

GenussLiebe



JUNI 2021 // ISSUE I

WIR FOTOGRAFIEREN
AUTHENTISCH UND LIEBEVOLL.

Wir fotografieren Menschen, die dafür sorgen,
dass wir gesund und köstlich essen können.
Dabei legen wir großen Wert auf die natürliche
Darstellung der Produkte und ihrer Schöpfer.



CHRISTIAN UND MAREIKE

INHALT



6 | EDITORIAL



8 | BEETROOT



14 | ZUM BÄCKERHAUS



22 | WACKELPETER



26 | MARIKE UND CHRISTIAN
IM INTERVIEW



28 | DIE KASTANIE



36 | DIE ROSE



42 | APOKALUEBKE

Editorial

Das Jahr 2020 sollte ein ganz Besonderes für uns werden. Wir wollten uns acht Monate von unserem Tagesgeschäft zurückziehen, an der Atlantikküste mit dem Frühling gen Norden reisen, einen Monat auf Bornholm verbringen und dann eine fotografische Reise kreuz und quer durch Deutschland machen. Dann kam alles anders und wurde doch so schön, wie wir es uns gewünscht hatten.

Vor allem die fotografische Reise hat unsere Erwartungen noch übertroffen. Wir haben so viele inspirierende und sympathische Menschen kennengelernt, die wir in unserem Magazin GenussLiebe vorstellen möchten. In der ersten Ausgabe treffen wir eine Köchin, die sich voll und ganz der vegetarischen und veganen Küche hingibt, besuchen einen Familienbetrieb, in dem die Stammtischkultur noch lebendig ist, helfen beim Sammeln von Streuobst und treffen den Leiter der Slow Food Chef Alliance, der mit seinem Betrieb seit fast dreißig Jahren ökologisches Essen für Kindergarten- und Schulkinder herstellt. Außerdem besuchen wir mit einer Fernsehköchin einen Ziegenhof, sehen dort nur wenige Tage alte Zicklein und wissen nach unserem Besuch bei Luka, wie Nutria schmeckt.

Wir wünschen viel Freude und guten Appetit beim Lesen.

Mareike Suhn *Christian Geisler*

Mareike Suhn und Christian Geisler



{ B E E T R O O T }

DIE STADT IST AUCH NUR EIN GROSSES DORF

Die Alte Gasse 27 liegt unweit der Touristen-Attraktionen in Frankfurt und ist die Heimat von Katharina Bäcker und ihrem Restaurant *beetroot*. Katharina ist gelernte Köchin und Mitglied der Slow Food Chef Alliance Deutschland. Seit 2011 bereitet sie in ihrem Restaurant ausschließlich vegetarische und vegane Gerichte zu und benutzt hierfür hauptsächlich regionale und saisonale Produkte. Wir besuchten Katharina an einem bedeckten, aber noch schönen Oktobertag und tauchten für ein paar Stunden in ihre Welt ein. Katharina ist ein kluger, blitzgescheiter Mensch mit dem Herzen am rechten Fleck - keine überflüssigen Worte getreu ihrem Arbeitsmotto: „Wir arbeiten gut, sauber und fair“. Während unseres gemeinsamen Essens erzählte sie von ihren Stammkunden, die oft schon seit Jahren wöchentlich, manche auch täglich, zu ihr ins Restaurant kommen. So machen sie das *beetroot* zu einem Treffpunkt, bei dem es neben dem Essen auch um die soziale Funktion des Zusammenkommens geht. Die Stadt ist eben auch nur ein großes Dorf.

www.beet-root.de





Katharina Bäcker fand eher zufällig zum, ihrer Meinung nach, schönsten Beruf der Welt.



