

WAS FRAUEN WIRKLICH INTERESSIERT

April 2018

maxima

1,- Euro

KÖSTLICH NAHÖSTLICH!

Cookbook mit 31 Rezepten
aus der kulinarischen
Trendregion

Vorher & Nachher

Beauty:
Kleine Tricks
mit großer
Wirkung

GRATIS
IM HEFT
GUTSCHEINE
IM WERT VON

43€

GRETA GERWIG

Vom Indie-Darling
zur oscar-nominierten
Regisseurin

Plötzlich Prinzessin?

Von wegen! Berufe für Frauen,
die auf Klischees pfeifen

FIT IN DEN FRÜHLING

Active Wear: Schick zum Sport

Laufen mit Patricia Kaiser

12 Tipps für die Wohlfühl-Figur

Test: Wie clean essen Sie?





URLAUB OHNE FISCH UND FLEISCH

VEGGIE HOTELS

Schluss mit der mageren Ausbeute am Hotelbuffet.
Mit dem ewigen Extrawürstchen-Dasein als Pflanzenesser.
In immer mehr Hotels muss man auch als Vegetarier oder
Veganer auf nichts mehr verzichten.

VON Franziska Riedl/
www.insiderei.com



URBAN SPOTS



Drei Reisejournalisten, ein Problem: Sie sind Vegetarier. Ewig beschäftigte sie die Frage nach Alternativen zum fleischlastigen Dinner. Wo finden wir eine Unterkunft, in der wir nicht nur von Beilagen leben müssen? Was tun, wenn wir statt Seafood lieber Gemüse hätten? Deshalb ging das Trio auf die Suche nach Hotels, die den Veggie- und Vegan-Lifestyle leben.

Karen Klein, Thomas Klein und Peter Haunert heißen die drei Spürnasen. Sie leben schon seit ihrer Jugend vegetarisch. In ihrem Beruf als Reisejournalisten war das nicht immer einfach, erforderte Einsatz und ausgeprägtes Organisationstalent. „Auf Reisen ist das vegetarische Leben oft schwierig. Aber wir wussten, dass es manchmal auch gut klappte. Dann haben wir uns auf Recherche begeben“, erzählt Thomas Klein von der Entstehung des Projekts.

Aus der Not wurde eine Tugend. „Uns wurde bewusst, dass die Suche und das Ansammeln von Infos über vegetarische Unterkünfte mehr ist als nur ein Hobby“, so Klein. Begonnen haben die drei mit einer Liste von rund 100 Hotels. Das war 2011. Mittlerweile umfasst ihr Portfolio knapp 600 Herbergen rund um den Globus.

PIONIERS DURCH ZUFALL

„Wir waren erstaunt, dass es bis dato so eine Datenbank gar nicht gab. Von den Nutzern kam ein ‚Endlich gibt es das!‘, auch von Seiten der Vegetarier-, Hotel- und Gaststättenverbände“, erzählt der Journalist. Während sich Häuser seit



Jahren als besonders hunde- oder familienfreundlich bezeichneten, war von vegetarisch, geschweige denn vegan, noch nicht die Rede. „Interessant war, dass viele der Häuser dachten, sie wären die einzigen auf der Welt, die sich trauen, rein vegetarisch zu sein“, ergänzt Klein. Ihm war klar, da muss was passieren.

Auch international wuchs das Interesse an dem Projekt. Die Plattformen *Veggie Hotels* und *Vegan Welcome* entstanden, und ein Buch: *Veggie Hotels – vegetarisch-vegan reisen mit Genuss*.

Mit Unterstützung von Thomas Klein stellen wir ein paar der schönsten, urigsten, angesagtesten und innovativsten Veggie-Hotels weltweit vor.

