

Alles bio, oder was? So isst man gesund

In der Innenstadt lockt der Öko-Burger / Und frisches Gemüse gibt's frei Haus in der Gourmet-Box



Servicekraft Daniela Thor (31) mit dem Hausburger: Das Fleisch ist vom Holsteiner Rind.



Mirko Trenkner (33, l.) und Jan Rosenkranz (46) bieten Bio-Küche auch zum Mitnehmen. Oben: Das Bio-Restaurant von außen.

Fast Food ist ungesund, macht dick? Vergessen Sie's! Fast Food kann auch bio sein. Am Sonnabend eröffnet mit „nat.fine bio food“ das erste Schnell-Restaurant einer neuen Bio-Restaurant-Kette in der Innenstadt. Die Bedienung kommt hier auf Knopfdruck. Doch wer nach Bio-Pommes und Öko-Currywurst sucht, wird nicht fündig.

Auf der Speisekarte stehen Gerichte wie „Moormöhrensalat“ oder „Pastinaken-Ingwer-Creme“. Dabei handelt es sich um Gemüse und Salate aus Vierlande. Konzeptentwickler Mirko Trenkner (33) und Geschäftsführer Jan Rosenkranz (46) setzen vor allem auf saisonale und regionale Küche.

Der Burger ist hier ein Weizenbrötchen vom Bio-Bäcker aus Glückstadt mit Bioland-Fleisch aus Schwarzenbek. Das Gemüse ist pestizidfrei und die Verpackung kompostierbar.

Ebenfalls frisch und bio ist das Essen von „City farming“. Beim Frische-Lieferservice kann der fußfaule Hanseat, der lange Schlangen im Supermarkt scheut, aus sechs verschiedenen

Boxen wählen. Jede Box ist prall gefüllt mit bio-zertifiziertem Obst und Gemüse, Eiern, Brot und anderen Genüssen. Die Geschäftsführer Andreas Brandt (54) und Jochen Weidner (43) beziehen ihre Lebensmittel direkt vom Hersteller oder vom Bio-Großhandel.

Für Genießer gibt es sogar eine Gourmet-Box mit umbrischem Olivenöl, Espresso



Die „city-farming“-Geschäftsführer Jochen Weidner (43, l.) und Andreas Brandt (54) einer Frische-Box: Biokost aus dem Internet.

sotrüffeln und Prince Charles-Duchy-Keksen.

Wer bis 14 Uhr bestellt, bekommt die Lieferung am nächsten Tag frei Haus. Rarifiert: die „Cooking-Box“

Für alle, die nicht kochen können und nicht lang aufs Essen warten wollen. Sie enthält alle Zutaten, je nach Gericht, die man für ein warmes Mahlzeit braucht – vorgekocht, portioniert, verpackt. Und mit Anleitung.

Das Kabeljaufilet wird nur am Tisch serviert – und schön kross.

► nat. fine bio food
Heuberg 1 (Neustadt)
Tel. 35 71 80 27
www.natbio.de
Öffnungszeiten: Mo-So, 11-23 Uhr

► City farming
Am Sandtorkai 35 (HafenCity)
www.city-farming.de
Lieferung: Mo-Sa

