



## Gesundheit und (durch) Olivenöle

trifft

mediterrane (maritime Gesundheits)Küche, andere Olivenöle nebst viel Gusto - 2022!

### Schweiz

Tessin, Lago Maggiore nahe Ascona

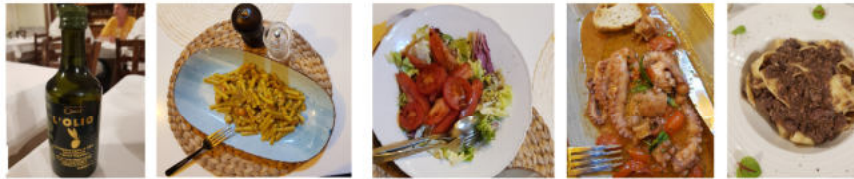
Albergo-Ristorante der Gebrüder Fabbro, 'Fabbrothers'  
Deren Olivenöl, opulenter Rotwein/ Tomatensuppe mit  
Einlage/ Carpaccio Polpo/ Tartar vom Rind/ Ragù mit  
Wildschein con Pasta, alles himmlisch - 06-2022



### Italien

Cinqueterre, nördlich von Bonassola  
im Landesinneren und Bologna

Albergo-Ristorante im bergigen Umland der Riviera/ Küste  
ab Portofino bis Riomaggiore bzw. auf der Rückreise noch  
in Bologna zwei Mal in ein heimisches Lokal eingekehrt  
Dortiges Olivenöl/ Pasta con Pollo/ Insalata mista/ Polpo  
pomodoro/ Ragù di cinghiale, tutto delizioso - 06-, 07-2022



### Syrische Küche

Syrische 'Exportküche' 1001 Nacht .. alles sehr delikates  
Shai, Pfefferminztee/ Hummus bin tahina mit Olivenöltopf/  
Syrischer Eintopf, Nationalgericht mit Bohnen, Joghurt und  
Tomaten-/ Melonenstücken, Gewürze, Kräuter u.a. Zutaten/  
Olivenöl/ Syrischer Salat mit Oliven(öl)/ 'Laham' mit Reis,  
Nüsse und Olivenöl - 10-2022



Anm. der Redaktion:  
- Die Trips wurden teilgesponsort/ kombiniert um Kosten und co2 footprint gering zu halten  
- Die Speisen wurden nicht an einem Tag/ in Folge/ von einer Person verköstigt  
- Bis auf ein privates Highlight 'Ein runder Geburtstag' wurden die Speisen alle  
preislich vertretbar, teils sogar günstig genossen oder die Kockkunst/ das Ambiente  
gewürdigt



### Italien

Friaul, Weingut im Mittel von Triest, Venedig und Udine  
gelegen mit Spezialität Prosecco, auch Wein-/ Rotweine  
In einem Fischlokal in Marano Lagunare ein Top-Öl/ Olivenöl/  
Cozze con vino bianco/ Octupussalat hat Olivenöl getroffen/  
Tonno beinahe crudo con Polenta und Insalata mista/ Pasta  
Tonno fresco/ Spaghetti marinara, alles lecker - 10-2022



### Belgien

Brüssel, Overijse und belgische Kanalküste, De Haan  
Mit aller Rücksicht auf Natur/ Nachhaltigkeit sind Austern  
Zucht bzw. exotische Kulinarikausflüchte 'verzeihbar'?! Die  
Austern 'Fines de claire' sehr frisch/ Fischsuppe 'bretone',  
schön sämig und sehr geschmackvoll mit Tagesfang sowie  
Scheidenmuscheln/ Moules frites - belgische Pflichtkost mit  
besten Pommes und äußerst frischen Miesmuscheln. Das  
mediterrane Restaurant bot Sudvarianten u.a. 'marinière'  
(Weisswein trifft Knoblauch). Natürlich stets Olivenöl/ Die  
Brüssel Waffel ein 'Gebot' trotz Zucker/Kalorien - 12-2022



### A la casa

Unser empfohlenes, sehr hochwertiges und meistverkauftes  
Olivenöl Extra Vergine 'Terra d'Otranto/ 'Olio di Puglia'  
Kürbisscremesuppe mit Olivenölguss 'di Capitano Stefano/  
Verdure al forno 'della Signora Gabriella/ Pizza Rucicola per  
la mama 'di ingegnere Floriano/ Brotzeit 'Italinternazionale/  
Insalata mista/ Pasta con creazione speciale 'style  
puttanasca' - 2021 und 2022