ALMODÓVAR HOTEL

Berlin

Berlin, Friedrichshain. Stadtenergie hoch zehn. Mittendrin das Almodóvar Hotel, Berlins erstes vegetarisches Biohotel. Im Detail heißt das: Die Küche ist ausschließlich veggie und bio – die vegane Currywurst genauso wie das reichhaltige Frühstücksbuffet. Außerdem heizt und kühlt das Almodóvar mit Wärmepumpe und Fernwärme. Das Palisanderholz in den Zimmern stammt aus nachhaltiger Bewirtschaftung. Ein Plätzchen zum Energiesammeln, bevor man sich wieder ins schillernde Berlin-Treiben begibt.

www.almodovarhotel.de

Einzelzimmer ab 84 Euro,

Doppelzimmer ab 94 Euro/Zimmer

VELONA'S JUNGLE

Florenz

Pasquale Velona war ein bekannter Florentiner Antiquitätenhändler. In den 50er-Jahren bereiste er die Welt und brachte Kunstschätze von überall mit in seine Heimat. Heute sind diese Teil des vier Suiten umfassenden Boutique-Hotels Velona's Jungle. Enkelin Veronica führt das Luxus-Bed-&-Breakfast mitten in Florenz. Nicht nur die antike Einrichtung ist nachhaltig, auch die Art und Weise, wie Veronica ihre Gäste willkommen heißt. Es ist ihr wichtig, ökologische Nachhaltigkeit zu fördern. Sie weiß, wo sich die besten Veggie-Restaurants verstecken, gibt Tipps zur Erkundung der Stadt mit dem Rad oder per pedes. Außerdem serviert sie bis mittags ein rein vegetarisches Frühstück mit frischem veganem Gebäck.

www.velonasjungle.com

Einzelzimmer und Doppelzimmer

ab 139 Euro/Zimmer



VALE DE MOSES

VALE DE MOSES bei Amieira, Portugal

Auf der Spitze eines Hügels, mitten in der Berglandschaft Zentralportugals, haben Vonetta und Andrew Winter ihr eigenes Yoga-Paradies eröffnet. Ein Ort, an dem man sich schnell mit der Erde verwurzelt. Weit weg von Smartphone und lästigen Mails. Möglich ist das mit viel Yoga und Spaziergängen in der Natur, mit Massagen, Akupunktur und fast komplett veganer Ayurveda-Küche von Chefkoch Raul Garcia. Das totale Naturerlebnis gibt es, wenn man in einem der Wald-Tipis übernachtet.

www.valedemoses.com
Zimmer ab 800 Euro pro Person/Woche



HOTEL BALATURA

Buch-Tipp

Veggie Hotels,
Karen Klein,
Thomas Klein und
Peter Haunert,
teNeues Media
Verlag 2017,
49,90 Euro



WILD SPOTS

HOTEL BALATURA

Tribalj, Kroatien

300 Jahre alte Steinfassaden, warmes Sonnenlicht, weiß gekalkte Deckenbalken. Das Hotel Balatura liegt nur sechs Kilometer vom Meer entfernt und ist ein Hippie-Hideaway im absolut positivsten Sinn. Literatur steht hier im Mittelpunkt. Lesungen, Konzerte und Workshops finden regelmäßig statt. Dazu kocht Nataša Batistić fantastisches Slow- und Soulfood. Die Produkte kommen aus der Region.
www.hotel-balatura.hr
Zimmer ab 70 Euro



ERANDIA MARARI

ERANDIA MARARI AYURVEDA BEACH RESORT

Alleppey, Indien

Schuhe weg. Die braucht man im Urlaub hier nämlich nicht. Das Hotel ist ein Mix aus stillichem Yoga-Resort und Ayurveda-Ashram, gepaart mit dem deutschen Organisations-Know-how der Besitzer. Jeder Gast erhält von dem Münchner Ehepaar bei der Ankunft seinen persönlichen Ayurveda-Fahrplan. Der beinhaltet auch ein individuelles indisches Menü, je nach Dosha und körperlicher Verfassung an dem Tag. Yoga und Meditation sind fixe Bestandteile. www.erandiamarari.com
Einzelzimmer ab 260 Euro/
Zimmer, Doppelzimmer ab 190 Euro/Person

Die NEUEN KINDERSEIFEN

Für mehr Spaß beim
HÄNDEWASCHEN

- ✓ Automatischer Seifenspender
- ✓ Dermatologisch getestet & bestätigt



Inklusive
sticker
zum **Selbst-**
dekorieren



SOAMI RETREAT RESORT

Millstatt

Hildegard und Werner Biller haben eine ähnliche Vergangenheit. Beide waren erfolgreich in ihrem Job. Sie arbeitete bei Christian Dior in den USA und in Paris, er in der Wirtschaft. Beide gingen dafür an körperliche und seelische Grenzen. Heute sind sie Yoga-Lehrer, Ernährungstherapeuten, Meditations- und Atemlehrer. Und leiten ihr Soami Retreat in Millstatt. Mit Yoga, Zen und biologischen Lebensmitteln hilft das Ehepaar den Gästen dabei, zu einem gesunden Körper zurückzufinden. Die Speisen sind vegan, helfen beim Entgiften, entlasten den Organismus. Man kocht auf offener Flamme oder im Dampfergerät, dreimal täglich frisch.

