und dennoch harmonisch. Sie arbeitet deutlich mehr mit Gewürzen. „Ein bisschen mehr Mut würde da der deutschen Küche gut tun“, sagt Neda Ramfar.





# Shirin Polo

Zu diesem Reisgericht passt wunderbar Huhn, das in einer Mandel-Orangen-Sauce gekocht wird.

## Zutaten

für 4 Personen

2 Tassen Basmati-Reis

2 große Möhren

5 Kardamom-Kapseln

Einige Safran-Fäden

70 g Mandeln

30 g gehackte  
Pistazien

50 g Berberitzen

1 EL Rohrzucker

1 EL Butter/ vegan  
Margarine

1 EL Sonnenblumenöl

## Zubereitung:

Den Reis waschen und mit einem Liter Wasser und 2 Esslöffeln Salz für ca. 30 Minuten einweichen. Die restlichen Zutaten vorbereiten: Möhren schälen und in dünne längliche Scheiben schneiden. Die Scheiben stiften. Die Mandelkerne in zwei Teile schneiden. Die Kardamom-Kapseln anritzen, damit das Aroma beim Kochen aus ihnen heraustritt. Safran-Fäden zerstoßen und mit 3 Esslöffeln warmem Wasser übergießen, damit der Safran seine Farbe entfalten kann.

Einen Topf mit einem Liter Wasser zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, das Einweichwasser vom Reis abgießen und den Reis in das kochende Wasser geben.

Den Reis für ca. 5 Minuten garen und in ein Sieb geben. Der Reis sollte noch Biss haben.

In einer beschichteten tiefen Pfanne 1 Stück Butter und 1 Esslöffel Sonnenblumenöl erhitzen. Kardamom-Kapseln, Mandeln und Berberitzen in die Pfanne geben und kurz anbraten.

Das Safranwasser dazugeben. Kurz umrühren und 1 Esslöffel Rohrzucker zufügen. Die Möhren in die Pfanne geben. Achtung, sobald die Möhren in der Pfanne sind, die Temperatur runterstellen, da diese sonst verbrennen. Im Iran wird dazu meist Huhn serviert.





# Kashke Bademjan

Auberginen-Vorspeise aus dem Iran.

## Zutaten

für 4 Personen

4 Auberginen

1 TL Salz

1 Prise Pfeffer

100 ml Öl

1 Gemüsezwiebel

6 Knoblauchzehen

4 EL Kashke  
(im Asia-Shop  
erhältlich)

2 EL  
getrocknete Minze

## Zubereitung:

Die Auberginen schälen und in jeweils vier Scheiben schneiden. Die Auberginenscheiben salzen und auf Küchenkrepp etwas trocknen lassen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen-Scheiben von beiden Seiten anbraten, danach in einen Topf geben.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. In dem restlichen Öl die Hälfte der Zwiebelstückchen anbraten – sie dürfen nicht zu dunkel werden! Schließlich die Knoblauchstückchen nur kurz erhitzen. Die Zwiebel-Knoblauch-Mischung mit Salz und Pfeffer über die Auberginen geben.

Zutaten im Topf bei niedriger Hitze immer wieder verrühren, bis eine weiche Masse entsteht. Kashke aus dem Glas in 2 EL heißem Wasser auflösen. Die Auberginenmasse auf einer Servierplatte anrichten und Kashke darauf verteilen. Die Minze kurz in heißem Öl schwenken und ebenfalls auf die Masse geben. Man kann diese Vorspeise noch mit Röstzwiebeln verfeinern.

## Kashke

Kashke ist eine getrocknete Joghurtmasse, die mit Wasser – eventuell unter Zugabe von Weizenschrot – zu einem weißen Brei aufbereitet und gewürzt wird. In der Mischung mit Weizen entsteht in der libanesischen Küche die Suppe Kishk.



# Der Geschmack Nepals

**SUDEEP POUDEL**  
war einen Tag  
Chef de Cuisine im  
Betriebsrestaurant  
von MTU  
Maintenance.

Sudeep Poudel ist in der Hauptstadt Nepals aufgewachsen. Seit jeher beflügelt Nepal die Fantasie. Der Landstrich zwischen China und Indien ist eine Sehnsuchtsdestination. Für Bergsteiger, Entdecker, Sinnsucher und Gourmets. Das Land, etwa so groß wie Österreich und die Schweiz zusammen, bietet eine immense Vielfalt.

