

➤ Die schönsten Gasthöfe



Unter alten Olivenbäumen speist man im neuen Restaurant Florio. Martin Hangen

La dolce Vita in München

Im The Charles Hotel in München hat ein neues Lokal eröffnet, das Florio.

Es ist noch keine zwei Wochen her, da tobt hier das Leben: Das Pop-Up Zuma hatte rund 18 000 Gäste in nur drei Monaten ange-lockt. Jetzt zieht La dolce Vita in die Räumlichkeiten des The Charles Hotel. Nichts erinnert mehr an das hippe Restaurant. Jetzt nehmen die Gäste unter uralten Olivenbäumen im neuen Florio-Restaurant Platz. Die Wände zieren mittlerweile moosgrüne Leinentapeten. Runde Bänke mit Polstern in Rosttönen sorgen für Gemütlichkeit. Wer an einem sonnigen Herbsttag mittags Zeit hat, sollte zum Lunch vorbeischaun. Denn dann scheint die Sonne in den meterhohen Raum und verzau-berst ihn.

Nicht nur des Ambiente wegen sollte man in das neue Restaurant der Rocco-Forte-Gruppe gehen. Der italienische Küchenstar Fulvio Pierangelini hat die Speisekarte zusammengestellt, die künftig der gebürtige Italiener Alberto Brandolin auf die Teller bringen wird.

Im Florio gibt es unkomplizierte, aber gehobene Küche. Sollten Ravioli auf der Speisekarte stehen, unbedingt zugreifen. Der Nudelteil ist so dünn ausgerollt, dass man beinahe die Zeitung dadurch lesen könnte.

Ansonsten ist das Bluefin Thunfisch in einer Tonnata Sauce zu empfehlen (Primi Plati, 32 Euro). Es versteht sich von selbst, dass Fulvio Pierangelini die klassische Vitello Tonnato Sauce neu interpretiert und frisch und leicht zum Thunfisch serviert. Ein Gedicht sind auch die in Nero d'avola geschmorten Kalbsbacken, die mit Trüffelkartoffelcreme und Spinat serviert werden (39 Euro). Das ist italienische Herbstküche vom Feinsten. Dass dazu italienische Weine getrunken werden, versteht sich von selbst. STEPHANIE EBNER

Adresse Florio, Sophienstraße 28, 80333 München, Reservierung unter Telefon (089) 544 555 1200. Oder per Mail: munich@floriores-taurants.com.

Öffnungszeiten Das neue Florio Restaurant im The Charles Hotel München ist täglich geöffnet: Mittags: 12 bis 14.30 Uhr; abends 18 bis 23 Uhr (Küche bis 22 Uhr).



➤ Unkomplizierte, aber gehobene italienische Küchenkunst ◀

So gewinnen Sie!

Wir verlosen einen Gutschein in Höhe von 250 Euro für das Florio im The Charles Hotel. Bitte schreiben Sie uns oder rufen Sie an – bitte mit Name, Adresse, Telefonnummer und Lösungswort.

Münchner Merkur/tz Marketing

Lösungswort: Florio

81010 München,

Tel.: 0137/88 066 35

(Fa. telemidia-interactive GmbH, 50 Cent/Anruf aus dt. Festnetz; ggf. abw. Preise Mobilfunknetz)

Einsendeschluss:

Mittwoch, 25. September

Zwei Gutscheine für St. Ribs haben gewonnen: Gerhard Thur aus Freising und Peter Portner aus Herbertshausen.

UNTERWEGS MIT...



