

Tatort Krankenhaus

Der Fall Niels Högel:
Warum der Pfleger so
lange unentdeckt
morden konnte



stern



NR. 44 25.10.2018 € 4,70

**„Ich bin nicht
unersetzlich“**

Ministerin von der Leyen
über die Berateraffäre und
das Leben nach der Politik

Facebook & Co.

Das Milliardengeschäft
mit unseren Daten – wie
sich die Nutzer wehren

Das Ende der Ausbeutung

STERN-REPORT

Millionen Asiatinnen nähen
unsere Kleidung für Hungerlöhne.
Der Druck auf die Konzerne wächst –
endlich bewegt sich etwas

Dänemark € 5,30 / Schweden 5,80 / Frankreich, Italien, Spanien, Slowenien, Portugal 6,20 / Kanada € 6,50 / Griechenland € 6,80 / Belgien € 5,50 / Finnland € 6,80 / Norwegen NOK 65,- / Island € 6,80 / Österreich € 5,- / Ungarn HUF 204,-



wie Cantuccini, Amaretti und Biscotti her, mit besten Zutaten: Haselnüssen aus dem Piemont oder Mandeln aus Sizilien. Anwendungshinweise: Im Herbst die großartigen Biscotti di mandorle in heißen Kakao tauchen. An Weihnachten zum Dessert servieren, als Knabber-Nachtisch zu gekühltem Süßwein.

Preis: 6,60 Euro/150 g*
Kontakt: Die Foto-, Bäck- und Schreibwerkstatt, Offenburg, Tel. 0781/91952 09, www.die-foto-back-und-schreibwerkstatt.de

5 Kosmisch köstlich

Was haben das Weltall und ein süßfruchtiger Snack miteinander zu tun? Das fragten wir uns, als wir erstmals auf die Mellow-Bio-Spaceship-Happen eines Start-ups namens Tofukind aufmerksam wurden. Die beiden Gründer John Gahlert und Sebastian Henkel erklären das so: Ihr Snack ist ein veganes, glutenfreies Rohkostkissen ohne Zusatz von Industriezucker, der so gut schmeckt und gleichzeitig Energie gibt, dass man sofort hin und weg ist, als hätte man ein Raumschiff bestiegen. Nach der Landung von unserer geschmacklichen Weltraumerkundung konnten wir das bestätigen. Unser Favorit ist die Sorte Kakao-Himbeere, mit 72 Prozent Rohkostanteil aus Datteln, Hafer, Cashewnüssen, Kakaopulver und Kakaobutter. Und alles bio, natürlich!

Preis: 1,29 Euro/26 g*
Kontakt: Tofukind, Jena, Tel. 03641/79 64 90, www.tofukind.com

6 Das Beste der Bienen

Lange bevor es den Begriff Superfood gab, hatten die alten Ägypter schon eine solche Wunderspeise entdeckt: den Honig. Er wird bekanntermaßen aus dem Nektar von Blüten gewonnen, den hart arbeitende Bienen aus ihnen herausaugen. Der so gewonnene Nektar wird in der Bienenwabe gelagert und reift dort zum Honig heran. Um 30 Gramm Honig zu produzieren, fliegt eine Biene bis zu 1500 Blüten an; um ein ganzes Kilogramm Honig herzustellen, legt eine Arbeiterbiene auf ihren Sammeltouren sogar eine Distanz zurück, die einer vierfachen Erdumrundung gleicht. Daher ist guter Honig auch zu Recht so teuer, zumal, wenn er wie bei den Produkten der Imkerei Kumm im



bedischen Bühl zusätzlich noch das begehrte Gelée Royale (eine Art Nahrungssekret für die ganz kleinen Bienen, das auch für den menschlichen Körper viele hilfreiche Vitamine und Enzyme bietet) und Propolis enthält, das das Immunsystem stärkt. Aber am wichtigsten: Der Api-Mix-Honig schmeckt so vollmundig fein, dass man gar nicht mehr aufhören kann zu schlecken.