{ Z U M B Ä C K E R H A U S }

VON FAMILIENBANDEN UND STAMMTISCH- FREUDEN

Wenn man die Weinstube und Café *Zum Bäckerhaus* in Ebersbach-Roßwälden betritt, wird man unweigerlich in einen Gasthof wie aus Großmutter's Zeiten zurückversetzt. Dabei ist es hier aber alles andere als verstaubt. Die beiden urgemütlichen Gasträume sind fast komplett im Original erhalten. Hier ist die Verbindung zwischen Nostalgie und Moderne absolut gelungen. Und der Clou bei der Sache ist, dass die ehemalige Wirtin noch mit im Hause lebt. Das Bäckerhaus ist nämlich in Familienbesitz. 2011 übernahmen Priska und Joachim Speißer die Gaststätte, seit 2017 mit tatkräftiger Unterstützung in der Küche durch Markus Eberhardinger – Slow Food Chef Alliance Mitglied und Ehemann von Christina. Christina wiederum betreibt zusammen mit Mutter Dorothea die weit über die Grenzen des Ortes hinaus bekannte angeschlossene Backstube. Die zahlreichen Besucher der Weinstube und Café Zum Bäckerhaus kommen aber längst nicht nur wegen der hervorragenden Backstube, sondern vor allem wegen der Spitzenküche von Markus. Markus' Augen beginnen zu leuchten, wenn er davon erzählt, wie er und sein Team kochen. Die Speisekarte ist bewusst klein gehalten, und es wird stets saisonal variiert. Wichtig ist ihm dabei vor allem die Zero-Waste-Philosophie und dass alles selbst zubereitet wird: Zero-Waste und Zero-Convenience. Eine weitere Besonderheit für uns Nordlichter ist die hohe Stammtischdichte hier. Was bei uns höchstens noch als eine Legitimation zum „Einen über den Durst trinken“ genutzt wird, ist hier ganz anders: Hier wird sich noch zum Essen, moderaten Trinken und Klönen getroffen. Wir haben zwei intensive, ereignisreiche, fotografisch spannende Tage erlebt – sind glücklich, satt und zufrieden weitergefahren und freuen uns darauf, dort einmal wieder Gast zu sein.

www.zumbaeckerhaus.jimdofree.com





Das Menü „7 Schwaben“ – Schwäbische Klassiker, neu interpretiert





APERITIF

"Most Wanted"
QUITTENSECCO ALKOHOLFREI 4,90

Muskateller Secco
FRÜHREIFER SECCO AUS DEN REHSTAL 4,90

"Bitter Maracuja"
ALKOHOLFREI 6,90

Gin Tonic "Monkey 47"
MIT SCHWARZWALD-GIN & GURKE 9,90

{ WACKELPETER }

ÖKOLOGISCHES ESSEN FÜR KINDER

Jens Witt betreibt seit 1993 seinen Koch- und Lieferservice *Wackelpeter – ökologisches Essen für Kinder* in der Lagerstraße in Hamburg. Die Lebensmittel kommen von Anfang an aus kontrolliert ökologischem Anbau. Die einzige Ausnahme sind Fisch und Fischprodukte. Jens und seiner Crew ist es wichtig, dass das Essen frisch gekocht wird und dass keine Fertigprodukte eingesetzt werden. Außerdem ist Jens der Leiter der Slow Food Chef Alliance Deutschland, einem Netzwerk von Köchen und Köchinnen und Produzenten und Produzentinnen, die sich für gute, saubere und fair gehandelte Produkte in der Gastronomie und Landwirtschaft einsetzen.

www.wackelpeter-service.com





Mareike und Christian im Interview



Stellt Euch bitte einmal kurz vor.

C: Ich bin Christian, Fotograf, in Nürnberg geboren, aber schon seit Jahrzehnten ein echtes Nordlicht. Heute leben wir zusammen mit unseren beiden Hunden Kendo und Greta in Wohltorf, in der Nähe von Hamburg.

M: Und ich bin Mareike, Fotografin, und komme ursprünglich aus Hamburg.

2020 habt Ihr Euch aus Eurem Tagesgeschäft zurückgezogen und eine fotografische Auszeit genommen. Wie kam es dazu und wie genau sah diese fotografische Auszeit aus?

