

# 14. NJUS LÄTTA

Ausgabe 14, Dezember 2016

## In diesem Njus Lätta:

### Obmann:

NJUS im LÄTTA

### Bildliche Erinnerungen!

**DANKE für Euer sein!**

### Ernährung:

#### Prost

Katerbehandlung

Naturwissenschaftlich

### Rezept des Quartals

Zwiebelsuppe

von Michael Fackler

### Vorschau Galanacht

2017

### Internationaler

#### Wettbewerb:

29. Kongress der AEHT

Wir wünschen euch ein gesegnetes, friedvolles Weihnachtsfest sowie alles erdenklich Gute für das Neue Jahr, vor allem Gesundheit und Freude in eurem Schaffen.

### Der Vorstand des PLV!

## Der Obmann spricht

### NJUS im LÄTTA?



Jürgen Kirchner

### Geschätzte Mitglieder des PLV!

Kurz vor Jahresende dürfen wir Euch unsere 14. Ausgabe des NJUS LÄTTA übersenden. Ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende. Wir konnten mit 3 Seminaren im Jahr 2016 unseren Mitgliedern eine schöne Auswahl an Weiterbildungen und freundschaftlichen Gedankenaustausch bieten. Neben der schon traditionellen Galanacht der Gastronomie durften wir Dank Sabine Spilka-Schafer und Gerhard Pachschröll-Kral ein tolles Brush up in Krems erleben.

Ehrenobfrau Andrea Krieger ist es zu verdanken, dass 17 Teilnehmer/innen die Studienreise nach Kampanien in der 3. Juli-Woche antreten konnten und auch hier wurde den Mitgliedern einzigartiges geboten. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für das große Engagement der Kolleg/innen für diese 3 Events.

Leider war das Jahr 2016 auch das Jahr der Abschiede von liebgewonnenen Freunden und Kollegen. Im März mussten wir uns vom Kremser Kollegen Paul Gruber verabschieden, welcher während eines Kuraufenthaltes von uns gegangen ist. Viele Jahre hat er unsere Erlebnisse in Bildern festgehalten und neben den vielen Gesprächen somit eine "ewige Erinnerung" an ihn für uns hinterlassen.

Während des Brush up in Krems hat uns die traurige Nachricht erreicht, dass unsere Freunde aus Südtirol, Konrad und Monika Spinell, durch einen tragischen Verkehrsunfall aus dem Leben gerissen worden sind. Konrad war über Jahrzehnte die Verbindung zu unseren Südtiroler Freunden und hat auch schöne Studienreisen für uns organisiert, welche wir nicht vergessen werden.

Kurz darauf wurde auch Gewissheit, dass unser lieber Freund und Kollege im Ruhestand Hans Kraft seit einer Wanderung nicht mehr aufzufinden ist. "Hansi" war ein treues Mitglied des Verbandes und hat kein Frühjahrsseminar und kein Brush up ausgelassen, beim diesjährigen konnte er nicht mehr mit uns sein...

Mit den Gedanken an unsere verstorbenen Mitglieder und der Bitte, sie nicht zu vergessen und in unsere weihnachtlichen Gedanken einzubinden, verbleibe ich...den alles was bleibt, ist das was wir zusammen erleben durften...

...Euer Obmann Jürgen

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. März 2017.  
Beiträge an [juergenkirchner@aon.at](mailto:juergenkirchner@aon.at) oder an [peter@kirischitz.com](mailto:peter@kirischitz.com).

**...und das sind wir...**



**... und werden wir  
immer bleiben... ...Danke für Euer sein...**

# PROST

## Ist gegen den Kater ein Kraut gewachsen?



**Katerkampf:** Jahrhunderte-, oder gar Jahrtausende lange Erfahrung und hingebungsvolles Experimentieren.

Tröpfchenweise dringen die nüchternen Erkenntnisse über die Biochemie des Alkohols aus den Labors in die Öffentlichkeit.

Heute sagt man entweder mit 2 Tasten heißer Bouillon, oder einem scharfen Rollmops dem Kater den Kampf an. Erfahrene „Kampfrinker“ frischen ihren Kater am nächsten Tag mit einem gepflegten „Reparaturseiter!“ auf.

Natürlich hat Forscherfleiß zur Entdeckung von Mitteln geführt, die gegen einen Kater helfen.

Vielleicht war der Tipp von Plinius mit der Euleneieromelette doch nicht so schlecht: Eier enthalten viel Cystein. Ob Euleneier noch reichlicher damit gesegnet sind, vermochte die moderne Wissenschaft noch nicht zu enträtseln.

Die alte Volksweisheit vor dem Abkippen ins Bett noch eine ordentliche Menge Mineralwasser zu trinken, hat damit eine solide wissenschaftliche Basis

Euer Peter

Alkoholnormalverbraucher haben sich lange empirisch mit dem Thema „Kater nach einer durchzechten Nacht“ beschäftigt, um die Bestätigung althergebrachter Hausrezepte mit gelassener Heiterkeit abzuwarten. Der Universalgelehrte Plinius D. Ä. empfahl im 1. Jahrhundert nach Christi seinen römischen Mitbürgern als Katerfrühstück ein paar Euleneier. Im Mittelalter rieten die Partylöwen zu gehacktem Aal mit bitteren Mandeln. Trotz der Brisanz dieser Thematik hat die Ernährungswissenschaft keine einheitliche biochemische Theorie und auch keine diätischen Empfehlungen zur Kater-Nachsorge veröffentlicht.

