



Einige der Themen im Überblick

HERBSTKÜCHE

28. September – Das wächst im Oktober auf den Feldern im Rheinland

DIE KÜCHE ALS STATUSSYMBOL

3. Oktober – Neuheiten und Trends der Küchenmöbelindustrie

FOODPAIRING

5. Oktober – Was zeichnet diese neue Art zu kochen aus?

NACHHALTIGKEIT

10. Oktober – Tipps und Tricks für eine umweltbewusste Ernährung

WEIN ODER BIER

12. Oktober – Welches Getränk passt zu welchem Essen?

GESUND KOCHEN

17. Oktober – Kann eine gesunde Ernährung Krankheiten vorbeugen?

KOCHEN LERNEN

19. Oktober – Tipps und Tricks für die eigene Küche



GRILLEN IM HERBST

24. Oktober – Rezepte für ein Barbecue in der goldenen Jahreszeit

KÜCHENHELPER

26. Oktober – Thermomix und Co. verändern das Kochen

Genuss-Seminare DuMont LiveKon

1. Oktober

PILZE – Wanderung durch die Eifel

4. Oktober

GEWÜRZE – Gut gewürzte Herbstküche

11. Oktober

SARFRAN GEWÜRZBAZAR – Das 1x1 der Gewürze

13. Oktober

KÄSEGLÜCK – Käse selber machen

18. Oktober

KÄSEGLÜCK – Alles Käse

28. und 29. Oktober

WILDKRÄUTEREI – Kleine Wildkräuterküche

Alle Infos und Tickets gibt es unter:
www.koelnticket.de oder 0221 2801

Bilder: AnnaPustymlikova/iStock/Thinkstock.de, boggy22/iStock/Thinkstock.de, Porta



SO BUNT SCHMECKT DAS RHEINLAND

Ähzezupp, Rievkooche und Co. – in dieser Serie können sich die Leser auf genussvolle Anregungen freuen und in einem kulinarischen Gewinnspiel eine Küche ergattern.

Kochen liegt im Trend. Früher stand der teure Sportwagen in der Garage, wurde samstags liebevoll geputzt und anschließend ausgefahren. Heute investieren viele Deutsche ihr Ersparnis lieber in die Küche. „Sie ist das neue Statussymbol der Deutschen und hat das Auto ein Stück weit abgelöst“, sagt Kirk Mangels, Geschäftsführer der Arbeitsgemeinschaft „Die moderne Küche“ (AMK). 2016 konnte die deutsche Küchenindustrie einen Rekordumsatz verzeichnen. Die heimischen Kochstudios werden immer mehr zu Wohlfühlloasen umgestaltet.

ALS EVENT ZELEBRIEREN. In diesen neuen Wohnräumen wird das Kochen als gemeinsames Event zelebriert. Längst steht die Hausfrau nicht mehr alleine am Herd. Zusammen zaubern Freunde und Familie bei einem guten Glas Wein nicht nur ein köstliches Gericht, sondern entspannen sich nebenbei auch noch. Gleichzeitig verliert das Alltagskochen an Bedeutung. Die Menschen verbringen heute mehr Zeit im Büro und somit in der Kantine als am Herd. Laut dem Konsumklimaindex des Marktforschungsunternehmens GfK bereiten sich nur noch rund 23 Prozent täglich ihre Mahlzeiten selbst zu. Dagegen stieg die Zahl der Gelegenheits- und Wochenendköche massiv an.

SAISONAL IST IN. Essen wird immer mehr zum Lifestyle. Neben einer gesunden und ausgewogenen Ernährung liegt außerdem das Thema Nachhaltigkeit im Trend. Konsumenten greifen inzwischen bewusst zu regionalen und saisonalen Produkten. Das Rheinland hat dazu im Herbst viel zu bieten. Ob Pilze, Nüsse, Äpfel oder Kürbis – in der Region gibt es im Oktober viel zu pflücken und zu sammeln. Und die heimischen Sorten sind gesund. Sie haben im Sommer Vitamine, Mineralien und Spurenelemente getankt. Blumenkohl, Feldsalat und Co. sind regelrechte Nährstoff-Bomben.

EXKLUSIVE SERIE. Doch wie kommen die lokal produzierten Produkte eigentlich auf den heimischen Teller? Was hat es mit dem neuen Trend „Foodpairing“ auf sich und kann eine gesunde Ernährung Krankheiten vorbeugen? Diesen und weiteren Fragen geht die neue Serie „Das Rheinland kocht“ nach. Von heute an beschäftigen sich das Magazin und der Lokalteil dieser Zeitung bis zum 29. Oktober mit den kulinarischen Genüssen der Region. Zweimal in der Woche erhalten die Leser Tipps und Anregungen zum Kochen und Genießen.

LIEBLINGSREZEPT GESUCHT. Im Rahmen der Serie bitten Kölner Stadt-Anzeiger und Kölnische Rundschau zudem die Leser an den Tisch. Die Redaktionen sammeln auf einer Online-Plattform die „Rheinischen Lieblingsrezepte“. Gefragt sind traditionelle Gerichte ebenso wie eigene Kreationen aus regionalen Produkten. Unter allen Teilnehmern werden als Hauptpreis ein Gänseessen und eine

Übernachtung samt Frühstück für zwei Personen im Maritim Hotel Königswinter sowie zehn dreiteilige Messersets von Wüsthof verlost.

KOCHEN UND GENIEßEN. Die DuMont LiveKon als Veranstaltungsagentur des Medienhauses DuMont bietet den Lesern passend zur Serie sechs verschiedene Genuss-Seminare an. Dazu gehören etwa eine Pilzwanderung durch die Eifel und ein Seminar zu herbstlichen Gewürzen. Wie Wildkräuter den Speiseplan bereichern und was der richtige Käse zum Abschluss eines köstlichen Essens ist – darum geht es in weiteren Seminaren.

KÜCHE ZU GEWINNEN. „Das Rheinland kocht“ hält noch eine ganz besondere Überraschung bereit. Der deutsche Möbelgigant Porta verlost einen Gutschein für eine neue Nobilia-Küche mit Elektrogeräten von Neff im Wert von 10.000 Euro. Der Gewinner kann sich seine Wunschküche in einem Porta-Einrichtungshaus selbst gestalten. Ein Anruf unter der Hotline 01379/88 52 16 (0,50 Euro/Anruf aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk abweichend) genügt. Weitere Informationen und die Teilnahmebedingungen gibt es unter www.ksta.de/dasrheinlandkocht.



Unsere
Premiumpartner:

porta!
Der Möbelgigant
im Rheinland

Fantissima

Unser
Partner:

Landgasthof
Bergische Rhön