M: 2020 sollte ein Jahr des Reisens und des „frei Fotografierens“ werden. Wir wollten eine Zäsur, um uns fotografisch neu aufzustellen und frischen Wind in unsere Sehgewohnheiten bringen. Dazu wollten wir zwei Monate lang die Atlantikküste von Südpportugal nach Nordfrankreich entlang reisen, dann einen Monat auf unserer Herzensinsel Bornholm verbringen und danach auf den Spuren der Slow Food Chef Alliance durch Deutschland reisen. Der erste Teil der Reise fiel leider so ziemlich ins Wasser, aber unsere Deutschlandreise wurde glücklicherweise etwas.

C: Ja, genau, der Wunsch nach Veränderung war da. Und da uns die Themen Ernährung, Nachhaltigkeit in Unternehmen und natürlich Genuss interessieren, nahmen wir Kontakt zu der Slow Food Chef Alliance auf.

Wie genau seid Ihr in Kontakt mit der Chef Alliance getreten?

C: Ein befreundeter Koch aus unserer Region vermittelte uns den Kontakt zu Jens Witt, dem Leiter der Slow Food Chef Alliance. Nachdem wir ihn kennengelernt und von unseren Plänen erzählt hatten, entwickelten wir unser Reisetema.

M: Damit sind wir dann gestartet und haben den Kontakt zu den Mitgliedern der Slow Food Chef Alliance aufgenommen. Die Rückmeldungen waren so zahlreich, dass wir nicht alle Interessenten besuchen konnten.

Hat diese Reise Einfluss auf Eure weitere Arbeit?

M: Auf jeden Fall! Als wir wieder zu Hause waren, haben wir uns sofort daran gemacht, unsere Homepage vollkommen neu auszurichten und dieses Magazin zu gestalten.

C: Wir haben unsere Schwerpunkte neu definiert und werden nun verstärkt mit den Themen Slow Food, Ernährung, Gastronomie, Hotellerie und Tourismus tätig sein.

Das klingt jetzt so, als ob Ihr wieder auf Reise gehen wollt?

C: Na klar! Wir reisen deutschlandweit oder ins benachbarte europäische Umland, nicht zuletzt wegen unserer beiden Hunde. Das verbinden wir dann gerne mit einem Aufenthalt in der jeweiligen Region.

M: Wir haben festgestellt, dass die Fotos einfach besser werden, wenn wir zwei oder gar drei Tage vor Ort bei den jeweiligen Kunden sind. Das entspannt und macht die Fotos noch einmal leichter und auch authentischer, weil wir die Menschen – und diese uns – auf diese Art noch einmal besser kennenlernen.

Das hört sich sehr spannend an. Wer könnte sich denn mit diesen Anforderungen bei Euch melden?

C: Es können sich gerne alle melden, die sich authentisch und emotional zeigen wollen, um dann mit den Fotos genau die richtigen Kunden anzusprechen. Wir können uns gut auf Menschen und Situationen einstellen und sind ein eingespieltes Team.

M: Ja, wir können uns auch gut in den laufenden Betrieb eingliedern, ohne diesen zu stören. Außerdem können wir gut zuhören, die Wünsche unserer Kunden verstehen und das dann auch in Bilder umsetzen.

Wie kann man am besten mit Euch in Kontakt treten?

C: Ganz einfach: per Mail oder telefonisch. Außerdem kann man sich vorab auf unserer Website informieren.

M: Und wer ein bisschen von unserer Reise nachlesen möchte, der findet seit dem 1. März 2020 für jeden Tag eine kleine Geschichte in unserem Blog unter www.meerfreiheit.com/logbuch.

„Wir haben unsere Schwerpunkte neu definiert und werden nun verstärkt mit den Themen Slow Food, Ernährung, Gastronomie, Hotellerie und Tourismus tätig sein.“

{ BARBARA STADLER }

EINFACH ZUM VERLIEBEN

Barbara und ihr Mann Erwing leben gut 30 Minuten südöstlich von Bremen entfernt auf einem idyllischen Grundstück, direkt neben ihrem Theater-Restaurant Die Kastanie. Theater gibt es hier jedoch schon länger nicht mehr, dafür aber die Herdgeschichten. In 2020 nutzen die beiden die un-freiwillig gewonnene Zeit, um die Räumlichkeiten zu renovieren, damit sie zum nächstmöglichen Termin wieder in neuem Glanz erstrahlen. Erwing ist nicht nur handwerklich sehr begabt und macht die meisten Dinge selbst – ein echter Tausendsassa – sondern auch mit Leib und Seele Regisseur, Schauspieler und begnadeter Geschichtenerzähler.

