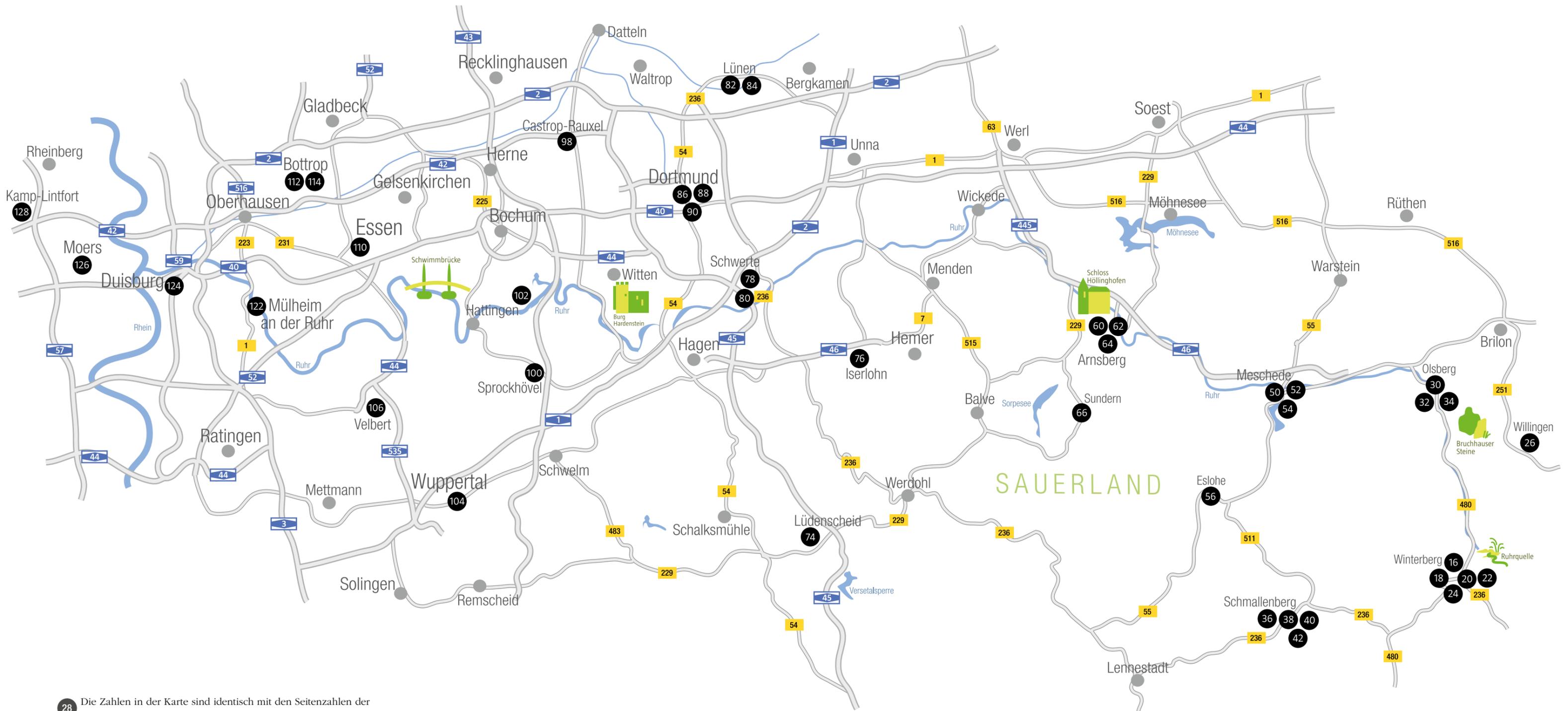


# SCHÄTZE

ENTLANG  
DER RUHR

# KARTE



28 Die Zahlen in der Karte sind identisch mit den Seitenzahlen der verschiedenen Betriebe in diesem Buch und zeigen ihre Lage in der Region.



## RESPEKT, DEN MAN SCHMECKT

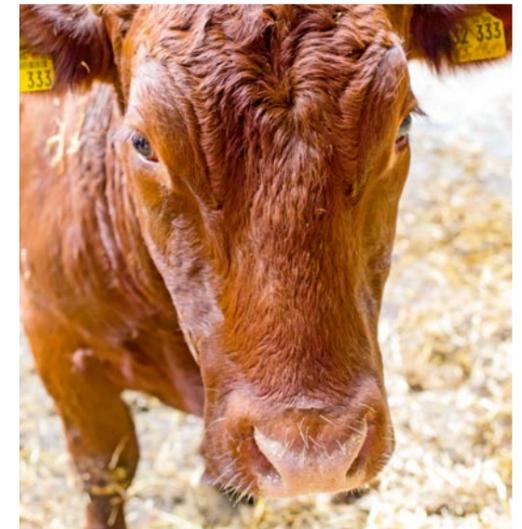
Mit nachhaltiger Zucht, Geduld und Sorgfalt zu höchster Rindfleischqualität

**U**lrich Schmitt, Meister der Land- und Forstwirtschaft, stellte im Jahr 1997 den landwirtschaftlichen Betrieb der Eltern komplett auf Fleischrinderhaltung der Rasse Deutsch Angus um. Seitdem lautet sein Prinzip: Behandle Tiere mit Geduld und Respekt.