Diese eklatante Wissenslücke dürstet danach, gestillt zu werden.

Die populärste Theorie, die vor allem von schwedischen Toxikologen favorisiert wird, sieht den Acetaldehyd als Hauptverdächtigen.

Acetaldehyd entsteht beim Abbau von Alkohol in der Leber.

Britische Biochemiker halten dagegen, dass viele Kater-Effekte zu einem Zeitpunkt auftreten, an dem Alkohol und Acetaldehyd längst verschwunden sind.

Nach ihren Erfahrungen steckt dahinter das Methanol. Methanol ist ein Fuselalkohol und vor allem in billigen Alkoholika enthalten, es entsteht während der Gärung und sollte bei der Destillation abgetrennt werden.

In heroischen Selbstversuchen (betrunkene ortsfremde Versuchspersonen erwiesen sich als Gefahr für die Ausrüstung eines Labors), d.h. also in praxisnahen Tests, entschlüsselten die Briten auch noch ganz nebenbei, warum der Nachtrunk so gut wirkt.

Methanol wird von den gleichen Enzymen abgebaut wie Alkohol (Äthanol).

Allerdings hat Äthanol absolute Priorität, so dass Methanol erst dann drankommt, wenn der Alkohol weg ist. Aus Methanol entsteht ziemlich giftige Ameisensäure, die ebenfalls die Symptome eines typischen Katers produziert.

Deshalb brummt der Schädel auch dann noch, wenn der Trinker bereits nüchtern ist. Und genau diesen Mechanismus nutzt die Befolgung des Ratschlags, den Kater einfach mit einem Reparatur-Bierchen wieder aufzuwärmen. Durch den neuen Schub an Alkohol werden die Enzyme erst mal vom Methanol abgelenkt. Die entstandene Ameisensäure kann in Ruhe abgebaut werden, bis die Enzyme wieder vermehrt sich dem restlichen Methanol zuwenden können.

Enträtselt ist aber der höllische Durst. Nach Ansicht von Experten ist der auch der Grund für die verteuflten Kopfschmerzen. Der Alkohol stört im Gehirn die Hypophyse, eine wichtige Drüse, die den Hormonhaushalt reguliert. Dabei werden jene Hormone entkoppelt, die den Wasserhaushalt steuern. Die Folge ist, dass wir mehr Flüssigkeit und mehr Natrium ausscheiden, als wir trinken. So holt sich der Körper das notwendige Wasser aus anderen Organen. Flüssigkeitszufuhr bremst die Schrumpfung empfindlicher Organe und zähmt den morgendlichen Kater-sofern sofern ihr eure Mineralflasche in diesen Zustand noch aufbringen könnt!

Jan Calder vom Nationalkrankenhaus für Neurologie in London befürchtet, dass dabei auch unser Hirn dran glauben muss und etwas schrumpft. Da die Hirnhaut eine sehr schmerzempfindliche Verbindung zum Schädelknochen unterhält, könnten bereits kleinste Veränderungen heftige Kopfschmerzen verursachen.

*Text: Peter Kirischitz*

*Aus Lexikon der populären Ernährungsrätümer, Udo Pollmer, Susanne Warmuth*

# REZEPT zur Weihnacht



**Viel Freude beim Nachkochen wünscht euch Michael Fackler!**

## Rezeptur für 10 Portionen

- 800-1000g Zwiebeln
- 2-4 Knoblauchzehen
- 3 EL Öl
- 3 EL Butter
- Optional 2 EL Mehl
- 2 l Bouillon von Huhn, Rind oder Gemüse
- 1/4 l Weißwein, (optional 1/8l Cognac)
- Salz, Pfeffer frisch gemahlen, etwas Muskat, 1Lobeeerblatt
- Baguette oder Weißbrot, kann auch vom Vortag sein
- Circa 1 EL Käse pro Portion (wie Gruyère, Parmesan, Bergkäse)

## Zwiebelsuppe

Sie ist eine Gemüsesuppe mit gedünsteten Zwiebeln als Hauptzutat und in vielen Ländern verbreitet, die bekannteste ist vermutlich die französische Zwiebelsuppe. Aufgrund der sehr preisgünstigen Zutaten war sie lange Zeit vor allem ein Essen der Armen. Die französische oder Pariser Zwiebelsuppe (Soupe à l'oignon oder Soupe d'oignons aux Halles) wurde schon im 18. Jahrhundert als Imbiss für Händler, Kunden und Touristen in den Markthallen von Paris angeboten.