Der Empfang durch die beiden ist sehr herzlich, und nach einer kleinen Führung durch Theater und Garten geht es erst einmal an den schön gedeckten Frühstückstisch. Barbara erzählt aus ihrem Leben, den vielen Reisen, ihren Kindern, dem Kochen, dem Landleben und von ihren Lieferanten, ohne die sie ihre ausgezeichneten Speisen nicht in dieser Qualität zubereiten könnte. Wir hören zu und genießen das Frühstück. Anschließend besuchen wir zusammen mit Barbara den Ziegenhof *Die Ziegerei*. Seit 2017 entwickeln dort Hiob und Sophia den Betrieb im Sinne des ökologischen Landbaus zukunftsorientiert und mit großer Leidenschaft weiter.

Wir haben uns sofort in diesen Ort verliebt, vor allem in die Ziegen. Nach etwa zwei Stunden fahren wir zurück in *Die Kastanie*. Der Tag mit Barbara vergeht wie im Fluge, und wir lernen viel über sie und ihre Einstellung zur nachhaltigen Küche. Barbara arbeitet unter anderem als TV-Köchin für Radio Bremen, gibt zahlreiche Kochkurse und bietet ein exzellentes Catering an. Kurzum, Barbara ist auf vielen Gebieten eine Koryphäe, und das alles nach den Richtlinien der Slow Food Chef Alliance.