Die Jungbullen kommen im Alter von sechs bis neun Monaten von einem Biohof der Region zu ihm in die Mast. In ruhiger und konsequenter Art erzieht er die noch temperamentvollen Jungtiere. Denen geht es hier auf 700 Metern Höhenlage ganz prächtig. Im Sommer fressen sie Gras und Kräuter auf den Weiden; den Winter verbringen sie in modernen Außenklimastallungen mit viel Bewegungsfreiheit und reichlich Einstreu. Lediglich Mineralien und Salz fügt Ulrich Schmitt ihrer Ernährung aus Grassilage und Heu hinzu. 40 Tiere hat der engagierte Züchter in seinem Bestand. Bis zum Alter von drei Jahren wachsen sie ungestört bei ihm auf und lagern so ausreichend Fett an. All dies sind Voraussetzungen für ein aromatisches Fleisch, das eine auffallend feine Marmorierung zeigt. Feinschmecker sowie umliegende Spitzenrestaurants haben seinen Hof längst entdeckt.

Vor dem Genuss steht die Schlachtung und so, wie Ulrich Schmitt es macht, dürften sich auch Skeptiker von der tiergerechten und qualitativ einwandfreien Art überzeugen lassen. Fast jedes Tier begleitet er persönlich zum einen Kilometer entfernten Schlachthof. Das Fleisch zerlegt er anschließend ganz professionell. „Kraft braucht man dafür keine, sondern Sorgfalt“, erklärt er. In 50 Arbeitsstunden schneidet er alle Stücke zu, vacuumiert und schockfrostat sie.

Von kleinen Portionen wie 250 Gramm Hackfleisch bis zur Füllung der Tiefkühltruhe ist alles möglich und ab Hof erhältlich. Auf Wunsch gibt Ulrich Schmitt gerne Tipps für eine gesunde wie geschmackvolle Zubereitung des Bio-Rindfleisches.



SCHMITT ANGUSOX  
Ulrich Schmitt  
Am Mittelsberg 6  
59955 Winterberg  
Telefon 01 70 / 8 69 51 67  
schmitt.angusox@gmx.de  
www.schmitt-angusox.de





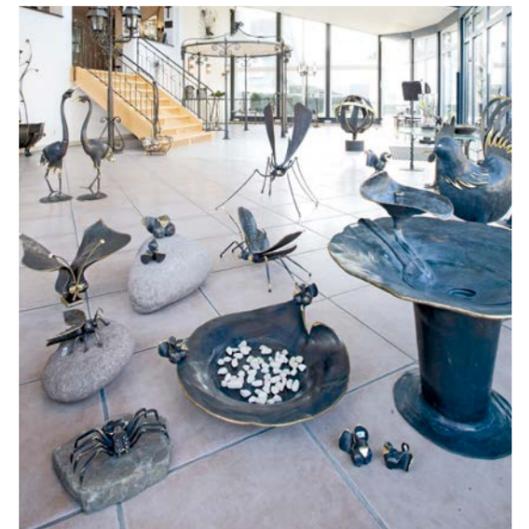
## ZEIT FÜR BRONZE

Kunstvoll geschmiedeter Schmuck für Haus und Garten

Die satte Natur macht das Sauerland so schön und inspiriert Uwe Föster tagtäglich. Für seine Werke nutzt der Kunstschmied vorwiegend Bronze. Es erstaunt, zu welch filigranen Objekten er die schwere Metalllegierung verarbeitet. Das aufwändige Polieren von Kanten und ausgesuchten Oberflächen unterstreicht die Plastizität, verleiht feines Understatement. Die Leichtigkeit von Schmetterlingen, Libellen und anderen Insekten hält Föster mit seiner typischen und angenehm expressiven Formgebung fest – selbst die oft ungeliebte Spinne erscheint attraktiv. Auch Windspiele, Wasserläufe, Vogeltränken und Brunnen zeigt seine Palette. Die Elemente kommen auf innovative Art zur Geltung.

Spannend ist der Effekt von Bleikristall in seinen Arbeiten, das vorwiegend bei Tischen zum Einsatz kommt. Das hochwertige Schmuckglas hat es dem Handwerker mit kreativer Ader, so schätzt er sich selbst ein, neben den Metallen angetan. Regelmäßig fährt der Meister mit Angestellten zu einer Glashütte in den Bayerischen Wald und verarbeitet das eigensinnige Material. „Ab einem gewissen Punkt lassen wir dem Glas seinen Lauf“, beschreibt Föster den Prozess. „Es entstehen Unikate, die an die gefrorene Oberfläche eines Sees unserer Heimat erinnern.“

Bei aller Poesie: Auch Nützliches produziert und zeigt Föster seit 1997 in seiner großzügigen Schmallenberger Galerie; darunter vorwiegend Treppengeländer, Pavillons oder Lampen. Hier sind Präzision und Einfühlungsvermögen gleichermaßen gefragt. Welchen Geschmack hat der Kunde? Und lässt sich der Wunsch realisieren? Uwe Föster berät offen und ehrlich in Sachen Preis, Machbarkeit und Wirkung; ist ein Teamplayer auf der Baustelle. Ein Schmied also mit vielen Talenten, der eins besonders kann: Er verewigt mit nützlichen wie dekorativen Formen kunstvoll den Moment.



SCHMIEDE & GALERIE FÖSTER  
Uwe Föster  
An der Gleier 36  
57392 Schmallenberg-Gleidorf  
Telefon 0 29 72 / 4 82 45  
info@schmiede-galerie-foester.de  
www.schmiede-galerie-foester.de





## ALTE SORTEN NEU ENTDECKT

Erst Rosen, jetzt Tomaten. Hauptsache natürlich!