Preis: 11,90 Euro/250 g*
Kontakt: Cum Natura GmbH, Bühl, Tel. 07223/95 1150, www.imkergut.de

7 Auf die Nuss!

Ihr Lieblingsfilm heißt seit Kindertagen „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“. Also wollte Ebru Erkunt, in Essen geborene Tochter türkischer Eltern, schon früh „irgendwas mit Haselnüssen“ machen. Dann löffelte sie während eines Besuchs in der Heimat ihrer Eltern türkische Nusscreme – so etwas hatte sie im Nutella-Land nie gekostet. Sie fand in der Haselnussregion zwischen Trabzon und Samsun einen Familienbetrieb, der nun aus biologisch zertifizierten Haselnüssen und Kokosblütenzucker ihre Haselherz-Aufstriche herstellt. Wir haben uns gehen lassen: Aus Kirschmarmelade, gebräuntem Toast und der Creme einen Kalorienbomben-Sandwich gebastelt – und fühlen uns kein bisschen schuldig.

Preis: 4,99 Euro/180 ml*
Kontakt: Haselherz, Hamburg, Tel. 0177/215 64 63, www.haselherz.de

8 Königlich Fruchtgenuss

Königin Elisabeth II. kennt jeder, aber kennen Sie auch schon Königin Johanna II.? Die ist Deutsche Heidelbeerkönigin und damit Markenbotschafterin dieser äußerst schmackhaften und gesunden Frucht, der man von alters her auch eine entzündungshemmende Wirkung nachsagt. Besonders köstlich sind Wildheidelbeeren, sie haben nur einen Nachteil: Man muss hinaus in die Natur, um sie zu suchen und zu pflücken, bevor man damit seine Müslis oder Smoothies verfeinern kann. Doch dafür haben die Berliner Gründer des Onlineshops „KoRo Drogerie, Constantinos Calios und Robert Schyska“ eine einfache Lösung: Nehmen Sie deren geschmacksintensive gefrierge-

*Preis zzgl. Versandkosten

trocknete Wildheidelbeeren, fruchtiger können frische Beeren im Joghurt auch nicht schmecken. Und keine Angst vor den umweltfreundlichen Großpackungen, in denen KoRo seine Produkte ausschließlich versendet, die leeren sich schneller als gedacht!

Preis: 29,90 Euro/500 g*

Kontakt: KoRo Handels GmbH, Berlin, Tel. 030/27 97 86 41, www.korodrogerie.de

9 | Fremde Fröchtchen

Reste sind das Beste – und eine Geschäftsidee: Ulrike und Hanno Rothenberg – die unter Frau Frucht & Herr Gemüse firmieren – produzieren in sorgfältiger Handarbeit Frucht-aufstriche, Gelees und Chutneys. Das Besondere daran: Sie verarbeiten ausschließlich Rohstoffe, die die Eigentümer der Obstgärten mangels Zeit nicht selbst ernten wollen. So kommen den beiden auch mal seltene Sorten ins Haus. Zum Beispiel die Kornelkirsche –



nein, das ist keine Kirschenart.

Die Früchte gehören botanisch den Hartriegelgewächsen an. Mit Zucker eingekocht schmecken die herzigen Dinger fruchtig-süß, mit einer aparten herben Note. Normalerweise dienen sie eher Vögeln als Speise. Kannten wir nicht – wollen wir wieder haben.

Preis: 5,90 Euro/230 g*

Kontakt: Frau Frucht & Herr Gemüse, Kayhude, Tel. 04535/410 95 30, www.fraufruchtundherrgemuese.de

10 | Pralinenpracht

Der Pâtissier Giuseppe Sacchero aus dem kleinen Örtchen Canale im Piemont weiß inzwischen wohl nicht mehr, wo er seine Auszeichnungen hinhängen soll, er erhält sie regelmäßig für seine Törtchen, Pralinen oder das Italienische Nationalgebäck Panettone Tradizionale. Bislang unprämiert, weil eine recht neue Schöpfung: seine erstaunlichen Grand-Marnier-Pralinen. Zwei Mürbteiggebäck-Plättchen schützen die Orangenlikörfüllung, umschlossen werden sie von bester Vollmilchschokolade. Ihr Genuss gleicht einer gelungenen Meditationsübung – man fühlt sich federleicht und doch ganz erfüllt.

Preis: 6,95 Euro/5 Pralinen*

Kontakt: Pasticceria Sacchero, über www.laperladelgusto.de



*Preis zzgl. Versandkosten

25.10.2018 **stern** 85