

THE BIG FIVE

Südafrikas Küche ist eine Küche im Werden. Malailische, 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 schwar-
zen Bevölkerung ist
hierbei das „Grillen im
Vorübergehen“ an „Buy
& Braai“-Grillstationen.

10

RAINBOW NATION
Südafrikas Küche
ist eine faszinie-
rende Melange
unterschiedlichster
Kochkulturen. eat
magazine stellt ty-
pische Vertreter der
malailischen, hollän-
dischen, indischen
sowie der kap- und
zentralafrikanischen
Küche vor.

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, SMULLEK-
KER, NEHI**
Zwei Restaurants,
eine Botschaft: Im
„Neh!“ in Johannes-
burg 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 südafri-
kanischen Küche
eine große Zukunft
bevorsteht.

42

**DER DEN
WEINBERG REITET**
Vater Tony Mossop
wurde einst „die
Nase des südafri-
kanischen 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 Sonntagspicknick in den Botanischen Garten von Kirstenbosch.

58

ZURÜCK ZU DEN WURZELN

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

60

UNSTERBLICH GEKOCHT

Sie kocht und kocht und kocht... eat magazine zu Besuch bei Topsy 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