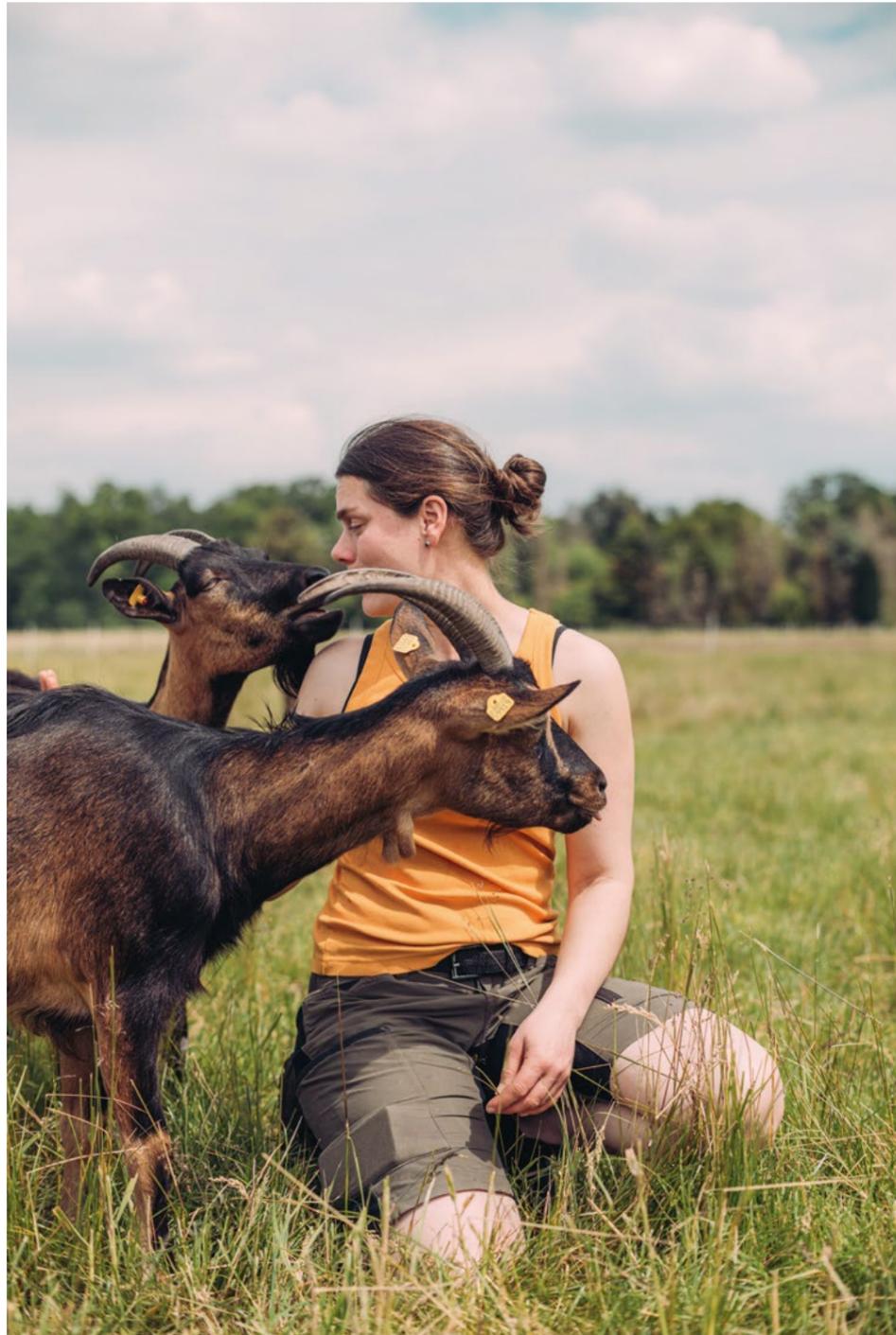
www.diekastanie.de

www.die-ziegerei.de





In Barbaras Garten gibt es viele frische Kräuter, die häufig in ihrer Küche zum Einsatz kommen.



Sophia Traut kümmert sich vor allem um das Wohl der Tiere





Hiob Schmitt bei der Arbeit in seiner Käserei

{ D I E R O S E }

IM EINKLANG MIT DER NATUR

Unsere Reise führte uns Mitte Oktober in das gut 80 km nordöstlich von Stuttgart gelegene Vellberg zu Adelheid und Jürgen Andruschkewitsch. In ihrem *Restaurant Rose* wurden wir erst einmal ganz ruhig. Warum? Weil die beiden eine große innere Ruhe, Gelassenheit und Klarheit ausstrahlen. Bevor wir mit den beiden zum Äpfel auflesen auf eine ihrer Streuobstwiesen führen, haben wir lange über ihre Philosophie gesprochen, die sie schon seit Jahrzehnten leben – nicht erst seit Jürgens Mitgliedschaft bei der Slow Food Chef Alliance. Es war so spannend, dass wir später als gedacht loskamen. Danach ging es noch mit Jürgen zu seinem Gemüsefeld, aus dem er viele der Zutaten für sein Restaurant bezieht. Etwas anderes als Bio würde ihm niemals in die Töpfe kommen. Beim gemeinsamen Abendessen lernten wir uns besser kennen, sprachen über unsere jeweiligen Wünsche fürs Fotografieren, über Adelheids und Jürgens Einstellung zur Nachhaltigkeit in der Küche und die Erwartungen der Kunden im Allgemeinen. Eine nicht in Worte zu fassende Aura umhüllt die beiden. Jedes Wort, jeder Satz regt zum Nachdenken an. Ihre gelebte nachhaltige Lebensart war für uns definitiv eine Anregung zum Überdenken unserer eigenen Lebensweise.

Am nächsten Morgen waren wir in Jürgens Küche beim Zerlegen eines kleinen Wildschweins dabei. Jürgen hat uns viel über die Philosophie der Slow Food Chef Alliance erzählt, die besagt, dass man die Tiere im Ganzen verarbeiten und sich nicht nur die besten Stücke herauspicken soll. Das gemeinsame Mittagessen war superlecker. Frische Zutaten, kundig und handwerklich verarbeitet – so etwas schmeckt man einfach. Ein Kollege der beiden, der ebenfalls Mitglied der Slow Food Chef Alliance ist, erzählte uns einige Tage später: „Wenn mich jemand fragt, wo man richtig klassische Speisen aus den allerbesten, biologischen Zutaten bekommen kann, dann sage ich immer: Bei Adelheid und Jürgen Andruschkewitsch in Vellberg.“