Vor seiner Flucht aus seinem Heimatland hat der Koch Sudeep Poudel im Radisson Hotel Kathmandu gearbeitet, wo Staatsgäste aus aller Welt wie der ehemalige US-Präsident Jimmy Carter zu Gast waren.

Die nepalesische Küche ist einfach, aber meist raffiniert. Ähnlich wie in der indischen Küche sind es vor allem die Gewürze, die dem Gericht eine einzigartige Note verleihen.



# Achar

Würzig, scharf-pikantes Chutney.

## Zutaten

für 4 Personen

5 große Tomaten

1 Gemüsezwiebel

2 Knoblauchzehen

1 TL frischer Ingwer

4 bis 5 getrocknete  
Chilischoten

1 Frühlingszwiebel

100 bis 200 ml Wasser

1 TL Butter

1 TL Sesam

1 TL Timur  
(Nepal-Pfeffer)

Saft einer halben  
Limette

## Zubereitung:

Tomaten und Zwiebel in grobe Würfel schneiden. Die Knoblauchzehen flach drücken. Ingwer und Chilischoten klein hacken.

Alles zusammen in einen Mixer geben und zu einem groben Brei verarbeiten. Anschließend Frühlingszwiebeln klein schneiden. Frühlingszwiebeln gemeinsam mit Butter, Sesam, Timur und etwas Wasser zum Brei geben und noch einmal gut durchmischen. Den Saft einer halben Limette hinzufügen, noch einmal mixen.

Das Chutney kann beispielsweise mit Brot gegessen werden oder zu Grillgut.

## Nepal-Pfeffer

Timur oder Nepal-Pfeffer findet man nur in Nepal. Er wird in ca. 2000 Metern Höhe von Hand an wild wachsenden Pfefferpflanzen geerntet.





# Nepalesischer Kartoffelsalat

Leicht gekühlt genießen.

## Zutaten

für 4 Personen

4 große Kartoffeln

3 Knoblauchzehen

2 Frühlingszwiebeln

1 rote Zwiebel

Saft einer  
halben Limette

3 EL Öl

100 ml Wasser

4-5 frische  
Minzblätter

50 g Sesam

1 TL Ganzer  
Kardamom

1 EL Curry

Eine Prise Muskat

Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und mit einer Prise Salz in kochendes Wasser geben. Sobald die Kartoffeln gar sind, in grobe mundgerechte Stücke schneiden.

Das Öl in eine Pfanne geben. Die Knoblauchzehen klein hacken und zusammen mit einem Esslöffel Curry, Kardamom, Muskat und etwas Pfeffer in der Pfanne erhitzen. Anschließend das Gemisch zusammen mit den klein geschnittenen Frühlingszwiebeln über die Kartoffeln geben und gut verrühren.

Das Wasser in einer Pfanne mit den Minzblättern kurz erwärmen. Sesam und Minzwasser in einem Mixer zu Brei verarbeiten und ebenfalls über die Kartoffeln geben. Den Kartoffelsalat nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Alles noch einmal gut umrühren, bevor der Kartoffelsalat 10 bis 15 Minuten in den Kühlschrank kommt.





SCHWANENBURG

Veranstaltungszentrum  
mit Mehrwert-Gastronomie  
in Hannover-Limmer

Täglich  
wechselnder  
Mittagstisch

Mo-Fr 12-14h



**Tagungen, Seminare,  
Konferenzen, Konzerte,  
Koch-Events, Betriebsfeiern,  
Hochzeiten, Geburtstage,  
Barbecue...**

**Räumlichkeiten  
mit großer Flexibilität  
für 4 bis 120 Personen**



**Restaurant & Außenterrasse  
Rüdenberg-Saal  
Loft mit Event-Küche  
Studio & Balkon  
Gartenpavillon mit Terrasse im  
Park**



**Frische-Küche mit Mehrwert**

**Hochwertiges Tagungsequipment**

**Barrierefrei**

**Kostenfreie Parkplätze**

**Sehr gute Verkehrsanbindung**

Schwanenburg GmbH

Zur Schwanenburg 11 | 30453 Hannover

T: +49 (0) 511 - 21 31 701 | F: +49 (0) 511 - 21 31 702

info@schwanenburg.net | www.schwanenburg.net



Der Geschmacksverstärker

H A N N O V E R S   F E I N E   K O C H S C H U L E



DEISTERSTRASSE 17 B ~ 30449 HANNOVER  
MAIL: [INFO@DER-GESCHMACKSVERSTAERKER.DE](mailto:INFO@DER-GESCHMACKSVERSTAERKER.DE)  
[WWW.DER-GESCHMACKSVERSTAERKER.DE](http://WWW.DER-GESCHMACKSVERSTAERKER.DE)



