



EINGEKEHRT

Restaurant METZG

von Kathrin Fritz

Es könnte etwas gewagt erscheinen, in einer Grünnummer eine Metzger vorzustellen. Wo doch momentan alles nach Vegi schreit und vegane Restaurants sich vermehren wie die Pilze im Wald. Die 50 Kilogramm Fleisch, die jede und jeder von uns letztes Jahr durchschnittlich gegessen hat, sind sicher zu viel. Und so wäre ein bewusster Fleischkonsum wünschenswert. Vor allem aber sollten wir genau hinschauen, woher die Produkte stammen, die wir essen. Auch bei der veganen Küche, denn die Macadamianüsse für den «Käse» reifen nicht an heimischen Bäumen. Dafür wächst das Gras, das die Tiere, deren Fleisch im Restaurant Metzger gegessen wird, auf den Weiden der Region. Während ihres Lebens wurden die Vierbeiner von ihren Bauern gepflegt und verwöhnt. Deshalb schmeckt ihr Fleisch wunderbar. Und deshalb passt die «Metzger» eben ganz gut in unsere Grünnummer.



ZUM REINBEISSEN

Über 1000 Apfelsorten wachsen in der Schweiz. Am beliebtesten ist der Gala, von dem jährlich über 30 000 Tonnen geerntet werden. Der süsse Gala ist wie der süsssäuerliche Braeburn und der süssliche Pink Lady jetzt erntereif und bis zum nächsten Juni lagerbar.



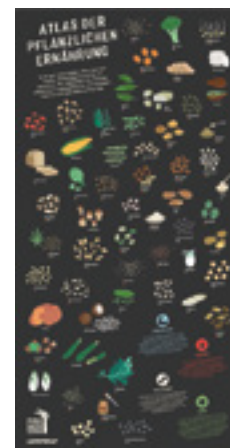
FÜRS TIERWOHL



Wie erzeugt man genug Essen bei kleinstmöglicher Belastung der Umwelt? Nicht mit Veganismus. Weidehaltung, keine menschliche Nahrung für Tiere und bessere Nutzung der Überschüsse, sagt dieses lesenswerte Buch. Cornelia Jäger, «Die Sache mit dem Suppenhuhn», Ulmer, 26.90 Fr.

Lust auf Vegi?

Pflanzliche Nahrungsmittel und die wichtigen Nährstoffe, die sie enthalten – das zeigt



das Poster «Atlas der pflanzlichen Ernährung». Ergänzt wird die Abbildung mit Basis-Informationen zu umweltbewusstem Einkaufen und Menüplanen. Gratis, bei Greenpeace: greenpeace.ch/pflanzenposter



RESTAURANT METZG

Langstrasse 31, 8004 Zürich,
Telefon 044 291 00 88,
www.metzger-grill.ch

TUT DEM MAGEN GUT

Das Rezept dieses würzigen Magenbrottes lehnt sich an das ursprüngliche Alpenkräuterbrot an. Was einst dem Magen guttat, tut heute auch dem



Gewissen gut, denn alle Zutaten des Gebäcks stammen aus biologischer Produktion. Und last, but not least schmeckt es auch gut.

Bio-Magenbrot, Coop, 5.95 Fr.