www.eschenau-rose.de







{ A P O K A L U E B K E }

UNTERWEGS MIT LUKA

Unser Treffen mit Luka Lübke startet an einem Samstagmittag in ihrer Bremer Wohnung. Fasziniert schauen wir uns dort um. Die Wohnung bestätigt, was wir schon ahnten: Luka ist ein Gesamtkunstwerk. Es gibt an jeder Wand und in jeder Ecke etwas zu entdecken. Luka erfindet sich gerne neu. Dass sie den Beruf der Köchin erst mit 28 Jahren erlernte und davor unter anderem in der Modebranche tätig war, wundert uns nicht, und dass sie vor einigen Jahren zu den Top 25 Köchinnen Europas zählte, ebenso wenig.

Nach einem Zwischenstopp bei dem türkischen Supermarkt ihres Vertrauens geht es in die Bremer Neustadt zu ihrer Weinhändlerin Diane, der Inhaberin der *Gluck Gluck – Weinhandlung am Buntetor*. Die beiden veranstalten seit Anfang 2020 gemeinsam in Dianes Weinladen Themenabende unter dem Titel „Protagonist Wein“. Hierzu treffen sie sich regelmäßig und tauschen sich aus.

Mit fangfrischem Fisch, den Luka bereits vor unserer Ankunft besorgt hatte, Fleisch aus dem türkischen Supermarkt und ein paar Flaschen Weißwein – einem herrlichen Weißburgunder von Oliver Zeter – im Gepäck ging es dann weiter zu Lukas Eltern. Unser Kennenlernen ist herzlich, und wir kommen schnell ins Gespräch. Die Vorbereitungen für das abendliche Grillen laufen fast wie von selbst und wir lassen den Abend nach einem tollen rustikalen Essen am Lagerfeuer ausklingen.

Am Sonntagvormittag stand dann das Räuchern der mitgebrachten Fische auf dem Plan. Früh am Morgen wurden die Regenbogenforellen und Makrelen von Luka in zwei Öfen gehängt und für die nächsten Stunden geräuchert. Gegen Mittag waren sie dann perfekt. Dazu gab es Brot, Butter, Zitrone, Knoblauch und den Weißburgunder, der mit seiner eleganten Frische perfekt mit den Fischen harmonierte. Einfach. Pur. Lecker.

www.apokaluebke.com

www.gluckgluck.net





Luka und Diane beim Verkosten für ihre gemeinsame Veranstaltung „Protagonist Wein“





Frisch vom Spieß: Lamm, Hühnchen und Nutria



IMPRESSUM

Konzept und Fotografie: Mareike Suhn und Christian Geisler GbR • Eichenallee 1 c • 21521 Wohltorf

www.meerfreiheit.com • post@meerfreiheit.com • Tel. 04104-7858

Mobil: Christian 0171 683 984 4 • Mareike 0170 313 425 1

Gestaltung: Klötzner Company Werbeagentur GmbH • www.kloetzner.de

Druck: AlsterWerk MedienService GmbH • www.alsterwerk.com

Auflage: 750 Stück, 24. Juni 2021



Buchen Sie uns.

PORTRAIT • BUSINESS • REPORTAGE • FOOD

MEERFREIHEIT • MAREIKE SUHN UND CHRISTIAN GEISLER GBR • EICHENALLEE 1 C • 21521 WOHLTORF

WWW.MEERFREIHEIT.COM • POST@MEERFREIHEIT.COM • TEL. 04104-7858

Wir, Mareike Suhn und Christian Geisler, haben uns im Jahr 2020 auf eine fotografische Reise begeben. Auf eine Reise durch Deutschland. Zu den Köchen und Köchinnen der Slow Food Chef Alliance. Wir waren in Restaurants, Gasthöfen und Küchen, standen zwischen Kühen, Ziegen und Schweinen und haben dem Gemüse auf dem Feld beim Wachsen zugesehen. Wir haben um viele Ecken und in viele Kochtöpfe geschaut. Außerdem haben wir zahlreiche Geschichten von unserer Reise mitgebracht.

Sechs davon gibt es hier in der ersten Ausgabe.