**W**egener? Ist das nicht der mit den Rosen?“ wird Thomas Wegener, Inhaber von *Wegener's Gemüse-Manufaktur*, des Öfteren gefragt. „Stimmt“, sagt er dann. Denn Rosen, die seit über 50 Jahren in dem Lünener Familienunternehmen wachsen und verkauft werden, gibt es noch immer. Duftende Gartenrosen ebenso wie Schnitrosen, geerntet wird von April bis November.

Seit rund drei Jahren jedoch hat Thomas Wegener eine neue Leidenschaft entdeckt: hochwertiges Gemüse, das in sauberer Erde wächst, frei ist von Gentechnik und chemischen Pflanzenschutzmitteln und dessen aromatischer Geschmack auch feinste Zungen verblüfft. „Eigentlich wollten wir nur gesundes Gemüse für unseren eigenen Bedarf anbauen“, berichtet Thomas Wegener, der den Betrieb mit acht Gewächshäusern von seinem Vater übernahm. Der natürliche Anbau und der gute Geschmack seiner Früchte sprachen sich herum. Heute gehören Privatleute ebenso wie Gastronomen zu seinen Kunden. Sie alle suchen das Besondere.

Inzwischen bieten die Marktstände und der Hofladen von *Wegener's Gemüse-Manufaktur* eine Vielfalt an eigenen Tomaten, Gurken, Paprika, Zucchini, Chili und Auberginen, die man andernorts vergeblich sucht. Alleine 30 Tomatensorten sind darunter – fruchtig süße, besonders festfleischige, winzig kleine oder gelbe-rot gestreifte – zum Teil historische Sorten, die beinahe in Vergessenheit geraten wären. Außerdem Block-, Spitz- oder Apfelpaprika, Chili in allen Schärfegraden, schwarze Zuckererbsen, Horn- und Netzgurken und vieles mehr. Wer will, kann auch Setzlinge für den eigenen Garten mitnehmen. Beruhigend zu wissen, dass all diese aromatischen Leckerbissen ausschließlich mit Regenwasser gegossen werden und die Nährstoffzufuhr in Form von mineralischem Dünger erfolgt. Zu Recht spricht Thomas Wegener davon, dass sein Gemüse „clean“ ist.

WEGENER'S GEMÜSE-MANUFAKTUR  
Thomas Wegener  
In den Hülsen 2  
44536 Lünen  
Telefon 02 31 / 87 18 97  
info@wegener-s.de  
www.wegener-s.de





## KOCHEN MIT PFIFF

Thomas Jaworek verrät Kindern das Geheimnis einer gesunden Küche

**S**o viel Glück hat nicht jeder Schüler: Alle 14 Tage lädt Thomas Jaworek die Viertklässler der Regenbogen-Grundschule zum Kochen ein – und zwar exklusiv in die Profiküche seines Dortmunder Restaurants *Tom's im Burghof*. „Ich will den Kindern zeigen, wie viel Spaß es bereiten kann selbst zu kochen. Außerdem können sie so die Erfahrung machen, dass frisch zubereitetes Essen einfach besser schmeckt“, sagt der Gastronom.

Auf seinem Lehr-Speiseplan stehen deshalb anstatt Pommes und Hähnchen-Nuggets selbst gemachte Nudeln mit fruchtiger Tomatensauce, Schnitzel mit Cornflakes-Panade oder Obstspieße. „Während die eine Hälfte der Klasse kocht, decken die anderen Kinder die Tische im Restaurant“, erzählt der Koch und freut sich: „Anschließend essen wir alle zusammen zu Mittag – eine tolle Sache!“

Seine eigene Ausbildung absolvierte Thomas Jaworek unter Sternekoch Holger Stromberg. Nach verschiedenen Stationen in der Gastronomie und Lebensmittelbranche konzentriert er sich nun voll und ganz auf seine große Leidenschaft, das Kochen. Vor drei Jahren schlug er seine Zelte im Mengeder Burghof auf – einem Haus mit 300-jähriger Gastronomiegeschichte. Schon alleine wegen der imposanten Räumlichkeiten – holzvertäfelter Speise- und Festsaal mit langer Tafel und historischer Bleiverglasung – ist *Tom's im Burghof* ein perfekter Ort für Gesellschäften, Feiern und Veranstaltungen.

Wer bei ihm einkehrt, hat die Wahl beispielsweise zwischen Salat- und Schnitzelvariationen, Garnelenpfanne, gegrilltem Rumpsteak oder kross gebratenem Zanderfilet. Ein viergängiges Überraschungsmenü und der üppige Sonntagsbrunch ergänzen das Angebot. Übrigens: Auch Kinder, die nicht die Regenbogen-Schule besuchen, können bei Tom kochen lernen. „Unsere Kochkurse werden gerne für Kindergeburtstage gebucht“, sagt er. An die Reibe, fertig, los!

TOM'S IM BURGHOF  
Thomas Jaworek  
Mengeder Straße 687  
44359 Dortmund  
Telefon 02 31 / 226 56 43  
info@toms-im-burghof.de  
www.toms-im-burghof.de





Lehre lieber ungewöhnlich: Das Red Dot Design Museum in Essen bringt das Prinzip guten Designs nahe.



Die „Unter Tage“-Welt erschließt das Deutsche Bergbau-Museum Bochum, das Museum Folkwang in Essen wiederum zeitgenössische Kunst.