# FRÜHSTÜCK

## DE-LUXE

### KNUSPRIGE BROTAUFSTRICHE

AUS NUSS UND NOUGAT CREMES



CHOCOLATS~DE~LUXE.DE

Die besten Schokoladen der Welt auf einer Seite.

chocolats-de-luxe.de - Helmkestr. 5a - 30165 Hannover  
16.-18. September 2016 - Schokoladen-Gourmet-Festival Hannover





WEINHAUS FEITER



STEPHANUSSTRASSE 2 ~ 30449 HANNOVER

TEL: 0511 300 77 01

MAIL: [INFO@WEINHAUS-FEITER.DE](mailto:INFO@WEINHAUS-FEITER.DE)

[WWW.WEINHAUS-FEITER.DE](http://WWW.WEINHAUS-FEITER.DE)

# SCHLEMMERMARKT SEGEBRECHT



**Käse Comté „Melodie“**  
Feinster Kuhrohmlachkäse  
vom Spitzen-Affineur Marcel Petit.



**Gin**  
Über 20 Sorten aus aller Welt und die  
beste Tonic-Auswahl.



**Obst und Gemüse**  
Tagesfrisches Obst und Gemüse direkt  
von den Bauern aus unserer Region.



**POTHITI'S BESTES OLIVENÖL**  
Frisches, grünes aromatisches  
Spitzen-Öl für die feine Küche.



**Gebäck Mon Village**  
Würzige Knabbereien zum Wein



**Weingut Mainz**  
Winzer des Jahres aus Rheinhessen



SCHLEMMERMARKT  
**SEGEBRECHT**  
*Frische & Qualität*

Lister Meile 42 · 30161 Hannover · Tel. 0511 318591

[schlemmermarkt.segebrecht@web.de](mailto:schlemmermarkt.segebrecht@web.de)

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00-20.00, Sa 9.00-18.00

AUCH IN  
IHRER NÄHE  
ERHÄLTlich



# Typisch HANÖVERSCH

*das Frischebier!*

- weder konserviert noch gefiltert
- unbehandelte Bio-Rohstoffe aus Deutschland
- „Bio“ zertifiziert und vielfach ausgezeichnet
- handwerklich schonend gebraut und abgefüllt im Brauhaus Ernst August - Hannover-Altstadt

Weitere Infos unter: [www.hanoeversch.de](http://www.hanoeversch.de).



DE-ÖKO 1006 /  
Deutsches  
Landwirtschaft

HANDGERÖSTET



# HANNOVERSCHE KAFFEE MANUFAKTUR

Traditionelle Langzeitröstung  
mit niedrigen Temperaturen

DAS BEDEUTET:

- absolut magenschonend
- hocharomatisch
- extrem schadstoffarm



Liepmannstr. 21, 30453 Hannover, Telefon: 0511.79 02 01 81,  
Fax: 0511.79 09 14 26, [info@hannoversche-kaffeemanufaktur.de](mailto:info@hannoversche-kaffeemanufaktur.de)

[www.hannoversche-kaffeemanufaktur.de](http://www.hannoversche-kaffeemanufaktur.de)

# ERÖFFNUNG ALNO STORE



küchen **staude**  
Die Besten im Norden

Meelbaumstr. 5 | 30165 Hannover | [kuechen-staude.de](http://kuechen-staude.de)  
[facebook.com/kuechenstaude](https://facebook.com/kuechenstaude) | Mo-Fr 10-19:30 Uhr, Sa 10-18 Uhr



ROBERT KROTH  
TONY HÖHLFELD

# DAS NEUE NACHBARN KOCHBUCH

8 LÄNDER, 8 KÖCHE  
50 REZEPTE FÜR MEHR  
MITEINANDER

schlütersche

## JETZT VORBESTELLEN!

[www.buecher.schluetersche.de/Nachbarn](http://www.buecher.schluetersche.de/Nachbarn)



**24,99 Euro**

Erscheint im Oktober 2016  
(ISBN 978-3-89993-741-1)