Für die klassische Zubereitung werden julienne geschnittenen Zwiebeln (manchmal auch Knoblauch) in Butter oder Olivenöl angeschwitzt, bis sie eine goldgelbe bis braune Farbe angenommen haben. Danach werden sie (eventuell mit Mehl bestäubt) mit Weißwein abgelöscht. Eleganz bekommt die Suppe wenn sie mit Cognac flambiert wird mit. Schließlich wird Wasser, Gemüse- oder meist Fleischbouillon aufgefüllt und die Suppe langsam zu Ende geköchelt. Üblich ist es, geröstete Croûtons in die gefüllten Suppenteller oder -tassen zu geben, mit geriebenem Käse zu bestreuen und alles zu gratinieren. Als Käse verwendet man meist regionale Sorten.

Daneben gibt es auch noch die sämigere Soupe Soubise, bei deren Zubereitung die Zwiebeln in Gewürzmilch zu Püree verkocht und die Suppe mit Einmach gebunden wird. Statt mit überbackenem Brot wird sie mit Croûtonwürfeln und Brandteiggebäck serviert. Wie auch die Sauce Soubise ist diese Suppe nach ihrem angeblichen Erfinder benannt, dem Feldmarschall und Feinschmecker Charles de Rohan, Prince de Soubise.

[Richard Hering](#), Ausgabe 1920

## VORSCHAU

### Galanacht der Gastronomie 2017



**Besuch bei Fam. Plachutta im Februar 2016**

Auf Wunsch unserer Mitglieder bei der diesjährigen Generalversammlung werden wir auch 2017 den Besuch der Galanacht der Wiener Gastronomie organisieren.

Am Freitag 3. März 2017 gegen 19:00 Uhr treffen wir uns im Parkhotel Schönbrunn, wo auch ein Kontingent an Zimmern vorreserviert ist.

Nutzt auch im kommenden Jahr die Möglichkeit, euch mit Kolleg/innen in geselliger Runde zu treffen, das Tanzbein zu schwingen, tolle Tombolapreise zu gewinnen und am nächsten Tag ein gemeinsames Mittagessen bei Familie Plachutta einzunehmen. Die Anmeldeformulare sowie das Zahlungsprozedere folgen gesondert per Mail an alle Mitglieder in den nächsten Tagen!

# Internationaler Wettbewerb 2016

## AEHT-KONGRESS 2016

In London fand der diesjährige Kongress vom 23. bis 28. Oktober 2016 statt.

Insgesamt waren neun österreichische Delegationen von den Tourismusschulen Bad Ischl, Bad Leonfelden, Retz, Semmering, St. Johann in Tirol, Villach, Wien 13, Villa Blanka Innsbruck und Zell am Ziller angereist.

### 5 Goldmedaillen:

Astrid Wiklicky (Barista; Retz), Anna Sieberer (Restaurant Service; St. Johann), Julia Seiringer (Wein; Bad Leonfelden), Vanessa Kofler (Bar; Villa Blanca) und Natalie Spitzer (Hospitality Management; Semmering).

### 6 Silbermedaillen:

Klaus Astner (Barista; Zell am Ziller)  
Nadine Schneider (Bar; Retz)  
Marcus Wakolbinger (Decathlon; Bergheidengasse), Stefanie Leitner (Restaurant Service; Bad Leonfelden), Madeleine Rieder (Wine Service; Retz) Simone Scheiber (Pastry; St. Johann)

### 7 Bronzemedailles



Beim jährlichen Kongress der AEHT, der europäischen Vereinigung der Hotelfach- und Tourismusschulen, war die österreichische Delegation nicht zu schlagen: 18 Medaillen – mehr als jedes andere teilnehmende Land – konnte Österreich 2016 erkämpfen. Wie schon im Vorjahr gab es einen wahren Medaillenregen in rot-weiß-rot: Fünf Mal Gold, sechs Mal Silber und sieben Mal Bronze sind die eindrucksvolle Bilanz!

London war 2016 der Austragungsort des internationalen Kongresses. Rund 600 Vertreter von mehr als 100 Tourismusschulen aus 32 Nationen trafen sich in England. Und das Besondere: Die Schülerinnen und Schüler werden in Teams mit Teilnehmern aus anderen Ländern zusammengelost und mussten den Wettbewerb in englischer Sprache absolvieren.

Mit einer **Bronzemedaille** fuhren Florian Martycz (Front Office; HLT Villa Blanka Innsbruck), Kristina Morrison (Barista; HLT Am Wilden Kaiser/St. Johann in Tirol), Carina Rumetshofer (Decathlon; HLT Bad Leonfelden), Sebastian Krawanja (Culinary Arts; HLT Bergheidengasse Wien 13), Patrick Aichlseder (Wine Service; Tourismusschulen Salzkammergut Bad Ischl), Carina Hormann (Restaurant Service; HLT Zell am Ziller) und Simon Harrer (Cocktail Bar; HLT Bad Leonfelden) nach Hause.

#### Impressum:

Redaktion: Jürgen Kirchner, Peter Kirischitz, Verband der PraxislehrerInnen an Hotelfach- und Tourismusschulen Österreichs

Verantwortlich für den Inhalt der Texte: die jeweiligen AutorInnen, Lektorat: Sabine Pertl