## MUSEEN: FENSTER ZUR REGIONALEN KULTUR

Spaziert man an der Ruhr entlang, beispielsweise in Essen-Steele oder Bochum-Dahlhausen, kann man ihn ab dem Frühjahr bis zum späten Herbst hören: den typischen Pfeifton, wenn die Lokomotive mal so richtig Dampf ablässt. Die historische Dampflok, die im Eisenbahnmuseum Dahlhausen startet, ist das ideale Transportmittel, um das Gebiet entlang der Ruhr zu erkunden. Als Passagier macht man eine eindrucksvolle Reise in die Geschichte der Kumpels und in die Zukunft des Reviers, auf den Weg gebracht durch den viel besprochenen Strukturwandel.

Nach Dahlhausen geht es weiter über Essen nach Mülheim und Oberhausen. Von dort aus führt die Fahrt weiter nach Bottrop, vorbei an der Landmarke Tetraeder, der Skihalle, die auf einer Halde errichtet worden ist, der Zeche Prosper und Kokerei Prosper Haniel, wo noch heute Kumpels ihre „Maloche“ verrichten. Spätestens an der Gelsenkirchener Zeche Nordstern sieht man beispielhaft die Entwicklung, die diese Region durch-

gemacht hat: Dort, wo früher die Kohle auf Schiffe verladen wurde, finden heute attraktive und viel beachtete Kulturevents statt. Hier sind moderne Arbeitsplätze und ein abwechslungsreiches Naherholungsgebiet entstanden.

Bergbau und die Ruhrregion gehören einfach zusammen – kein Wunder also, dass hier eines der bedeutendsten Bergbaumuseen der Welt steht. In der Stadtmitte von Bochum ist es leicht an dem typisch grünen Doppelbockgerüst zu erkennen und an der Museumserweiterung, die die Bochumer schnell als den „schwarzen Diamanten“ akzeptiert haben. Die Dauer Ausstellung lädt die Besucher zu einer Reise ein, die durch die Erdgeschichte und den Fortschritt der Bergbautechnik führt. Eine eigene „Schatzkammer“ stellt darüber hinaus wertvolle Kunst- und Kulturobjekte aus, die von der Montanindustrie beeinflusst wurden. Medaillen oder Möbelstücke gehören ebenso dazu wie eine umfassende Ausstellung zur heiligen Barbara, der Schutzpatronin der Bergleute.



In der Abenddämmerung entfaltet das Ruhr Museum in Essen seinen ganzen Industriecharme. Innen zeigt es die (Kultur-)Geschichte der Industrialisierung.

Das Ruhr Museum in Essen veranschaulicht, welche Entwicklung die Region und ihre Menschen im Laufe der Jahrhunderte durchgemacht haben: Es taucht ein in den Mythos des Ruhrgebiets, in die Historie der Industrialisierung und in seine Kulturgeschichte. Trotzdem versteht es sich selbst nicht als klassisches Industriemuseum, sondern eher als ein Schaufenster der Region, das mithilfe seiner Dauer- und der viel beachteten Sonderausstellungen einen differenzierten Blick auf Strukturen, Klischees und Phänomene der Region erlaubt. Beherbergt in der ehemaligen Kohlenwäsche der Zeche Zollverein kann die Adresse kaum authentischer sein.

Aber das Gebiet entlang der Ruhr beinhaltet noch viel mehr als Bergbaugeschichte. Im Sauerland spielen Landwirtschaft, die dazu gehörigen Maschinen und das Leben abseits der Industrie eine große Rolle. Zeugnis darüber geben unter anderem das Sauerland-Museum in Arnsberg, das bis zum Herbst 2017

erweitert und neu strukturiert wird, sowie das Maschinen- und Heimatmuseum in Eslohe. Hier beschäftigt man sich mit der Sauerländer und südwestfälischen Heimat, dem Dorfhandwerk sowie der landwirtschaftlichen Entwicklung. Ein Mundartarchiv, das sich dem Plattdeutschen im Sauerland widmet, hält den lokalen Dialekt lebendig.

Wer nun glaubt, die Kulturregion Ruhr besteht nur aus kuratierten Erinnerungen an Kumpels, Koks und Kohle, gemischt mit ein wenig Heimatkunde, ist auf dem Holzweg. Mit 200 Museen ist besonders die Museumslandschaft im Ruhrgebiet eine der dichtesten in ganz Deutschland. Darunter zahlreiche Kunstmuseen, die die großen Namen der Kunstgeschichte unter ihren Dächern ebenso zeigen wie Vertreter der modernen Avantgarde. Dazu gehört auch das Essener Museum Folkwang, das ursprünglich in Hagen eröffnet wurde, 1922 nach Essen kam und sich schnell einen deutschlandweiten Namen als weg-



Das Museum Folkwang bietet im wahrsten Sinne des Wortes auch zugängliche Kunst, hier eine Holzkonstruktion des kubanischen Künstlerduos Los Carpinteros.

weisendes Museum für moderne Kunst machte. Weltweites Renommee erlangten seine Malerei- und Skulptur-Sammlungen des 19. Jahrhunderts, der klassischen Moderne, der Kunst nach 1945 und der Fotografie. Erst 2010 wurde ein imposanter Anbau eröffnet, der mit Glaspassagen, Wandelhallen und Innenhöfen viel Licht auf die Kunst wirft.

