

Infos zur Folge 1

Kulinarische Schätze rund um Bad Honnef

Die Spitzenköche und Freunde Björn Freitag und Frank Buchholz sind wieder auf großer Entdeckungstour entlang der Wasserstraßen Nordrhein-Westfalens. Mit der unaone, dem selbstgebauten Hausboot ihres Skippers Heinz-Dieter Fröse, heißt es dieses Jahr: "Anker lichten" auf dem Rhein.

Vom Siebengebirge bei Bad Honnef durch die Kölner Bucht entlang des Niederrheins bis Emmerich an der niederländischen Grenze erkunden die Freunde ihre Heimat und gehen auf ein kulinarisches Abenteuer. Immer gilt es, in einem Radius von fünfzehn Kilometern leckere Zutaten aus der Region zusammenzutragen und abends an Bord ein regionales Dinner zu zelebrieren.

Los geht es in **Bad Honnef**, dem südlichsten Zipfel von NRW. Die Stadt zwischen Rhein und Siebengebirge wird auch als „Rheinisches Nizza“ bezeichnet. Perfekt als Startpunkt für die kulinarische Entdeckungstour der beiden Spitzenköche ...

Björn startet seinen Beutezug in Königswinter. Im Ortsteil Oberpleis lernt er **Dhana Schwarz** kennen. Sie führt einen klassischen Bauernhof mit Tierhaltung. Das Wohlergehen der Tiere ist der Landwirtin sehr wichtig, Schweine, Rinder, Ziegen, Schafe haben daher - drinnen wie draußen - großzügigen Auslauf. Zum Hof von Dhana Schwarz gehört die **Landmetzgerei Klein**, die auch ein eigenes Schlachthaus hat. Hier werden die Tiere vom Hof so stressfrei wie möglich geschachtet.

Landmetzgerei Klein

Dhana Schwarz

Siefen 2a

53639 Königswinter-Siefen

Mail: info@land-metzgerei-klein.de

Internet: www.land-metzgerei-klein.de

Lecker AN BORD

Auch die Bio-Bauern aus der Region bringen ihre Tiere hierhin. So wie **Nicolai Harbort**. Der Agraringenieur hat sich vor ein paar Jahren Glanrinder gekauft. Eine alte, widerstandsfähige Rasse mit robustem Charakter und aromatischem Fleisch. Die Tiere werden artgerecht gehalten. Die meiste Zeit des Jahres leben sie draußen auf der Weide, die Kälber bleiben ein Jahr bei der Mutterkuh und das Futter stammt aus dem eigenen Bio-Anbau.

Harborts Bestes

Nicolai Harbort

Königswinterer Bergbereich (Ortsteil Hühnerberg)

Quirrenbacher Str. 126

53639 Königswinter

Mail: info@harborts-bestes.de

Internet: <http://www.harborts-bestes.de/>

Frank ist mit seinem E-Bike unterwegs durch ein idyllisches Tal in der Voreifel. Sein Ziel ist die historische **Broicher Mühle** im Örtchen Wachtberg-Villip. Seit mehr als 1100 Jahren wird hier schon Mehl gemahlen. Seit 300 Jahren ist die Broicher Mühle bereits im Besitz der Familie Bedorf und wird heute von Elisabeth und ihrem Sohn Alexander betrieben.

Die Bedorfs beliefern mit ihren Vollkornmehlen die umliegenden Bäckereien. In ihrem kleinen Mühlenladen kann aber jeder in den Genuss des Broicher Mehls gelangen. Alte Handwerkskunst und beste Qualität – das begeistert den Koch. Frank freut sich daher, dass er beim Backen mithelfen kann.

Mühle Bedorf / Broicher Mühle

Elisabeth Bedorf

Im Bruch 32

53343 Wachtberg-Villip

Tel.: (0228) 32 48 78

Mail: mail@muehle-bedorf.de

Internet: www.muehle-bedorf.de

Lecker AN BORD

Frank zweite Station führt ihn zu einer spannenden Hofgemeinschaft, die idyllisch mitten im Naturschutzgebiet Siebengebirge liegt. 1935 gründete der Maler und Bildhauer Walter Kniebe oberhalb von Bad Honnef die **Hofgemeinschaft Mucherwiese**. Seither ist der Ort Begegnungsstätte und Zuflucht für Menschen auf der Suche nach Ruhe und einem Leben in Einklang mit der Natur.

Derzeit leben hier drei Familien mit insgesamt sechs Kindern und zwei weiteren Erwachsenen. Jeder übernimmt andere Aufgaben für die Gemeinschaft. Auf den Tisch kommt hier fast ausschließlich das, was die Gemeinschaft auf dem Hof und den dazu gehörenden fünf Hektar Land anbauen.

Mucherwiese e.V.

Mucherwiesenweg 45

53604 Bad Honnef

Mail: kontakt@mucherwiese.de

Internet: www.mucherwiese.de

Björn letzte Station liegt in Rheinbreitbach. Hier trifft er **Tahsin Eş** in seinem buntem Paradies. Der kaufmännische Angestellte ist begeisterter Hobbygärtner und ein Meister des Einmachens. In seinem Garten wachsen über 100 Tomatensorten. Außerdem über 40 Sorten Paprika- und Chilischoten, Bohnen, Salat, Mangold, Artischocken, Stein- und Beerenobst. Schon als Kind in der Türkei hat er gerne im Garten mitgeholfen – und sich viel von seinen Eltern und Großeltern abgeschaut. Von ihnen hat er auch gelernt, wie man Saatgut gewinnt. Was von der Gartenvielfalt nicht gleich gegessen werden kann, kocht Tahsin ein.

Tahsin Eş

Telefon: 0170 5858226

Internet: www.esgarten.de

Zurück an Bord wird dann in guter alter Tradition in der Außen-Küche geschnippelt und gebruzzelt. Die Köche sind begeistert, von der Qualität der "erbeuteten" Zutaten: Das Fleisch wird daher ganz simpel gegrillt und das Brot lecker belegt. Björn versucht sich außerdem zum allerersten Mal an gefüllten Weinblättern und Frank zaubert ein süß-saures Dessert ...

Alle Infos und Rezepte immer auf leckeranbord.wdr.de