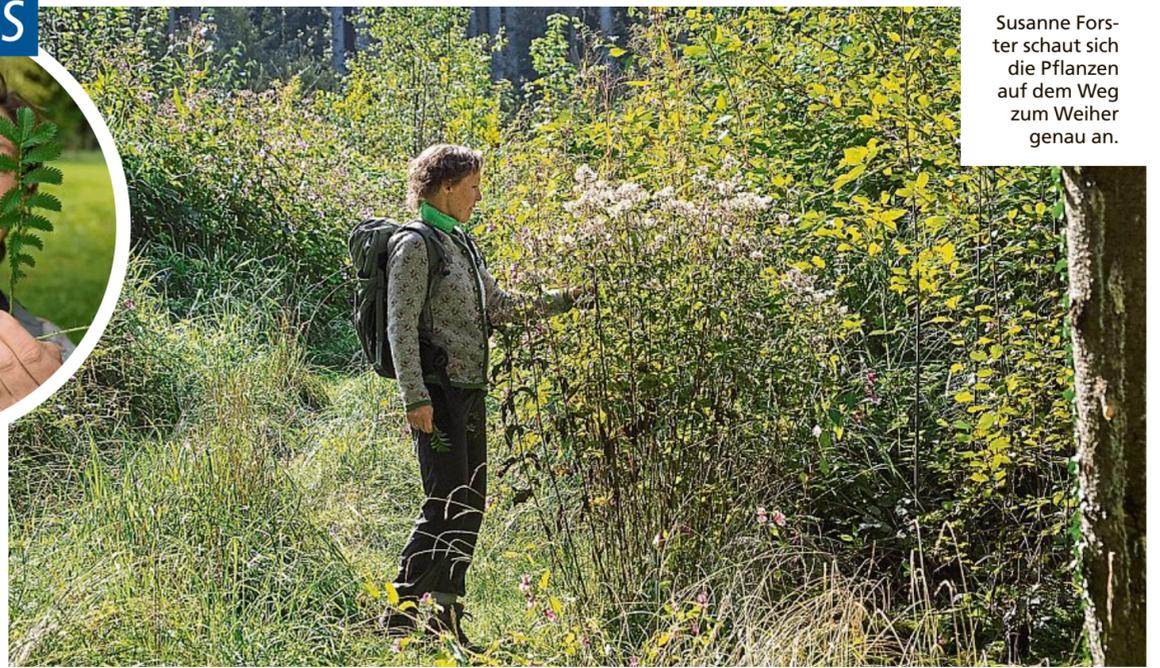
Susanne Forster
Kräuterpädagogin

Unterwegs sein und spannende Dinge sehen – dafür muss man nicht auf große Wander- oder Radltour gehen. Es gibt auch in München direkt vor der Haustür viel zu entdecken – dazu reicht ein Spaziergang in die Natur! Und mit Kräuterpädagogin Susanne Forster wird so ein Ausflug zur spannenden Botanik-Exkursion, zu einer lehrreichen Zeitreise zu alten Heil-kunde-Ritualen, zur echten Schatzsuche!

Susanne Forster, die sich selbst Kräuterkatze nennt, bietet Kräuterwanderungen, Workshops zu Naturkosmetik oder „Wild Cooking“-Kurse an. Diesmal hat die 57-jährige unsere Zeitungsmittgenossen auf eine herbstliche Wanderung in ein Waldstück rund um den Deuschlweiher bei Grafing im Kreis Ebersberg.

Wir starten an der Park-bucht der Grafinger Kapellen-straße und erreichen wald-wärts eine wild wuchernde Pflanzeninsel. Für den Laien: Unkraut. Nicht für die Kräuterkatze: „Hier wachsen im Frühjahr und im Sommer zu-erst Mohn und der als Würz-kraut bekannte Beifuß. Jetzt ist ganz klar eine Pflanze dominant: das indische Spring-kraut.“

Während viele Gärtner und Landwirte die Hände über dem Kopf zusammenschla-gen, ist diese Pflanze, ein Neophyt, für Susanne Forster nichts Schlechtes, im Gegen-teil: „Schauen Sie, wie sich die Insekten über die Blüten freuen. Viel blüht ja um die Jahres-zeit sonst nicht mehr.“ Viele Teile des Springkrauts seien zudem nutzbar: „Die Samen schmecken nussig, und man kann sie pur oder als Topping für Salate oder Müsli genie-ßen. Die Blätter wirken zer-quetscht lindernd bei Mücken-und Brennnesselstichen.“ Und zuletzt ist das Kraut nicht nur eine Bienen-, sondern auch eine Augenweide: „Es wird auch Orchidee des armen Mannes genannt“, erklärt die Kräuterkatze. Der Name geht übrigens auf ihre geliebte Katze Lilly zurück, die früher gern im Garten entspannte, wenn Susanne Forster mal wieder im heimischen Grün auf Kräutersuche war.



Susanne Forster schaut sich die Pflanzen auf dem Weg zum Weiher genau an.

Eine Heilkräuter-Tour zum Deuschlweiher Schatzsuche im Grünen



Auf dem Weg zum Deuschlweiher (o.) sieht man auch Franzosenkraut (li.), ein Neophyt. Fotos: Stefan Rossmann (4), S. Forster



Weiter geht's hinein in den Wald. Am Weg zum Weiher zeigt die Expertin jetzt links und rechts nach unten. Ist das Gestrüpp? Von wegen! Nah am Boden sprießt fedriges Gänse-fingerkraut aus der Erde. „Das wirkt entzündungshemmend und krampflösend.“ Überall ranken Brombeeren (Tee aus den Blättern hilft bei vielem, etwa gegen Hautkrankheiten) und Brennnesseln. Diese seien

das „Superfood“ schlechthin, schwärmt die 57-Jährige. „Ihre Samen sind wahre Protein-, Vitamin- und Mineralstoffbomben.“