„Kunst ist für alle da“ lautet der Leitspruch des Duisburger Lehmbruck Museum, das als Zentrum internationaler Skulpturkunst gilt. Und tatsächlich: Mitten in der Duisburger Innenstadt gelegen, ist es auch vor oder nach einem Einkaufsbummel ein leicht erreichbares Ziel. Die Sammlung stützt sich auf den Nachlass Wilhelm Lehmbrucks und wird ergänzt durch Malerei, Grafik, Fotografie und Neue Medien. Der Kant Park, der das Gebäude umgibt, zeigt Großskulpturen bekannter Künstler wie Henry Moore, Hans-Peter Feldmann und Meret Oppenheim. Wechselausstellungen präsentieren nicht nur internationale

Künstler, sondern sind auch dem eigenen Anspruch verpflichtet, regionalen Kunstschaffenden eine Plattform zu bieten.

Dorthin, wo einst das Bier in Mengen floss, strömen heute Kunstliebhaber: Im ehemaligen Gär- und Lagerkeller der Dortmunder Union Brauerei, weithin als Dortmunder „U“ bekannt, ist das Ostwall-Museum untergebracht. „Fluxus“ (lateinisch flux: „Fluss“) heißt die Kunstrichtung aus den 1960er Jahren, die hier den Kern der Sammlung bildet.

Daneben bietet das Museum auf einer ganzen Etage Raum für Kunstwerke der letzten 40 Jahre, darunter Joseph Beuys, Dieter Roth und zeitgenössische Künstler wie Anna und Bernhard Blume. Im harmonischen Wechsel projizieren die Filminstallationen von Adolf Winkelmann an drei Stationen „fliegende Bilder“, die – im Foyer (das sich übrigens über luftig-transparente sieben Stockwerke erstreckt), im Treppenhaus und von außen am U-Turm – auch von weitem sichtbar sind.



Unter den über 200 Museen des Ruhrgebiets sind auch die Essener Domschatzkammer und das Dortmunder U – Zentrum für Kunst und Kreativität.



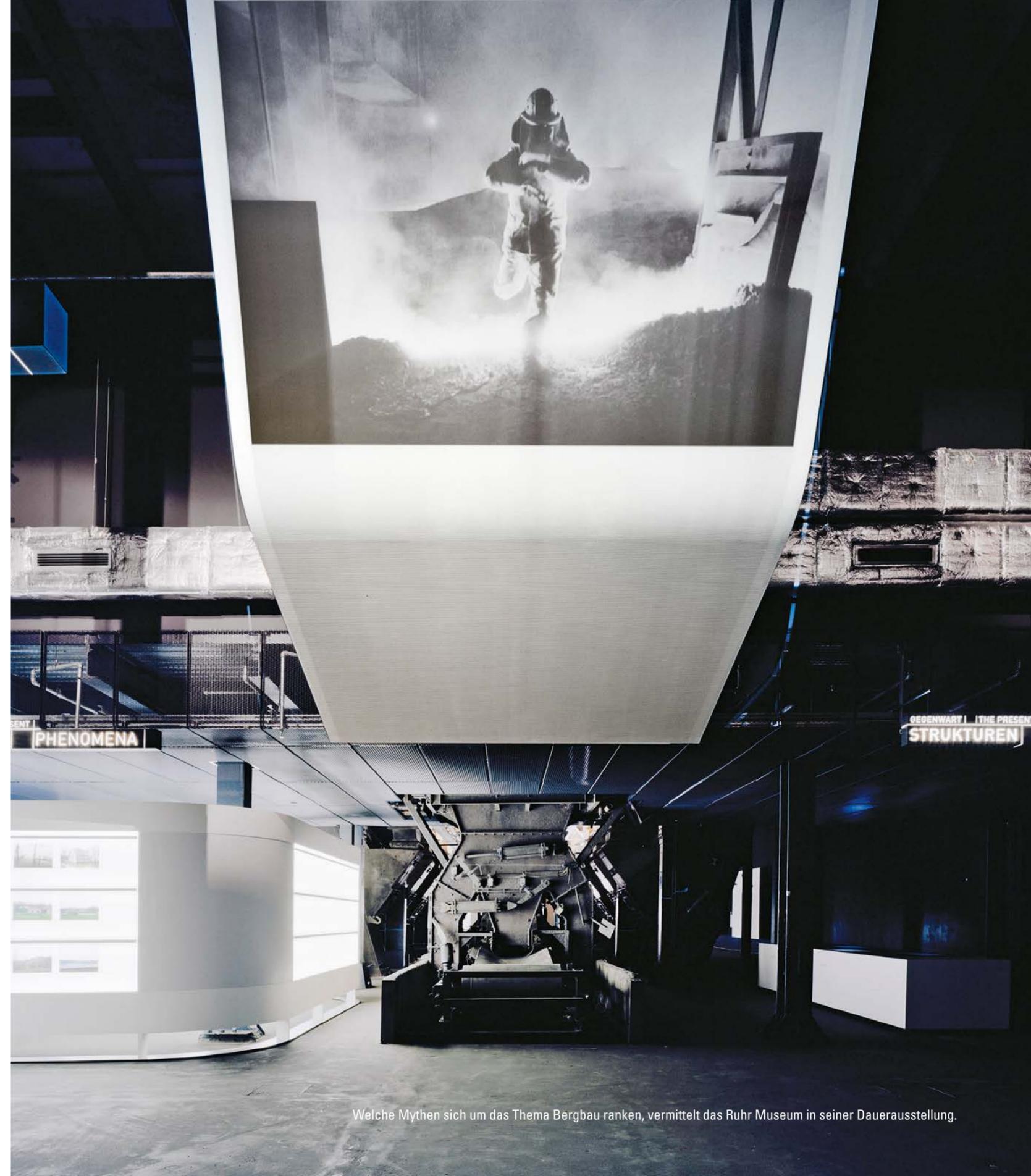
Ebenfalls ein spannender Ort für Kunst: die Oberhausener Ludwiggalerie. Mühelos vereint sie distinguiertes Flair mit Kunst von der Antike bis zur Gegenwart, Comiczeichnungen und Fotografien. Untergebracht im klassizistischen Schloss Oberhausen und umgeben vom Volkspark „Kaisergarten“ ist ein Besuch der Oberhausener Galerie ein echtes Rundumerlebnis.

