

# THE BIG FIVE

Südafrikas Küche ist eine Küche im Werden. Malaiische, holländische, indische, kap- und zentralafrikanische Einflüsse ringen miteinander um Anerkennung. Doch längst geht es nicht mehr nur darum, wer von den Big Five B – Bobotie, Boerewors, Biltong, Bunny Chow und Boli – das Rennen in der Gaumengunst macht. In Zeiten der Regenbogenküche zählt vor allem, wer am besten Originalität, Freiheitsdrang und Raffinesse mit den einmaligen Zutaten der Kapregion kombiniert.

## ORIGINAL

08

LECKERBISSEN  
AUS DER URKÜCHE  
eat magazine–  
Exklusiv-Report: Wie  
die südafrikanische  
Food-Historikerin  
Renata Coetzee die  
Speisekarte der  
ältesten Küche der  
Welt rekonstruiert.

22

BRÜCKE AM BRAAI  
Grillen ist Volkssport in  
Südafrika und verdient  
deshalb ein eigenes  
Wort: Braai. Besonders  
beliebt bei der schwarzen  
Bevölkerung ist  
hierbei das „Grillen im  
Vorübergehen“ an „Buy  
& Braai“-Grillstationen.

## FREE

30

SATTMACHER  
GEFRAGT  
Zwar haben sich die  
Lebensumstände  
in den Townships  
gebessert, aber  
beim Essen zählt  
nach wie vor nur  
eins: Gut ist, was  
den Hunger stillt.

44

VIER ENGEL  
FÜR CHARLY  
Kapstadts süßeste  
Versuchung befindet  
sich in der Roe-  
land Street 20. Hier  
backen Jacqui Biess  
und ihre drei Töchter  
die seligsten Torten  
und Kuchen.

36

LEKKER, SMULLEKER, NEHI  
Zwei Restaurants,  
eine Botschaft: Im  
„Neh!“ in Johannesburg und in „Nyoni's  
Kraal“ in Kapstadt  
gibt es Township-Küche für gehobene  
Ansprüche.

48

„DIE SAAT GEHT  
JETZT AUF“  
Im Interview mit eat  
magazine erläutert  
Afro-Gastronaut  
Bruce Robertson,  
warum der südafrikanischen Küche  
eine große Zukunft  
bevorsteht.

42

DER DEN  
WEINBERG REITET  
Vater Tony Mossop  
wurde einst „die  
Nase des südafrikanischen Weins“  
genannt. Nun folgt  
Sohn Miles ihm nach.  
Der hat noch eine  
zweite Passion: Er  
surft.

# NATURAL

**54****LUST AUF GRÜN**

Südafrikaner genießen das Leben am liebsten draußen in freier Natur. eat magazine ging zum Sonntagsspicknick in den Botanischen Garten von Kirstenbosch.

**58****ZURÜCK ZU DEN**

**WURZELN**  
Im „Roots“ ist der Name Programm. Hier beweist Philippe Wagenführer, dass eine naturverbundene Küche und Fine Dining sehr wohl zusammengehen.

**60****UNSTERBLICH**

**GEKOCHT**  
Sie kocht und kocht und kocht... eat magazine zu Besuch bei Topsi Venter, der großen alten Dame der südafrikanischen Küche.

**64****FEINKOST**

**MIT FYNBOS**  
Shaun Shoemans große Leidenschaft sind die Pflanzen und Kräuter der Kapregion. Sie sind für ihn der Schlüssel zu einem neuen Koch-Universum.

**65****MEET MR. MEAT**

Biltong hin, Biltong her, den besten Schinken Südafrikas macht Neil Jewel. Das ist ziemlich erstaunlich, denn Jewel ist eigentlich Koch und nicht Metzger.

**66****.KÄMPFT**

**UM EUER ESSEN\***  
Iss, was die Natur dir schenkt! eat magazine im Survival-Training bei Justin Bonello, dem König der südafrikanischen Busch-Küche.

**70****WENN DAS**

**MEER RUFT...**  
Südafrikas Atlantikküste mag zum Baden nicht immer die einladendste sein, doch sie schlägt jeden in Bann mit wilder Schönheit und Fisch vom Feinsten.

# FANCY

**80****PARADIES FÜR**

**FOODIES**  
Kapstadt und die Winelands sind das kulinarische Herz Südafrikas. Nirgendwo am Kap gibt es mehr kulinarische Perlen zu entdecken als hier.

**88****EAT THE DRAMA**

Vorhang auf für das kulinarische Ess-Theater von Margot Janse. Ihren „Tasting Room“ halten Kenner für eines der besten Restaurants der Welt.

**92****LEBEN IN DER**

**SCHWEBE**  
Der Magie von „The Big South Easy“ kann sich keiner entziehen. Er verleitet immer wieder dazu, sich dem süßen Leben hinzugeben, vor allem in Durban und Kapstadt.

**100****.ICH BIN SELBST**

**EIN COCKTAIL\***  
Heinz Lummer sagt von sich, dass er ein Afro-Bayer ist und dass er Augustiner-Bier über alles liebt. eat magazine traf Südafrikas passioniertesten Barmann.

**of****104**

104 Tipps & Tricks  
106 Hotels  
112 Restaurants  
120 Rezepte  
134 Impressum