www.soami.at

Doppelzimmer ab 118 Euro/Zimmer, Einzelzimmer-Zuschlag 6 Euro pro Person/Tag



SOAMI RETREAT RESORT

KRAFT SPOTS

THE DREAMCATCHER San Juan, Puerto Rico

Man öffnet die Eingangstür und befindet sich in einem tropischen Garten. The Dreamcatcher ist Gelassenheit in Reinkultur. Mitte in San Juan. Das beliebteste Bed & Breakfast in Puerto Rico ist mit Gespür für Ästhetik eingerichtet, man fühlt sich auf Anhieb wohl. Das liegt auch an der Mama de la casa, Sylvia de Marco. Sie sieht The Dreamcatcher als Zuhause. Die drei Küchenchefs Jerome, Natalia und Dario kochen täglich für den mittlerweile legendären vegetarisch-vegane Brunch auf. Jeden Freitag gibt es ein 4-Gänge-Dinner. Mit lokalen Biolebensmitteln, saisonal und frisch. Dazu dampfen in manchen Ecken Räucherstäbchen. Im Hintergrund hört man Meditationsmusik und das Plätschern des Brunnens. www.dreamcatcherpr.com
Zimmer ab 73 Euro



THE DREAMCATCHER



THE DREAMCATCHER



THE DREAMCATCHER

Zum Wohlfühlen. Neben Yoga und Meditation bietet das Bed & Breakfast thematisch eingerichtete Zimmer wie *The Poet* oder *Artist*.



Wir sind alle auf **Casali**



casali.at

Häagen-Dazs™

Nichts ist wie Dazs!

Unvergesslicher Premium-Eiscreme-Genuss



Jetzt probieren

www.haagen-dazs.at
f HaagenDazsAustria

Alle Sorten bei Merkur erhältlich.
Ausgewählte Sorten bei BILLA und ADEG.

LIFESTYLE

BIO SPOTS

FATTORIA SAN MARTINO

Toscana

Die Felder der Fattoria bewirtschaften Karin und Antonio konsequent biodynamisch. Ihre Pasta macht Karin selbst. San Martino ist Slowlife, wie es im Buche steht. Inmitten der Toscana, ein ästhetisch renoviertes Haus aus dem 18. Jahrhundert, mit üppig-grünem Garten und Seerosen-Bioteich. Karin hat das Haus mit Liebe selbst dekoriert. Die Hausherrin steht auch in der Küche. Sie tischt toskanische Gerichte auf - viele davon auch rein vegan. Dazu Bioweine und -bier. Die serviert sie im Garten unter der Laube oder drinnen im kleinen Restaurant.

www.fattoriasanmartino.it

Doppelzimmer ab 192 Euro/
Zimmer, Mindestaufenthalt:
zwei Nächte

MAS LA JAÏNA

Bargemon,
Frankreich

Mitten in einem grünen Tal zwischen den schönen Bergstädten der Provence wohnt man mit Esel, Lama, Hund und Katze. Mas la Jaïna ist ein charmanter Bio-bauernhof, geführt von den hingebungsvollen Gastgeber Ingrid und Johan. Das Paar aus Holland pflanzt hier Gemüse im eigenen Garten und im Gewächshaus an. Johans Fruchtsalat am Morgen besteht immer aus Früchten der Obstbäume rundum. Und auch wenn es ums Wohnen geht, ist den beiden der achtsame Umgang mit der Natur wichtig: Das Haus wird mit Erdwärme geheizt und gekühlt. Die Zimmer sind mit Objekten aus humanitären Projekten eingerichtet. Den Bio-swimmingpool filtern Pflanzen.

www.maslajaina.com

Doppelzimmer ab 80 Euro/Zimmer



Fotos: beige stellt, Illustration: shutterstock