Die Museumslandschaft entlang der Ruhr ist bunt. Wer beispielsweise auf Ästhetik im Alltag Wert legt, ist im Red Dot Design Museum auf der Zeche Zollverein bestens aufgehoben: Hier wird ausgezeichnetes Industriedesign – von der Tupperware bis zum Schmuckstück – vor imposanter Industriekulisse präsentiert.

Womit sich Filmstar Heinz Rühmann und Millionär John D. Rockefeller einst fortbewegt haben, kann man dagegen im Oldtimer-Museum in Dortmund-Wellinghofen sehen. Eine um-

fangreiche Sammlung von schönen alten Automobilen großer Marken wie Jaguar, Ferrari, Horch und Alfa Romeo sind für Autofans ein wahrer Augenschmaus.

Technikliebhaber kommen im Dortmunder Magnetmuseum und im Duisburger Radiomuseum auf ihre Kosten. Wer für die Natur schwärmt, sollte dem Duisburger Bienenmuseum einen Besuch abstatten. Und zu guter Letzt: Im Essener Markt- und Schau-stellermuseum kann man sich an funktionstüchtigen Drehorgeln, Karussells und Wanderkinos erfreuen. An diesem Ort wird sich nämlich der guten alten Tradition von Jahrmärkten gewidmet, die zu Zeiten der Industrialisierung und Schwerstarbeit eine willkommene Abwechslung boten. (Nicht nur) Kulturbeflissene aus Nah und Fern wissen die enorme Vielfalt an Museen zu schätzen. Mit rund 200 Museen gehört das Ruhrgebiet immerhin zu den am dichtest besiedelten Regionen Deutschlands.



Welche Mythen sich um das Thema Bergbau ranken, vermittelt das Ruhr Museum in seiner Dauerausstellung.



## ERST ERNTEN, DANN EINKAUFEN

Ein junges hochmotiviertes Team rettet den Ruf einer uralten Gastronomie

**D**as *Restaurant Mausefalle* ist in einem der ältesten und schönsten Fachwerkhäuser der Stadt beheimatet. 1655 erbaut kehren hier heute Einheimische, Touristen und Geschäftsleute aus aller Welt ein und genießen in den beindruckenden Räumlichkeiten die heimische Küche. Umso tragischer, dass der legendäre Ruf der *Mausefalle* durch Misswirtschaft beinahe ruiniert worden wäre. Verhindert hat das der junge Küchenmeister Hendrik Peek. Seit Anfang 2013 lenkt er als Inhaber und Küchenchef die Geschicke des Hauses.

Sein Konzept: „Unsere Küche ist bodenständig, wir kochen regional und saisonal. Genau dafür kommen die Gäste zu uns.“ Nahezu alle Speisen – darunter Brot, Schupfnudeln und Suppenfonds – sind handgemacht, viele Zutaten stammen sogar aus eigenem Anbau. Salat, Rote Bete, Bohnen oder Kohl baut er ganzjährig auf einem großflächigen Acker an. „Erst wird geerntet, dann eingekauft“, lautet die Devise von Küchenchef Hendrik Peek.

In der Küche, die nur neun Quadratmeter misst, zaubern er und sein motiviertes Team überwiegend deutsche und insbesondere „Ruhrpott“-Gerichte: Spanferkelhaxe mit Sauerkraut und Klößen oder Himmel un Ääd – Panhas mit Kartoffel-Apfelstampf und Röstzwiebeln. Steakvariationen und Fischgerichte gehören ebenso zum täglich frisch zubereiteten Angebot wie Vegetarisches. Dazu schmeckt ein Echt Mölmsch, ein traditionelles Mülheimer Bier.

Über fünf gemütliche Geschosse erstreckt sich das Restaurant. Neben Gewölbekeller, Schankbereich und zwei Restaurantebenen gibt es auch eine geräumige Terrasse. Dort nimmt man zwischen üppig gedeihenden, duftenden Kräutern Platz, die in der Küche Verwendung finden. „Von Basilikum bis Salbei – alle Kräuter und Blüten werden vor den Augen unserer Gäste frisch gepflückt“, so der Küchenchef mit dem grünen Daumen.