Nun führt uns der Weg auf eine Lichtung. Hier gibt's alle paar Zentimeter Spannendes. „Der Farn zum Beispiel galt früher als mystische Pflanze. Man sagte, in der Walpurgisnacht blüht er, und seine Sporen können unsichtbar machen.“ Eine weitere „mystische“ Pflanze sieht nur Forsters geübter Blick: das winzige Berufkraut mit seinen gänseblümchenartigen Blüten. „Früher sagte man, wenn man Babys mit der Blüte abstreift, kann man sie frei machen von Verwünschungen.“ Mitten auf dem Weg streckt der Beinwell

Eine Biene profitiert von diesem Springkraut (im Kreis die Samen), einer invasiven Pflanze, die noch blüht.



seine großen Blätter ins Licht. „Seine Wurzel gilt als Knochenheiler.“ Auch das Franzosenkraut entdeckt Susanne Forster – noch eine invasive, oft als Schädling beschimpfte Pflanze. Dabei sei der Korbblütler ein „sehr protein- und extrem eisenreiches Wildgemüse“.

Generell plädiert Susanne Forster bei invasiven Pflanzen dafür, sich das Gewächs und seine Herkunft genau anzuschauen – und das Positive daraus zu ziehen. Berühmte Forschungsreisende wie Charles Darwin hätten diese Pflanzen vor langer Zeit nach Europa geholt. Der Mensch selbst habe deren Siegeszug geebnet. „Das geschah durch massive Bodenverdichtungen und Einsatz von Agrarchemikalien.“ Während unsere heimischen Gewächse immer weniger mit

der veränderten Umwelt umgehen könnten, seien durch Menschenhand geschädigte Flächen die perfekte Nische für die Invasoren. „Klar müssen sensible Biotope

wie Auenlandschaften vor ihnen geschützt werden“, sagt die Kräuterkatze. Aber: „Neophyten sind durchaus nützlich. Sie versorgen Insekten bis in den späten Herbst mit Nahrung.“ Und sie seien in vieler Weise nutzbar: „Die Kanadische Goldrute etwa hilft als Tee oder Tinktur bei Erkrankungen der Harnwege.“ Also keine Angst vor Neophyten: Schließlich waren auch Kartoffel oder Mais einst Einwanderer...

Jetzt erreichen wir den schönsten Ort des Waldes: den Deuschlweiher. Im Frühling herrscht hier Frosch-Open-Air und Wasserlilien-Pracht, jetzt im Herbst ist es ein grünes Paradies zum Innhalten. Nach einer Pause spazieren wir wieder zurück zum Ausgangspunkt. Vorbei an Vogelbeeren, Holunder, Wasserdost. Und Susanne Forster hat noch so viel zu erzählen. Für sie steht fest: „Das alte Pflanzenwissen zu erhalten, die Menschen bei der Wahrnehmung der Kräuter zu schulen und ihnen die praktische Verwendung nahe-zubringen, das ist mein Ziel.“ ANDREA STINGLWAGNER

➤➤ Und so einfach kommen Sie hin

► **Anfahrt:** Vom Münchner Hauptbahnhof mit der S4 oder S6 zum Bahnhof Grafing Stadt. Von da zu Fuß links auf die Lagerhausstraße und rechts in die Grandauerstraße abbiegen. Nochmal rechts in die Münchener Straße, dann auf die Leonhardstraße und links in die Kapellenstraße. Nach 15 Minuten haben Sie den kostenfreien Parkplatz gegenüber der Jahnsporthalle in der Kapellenstraße 19 erreicht. Dort parken Sie auch, wenn Sie mit dem Auto kommen. Jetzt zu Fuß ortsauswärts über eine Brücke. Rechter Hand führt die Tour in ein Waldstück mit einem variantenreichen Wegenetz von unterschiedlicher Länge. Die obige Tour bis zum Weiher ist rund zwei Kilometer weit. ► **Einkehr:** Wer sich in Grafing stärken möchte, hier gibt es Tipps: www.tourismus-verein-grafing.de



► Eine Kräuterwanderung noch, die letzte in diesem Jahr, samt „Picknick mit wilden Köstlichkeiten“ bietet die Kräuterpädagogin am Samstag, 28. September, von 10 bis 13 Uhr an. Kosten: 37 Euro. Anmeldung und Infos unter www.wildkrauterkatze.de oder Telefon 0173/359 92 75.