RESTAURANT MAUSEFALLE  
Hendrik Peek  
Bogenstraße 8  
45468 Mülheim  
Telefon 02 08 / 3 05 98 60  
info@mausefallemuelheim.ruhr  
www.mausefallemuelheim.ruhr



PANHAS MIT HIMMEL UN ÄÄD  
Dieses Rezept finden Sie auf Seite 141



# INHALT

KARTE.....	10
VORWORT .....	13
Hotel Engemann Kurve.....	16
Hapimag Hochsauerland.....	18
Kaffeehaus Winterberg.....	20
Schmitt Angusox .....	22
Goldschmiede Beste .....	24
Gutshof Itterbach .....	26
Waldhotel Schinkenwirt .....	30
Café Hagemeister .....	32
Metzgerei Funke-Schnorbus .....	34
Romantik- & WellNesshotel Deimann .....	36
Schmiede & Galerie Föster .....	38
Merte Metzgerei .....	40
Schäferhof.....	42
ERLEBBARE KLOSTERGESCHICHTE(N) .....	44
Hotel Holländer Hof .....	50
Partyservice Mues.....	52
Hotel & Restaurant Luckai .....	54
Landgasthof Seemer .....	56
Bäckerei Hahn .....	60
Hotel-Restaurant Zum Landsberger Hof .....	62
Hotel-Café-Restaurant Altes Backhaus.....	64
Metzgerei Kregel.....	66
GRÜNE BEREICHERUNG AUF SCHRITT UND TRITT .....	68
Eichelhardts Weinkontor.....	74
Gasthof Daute .....	76



Entlang der Ruhr finden sich viele, manchmal unerwartete Kleinode wie der malerische Stadtteil Essen-Kettwig.

# INHALT

Nette's Lädchen .....	78
Hotel Restaurant Sunshine .....	80
Biohof Schulze Wethmar .....	82
Wegener's Gemüse-Manufaktur .....	84
Parfümerie Wigger .....	86
Tom's im Burghof .....	88
Postergalerie .....	90
MUSEEN: FENSTER ZUR REGIONALEN KULTUR .....	92
Riad – Mediterrane Genusswelten .....	98
Vinothek Dorfstraße 13 .....	100
Haus Oveney .....	102
Scarpati Hotel-Restaurant-Trattoria .....	104
Langenhorster Stube .....	106
Brausiepe Goldschmiedemanufaktur .....	110
Hof Umberg .....	112
Gasthof Berger .....	114
HOCH ODER TIEF – EINE FRAGE DER PERSPEKTIVE .....	116
Restaurant Mausefalle .....	122
House of Cigars .....	124
Wellings Romantik Hotel zur Linde .....	126
Restaurant Klosterpforte .....	128
REZEPTE .....	132
REZEPTVERZEICHNIS .....	142
ADRESSVERZEICHNIS .....	144
REGISTER .....	148
IMPRESSUM .....	152

## REZEPTVERZEICHNIS

### B

BARRAMUNDIFILET 139  
MIT ARGANÖL-GEMÜSE UND  
PANCETTA-KARTOFFEL-SPIESS

### C

CARPACCIO VOM SCHMALTIER 133

### D

DREIERLEI VON DER HEIDELBEERE 133  
UND CRÈME FRAÎCHE-EIS

### G

GARTENSALAT 135  
LANDGASTHOF SEEMER

GEBRATENE GARNELEN 137  
MIT SCHWARZEN NUDELN

GIN BASIL SMASH 136

### H

HIRSCHRÜCKEN UNTER EINER  
KRÄUTERKRUSTE MIT KARTOFFEL-  
KÜRBISPÜREE UND KARAMELL-  
VANILLEMÖHREN 138

### K

„KIRCHHELLENER KNUSPEREI“ 140  
AUF SPARGEL-SPINATRAGOUT  
MIT KROSSEM MESCHEDER-SCHINKEN  
UND TRÜFFELSENFRAHM

### O

OCHSENBACKEN 132

### P

PANHAS MIT HIMMEL UN ÄÄD 141

PERLHUHNBRUST IM SPECKMANTEL 132  
MIT RAHMSAUERKRAUT UND  
SCHUPFNUDELN

### R

RINDERROULADEN 134

ROGGENMISCHBROT 136

### S

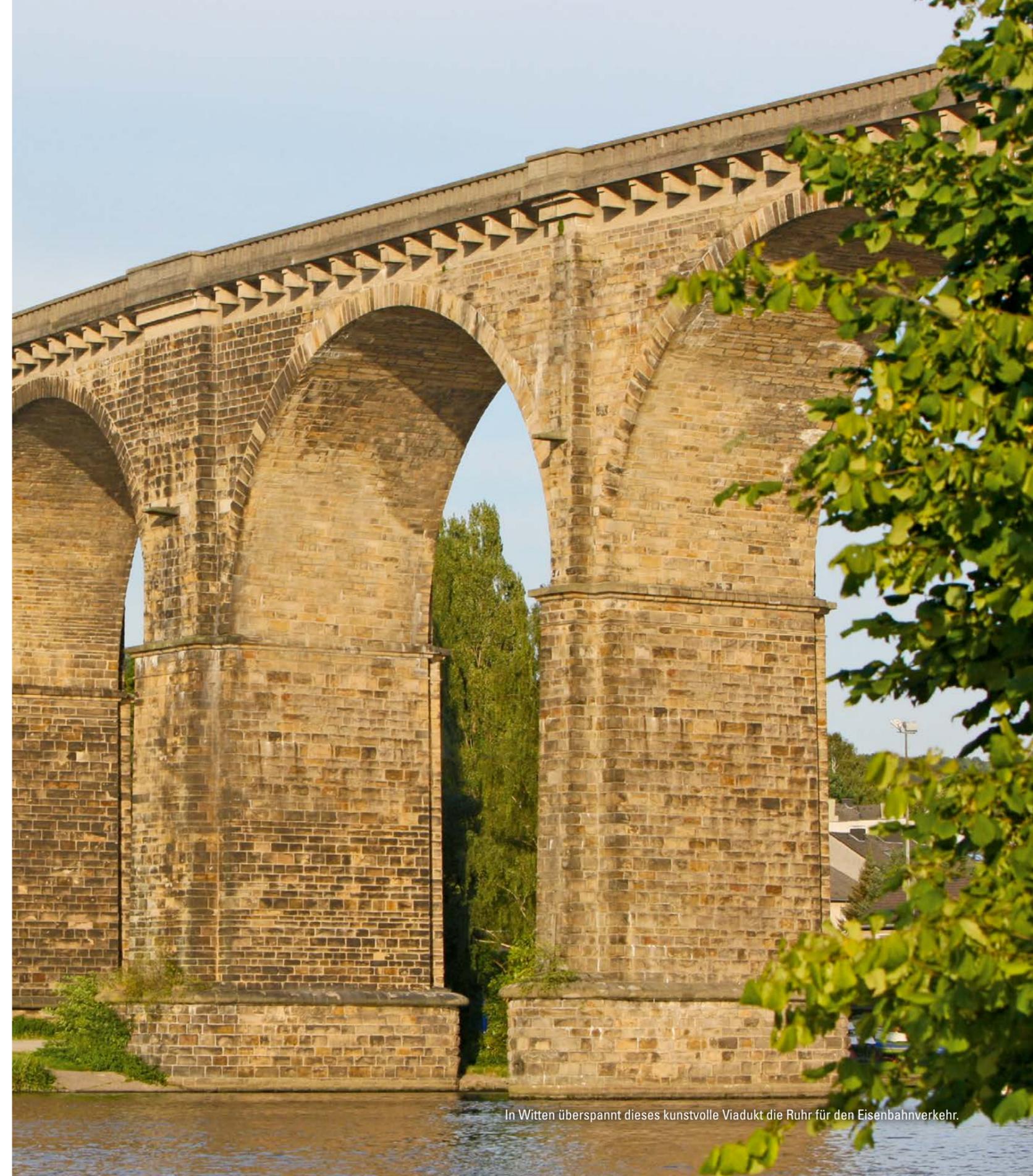
SCHWEINEBAUCH 68/24 134



Manche Süßigkeiten erzählen Geschichten, wie diese Pralinen vom Ruhrgebiet.

# REGISTER

- Abtei Königsmünster 46, 48  
Alsum 120  
Ardeygebirge 70  
Arnsberg 61, 63, 65, 94  
Assinghausen 70  
Baldeneysee 70  
Bergen 117  
Bergisches Land 120  
Bigge 35  
Bochum 71, 93, 103, 117, 118  
Bottrop 45, 93, 113, 115  
Bruckhausen 120  
Castrop-Rauxel 99  
Dorsten 115  
Dortmund 70, 72, 81, 87, 89, 91, 96, 117  
Duisburg 13, 47, 69, 72, 95, 96, 117, 119,  
120, 125  
Eichenholz 63  
Eisenberg 31  
Elfringhauser Schweiz 72  
Ennepe-Ruhr-Kreis 71  
Eslohe 94  
Essen 48, 93, 94, 96, 111, 119  
Eversberg 61  
Freienohl 61  
Gelsenkirchen 45, 71, 93, 118  
Gevelsberg 71  
Gladbeck 115  
Grumme 117  
Hagen 94  
Halde 45  
Hattingen 71, 72, 120  
Hengsteysee 81  
Herten 119  
Hochsauerland 13  
Hohensyburg 70, 81  
Iserlohn 77  
Itterbach 27  
Kamp-Lintfort 129  
Kemnader Stausee 103  
Langenhorster Forst 107  
Lüdenscheid 75  
Lünen 83, 85  
Medebach 21  
Meschede 46, 47, 51, 53, 55  
Moers-Repelen 127  
Mühlkopfschanze 27  
Mühlheim an der Ruhr 48  
Mülheim 93, 123  
Muttental 72  
Oberhausen 93, 96, 107  
Oeventrop 61  
Olsberg 31, 33, 35, 70  
Rhein 69, 117  
Rhein-Herne-Kanal 99  
Rheinland 13  
Riemke 117  
Rothaargebirge 13, 70, 117  
Ruhr 33, 45, 47, 48, 69, 70, 72, 93, 94, 117  
Ruhrgebiet 13, 48, 70, 72, 94, 96, 99, 117, 119  
Ruhrhöhenweg 70  
Ruhrquelle 55, 69  
Ruhrtal-Radweg 55, 63, 69, 103  
Ruhrwiesen 103  
Sauerland 13, 19, 31, 33, 37, 39, 41, 51, 57, 63,  
70, 94, 117  
Schalke 118  
Schloss Cappenberg 83  
Schloss Steinhausen 71  
Schmallenberg 37, 39, 41, 43  
Schwerte 79  
Springorum-Radweg 71  
Sprockhövel 71, 72, 101  
Steele 70, 93  
Strycktal 27  
Sundern-Dörnholthausen 65  
Tippelsberg 117  
Ückendorf 118  
Velbert 72, 107  
Wartburginsel 99  
Wenholthausen 57  
Wenneufer 57  
Werden 70  
Westfalen 13  
Westhofen 81  
Wetter-Wengern 71  
Willingen 27  
Windrather Tal 72, 107  
Winterberg 13, 17, 19, 21, 23, 25, 69, 72  
Witten 71  
Wuppertal 72, 105



In Witten überspannt dieses kunstvolle Viadukt die Ruhr für den Eisenbahnverkehr.